

**VHS**

VOLKSHOCHSCHULE  
ADULT EDUCATION CENTER  
UNIVERSITÉ POPULAIRE  
POTSDAM

**23|24**

# BILDUNGS- hungrig?

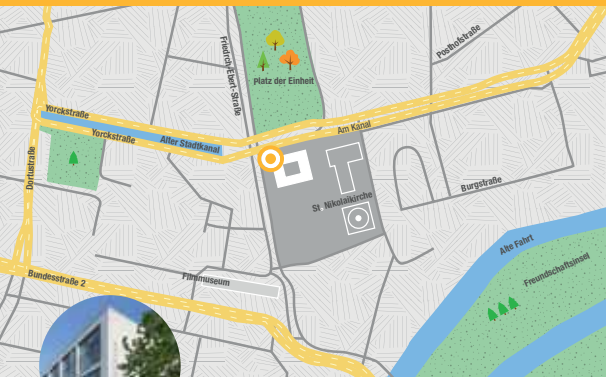


**VHS**

BILDUNGSFORUM  
POTSDAM



# Anreise



## Volkshochschule im Bildungsforum Potsdam

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

**Öffnungszeiten**  
werktags  
08:00 – 21:00 Uhr

**Anmeldung**  
Mo, Mi 10:00 – 12:00 Uhr / 13:00 – 15:00 Uhr  
Di, Do 10:00 – 12:00 Uhr / 13:00 – 18:00 Uhr  
Fr geschlossen

vhsinfo@rathaus.potsdam.de  
vhs.potsdam.de



Wie empfehlen die Anreise mit dem Fahrrad  
oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln

### **ANREISE MIT ÖPNV**

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

### **ANREISE MIT DEM AUTO**

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

# Grußwort



**Dr. Myrtan Xhyra**  
Direktor der Volkshochschule

Sie sind neugierig und offen für neue Erkenntnisse, Erfahrungen und Menschen? Dann haben wir etwas gemeinsam. Das Motto der Volkshochschulen in Deutschland „Bildung für alle!“ ist seit Jahrzehnten aktuell. Wir bieten Weiterbildung und Austausch für alle an – unabhängig von Schulabschluss, Geschlecht, Herkunft oder Nationalität.

Die Herausforderungen der vergangenen Jahre - der Krieg in der Ukraine, die Pandemie, die spürbaren Folgen des Klimawandels - haben uns alle erschüttert. Sie haben aber auch gezeigt, dass wir nur weiterkommen, wenn wir miteinander reden, uns zuhören und uns respektieren. Dafür braucht es Orte und Gelegenheiten. Beides bieten wir Ihnen in der VHS, wo Sie auf die unterschiedlichsten Menschen und Meinungen treffen.

Neu im Programm haben wir die Reihe „Forum VHS“: Sie bekommen die Gelegenheit, sich aus erster Hand zu informieren und mit kommunalen Fachleuten über so wichtige Themen wie Wohnen, Verkehr, Energie und Klimaschutz zu diskutieren. Fragen Sie, hören Sie einander zu und bilden Sie sich eine Meinung! Der Eintritt ist frei.

Wir sind davon überzeugt, dass Bildung die Voraussetzung für eine funktionierende Demokratie ist. Lernen hält fit, bringt uns weiter, bewahrt uns vor Schubladendenken und macht das Leben bunt. Wir freuen uns deshalb, Ihnen auch in diesem Programmjahr 2023/24 rund 900 Kurse, Workshops und Vorträge anbieten zu können. Allen, die Schwierigkeiten mit dem Lesen, Schreiben oder Rechnen haben, stehen weiterhin kostenlose Grundbildungskurse und Lerncafés offen.

Ob eine neue Sprache, wertvolle Kompetenzen für den Beruf, Gesundheit und Entspannung, die Förderung Ihrer Kreativität oder fundiertes Fachwissen aus Politik, Kultur und Zeitgeschehen – stillen Sie Ihren Bildungshunger und nutzen Sie unser Angebot. In Präsenz oder als Online-Kurs – so, wie es in Ihren Alltag passt.

Bleiben Sie neugierig – wir freuen uns auf Sie!

# Inhalt



|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| » Anmeldung . . . . .               | 4  |
| » Unser Team . . . . .              | 5  |
| » Ausstellungen . . . . .           | 6  |
| » Vorträge im Live-Stream . . . . . | 8  |
| » Bildungsfreistellung . . . . .    | 10 |



## Mensch und Gesellschaft

|  |    |
|--|----|
| » Gesellschaft . . . . .                                 | 18 |
| » Politik und Zeitgeschehen . . . . .                    | 21 |
| » Klima, Umwelt, Natur . . . . .                         | 24 |
| » (Zeit-)Geschichte . . . . .                            | 27 |
| » Brandenburg und Potsdam . . . . .                      | 29 |
| » Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung . . . . . | 35 |
| » Familie und Medienerziehung . . . . .                  | 37 |
| » Recht, Steuern und Finanzen . . . . .                  | 39 |



## Kultur und Gestalten

|   |    |
|---|----|
| » Literatur . . . . .                   | 42 |
| » Kunst-/Kulturgeschichte . . . . .     | 46 |
| » Malen, Zeichnen und Drucken . . . . . | 52 |
| » Formen und Gestalten. . . . .         | 60 |
| » Fotografie . . . . .                  | 62 |



## Gesundheit

|   |    |
|---|----|
| » Stressbewältigung, Entspannung, sanfte Bewegung . . . . . | 68 |
| » Gesundheitssport für Ältere . . . . .                     | 79 |
| » Bewegung, Fitness, Gesundheitsgymnastik . . . . .         | 84 |
| » Gesundheit und Psyche, Gesundheitspflege . . . . .        | 90 |
| » Ernährung . . . . .                                       | 93 |



## Sprachen

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| » Englisch . . . . .      | 101 |
| » Französisch . . . . .   | 121 |
| » Italienisch . . . . .   | 127 |
| » Spanisch. . . . .       | 139 |
| » Portugiesisch . . . . . | 152 |
| » Polnisch . . . . .      | 156 |

|   |     |
|---|-----|
| » Russisch . . . . .                      | 158 |
| » Schwedisch . . . . .                    | 163 |
| » Japanisch . . . . .                     | 165 |
| » Gebärdensprache . . . . .               | 168 |
| » Weitere Sprachen . . . . .              | 169 |
| » Vorbereitungskurse, Prüfungen . . . . . | 170 |
| » Sprachen für Studierende . . . . .      | 172 |
| » Lehrwerke . . . . .                     | 174 |



## Beruf und Computer

|  |     |
|--|-----|
| » Gästeführerlehrgang . . . . .              | 181 |
| » Berufliche Orientierung . . . . .          | 183 |
| » Kommunikation, Softskills . . . . .        | 187 |
| » Smartphone, Tablet . . . . .               | 191 |
| » EDV-Grundlagen . . . . .                   | 192 |
| » Office-Anwendungen . . . . .               | 195 |
| » Linux / Web-Design und Marketing . . . . . | 197 |
| » Bildbearbeitung . . . . .                  | 198 |



## Junge VHS . . . . . 202



## Integration und Deutsch als Fremdsprache

|   |     |
|---|-----|
| » Integrationskurse . . . . .               | 211 |
| » Berufssprachkurse . . . . .               | 216 |
| » Deutschkurse für Selbstzahlende . . . . . | 217 |
| » Deutsch-Tests und Zertifikate . . . . .   | 223 |
| » Lernwerkstatt Deutsch . . . . .           | 224 |



## Grundbildung

|  |     |
|--|-----|
| » Grundbildungskurse . . . . .               | 228 |
| » Grundbildungszentrum . . . . .             | 231 |
| » Kostenfreie Lerncafés in Potsdam . . . . . | 233 |



|                            |     |
|----------------------------|-----|
| » Leitbild. . . . .        | 234 |
| » Entgeltordnung . . . . . | 236 |
| » Anmeldebogen . . . . .   | 239 |
| » Impressum . . . . .      | 240 |



# Anmeldung

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

## Wie melde ich mich an?

**Online:** potsdam.vhs.de

**per E-Mail:** vhsinfo@rathaus.potsdam.de

**per Fax:** 0331 289-4575

Sie können sich auch gern persönlich anmelden!

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

### **Rückzieher?**

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

### **Stornierung / Rücktritt**

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

### **Ermäßigungen**

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

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

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

### **Sie haben Anregungen oder Kritik?**

Dann sprechen Sie uns an! Sie erreichen uns mündlich, schriftlich oder per E-Mail unter [vhsinfo@rathaus.potsdam.de](mailto:vhsinfo@rathaus.potsdam.de)

### **Entgeltordnung**

Unsere Entgeltordnung finden Sie auf Seite 236 in diesem Heft und auf unserer Webseite [vhs.potsdam.de](http://vhs.potsdam.de).



# Unser Team

## Leitung

### Direktor

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

### Stv. Direktorin

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

### Sekretariat

N.N.  
0331 289-4578  
vhsinfo@rathaus.potsdam.de

## Anmeldung

Sabine Kammin  
0331 289-4569  
sabine.kammin@rathaus.potsdam.de  
N.N.  
0331 289-4566  
vhsinfo@rathaus.potsdam.de

## Finanzen

### Controlling

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

### Rechnungswesen

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

## Programmbereiche

### Mensch und Gesellschaft / Sprachen / Junge VHS

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

### Kultur und Gestalten / Gesundheit

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

### Beruf und Computer / Grundbildung

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

### Deutsch als Fremdsprache & Integration

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

## Koordination

### Deutsch als Fremdsprache und Integration

Anda Wegener  
0331 289-4577  
anda.wegener@rathaus.potsdam.de

### Junge VHS / Grundbildung

Linda Zahrt  
0331 289-4588  
linda.zahrt@rathaus.potsdam.de

## Lernwerkstatt Deutsch

### Leitung

Olga Remek  
0331 289-4576  
olga.remek@rathaus.potsdam.de

### Assistenz

Ramona Schulze  
0331 289-4579  
ramona.schulze@rathaus.potsdam.de

## Grundbildungszentrum

### Projektleitung

Franziska Tempel  
0331 289-4574  
franziska.tempel@rathaus.potsdam.de

### Projektabstimmung

Katrin Benndorf  
0331 289-4574  
katrin.benndorf@rathaus.potsdam.de

## Öffentlichkeitsarbeit

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

## Fachverfahrenskoordination

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



# Ausstellungen



## „Was macht die Filmstadt Potsdam aus?“

Vom 7. September bis 30. November 2023

### UNESCO CITY OF FILM POTSDAM: FILMWELT UND INSTITUTIONEN

Seit 2019 trägt Brandenburgs Landeshauptstadt als einzige Stadt im deutschsprachigen Raum den Titel „UNESCO CREATIVE CITY OF FILM“. Sie ist Teil des internationalen Kreativstadt-Netzwerks der UNESCO, das fast 300 Städte weltweit angehört. Potsdam hat eine lange Filmtradition und beherbergt bis heute nahezu die gesamte Verwertungskette im Bereich Film. In keiner deutschen Stadt vergleichbarer Größe finden so viele Dreharbeiten statt wie hier. Der Film ist zusammen mit dem UNESCO-Welterbe der Schlösser und Parkanlagen der wichtigste Image-, Kultur- und Wirtschaftsfaktor Potsdams. Sie erhalten einen Einblick in die Spannweite der Filmwelt und Institutionen, die die Filmstadt Potsdam ausmachen.

**Eine Ausstellung der UNESCO CREATIVE CITY OF FILM POTSDAM / Landeshauptstadt Potsdam.**

## „Jung und kreativ“

Vom 10. September bis 30. November 2023

### WERKSCHAU UNSERER JUNGEN VHS-SOMMERKURSE

Figuren entwickeln und zeichnen, mit der Kamera Potsdam neu entdecken, mit Hüten und Tüchern den Stil vergangener Zeiten nachahmen und fotografisch festhalten – all dies haben Kinder und Jugendliche in unseren Sommerferienkursen 2023 ausprobiert und weiterentwickelt. Einige der Ergebnisse können Sie in dieser Ausstellung bestaunen.

**Die Eröffnung findet im Rahmen der Veranstaltung „Kultur für JEDE\*N“ statt.**



## „Aufarbeitung. Die DDR in der Erinnerungskultur“

Vom 4. Dezember 2023 bis 26. Februar 2024

### 75 JAHRE DEUTSCHE TEILUNG UND 35 JAHRE FRIEDLICHE REVOLUTION

Die Friedliche Revolution von 1989 war die Voraussetzung für die Überwindung der deutschen Teilung, die 1949 ihren staatlichen Ausdruck bekommen hatte. Im Jahr 2024 liegen beide Ereignisse 35 bzw. 75 Jahre zurück. Über den Ort der DDR in der Geschichte von Demokratie und Diktatur in Deutschland wird nach wie vor gestritten. Erst langsam entwickelt sich ein Bewusstsein dafür, dass die vergangene Zeit der Zweistaatlichkeit die gemeinsame Geschichte aller in Deutschland lebenden Menschen ist.

**Eine Ausstellung der Bundesstiftung zur Aufarbeitung der SED-Diktatur von Stefan Wolle.**





## „Kunst und Kultur in Venetien“

Vom 1. März bis 30. Juni 2024

### EINDRÜCKE DER VHS-MALREISE NACH PADUA UND VENEDIG

Padua und Venedig gehören zu den reizvollsten und inspirierendsten Orten Italiens – einem Land voller Schönheit. Die Teilnehmenden der jüngsten Malreise haben sich vor Ort intensiv mit Maltechniken, Perspektiven und Bildgestaltung auseinandergesetzt und sich von den Hauptwerken Bellinis, Tizians, Tintoretos und Veroneses beindrucken und inspirieren lassen. Es erwarten Sie Impressionen aus Venedig und Padua, das inzwischen wegen seiner Fresken u.a. von Giotto und Mantegna in die Weltkulturerbe-Liste aufgenommen wurde.

**Eröffnung am 1. März 2024 um 17 Uhr**

## „Bildung für alle! 100 Jahre VHS Potsdam“

### EIN RÜCKBLICK AUF 100 JAHRE VOLKSHOCHSCHULE

Die Ausstellung ist das ganze Jahr über zu den Öffnungszeiten im Foyer der VHS zu sehen.





## Vorträge im Live-Stream

Wir bieten Ihnen auch in diesem Programmjahr viele spannende Vorträge hochkarätiger Wissenschaftler\*innen und Fachleute an. Nutzen Sie die Gelegenheit, sich ganz bequem von zu Hause aus am Tablet, Smartphone oder PC mit vielen neuen Themen zu befassen.

**Alle Vorträge finden von 19:30 bis 21:00 Uhr statt.** Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.

Das Angebot ist für Sie kostenlos und wird im Laufe des Programmjahres ständig erweitert – informieren Sie sich auf [vhs.potsdam.de](http://vhs.potsdam.de)

Bei Redaktionsschluss standen folgende Themen fest:



### Die Demokratie und ihre Zukünfte

Prof. Dr. Felix Heidenreich,  
Universität Stuttgart  
**11.09.2023**  
H23-1D201D



### Die Normalisierung der extremen Rechten und die Rolle des Populismus

Prof. Dr. Paula Diehl, Universität Kiel  
**12.09.2023**  
H23-10201D



### „Bekehret die Welt“. Geschichte der christlichen Mission

Prof. Dr. Bernhard Maier,  
Universität Tübingen  
**27.09.2023**  
H23-1C901D



### Fragile Sicherheit. Das Ende des Friedens und die neue Konfliktordnung

Dr. Christian Mölling, Deutsche Gesellschaft für Auswärtige Politik  
**01.10.2023**  
H23-1D101D



### Grausamer Despot oder kolonialer Held? - Léopold II. von Belgien in der europäischen Erinnerungskultur

Dr. Julia Seibert, Publizistin  
und Autorin  
**08.10.2023**  
H23-1A901D



### Ein Hof und elf Geschwister. Der stille Abschied vom bäuerlichen Leben in Deutschland

Prof. Ewald Frie, Universität Tübingen  
**11.10.2023**  
H23-1A903D



### Warum Erben ungerecht ist

Prof. Stefan Gosepath, Freie Universität Berlin  
**12.10.2023**  
H23-1E103D



### **Wie Pilzbiotechnologie unsere Wirtschaft nachhaltig transformieren kann**

Prof. Dr. Vera Mayer, Technische Universität Berlin  
**17.10.2023**  
H23-1L901D



### **Die Sache mit Israel: Fünf Fragen zu einem komplizierten Land**

Richard C. Schneider, ARD-Korrespondent in Tel Aviv  
**29.10.2023**  
H23-1A905D



### **Die schuldigen Hirten: Geschichte des sexuellen Missbrauchs in der katholischen Kirche**

Prof. Dr. Thomas Großbötting, Universität Hamburg  
**05.11.2023**  
H23-1C903D



### **Roboter, Künstliche Intelligenz und der Mensch**

Prof. Dr. Michael Decker, Karlsruher Institut für Technologie  
**07.11.2023**  
H23-10303D



### **Die Moskau-Connection: Das Schröder-Netzwerk und Deutschlands Weg in die Abhängigkeit**

Reinhard Bingener u. Markus Wehner, FAZ-Korrespondenten  
**09.11.2023**  
H23-1D901D



### **Die Ölskizzen zum „Medici-Zyklus“ von Peter Paul Rubens**

Dr. Mirjam Neumeister, Alte Pinakothek München  
**14.12.2023**  
H23-2C015D



### **Vermögensungleichheit und Klassenanalyse**

Dr. Nora Waitkus, London School of Economics  
**13.11.2023**  
H23-1E903D



### **Raben: Das Geheimnis ihrer Intelligenz und sozialen Fähigkeiten**

Prof. Thomas Bugnyar, Universität Wien  
**16.11.2023**  
H23-1J901D



### **Wo die Zitronen blühen – Kulturgeschichte der italienischen Küche**

Dr. Peter Peter, Universität Salzburg  
**23.11.2023**  
H23-4C901D



### **Die Intelligenz der Bienen**

Prof. Dr. Lars Chittka, University of London  
**26.11.2023**  
H23-1G901D



### **Global gescheitert? Der Westen zwischen Anmaßung und Selbsthass**

Prof. Dr. Susanne Schröter, Universität Frankfurt/Main  
**03.12.2023**  
H23-1D105D





# Bildungsfreistellung

## Was ist Bildungsfreistellung?

Bildungsfreistellung oder Bildungsurlaub ist ein gesetzlicher Anspruch von Beschäftigten, um an einer anerkannten Veranstaltung der politischen, beruflichen oder kulturellen Weiterbildung teilzunehmen.

Bildungsfreistellung eröffnet abhängig Beschäftigten einen Zeitraum, um sich weiterzubilden und damit neue Impulse für ihr Arbeits- und Alltagsleben zu bekommen.

## Wer hat Anspruch?

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

## Dauer der Freistellung

10 Arbeitstage innerhalb zweier aufeinander folgender Kalenderjahre (laufendes und folgendes Jahr), d. h. je Kalenderjahr 5 Tage.

Mit Zustimmung des Arbeitgebers besteht die Möglichkeit der Verblockung für berufliche Weiterbildung auf mehrere Jahre (Besuch 14-tägiges Seminar).

## Kosten

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



Nutzen Sie  
Ihr Recht auf

**BILDUNGSFREISTELLUNG!**





| KNr.                           | Titel   | Beginn   | Seite |
|--------------------------------|---|----------|-------|
| <b>Mensch und Gesellschaft</b> |   |          |       |
| W24-1A109B                     | Alte Texte lesen - Die Sütterlinschrift                             | 26.01.24 | 28    |
| F24-1A109B                     | Alte Texte lesen - Die Sütterlinschrift                             | 07.06.24 | 28    |
| H23-1G101B                     | Umwelt- und Klimaschutz in Vereinen, Organisationen und Unternehmen | 17.11.23 | 25    |
| F24-1G101B                     | Umwelt- und Klimaschutz in Vereinen, Organisationen und Unternehmen | 06.05.24 | 25    |
| W24-1H207B                     | Bildschirmmedien und Computerspiele pädagogisch nutzen              | 25.03.24 | 38    |
| <b>Gesundheit</b>              |   |          |       |
| H23-3A001B                     | Self-Care-Training - Besserer Umgang mit beruflichen Belastungen    | 28.11.23 | 68    |
| W24-3A001B                     | Self-Care-Training - Besserer Umgang mit beruflichen Belastungen    | 26.02.24 | 68    |
| H23-3A002B                     | Stressbewältigung durch Achtsamkeit                                 | 09.10.23 | 68    |
| W24-3A002B                     | Stressbewältigung durch Achtsamkeit                                 | 18.03.24 | 68    |
| H23-3A003B                     | Flow Yoga - Halt(ung) finden im Beruf und Alltag                    | 06.11.23 | 69    |
| W24-3A003B                     | Flow Yoga - Halt(ung) finden im Beruf und Alltag                    | 19.02.24 | 69    |
| <b>Sprachen</b>                |   |          |       |
| H23-4A191B                     | Englisch Starter A1   | 11.12.23 | 104   |
| F24-4A191B                     | Englisch Starter A1   | 08.04.24 | 104   |
| S24-4A191B                     | Englisch Starter A1   | 22.07.24 | 104   |
| H23-4A193B                     | Englisch für Wiedereinsteiger A1                                    | 16.10.23 | 104   |
| W24-4A193B                     | Englisch für Wiedereinsteiger A1                                    | 11.03.24 | 104   |
| F24-4A193B                     | Englisch für Wiedereinsteiger A1                                    | 08.07.24 | 104   |
| W24-4A291B                     | Englisch für Fortgeschrittene A2                                    | 05.02.24 | 109   |
| F24-4A291B                     | Englisch für Fortgeschrittene A2                                    | 13.05.24 | 109   |
| S24-4A291B                     | Englisch für Fortgeschrittene A2                                    | 26.08.24 | 109   |
| H23-4A293B                     | Englisch A2/B1  | 27.11.23 | 109   |
| F24-4A293B                     | Englisch A2/B1  | 24.06.24 | 109   |
| W24-4A295B                     | Everyday English Business Communication A2/B1                       | 04.03.24 | 110   |



# Bildungsfreistellung

| KNr.                        | Titel   | Beginn   | Seite |
|-----------------------------|---|----------|-------|
| F24-4A297B                  | Englisch kommunizieren in Büro und Alltag A2/B1 | 15.07.24 | 110   |
| W24-4A391B                  | English B1                                      | 29.01.24 | 115   |
| F24-4A395B                  | Business Correspondence B1/B2                   | 21.05.24 | 115   |
| F24-4A393B                  | English B1/B2                                   | 15.07.24 | 115   |
| H23-4A393B                  | English B1/B2                                   | 04.12.23 | 115   |
| W24-4A491B                  | English B2                                      | 19.02.24 | 119   |
| F24-4B191B                  | Französisch A1                                  | 22.04.24 | 123   |
| W24-4C191B                  | Italienisch A1                                  | 05.02.24 | 131   |
| S24-4C191B                  | Italienisch A1                                  | 22.07.24 | 131   |
| H23-4C193B                  | Italienisch A1/A2                               | 20.11.23 | 131   |
| F24-4C291B                  | Italienisch A2                                  | 03.06.24 | 136   |
| H23-4D191B                  | Spanisch A1                                     | 06.11.23 | 144   |
| S24-4D191B                  | Spanisch A1                                     | 26.08.24 | 144   |
| F24-4D191B                  | Spanisch A1                                     | 27.05.24 | 144   |
| W24-4D191B                  | Spanisch A1                                     | 12.02.24 | 144   |
| W24-4D193B                  | Spanisch A1/A2                                  | 22.01.24 | 144   |
| F24-4D193B                  | Spanisch A1/A2                                  | 17.06.24 | 144   |
| W24-4D293B                  | Spanisch A2/B1                                  | 18.03.24 | 148   |
| F24-4D291B                  | Spanisch A2                                     | 15.04.24 | 148   |
| W24-4F191B                  | Polnisch A1                                     | 05.02.24 | 156   |
| W24-4G191B                  | Russisch A1                                     | 26.02.24 | 160   |
| S24-4G191B                  | Russisch A1                                     | 26.08.24 | 160   |
| <b>Beruf &amp; Computer</b> |   |          |       |
| W24-5D500B                  | Effizientes Arbeiten im Büro mit Office 2019    | 19.02.24 | 195   |
| H23-5D500B                  | Effizientes Arbeiten im Büro mit Office 2019    | 06.11.23 | 195   |
| F24-5D500B                  | Effizientes Arbeiten im Büro mit Office 2019    | 15.04.24 | 195   |
| S24-5D500B                  | Effizientes Arbeiten im Büro mit Office 2019    | 15.07.24 | 195   |

# Bildungsfreistellung



| KNr.       | Titel  | Beginn   | Seite |
|------------|--|----------|-------|
| H23-5D530B | Microsoft Office 2019 Excel - Grundwissen                | 07.12.23 | 196   |
| F24-5D530B | Microsoft Office 2019 Excel - Grundwissen                | 06.06.24 | 196   |
| W24-5D540B | Excel - Auswertung großer Datenmengen                    | 19.01.24 | 196   |
| W24-5D550B | Excel - Lösen komplexer Aufgabenstellungen               | 18.03.24 | 197   |
| F24-5D230B | Tast Schreiben am PC kompakt                             | 22.04.24 | 194   |
| W24-5D560B | Erfolgreich kommunizieren und planen mit Outlook         | 29.01.24 | 197   |
| F24-5C140B | Erfolgreich und gesund am Arbeitsplatz                   | 15.04.24 | 187   |
| W24-5E010B | WordPress - Moderne Webseite selbst erstellen            | 15.01.24 | 198   |
| S24-5E010B | WordPress - Moderne Webseite selbst erstellen            | 26.08.24 | 198   |
| F24-5C120B | Auf dem Laufenden bleiben - Die aktuelle Rechtschreibung | 15.05.24 | 187   |
| W24-5C110B | Meine Stimme als akustische Visitenkarte                 | 11.03.24 | 187   |
| W24-5C180B | Kommunikationstools für schwierige Situationen           | 26.02.24 | 188   |
| F24-5C160B | Die Kunst der Moderation für Teambesprechungen           | 29.04.24 | 188   |
| F24-5C200B | Deeskalierende Gesprächsführung                          | 27.06.24 | 189   |



Geld sparen  
mit der **VHS-Card**

**Wir verraten Ihnen wie**



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

 0331 289-4566/4569

# VHS nach Maß



*Sie haben Lust bekommen,  
etwas für sich zu tun?*

Sie möchten eine neue Sprache erlernen, vorhandene Fremdsprachenkenntnisse auffrischen, einen Entspannung- oder Kreativkurs belegen oder mit einem bestimmten Computerprogramm besser umgehen können? Wir bieten Ihnen ein breit gefächertes Angebot an Kursen, Workshops und beruflichen Weiterbildungen an.

Wenn Sie etwas gefunden haben, das Sie inhaltlich reizt, Sie aber in Ihrem eigenen Rhythmus lernen möchten, schneiden wir Ihnen auf Wunsch Angebote zu, die sich nach Ihren individuellen Bedürfnisse richten.

Die Preise richten sich nach der Gruppengröße (maximal fünf Personen) und der Zahl der Unterrichtseinheiten.

**Interessiert?** Dann sprechen Sie uns an!

**Kontakt:** Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich,  
0331 289-4562, [ulrike.hasemann-friedrich@rathaus.potsdam.de](mailto:ulrike.hasemann-friedrich@rathaus.potsdam.de)

**Teilen Sie Ihr Wissen und werden  
Kursleiter\*in an der VHS!**

[vhs.potsdam.de](http://vhs.potsdam.de)





# Die vhs.cloud

## Das Online-Netzwerk für Volkshochschulen

Die **vhs.cloud** ist die datenschutzkonforme Lernplattform der Volkshochschulen in Deutschland. Sie ermöglicht es Ihnen, von überall aus Sprachkenntnisse zu erwerben oder auszubauen.

Greifen Sie in Ihrem **Präsenzkurs** außerhalb der Kurszeiten auf Kursmaterialien und Inhalte zu und informieren Sie sich zum Beispiel bei Abwesenheiten über das Kursgeschehen. Die vhs.cloud bietet außerdem die Möglichkeit, über einen geschützten Raum mit den anderen Teilnehmenden sowie der Kursleitung in Kontakt zu treten.

In unseren **Online-Kursen** nutzen wir die vhs.cloud mit allen Funktionen, die zu Ihrem Lernerfolg beitragen. Sie benötigen hierfür eine gute Internetverbindung sowie einen PC oder Notebook mit Kamera und Mikrofon.

Weitere Hinweise zur vhs.cloud finden Sie unter **[vhs.potsdam.de](http://vhs.potsdam.de)**





# Mensch und Gesellschaft



**Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich**  
Programmbereichsleitung

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

---



**Maren Herbst**  
Öffentlichkeitsarbeit

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

---



**N.N.**  
Verwaltung

0331 289-4578  
vhsinfo@  
rathaus.potsdam.de

---





## Forum VHS:

# Wie wollen wir leben?

*Mit unserer neuen Reihe „Forum VHS“ wollen wir Ihnen die Gelegenheit geben, sich über aktuelle Themen in Potsdam zu informieren und darüber ins Gespräch zu kommen.*

*In regelmäßigen Abständen laden wir Fachleute ein, bei uns in der VHS aus Ihrem Bereich zu berichten, Konzepte vorzustellen und Ihre Fragen zu beantworten. Die Teilnahme ist für Sie kostenlos.*

*Freuen Sie sich auf Informationen, Expertise und spannende Gespräche auf Augenhöhe!*

### Wie sicher ist die Energieversorgung?

#### Forum VHS

Der Umstieg auf erneuerbare Energien ist eine große Herausforderung und die Energie-Krise in Folge des Ukraine-Krieges verschärft die Situation. Sind Stromunterbrechungen und fehlende Rohstoffe für Heizung, Gewerbe und Industrie ein reales Risiko oder bloß Panikmache? Wie sieht es mit der Energieversorgung in der Landeshauptstadt aus? Lassen Sie sich von einem Experten der EWP informieren und nutzen Sie die Gelegenheit, um zu fragen, was Ihnen auf den Nägeln brennt.

**Eine Anmeldung ist erforderlich.**

H23-10101

**09.11.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
entgeltfrei

### 100 Prozent Klimaschutz - Der Masterplan für Potsdam

#### Forum VHS

Der Klimawandel und seine Folgen betrifft uns alle. Mit ihrem Masterplan Klimaschutz will die Landeshauptstadt Potsdam bis 2045 Klimaneutralität erreichen. Lassen Sie sich von der Koordinierungsstelle Klimaschutz die konkreten Maßnahmen erklären und erfahren Sie, welche Beteiligungsmöglichkeiten es gibt. Nutzen Sie die Gelegenheit, Fragen zu stellen und Maßnahmen zum Klimaschutz zu diskutieren.

**Eine Anmeldung ist erforderlich.**

W24-1G103

**11.01.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
entgeltfrei



## Verkehrsentwicklung in Potsdam - Miteinander statt gegeneinander

### Forum VHS

Aktuell erarbeitet der Bereich Verkehr der Landeshauptstadt Potsdam ein neues Stadtentwicklungskonzept Verkehr. Es dient als Leitbild für die Verkehrsentwicklung sowie für die Investitionsplanung bis 2040. Der Bereichsleiter Verkehr berichtet Ihnen von den aktuellen Herausforderungen, den Erkenntnissen aus dem Vorgängerkonzept von 2014 sowie den wichtigsten Arbeitsmethoden in seinem Bereich. Stellen Sie Ihre Fragen und kommen Sie miteinander ins Gespräch! **Eine Anmeldung ist erforderlich.**

W24-10103

**14.03.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
entgeltfrei

## Wohnen in Potsdam

### Forum VHS

Das Thema Wohnen beschäftigt vor allem Wohnungssuchende und Mieter\*innen. Fast täglich kann man in der Zeitung von fehlendem Wohnraum und immer weiter steigenden Mieten lesen. Nutzen Sie die Gelegenheit, sich von Fachleuten aus dem Bereich Wohnen/Stadtentwicklung der Landeshauptstadt Potsdam über Ansätze und Konzepte zur Schaffung von bezahlbarem Wohnraum und deren Handlungsspielraum informieren zu lassen. Auch die Nutzung des Bestands und die Frage, wie wir künftig wohnen, können an diesem Abend thematisiert werden. **Eine Anmeldung ist erforderlich.**

F24-10105

**16.05.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
entgeltfrei



## Normalisierung der extremen Rechten und die Rolle des Populismus

### Vortrag im Live-Stream

In den letzten Jahren konnte man eine Normalisierung von Ideen und Vorstellungen aus der extremen Rechten beobachten. Inzwischen bringt diese Normalisierung immer mehr anti-demokratische Parteien an die Macht, zuletzt in Italien. Doch Italien ist kein Einzelfall. In Frankreich profilierte sich bei den letzten Präsidentschaftswahlen ein offen rassistischer Kandidat aus der Partei Reconquête.

**Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.**

H23-10201D

**12.09.23**

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

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei / keine Ermäßigung

Prof. Dr. Paula Diehl

## ChatGPT in Beruf und Alltag

Kommen Sie mit uns über die Nutzung von ChatGPT ins Gespräch! Sie erfahren, wie Sie ChatGPT effektiv für berufliche und alltägliche Aufgaben einsetzen können und lernen etwas über Möglichkeiten und Grenzen. Weitere Themen sind rechtliche Aspekte wie Urheberrecht und Datenschutz sowie die Bedeutung von Begriffen wie LLM, „prompt engineering“ oder „Halluzinieren“. Gemeinsam gehen wir der Frage nach, wie sich unserer Gesellschaft durch den Einsatz von ChatGPT verändert.

H23-10301

**18.10.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Mathias Schindler

W24-10301

**07.03.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Mathias Schindler

## Roboter, Künstliche Intelligenz und der Mensch

### Vortrag im Live-Stream

Roboter können dem Menschen schwere, monotone und gefährliche Arbeiten abnehmen: in Laboren und Fabrikhallen ebenso wie in der Alten- oder Krankenpflege. Mit Blick auf die zunehmenden Möglichkeiten der KI rückt das Zusammenspiel von Mensch und Roboter weiter in den Fokus. Hier wird nicht mehr allein der Mensch Entscheidungen treffen. Welches sind die gesellschaftlichen und ethischen Fragen, die der Einsatz solcher Technologien aufwirft?

**Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.**

H23-10303D

**07.11.23**

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

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei / keine Ermäßigung

Prof. Dr. Michael Decker

## Künstliche Intelligenz - Fluch oder Segen?

Aufgrund der medialen Berichterstattung über ChatGPT wird die Bedeutung von Künstlicher Intelligenz (KI) und deren Auswirkungen auf unsere Gesellschaft verstärkt diskutiert. KI soll menschliche und gesellschaftliche Probleme lösen - so die Hoffnung. Gleichzeitig gibt es die Angst vor einem von Menschen erschaffenen System, das unkontrollierbar zu werden droht. Sie erhalten dank vieler Fakten einen nüchternen Blick auf ein bizarres Thema.

W24-10305

**13.02.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Maurice Schuhmann



## Bedingungsloses Grundeinkommen - Konzepte, Ideen und Kritik

Für die einen scheint es die Lösung aktueller Herausforderungen zu sein - vom Wandel der Arbeitsgesellschaft über die Notwendigkeit einer ökologischen Neuausrichtung der Wirtschaft bis hin zur Anerkennung von Carearbeit. Für die anderen ist es ein völlig falsches Signal, da „Faulheit“ belohnt werde. In diesem Vortrag werden die Idee eines bedingungslosen Grundeinkommens sowie unterschiedliche Ansätze vorgestellt und kritisch eingeordnet.

**Eine Anmeldung ist erforderlich.**

F24-10401

**16.04.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei / keine Ermäßigung

Dr. Maurice Schuhmann

## Fragile Sicherheit. Das Ende des Friedens und die neue Konfliktordnung

**(\*) Vortrag im Live-Stream**

Russlands Krieg gegen die Ukraine hat Europa radikal verändert und eine epochale Verschiebung der Weltentwicklungen ausgelöst. Deutschlands lang gepflegte Illusionen über Krieg und Frieden haben das Land und Europa erpressbar und verwundbar gemacht. Der Referent analysiert die sicherheitspolitische Lage und zeigt nötige Veränderungen auf, damit uns nicht fatale Folgen drohen.

**Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.**

H23-1D101D

**01.10.23**

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

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei

Dr. Christian Mölling



## Putins Ukraine-Krieg und die NATO

Seit dem völkerrechtswidrigen Angriff Russlands auf die Ukraine sieht sich Europa mit einem neuen Bedrohungs-Szenario konfrontiert. Das hat die NATO aus ihrem Dornröschenschlaf geweckt, das Bündnis geschlossener und durch den Beitritt neuer Mitglieder auch schlagkräftiger gemacht. Deutschland hat ein Milliarden-Sondervermögen bereitgestellt, um die Bundeswehr wieder einsatzfähig zu machen. Erstmals in der deutschen Nachkriegsgeschichte soll eine „Nationale Sicherheitsstrategie“ Antworten auf die veränderten Bedingungen der Weltpolitik geben. Wie belastbar ist diese neue Sicherheits-Architektur? **Eine Anmeldung ist erforderlich.**

H23-1D103

**21.11.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Thomas Schmidt



## Die Demokratie und ihre Zukünfte

### «» Vortrag im Live-Stream

In autoritären Regimen werden Zukunftsvorstellungen oft mit Bildern vergangener Größe überblendet. In Demokratien hingegen müssen Regierungen plausible Gründe für Zuversicht vorbringen. Dies fällt angesichts der Klimakrise schwer. Geht der Demokratie also die Zukunft aus? Wie lässt sich glaubwürdig so etwas wie kollektive Zuversicht und politische Hoffnung generieren?

PD Dr. Felix Heidenreich arbeitet am Internationalen Zentrum für Kultur und Technikforschung (IZKT) der Universität Stuttgart.

**Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.**

H23-1D201D

**11.09.23**

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

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei

Prof. Dr. Felix Heidenreich

## Kommt unsere Demokratie in die Jahre?

Innerhalb von nur zwei Jahren hat sich das Vertrauen in die Bundesregierung halbiert, nur noch eine von fünf Personen glaubt, sich auf das Ampelbündnis verlassen zu können. Gleichzeitig erreichen Populisten und Radikale mehr Zustimmung - in einigen Umfragen überholt die AfD die SPD und steht im Parteienvergleich auf Platz 2 hinter der Union. Populistische Parolen verfangen besser als die Regierungsarbeit. Schafft es unsere Demokratie, die Meinungsführerschaft über ihre ethischen Grundwerte zurückzugewinnen?

**Eine Anmeldung ist erforderlich.**

H23-1D203

**19.10.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Thomas Schmidt

## Global gescheitert? Der Westen zwischen Anmaßung und Selbsthass

### «» Vortrag im Live-Stream

Selten schien der Westen so geschlossen wie zu Beginn des Ukraine-Kriegs. Schnell zeigten sich hinter der vermeintlichen Geschlossenheit Bruchstellen. Angesichts der jüngsten Konflikte in der Ukraine, in Afghanistan und Mali sowie der Planlosigkeit westlicher Regierungen im Umgang mit Migrationsbewegungen, Islamismus und Cancel Culture existiert ein zwischen Hybris und Selbsthass gefangener Westen, der die Werte der Demokratie beschwört, sie aber immer dann verrät, wenn es darauf ankommt.

**Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung**

H23-1D105D

**03.12.23**

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

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei

Prof. Dr. Susanne Schröter

## Der gewollte Versager - Der UN-Sicherheitsrat

Die Ukraine, der Sudan, Syrien, Yemen - die Liste der aktuellen Kriege und Konflikte ist lang. Noch länger allerdings ist die Liste des Scheiterns des UN-Sicherheitsrates, der nach Artikel 24 (1) der UN-Charta „die Hauptverantwortung für die Wahrung des Weltfriedens und der internationalen Sicherheit“ trägt. Erfüllt hat er diesen Auftrag nie. Mit dem sich selbst verliehenen Vetorecht blockieren die fünf Ständigen Mitglieder China, Frankreich, Großbritannien, Russland und die USA das Gremium seit seiner Gründung 1946 in entscheidenden Fragen. **Eine Anmeldung ist erforderlich.**

W24-1D107

**05.03.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Thomas Schmidt





## Was hat Brandenburg mit Europa zu tun?

In Zusammenarbeit mit dem Kreisverband Potsdam und Potsdam-Mittelmark der Europa Union e.V.

Welche Berührungspunkte gibt es zwischen dem Land Brandenburg und Europa, der Europäischen Union und den Nachbarstaaten? Was bedeuten die Beziehungen zwischen dem Land Brandenburg und der EU für die Bürger\*innen? An konkreten Beispielen erfahren Sie, wie das Land Brandenburg Entscheidungsprozesse der EU beeinflusst - im Bereich der EU-Förderung, der Frage zur Zukunft der Lausitz und in der Zusammenarbeit mit Polen.

**Eine Anmeldung ist erforderlich.**

H23-1D205

**23.11.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
entgeltfrei

Wolfgang Balint



## Europa-Wahl - Bedeutung und Chancen

In Zusammenarbeit mit dem Kreisverband Potsdam und Potsdam-Mittelmark der Europa Union e.V.

Die nächste Wahl zum Europäischen Parlament wird am 9. Juni 2024 stattfinden. Wir als Bürgerinnen und Bürger sind aufgerufen, daran teilzunehmen. Zum ersten Mal sind auch junge Menschen ab 16 Jahren wahlberechtigt. Doch was hat das alles mit uns zu tun? Können wir wirklich auf EU-Entscheidungen Einfluss nehmen und wenn ja, wie konkret?

**Eine Anmeldung ist erforderlich.**

F24-1D207

**06.06.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
entgeltfrei

Wolfgang Balint



## Gefängnis oder Seniorenheim - Der nächste US-Präsident

Weder Biden noch Trump haben laut aktueller Umfragen eine echte Chance auf den Wiedereinzug ins Weiße Haus. Beliebte sind beide auch in ihren eigenen Parteien nicht - ein Zeichen der Schwäche: die Demokraten sind nicht in der Lage, einen zugkräftigeren Kandidaten als Biden anzubieten, den Republikaner fehlen Mut und Selbstachtung, um sich von einem notorischen Lügner, mutmaßlichen Hochverräter und Mächtigen-Autokraten zu distanzieren. Amerikas rückständige Demokratie taumelt der Selbsterstörung entgegen

**Eine Anmeldung ist erforderlich.**

F24-1D301

**18.04.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
entgeltfrei

Thomas Schmidt





### Wärmepumpen - Grundlagen und praktische Anwendung

Wärmepumpen werden als umweltfreundliche Art der Heizung bzw. Warmwasseraufbereitung kontrovers diskutiert. Für eine Beurteilung sind Sachkenntnisse unverzichtbar. Was sind die theoretischen Grundlagen einer Wärmepumpe, wie ist sie aufgebaut und wie wird sie angewendet? Unter welchen Bedingungen ist sie sehr gut oder gar nicht geeignet? Auf all diese Fragen gibt es hier Antworten - und im Anschluss ausreichend Zeit für Fragen und Diskussionen.

H23-1L101

**16.11.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Hans Riegler

### Die Dürre in der Potsdamer Parklandschaft

**In Zusammenarbeit mit der Stiftung Preußische Schlösser und Gärten Berlin-Brandenburg**  
Die Dürresommer der vergangenen Jahre haben große Schäden in den Potsdamer Parkanlagen verursacht. Am Beispiel des Park Sanssouci werden Ihnen die Herausforderungen, Handlungsstrategien und Möglichkeiten zum Erhalt bzw. zur Entwicklung des Baumbestandes erklärt sowie aktuelle Forschungsprojekte vorgestellt. Themen sind auch die historischen Entstehungsphasen der Potsdamer Parkanlagen, die Problematik des Altbaubestandes und eine Prognose für die Zukunft.  
**Eine Anmeldung ist erforderlich.**

W24-1G111

**06.03.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Ralf Kreuzt (SPSG)

### 100 Prozent Klimaschutz - Der Masterplan für Potsdam

#### Forum VHS

Der Klimawandel und seine Folgen betrifft uns alle. Mit ihrem Masterplan Klimaschutz will die Landeshauptstadt Potsdam bis 2045 Klimaneutralität erreichen. Lassen Sie sich von der Koordinierungsstelle Klimaschutz die konkreten Maßnahmen erklären und erfahren Sie, welche Beteiligungsmöglichkeiten es gibt. Nutzen Sie die Gelegenheit, Fragen zu stellen und Maßnahmen zum Klimaschutz zu diskutieren.

**Eine Anmeldung ist erforderlich.**

W24-1G103

**11.01.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei



# Sie wollen für Klimaschutz eintreten? Dann werden Sie **klimafit!**

An sechs Terminen erhalten Sie umfassendes Wissen, Anregungen zum Handeln sowie die Möglichkeit, sich untereinander und mit Akteuren des Klimaschutzes in Potsdam zu vernetzen.

Start: **März 2024**

Informationen und Termine  
ab Januar auf **vhs.potsdam.de**

*Entwickelt haben diesen Kurs der WWF Deutschland und der Helmholtz-Forschungsverbund Regionale Klimaänderungen und Mensch (REKLIM). Gefördert wird das Projekt vom BMWK im Rahmen der Nationalen Klimainitiative. Der Kurs wird vorbehaltlich der Finanzierung durchgeführt.*



## Umwelt- und Klimaschutz in Vereinen, Organisationen und Unternehmen

### Bildungsfreistellung

Dieser Kurs richtet sich an alle, die in Ihrem Verein, Ihrer Organisation oder Ihrem Unternehmen mehr Umwelt- und Klimaschutz etablieren möchten. Gemeinsam entwickeln wir Ideen und Ansätze, die sich einfach und effizient in vorhandene Strukturen integrieren lassen. Sie erhalten einen Überblick über bereits vorhandene anerkannte Managementsysteme zum Umwelt- und Klimaschutz wie z.B. das Emissions-, Wasser- und Energiemanagement. Anhand von Beispielen prüfen wir, was zu Ihren Strukturen passt.

---

H23-1G101B

**17.11.23**

1x Fr, 09:00 - 14:15 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

39,60 € / keine Ermäßigung

Bryan Müller

---

F24-1G101B

**06.05.24**

1x Mo, 09:00 - 14:15 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

39,60 € / keine Ermäßigung

Bryan Müller

---



### Trinkwasser - Ein kostbares Gut

Die Dürresommer der letzten Jahre haben uns die Bedeutung von Wasser deutlich vor Augen geführt. Sie erfahren, wie die Wasserversorgung in Potsdam funktioniert, wie aus Grundwasser Trinkwasser gewonnen wird und warum Trinkwasserschutzgebiete so wichtig sind. Diese und weitere Fragen beantwortet Ihnen der Fachbereich Energie- und Wassermanagement der EWP. Außerdem gibt es Tipps zum nachhaltigen Umgang mit Wasser.

**Eine Anmeldung ist erforderlich.**

W24-1G107  
**21.02.24**  
 1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr  
 2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
 entgeltfrei



### Das Potsdamer Wasserwerk

**Führung**  
 Die Energie und Wasser Potsdam GmbH versorgt Potsdam jederzeit mit frischem und sauberem Trinkwasser. Dafür sind viele verschiedene Arbeitsschritte nötig. Bei einer Führung durch das Wasserwerk Nedlitz können Interessierte den Weg des Wassers verfolgen und erleben, wie aus Rohwasser Trinkwasser wird.

**Eine Anmeldung ist erforderlich.**

W24-1G109  
**Den Termin erfahren Sie ab Anfang Februar auf unserer Webseite.**  
 Wasserwerk Nedlitz, Lerchensteig 9a  
 entgeltfrei

### Artenvielfalt - Wie wir Faltern & Co unter die Flügel greifen können

Während der Klimawandel heiß diskutiert wird und seine Auswirkungen auch in Brandenburg spürbar sind, ist der Verlust der Artenvielfalt weniger präsent, aber ein ebenso dringliches Problem. Warum verschwinden viele Tier- und Pflanzenarten überhaupt und was kann jede\*r dagegen tun? Antworten auf diese Fragen erhalten Sie in diesem Vortrag. Der Referent ist Mitglied der AG Bunte Wiese des BUND Brandenburg.

W24-1G201  
**20.02.24**  
 1x Di, 17:30 - 19:00 Uhr  
 2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
 8,00 € / keine Ermäßigung  
 Mario Sitte

### Artenvielfalt erleben

Bunte Wiesen sind ein Kontrast zu den vielen kurz gemähten Rasenflächen in Städten und Dörfern. Wir besuchen eine Wiese, die von der AG Bunte Wiese des BUND Brandenburg betreut wird. Sie erfahren, was diese ausmachen, wie man selbst eine anlegen kann und welche Pflege diese kleinen Naturparadiese brauchen. Anhand der dort wachsenden Pflanzen erhalten Sie eine erste Einführung in Pflanzenbestimmung und Kräuterkunde.

F24-1G203  
**27.04.24**  
 1x Sa, 09:00 - 12:00 Uhr  
 4 U-Std, Bahnhof Charlottenhof, Zeppelinstraße  
 17,60 € / 15,00 €  
 Mario Sitte



### Reise in den Bienenkosmos

#### Ein Workshop für Erwachsene und Kinder

Wo Honigbienen wohnen, gibt es viel zu sehen und zu tun. In diesem Kurs beobachten Sie Bienen „live“ und lernen Interessantes über das Leben eines Bienenvolks. Ihnen werden praktische Arbeiten der Imkerei erklärt und Sie dürfen sie ausprobieren. Der Kurs richtet sich an alle, die neugierig auf die Welt der Bienen sind oder überlegen, selbst einmal zu imkern. **Die Materialkosten betragen 5,00 Euro/Person und werden bei der Kursleitung direkt bezahlt.**

F24-1G205  
**08.06.24**  
 1x Sa, 10:00 - 15:15 Uhr  
 6 U-Std, VHS im Bildungsforum  
 31,30 € / 27,30 €  
 Brigitte Dreher



## Hinter den Kulissen des Stadtarchivs

Das Stadtarchiv Potsdam birgt einen Schatz unterschiedlicher und bedeutsamer Quellen zur Potsdamer Stadtgeschichte aus verschiedenen Epochen. Wir zeigen Ihnen querbeet eine Auswahl spannender Quellen, schauen uns das Magazin an und erklären Ihnen, wo und wie die Unterlagen verwahrt werden. Sie bekommen einen Einblick in unsere Arbeit und erfahren, wie Sie das Archiv sinnvoll nutzen können. Fragen sind willkommen!

H23-1A101

**08.11.23**

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

3 U-Std, Stadtarchiv, Helene-Lange- Str. 14 /

Campus der Stadtverwaltung, Haus 23

5,00 € / keine Ermäßigung

Sebastian Joneleit

## Auf den Spuren der Vorfahren

### Eine Einführung in die Ahnenforschung

Wer waren meine Urgroßeltern? Und wo lebten deren Eltern und Großeltern? Familiengeschichtliche Forschungen haben Konjunktur. Hier erlernen Sie Arbeitsmethoden zur selbstständigen Ahnenforschung. Sie lernen die wichtigsten genealogischen Quellen sowie ihre digitale oder analoge Nutzung kennen und erfahren, wie Sie Ihre Ergebnisse sachgerecht sichern und ansprechend präsentieren können.

W24-1A103

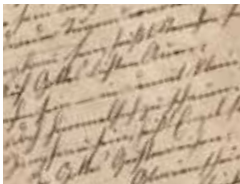
**16.02.24 – 23.02.24**

2x Fr, 16:30 - 18:00 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Dr. Johannes Leicht



## Urgroßmutterns Briefe lesen - Grundkurs

Sie besitzen handschriftliche Rezepte, Tagebücher oder Feldpost, die Sie nicht entziffern können? Sie begeben sich auf familiäre Spurensuche, stoßen aber nur auf Dokumente, die Ihnen noch mehr Rätsel aufgeben? In diesem Kurs lernen und üben Sie das Lesen alter deutscher Handschriften - ausgehend von Sütterlin, das bis 1941 an deutschen Schulen gelehrt wurde. Gern können Sie zum Entziffern eigene Schriftstücke mitbringen.

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

W24-1A105

**01.03.24 – 15.03.24**

3x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,00 € / 53,10 €

Anett Kolaschinsky

## Urgroßmutterns Briefe lesen - Aufbaukurs

Sie haben bereits Vorkenntnisse der Sütterlinschrift? Sie besitzen handschriftliche Rezepte, Tagebücher oder Feldpost in alter deutscher Schrift, die Sie nur zum Teil entziffern können? Hier lernen Sie, sich Methoden zu erarbeiten, um die Texte lesbar zu machen. Außerdem lernen Sie die Unterschiede zwischen Sütterlin und älteren Kurrentschriften kennen. Bringen Sie gern eigene Schriftstücke, die Sie entziffern möchten, mit.

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

H23-1A107

**08.12.23 – 09.12.23**

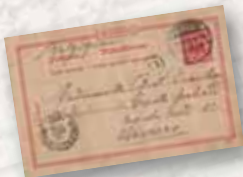
1x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr,

1x Sa 09:30 - 14:00 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

47,50 € / 41,60 €

Anett Kolaschinsky



## Alte Texte lesen - Die Sütterlinschrift

### Bildungsfreistellung

In vielen Behörden gehört das Lesen historischer Schriftstücke (Akten, Urkunden, Karten, Grundbucheinträgen) in alter deutscher Schrift zum Alltag. In diesem Kurs lernen Sie an zwei Tagen das Lesen alter deutscher Handschriften - ausgehend von Sütterlin, das bis 1941 an deutschen Schulen gelehrt wurde. Sie üben das Lesen und Schreiben in Sütterlin und erfahren etwas über altdeutsche Handschriften. Gerne können Sie eigene Schriftstücke mitbringen, die im Kurs gemeinsam gelesen werden.

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

W24-1A109B

**26.01.24 – 02.02.24**

2x Fr, 08:30 - 13:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

86,20 € / keine Ermäßigung

Anett Kolaschinsky

F24-1A109B

**07.06.24 – 14.06.24**

2x Fr, 08:30 - 13:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

86,20 € / keine Ermäßigung

Anett Kolaschinsky



## Jüdisches Leben in Deutschland

### Online-Selbstlernkurs

Wissen Sie, was ein Minjan ist? Kennen Sie neben Jiddisch weitere jüdische Sprachen? Die Antworten darauf und weitere interessante Informationen zur Geschichte jüdischen Lebens in Deutschland, zu Sprache, Musik und Kulinarischem erhalten Sie in diesem Online-Selbstlernkurs. Ab November 2023 können Sie zeitlich und örtlich flexibel in diese vielfältigen Themen eintauchen. Es werden keine Kenntnisse vorausgesetzt.

Der Kurs wird vom Verein „321-2021: 1700 Jahre jüdisches Leben in Deutschland“ und aus Mitteln des Bundesministeriums des Inneren gefördert.

**Die Zugangsdaten sowie Informationen zum Ablauf erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung. Ihr Zugang zum Kurs bleibt bis zum 30. Juni 2024 gültig.**

H23-1A201D

**ab 06.11.23**

vhs.cloud

5,00 €



## Europa und Brandenburg - Eine historische Reise

In Zusammenarbeit mit dem Kreisverband Potsdam und Potsdam-Mittelmark der Europa Union e.V.

Kommen Sie mit auf eine historische Reise durch die brandenburgische Migrations-Geschichte. In einem reich bebilderten Vortrag erhalten Sie fundierte Informationen über wesentliche europäische Aspekte Potsdams und des Landes Brandenburg. Sie erfahren, welche vielseitigen internationalen Impulse Zugewanderte für die Entwicklung der Stadt brachten und bekommen einen erweiterten „europäischen Blick“.

W24-1B101

**20.02.24**

1x Di, 17:30 - 19:00 Uhr  
2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
8,00 € / keine Ermäßigung  
Wolfgang Balint



## Von der Streusandbüchse zum Kulturland Brandenburg

Kommen Sie mit auf Erkundungstour durch Brandenburg: zu Landschaften, Schlössern, Klöstern, Persönlichkeiten, Naturparks, Museen, Industrie-Denkmalern und kulinarischen Besonderheiten zwischen Elbe und Oder. Anhand von Bildern und Geschichten erfahren Sie etwas über Alleen und Seidenraupen, über ein technisches Meisterwerk im Barnimer Land, den Chefdesigner Preußens, Michael Kohlhaas in Jüterbog und vieles mehr.

F24-1B103

**17.04.24**

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr  
4 U-Std, VHS im Bildungsforum  
18,00 € / 15,40 €  
Birgit Ritschel



## Geistreiches Potsdam - Aufklärer am Hofe Friedrichs des Großen

Der preußische König Friedrich II. hatte große philosophische Ambitionen. Zu seiner Tafelrunde versammelte er bedeutende französische Aufklärer wie Voltaire und La Mettrie. Gleichzeitig war das Verhältnis zur Intelligenz in Berlin als auch innerhalb der höfischen Gesellschaft getrübt. Lassen Sie sich den Mythos des Philosophenkönigs samt seiner geistesgeschichtlichen Hintergründe und Konflikte kenntnisreich skizzieren.

H23-1B201

**14.11.23**

1x Di, 17:30 - 19:00 Uhr  
2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
8,00 € / keine Ermäßigung  
Dr. Maurice Schuhmann



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

Sind wollen mehr über die Stadt, in der Sie leben, wissen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig! Sie erfahren etwas über die Stadtentwicklung und den Einfluss der Hohenzollern, warum es in Potsdams Innenstadt auffällig großzügige Freiflächen gibt und wo sich das historische Zentrum befindet. Auch die spannende Geschichte der Vorstädte und des Kulturstandortes Schiffbauergasse kommen nicht zu kurz.

H23-1B203

**24.11.23 – 02.12.23**

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

1x So, 10:00 - 12:15

17 U-Std, VHS im Bildungsforum

83,50 € / 72,30 €

Birgit Ritschel

W24-1B203

**08.03.24 – 16.03.24**

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

1x So, 10:00 - 12:15

17 U-Std, VHS im Bildungsforum

83,50 € / 72,30 €

Birgit Ritschel

- 24.11.2023 / 17:30 - 20:45 Uhr / VHS im Bildungsforum
- 25.11.2023 / 10:00 - 12:15 Uhr / Obelisk Alter Markt
- 26.11.2023 / 10:00 - 12:15 Uhr / Schloss Cecilienhof
- 01.12.2023 / 17:30 - 20:45 Uhr / VHS im Bildungsforum
- 02.12.2023 / 10:00 - 12:15 Uhr / Wasserturm Restaurant am Hauptbahnhof / Friedrich-Engels-Straße
- 08.03.2024 / 17:30 - 20:45 Uhr / VHS im Bildungsforum
- 09.03.2024 / 10:00 - 12:15 Uhr / Obelisk Alter Markt
- 10.03.2024 / 10:00 - 12:15 Uhr / Schloss Cecilienhof
- 15.03.2024 / 17:30 - 20:45 Uhr / VHS im Bildungsforum
- 16.03.2024 / 10:00 - 12:15 Uhr / Wasserturm Restaurant am Hauptbahnhof / Friedrich-Engels-Straße

**Die Teilnahme an Einzelveranstaltungen ist möglich. Nur nach vorheriger Anmeldung bei der VHS!**



## Die Legende vom „Roten Nowawes“

### Vortrag mit Rundgang

Das heutige Babelsberg galt über Jahrzehnte als Hochburg der Arbeiterbewegung. Für Konservative war das „Rote Nowawes“ ein Schimpfwort. Erfahren Sie, wie sich die Nowaweser Arbeiterbewegung aus den Beschäftigten der Textilfabriken an der heutigen Nuthe-Schnellstraße und später der Lokfabrik Orenstein & Koppel entwickelt hat, was sich in der NS-Zeit dort ereignete und was aus einzelnen Persönlichkeiten wurde. Nach dem Vortrag geht es zu einem geführten Rundgang durch Nowawes.

F24-1B205

**20.04.24**

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

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

13,50 € / 11,50 €

Dr. Uwe Klett



## FrauenOrte in Potsdam

### Vortrag mit Rundgang

Kennen Sie Käthe Pietschker, Anne Marie Baral oder Clara Hoffbauer? Diese und andere Frauen haben in Potsdam gelebt und gewirkt. Kommen Sie mit auf eine Zeitreise und erfahren Sie mehr über bekannte und weniger bekannte Potsdamer Frauen - von der Seidenkultivateurin bis zur Stifterin des Werner-Alfred-Bades. Die Veranstaltung startet mit einem Vortrag. Anschließend geht es auf eine kurzweilige Spurensuche zu Fuß im Umkreis der VHS.

F24-1B207

**11.04.24**

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

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

13,50 € / 11,50 €

Dörthe Kuhlmei



## Die deutsch-deutsche Teilung

### Ein Spaziergang

Ein Teil des 155 Kilometer langen Berliner Mauerstreifens befand sich auch in Potsdam. Heute zählt das Ufer zwischen Glienicker Brücke und Schloss Cecilienhof zu den beliebtesten Ausflugszielen der Landeshauptstadt. Auf dem Weg von der Schwanenallee bis zur Meierei im Neuen Garten erfahren Sie etwas über das Leben im Sperrgebiet, die Auswirkungen auf die Landschaft, Fluchtversuche und die Hintergründe des Mauerbaus.

F24-1B209

**25.05.24**

1x Sa, 10:00 - 12:15 Uhr

3 U-Std, Villa Schöningen,

Berliner Straße 86

13,20 € / 11,20 €

Birgit Ritschel



## Filmhauptstadt Potsdam

### FILM MUSEUM POTSDAM

Potsdam ist die erste und einzige UNESCO-Filmstadt in Deutschland. Nationale und internationale Filme und Serien sowie Kooperationen und Erfindungen kommen immer häufiger von hier. In diesem Vortrag geht es um die spannende Entwicklung von der ersten Klappe in Babelsberg über die Unternehmen Bioscop, Ufa und DEFA bis zum heutigen Studio Babelsberg in der Medienstadt. Freuen Sie sich auf bewegende Geschichten und Anekdoten sowie bahnbrechende Erfindungen aus Potsdam.

W24-1B301

**23.01.24**

1x Di, 17:30 - 20:45 Uhr  
4 U-Std, VHS im Bildungsforum  
18,00 € / 15,40 €  
Sebastian Stielke



### Drehorte in Potsdam

#### Vortrag mit Rundgang

Potsdam verfügt über viele Drehmotive und hält daher immer wieder als Kulisse für Filme und Serien her. Dreharbeiten finden im gesamten Stadtgebiet statt: in der Innenstadt und den Ortsteilen, in den Parkanlagen und Schlössern. Freuen Sie sich auf einen interessanten Vortrag über vergangene und aktuelle Produktionen mit einem anschließenden Rundgang zu einigen Drehorten in der Stadt.

F24-1B305

**07.06.24**

1x Fr, 16:30 - 18:45 Uhr  
3 U-Std, VHS im Bildungsforum  
13,50 € / 11,50 €  
Sebastian Stielke



## Babelsberg schreibt Filmgeschichte

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

Sie sind von der Filmgeschichte Potsdams fasziniert? Vielleicht haben Sie auch den Vortrag „Filmhauptstadt Potsdam“ besucht und wollen nun tiefer in das Thema eintauchen? Dann ist diese dreiteilige Veranstaltungsreihe für Sie genau richtig! Sie erfahren viele Hintergründe aus der über 100-jährigen Filmgeschichte des ältesten Filmstudios der Welt und über die UNESCO-City of Film.

**Donnerstag, 07.03.2024, 18:00 - 20:30 Uhr**

Besuch der ständigen Ausstellung „Traumfabrik 100 Jahre Film in Babelsberg“ im Filmmuseum. Mit zahlreichen Geschichten und überraschenden Hintergründen tauchen Sie interaktiv und anhand vieler Originale in die wechselvollen Zeiten des Babelsberger Filmgeländes ein. Veranstaltungsort: Filmmuseum Potsdam, Breite Straße 1a, Treffpunkt Foyer

**Samstag, 09.03.2024, 10:00 - 12:15 Uhr**

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

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

**Sonntag, 10.03.2024, 10:00 - 12:15 Uhr**

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

Treffpunkt: Bahnhof Griebnitzsee, Ausgang Wasserseite/Vorplatz Rudolf-Breitscheid-Straße 201  
**Die Teilnahme an Einzelveranstaltungen ist möglich. Nur nach vorheriger Anmeldung bei der VHS!**

W24-1B303

**07.03.24 – 10.03.24**

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

9 U-Std, Filmmuseum Potsdam, Breite Straße 1a  
50,60 € / 44,70 €  
Sebastian Stielke



Die folgenden Kurse werden in Zusammenarbeit mit der Stiftung Preussische Schlösser und Gärten Berlin-Brandenburg Angeboten.

### Einblicke in die Sommerresidenz Schloss Glienicke

Als Prinz Carl von Preußen 1823 von seiner ersten Italienreise nach Berlin zurückkehrte, ließ er in der „märkischen Streusandbüchse“ seinen Traum von einer italienischen Villa in südlich anmutender Landschaft verwirklichen. Gebaut wurde Schloss Glienicke nach den Entwürfen von Karl Friedrich Schinkel. Nutzen Sie die Gelegenheit, bevor der Bau 2024 geschlossen wird und lassen Sie sich bei einer Führung bezaubern.

H23-1B401

**14.10.23**

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

2 U-Std, Schloss Glienicke, Königstr. 36, 14109

Berlin (Schlosskasse)

12,50 € / keine Ermäßigung

Anke Berkhoff

### Der Neue Garten - Über Sichtbeziehungen und Gebäude

Der Neue Garten ist nicht nur Standort von Schloss Cecilienhof und dem Marmorpalais, sondern spielt auch eine zentrale Rolle in der Potsdamer Gartenlandschaft. Davon zeugen Sichtbeziehungen und eine besondere Wegeführung. Erfahren Sie mehr über die gestalterischen Spuren des aus Würzburg stammenden Gärtners Johann August Eysenbeck und Peter Joseph Lennés sowie über die Küche in einer römischen Tempelruine, die Orangerie, die Gotische Bibliothek, die Muschelgrotte, die Meierei und die Pyramide.

F24-1B407

**01.06.24**

1x Sa, 10:00 - 12:00 Uhr

3 U-Std, Gotische Bibliothek, Neuer Garten

10,00 € / keine Ermäßigung

Alexandra Schmöger

### Spurensuche im Neuen Palais

Der letzte Deutsche Kaiser Wilhelm II. war der erste Monarch, der den imposanten Schlossbau im Park Sanssouci als Residenz nutzte. Dort fanden nicht nur Staatsempfänge statt. Er war auch privater Rückzugsort der kaiserlichen Familie. Begeben Sie sich auf Spurensuche, staunen Sie über Dienstbotentreppe, Badezimmer sowie einen historischen Ruderapparat. Der Schlossleiter persönlich erklärt Ihnen die spannende Nutzungsgeschichte des Neuen Palais.

F24-1B403

**20.04.24**

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

2 U-Std, Besucherzentrum Neues Palais, Am

Neuen Palais 3

20,00 € / keine Ermäßigung

Jörg Kirschstein

### Die „Moschee“ - Potsdams Dampfmaschinenhaus

Das Dampfmaschinenhaus an der Neustädter Havelbucht ist das reizvollste und fremdartigste Bauwerk in Potsdam sowie ein bemerkenswertes Architekturbeispiel für Zweckbauten der frühen Industrie im 19. Jahrhundert. König Friedrich Wilhelm IV. ließ die schönste Kraftanlage Preußens 1841-43 von Ludwig Persius im maurischen Stil errichten. Lassen Sie sich von dem technischen Wunderwerk von einst faszinieren.

F24-1B405

**21.06.24**

1x Fr, 14:00 - 15:00 Uhr

1,3 U-Std, Dampfmaschinenhaus,

Breite Straße 28

12,50 € / keine Ermäßigung

Klaus Lehmann



## Jagdschloss Stern - Ein besonderes Schloss

**In Zusammenarbeit mit dem Förderverein Jagdschloss Stern - Parforceheide e.V.**

Auf den ersten Blick wirkt es wie ein holländisches Bürgerhaus: Am Stern in der Parforceheide bei Potsdam steht das Jagdschloss, das der preußische König Friedrich Wilhelm I. ab 1730 errichten ließ. Es ist das einzige von ihm gebaute Schloss und diente seinem Hobby, der Jagd. Bei einem Rundgang lernen Sie den nahezu im Originalzustand erhaltenen Bau, das Gelände und die Ausstellungen zur Geschichte des Schlosses und zu Berichten von Zeitzeugen im ehemaligen Schafstall kennen.

F24-1B409

**15.06.24**

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

2 U-Std, Jagdschloss Stern,

Jagdhausstraße 32

15,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Bernd Küster





### „Bleib doch mal sachlich“ - wie Kommunikation funktioniert

Die Aufforderung, jetzt doch mal „endlich sachlich zu bleiben“, führt in der Regel eher zum Gegenteil. Sie erwischt uns nämlich meist auf dem falschen Ohr. Denn wenn es um Kommunikation geht, haben wir sogar vier Ohren. Welche das sind und wie wir mit ihnen umgehen können, erfahren Sie in dieser Abendveranstaltung.

H23-1F101

**06.12.23**

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Ulrike Wolf



### Konstruktiv streiten für ein gutes Miteinander

Oft führen unterschiedliche Haltungen zu Streit, der unlösbar scheint. Auch die Corona-Pandemie hat gezeigt, dass unterschiedliche Einstellungen zu Verstimmungen bis hin zum Kontaktabbruch führen können. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie sich und Ihr Umfeld vor destruktivem Streit schützen können. Auch Familien und Teams profitieren von dem Vermögen, einen bewussteren Umgang miteinander zu pflegen.

W24-1F103

**24.01.24**

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Mary C. Baßler



### Mit Körpersprache die eigene Wirkung optimieren

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

W24-1F105

**15.02.24**

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

Ulrike Wolf



### Lernen Sie, sich zu entscheiden

Kennen Sie das Gefühl, sich nicht entscheiden zu können? Stehen Ihnen Unsicherheit und Angst vor Entscheidungen im Weg? Wer hängt von mir ab und was folgt aus meiner Entscheidung? In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie Entscheidungen leichter treffen und was das mit Lebendigkeit zu tun hat.

W24-1J101

**27.02.24**

1x Di, 17:30 - 20:45 Uhr  
4 U-Std, VHS im Bildungsforum  
18,00 € / 15,40 €  
Mary C. Baßler



### Kritisieren, aber wie?

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

F24-1F109

**24.04.24**

1x Mi, 17:30 - 20:45 Uhr  
4 U-Std, VHS im Bildungsforum  
18,00 € / 15,40 €  
Ulrike Wolf



### Klartext reden für Frauen

Reden wir doch einfach Klartext und sagen ohne Umschweife, was wir meinen und wollen. In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie sich offen äußern können, ohne andere zu kränken, Sie lernen „Nein“ zu sagen, ohne zu verprellen. Und Sie erleben, wie Sie durch klare Kommunikation Zeit sinnvoll nutzen, Arbeitsabläufe im Team verbessern und Beziehungen stärken können.

W24-1F107

**05.03.24**

1x Di, 17:30 - 20:45 Uhr  
4 U-Std, VHS im Bildungsforum  
18,00 € / 15,40 €  
Mary C. Baßler



### Weihnachten - Wieviel Patchwork trägt das Fest der Liebe?

Alle Jahre wieder stellen sich Patchwork-Familien die gleichen Fragen: Wie sollen die Feiertage gestaltet werden? Wann sind die Kinder bei welchen Eltern? Und wie läuft es mit den vielen Großeltern? Auch die Geschenke werfen Fragen auf. Die Kursleitende beleuchtet mit Ihnen das Konfliktpotenzial und gibt Tipps und Ideen für Ihre Planung, damit das Weihnachtsfest harmonisch verläuft.

H23-1H101

**02.12.23**

1x Sa, 10:00 - 13:15 Uhr  
4 U-Std, VHS im Bildungsforum  
18,00 € / 15,40 €  
Mary C. Baßler



### Stärken Sie Ihr(e) Kinde(r)

Unterstützung, Liebe und positive Vorbilder sind der Schlüssel, damit unsere Kinder ihrem Alltag neugierig begegnen und zu selbstbewussten Erwachsenen werden können. Wie können wir unserer Kinder helfen, ihre Stärken zu entdecken und diese zu fördern? Welche Instrumente und Werte sollten wir ihnen mitgeben? In dieser Veranstaltung betrachten wir Ihr Kind und überlegen, wie wir seine Resilienz fördern können.

F24-1H105

10.04.24

1x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Sandra Petz

### Patchworkfamilien – Begegnung auf Augenhöhe

Mitglieder von Patchworkfamilien erleben ständig Veränderungen und müssen darauf reagieren. Die Vergangenheit beeinflusst Gegenwart und Zukunft. Sie bestimmt oftmals das konfliktreiche Miteinander. Für einen wertschätzenden und lösungsorientierten Umgang ist es wichtig, dass sich jedes Mitglied mit seinen Erwartungen und Bedürfnissen wiederfindet. Sie erfahren, wie man sich auf Augenhöhe begegnen und damit zu Balance und Stabilität im Miteinander beitragen kann.

F24-1H107

29.05.24

1x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Sandra Petz





### Medienerziehung im Grundschulalter

Digitale Medien und Fragen der Mediennutzung prägen heutzutage den Familienalltag. Eltern fragen sich, ab wann ihr Kind ein Smartphone besitzen sollte und worauf sie hierbei achten müssen. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind auf das Leben mit einem Smartphone vorbereiten können, welche Apps sinnvoll sind und wie sich Regeln im Familienalltag sinnvoll einführen und umsetzen lassen. Geeignet für Eltern mit Kinder im Alter von 6 bis 9 Jahren.

H23-1H201

**14.11.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Dirk Rosenzweig

### Cybermobbing

Bereits in den ersten Jahrgangsstufen kommt es im Klassenchat zu hässlichen Kommentaren und Beleidigungen. Ab wann sprechen wir von Cybermobbing und wie können Sie Ihr Kind unterstützen, wenn es im digitalen Umgang zu Schwierigkeiten kommt? In dieser Veranstaltung erfahren Sie, worauf Eltern achten sollten, welche Warnsignale ernst zu nehmen sind und wie man sich bei digitalen Auseinandersetzungen am besten verhält. Geeignet für Eltern mit Kinder im Grundschulalter.

W24-1H205

**12.03.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Dirk Rosenzweig

### Sicher im Netz unterwegs

Soziale Medien gehören für Kinder und Jugendliche zum Aufwachsen dazu. Leider gibt es auch gefährliche Situationen, vor denen wir unsere Kinder schützen müssen. Sie erfahren, wie Sie Ihr Kind unterstützen können und worauf Sie achten müssen, wenn es im Netz unterwegs ist. Es geht um die Frage, ob Konsolenspiele wie FIFA, Fortnite und Minecraft wirklich so ungefährlich sind, welche Spuren man im Netz hinterlässt und welche Möglichkeiten es gibt es, um Ihr Kind vor negativen Erfahrungen zu schützen. Geeignet für Eltern mit Kinder im Alter von 9 bis 13 Jahren.

W24-1H203

**16.01.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Dirk Rosenzweig

### Bildschirmmedien und Computerspiele pädagogisch nutzen

#### Bildungsfreistellung

Die Digitalisierung hat den Bildungsbereich nachhaltig verändert, deshalb sind medienpädagogische Kompetenzen unverzichtbar. In diesem Kurs geht es um die Förderung eines reflektierten Umgangs mit digitalen Medien, den Einsatz von Bildschirmmedien sowie die Erstellung von Medienkonzepten und deren Integration in den Lehrplan. Wir tauschen uns auch über Chancen und Risiken von Computerspielen im Bildungskontext aus. Die Veranstaltung richtet sich insbesondere an pädagogische Fachkräfte von kleinen Einrichtungen, Tagespflegepersonen, Schulsozialarbeiter\*innen und Lehrkräfte.

W24-1H207B

**25.03.24 – 26.03.24**

Mo - Di, 09:00 - 16:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

112,60 € / keine Ermäßigung

Kevin Matiszent





## Rechtsmedizin - Wie sieht die Praxis aus?

### Vortrag mit Besichtigung im Brandenburgischen Landesinstitut für Rechtsmedizin

Wissen Sie, was Rechtsmediziner\*innen von Patholog\*innen unterscheidet? In dieser Veranstaltung erhalten Sie einen kompakten Überblick über die vielfältigen Arbeitsbereiche und Arbeitsweisen in der Rechtsmedizin. Anhand von Fallbeispielen erfahren Sie Details aus der Praxis und haben Gelegenheit, Fragen zu stellen.

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

H23-1E101

**20.11.23**

1x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr  
2 U-Std, Landesinstitut f. Rechtsmedizin,  
Lindstedter Chaussee 6, Studierendeneingang  
8,00 € / keine Ermäßigung  
Dr. Jacques Stoelben

W24-1E101

**18.03.24**

1x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr  
2 U-Std, Landesinstitut f. Rechtsmedizin,  
Lindstedter Chaussee 6, Studierendeneingang  
8,00 € / keine Ermäßigung  
Dr. Jacques Stoelben

## Warum Erben ungerecht ist

### (\*) Vortrag im Live-Stream

Ist Erben und Vererben ungerecht, da sie dem Begünstigten einen ungerechten Vorteil und der Gesellschaft Nachteile verschafft? In diesem Vortrag werden Ihnen die gängigsten gerechtigkeitsbasierten Argumente gegen das Erben vorgetragen und gegen die wichtigsten normativen Argumente zugunsten des Vererbens verteidigt, die sich auf das Eigentumsrecht, den Vergleich zu Schenkungen, den Wert der Familie und ökonomische Argumente beziehen.

**Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung.**

H23-1E103D

**12.10.23**

1x Do, 19:30 - 21:00 Uhr  
2 U-Std, Live-Stream  
entgeltfrei  
Prof. Stefan Gosepach



## Testamentsgestaltung - Wie Sie mit Ihrem Erbe Gutes tun können

Was bleibt von mir, wenn ich nicht mehr bin? Erfahren Sie, wie Sie mit Ihrem Erbe Gutes bewirken und Bleibendes schaffen können. Die Referentin ist Sprecherin der Initiative „Mein Erbe tut Gutes. Das Prinzip Apfelbaum“ und gibt Tipps zur Testamentsgestaltung. Die Initiative ist ein Zusammenschluss von 25 gemeinnützigen Organisationen und Stiftungen (u.a. Amnesty International, Deutsches Kinderhilfswerk, DKMS).

H23-1E105

**15.11.23**

1x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr  
2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
5,00 € / keine Ermäßigung  
Susanne Anger

## Vererben und Erben

Bei dieser Veranstaltung bekommen Sie einen Einblick in die Themen Vererben und Erben. Sie lernen, wozu ein Testament notwendig ist und wann ein Erbvertrag sinnvoller ist. Sie erfahren, was Sie konkret im Erbfall tun müssen und welche Rechte und Pflichten sie haben. Auch thematisieren wir die gesetzliche Erbfolge und den Pflichtteil.

F24-1E107

**30.05.24**

1x Do, 15:45 - 18:15 Uhr  
3 U-Std, VHS im Bildungsforum  
13,50 € / 11,50 €  
Eyleen Tischer





## Erbschafts- und Schenkungssteuerrecht

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

H23-1E201

**13.12.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Birgit Freiheit

## Steuerpflicht für Rentner\*innen?

Müssen Rentner\*innen eine Steuererklärung abgeben? Diese Frage ist nicht pauschal zu beantworten. Sie erfahren, ab welcher Rentenhöhe Steuer anfällt und welche Aufwendungen in der Steuererklärung geltend gemacht werden können. Sie lernen die unterschiedlichen Besteuerungsarten kennen und erhalten einen Einblick in die Berechnung der Einkommensteuer.

**Bitte beachten Sie: Es werden keine Hinweise zum Ausfüllen der Steuerklärung mit ELSTER gegeben.**

W24-1E203

**21.03.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Anett Moschner

## Vermögensaufbau mit ETFs - Grundkurs

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

**Bitte beachten Sie: Bei dem Kurs handelt es sich um eine Bildungsveranstaltung, nicht um eine Finanzberatung.**

H23-1E301

**04.10.23**

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

René Günther

W24-1E301

**31.01.24**

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

René Günther





## Vermögensaufbau mit ETFs - Aufbaukurs

Sie möchten tiefer in den Vermögensaufbau mit ETFs einsteigen? Im Vertiefungskurs erfahren Sie, wie Sie mit speziellen, ausschüttenden ETFs und Dividenden-Titeln Schritt für Schritt ein monatliches, passives Zusatz-Einkommen aufbauen können. Wir untersuchen, welchen großen Einfluss der Zinseszinsseffekt über lange Zeiträume hat und Sie erhalten einen Überblick darüber, wie Sie die „richtigen“ ETFs oder Aktien finden, welche Steuern anfallen und wie Sie diese legal zum Teil vermeiden können.

**Bitte beachten Sie: Bei dem Kurs handelt es sich um eine Bildungsveranstaltung, nicht um eine Finanzberatung.**

H23-1E303

**07.12.23**

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

René Günther

W24-1E303

**20.03.24**

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

René Günther

## Finanzplanung und Vermögensaufbau - Selbst ist die Frau!

Es ist nicht leicht, sich in der Finanzwelt zurechtzufinden. Sie erhalten hilfreiche Ansatzpunkte für die Gestaltung Ihres Vermögens: Welche Anlagemöglichkeiten gibt es? Was ist mit den Finanzen in der Partnerschaft? Sie lernen auch, was zu berücksichtigen ist, wenn sich die Lebenssituation, etwa durch Kinder oder Scheidung ändert. Junge Frauen erfahren, wie sie sich von Beginn an finanziell gut aufstellen können.

W24-1E303

**29.02.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Eyleen Tischer



## Mit Geld die Welt retten

Neben einer guten Rendite stellen sich viele Anleger mehr und mehr die Frage, wie sie auch einen Beitrag zum Klimaschutz oder zu sozialen Belangen leisten können. In diesem Kurs erhalten Sie einen Überblick über bestehende Möglichkeiten, sein Geld nachhaltig anzulegen. Sie erfahren, welche unterschiedlichen Anlageansätze es gibt und was beachtet werden muss. Wir sprechen aber auch über Risiken dieser Form der Geldanlage.

F24-1E309

**25.04.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Eyleen Tischer

## Reicht die gesetzliche Rente?

Die gesetzliche Rente wird für die Allermeisten von uns nicht für große Sprünge reichen. Sie erhalten einen Überblick über die Höhe Ihrer gesetzlichen Rente, die Größe Ihrer Rentenlücke und die Möglichkeiten der (privaten) Vorsorge, um Ihren Lebensstandard im Alter zu erhalten. Wir betrachten die Vor- und Nachteile von Riester-, Betriebs- und privaten Renten. Sie lernen zudem, wie Sie sich schrittweise und ohne viel Aufwand zum Beispiel mittels ETFs ein Vermögen aufbauen können.

**Das Mitbringen Ihrer letzten Renteninformation und ggf. Mitteilung der Riester- /Betriebsrente ist hilfreich.**

**Bitte beachten Sie: Bei dem Kurs handelt es sich um eine Bildungsveranstaltung, nicht um eine Finanzberatung.**

F24-1E311

**12.06.24**

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

18,00 € / 15,40 €

René Günther



# Kultur und Gestalten





**Manuela Peglow**  
Programmbereichsleitung

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

---



**Sabine Kammin**  
Verwaltung

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

---



## Literatur im Gespräch

### In Zusammenarbeit mit der Stadt- und Landesbibliothek Potsdam

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

**28.09.23** „Frei. Erwachsenwerden am Ende der Geschichte“ von Lea Ypi

**23.11.23** „Dschinns“ von Fatma Aydemir

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

H23-2A001

**28.09.23**

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

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

5,00 € / keine Ermäßigung

Helen Thein-Peitsch

H23-2A002

**23.11.23**

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

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

5,00 € / keine Ermäßigung

Helen Thein-Peitsch

W24-2A003

**25.01.24**

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

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

5,00 € / keine Ermäßigung

Helen Thein-Peitsch

W24-2A004

**14.03.24**

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

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

5,00 € / keine Ermäßigung

Helen Thein-Peitsch

F24-2A005

**30.05.24**

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

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

5,00 € / keine Ermäßigung

Helen Thein-Peitsch

S24-2A006

**22.08.24**

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

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

5,00 € / keine Ermäßigung

Helen Thein-Peitsch



## Kreatives Schreiben

Wer hat Angst vor dem leeren Blatt? Sie nicht? Dann sind Sie hier richtig! In diesem Schreibkurs gehen wir gemeinsam auf die Suche nach Ihren Worten. Mit geleiteten Sprachspielen, kreativen Schreibübungen und einem Einblick in die Handwerkskiste des Schreibens wird Ihre Geschichte aufs Papier gebannt. Schon Mark Twain wusste: „Schreiben ist leicht. Mann muss nur die falschen Worte weglassen.“

### → 14tägig

H23-2B001

**11.09.23 – 18.12.23**

7x Mo, 17:15 - 19:30 Uhr

21 U-Std, VHS im Bildungsforum

93,10 € / 80,50 €

Angelina Streich

### → 14tägig

W24-2B001

**29.01.24 – 06.05.24**

7x Mo, 17:15 - 19:30 Uhr

21 U-Std, VHS im Bildungsforum

93,10 € / 80,50 €

Angelina Streich

## Autobiografisches Schreiben

Schreiben über sich selbst ist achtsames Schreiben. Im Schreibprozess finden wir autobiografisches Material in ungeahnter Fülle. Was in unserer Erinnerung wie ein unsortiertes Fotoalbum aussah, erscheint uns lebendig und füllt sich mit den Geschichten dahinter. Ihr Projekt wird eine kleine Sammlung autobiografischer Texte in vielfältiger Form sein, ergänzt durch Fotos, Gedichte oder Briefe.

**Bitte mitbringen: Papier, Stift und Textmarker.**

W24-2B005

**18.01.24 – 29.02.24**

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

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Sabine Braun



## Museum Barberini

**Mit unserem Kooperationspartner, dem Museum Barberini, bieten wir Ihnen in der VHS regelmäßige Einführungen in die aktuellen Ausstellungen des Museums an, die durch eine Veranstaltung vor Ort in der Folgewoche vertieft werden. Im Museum erleben Sie eine Führung durch die Ausstellung und können danach bis zur Schließung im Museum verweilen. Vortrag und Führung werden von Kunsthistorikerinnen übernommen.**

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

Weitere Informationen: [www.museum-barberini.de](http://www.museum-barberini.de), Tel: **0331 236 014 499**.

### Einführung in die Ausstellung „**Wolken und Licht. Impressionismus in Holland**“

Die Landschaftsmalerei hat in den Niederlanden ihren Ursprung. Der Realismus der Alten Meister des 17. Jahrhunderts blieb der Maßstab. Mit der in Frankreich entwickelten Malerei unter freiem Himmel erhielten die niederländischen Maler des 19. Jahrhunderts neue Impulse. Die Haager Schule fing die sich wandelnden Lichtstimmungen der Natur in hohen Wolkenhimmeln mit vielen Grauschattierungen ein. Ab den 1880er Jahren wurden im Wechselspiel mit impressionistischen Einflüssen aus Frankreich die Stadtlanschaft und das moderne Leben ein Thema, bevor mit dem aufkommenden Pointilismus die Entfesselung der Farbe die Malerei bestimmte. Die Ausstellung zeigt rund 100 Werke von etwa 40 Künstlerinnen und Künstlern, darunter Johan Barthold Jongkind, Vincent van Gogh, Jacoba van Heemskerck und Piet Mondrian.

H23-2C001

**09.10.23 – 16.10.23**

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

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

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Christine Jeep

### Einführung in die Ausstellung „**Munch. Lebenslandschaft**“

Die erste Ausstellung über Edvard Munchs Landschaften fokussiert sich auf seine Auseinandersetzung mit der Natur. Einerseits verstand er die Natur als sich zyklisch erneuernde Kraft, andererseits sah er sie als Spiegel seiner seelischen Zerrissenheit. Munch entwickelte ein pantheistisches Naturverständnis, das er auf die norwegischen Küsten und Wälder projizierte. Die dramatischen Wetterverhältnisse in seinen Gemälden erhalten vor dem Hintergrund der aktuellen Klimakrise eine überraschende Brisanz. Die Ausstellung wird außer im Museum Barberini noch im Clark Art Institute in Williamstown (USA) und im Munchmuseet in Oslo (Norwegen) gezeigt.

W24-2C002

**04.03.24 – 11.03.24**

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

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

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Christine Jeep

**MUSEUM BARBERINI**

**POTSDAM**



# Holland. Munch. Modigliani.

---

**Wolken und Licht.  
Impressionismus in Holland  
8. Juli bis 22. Oktober 2023**

---

**Munch.  
Lebenslandschaft  
18. November 2023 bis 1. April 2024**

---

**Modigliani.  
Moderne Blicke  
27. April bis 18. August 2024**

---



## Große Namen der Kunstgeschichte

**In dieser Reihe erhalten Sie eine Einführung in verschiedene Themen der Kunstgeschichte und lernen Künstler\*innen verschiedener Epochen kennen. Kommen Sie mit auf eine Reise in die Welt der Kunst!**



### Edvard Munch und der Blick auf die Frauen in der Kunst

Auffallend viele Werke des Malers Edvard Munch (1863-1944) bilden Frauen ab, nutzen weibliche Allegorien und widmen sich der Psyche der Frau - oder dem, was der Künstler Munch darunter versteht. Er sah die Frau als „eine Heilige, eine Hure und eine unglücklich Verlorene“. War sein Verhältnis zu Frauen realistisch? In diesem Vortrag erfahren Sie mehr über die Bilder, deren Ausdruck bis heute fasziniert.

H23-2C005

**28.09.23**

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr  
2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
8,00 € / keine Ermäßigung  
Dr. Gerhild H. M. Komander



### Jan Vermeer van Delft

Über die Ausbildung und den Werdegang des niederländischen Malers Vermeer, der von 1632 bis 1675 lebte, ist wenig bekannt. Seine Gemälde gehören sie zu den bekanntesten der niederländischen Malerei. Dem Gemälde „Das Mädchen mit dem Perlenohrring“ widmete das Museum Mauritshuis in Den Haag 1995 sogar eine eigene Ausstellung. In diesem Vortrag erfahren Sie mehr über das Geheimnis seines posthumen Ruhms.

H23-2C006

**16.11.23**

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr  
2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
8,00 € / keine Ermäßigung  
Dr. Gerhild H. M. Komander



### Für die künstlerische Freiheit: Die Berliner Secession

Am 2. Mai 1898 schlossen sich Berliner Künstlerinnen und Künstler auf Anregung des Malers Walter Leistikow zur Berliner Secession zusammen. Käthe Kollwitz, Heinrich Zille, Max Liebermann, Lovis Corinth und andere protestierten damit gegen die einengende kaiserliche Kunstpolitik Wilhelms II. In diesem Vortrag erfahren Sie mehr über die Inhalte und Hintergründe der künstlerischen Auseinandersetzung.

W24-2C007

**25.01.24**

1x Do, 17:30 - 19:00 Uhr  
2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
8,00 € / keine Ermäßigung  
Dr. Gerhild H. M. Komander



## Die Moderne in Deutschland

Die Ausstellung „Der Erste Deutsche Herbstsalon“ von 1913 war eines der bedeutendsten Kunstereignisse des 20. Jahrhunderts und prägt bis heute die Kunstwissenschaft. Der Galerist Herwarth Walden stellte in Berlin Werke von Alexander Archipenko über Carlo Carrà und Gabriele Münter bis Wera Felfin aus. In diesem Vortrag erfahren Sie mehr über bekannte, berühmte und längst vergessene Künstlerinnen und Künstler.

W24-2C008

**15.02.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Gerhild H. M. Komander



## Die Expressionistin Gabriele Münter

### Im Rahmen der Potsdamer Frauenwoche

1901 kommt Gabriele Münter aus einem liberalen deutsch-amerikanischen Elternhaus nach München und besucht die Phalanx-Schule des russischen Juristen Wassily Kandinsky, mit dem Sie bis 1914 in Murnau zusammenlebt. Münter findet ihren Stil in einem stark leuchtenden Expressionismus. In diesem Vortrag erfahren Sie mehr über die Ausnahmefrau und zentrale Künstlerin des Expressionismus.

W24-2C009

**07.03.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Gerhild H. M. Komander



## Die Galeristin Peggy Guggenheim

40 Jahre lang förderte Peggy Guggenheim die Kunst des 20. Jahrhunderts. Sie trug dazu bei, dass sich neue Kunstrichtungen wie Surrealismus, Kubismus und Futurismus etablierten. Der abstrakte Expressionismus verdankte ihr seinen Durchbruch „als erster amerikanischen Kunstrichtung von internationalem Rang“. In diesem Vortrag erfahren Sie mehr über die Mäzenin zwischen London, New York und Venedig.

F24-2C010

**18.04.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Gerhild H. M. Komander



## Die Ölskizzen zum „Medici-Zyklus“ von Peter Paul Rubens

### Vortrag im Live-Stream

Die Ölskizzen von Peter Paul Rubens für seinen „Medici-Zyklus“ sind ein besonderer Schatz der Alten Pinakothek in München: 17 kleine Tafelbilder erzählen von Maria de' Medici, die nach dem Tod ihres Mannes König Heinrich IV. von Frankreich, vorübergehend die Regentschaft übernahm und auch später versuchte, politisch Einfluss zu nehmen. Rubens nahm den Auftrag an, ihre Geschichte zu erzählen und in ihrem Sinne zu deuten. Die großen Gemälde zählen heute zu den Attraktionen im Louvre. Die Skizzen sind unschätzbare Dokumente für die Genese dieses berühmten Zyklus.

Mirjam Neumeister leitet die Sammlung für Flämische Barockmalerei an den Bayerischen Staatsgemäldesammlungen München. Die Veranstaltung wird live aus der Alten Pinakothek in München gestreamt.

**Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung. Achtung: Die Anmeldung ist bis 16 Uhr am Vortragstag möglich!**

H23-2C015D

**14.12.23**

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

2 U-Std, Live-Stream

entgeltfrei

Dr. Mirjam Neumeister



## Die mexikanischen Malerin Frida Kahlo

„Wozu brauche ich Füße, wenn ich Flügel habe...?“ lautet ein Zitat von Frida Kahlo - Surrealistin, Schmerzensfrau, Überlebenskünstlerin, Ikone und noch viel mehr. Was macht die Faszination dieser Malerin aus? Lernen Sie die verschiedenen Facetten des spannenden und abwechslungsreichen Lebens Frida Kahlos im gesellschaftspolitischen Kontext Mexikos kennen.

F24-2C015

**19.04.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Stefanie Hoppe



### Der Märkische Winter in Gemälden von Olaf Thiede

In vielen stimmungsvollen Bildern von Dörfern, Seen und Landschaften zeigt sich die stille Seite der Mark Brandenburg. Olaf Thiede weist auf die typischen Gegebenheiten unserer Region mit ihren Lichtstimmungen hin und berichtet eindrucksvoll von seinen Fahrradtouren bei allen Wettern. Klimaveränderungen lassen manche Erlebnisse zu seltenen Erinnerungen werden.

W24-2C020

**27.02.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Olaf Thiede

### Technik, Kunst und Romantik der Eisenbahn

Relikte ländlicher Bahnstationen in der Mark Brandenburg, Sachsen und Sachsen-Anhalt erzählen die verkehrstechnische Geschichte der Region. Auch die Großstadt Berlin verbreitete einst mit abgehängten Bahnhöfen hinter der Mauer eine eigentümliche Atmosphäre, die heute nur noch schwer nachzuvollziehen ist. Freuen Sie sich auf einen Bildvortrag über Ortswechsel, Fernweh und Sehnsucht rund um die Schiene.

H23-2C025

**17.10.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Olaf Thiede



### Gigantomane Bauten des Stalinismus

Die Vorzeigebauten des Sozialismus mussten immer Superlative sein und internationale Rekorde brechen. Besonders in der Frühzeit der sowjetischen Ära wurden diese Bauten zur Ausdrucksform einer Gesellschaft, die sich selbst als überlegen und hochinnovativ empfand. Wie diese Gigantomanie als Lüge entlarvt wurde, erfahren Sie an markanten Beispielen.

H23-2C030

**28.11.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Tanja Stern

### Entdeckungsreise zu versunkenen Vesuv-Städten

79 n. Chr. verschlang der Vesuv Pompeji und alle umliegenden Orte innerhalb von Minuten. Viele Gebäude mit ihren wunderbaren Wandmalereien blieben erhalten. Begeben Sie sich auf Entdeckungsreise zu den versunkenen Städten und erleben Sie den Zauber der Werke, die uns heute noch beeinflussen.

#### → Ercolano, Oplontis, Stabiae

H23-2C035

**14.11.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Katrin Seifert

#### → Pompeji

W24-2C036

**13.02.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Katrin Seifert



## Malen und Zeichnen in den Weinbergen Venetiens

### Malreise 2024

Wir malen und zeichnen „en plein air“ im milden Klima der herrlichen Weinberglandschaft zu Füßen der Dolomiten rings um Valdobbiadene, der „Heimat“ des Prosecco, ca. 50 km von Venedig entfernt. Unterkunft, Arbeitsplatz und Ausgangspunkt ist die Villa Bolzonello in Cornuda. Von dort aus starten wir zu Tagesausflügen nach Valdobbiadene, ins nahe gelegene naturbelassene wilde Flusstal der Piave, skizzieren auf einer Wanderung durch die Prosecco-Weinberge der Umgegend und besuchen die mittelalterlichen Kleinstädte Feltre, Castelfranco und Bassano del Grappa sowie die ebenso elegante wie pittoreske Provinzhauptstadt Treviso. Alle Ausflüge machen wir mit öffentlichen Verkehrsmitteln wie Bus und Regionalzug. Für den programmfreien Tag besteht die Option eines Ausflugs nach Venedig, Padua oder Asolo.

**Unterkunft:** Agriturismo Villa Bolzonello in Cornuda  
 Kosten: Übernachtung mit Frühstück im Doppelzimmer für 80,00 € pro Nacht, Einzelzimmer für 60,00 € pro Nacht (unter Vorbehalt, Stand April 2023)

Für das Besichtigungsprogramm, Transferkosten (außer von und zum Flughafen) und Organisation fallen 240,00 € an, die beim Kursleiter zu zahlen sind.

### An- und Abreise

Diese erfolgt individuell:  
 Anreise 23.09.24; Abreise 05.10.24.

Genauere Absprachen und Informationen erfolgen auf einer Vorbereitungsveranstaltung im Februar 2024, zu der Sie schriftlich eingeladen werden.

Andreas Kramer studierte Grafik und Malerei an der Hochschule für Kunst und Design Halle, Burg Giebichenstein sowie Malerei an der Accademia di Belle Arti in Venedig. Seit 1993 ist er Dozent, u.a. am Centro Internazionale di Grafica in Venedig, an der der Thüringischen Sommerakademie, der Universität Osnabrück, der City-VHS Berlin, der VHS München und der VHS Potsdam. Zahlreiche Einzelausstellungen, u.a. in Berlin, Frankfurt, Leipzig, Hannover, Venedig, Rom, Sao Paulo und London.

H24-2D101

**24.09.24 – 04.10.24**

Anreise 23.09.24; Abreise 05.10.24.  
 64 U-Std, Italien, Cornuda,  
 Agriturismo Villa Bolzonello  
 263,00 € / 224,60 €  
 Andreas Kramer





### Kreativ sein - Zeichnen, Malen und Drucken am Vormittag

In diesem Kurs geht es ums Experimentieren! Entdecken Sie Ihre eigene Kreativität und die Lust aufs Ausprobieren. Ob mit Tempera, Kreide, Feder oder an der Tiefdruckpresse, es gibt die unterschiedlichsten Techniken, mit denen Stimmungen, Eindrücke, Motive bildnerisch dargestellt werden können. Im Kurs werden verschiedene gestalterische Herangehensweisen und Drucktechniken vermittelt.

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

#### → 14tägig

H23-2D102

**13.09.23 – 06.12.23**

6x Mi, 10:00 - 12:15 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Adelheid Fuss

#### → 14tägig

W24-2D102

**14.02.24 – 03.07.24**

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

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Adelheid Fuss

### Malen macht Spaß! Malen, Zeichnen und Gestalten

In diesem Kurs werden viele Themen behandelt. Sie reichen vom Naturstudium, experimentellen Arbeiten, Malen nach Musik und der intensiven Auseinandersetzung mit Werken der Kunstgeschichte bis zum Ausprobieren verschiedenster Techniken, wobei Sie in allem intensiv begleitet werden. Entspanntes Zeichnen und Malen und die Freude dabei sind hier vordergründig. Alle Altersgruppen sind willkommen.

**Bitte mitbringen:** Farben, Pinsel, Bleistifte, Zeichenkarton DIN A3 und Skizzenbuch/-block.

H23-2D105

**14.09.23 – 14.12.23**

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

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Berit Hamann

W24-2D106

**11.01.24 – 21.03.24**

10x Do, 12:00 - 14:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Berit Hamann

H23-2D106

**14.09.23 – 14.12.23**

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

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

154,60 € / 133,00 €

Berit Hamann

F24-2D105

**11.04.24 – 11.07.24**

13x Do, 09:15 - 11:30 Uhr

39 U-Std, VHS im Bildungsforum

166,90 € / 143,50 €

Berit Hamann

W24-2D105

**11.01.24 – 21.03.24**

10x Do, 09:15 - 11:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Berit Hamann

F24-2D106

**11.04.24 – 11.07.24**

13x Do, 12:00 - 14:15 Uhr

39 U-Std, VHS im Bildungsforum

166,90 € / 143,50 €

Berit Hamann



## Experimentelles Zeichnen und Malen

Hier bekommen Sie Raum zum Experimentieren! Zeichnung, Malerei, Collage, Abklatsch- und Mischtechniken - unterschiedlichste Maltechniken und Materialien werden zur späteren Vertiefung ausprobiert. Zum Bildthema passend erlernen Sie Grundlegendes zur Farbenlehre, Komposition und zum freien Zeichnen. Wir arbeiten mit Bleistift, Kohle, Farbstiften, Pastell- oder Ölkreiden, Tusche und Deckfarben.

**Bitte zum ersten Termin mitbringen:**  
**Zeichenkarton DIN A3, Bleistifte, Kohle, Mischpalette, Schwamm, Pinsel und Deckfarben.**  
**Weiteres wird dann besprochen.**

H23-2D107

**12.09.23 – 12.12.23**

11x Di, 10:00 - 12:15 Uhr

33 U-Std, VHS im Bildungsforum

142,30 € / 122,50 €

Berit Hamann

H23-2D108

**12.09.23 – 12.12.23**

11x Di, 18:00 - 20:15 Uhr

33 U-Std, VHS im Bildungsforum

142,30 € / 122,50 €

Berit Hamann

## Zeichnen - Kolorieren - Aquarellieren

Sie lernen verschiedene Methoden der farbigen Umsetzung einer Zeichnung kennen. Immer ausgehend von einer Zeichnung kolorieren wir mit Farbstiften, Sepia-, Pastell- oder Ölkreiden, farbigen Tuschen und Aquarellfarben. Grundlegende Zeichenübungen und Farbenlehre sind inbegriffen. Naturstudium, Stillleben, Landschaft, Architektur, Figürliches sind das Repertoire, dessen wir uns bedienen.

**Zum ersten Termin bitte mitbringen:**  
**Zeichenkarton DIN A3, Bleistifte, Kohle, farbige Stifte oder Kreiden nach Vorliebe, Aquarellfarben, kleine Mischpalette, Schwamm und Pinsel.**

**Weiteres wird besprochen.**

W24-2D110

**16.01.24 – 19.03.24**

9x Di, 10:00 - 12:15 Uhr

27 U-Std, VHS im Bildungsforum

117,70 € / 101,50 €

Berit Hamann

W24-2D111

**16.01.24 – 19.03.24**

9x Di, 18:00 - 20:15 Uhr

27 U-Std, VHS im Bildungsforum

117,70 € / 101,50 €

Berit Hamann





## Skizzieren und Aquarellieren im Naturkundemuseum Potsdam



Naturkundemuseum  
Potsdam

### In Zusammenarbeit mit dem Naturkundemuseum Potsdam

Tiere, Felle, Federn, Skelette und Präparate regen zum künstlerischen Ausdruck an. An sechs Abenden können Sie sich ungestört nach Schließung des Museums Ihren ausgewählten Ausstellungsstücken künstlerisch nähern. Nach einer kurzen Skizze setzen Sie Ihr Motiv mit Aquarellfarben um. Dabei erlernen Sie die Grundlagen der Aquarelltechnik und der Farblehre.

**Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN mindestens A4, Bleistifte, Wasserglas, verschiedene Pinsel, Aquarellfarben, Schwämmchen. Ein Stuhl wird vom Museum bereitgestellt. Zusätzlich zur Kursgebühr zahlen Sie bitte vor Ort 3,00 Euro/ Termin Eintritt in das Museum. Wir empfehlen den Kauf einer Jahreskarte für 18,00 Euro.**

H23-2D115

**10.10.23 – 28.11.23**

6x Di, 17:00 - 18:30 Uhr

12 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam,

Breite Straße 13

55,00 € / 47,80 €

Lothar Klank

W24-2D115

**13.02.24 – 19.03.24**

6x Di, 17:00 - 18:30 Uhr

12 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam,

Breite Straße 13

55,00 € / 47,80 €

Lothar Klank

F24-2D115

**09.04.24 – 14.05.24**

6x Di, 17:00 - 18:30 Uhr

12 U-Std, Naturkundemuseum Potsdam,

Breite Straße 13

55,00 € / 47,80 €

Lothar Klank

## Zeichnen im Museum Barberini

### MUSEUM BARBERINI POTSDAM

#### In Zusammenarbeit mit dem Museum Barberini

Sie zeichnen im Museum Barberini vor Originalen. Hierbei werden sowohl Werke der aktuellen Ausstellung als auch impressionistische Gemälde der Sammlung Hasso Plattner zeichnerisch erkundet. Ziel des Kurses ist die Auseinandersetzung mit Aufbau, Komposition und Lichtregie der ausgestellten Kunstwerke und die Umsetzung in den eigenen Arbeiten. Der Kurs richtet sich an alle, die gern zeichnen oder mit dem Zeichnen beginnen möchten. **Das Material wird bereitgestellt.**

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

W24-2D120

**07.02.24 – 21.02.24**

3x Mi, 16:45 - 18:45 Uhr

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

32,00 € / 27,20 €

Mathias Wunderlich

## Zeichnen beginnt im Kopf - Grundlagenkurs

Ausgehend von der Frage „Wie beginne ich ein Bild?“ erlernen Sie von der Grundlage der Schraffur bis zur reduzierten Skizze die vielfältigen Möglichkeiten des Zeichnens. Außerdem erlernen Sie Grundlagentechniken für die Themen Menschen/ Porträt, Landschaft, Stilleben, Illustration, Tiere, Architektur und Kinder. Kreative Techniken und Übungen sorgen für einen entspannten Zeichenstil. **Bitte am ersten Abend mitbringen: DIN A4 Blätter, Bleistifte HB, B2, B6 sowie Radiergummi.**

W24-2D125

**19.01.24 – 27.01.24**

2x Fr., 17:30 - 19:45 Uhr

2x Sa, 09:30 - 16:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Melanie Zimmermann



## Comic zeichnen

KRACH! PENG! POW! Sie zeichnen gerne? Sie möchten Ihren Geschichten die passenden Bilder verpassen? Lernen Sie, Comics zu zeichnen, die Perspektive zu wechseln und Ihren eigenen Stil zu finden. Gemeinsam erarbeiten wir ein Comicprojekt und üben das Zeichnen von Figuren, Schauplätzen, Mimik etc. Es zählt hierbei nur die Leidenschaft fürs Kreative, nicht die Perfektion.

**Bitte mitbringen: Zeichenblock, verschiedene Bleistifte, Radiergummi, Anspitzer.**

### → 14tägig

H23-2D130

**13.09.23 – 06.12.23**

6x Mi, 17:15 - 19:30 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Angelina Streich

### → 14tägig

W24-2D130

**14.02.24 – 08.05.24**

6x Mi, 17:15 - 19:30 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Angelina Streich



## Aquarellieren und Zeichnen in Potsdams Mitte

Vom Alten Markt bis zur Friedenskirche aquarellieren und zeichnen wir an malerischsten Ort der Stadt. Es geht um Architektur und Perspektive, aber auch um die Natur in der Stadt, um Bildkomposition und Handwerk. Wir zeichnen jede Woche an einem anderen Ort. Erster Treffpunkt ist der Obelisk auf dem Alten Markt (bei Regen unter den Arkaden des Barberini). Sie entscheiden für sich, welche Technik im Mittelpunkt steht.

**Bitte mitbringen: kleiner Aquarellblock, Aquarellfarben und Pinsel, Bleistifte (HB - 4B) oder Zeichenkreide, Zeichenblock A3 oder A4, Radiergummi, feste Unterlage und Hocker.**

F24-2D135

**03.06.24 – 24.06.24**

4x Mo, 17:30 - 20:30 Uhr

16 U-Std, vor Ort

71,00 € / 61,40 €

Andreas Kramer

## Urban Sketching - Mit dem Skizzenbuch unterwegs

Urban Sketching ist eine leicht zu erlernende Maltechnik, die es ermöglicht, ein Reisetagebuch anzufertigen. Sie erlernen verschiedene Techniken, die das Erscheinungsbild abwechslungsreich und kreativ erscheinen lassen. Dabei wird insbesondere das Sehen und Erfassen des Motivs sowie dessen zeichnerische Umsetzung geschult.

**Bitte mitbringen: Aquarellfarbe oder Stifte, Pinsel, Aquarellpapier DIN A5 oder Skizzenbuch für Aquarellfarbe sowie einen Hocker. Wir arbeiten draußen. Treffpunkt in der VHS.**

H23-2D140

**23.09.23**

1x Sa, 10:00 - 16:30 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,00 € / 27,20 €

Melanie Zimmermann

F24-2D140

**01.06.24**

1x Sa, 10:00 - 16:30 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,00 € / 27,20 €

Melanie Zimmermann



### Befreiendes künstlerisches Arbeiten

Was treibt mich an zu malen? Was hemmt mich? Kreative Methoden, wie das Verlassen gewohnter Positionen oder die Kombination ungewöhnlicher Techniken, zeigen uns einen neuen Weg, zu Bildern zu kommen. Wir arbeiten grafisch, malerisch und illustrativ. Lernen Sie, Ihre vorhandenen Ressourcen zu nutzen und Ihren persönlichen Ausdruck zu wahren.

**Bitte mitbringen: Farben (es genügt ein Schulkasten mit 24 Farben), Pinsel, Bleistift, Fineliner, Schere und einen DIN A3 Block (200 - 250 g säurefrei). Für zusätzliches Material fallen ca. 2,00 Euro an, die bei der Kursleiterin bezahlt werden.**

H23-2D145

**21.09.23 – 19.10.23**

5x Do, 18:00 - 20:15 Uhr

15 U-Std, VHS im Bildungsforum

68,50 € / 59,50 €

Sabine Braun

F24-2D145

**11.04.24 – 20.06.24**

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

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Sabine Braun

### Einführung in die Illusions- und Wandmalerei

Wandmalerei dient der optischen Vergrößerung und Verschönerung von Räumen, indem z. B. Oberflächen des Raumes aufgegriffen oder visuelle Durchbrüche geschaffen werden. Im Kurs lernen Sie Grundlagen der Illusionsmalerei kennen sowie Scheinoberflächen und Lasuren selbst herzustellen.

**Der erste Kurstermin findet im Atelier 108 im Kunst- und Kreativhaus Rechenzentrum, Dortustr. 46 statt. Die Kursleiterin stellt Material zum Preis von 35,00 Euro zur Verfügung. Bitte am ersten Abend bezahlen.**

H23-2D150

**18.09.23 – 20.11.23**

6x Mo, 17:30 - 20:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Katrin Seifert

F24-2D150

**03.06.24 – 08.07.24**

6x Mo, 17:30 - 20:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Katrin Seifert

### Malen wie im alten Pompeji

Wir nutzen moderne Materialien (Acryl auf Putz), um mit der Fresco-Secco-Methode Gartenbilder mit der antik-patinierten Anmutung einer historischen Wandmalerei entstehen zu lassen. Im Kurs werden individuelle Schablonen für Blätter angefertigt.

**Die strukturiert vorbeschichtete Leinwand, Pompeji-Motiv, Folien, Transferpapier, spezielle Malmittel und Acrylfarben stellt die Kursleiterin zum Preis von 35,00 Euro zur Verfügung. Bitte am ersten Abend bezahlen. Für weitere mitzubringende Materialien und Hilfsmittel erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn eine Liste.**

W24-2D155

**26.01.24 – 27.01.24**

1x Fr, 17:00 - 21:00 Uhr

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

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / 69,40 €

Katrin Seifert



## Meine kreative Reise

In diesem Kurs begeben wir uns auf eine Reise zur eigenen Kreativität. Ins Reisegepäck gehört die Lust am Experimentieren! In wöchentlich neuen Übungen mit unterschiedlichen künstlerischen Materialien regen wir innere Bilder und den individuellen Ausdruck an. Dieser Kurs ist eine Einladung, vom Alltag abzuschalten und sich dem Moment zu widmen. Es sind keinerlei künstlerische Vorerfahrungen nötig!

**Bitte mitbringen:** Zeichenblock A3, Schere, Kleber, Bleistift, Kugelschreiber, Farbstifte eigener Wahl (z.B. Filzstifte, Buntstifte, Ölkreiden, Wasserfarben). Weiteres Material wird von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt und ist am ersten Kursabend zu bezahlen (20,00 Euro).

H23-2D160

**29.09.23 – 08.12.23**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Sarah Leja

W24-2D160

**16.02.24 – 03.05.24**

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

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Sarah Leja

## Malen mit Acrylfarben

Acrylfarbe ist leicht zu handhaben und bietet vielseitige Gestaltungsmöglichkeiten. Sie erlernen den Umgang mit Acrylfarben sowie verschiedene Techniken, Bildaufbau, Farbwahl und Perspektive. Das Gelernte setzen Sie u.a. auf der Basis von Fotos um.

Für Anfänger\*innen und Teilnehmende mit Vorkenntnissen.

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

H23-2D165

**09.11.23 – 14.12.23**

6x Do, 17:30 - 20:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Andreas Kramer

W24-2D165

**18.01.24 – 07.03.24**

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

28 U-Std, VHS im Bildungsforum

121,80 € / 105,00 €

Andreas Kramer



## Aquarellmalen - Grundlagenkurs

Aquarellmalen entspannt, schult die Wahrnehmung und schafft Erinnerungen an Ihre Erlebnisse. In diesem Kurs erlernen Sie die Grundlagen des Aquarellmalens in Theorie und Praxis. Folgende Themen werden vermittelt: Stilleben, Boote und Meer, Porträt und Landschaft, und Tiere.

**Bitte mitbringen: Aquarellpapier DIN A4, 300 g, an den Seiten verleimt, verschiedene Aquarellpinsel, Aquarellfarben (Grundlagenkasten reicht aus), Bleistift B2, Radiergummi.**

H23-2D170

**10.11.23 – 18.11.23**

2x Fr, 17:30 - 19:45 Uhr

2x Sa, 09:30 - 16:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Melanie Zimmermann

## Aquarellmalen XXL: groß, bunt, kreativ

Aquarellmalen auf großen Formaten gibt uns die Möglichkeit, uns intensiver mit den Farben und ihrer Wirkung auseinander zu setzen. Es stehen unterschiedliche Themen zur Auswahl: Landschaft, Tiere, Menschen, Boote, so dass individuell entschieden werden kann, welche Themen Sie umsetzen wollen.

**Bitte mitbringen: Große Aquarellbögen 70 x 50, z. B. Britania Hahnemühle (gibt es einzeln), Aquarellfarben (gern auch Tuben), verschiedene Pinsel, altes Tuch, Schwämmchen.**

F24-2D175

**13.04.24**

1x Sa, 09:30 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,80 € / 28,00 €

Melanie Zimmermann

## Schritt für Schritt zum Aquarell

Das typische der Aquarellmalerei im Gegensatz zu der mit Deckfarben ist der transparente, lasierende oder lavierende Farbauftrag auf feuchtes Aquarellpapier. Diese Maltechnik erlernen Sie anhand verschiedener Bildthemen: Natur, Landschaft, Bäume und Blumen, Architektur und Stilleben. Außerdem erfahren Sie viel über Komposition und Farbenlehre, Proportionen, Perspektiven sowie Licht und Schatten.

**Bitte mitbringen: Bleistifte, Aquarellfarben, Aquarellpapier DIN A3 (mindestens 300 g), Aquarellpinsel, Schwamm, Mischpalette und einen normalen DIN A4-Schulzeichenblock.**

F24-2D180

**16.04.24 – 09.07.24**

13x Di, 10:00 - 12:15 Uhr

39 U-Std, VHS im Bildungsforum

166,90 € / 143,50 €

Berit Hamann

F24-2D181

**16.04.24 – 09.07.24**

13x Di, 18:00 - 20:15 Uhr

39 U-Std, VHS im Bildungsforum

166,90 € / 143,50 €

Berit Hamann

## Aquarellmalen und Handlettering zur Weihnachtszeit

Heute wollen wir unsere kreative Weihnachtsmalwerkstatt öffnen. Weihnachtliche Aquarellbilder, Postkarten und Geschenke entstehen und stimmen uns auf die Weihnachtszeit ein. Themen: Handlettering, kreative Drucktechniken im Aquarell, Stifte und Effekte im Aquarell.

**Bitte mitbringen: Aquarellpapier A4, 300 g, verleimt, Aquarellfarben, B2-Bleistift, Radiergummi, Fineliner Artist Pen F, falls vorhanden Aquarellstifte**

H23-2D185

**02.12.23**

1x Sa, 09:30 - 16:00 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,80 € / 28,00 €

Melanie Zimmermann



## Malen wie Bob Ross

Sie erlernen die Nass-in-Nass-Ölmaltechnik des amerikanischen Malers Bob Ross, der mit verblüffender Einfachheit realistische Bilder erschafft. Unter Anleitung der zertifizierten Kursleiterin gestalten Sie Ihr Ölbild nach einem Bob Ross-typischen Motiv auf Keilrahmen 40 x 50 cm. Auch wenn Sie noch nie gemalt haben, werden Sie schnell diese Maltechnik erlernen und eigene Motive künstlerisch umsetzen können.

**Das Material (Kosten: 35,00 Euro bei der Kursleiterin zu zahlen) wird gestellt. Bitte mitbringen: Küchenrolle und Feuchttücher zur Reinigung.**

### → Herbstlandschaft

H23-2D190

**14.10.23**

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

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile

### → Meereslandschaft

H23-2D191

**09.12.23**

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

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile

### → Winterlandschaft

W24-2D192

**02.03.24**

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

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile

### → Blumen

F24-2D193

**20.04.24**

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

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile

### → Meereslandschaft

F24-2D194

**08.06.24**

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

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Angelika Weile



## Einführung in die Chinesische Tuschemalerei und Kalligrafie

Durch das Erlernen und Üben von traditionellen Motiven tauchen Sie schrittweise in die Welt der alten chinesischen Malerei mit Pinsel auf Reispapier ein. Es werden kalligrafische Schriftzeichen vorgestellt, die mit den gemalten Motiven in Verbindung stehen. Es besteht auch die Möglichkeit, sich nur mit Tuschemalerei oder Kalligrafie zu beschäftigen.

**Bitte mitbringen: Pinsel, Reispapier, Tusche, kleinen Teller, alte Zeitungen. Die Materialien können Sie auch bei der Kursleiterin erwerben.**

H23-2D197

**18.11.23**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,00 € / 30,70 €

Lan Wang

F24-2D197

**27.04.24**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,00 € / 30,70 €

Lan Wang



### Druckwerkstatt - Der Siebdruck

In diesem Workshop lernen Sie die einfachste Siebdrucktechnik kennen. Aus dünnem Papier schneiden wir Schablonen, die auf ein Sieb aufgebracht werden. Muster, Buchstaben und einfache Silhouetten eignen sich besonders gut für dieses Durchdruckverfahren. Gedruckt wird mit lösemittelfreien Farben auf Papier. Eigene Bildmotive und -ideen können mitgebracht werden.

**Bitte mitbringen: Bleistifte und Scheren. Das Druckmaterial (Kosten: 30,00 Euro, zu zahlen bei der Kursleiterin) wird gestellt.**

H23-2D201

**11.11.23**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,00 € / 30,70 €

Adelheid Fuss

### Druckwerkstatt - Die Kaltnadelradierung

In diesem Kurs erlernen Sie das Tiefdruckverfahren Radierung. Zunächst ritzen wir eine Zeichnung mit der Radirnadel direkt in die Druckplatte. Dann wird Kupferdruckfarbe aufgebracht und im Anschluss auf Büttenpapier gedruckt. Es kann eine kleine Auflage von ca. fünf Drucken erstellt werden. Sie können eigene Bildmotive und -ideen mitbringen.

**Bitte mitbringen: Bleistifte und Skizzenpapier. Das Druckmaterial (Kosten: 30,00 Euro, zu zahlen bei der Kursleiterin) wird gestellt.**

W24-2D210

**24.02.24**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,00 € / 30,70 €

Adelheid Fuss

### Druckwerkstatt - Die Monotypie

Die Monotypie als einfache Hochdrucktechnik auf Glas wird in allen Facetten vermittelt. Wir probieren unterschiedlichste Möglichkeiten dieser Art der Druckgrafik aus; von rein linearen bis zu großzügig farbflächigen Monotypien. Diese Technik macht sehr viel Spaß und lässt viel Spielraum zum Experimentieren. Der Aufwand ist vergleichsweise gering. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bringen Sie bitte weiche Bleistifte und Skizzenpapier, gerne auch eigene Bildmotive mit.

**Das Druckmaterial (Linoldruckfarben und Druckpapiere, Druckrollen etc. wird von der Kursleiterin gestellt (Kosten: 10,00 Euro pro Person, vor Ort zu zahlen).**

H23-2D205

**25.11.23**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,00 € / 30,70 €

Berit Hamann

### Druckwerkstatt - Die Cyanotypie

Die Cyanotypie (Eisenblaudruck) ist eine der ältesten fotografischen Techniken. Ein Motiv wird dabei mittels Chemikaliengemisch und Licht auf Papier übertragen, wobei Bilder in Blautönen entstehen. Nach einer kurzen Einführung kann mit Schablonen oder mit selbst hergestellten Negativen experimentiert werden. Sie können gern eigene Bildideen mitbringen.

**Bitte mitbringen: Bleistifte, Scheren, Pinsel und Skizzenpapier. Das Druckmaterial (Kosten: 25,00 Euro, zu zahlen bei der Kursleiterin) wird gestellt.**

W24-2D215

**09.03.24**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,00 € / 30,70 €

Adelheid Fuss



## Holzbildhauerei in der Uckermark

### Workshop

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

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

F24-2E001

**07.06.24 – 09.06.24**

Fr, 17:00 - 18:30 Uhr

Sa, 09:00 - 18:00 Uhr

So, 09:00 - 15:15 Uhr

19 U-Std, Kunsthau Hohenwalde,  
Hohenwalde 15, 17268 Milmersdorf  
130,50 € / 112,00 €

Astrid Mosch / Thomas Tiegel

## Makramee - Eine traditionelle Handarbeitstechnik neu entdeckt

Makramee ist eine traditionelle Flechttechnik aus dem Orient, mit der sich viele schöne Dinge herstellen lassen. Sie erlernen und üben die wichtigsten Grundtechniken und setzen Ihr eigenes Projekt um. Am Ende haben Sie ein Flechtstück hergestellt. Der Kurs ist auch für Menschen mit motorischen Einschränkungen geeignet. Die Kursleiterin ist Heilpädagogin und kann auch Menschen mit Behinderung begleiten.

**Bitte mitbringen: Schere, Maßband, evtl. Klebeband. Außerdem ein eigenes Makramee-Set, das im Handel z.B. unter [www.topp-kreativ.de](http://www.topp-kreativ.de) erworben werden kann.**

H23-2F001

**18.11.23**

1x Sa, 10:00 - 14:00 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

22,50 € / 19,20 €

Katy Wilke-Voigt

W24-2F001

**02.03.24**

1x Sa, 10:00 - 14:00 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

22,50 € / 19,20 €

Katy Wilke-Voigt

## Nähen - Ihr Projekt

Wir nähen gemeinsam Ihr Wunschprojekt. Anfänger\*innen erhalten Grundkenntnisse in Stoff- und Nähmaschinenkunde, Zuschchnitt und Nähen. Anhand einfacher Projekte, wie Stoffbeutel, Kosmetiktaschen und Kissenhüllen erlernen Sie das Zuschneiden, die Nutzung von Hilfsmitteln, die Anwendung mehrerer Stiche, das Einnähen von Reißverschlüssen und vieles mehr. Fortgeschrittene können spannende Projekte umsetzen. Weitere Themen: moderne Materialien und Upcycling.

**Vor Kursbeginn erhalten Sie eine Materialliste für die ersten Projekte, weitere werden im Kurs besprochen.**

H23-2F005

**13.09.23 – 18.10.23**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Ines Walther

W24-2F007

**21.02.24 – 20.03.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

129,00 € / 111,00 €

Ines Walther

W24-2F006

**10.01.24 – 14.02.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

129,00 € / 111,00 €

Ines Walther

F24-2F008

**10.04.24 – 22.05.24**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Ines Walther



## Nähen: Schöne Weihnachtsgeschenke

Mit vielen kleinen und größeren Projekten läuten wir die Weihnachtszeit ein und nähen Geschenke für Männer, Frauen und Kinder sowie schöne Dekoration für Ihr Zuhause. Anfänger\*innen erlangen anhand kleiner Projekte Grundkenntnisse in Nähmaschinenkunde, Stoffkunde, Zuschnitt und Nähen. Wiedereinsteiger\*innen können neue, spannende Projekte nähen und einen Einblick in die Welt des Patchwork bekommen.

**Vor Kursbeginn erhalten Sie eine Materialliste für die ersten Projekte, weitere werden dann im Kurs besprochen.**

H23-2F009

**08.11.23 – 13.12.23**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Ines Walther



## Edelsteinbild gestalten

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

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

H23-2G001

**10.11.23**

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

16,40 € / 14,00 €

Gundula Schielicke

## Korbflechten

In diesem Workshop erlernen Sie die traditionelle Handwerkstechnik des Korbflechtens mit Peddigrohr. Sie lernen die Grundlagen und Basistechniken kennen, die zum Flechten von kleinen Körben und Deko-Ideen für die Osterzeit nötig sind. Der Kurs ist auch für Menschen mit motorischen Einschränkungen geeignet. Die Kursleiterin ist Heilpädagogin und kann auch Menschen mit Behinderung begleiten.

**Bitte mitbringen: Waschschüssel oder Eimer, Seitenschneider oder stärkere Gartenschere. Alles weitere Material kann bei der Kursleiterin erworben werden und wird nach Verbrauch bis max. 20 Euro im Kurs abgerechnet.**

W24-2G005

**16.03.24**

1x Sa, 10:00 - 14:00 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

22,50 € / 19,20 €

Katy Wilke-Voigt





## Interior Design - Ihr persönliches Wohnkonzept gestalten

Sie bekommen einen Einblick in die professionelle Herangehensweise bei der Innenausstattung. Sie erlernen Raumgestaltung in Theorie und Praxis mit Fokus auf Atmosphäre, Einrichtungsstile, Farben und deren Wirkung, Materialien und Grundlagen der Einrichtungsgestaltung kennen. Im praktischen Teil entsteht Ihr persönliches Konzept im Collagen-Stil als Grundlage für die Neugestaltung Ihrer Räume.

**Bitte mitbringen:** Zeichenmaterial, Schere, inspirierende Wohnzeitschriften und Möbelkataloge, bunte Papiere, Farbmuster, Stoffmuster, Materialproben, ausgedruckte Fotos der wichtigsten Möbel. Für Ausdrucke, Materialien und Papier sind bei der Kursleiterin vor Ort ca. 5,00 Euro zu entrichten.

### → im Wechsel Präsenz und online

W24-2G010

**16.02.24 – 12.04.24**

7x Fr, 18:30 - 20:45 Uhr,

3x Sa, 10:00 - 15:30 Uhr

42 U-Std, vhs.cloud

177,10 € / 151,90 €

Ines Königsmann



## Dein professionelles Showreel - Demoband für Film und Fernsehen

Wir analysieren, welche Rollen für Dich in Frage kommen. Basierend auf dem klar definierten Szenenplot erarbeiten wir Drehbücher. Danach wird an den original Locations gedreht und Aspekte des Camera Actings trainiert. Beim Filmschnitt wirst Du in Szene gesetzt und lernst die Grundlagen des Videoschnitts kennen. Der Kursleiter ist Schauspieler und Filmemacher.

**6 Termine:** 20.01. / 25.01. / 27.01. / 29.01. / 31.01. u. 02.02.24

(beim letzten Termin findet der Kurs bis 17:00 Uhr statt).

W24-2H001

**20.01.24 – 02.02.24**

6x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

45 U-Std, VHS im Bildungsforum

237,00 € / 202,50 €

David Zimmering

## Kameratechnik Workshop

In diesem Kurs lernen Sie Ihre Spiegelreflex- oder Systemkamera besser kennen. Der Kurs ermöglicht Ihnen, Einstellungen an der Kamera gezielt vorzunehmen, um Ihre Bildidee umzusetzen. Wir werden uns durch die Menüs der Kamera arbeiten und besprechen, wozu die vielen Einstellungen dienen und wie man sie einsetzt.

**Bitte mitbringen:** Kamera und die Gebrauchsanleitung.

H23-2H005

**14.10.23**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,80 € / 28,00 €

Bernd Kröger

F24-2H005

**21.05.24 – 04.06.24**

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

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,90 € / 31,50 €

Bernd Kröger

## Digitale Fotografie für Ein- und Umsteiger\*innen

Der Kurs richtet sich an Fotograf\*innen, die gerade begonnen haben, mit ihrer Kamera Bekanntschaft zu schließen. Sie erlernen die grundlegende Handhabung der Kamera und die Nutzung der Kreativ-Programme. Das Thema Bildbearbeitung wird am letzten Kursabend vermittelt. An Ihrer Kamera sollten Belichtungszeit und Blende manuell einstellbar sein.

**Bitte mitbringen:** Ihre Kamera und die Gebrauchsanleitung.

H23-2H006

**06.11.23 – 11.12.23**

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

2x Sa, 10:00 - 13:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

112,80 € / 97,20 €

Bernd Kröger

F24-2H006

**06.05.24 – 17.06.24**

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

2x Sa, 10:00 - 13:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

112,80 € / 97,20 €

Bernd Kröger

## Bildgestaltung und Technik

Hier lernen Sie, mit den Kreativprogrammen der Kamera Ihre Bildideen umzusetzen. Der Kurs richtet sich an Fotofreunde, die sich mit der Fotografie schon ein wenig beschäftigt haben und ihre Kenntnisse von Grund auf vervollständigen wollen. Sie werden lernen, anerkannten Gestaltungsregeln anzuwenden und bei Bedarf auch zu brechen. Zwei Exkursionen führen uns in die Potsdamer Innenstadt und in die Biosphäre.

**Bitte mitbringen:** Ihre Kamera inkl. Gebrauchsanleitung. **Bitte beachten:** Für die Exkursion in die Biosphäre Potsdam muss Eintritt vor Ort gezahlt werden.

W24-2H007

**12.02.24 – 18.03.24**

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

2x Sa, 10:00 - 13:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

112,80 € / 97,20 €

Bernd Kröger

## Potsdam zur Blauen Stunde

### Architekturfotografie

Die Stunde vor Sonnenauf- und nach Sonnenuntergang nennt man die Blaue Stunde. Mit dem noch hellen Himmel und den bereits erleuchteten Gebäuden entsteht eine besondere Stimmung. Der Kurs versetzt Sie in die Lage, diese Stimmung optimal einzufangen. Belichtungszeit und Blende sollten an Ihrer Kamera separat einstellbar sein.

**Bitte bringen:** Kamera inkl. Gebrauchsanleitung, Stativ.

F24-2H008

**08.04.24 – 29.04.24**

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

1x Mo, 18:30 - 21:00 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

59,90 € / 52,10 €

Bernd Kröger





# Gesundheit





**Manuela Peglow**  
Programmbereichsleitung

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



**Sabine Kammin**  
Verwaltung

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



## Self-Care-Training - Besserer Umgang mit beruflichen Belastungen

### Bildungsfreistellung

Ständig wachsende berufliche Anforderungen führen oft zu psychischen Belastungen und Leistungseinbußen bis hin zu krankheitsbedingten Ausfällen. Self-Care-Training bedeutet, etwas für seinen Selbstschutz zu tun. Sie erlernen im Kurs praxiserprobte Bewältigungsstrategien und können so das Entstehen sowie die Reduzierung von empfundenem Stress und Negativstimmungen nachhaltig beeinflussen. Sie erlernen und üben verschiedene Techniken und erhalten konkrete Hinweise, um Stress im Beruf zu vermeiden.

**Bitte mitbringen: lockere Kleidung und dicke Socken.**

H23-3A001B

**28.11.23 – 30.11.23**

3 Tage 08:30 - 16:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

165,40 € / keine Ermäßigung

Holger Arnold

W24-3A001B

**26.02.24 – 28.02.24**

3 Tage 08:30 - 16:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

165,40 € / keine Ermäßigung

Holger Arnold

## Stressbewältigung durch Achtsamkeit

### Bildungsfreistellung

MBSR (Mindfulness-Based Stress-Reduction) ist ein einfaches und wirksames Achtsamkeitstraining, um Stress im Alltag abzubauen und das Wohlbefinden zu fördern. Sie erlernen Methoden, wie den Body-Scan, die Sitzmeditation und Übungen aus dem Hatha Yoga. Theoretische Einheiten über Achtsamkeit im Alltag und Kommunikation unterstützen Sie beim angemessenen Umgang mit Stress und verhelfen Ihnen zu mehr Gelassenheit und Lebensfreude.

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

H23-3A002B

**09.10.23 – 13.10.23**

5x Mo, 09:15 - 14:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Jacqueline Delius

W24-3A002B

**18.03.24 – 22.03.24**

5 Tage 09:15 - 14:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Jacqueline Delius



## Flow Yoga - Halt(ung) finden im Beruf und Alltag

### Bildungsfreistellung

Im beruflichen und privaten Alltag wachsen die Anforderungen und Aufgaben. Dabei geht häufig die innere Balance verloren, unsere Konzentration und Leistungsfähigkeit lassen nach. Vieles lässt sich durch eine gesunde Haltung verbessern. Um Druck und Stress abzubauen, ist Yoga äußerst wirkungsvoll. Sie spüren nach kurzer Zeit, wie die Lebensenergie steigt, der Geist zur Ruhe kommt und der Körper kraftvoll und gesund wird. Sie erlernen Yogatechniken als körperliche und geistige Unterstützung für Beruf und Alltag. Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich!

**Bitte mitbringen: lockere Kleidung, dicke Socken.**

H23-3A003B

**06.11.23 – 10.11.23**

5 Tage 10:00 - 15:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Christiane Völker

W24-3A003B

**19.02.24 – 23.02.24**

5 Tage 10:00 - 15:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Christiane Völker

## Progressive Muskelentspannung

Mit Hilfe der Progressiven Muskelentspannung nach Jacobson lernen Sie, einzelne Muskelgruppen bewusst anzuspannen und zu entspannen. Auf diese Weise schulen Sie Ihre Körperwahrnehmung und lernen, gegen stressbedingte Anspannungen vorzugehen. Die gezielte Muskelentspannung löst Entspannungsprozesse im Körper aus. Der Kurs ist so konzipiert, dass Sie die Methode in Ihren Alltag integrieren können.

**Bitte mitbringen: lockere Kleidung, dicke Socken, Decke.**

H23-3A005

**09.10.23 – 11.12.23**

8x Mo, 17:00 - 18:00 Uhr

11 U-Std, VHS im Bildungsforum

59,30 € / 51,60 €

Anke Papenbrock

## Autogenes Training

Autogenes Training ist eine Entspannungsmethode, mit der es gelingt, in Stress- und Anspannungssituationen unkompliziert zur Ruhe zu finden. Im Kurs erlernen Sie aufeinander aufbauend die einzelnen Übungen der Grundstufe und erfahren, wie sie mit Hilfe des Autogenen Trainings zu einer Tiefenentspannung kommen. Der Kurs ist so konzipiert, dass Sie die Methode in ihren Alltag integrieren können.

**Bitte mitbringen: lockere Kleidung, dicke Socken, Decke.**

W24-3A006

**22.01.24 – 18.03.24**

8x Mo, 17:00 - 18:00 Uhr

11 U-Std, VHS im Bildungsforum

59,30 € / 51,70 €

Anke Papenbrock





### Einführung in die Meditation

Bei der Meditation geht es darum, die Gedanken zur Ruhe zu bringen. Sie hilft, im Alltag zu entspannen und mit Stress besser umzugehen. In diesem vierteiligen Kurs lernen Sie, wie Sie meditieren können. Dieser Kurs hilft auch, die Anfangshürden zu verstehen und zu überwinden. Lassen Sie den Stress des Alltags hinter sich und erleben Sie die wohlthuende und entspannende Wirkung von Meditation.

**Bitte mitbringen: lockere Kleidung und dicke Socken.**

---

H23-3A010

**22.09.23 – 13.10.23**

4x Fr, 17:45 - 19:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

39,20 € / 33,40 €

Gundula Schielicke

---

### Einführung in die buddhistische Meditation

Wie wir im Sport Muskeln trainieren, so trainieren wir in der Meditation unseren Geist, indem wir ihn an positive Geisteszustände gewöhnen. Meditieren lässt sich im Gehen, Stehen, Sitzen, Liegen. In diesem Kurs lernen Sie drei Methoden aus dem Buddhismus kennen, die längerfristig zu mehr Konzentration, Ruhe und Ausgeglichenheit führen. Der Kurs wird durch Auflockerungsübungen aus dem Hatha-Yoga ergänzt. Sie erhalten Dateien mit Anleitungen für das Üben zu Hause.

**Bitte mitbringen: lockere Kleidung und dicke Socken.**

---

W24-3A015

**19.01.24 – 23.02.24**

5x Fr, 17:00 - 18:30 Uhr

10 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,00 € / 48,80 €

Elisabeth Wessel

---

F24-3A015

**26.04.24 – 31.05.24**

5x Fr, 17:00 - 18:30 Uhr

10 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,00 € / 48,80 €

Elisabeth Wessel

---







## Resilienz - Die eigene Widerstandskraft erkennen und stärken

In einer so schnelllebigem und gestressten Gesellschaft wie der unseren ist es notwendig, die eigenen Widerstandskräfte zu erkennen, zu stärken und zu nutzen. In diesem Workshop lernen Sie eine Reihe von inneren und äußeren Schutzfaktoren kennen, um Ihre eigene Widerstandsfähigkeit im Umgang mit Krisen, Druck- und Belastungssituationen zu erhöhen und gestärkt aus schwierigen Phasen herauszugehen.

**Bitte mitbringen: lockere Kleidung und dicke Socken.**

W24-3A020

**19.01.24 - 20.01.24**

Fr 18:00 - 21:00 Uhr, Sa 10:00 - 15:30 Uhr

10 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,00 € / 48,80 €

Sandra Petz



### Tip

**Kreativ entspannen:  
Edelsteinbild gestalten**  
S. 63



## Einfache Techniken der Wohlfühl-Massage

Dieser Tageskurs für Paare ist ein Einstieg in die Wohlfühl- und Entspannungs-Massage. Sie erlernen einfache und effektive Techniken aus Shiatsu, Akupressur und klassischer Massage, die bekleidet und in vielen Variationen angewendet werden können. Sie lernen Übungen für die eigene Körperwahrnehmung und zur Selbstmassage kennen. Im Fokus stehen Rücken, Kopf, Arme, Beine, Hände und Füße. Die Teilnehmenden massieren sich gegenseitig.

**Nur für Paare. Skript mit Anleitung und Massageöl werden gestellt. Bitte mitbringen: lockere Kleidung, dicke Socken und eine Decke.**

→ für Anfänger

H23-3A030

**02.12.23**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

39,20 € / 33,40 €

Nadine Neuner

→ für Fortgeschrittene

W24-3A035

**17.02.24**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

39,20 € / 33,40 €

Nadine Neuner

## Stressmanagement-Training im beruflichen Alltag

Dieser Kurs vermittelt in Theorie und Praxis die Grundlagen des Stressmanagement-Trainings. Was stresst mich und welcher Entspannungstyp bin ich? Das ist hier eine zentrale Frage, denn nicht jede Entspannung ist für alle passend. Sie lernen unterschiedliche Entspannungstechniken kennen, von der Meditation bis zur Bewegung. Am Ende des Kurses wissen Sie, wie Sie sich persönlich in Balance bringen können.

**Bitte mitbringen: Lockere Kleidung, dicke Socken und Schreibzeug.**

W24-3A025

**17.02.24**

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

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

29,40 € / 25,10 €

Melanie Zimmermann

## Einführung in die Fußreflexzonen-Massage

Die Fußreflexzonen-Massage ist eine uralte Kunst und eine einzige Wohltat. Am Fuß befinden sich ca. 10.000 Nervenenden. Unser gesamter Körper spiegelt sich in den Reflexzonen wider. Deren gezielte Massage kann als Entspannungsmethode oder zur Linderung von Kopfschmerzen, Verdauungsproblemen oder Schlafstörungen eingesetzt werden. Sie lernen die Reflexzonen kennen, massieren sich unter Anleitung gegenseitig und erhalten ein umfassendes Skript.

**Bitte bringen Sie eine Decke mit.**

F24-3A040

**13.04.24**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

39,20 € / 33,40 €

Nadine Neuner



### Lymphdrainage - Sanfte Selbstfürsorge

Lymphdrainage fördert den Fluss der Lymphe und die innere Reinigung des Gewebes. Langsame und leichte Griffe haben eine beruhigende Wirkung auf unser vegetatives Nervensystem und führen in eine Phase der Ruhe, Regeneration und tiefen Entspannung. Sie bekommen einen ersten Einblick in theoretische und praktische Grundlagen. Wichtige Voraussetzung für das Ausprobieren ist körperliche Gesundheit; bei allen akuten und chronischen Krankheiten sowie in Schwangerschaft und Stillzeit sollte auf eine eigene Anwendung verzichtet werden.

**Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken (die Anwendungen finden zum Teil auf dem Boden statt).**

W24-3A045

**18.03.24**

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

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

14,70 € / 12,50 €

Dorothee Grotmann

### Eine tänzerisch-kreative Bewegungsreise

Dieser Workshop bietet Raum, um den Körper wahrzunehmen, ihn auf tänzerisch-kreative Art zu bewegen und unseren individuellen Bewegungsausdruck zu erforschen. In angeleiteten sowie freien Bewegungen, begleitet von verschiedenen Rhythmen und eingebettet in Übungen aus Tanztherapie und Contact Improvisation, Yoga und Achtsamkeitsübungen, wecken wir unsere Energien und kommen uns selbst und anderen ein Stück näher.

**Bitte lockere Kleidung mitbringen.**

H23-3A101

**10.11.23 - 08.12.23**

5x Fr, 18:00 - 20:15 Uhr

15 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,50 € / 69,70 €

Franziska Krämer

F24-3A101

**07.06.24 - 05.07.24**

5x Fr, 18:00 - 20:15 Uhr

15 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,50 € / 69,70 €

Franziska Krämer

### Feldenkrais: Beweglicher Körper - wacher Geist

Sie wollen etwas für Ihr Wohlbefinden und Ihre Beweglichkeit tun? Sie möchten Ihr Körpergefühl verfeinern, um sich sicherer und selbstbewusster zu fühlen? Bei den Feldenkrais-Bewegungslektionen erweitern Sie auf behutsame Weise Ihre Verhaltens- und Bewegungsmuster, so dass Sie sich am Ende einer Feldenkrais-Stunde freier bewegen können. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Neugier genügt!

**Bitte mitbringen: lockere Kleidung und dicke Socken.**

H23-3A105

**15.09.23 - 08.12.23**

11x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Antonia Kaps

W24-3A105

**16.02.24 - 26.04.24**

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

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Antonia Kaps

F24-3A105

**03.05.24 - 28.06.24**

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

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Antonia Kaps





## QiGong

QiGong ist eine uralte aus China stammende Kunst, mit der die Lebenskraft aktiviert, genährt und harmonisiert und die Selbstheilungskräfte gefördert werden. Mit äußerer und innerer Bewegung finden Sie zur Regeneration der Lebenskraft (Qi), zu wachsender Ruhe, Stabilität und Lebensfreude. Sie lernen das Zusammenspiel von gelassener Atmung, langsam fließenden Bewegungen und gelenkter Aufmerksamkeit. Damit stärken Sie Ihre Ressourcen.

**Bitte lockere Kleidung und dicke Socken mitbringen.**

### → Anfängerkurs

H23-3A110

**09.11.23 – 01.02.24**

10x Do, 16:00 - 17:30 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Kathrin Altmann

### → Anfängerkurs

W24-3A110

**07.03.24 – 30.05.24**

10x Do, 16:00 - 17:30 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Kathrin Altmann

H23-3A115

**13.09.23 – 13.12.23**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Joachim Wirtz

H23-3A116

**14.09.23 – 14.12.23**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Joachim Wirtz

W24-3A116

**18.01.24 – 21.03.24**

9x Do, 18:45 - 20:15 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

95,20 € / 82,20 €

Joachim Wirtz

W24-3A115

**17.01.24 – 20.03.24**

9x Mi, 10:15 - 11:45 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

95,20 € / 82,20 €

Joachim Wirtz

F24-3A115

**10.04.24 – 03.07.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Joachim Wirtz

F24-3A116

**11.04.24 – 04.07.24**

10x Do, 18:45 - 20:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Joachim Wirtz

### → Fortgeschrittene

H23-3A117

**13.09.23 – 13.12.23**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Joachim Wirtz

### → Fortgeschrittene

W24-3A117

**17.01.24 – 20.03.24**

9x Mi, 08:30 - 10:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

95,20 € / 82,20 €

Joachim Wirtz

### → Fortgeschrittene

F24-3A117

**10.04.24 – 03.07.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Joachim Wirtz



### Yoga auf dem Stuhl

In diesem Kurs können Menschen Yoga üben, die aus körperlichen Gründen nicht mehr auf der Matte praktizieren können oder möchten. Wir richten das Bewusstsein ganz auf unseren Körper. Gestartet wird mit einer kleinen Meditation und der Konzentration auf die Atmung, danach wird der gesamte Körper mobilisiert, Asanas im Sitzen geübt, kurz auch im Stehen, und die Stunde mit einer tiefen Entspannung beendet.

**Bitte lockere Kleidung und dicke Socken mitbringen.**

H23-3A120

**21.09.23 – 07.12.23**

10x Do, 09:15 - 10:15 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,30 € / 62,70 €

Luisa Eichhorn

W24-3A120

**11.01.24 – 21.03.24**

10x Do, 09:15 - 10:15 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,30 € / 62,70 €

Luisa Eichhorn

F24-3A120

**11.04.24 – 20.06.24**

10x Do, 09:15 - 10:15 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,30 € / 62,70 €

Luisa Eichhorn

### Flow-Yoga-Workshop

Yoga ist eine über Jahrhunderte überlieferte Körperarbeit die es ermöglicht, bis ins hohe Alter beweglich und flexibel zu bleiben. Kraft, Ausdauer und Stabilität entwickeln sich durch regelmäßiges Üben. Sie lernen, die Signale Ihres Körpers wahrzunehmen und zu verstehen. In den Übungsabfolgen erleben Sie einen fließenden Ablauf. Dabei wird großer Wert auf ganzheitliche Körperkompetenz gelegt. Dies führt schrittweise zu Entspannung und Wohlbefinden.

**Bitte lockere Kleidung, dicke Socken, ein kleines Handtuch und Trinkflasche mitbringen. Eine Einzelbuchung der Samstage ist möglich. Nur nach vorheriger Anmeldung bei der VHS.**

H23-3A125

**18.11.23 – 25.11.23**

2x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

14 U-Std, VHS im Bildungsforum

75,60 € / 65,50 €

Christiane Völker

W24-3A125

**02.03.24 – 09.03.24**

2x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr

14 U-Std, VHS im Bildungsforum

75,60 € / 65,50 €

Christiane Völker





## Jathara-Yoga: Yoga für den Bauch

In diesem Yogakurs steht die Körpermitte im Fokus. Sie erlernen Übungen zur Flexibilisierung und Kräftigung des Bauches und der Wirbelsäule. Diese bilden zusammen mit ergänzenden Atemtechniken und einer Meditation zum Abschluss den Rahmen dieses einzigartigen Formates. In der Yogastunde wird auf individuelle Gegebenheiten der Teilnehmenden eingegangen. Jede Altersgruppe kann mitmachen. Nicht für Schwangere geeignet.

**Bitte lockere Kleidung und warme Socken mitbringen.**

H23-3A145

**12.09.23 – 12.12.23**

11x Di, 19:30 - 21:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

114,80 € / 99,00 €

Stefan Krüger

F24-3A145

**09.04.24 – 02.07.24**

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

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

134,40 € / 115,70 €

Stefan Krüger

W24-3A145

**09.01.24 – 19.03.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Stefan Krüger

## Klassischer Yoga

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

**Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und Trinkwasser mit.**

H23-3A150

**12.09.23 – 12.12.23**

11x Di, 17:45 - 19:15 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

114,80 € / 99,00 €

Edelgard Hausch

→ für TN mit Yogaerfahrung

H23-3A151

**12.09.23 – 12.12.23**

11x Di, 19:30 - 21:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

114,80 € / 99,00 €

Edelgard Hausch

W24-3A150

**09.01.24 – 19.03.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Edelgard Hausch

→ für TN mit Yogaerfahrung

W24-3A151

**09.01.24 – 19.03.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Edelgard Hausch

F24-3A150

**09.04.24 – 09.07.24**

14x Di, 17:45 - 19:15 Uhr

28 U-Std, VHS im Bildungsforum

144,20 € / 124,00 €

Edelgard Hausch

→ für TN mit Yogaerfahrung

F24-3A151

**09.04.24 – 09.07.24**

14x Di, 19:30 - 21:00 Uhr

28 U-Std, VHS im Bildungsforum

144,20 € / 124,00 €

Edelgard Hausch



## Sanfter Hatha-Yoga

In diesem Kurs stehen sanfte Körper- und Atemübungen sowie einfache Meditationen, angepasst an die individuellen Voraussetzungen der Teilnehmenden im Vordergrund. Die achtsam ausgeführte Yoga-Praxis verhilft zu mehr körperlicher Gesundheit, Ruhe und Ausgeglichenheit. Geeignet für Anfänger\*innen und Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen.

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

---

H23-3A130

**11.09.23 – 11.12.23**

11x Mo, 16:00 - 17:30 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

114,80 € / 99,00 €

Elisabeth Wessel

---

H23-3A131

**11.09.23 – 11.12.23**

11x Mo, 17:45 - 19:15 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

114,80 € / 99,00 €

Elisabeth Wessel

---

W24-3A130

**08.01.24 – 18.03.24**

10x Mo, 16:00 - 17:30 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Elisabeth Wessel

---

W24-3A131

**08.01.24 – 18.03.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Elisabeth Wessel

---

F24-3A130

**08.04.24 – 08.07.24**

13x Mo, 16:00 - 17:30 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

134,40 € / 115,70 €

Elisabeth Wessel

---

F24-3A131

**08.04.24 – 08.07.24**

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

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

134,40 € / 115,70 €

Elisabeth Wessel

---



## Hatha-Yoga

Hatha-Yoga ist die traditionelle Kunst, mit Körper, Atem und Geist wundervolle Momente der Gelassenheit und Ruhe zu erzeugen und zu erleben. In diesem Kurs erlernen Sie aktive Körperübungen und Atemtechniken und werden individuell in den Übungen begleitet sowie durch Hilfsmittel und hilfreiches Hintergrundwissen unterstützt. Flexibilität und Kraft werden gefördert und die Fähigkeit des Loslassens geschult. Für Schwangere ist dieser Kurs ungeeignet.

**Bitte lockere Kleidung und dicke Socken mitbringen.**

---

H23-3A140

**12.09.23 – 12.12.23**

11x Di, 17:45 - 19:15 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

114,80 € / 99,00 €

Stefan Krüger

---

W24-3A140

**09.01.24 – 19.03.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Stefan Krüger

---

F24-3A140

**09.04.24 – 02.07.24**

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

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

134,40 € / 115,70 €

Stefan Krüger

---



## Hatha-Yoga

### Für Männer

Yoga für Männer? Ja! Yoga war ursprünglich ein aktives Übungssystem, das (nur) für Männer entwickelt wurde. Das Erlernen von Asanas (aktive Körperübungen), Pranayama (Atemtechniken) sowie Entspannungs- und Meditationstechniken wirkt daher vor allem bei Männern stressabbauend. Im Kurs lernen Sie auf sportliche Weise Körper und Geist zu regenerieren und in Einklang zu bringen. Der Kurs befähigt sie, diese Übungen auch zu Hause zu praktizieren. Für Anfänger und Teilnehmer mit Vorkenntnissen.

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

---

H23-3A135

**13.09.23 – 13.12.23**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Kai Winter

---

W24-3A135

**10.01.24 – 20.03.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Kai Winter

---

F24-3A135

**10.04.24 – 10.07.24**

13x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

134,40 € / 115,70 €

Kai Winter

## Hatha-Yoga

### Für Frauen

Körperübungen sowohl in Form von dynamische Bewegungsfolgen als auch in klassischen Haltungen, das Erleben des eigenen Atems sowie verschiedener Meditationen stehen im Zentrum dieses Kurses. Die achtsam ausgeführte Yoga-Praxis unterstützt die Erfahrung von Ausgeglichenheit und innerer Ruhe. Geeignet für Anfängerinnen und Teilnehmerinnen mit Vorkenntnissen.

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

---

H23-3A132

**11.09.23 – 11.12.23**

11x Mo, 19:30 - 21:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

114,80 € / 99,00 €

Elisabeth Wessel

---

W24-3A132

**08.01.24 – 18.03.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Elisabeth Wessel

---

F24-3A132

**08.04.24 – 08.07.24**

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

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

134,40 € / 115,70 €

Elisabeth Wessel





## Hatha-Yoga

Yoga bietet zahlreiche Techniken gegen Rückenbeschwerden und Stress. Die Bewegungsübungen (Asanas), die Sie erlernen werden, lösen Verspannungen der Muskeln, halten die Wirbelsäule beweglich, lindern Haltungsschäden und wirken Schmerzen entgegen. Sie lernen sich zu dehnen und zu entspannen, bewusst zu Atmen. Die Kräftigung der Muskeln und eine aufmerksame Wahrnehmung des eigenen Körpers gehören zu jeder Yogastunde.

**Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.**

H23-3A155

**14.09.23 – 14.12.23**

12x Do, 17:00 - 18:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Kathrin Schulz

W24-3A155

**11.01.24 – 21.03.24**

10x Do, 17:00 - 18:30 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,00 € / 90,60 €

Kathrin Schulz

F24-3A155

**11.04.24 – 04.07.24**

12x Do, 17:00 - 18:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,60 € / 107,30 €

Kathrin Schulz

→ Fortgeschrittene

H23-3A160

**13.09.23 – 13.12.23**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

139,00 € / 119,60 €

Christian Stötzner

→ Fortgeschrittene

W24-3A160

**10.01.24 – 20.03.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

117,00 € / 100,80 €

Christian Stötzner

→ Fortgeschrittene

F24-3A160

**10.04.24 – 10.07.24**

13x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

150,00 € / 128,90 €

Christian Stötzner





## Rückhalt - Ganzheitliche Rückenschule

Schwerpunkte dieses Kurses sind eine maßvolle Rückengymnastik, Körperwahrnehmungsübungen und wohltuende Entspannungsübungen. Sie lernen, auf sanfte Art und Weise Rückenschmerzen vorzubeugen und erhalten Tipps für den Alltag sowie Informationen über die körperlichen und seelischen Zusammenhänge. Die Übungen sind so kombiniert, dass sie auch von denen gut ausgeführt werden können, die nicht mehr so beweglich sind wie früher. **Bitte Sportkleidung und Turnschuhe mitbringen.**

H23-3B001

**11.09.23 – 11.12.23**

11x Mo, 08:45 - 09:45 Uhr

15 U-Std, VHS im Bildungsforum

67,20 € / 58,40 €

Ariane Weitalla

H23-3B002

**11.09.23 – 11.12.23**

11x Mo, 09:55 - 10:55 Uhr

15 U-Std, VHS im Bildungsforum

67,20 € / 58,40 €

Ariane Weitalla

H23-3B003

**11.09.23 – 11.12.23**

11x Mo, 11:05 - 12:05 Uhr

15 U-Std, VHS im Bildungsforum

67,20 € / 58,40 €

Ariane Weitalla

F24-3B001

**08.04.24 – 08.07.24**

13x Mo, 08:45 - 09:45 Uhr

17 U-Std, VHS im Bildungsforum

78,10 € / 67,70 €

Ariane Weitalla

F24-3B002

**08.04.24 – 08.07.24**

13x Mo, 09:55 - 10:55 Uhr

17 U-Std, VHS im Bildungsforum

78,10 € / 67,70 €

Ariane Weitalla

F24-3B003

**08.04.24 – 08.07.24**

13x Mo, 11:05 - 12:05 Uhr

17 U-Std, VHS im Bildungsforum

78,10 € / 67,70 €

Ariane Weitalla

## Rückenfit - Rückenkräftigung

Mit wohltuenden Bewegungsübungen, vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung erlernen Sie Möglichkeiten zur Stärkung des Rückens, zur Verbesserung der Beweglichkeit und Kraft, der Dehn-, Koordinations-, Lockerungs- und Entspannungsfähigkeit. Sie lernen gelenk- und rüchenschonende Körperhaltungen kennen und üben rückengerechte Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf. Dazu gibt es praxisnahe Tipps für den Alltag. **Bitte Sportkleidung und Turnschuhe mitbringen.**

H23-3B004

**12.09.23 – 19.12.23**

12x Di, 09:30 - 10:30 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Annika Wahl

H23-3B005

**12.09.23 – 19.12.23**

12x Di, 10:40 - 11:40 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Annika Wahl

F24-3B004

**09.04.24 – 09.07.24**

14x Di, 09:30 - 10:30 Uhr

19 U-Std, VHS im Bildungsforum

83,30 € / 72,10 €

Annika Wahl

F24-3B005

**09.04.24 – 09.07.24**

14x Di, 10:40 - 11:40 Uhr

19 U-Std, VHS im Bildungsforum

83,30 € / 72,10 €

Annika Wahl





## Herz aktiv - Ausdauertraining für Herz und Kreislauf

Mit kurzen Ausdauertrainingsphasen lernen Sie Ihre eigenen Leistungsgrenzen kennen und erweitern. Sie erleben wohlthuende und herausfordernde Bewegungen mit Kleingeräten. Mit vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung, Dehnungsübungen der Muskulatur und Lockerung von Verspannungen lernen Sie Möglichkeiten zur Verbesserung Ihrer Fitness, Beweglichkeit und Entspannungsfähigkeit kennen. Sie werden vieles finden, was Freude macht und Ihre Gesundheit stärkt. **Bitte Sportkleidung und Turnschuhe mitbringen.**

W24-3B006

**08.01.24 – 18.03.24**

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

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

Ariane Woitalla

W24-3B007

**08.01.24 – 18.03.24**

10x Mo, 09:55 - 10:55 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

Ariane Woitalla

W24-3B008

**08.01.24 – 18.03.24**

10x Mo, 11:05 - 12:05 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

Ariane Woitalla

W24-3B009

**23.01.24 – 26.03.24**

10x Di, 09:30 - 10:30 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

Annika Wahl

W24-3B010

**23.01.24 – 26.03.24**

10x Di, 10:40 - 11:40 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,60 € / 53,60 €

Annika Wahl



## Beckenbodentraining für den Alltag

Der Beckenboden trägt als Fundament unseres Körpers die Bauchorgane und hilft uns bei der aufrechten Körperhaltung. Beim Lachen, Singen, Niesen ist er beteiligt und wird oft erst bemerkt, wenn problematisch seine Verschlussfunktion nachlässt. Mit gezielten Bewegungs- und Atemübungen wird der Beckenboden im Zusammenhang des ganzen Körpers gestärkt und flexibler. Sie verbessern mit dem Training Ihre Hüftbeweglichkeit und Ihre Standfestigkeit und ermöglichen sich mehr Leichtigkeit für alltägliche Bewegungen. Auch Männer sind im Kurs willkommen.

**Bitte lockere Kleidung und Turnschuhe bzw. dicke Socken mitbringen.**

H23-3B015

**05.10.23 – 23.11.23**

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

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,20 € / 49,00 €

Andrea Neu

W24-3B015

**15.02.24 – 18.04.24**

8x Do, 10:30 - 12:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,60 € / 63,00 €

Andrea Neu





### Kräftigende Aqua-Fit-Gymnastik

Aqua-Fit-Gymnastik ist ein Training, das durch den Wasserauftrieb Wirbelsäule und Gelenke schont. Das individuelle Fitnesslevel wird verbessert, die funktionelle, aufrechte Körperhaltung und Beweglichkeit erhöht. Muskelkraft und -ausdauer werden verbessert. Die Bewegungen sind leicht zu erlernen und ermöglichen Neueinsteiger\*innen und Fortgeschrittenen ein anspruchsvolles Training.

**Die Teilnehmenden müssen schwimmen können!**

**Das Entgelt beinhaltet den Eintritt in das Schwimmbad.**

#### → im Tiefwasser (nur Schwimmer)

H23-3B020

**14.09.23 – 14.12.23**

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

12 U-Std, Kiezbad Am Stern, Newtonstraße 12

115,00 € / 107,80 €

Vivian Eberhardt

#### → im Tiefwasser (nur Schwimmer)

H23-3B021

**14.09.23 – 14.12.23**

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

12 U-Std, Kiezbad Am Stern, Newtonstraße 12

115,00 € / 107,80 €

Vivian Eberhardt

#### → im Tiefwasser (nur Schwimmer)

W24-3B020

**11.01.24 – 21.03.24**

10x Do, 09:00 - 09:45 Uhr

10 U-Std, Kiezbad Am Stern, Newtonstraße 12

97,00 € / 91,00 €

Vivian Eberhardt

#### → im Tiefwasser (nur Schwimmer)

W24-3B021

**11.01.24 – 21.03.24**

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

10 U-Std, Kiezbad Am Stern, Newtonstraße 12

97,00 € / 91,00 €

Vivian Eberhardt

#### → im Tiefwasser (nur Schwimmer)

F24-3B020

**11.04.24 – 11.07.24**

13x Do, 09:00 - 09:45 Uhr

13 U-Std, Kiezbad Am Stern, Newtonstraße 12

124,00 € / 116,20 €

Vivian Eberhardt

#### → im Tiefwasser (nur Schwimmer)

F24-3B021

**11.04.24 – 11.07.24**

13x Do, 09:45 - 10:30 Uhr

13 U-Std, Kiezbad Am Stern, Newtonstraße 12

124,00 € / 116,20 €

Vivian Eberhardt



## Beweglich und fit im Alter mit ErlebniSTanz

ErlebniSTanz ist mehr als eine Sportart. Angesprochen sind alle ab dem 55. Lebensjahr, die durch Tanz Freude und Geselligkeit suchen. ErlebniSTanz ist ein ideales Fitnessstraining ohne Gesundheitsrisiko. Diese Tanzart ist speziell für ältere Menschen und kennt keine Führungsrolle wie der Gesellschaftstanz. Sie aktiviert das Herz-Kreislauf-System und verbessert die Beweglichkeit, Koordination und Gedächtnisleistung.

### → 14tägig

H23-3B025

**21.09.23 – 14.12.23**

7x Do, 10:30 - 12:00 Uhr

14 U-Std, VHS im Bildungsforum

64,40 € / 56,00 €

Gisela Latussek

### → 14tägig

W24-3B025

**15.02.24 – 27.06.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Gisela Latussek

## Förderung durch die Krankenkasse?

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

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

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

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





### Jonglage

Sie erlernen die Grundlagen für das Jonglieren mit drei Bällen, Keulen und Ringen. Ein weiterer Bestandteil des Kurses ist das Poi-Spinning - eine Bewegungskunst, die ihren Ursprung in Neuseeland bei den Maori hat. Mit Bällen, die an einem Seil befestigt sind, werden durch Drehbewegungen kunstvolle Figuren gespielt. Die Grundlagen dafür und erste Figuren werden vermittelt.

H23-3B030

**29.09.23 – 06.10.23**

2x Fr, 19:15 - 20:45 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

19,60 € / 16,70 €

Sandro Bretag

W24-3B030

**08.03.24 – 15.03.24**

2x Fr, 18:00 - 19:30 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

19,60 € / 16,70 €

Sandro Bretag



### Fit für den Alltag - Ganzkörperkräftigung

Sie verbessern Ihre körperliche Leistungsfähigkeit, Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer. Mit vielfältigen Kräftigungs- und Dehnungsübungen, besserer Körperwahrnehmung und Entspannung lernen Sie im Kurs, Bewegungsmangel, Rückenbeschwerden, Muskelverspannungen sowie Muskelschwäche vorzubeugen. Sie werden vieles finden, was wohl tut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den Alltag erweitert.

H23-3B035

**11.09.23 – 11.12.23**

11x Mo, 18:45 - 19:45 Uhr

15 U-Std, VHS im Bildungsforum

67,20 € / 58,40 €

Mario Patron

H23-3B036

**11.09.23 – 11.12.23**

11x Mo, 20:00 - 21:00 Uhr

15 U-Std, VHS im Bildungsforum

67,20 € / 58,40 €

Mario Patron

W24-3B035

**08.01.24 – 11.03.24**

9x Mo, 18:45 - 19:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,20 € / 49,00 €

Mario Patron

W24-3B036

**08.01.24 – 11.03.24**

9x Mo, 20:00 - 21:00 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,20 € / 49,00 €

Mario Patron

F24-3B035

**08.04.24 – 08.07.24**

13x Mo, 18:45 - 19:45 Uhr

17 U-Std, VHS im Bildungsforum

78,00 € / 67,60 €

Mario Patron

F24-3B036

**08.04.24 – 08.07.24**

13x Mo, 20:00 - 21:00 Uhr

17 U-Std, VHS im Bildungsforum

78,00 € / 67,60 €

Mario Patron



### Herz aktiv - Ausdauertraining für Herz und Kreislauf

Mit kurzen Ausdauertrainingsphasen zur Kräftigung von Herz und Kreislauf lernen Sie Ihre eigenen Leistungsgrenzen kennen und erweitern. Sie erleben wohlthuende und herausfordernde Bewegungen mit Kleingeräten. Mit vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung, Dehnungsübungen und Lockerung verspannter Muskulatur lernen Sie im Kurs Möglichkeiten zur Verbesserung Ihrer Fitness, Beweglichkeit und Entspannungsfähigkeit kennen. **Bitte bringen Sie eine Matte mit.**

#### → für sportlich Fortgeschrittene!

H23-3B040

**13.09.23 – 13.12.23**

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

24 U-Std, Turnhalle Voltaire-Gesamtschule,  
Lindenstraße 33

105,40 € / 91,00 €

Simone Schulz

#### → für sportlich Fortgeschrittene!

W24-3B040

**10.01.24 – 20.03.24**

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

20 U-Std, Turnhalle Voltaire-Gesamtschule,  
Lindenstraße 33

89,00 € / 77,00 €

Simone Schulz

#### → für sportlich Fortgeschrittene!

F24-3B040

**10.04.24 – 03.07.24**

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

24 U-Std, Turnhalle Voltaire-Gesamtschule,  
Lindenstraße 33

105,40 € / 91,00 €

Simone Schulz

### Zumba

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

H23-3B045

**14.09.23 – 14.12.23**

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

16 U-Std, Turnhalle „Max Dortu“-Schule,  
Dortustraße 28/29

104,60 € / 90,20 €

Lena Rohde

W24-3B045

**11.01.24 – 21.03.24**

10x Do, 19:00 - 20:00 Uhr

13 U-Std, Turnhalle „Max Dortu“-Schule,  
Dortustraße 28/29

88,30 € / 76,30 €

Lena Rohde

F24-3B045

**11.04.24 – 11.07.24**

13x Do, 19:00 - 20:00 Uhr

17 U-Std, Turnhalle „Max Dortu“-Schule,  
Dortustraße 28/29

112,70 € / 97,10 €

Lena Rohde





### Fitness-Kickboxen für Frauen

Kickboxen ist nicht nur Leistungssport, sondern auch Breiten- und Konditionssport. Das effektive Ganzkörpertraining beansprucht jede Körperpartie. Sie trainieren Kraft, Ausdauer, Kondition, Beweglichkeit sowie Kopplungs-, Orientierungs-, Reaktions- und Entspannungsfähigkeiten. Sie steigern Ihre Belastungsfähigkeit und Leistung, was sich positiv auf Ihr Selbstvertrauen, Ihren Mut und Ihre Entschlossenheit auswirkt. Dabei stehen die Fitness und der Spaß im Vordergrund.

---

H23-3B050

**14.09.23 – 14.12.23**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Gina Bartilla

---

H23-3B051

**14.09.23 – 14.12.23**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Gina Bartilla

---

W24-3B050

**11.01.24 – 21.03.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Gina Bartilla

---

W24-3B051

**11.01.24 – 21.03.24**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Gina Bartilla

---

F24-3B050

**11.04.24 – 11.07.24**

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

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Gina Bartilla

---

F24-3B051

**11.04.24 – 11.07.24**

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

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Gina Bartilla

---

### Rückenfit - Rückenkräftigung

Den Rücken stärken, den Körper in Balance bringen und die Optimierung Ihrer Haltung sind die Ziele dieses Kurses. Mit ganzheitlichen Übungen verbessern Sie die muskuläre Stabilisation der Wirbelsäule und mobilisieren schonend Ihre Gelenke. Ihre körpereigene Wahrnehmung wird sensibilisiert und Sie erlernen, Haltungsschwächen im Alltag und am Arbeitsplatz zu korrigieren. Für alle, die unter degenerativen Veränderungen leiden oder Arthrose, Osteoporose und Degenerationen vorbeugen möchten.

**Sie benötigen sportliche Kleidung, dicke Socken oder Gymnastikschuhe.**

---

H23-3B055

**13.09.23 – 13.12.23**

12x Mi, 17:45 - 18:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

85,40 € / 73,90 €

Freya Bobka

---

H23-3B056

**13.09.23 – 13.12.23**

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

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

85,40 € / 73,90 €

Freya Bobka

---

W24-3B056

**10.01.24 – 20.03.24**

10x Mi, 19:00 - 20:00 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,30 € / 62,70 €

Silvia Huppertz

---

W24-3B055

**10.01.24 – 20.03.24**

10x Mi, 17:45 - 18:45 Uhr

13 U-Std, VHS im Bildungsforum

72,30 € / 62,70 €

Silvia Huppertz

---

F24-3B055

**10.04.24 – 10.07.24**

13x Mi, 17:45 - 18:45 Uhr

17 U-Std, VHS im Bildungsforum

91,90 € / 79,40 €

Silvia Huppertz

---

F24-3B056

**10.04.24 – 10.07.24**

13x Mi, 19:00 - 20:00 Uhr

17 U-Std, VHS im Bildungsforum

91,90 € / 79,40 €

Silvia Huppertz

---





## Pilates

Die von Joseph Pilates entwickelte Trainingsmethode vereint Kräftigung und Dehnung der Muskulatur. Sie erlernen Übungen, die vor allem die Körpermitte und die Rückenmuskulatur trainieren und somit zu einer verbesserten Körperhaltung, Koordination, Konzentration, Atmung und Ausdauer beitragen. Durch Differenzierungsmöglichkeiten der Übungen kann jeder an seinen individuellen Leistungsstand anknüpfen.

**Bitte bringen Sie vielschichtige Sportbekleidung und eine Matte mit.**

H23-3B060

**14.09.23 – 14.12.23**

12x Do, 17:45 - 18:45 Uhr

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

Dortustraße 28/29

72,60 € / 63,00 €

Antje Schötz

F24-3B060

**18.04.24 – 11.07.24**

12x Do, 17:45 - 18:45 Uhr

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

Dortustraße 28/29

72,60 € / 63,00 €

Antje Schötz

W24-3B060

**11.01.24 – 21.03.24**

10x Do, 17:45 - 18:45 Uhr

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

Dortustraße 28/29

61,60 € / 53,60 €

Antje Schötz





## Aqua-Gymnastik

Aqua-Gymnastik ist ein gelenkschonendes Training. Durch den Wasserauftrieb werden Wirbelsäule und Gelenke geschont. Ihr individuelles Fitnesslevel wird verbessert, die funktionelle, aufrechte Körperhaltung und Beweglichkeit erhöht. Muskelkraft und -ausdauer werden verbessert. Die Bewegungen sind leicht zu erlernen und ermöglichen Neueinsteiger\*innen und Fortgeschrittenen ein anspruchsvolles Training.

**Das Entgelt beinhaltet den Eintritt in das Schwimmbad.**

### → im Flachwasser

H23-3B065

**25.09.23 – 18.12.23**

13x Mo, 19:00 - 19:45 Uhr  
13 U-Std, Schwimmbad „blu“,  
Am Brauhausberg 1  
124,00 € / 116,20 €  
Kata Susilovic

### → im Flachwasser

H23-3B066

**25.09.23 – 18.12.23**

13x Mo, 19:45 - 20:30 Uhr  
13 U-Std, Schwimmbad „blu“,  
Am Brauhausberg 1  
124,00 € / 116,20 €  
Kata Susilovic

### → im Flachwasser

W24-3B065

**08.01.24 – 18.03.24**

10x Mo, 19:00 - 19:45 Uhr  
10 U-Std, Schwimmbad „blu“,  
Am Brauhausberg 1  
97,00 € / 91,00 €  
Kata Susilovic

### → im Flachwasser

W24-3B066

**08.01.24 – 18.03.24**

10x Mo, 19:45 - 20:30 Uhr  
10 U-Std, Schwimmbad „blu“,  
Am Brauhausberg 1  
97,00 € / 91,00 €  
Kata Susilovic

### → im Flachwasser

F24-3B065

**08.04.24 – 15.07.24**

14x Mo, 19:00 - 19:45 Uhr  
14 U-Std, Schwimmbad „blu“,  
Am Brauhausberg 1  
133,00 € / 124,60 €  
Kata Susilovic

### → im Flachwasser

F24-3B066

**08.04.24 – 15.07.24**

14x Mo, 19:45 - 20:30 Uhr  
14 U-Std, Schwimmbad „blu“,  
Am Brauhausberg 1  
133,00 € / 124,60 €  
Kata Susilovic





### Kräftigende Aqua-Fit-Gymnastik

Aqua-Gymnastik ist ein Training, das die Wirbelsäule und Gelenke schont. Das individuelle Fitnesslevel wird verbessert, die funktionelle, aufrechte Körperhaltung und Beweglichkeit erhöht. Muskelkraft und -ausdauer werden verbessert. Die Bewegungen sind leicht zu erlernen und ermöglichen Neueinsteiger\*innen und Fortgeschrittenen ein anspruchsvolles Training. Die Teilnehmenden müssen schwimmen können!

**Das Entgelt beinhaltet den Eintritt in das Schwimmbad.**

→ im Tiefwasser (nur Schwimmer)

H23-3B070

**13.09.23 – 13.12.23**

12x Mi, 19:00 - 19:45 Uhr

12 U-Std, Kiezbad Am Stern,

Newtonstraße 12

115,00 € / 107,80 €

Vivian Eberhardt

→ im Tiefwasser (nur Schwimmer)

W24-3B070

**10.01.24 – 20.03.24**

10x Mi, 19:00 - 19:45 Uhr

10 U-Std, Kiezbad Am Stern,

Newtonstraße 12

97,00 € / 91,00 €

Vivian Eberhardt

→ im Tiefwasser (nur Schwimmer)

F24-3B070

**10.04.24 – 10.07.24**

13x Mi, 19:00 - 19:45 Uhr

13 U-Std, Kiezbad Am Stern,

Newtonstraße 12

124,00 € / 116,20 €

Vivian Eberhardt





### Die Kunst, ein Egoist zu sein

Sie möchten langfristig glücklich und erfolgreich sein? Erlauben Sie sich, evolutionären Egoismus zu leben, also selbst stark zu sein, um anderen Menschen helfen zu können. Es geht um Selbstachtung und Selbstvertrauen, Verantwortung für sich selbst und andere, Mut zum „Nein“ und das Zulassen eigener Ideen. Begeben Sie sich auf die Suche nach Themen, die ihnen wichtig sind, aber stagnieren, oder nach Vorhaben, die schon lange auf Umsetzung warten.

W24-3C001

**16.02.24**

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

16,40 € / 14,00 €

Anne Pake



### Mentale Gelassenheit - Selbstschutz für die Seele

Ist Ihnen alles zuviel? Sind Sie überfordert? Kennen Sie die gut gemeinten Ratschläge: „Lass Dir ein dickes Fell wachsen. Sei nicht so empfindlich“? Wie macht man das? Wie lässt man Dinge, die einem nahe gehen, nicht so an sich rankommen? Wie kommt man aus sorgenvollen Gedanken wieder raus. Sie lernen, wie Sie sich abgrenzen, schützen und in schwierigen Situationen gelassen reagieren können.

W24-3C010

**20.01.24**

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

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

29,40 € / 25,10 €

Natascha Griesinger

### Selbsthypnose - Der Weg zu einem selbstbestimmten Leben

Lernen Sie, wie Sie negative Gedanken verändern, sich von Ängsten befreien, mit Schmerzen besser umgehen und selbstbewusster werden. Sie erfahren, wie Sie sich in wenigen Minuten entspannen und leistungsfähiger werden können sowie Ihr Unterbewusstsein zu nutzen, um Ihre Ziele zu erreichen.

H23-3C005

**18.11.23**

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

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

29,40 € / 25,10 €

Natascha Griesinger

### Gewohnheiten - Durch minimale Veränderungen zum Erfolg

Jeder kennt es: „Ab jetzt wird weniger Zucker gegessen, gebe ich meine Aufträge pünktlich ab, mache ich täglich etwas Sport“. Kaum gedacht - schon wieder vergessen oder verworfen. Gewohnheiten können schwer zu ändern sein, da sie tief in uns verwurzelt sind und automatisch ausgeführt werden. Es ist aber möglich, mit alten unliebsamen Gewohnheiten zu brechen und neue positive Gewohnheiten und Routinen zu entwickeln. Wie? Das erfahren Sie in diesem Kurs.

W24-3C015

**27.01.24**

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

7 U-Std, VHS im Bildungsforum

34,30 € / 29,30 €

Daniela Slezak



## Selbstbewusstsein ist Kopsache

Ob im Beruf oder privat, manche Menschen scheinen einfach das gewisse Etwas zu haben, das auf andere anziehend wirkt. Hier lernen Sie, Ihre Bedürfnisse und Wünsche zu konkretisieren und umzusetzen. Sie erkennen Ihren Selbstwert und entdecken, wie Sie Ihre einzigartige Persönlichkeit entfalten können. Mit Praxisübungen und Wissen aus der Gehirnforschung können Sie in kürzester Zeit spürbare Ergebnisse erzielen.

W24-3C020

**12.04.24 – 13.04.24**

1x Fr, 18:00 - 20:15 Uhr

1x Sa, 10:00 - 14:30 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

39,20 € / 33,40 €

Natascha Griesinger



## Was tun bei Hochsensibilität?

Fühlen Sie sich oft missverstanden und nicht richtig wahrgenommen? Nehmen Sie sich viele Sachen zu sehr zu Herzen? Sie lernen, was Hochsensibilität ist, wie man sich als hochsensible Person erkennt und in welchen Lebensbereichen sich das besonders auswirkt. Wir erarbeiten, wie Sie Ihre Denkmuster ändern können. Sie lernen Möglichkeiten zur Abgrenzung im Alltag kennen und wie Sie diese Eigenschaft als Stärke und Chance nutzen können.

H23-3C025

**11.11.23**

1x Sa, 10:00 - 14:15 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,50 € / 20,90 €

Simone Voß

W24-3C025

**02.03.24**

1x Sa, 10:00 - 14:15 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,50 € / 20,90 €

Simone Voß

## Selbstverteidigung für Frauen

Es geht um das Erkennen und Vermeiden von Gefahren und Selbstbehauptung sowie die Bedeutung und den Einsatz von Körpersprache, Mimik und Stimme. Sicherer Auftreten und angemessene Verhaltensweisen werden geübt und Grundelemente der Selbstverteidigung am Beispiel leichter Angriffe (Befreiung aus Haltegriffen, Schläge blocken und gezielte Abwehrtechniken) erlernt. Weitere Themen sind Angstbewältigung, Schockphase, Schockdauer sowie rechtliche Aspekte zur Selbstverteidigung. Der Kursleiter ist Fitnesstrainer und Polizeibeamter und besitzt umfangreiche Erfahrung aus seinem beruflichen Alltag.

**Bitte Turnschuhe mitbringen.**

W24-3C030

**12.01.24**

1x Fr, 17:00 - 21:00 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

20,50 € / 17,50 €

Thomas Stetefeld

F24-3C030

**16.05.24**

1x Do, 18:45 - 21:00 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

14,40 € / 12,20 €

Thomas Stetefeld

## Selbstverteidigung mit Alltagsgegenständen für Frauen

**Im Rahmen der Potsdamer Frauenwoche**

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie sich in brenzligen Situationen schnell und effektiv verteidigen können. Sie erhalten Anregungen, welche Alltagsgegenstände Sie notfalls zur Verteidigung einsetzen können und wo die Gefahren liegen. Zum Selbstschutz und zur Verteidigung ist alles geeignet, was Sie bei sich tragen. Weitere Themen sind psychologische Abwehr, Deeskalation und die Bedeutung von Körperhaltung, Blickkontakt und Stimme.

**Bitte Turnschuhe mitbringen.**

W24-3C035

**01.03.24**

1x Fr, 17:00 - 21:00 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

20,50 € / 17,50 €

Natascha Griesinger



### Im Reich der Düfte - Ätherische Öle

Ätherische Öle reinigen und heilen, pflegen die Haut, beeinflussen unsere Stimmung und Konzentration, vertreiben Ungeziefer - vorausgesetzt, man wendet sie richtig an. Hochwirksame Essenzen können falsch angewendet großen Schaden anrichten. Sie lernen einige bekannte und auch besondere Düfte kennen und mischen ein wunderbares Massageöl sowie eine hautpflegende Creme. Sie erhalten Literaturtipps sowie ein Skript mit Anleitungen und Rezepten.

**Material wird durch die KL zur Verfügung gestellt.**

**Für alle, die Öl und/oder Creme mit nach Hause nehmen möchten, beträgt der Unkostenbeitrag 5,00 Euro bzw. 10,00 Euro.**

H23-3D001

**21.11.23**

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

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

12,30 € / 10,50 €

Gabriela Ristow

### Das Knie - Ein Problem-Gelenk

Das Knie ist besonders anfällig für Schmerzen, Krankheiten, aber auch Überbelastung im Sport und Beruf sind die Ursache. Sie erhalten in diesem Vortrag einen Überblick über die Anatomie des Knies, häufige Krankheitsbilder und lernen die Möglichkeiten einer Behandlung kennen - von der konservativen Behandlung bis zur Operation.

W24-3E001

**30.01.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Jan Schwetlick

### Endlich Ordnung und ein aufgeräumtes Leben

Wünschen Sie sich eine aufgeräumte Zukunft? Möchten Sie die Kontrolle über ihren Besitz zurück und vielleicht auch über andere Bereiche Ihres Lebens? Erfahren Sie, wie Sie mit der KonMari-Methode, der Frage nach dem Glücksgefühl und handfesten Tricks und Kniffen endlich nachhaltiger Ordnung schaffen können. Lernen Sie, Ihre Kleidung so zu falten, dass sie im Schrank stehen kann, wie Ihre gesamten Dokumente in drei Ordner passen und wie Sie Ihre Küche smart organisieren. Sie lernen, warum uns das Loslassen oft so schwer fällt, was ein Leben in Unordnung mit Zeitmangel zu tun hat und wie Sie durch eine neue Ordnung Geld sparen und bewusster konsumieren können.

W24-3E005

**24.02.24**

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

7 U-Std, VHS im Bildungsforum

28,70 € / 24,50 €

Daniela Slezak

### Patientenverfügung

Eine Patientenverfügung zu haben, kann einem das Gefühl geben, alles sei geregelt. Doch nicht alle Patientenverfügungen sind gleich. Sie erfahren, was wichtig ist und welche Folgen in Feinheiten der Formulierungen stecken. Wenn vorhanden, können Sie Ihre eigene Patientenverfügung mitbringen.

H23-3E010

**07.11.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Frank Spade

W24-3E010

**20.02.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Frank Spade



## Fasten - Reset für Körper und Seele

Finden Sie die richtige Methode für Ihre ganz persönliche Fastenzeit. Mittlerweile ist belegt, dass auch weniger strenge Formen des Fastens Prozesse im Körper anregen, die sich positiv auf die Gesundheit auswirken können. Sie erfahren, wie Sie sich nach der Buchinger-Methode fasten können, warum ein ausgeglichener Säure-Basen-Haushalt wichtig für die Gesundheit ist und was es mit Intervall- und Scheinfasten auf sich hat.

W24-3F001

**30.01.24**

1x Di, 17:30 - 19:00 Uhr  
2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
8,00 € / keine Ermäßigung  
Antje Schötz

## Der Darm und seine Bewohner

Unser Darm beherbergt eine große Anzahl an Mikroorganismen, die Darmflora. Diese ist so individuell wie ein Fingerabdruck und enorm wichtig für unsere Gesundheit. Je größer die Artenvielfalt der Darmbakterien, desto größer die Widerstandsfähigkeit gegen zahlreiche Zivilisationskrankheiten. Sie erfahren welche Lebensmittel die hilfreichen Darmbakterien fördern, die störenden hemmen und wie eine darmfreundliche Ernährung aussieht.

W24-3F002

**05.03.24**

1x Di, 17:30 - 19:00 Uhr  
2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
8,00 € / keine Ermäßigung  
Antje Schötz



## Kräuterkurs „Wilder Frühling“

Lassen Sie sich von einer Kräuter- und Wildnispädagogin heimische essbare Wildkräuter vorstellen. Erfahren Sie, worauf beim Sammeln und Verarbeiten von Wildpflanzen zu achten ist und wie einfach das „wilde Grün“ im Alltag angewendet werden kann. Bei einem kurzen Kräuterspaziergang werden saisonale Wildpflanzen gezeigt und bestimmt. Zum Abschluss stellen wir gemeinsam einen Blüten-Zucker und eine Wildkräuter-Limonade zum Mitnehmen her.

**Für die Zutaten fallen ca. 5,00 Euro pro Person an, die bei der Kursleiterin zu zahlen sind.**

F24-3F005

**19.04.24**

1x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr  
4 U-Std, VHS im Bildungsforum  
16,40 € / 14,00 €  
Claudia Zesche





## Des Menschen

# „bester Freund“

**Wer einen Hund hat lebt gesund. Das liegt nicht nur an den Spaziergängen bei jedem Wetter und den zusätzlichen sozialen Kontakten. Auch das Spielen und Streicheln macht glücklich. Hunde belegen nach den Katzen Platz 2 auf der Beliebtheitsskala der Haustiere in Deutschland. Damit Mensch und Hund sich noch besser verstehen, gibt die Hundephysiotherapeutin Dr. Janet Nagel in unserer neuen Reihe Antworten auf Fragen rund um den Hund.**

### Hunde-Verhalten besser verstehen

Warum knurrt mein Hund einen anderen Hund an? Warum zieht er sich zurück? Ist das normal oder hat mein Hund ein Problem? Ist mit der Sozialisation etwas schief gegangen? Vielleicht ist er aber einfach nur stur? Wir schauen uns an, ob unerwünschtes Verhalten durch den Gesundheitszustand hervorgerufen sein könnte und wie man dieses erkennen kann. Aggression unter Hunden kann viele Gründe haben. Fitness-Tipps runden den Vortrag ab.

H23-3E020

**13.10.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Janet Nagel

### Mein Hund wackelt mit dem Po - Verhaltensänderungen deuten

Der Hund zeigt seine Probleme durch Verhaltensänderungen. Dies kann sich z.B. im Gangbild oder im Verhalten anderen Hunden gegenüber zeigen. In diesem Vortrag sprechen wir über Zeichen des Hundes bei Problemen wie z.B. bei Hüftdysplasie (HD) oder Knieproblemen. Wir schauen uns Gangbilder an, werfen einen Blick in die Anatomie und sprechen über Möglichkeiten, unseren Hund durch praktische Übungen zu unterstützen.

H23-3E021

**17.11.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

8,00 € / keine Ermäßigung

Janet Nagel







### Schmerzen erkennen, lindern und vorbeugen

Hunde sagen nicht „Aua“, denn ein Hund, der Schmerzen zeigt, hätte in der freien Natur keine Überlebenschance. Aber woran erkenne ich, dass er Schmerzen hat und was kann ich tun? In diesem Vortrag stelle ich Ihnen Zeichen von Schmerzen des Hundes vor. Wir sprechen darüber, auf welche Erkrankungen bestimmte Zeichen hinweisen. Praktische Übungen mit dem Hund können helfen, Schmerzen vorzubeugen.

W24-3E022

**01.03.24**

1x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr  
2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
8,00 € / keine Ermäßigung  
Janet Nagel

### Graue Schnauze - Mein alternder Hund

Irgendwann kommt für Vierbeiner der Zeitpunkt, dass die Schnauze langsam ergraut, die Spaziergänge kürzer werden oder das Aufstehen schwerer fällt - unser Hund wird alt! Nun fragen wir uns, wie wir unseren Liebling auch in dieser Lebensphase bestmöglich unterstützen können. In diesem Seminar zeige ich Ihnen, worauf wir bei Hunden im Alter achten können, welche Erkrankungen auftreten und welche Maßnahmen wir ergreifen können. Praktische Übungen runden den Kurs ab.

W24-3E023

**22.03.24**

1x Fr, 17:30 - 19:00 Uhr  
2 U-Std, VHS im Bildungsforum  
8,00 € / keine Ermäßigung  
Janet Nagel





**Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich**

Programmbereichsleitung

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

---



**N.N.**

Verwaltung

0331 289-4566

---

# Sprachen





# Kenntnisstufen

## Was steckt hinter Kursbezeichnungen wie A1 oder B2?

Unser mehrstufiges Kurssystem orientiert sich am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für das Lehren und Lernen von Sprachen (GER). Dieses europäische Stufensystem wurde 1997 vom Europarat entwickelt und hat zum Ziel, Sprachkenntnisse vergleichbar zu machen und mehr Transparenz beim Sprachenlernen in Europa zu schaffen.

Das Kurssystem basiert auf den sechs Kompetenzstufen A1, A2, B1, B2, C1 sowie C2. Jede Stufe beschreibt, was Sie können, wenn Sie die betreffende Kompetenzstufe erreicht haben. Die Anzahl der zu besuchenden Kurse, die nötig sind, um eine Kompetenzstufe abzuschließen, richtet sich nach der Anzahl der Unterrichtseinheiten eines Kurses.

## Welcher Kurs ist für mich der richtige?

Grundsätzlich sollten Sie sich vor einer Kurswahl überlegen, ob Ihr Schwerpunkt mehr auf dem Sprechen („Konversationskurse“) oder dem Wiederholen und Auffrischen liegt oder ob Sie lieber einen Kurs mit einer ausgewiesenen Lernprogression besuchen möchten.

Wichtig ist außerdem, dass Sie das richtige Kursniveau für sich finden, damit Sie sich weder über- noch unterfordert fühlen.



Bitte nutzen Sie deshalb vor einer Anmeldung eine der folgenden Möglichkeiten:



### 1. Einstufungstest

Sollten Sie bereits Vorkenntnisse in einer Sprache haben, dann empfehlen wir Ihnen einen Einstufungstest, der Ihnen eine Rückmeldung über Ihre aktuelle Kompetenzstufe gibt. Über unsere Webseite gelangen Sie zu ausgewählten Online-Tests für verschiedene Sprachen.



### 2. Persönliche Beratung

Gerne können Sie sich für eine persönliche Beratung auch an uns wenden. Wir versuchen dann mit Ihnen gemeinsam den richtigen Kurs zu finden.



### 3. Selbsteinschätzung mit Hilfe der „Kann-Beschreibungen“

Jede Kompetenzstufe des GER beschreibt, was Sie auf dieser Stufe bereits können. Versuchen Sie, sich anhand dieser „Kann-Beschreibungen“ selbst einzuschätzen.

# „Kann-Beschreibungen“



**C2**

Sie können sich spontan, sehr fließend und differenziert ausdrücken und nahezu alles, was Sie hören oder lesen, mühelos verstehen.

Kurse C2.1 - C2.4

**C1**

Sie können sich fließend im gesellschaftlichen und privaten Leben verständigen und sich strukturiert zu komplexen Sachverhalten äußern.

Kurse C1.1 - C1.4

**B2**

Sie können sich beruflich und privat problemlos mit Muttersprachler/innen, in der Standardsprache verständigen.

Kurse B2.1 - B2.4

**B1**

Sie können im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobbys, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen und Ereignisse austauschen.

Kurse B1.1 - B1.4

**A2**

Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten (z.B. Informationen zur Person, Einkaufen, Arbeit, die eigene Ausbildung, Ihre Umwelt) mit einfachen Worten verständigen.

Kurse A2.1 - A2.4

**A1**

Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sagen wie Sie heißen, wo Sie wohnen, wer Sie sind, Auskünfte einholen wie z.B. nach dem Weg fragen und einfache Fragen beantworten.

Kurse A1.1 - A1.4

# Weisen Sie Ihre Sprachkompetenz nach

Steigern Sie Ihre beruflichen Chancen mit den anerkannten Sprachzertifikaten der telc – ganz bequem an Ihrer VHS

vhs



## Englisch

English B1-B2  
English B1-B2 Business  
English B2-C1 Business  
English B2-C1 University

## Polnisch

Język polski B1-B2 Szkoła

## Deutsch

Deutsch C1  
Deutsch C1 Hochschule

## Spanisch

Español B1  
Español B2

Die Sprachzertifikate der telc gGmbH entsprechen dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER). Arbeitgeber\*innen oder Universitäten erkennen anhand eines Zertifikates, auf welchem Niveau Ihre Sprachkenntnisse nachweislich stehen.

Mit einem Sprachzertifikat im Lebenslauf heben Sie sich als Bewerber\*in deutlich ab. Sie zeigen, dass Ihnen die Wichtigkeit einer Fremdsprache in einer globalisierten Welt bewusst ist und beweisen Sprachkompetenz. Melden Sie sich gleich an bei Ihrer VHS!

11.11.2023  
16.03.2024

Jetzt  
anmelden!





## Englisch für den Urlaub A1

### A new taste of English

Dieser Kurs eignet sich für Urlauber\*innen und all jene, die oft im englischsprachigen Raum unterwegs sind. Er vermittelt auf unterhaltsame Weise den grundlegenden englischen Wortschatz, um sich sprachlich zurechtzufinden und verständigen zu können und weckt die Lust auf Sprache, Land und Leute. Unterhaltsame landeskundliche Informationen runden das Angebot ab.

→ A1

F24-4A107

**08.04.24 – 08.07.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: A new taste of English (Klett)*

13x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Elke Flögel



### Englisch A1.1 - A1.3

Sie besitzen keine oder wenige Englischkenntnisse und möchten dies ändern? Sie benötigen Englisch in Ihrem privaten oder beruflichen Umfeld? Go for it! In unseren Anfängerkursen eignen Sie sich erste Grundlagen in einer angenehmen Lernatmosphäre an. Und Sie erfahren Wissenswertes über die englische Kultur und Sprache. So sind Abwechslung und Spaß sowie schnelle Lernfortschritte garantiert.

#### → A1.1

H23-4A101

**14.09.23 – 14.12.23**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 1*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

N. N.

#### → A1.2

W24-4A101

**11.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 4*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

N. N.

#### → A1.3

F24-4A101

**11.04.24 – 11.07.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 7*

13x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

N. N.

### Englisch am Vormittag A1.1 - A1.3

#### → A1.1

H23-4A103

**12.09.23 – 12.12.23**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 1*

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

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Ingrid Schubert

#### → A1.2

W24-4A103

**09.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 4*

10x Di, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Ingrid Schubert

#### → A1.3

F24-4A103

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 7*

13x Di, 10:45 - 12:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Ingrid Schubert

### Englisch A1.1 - A1.2

#### → A1.1

W24-4A105

**09.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 1*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

N. N.

#### → A1.2

F24-4A105

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 4*

13x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

N. N.





## Englisch A1.3 - A1.4

Sie besitzen bereits Vorkenntnisse in Englisch und möchten daran anknüpfen? Gemeinsam werden wir Ihre vorhandenen Kenntnisse festigen und ausbauen sowie die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abschließen. Wir werden uns Aussprache, Wortschatz und Grammatik widmen. Dazu nutzen wir ein bewährtes Lehrwerk, aber auch Videos und andere englischsprachige Medien.

### Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau A2

#### → A1.3

H23-4A109

**14.09.23 – 14.12.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 7*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

N. N.

#### → A1.4

W24-4A109

**11.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 10*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

N. N.

## Englisch A1.4

### Fortsetzung im Winter auf dem Niveau A2

#### → A1.4

H23-4A111

**13.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 10*

12x Mi, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Elke Flügel



## Englisch am Vormittag A1.4

### Fortsetzung im Winter auf dem Niveau A2

#### → A1.4

H23-4A113

**13.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber), Lektion 10*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Gary Lovan

## Englisch - Beginners A1

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Dieser Kurs richtet sich an alle, die in kompakter Form erste Englischkenntnisse erwerben möchten. Sie lernen, sich vorzustellen und über Ihre Familie zu sprechen. Außerdem bekommen Sie Basiskenntnisse der englischen Grammatik vermittelt. Nebenbei erfahren Sie viel über die englische Kultur.

#### → A1

H23-4A161

**10.11.23 – 18.11.23**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber)*

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr,

2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Aileen Gerloff

## Englisch - Advanced Beginners A1

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Festigen und bauen Sie Ihre ersten Grundkenntnisse in der englischen Sprache an zwei Wochenenden weiter aus! In kürzester Zeit lernen Sie, sich über alltägliche Themen wie Einkaufen, Hobbys oder auf Reisen zu verständigen und erste eigene Gespräche auf Englisch zu führen.

#### → A1

W24-4A163

**16.02.24 – 24.02.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

*Lit.: Go for it! A1 (Hueber)*

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr,

2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Aileen Gerloff



## Englisch Starter A1 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

Dieser Starter-Kurs vermittelt Ihnen erste Grundkenntnisse, um sich auf Englisch gut zu verständigen. Sie lernen anhand unterhaltsamer Themen und abwechslungsreicher Übungen. Außerdem erhalten Sie Tipps, wie Sie persönlich am besten lernen und bekommen die Basis für einen systematischen Sprachaufbau. Am Ende des Kurses schauen wir gemeinsam, wie Sie weiterlernen können.

#### → A1

H23-4A191B

**11.12.23 – 15.12.23**

#### Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: *Ready Steady Go for it! Starter (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

#### → A1

F24-4A191B

**08.04.24 – 12.04.24**

#### Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: *Ready Steady Go for it! Starter (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

#### → A1

S24-4A191B

**22.07.24 – 26.07.24**

#### Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: *Ready Steady Go for it! Starter (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

## Englisch für Wiedereinsteiger A1 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

In diesem Kurs frischen Sie Ihre ersten Grundkenntnisse auf und erweitern diese. Vielfältige Übungen helfen Ihnen, Ihr erworbenes Wissen zu festigen. Das Lehrmaterial bietet Ihnen zahlreiche Möglichkeiten zum ergänzenden Selbststudium. Am Ende des Kurses erreichen Sie die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) und wir schauen gemeinsam, wie Sie weiterlernen können.

#### → A1

H23-4A193B

**16.10.23 – 20.10.23**

#### Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: *Go for it! A1 (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

#### → A1

W24-4A193B

**11.03.24 – 15.03.24**

#### Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: *Go for it! A1 (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

#### → A1

F24-4A193B

**08.07.24 – 12.07.24**

#### Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: *Go for it! A1 (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel





## Englisch A2.1 - A2.2

Sie können in einfachen Sätzen über sich oder vertraute Themen sprechen und leichte Texte verstehen? Dann bauen Sie Ihre vorhandenen Sprachkenntnisse auf der Niveaustufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) aus. Sie lernen die Zeitformen, erzählen von Ihren Erfahrungen oder drücken Ihre Meinung aus. Die Themen umfassen u.a. Einkaufen, Reisen und Freizeit.

### → A2.1

W24-4A201

**10.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 1*

10x Mi, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Elke Flügel

### → A2.2

F24-4A201

**10.04.24 – 10.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 4*

13x Mi, 15:45 - 17:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Elke Flügel

## Englisch am Vormittag A2.1 - A2.2

### → A2.1

W24-4A203

**10.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 1*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Gary Lovan

### → A2.2

F24-4A203

**10.04.24 – 10.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 4*

13x Mi, 10:45 - 12:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Gary Lovan

## Englisch A2.1

### → A2.1

F24-4A205

**11.04.24 – 11.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 1*

13x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

N. N.





## Englisch A2.3 - A2.4

Sie besitzen bereits Vorkenntnisse und wollen auf dieser Grundlage weiterarbeiten? Mit Zeit und Spaß perfektionieren wir unser Sprachniveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER). Im Mittelpunkt des Kurses steht die Kommunikation. Dazu bauen Sie ihren Wortschatz weiter aus, wiederholen grammatikalische Strukturen und üben Textverständnis durch lebensnahe Dialoge.

**Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau B1**

### → A2.3

H23-4A207

**12.09.23 – 12.12.23**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 8*

11x Di, 15:45 - 17:15 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Elke Flögel

### → A2.4

W24-4A207

**09.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 11*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Elke Flögel

## Englisch am Vormittag A2.3 - A2.4

**Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau B1**

### → A2.3

H23-4A209

**13.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 6*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Ingrid Schubert

### → A2.4

W24-4A209

**10.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Go for it! A2 (Hueber), Lektion 10*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Ingrid Schubert





## Englisch für die Reise A2

Festigen und erweitern Sie Ihr Englisch für neue Reisen! Wir erarbeiten und üben den passenden Wortschatz, wichtige Redewendungen und die nötige Grammatik im Reisekontext. Sie erhalten und teilen Reisetipps von geliebten und „geheimen“ Reisezielen. Die Kursleiterin ist Muttersprachlerin und unterstützt Sie bei der korrekten Aussprache. So können Sie sich sicher(er) bei Ihrer nächsten Reise verständigen.

**Quereinsteiger willkommen!**

→ A2

H23-4A225

**13.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

11x Mi, 09:00 - 10:30 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Christy Crockett

→ A2

W24-4A225

**14.02.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

5x Mi, 09:00 - 10:30 Uhr

10 U-Std, VHS im Bildungsforum

48,00 € / 42,00 €

Christy Crockett

→ A2

F24-4A225

**10.04.24 – 10.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

12x Mi, 09:00 - 10:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Christy Crockett





## English Conversation A2

### Let's talk now

We just want to speak English in this course - without inhibitions or stress; in a friendly, relaxed atmosphere. I try to find a diversity of ways to get you to speak - from creative and game-like activities to sharing your thoughts and stories. You will be surprised how conversation really flows, how shyness goes and confidence grows.

### Quereinsteiger willkommen!

#### → A2

H23-4A241

**14.09.23 – 14.12.23**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Heather Schlüter

#### → A2

W24-4A241

**11.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

10x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

N. N.

#### → A2

F24-4A241

**11.04.24 – 11.07.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Heather Schlüter

## English A2/B1

### Activate your English

This course is aimed at anyone who has learnt some English and would like to revise and strengthen their knowledge. The main focus will be on English for everyday use. We will work with short texts, recorded interviews and video clips. These will enable us to revise grammar points in context and actively expand our use of vocabulary. Participants who may need to improve their English for professional purposes will also find this course helpful.

### Quereinsteiger willkommen!

#### → A2/B1

H23-4A243

**14.09.23 – 14.12.23**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Speakout A2 3rd Edition (Pearson)*

12x Do, 09:00 - 10:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Louise Churcher

#### → A2/B1

W24-4A243

**11.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Let's Talk Now B1 (Klett)*

10x Do, 09:00 - 10:30 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Louise Churcher

#### → A2/B1

F24-4A243

**11.04.24 – 11.07.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Let's Talk Now B1 (Klett)*

13x Do, 09:00 - 10:30 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Louise Churcher



## Englisch für Fortgeschrittene A2 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

Nach Abschluss der Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) bauen Sie in diesem Kurs Ihre Sprachkenntnisse weiter aus. Wortschatz und Grammatik werden gefestigt und erweitert. Sie vertiefen die Zeitformen und lernen, von Vorhaben oder Erlebnissen zu berichten. Ihre Aussprache verbessern Sie ebenfalls. Am Ende des Kurses schauen wir mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

#### → A2

W24-4A291B

**05.02.24 – 09.02.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Go for it! A2 (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

#### → A2

F24-4A291B

**13.05.24 – 17.05.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Go for it! A2 (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

#### → A2

S24-4A291B

**26.08.24 – 30.08.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Go for it! A2 (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Elke Flögel

## Englisch A2/B1 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

Festigen und vertiefen Sie Ihre Englischkenntnisse auf dem Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER), um sie sicher in Beruf und Alltag anwenden zu können. Praxisnah bauen wir Ihren Wortschatz aus, erarbeiten grammatische Strukturen und kommunizieren viel auf Englisch. Weitere Übungen verbessern Ihre Lese- und Schreibfähigkeit. Am Ende schauen wir mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

#### → A2/B1

H23-4A293B

**27.11.23 – 01.12.23**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Speakout A2 3rd Edition (Pearson)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Christy Crockett

#### → A2/B1

F24-4A293B

**24.06.24 – 28.06.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Speakout A2 3rd Edition (Pearson)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Christy Crockett





## Everyday English Business Communication A2/B1 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

In this course, we will focus on communicating in English for daily tasks in the workplace. Every day conversations will improve with relevant vocabulary, cultural knowledge and pronunciation practice. You will learn necessary grammar to make suggestions, describe processes or talk about work experience. In the end we will discuss further how to improve your language skills.

#### → A2/B1

W24-4A295B

**04.03.24 – 08.03.24**

#### Vorkenntnisse A2 erforderlich

*Lit.: Simply Business A2+ (Cornelsen)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Christy Crockett

## Englisch kommunizieren in Büro und Alltag A2/B1

### Bildungsfreistellung

In diesem Kurs auf dem Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) üben und festigen Sie typische Formulierungen englischer Büro- und Alltagskommunikation. Besondere Schwerpunkte liegen auf dem Schreiben von E-Mails und kurzen Texten sowie dem Telefonieren. Außerdem machen Sie sich für Small Talks fit. Bringen Sie gern konkrete Kommunikationssituationen mit in den Kurs.

#### → A2/B1

F24-4A297B

**15.07.24 – 16.07.24**

#### Vorkenntnisse A2 erforderlich

Mo - Di, 09:00 - 14:00 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

86,20 € / keine Ermäßigung

Christy Crockett







## English in the morning B1.1 - B1.3

### Making progress, step by step

You already have a good basic knowledge of English, maybe from your school years or from having completed an A2 level course. Through practising how to communicate in everyday situations, you will now broaden your vocabulary and build your grammatical understanding so as to reach level B1 of the Common European Framework of References for Languages. You will become increasingly more confident and independent in your use of English.

#### → B1.1

H23-4A301

**12.09.23 – 12.12.23**

#### Vorkenntnisse A2 erforderlich

*Lit.: Go for it! B1 (Hueber), Lektion 1*

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

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

106,00 € / 91,50 €

Louise Churcher

#### → B1.2

W24-4A301

**09.01.24 – 19.03.24**

#### Vorkenntnisse A2 erforderlich

*Lit.: Go for it! B1 (Hueber), Lektion 4*

10x Di, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Louise Churcher

#### → B1.3

F24-4A301

**09.04.24 – 02.07.24**

#### Vorkenntnisse A2 erforderlich

*Lit.: Go for it! B1 (Hueber), Lektion 7*

13x Di, 10:45 - 12:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Louise Churcher

## English in the morning B1.1

#### → B1.1

F24-4A305

**10.04.24 – 10.07.24**

#### Vorkenntnisse A2 erforderlich

*Lit.: Go for it! B1 (Hueber), Lektion 1*

13x Mi, 10:45 - 12:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Christy Crockett

## English B1.1

#### → B1.1

F24-4A303

**09.04.24 – 02.07.24**

#### Vorkenntnisse A2 erforderlich

*Lit.: Go for it! B1 (Hueber), Lektion 1*

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

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Elke Flögel

## English B1.2 - B1.4

#### → B1.2

H23-4A307

**14.09.23 – 14.12.23**

#### Vorkenntnisse A2 erforderlich

*Lit.: Go for it! B1 (Hueber), Lektion 4*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Elke Flögel

#### → B1.3

W24-4A307

**11.01.24 – 21.03.24**

#### Vorkenntnisse A2 erforderlich

*Lit.: Go for it! B1 (Hueber), Lektion 7*

10x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Elke Flögel

#### → B1.4

F24-4A307

**11.04.24 – 11.07.24**

#### Vorkenntnisse A2 erforderlich

*Lit.: Go for it! B1 (Hueber), Lektion 10*

13x Do, 15:45 - 17:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Elke Flögel





### English in the morning B1.3 - B1.4

This course is for the ones who have the feeling that they have been studying English for too long and do not get ahead with it. Here we will review some grammar, explore more about reading and most of all talk! We will arrive in the B2 level with confidence and speaking in a more natural way. If you still do not know what course to take, this is definitely the perfect course for you.

#### Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau B2

##### → B1.3

H23-4A309

**11.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Go for it! B1 (Hueber), Lektion 7*

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

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

106,00 € / 91,50 €

Ingrid Schubert

##### → B1.4

W24-4A309

**08.01.24 – 18.03.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Go for it! B1 (Hueber), Lektion 7*

10x Mo, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Ingrid Schubert



### Englisch - Finish the day with English B1

#### (\*) Online-Kurs

Sie wollen ohne Hemmungen Englisch sprechen, gut verstanden werden, Ihr Englisch auf B1-Level bringen oder Ihre Sprachkenntnisse auffrischen? Dann sind Sie hier richtig. Ganz entspannt von zu Hause aus sprechen wir über Themen des Alltags, wir lesen, schreiben, hören und sprechen über interessantes und Unterhaltsames aus Ihrer und der englischsprachigen Welt.

#### Quereinsteiger willkommen!

##### → B1

H23-4A325D

**25.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

8x Mo, 18:30 - 20:00 Uhr

16 U-Std, vhs.cloud

104,60 € / 90,20 €

Sabine Heuer

##### → B1

W24-4A325D

**15.01.24 – 11.03.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

8x Mo, 18:30 - 20:00 Uhr

16 U-Std, vhs.cloud

104,60 € / 90,20 €

Sabine Heuer

##### → B1

F24-4A325D

**15.04.24 – 10.06.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

8x Mo, 18:30 - 20:00 Uhr

16 U-Std, vhs.cloud

104,60 € / 90,20 €

Sabine Heuer



## Activate your English B1/B2

Time to activate your English? Time to refresh and learn something new? In this course you will have the opportunity to gain confidence in speaking, to improve your reading and listening skills and to communicate with the right strategies. We are going to use authentic material e.g. from the BBC such as real-life interviews. Bridge the gap between your needs, the classroom and the real world.

### Quereinsteiger willkommen!

#### → B1/B2

H23-4A329

**14.09.23 – 14.12.23**

#### Vorkenntnisse B1 erforderlich

*Lit.: Speakout Upper Intermediate 2nd Edition (Pearson)*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Hella Skoruppa

#### → B1/B2

W24-4A329

**11.01.24 – 21.03.24**

#### Vorkenntnisse B1 erforderlich

*Lit.: Speakout Upper Intermediate 2nd Edition (Pearson)*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Hella Skoruppa

#### → B1/B2

F24-4A329

**11.04.24 – 11.07.24**

#### Vorkenntnisse B1 erforderlich

*Lit.: Speakout Upper Intermediate 2nd Edition (Pearson)*

13x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Hella Skoruppa

## English - Go ahead! B1/B2

Go ahead with your English. Don't slow down and don't stop. Keep it up and surge ahead by joining us on Monday mornings for lots of speaking, reading, writing and listening practice through a variety of activities in a pleasant, friendly group.

### Quereinsteiger willkommen!

#### → B1/B2

H23-4A331

**11.09.23 – 11.12.23**

#### Vorkenntnisse B1 erforderlich

*Lit.: nach Absprache*

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

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

125,80 € / 108,30 €

Heather Schlüter

#### → B1/B2

W24-4A331

**08.01.24 – 08.03.24**

#### Vorkenntnisse B1 erforderlich

*Lit.: nach Absprache*

10x Mo, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

N. N.

#### → B1/B2

F24-4A331

**08.04.24 – 08.07.24**

#### Vorkenntnisse B1 erforderlich

*Lit.: nach Absprache*

13x Mo, 10:45 - 12:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Heather Schlüter





## English Conversation B1

### Time to talk

Do you have a good knowledge of English but are too frightened to speak or have no opportunity to practice? Then join our friendly conversation group on Friday mornings and have fun while talking freely about interesting topics. Grammar mistakes are not important but through them we can help each other, learn so much and gain confidence every week.

### Quereinsteiger willkommen!

#### → B1

H23-4A341

**29.09.23 – 08.12.23****Vorkenntnisse B1 erforderlich***Lit.: nach Absprache*

9x Fr, 10:00 - 12:30 Uhr

27 U-Std, VHS im Bildungsforum

152,80 € / 131,30 €

Heather Schlüter

#### → B1

W24-4A341

**12.01.24 – 15.03.24****Vorkenntnisse B1 erforderlich***Lit.: nach Absprache*

9x Fr, 10:00 - 12:30 Uhr

27 U-Std, VHS im Bildungsforum

152,80 € / 131,30 €

Louise Churcher

#### → B1

F24-4A341

**19.04.24 – 21.06.24****Vorkenntnisse B1 erforderlich***Lit.: nach Absprache*

9x Fr, 10:00 - 12:30 Uhr

27 U-Std, VHS im Bildungsforum

152,80 € / 131,30 €

Heather Schlüter

## English Conversation B1/B2

You have the need to brush up your English, but do not feel like learning in the traditional book way? Come to our conversation course! Each week we will discuss different topics, where of course, we will work on grammar whenever it is necessary. The focus of this course is to make you speak freely and comfortably!

### Quereinsteiger willkommen!

#### → B1/B2

H23-4A343

**19.09.23 – 12.12.23****Vorkenntnisse B1 erforderlich***Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Oberdan Fuly

#### → B1/B2

W24-4A343

**09.01.24 – 19.03.24****Vorkenntnisse B1 erforderlich***Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Oberdan Fuly

#### → B1/B2

F24-4A343

**09.04.24 – 02.07.24****Vorkenntnisse B1 erforderlich***Lit.: nach Absprache*

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

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Oberdan Fuly

## Englisch - Grammar Weekend B1

Entdecken Sie, dass Grammatik Spaß machen kann! In diesem abwechslungsreichen Grammar-Weekend-Course wiederholen und festigen Sie ganz entspannt grammatische Strukturen mit Hilfe von unterhaltsamen und alltagstauglichen Themen und üben gleich, das Gelernte sicher anzuwenden.

#### → B1

W24-4A361

**01.03.24 – 02.03.24****Vorkenntnisse B1 erforderlich**

1x Fr 16:30 - 19:45 Uhr,

1x Sa 09:30 - 13:45 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,90 € / 53,80 €

Elke Flögel



## English B1 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

You have completed level A2 of the European Framework of Reference (GER) and can communicate in routine situations. Your goal now is to use English with confidence and independence. In this course you will expand your vocabulary and knowledge of grammar. You will learn to speak more fluently and you will get practice in reading texts. At the end of the course we will discuss how you can continue to learn.

#### → B1

W24-4A391B

29.01.24 – 02.02.24

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

Lit.: *Great! B1 (Klett)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Oberdan Fuly

## English B1/B2 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

This course is suitable for those who need to refresh and deepen their English in a short time. It will enable you to speak more independently and confidently at work and in everyday life. We will review basic grammar, practise important colloquial expressions for international communication and expand your vocabulary. In the end we will discuss further how to improve your language skills.

#### → B1/B2

H23-4A393B

04.12.23 – 08.12.23

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

Lit.: *Great! B2 (Klett)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Oberdan Fuly

#### → B1/B2

F24-4A393B

15.07.24 – 19.07.24

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

Lit.: *Great! B2 (Klett)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Oberdan Fuly



## Business Correspondence B1/B2 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

Improve your business language through writing formal letters, making arrangements, and dealing with customer complaints in this one-week intensive course. We will focus on professionally specific vocabulary and language structures to meet communication goals. You will have the opportunity to interchange your ideas as well as your difficulties in the group. We will discuss further how to improve your language skills.

#### → B1/B2

F24-4A395B

21.05.24 – 24.05.24

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

Lit.: *Lifestyle Intermediate Coursebook (Pearson)*

Di - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

165,40 € / keine Ermäßigung

Oberdan Fuly



## English in the morning B2.1

Do you have a good knowledge of English and would like to go on practicing it? So why not join this weekly course to refresh and improve your skills? We are going to focus on speaking, but we will also practice reading, listening or watching videos. In a friendly and relaxed atmosphere we will cover a wide range of topics and you will feel more confident when using the language.

### → B2.1

F24-4A401

**08.04.24 – 08.07.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: Go for it! B2 (Hueber), Lektion 1*

13x Mo, 10:45 - 12:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Ingrid Schubert

## English B2.3 - B2.4

Now that we have reached an intermediate level regarding grammar and sentence structure we want to apply our skills a bit more in everyday situations which can be related to work, leisure or basically anything that comes to our minds and that we can agree on as a topic. So when you come to class, be ready to engage and contribute in discussions! Apart from that we will also use the book to reinforce grammar and syntax.

**Fortsetzung im Frühjahr im Kurs „English B2“**

### → B2.3

H23-4A403

**13.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: Speakout Intermediate Plus 2nd Edition*

*(Pearson), Lektion 5*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Edgar Meier

### → B2.3

W24-4A403

**10.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: Speakout Intermediate Plus 2nd Edition*

*(Pearson), Lektion 7*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Edgar Meier



## English - Let's revise B2

You have achieved a level of English and have the feeling you are not moving up with it. This course is for you then. We will revise grammar and some aspects of the language which has been forgotten, the learning environment is friendly and welcoming to everyone who wants to be updated in the language.

**Quereinsteiger willkommen!**

### → B2

H23-4A425

**19.09.23 – 12.12.23**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Oberdan Fuly

### → B2

W24-4A425

**09.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Oberdan Fuly

### → B2

F24-4A425

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Oberdan Fuly



## English - Getting better B2

Having reached B2 level you have now to keep up your good English through practice. Come to the Thursday morning group for a bit of fun and to enjoy lots of conversation, reading and games in English at your level. Topics will be based on your interests, grammar will be treated when it comes up but if you would like special grammar points revised we can easily do that.

### Quereinsteiger willkommen!

#### → B2

H23-4A427

**14.09.23 – 14.12.23**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: Speakout B2 3rd Edition (Pearson)*

12x Do, 10:45 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Heather Schlüter

#### → B2

W24-4A427

**11.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: Speakout B2 3rd Edition (Pearson)*

10x Do, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Gary Lovan

#### → B2

F24-4A427

**11.04.24 – 11.07.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: Speakout B2 3rd Edition (Pearson)*

13x Do, 10:45 - 12:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Heather Schlüter

## English B2

In this term we will deal with authentic material such as newspaper articles, radio programmes, podcasts and videoclips. In doing so learners will have the chance to use and hone their language skills that they have gathered so far. You will become more independent in your use of language.

#### → B2

F24-4A429

**10.04.24 – 10.07.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Edgar Meier

## English Conversation B2

You don't have many opportunities to speak English and have the feeling you are losing it? This course is for you! We talk about different topics, have some nice debate about different subjects, after each class you will feel more confident and comfortable with your English. **Quereinsteiger willkommen!**

#### → B2

H23-4A441

**19.09.23 – 12.12.23**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Oberdan Fuly

#### → B2

W24-4A441

**09.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Oberdan Fuly

#### → B2

F24-4A441

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Oberdan Fuly



## English Conversation Circle B2/C1

This course is for those wanting to improve their English in a relaxing environment. Participants practice conversation in pairs, small groups and with the whole class. Discussions will be facilitated by a native English speaker, who will provide support with new vocabulary and improved grammar and pronunciation. Join us, converse about a variety of topics and strengthen your English skills.

**Quereinsteiger willkommen!**

### → B2/C1

H23-4A443

**11.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

11x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

125,80 € / 108,30 €

Christy Crockett

### → B2/C1

W24-4A443

**08.01.24 – 18.03.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

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

115,00 € / 99,10 €

Christy Crockett

### → B2/C1

F24-4A443

**08.04.24 – 08.07.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Christy Crockett

## English - That's News to Me B2/C1

### 📺 Online-Kurs

Discuss a variety of topics based on articles from The Washington Post about current events around the world. Guided by an American native speaker, you'll practice your skills in a relaxed environment. Your discussions will be supported by new vocabulary or grammar topics as you speak with partners, in small groups, or with the whole class. With topics like ChatGPT, Climate Change & Mental Health you can expect to have something to say and something to learn from each of your conversations.

**Quereinsteiger willkommen!**

### → B2/C1

H23-4A445D

**11.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: erhalten Sie digital*

11x Mo, 19:30 - 21:00 Uhr

22 U-Std, vhs.cloud

141,20 € / 121,40 €

Christy Crockett

### → B2/C1

W24-4A445D

**08.01.24 – 18.03.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: erhalten Sie digital*

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

20 U-Std, vhs.cloud

129,00 € / 111,00 €

Christy Crockett

### → B2/C1

F24-4A445D

**08.04.24 – 08.07.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: erhalten Sie digital*

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

26 U-Std, vhs.cloud

165,60 € / 142,20 €

Christy Crockett





### English Literature Club B2/C1

Classic and thought provoking short stories by historical and contemporary writers will provide the stimulus for our discussion. Each fortnight a new story will be selected and copied for the participants to read in preparation for our next rendezvous. Authors writing in English from Britain, the USA, Ireland, India, Africa, and more widely will be drawn upon. James Joyce, Alice Munro, George Orwell, Ali Smith and Chimamanda Ngozi Adichie are just some examples of authors who can be included. We will discuss themes, characters, plot, style, geographical and historical context, as well as whether we simply connected with or enjoyed the story.  
**Quereinsteiger willkommen!**

#### → B2/C1

H23-4A447

**08.11.23 – 20.12.23**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

14-tägig

4x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

43,20 € / 36,80 €

Louise Churcher

#### → B2/C1

W24-4A447

**17.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

14-tägig

5x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

10 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,00 € / 53,00 €

Louise Churcher

#### → B2/C1

F24-4A447

**17.04.24 – 03.07.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

14-tägig

5x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

71,80 € / 62,30 €

Louise Churcher



### English B2 - Intensivkurs

#### Bildungsfreistellung

This course is indicated for you who feel that your English has stopped progressing - a frequent feeling. In this intensive week we will explore some grammatical points that will help you to feel more confident with the use of the language at work and everyday life. We will also work on the interpretation of texts and debates.

#### → B2

W24-4A491B

**19.02.24 – 23.02.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: Great! B2 (Klett)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Oberdan Fuly



## FILMMUSEUM POTSDAM

Einen Film in der Originalfassung zu sehen, ist nicht nur atmosphärisch, sondern auch eine wunderbare Gelegenheit, die eigenen Fremdsprachenkenntnisse anzuwenden. Das Filmmuseum Potsdam zeigt regelmäßig Kinofilme im Original mit Untertiteln (OmU) – vom Kultfilm bis zum eher unbekanntem Kleinod. Nutzen Sie die Gelegenheit zur Horizonterweiterung und tauchen in die Sprache und Kultur Ihrer Wahl ein.

Hinweis: Wenn Sie bei uns einen Sprachkurs belegen, zahlen Sie in diesem Zeitraum für alle Vorstellungen in OmU den ermäßigten Eintritt.

Über das Programm informieren Sie sich gern unter [filmmuseum-potsdam.de](http://filmmuseum-potsdam.de) oder stöbern auf unserer Webseite [vhs.potsdam.de](http://vhs.potsdam.de)

### Filmmuseum Potsdam

Breite Str. 1a/Marshall, 14467 Potsdam

#### Kartenreservierung:

0331-27181-12

[ticket@filmmuseum-potsdam.de](mailto:ticket@filmmuseum-potsdam.de)

Eintritt: 8,- Euro,  
ermäßigt 5,- Euro



## Französisch für den Urlaub A1

### Les vacances approchent

Ihr Urlaub in Frankreich steht vor der Tür? Steigen Sie entspannt und unterhaltsam in die französische Sprache ein und lernen Sie, sich in typischen Urlaubssituationen zu verständigen. Nach dem Kurs besitzen Sie ein optimales Minimum an grammatischen Kenntnissen. Einblicke in die französische Alltagskultur und nützliche Tipps für eine erlebnisreiche Reise runden den Kurs ab.

→ A1

F24-4B105

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Myriam Rossetto-Weihe



## Französisch A1.1 - A1.3

### Avec plaisir

Sie waren schon immer fasziniert vom Klang der französischen Sprache sowie von Land und Leuten? Machen Sie den Anfang und lernen Sie, sich in alltäglichen Situationen, beim Einkaufen oder im Restaurant zu verständigen. Sie erwerben erste grammatikalische Kenntnisse, einen Grundwortschatz und üben die Aussprache. Freuen Sie sich auf die Entdeckung Frankreichs und anderer frankophoner Länder.

#### → A1.1

H23-4B101  
12.09.23 – 12.12.23

#### Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: *Rencontres en français A1 (Klett), Lektion 1*  
11x Di, 19:15 - 20:45 Uhr  
22 U-Std, VHS im Bildungsforum  
97,20 € / 84,00 €  
Hanna Schönfelder

#### → A1.2

W24-4B101  
09.01.24 – 19.03.24

#### Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: *Rencontres en français A1 (Klett), Lektion 4*  
10x Di, 19:15 - 20:45 Uhr  
20 U-Std, VHS im Bildungsforum  
89,00 € / 77,00 €  
Hanna Schönfelder

#### → A1.3

F24-4B101  
09.04.24 – 02.07.24

#### Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: *Rencontres en français A1 (Klett), Lektion 7*  
13x Di, 19:15 - 20:45 Uhr  
26 U-Std, VHS im Bildungsforum  
113,60 € / 98,00 €  
Hanna Schönfelder

## Französisch A1.1 - A1.2

#### → A1.1

W24-4B103  
11.01.24 – 21.03.24

#### Vorkenntnisse nicht erforderlich

Lit.: *Rencontres en français A1 (Klett), Lektion 1*  
10x Do, 15:45 - 17:15 Uhr  
20 U-Std, VHS im Bildungsforum  
89,00 € / 77,00 €  
Romain Aubry

#### → A1.2

F24-4B103  
11.04.24 – 11.07.24

#### Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

Lit.: *Rencontres en français A1 (Klett), Lektion 4*  
13x Do, 15:45 - 17:15 Uhr  
26 U-Std, VHS im Bildungsforum  
113,60 € / 98,00 €  
Romain Aubry



## Französisch A1.3 - A1.4

### Avec plaisir

Sie haben erste Kenntnisse der französischen Sprache und möchten weiterlernen? Soyez les bienvenus! Nun lernen Sie, über Freizeitaktivitäten zu sprechen, Ihre Wohnung zu beschreiben sowie Zustimmung oder Ablehnung zu äußern. Das Modul A1.4 schließt die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) ab.

### Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau A2

#### → A1.3

H23-4B107

**14.09.23 – 14.12.23****Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: Rencontres en français A1 (Klett), Lektion 7*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Myriam Rossetto-Weihe

#### → A1.4

W24-4B107

**11.01.24 – 21.03.24****Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: Rencontres en français A1 (Klett), Lektion 10*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Myriam Rossetto-Weihe

## Französisch A1 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

Der Kurs bietet Ihnen einen intensiven Einstieg oder guten Wiedereinstieg in die französische Sprache. Tauchen Sie ein in das französische Lebensgefühl und lernen Sie schnell, sich über alltägliche Themen wie Einkaufen, Restaurantbesuche, Familie oder Reisen zu unterhalten. Sie erfahren viel über Land und Leute. Am Ende des Kurses schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

#### → A1

F24-4B191B

**22.04.24 – 26.04.24****Vorkenntnisse nicht erforderlich***Lit.: Rencontres en français A1 (Klett)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Laura Cencetti-Kaschubal





## Französisch A2.1 - A2.3

Sie haben die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abgeschlossen und wollen Ihre Sprachkenntnisse weiter ausbauen? Nun geht es um Themen wie Hobbies, Verkehrsmittel oder Kultur. Sie lernen u.a. Zeitangaben und geografische Angaben zu machen und erweitern ganz nebenbei Ihren Wortschatz. Das Sprechen kommt natürlich nicht zu kurz! Rejoignez-nous!

### → A2.1

H23-4B201

**11.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Rencontres en français A2 (Klett), Lektion 1*

11x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

106,00 € / 91,50 €

Hélène Doualla

### → A2.2

W24-4B201

**08.01.24 – 18.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Rencontres en français A2 (Klett), Lektion 4*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Hélène Doualla

### → A2.3

F24-4B201

**08.04.24 – 08.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Rencontres en français A2 (Klett), Lektion 7*

13x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Hélène Doualla

## Französisch A2.2 - A2.4

### → A2.2

H23-4B205

**13.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Rencontres en français A2 (Klett), Lektion 4*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Myriam Rossetto-Weihe

### → A2.3

W24-4B205

**10.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Rencontres en français A2 (Klett), Lektion 7*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Myriam Rossetto-Weihe

### → A2.4

F24-4B205

**10.04.24 – 10.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Rencontres en français A2 (Klett), Lektion 10*

13x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Myriam Rossetto-Weihe

## Französisch A2.1

### → A2.1

F24-4B203

**11.04.24 – 11.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Rencontres en français A2 (Klett), Lektion 1*

13x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Myriam Rossetto-Weihe





## Französisch - Conversation A2/B1

### On parle le français!

Sie haben irgendwann Grundkenntnisse in Französisch erworben und würden diese gern anwenden und festigen? Dieser Kurs bietet die Möglichkeit des Austauschs über Kunst, Kultur, Geschichte und Landeskunde. Wortschatz und Grammatik werden situations- und bedarfsabhängig wiederholt und erweitert.

**Quereinsteiger willkommen!**

#### → A2/B1

H23-4B241

**11.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Prenons la parole A2/B1 (Klett)*

11x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

106,00 € / 91,50 €

Hélène Doualla

#### → A2/B1

W24-4B241

**08.01.24 – 18.03.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Prenons la parole A2/B1 (Klett)*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Hélène Doualla

#### → A2/B1

F24-4B241

**08.04.24 – 08.07.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Prenons la parole A2/B1 (Klett)*

13x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Hélène Doualla

## Französisch - Atelier de conversation B1

Dans ce cours vous avez la possibilité de consolider vos connaissances en vocabulaire et expression orale sur différents sujets généraux de la vie quotidienne et d'actualité. La conversation facile entre les participants vous permet de vous exprimer dans une atmosphère détendue. Le matériel (textes, exercices de grammaire, caricatures, etc....) est mis à votre disposition par l'enseignant.

**Quereinsteiger willkommen!**

#### → B1

H23-4B341

**14.09.23 – 14.12.23**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Romain Aubry

#### → B1

W24-4B341

**11.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Romain Aubry

#### → B1

F24-4B341

**11.04.24 – 11.07.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Romain Aubry



## Französisch - Conversation B2

### Pour plus d'aisance orale

Nous nous entraînons à la conversation à partir des documents actuels: articles de presse, extraits de vidéos ou de podcasts. Les thèmes de discussion sont variés, principalement en rapport avec la France ou d'autres pays francophones. Les échanges en classe vous permettent de vous sentir plus à l'aise et d'élargir votre vocabulaire. Le matériel est fourni à chaque séance par l'enseignant.

### Quereinsteiger willkommen!

#### → B2

H23-4B441

**14.09.23 – 14.12.23**

#### Vorkenntnisse B2 erforderlich

*Lit.: nach Absprache*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Romain Aubry

#### → B2

W24-4B441

**11.01.24 – 21.03.24**

#### Vorkenntnisse B2 erforderlich

*Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Romain Aubry

#### → B2

F24-4B441

**11.04.24 – 11.07.24**

#### Vorkenntnisse B2 erforderlich

*Lit.: nach Absprache*

13x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Romain Aubry

## Französisch - Table ronde B2/C1

### Rencontre de conversation

Venez participer à des tables rondes entre francophiles et en présence d'un natif. Tous les 15 jours, nous y discutons de l'actualité, de nos voyages ou de tout autre sujet. C'est l'occasion d'échanger vos expériences et vos goûts en matière de culture et de langue française. Nous pouvons également nous réunir dans des lieux moins formels qu'une salle de classe, tels que des cafés, des musées ou des jardins!

### Quereinsteiger willkommen!

#### → B2/C1

H23-4B443

**15.11.23 – 13.12.23**

#### Vorkenntnisse B2 erforderlich

*Lit.: nach Absprache*

14-tägig

3x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

Romain Aubry

#### → B2/C1

W24-4B443

**10.01.24 – 13.03.24**

#### Vorkenntnisse B2 erforderlich

*Lit.: nach Absprache*

14-tägig

5x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

10 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,00 € / 53,00 €

Romain Aubry

#### → B2/C1

F24-4B443

**10.04.24 – 10.07.24**

#### Vorkenntnisse B2 erforderlich

*Lit.: nach Absprache*

14-tägig

7x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

14 U-Std, VHS im Bildungsforum

82,60 € / 71,50 €

Romain Aubry





## Italienisch für den Urlaub A1

Planen Sie, nach „Bella Italia“ zu fahren? Dann lassen Sie sich in Potsdam in italienische Stimmung versetzen! Wir werden Italienisch lernen, wo es am authentischsten ist: in einer Pizzeria, beim Einkaufen oder an einem schönen Platz. Nach einer Einführung in der VHS geht es nach draußen. So erhalten Sie einen entspannten Einstieg in die Sprache und trainieren nützliche Redewendungen.

→ A1

F24-4C111

26.04.24 – 07.06.24

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

Lit.: nach Absprache

6x Fr, 16:30 - 18:45 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,80 € / 70,00 €

Nadia Baccega



## Italienisch A1.1 - A1.3

(**o**) **Online-Kurse**

Wollten Sie schon immer Italienisch lernen, schaffen es aber nicht, pünktlich im Kursraum zu sein? Dann lassen Sie sich auf einen Online-Kurs ein! Wir werden in lockerer Atmosphäre die Grundlagen der italienischen Sprache erarbeiten. Sie lernen typische Alltagssituationen bewältigen, üben einfache Dialoge und erwerben Vokabeln und die notwendigen grammatischen Strukturen.

→ A1.1

H23-4C105D

10.10.23 – 19.12.23

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

Lit.: *Chiaro! A1 - Nuova edizione (Hueber), Lektion 1*

9x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

18 U-Std, vhs.cloud

116,80 € / 100,60 €

Tiziana Pistilli

→ A1.2

W24-4C105D

09.01.24 – 19.03.24

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

Lit.: *Chiaro! A1 - Nuova edizione (Hueber), Lektion 5*

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

20 U-Std, vhs.cloud

129,00 € / 111,00 €

Tiziana Pistilli

→ A1.3

F24-4C105D

09.04.24 – 02.07.24

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

Lit.: *Chiaro! A1 - Nuova edizione (Hueber), Lektion 8*

13x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, vhs.cloud

165,60 € / 142,20 €

Tiziana Pistilli





## Italienisch A1.1 - A1.3

Mit diesem Kurs steigen Sie in die italienische Sprache ein! Anhand von lebensnahen Dialogen erlernen Sie einen Grundwortschatz, erwerben erste Kenntnisse der Grammatik und bewältigen praktisch „passo dopo passo“ typische Alltagssituationen. Lassen Sie uns zusammen mit viel Spaß die Sprache, die Kultur und die Tradition von „Bella Italia“ entdecken!

### → A1.1

H23-4C101

**11.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 1*

11x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Giorgio Chiappa

### → A1.1

H23-4C103

**09.11.23 – 14.12.23**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 1*

6x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,20 € / 49,00 €

Nadia Baccega

### → A1.2

W24-4C101

**08.01.24 – 18.03.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 4*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Giorgio Chiappa

### → A1.2

W24-4C103

**11.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 4*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Nadia Baccega

### → A1.3

F24-4C101

**08.04.24 – 08.07.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 6*

13x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Giorgio Chiappa

### → A1.3

F24-4C103

**11.04.24 – 11.07.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 6*

13x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Nadia Baccega



## Italienisch A1.1 - A1.2

### → A1.1

W24-4C107

**09.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

Lit.: *Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 1*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Marco Antonio Iuliano

### → A1.2

F24-4C107

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

Lit.: *Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 4*

13x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Marco Antonio Iuliano

## Italienisch am Vormittag A1.1 - A1.2

### → A1.1

W24-4C109

**09.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

Lit.: *Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 1*

10x Di, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

### → A1.2

F24-4C109

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

Lit.: *Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 4*

13x Di, 10:45 - 12:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

## Italienisch A1.3 - A1.4

Sie haben bereits wenige Grundkenntnisse und möchten diese weiter ausbauen? Auf dem Weg zum Sprachniveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) erarbeiten wir den notwendigen Wortschatz und die grammatischen Strukturen für alltägliche Situationen. Im Mittelpunkt steht das Sprechen und Hören, wir lesen aber auch einfache Texte.

**Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau A2**

### → A1.3

H23-4C113

**13.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

Lit.: *Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 6*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Giorgio Chiappa

### → A1.4

W24-4C113

**10.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

Lit.: *Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 8*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Giorgio Chiappa

## Italienisch am Vormittag A1.3 - A1.4

**Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau A2**

### → A1.3

H23-4C115

**12.09.23 – 12.12.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

Lit.: *Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 6*

11x Di, 09:00 - 10:30 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

### → A1.4

W24-4C115

**09.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

Lit.: *Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 8*

10x Di, 09:00 - 10:30 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera





## Italienisch A1.4

Sie haben bereits Grundkenntnisse und möchten diese weiter ausbauen? Auf dem Weg zum Sprachniveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) erarbeiten wir den notwendigen Wortschatz und die grammatischen Strukturen für alltägliche Situationen. Im Mittelpunkt steht das Sprechen und Hören, wir lesen aber auch einfache Texte.

### Fortsetzung im Winter auf dem Niveau A2

#### → A1.4

H23-4C117

**11.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber), Lektion 8*

11x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Pablo Fernández Sánchez

## Italiano compatto per principianti A1.1 - A1.3

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Sie haben keine Zeit, einen Abendkurs zu besuchen? Dann schließen Sie sich uns an! In diesem Kurs lernen Sie zügig und intensiv an zwei Wochenenden die Grundlagen der italienischen Sprache. Mit mündlichen und schriftlichen Übungen, durch Dialoge und spielerische Aktivitäten erarbeiten Sie sich grammatisches Wissen sowie einen Grundwortschatz. Benvenuto!

#### → A1.1

W24-4C161

**16.02.24 – 24.02.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Endlich Zeit für Italienisch (Hueber),*

*Lektion 1*

2x Fr, 16:00 - 19:15 Uhr,

2x Sa, 10:00 - 14:15 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Tiziana Pistilli

#### → A1.2

F24-4C163

**19.04.24 – 27.04.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig**

**erforderlich**

*Lit.: Endlich Zeit für Italienisch (Hueber),*

*Lektion 6*

2x Fr, 16:00 - 19:15 Uhr,

2x Sa, 10:00 - 14:15 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Tiziana Pistilli

#### → A1.3

F24-4C165

**07.06.24 – 15.06.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Endlich Zeit für Italienisch (Hueber),*

*Lektion 11*

2x Fr, 16:00 - 19:15 Uhr,

2x Sa, 10:00 - 14:15 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Tiziana Pistilli



## Italiano compatto per avanzanti A1.4

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Bauen Sie Ihre Grundkenntnisse der italienischen Sprache an zwei Wochenenden weiter aus! Auf dem Weg zum Sprachniveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) beschäftigen wir uns mit Themen wie „La cucina italiana“, „Feste e tradizioni“, „Musica e Arte“ sowie „Storia e regioni“. Grammatisch schauen wir uns die Zeitformen und die indirekte Rede genauer an.

#### → A1.4

H23-4C167

**10.11.23 – 18.11.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Endlich Zeit für Italienisch (Hueber),*

*Lektion 13*

2x Fr, 16:00 - 19:15 Uhr,

2x Sa, 10:00 - 14:15 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Tiziana Pistilli

## Italienisch A1 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

„Chi ben comincia è a metà dell'opera“ - gut begonnen ist halb gewonnen! In dieser Woche stehen die Vermittlung von Grundkenntnissen für Reise, Alltag und Beruf im Vordergrund. Sie trainieren Ihre Kommunikationskompetenz und erweitern Schritt für Schritt Ihren Wortschatz und Ihre Kenntnisse der Grammatik. Am Ende des Kurses schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

#### → A1

W24-4C191B

**05.02.24 – 09.02.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Giorgio Chiappa

#### → A1

S24-4C191B

**22.07.24 – 26.07.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Nadia Baccaga

## Italienisch A1/A2 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

Sie möchten Ihre Vorkenntnisse auf dem Niveau A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) festigen und für private wie berufliche Situationen erweitern? In dieser Woche bauen Sie Ihre Sprachkenntnisse anwendungsbezogen und systematisch aus. Das Sprechen steht im Zentrum, leichte Texte vermitteln Ihnen ein lebendiges Bild Italiens. Am Ende schauen wir mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

#### → A1/A2

H23-4C193B

**20.11.23 – 24.11.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A1 (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Giorgio Chiappa





## Italienisch A2.1 - A2.3

### **(\*) Online-Kurs**

In diesem Kurs setzen wir die Reise durch die italienische Sprache auf dem Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) fort. Die Grundkenntnisse haben Sie bereits erworben, nun geht es um Themen wie Leben in der Stadt, Gesundheit oder Reisen. Sie lernen, Ihre Meinung auszudrücken und um Rat zu fragen. In der Grammatik beschäftigen wir uns mit den Zeitformen und den Adjektiven.

#### → A2.1

H23-4C201D

**11.09.23 – 11.12.23**

#### **Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Chiaro! A2 - Nuova edizione (Hueber), Lektion 1*

11x Mo, 18:00 - 19:30 Uhr

22 U-Std, vhs.cloud

141,20 € / 121,40 €

Tiziana Pistilli

#### → A2.2

W24-4C201D

**08.01.24 – 18.03.24**

#### **Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Chiaro! A2 - Nuova edizione (Hueber), Lektion 5*

10x Mo, 18:00 - 19:30 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

141,20 € / 121,40 €

Tiziana Pistilli

#### → A2.3

F24-4C201D

**08.04.24 – 08.07.24**

#### **Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Chiaro! A2 - Nuova edizione (Hueber), Lektion 8*

13x Mo, 18:00 - 19:30 Uhr

26 U-Std, vhs.cloud

165,60 € / 142,20 €

Tiziana Pistilli

## Italienisch A2.1 - A2.2

Sie wollen nach dem Abschluss der Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) Ihre Italienischkenntnisse weiter ausbauen? Mit viel Spaß widmen wir uns der italienischen Sprache und Kultur! Sie erweitern systematisch Ihren Wortschatz sowie Ihre Grammatikkenntnisse und können zunehmend Alltagssituationen sprachlich meistern. Auch lesen wir einfache Texte und Zeitungsartikel.

#### → A2.1

W24-4C203

**08.01.24 – 18.03.24**

#### **Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A2 (Hueber), Lektion 1*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Pablo Fernández Sánchez

#### → A2.2

F24-4C203

**08.04.24 – 08.07.24**

#### **Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A2 (Hueber), Lektion 4*

13x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Pablo Fernández Sánchez

## Italienisch A2.1

#### → A2.1

F24-4C205

**10.04.24 – 10.07.24**

#### **Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A2 (Hueber), Lektion 1*

13x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Giorgio Chiappa



## Italienisch am Vormittag A2.1

### → A2.1

F24-4C207

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A2 (Hueber), Lektion 1*

13x Di, 09:00 - 10:30 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

## Italienisch A2.2 - A2.4

### → A2.2

H23-4C209

**13.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A2 (Hueber), Lektion 4*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Giorgio Chiappa

### → A2.3

W24-4C209

**10.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A2 (Hueber), Lektion 6*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Giorgio Chiappa

### → A2.4

F24-4C209

**10.04.24 – 10.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A2 (Hueber), Lektion 8*

13x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Giorgio Chiappa

## Italienisch A2.4

Sie möchten Ihre Kenntnisse der italienische Sprache vertiefen? Mit viel Spaß werden wir „Bella Italia“ und die italienische Sprache weiter entdecken! Sie üben, Pläne und Ansichten zu begründen und Texte wie Gespräche zu verstehen. So können Sie Alltagssituationen sprachlich meistern und werden zunehmend sicherer in der Kommunikation.

**Fortsetzung im Winter auf dem Niveau B1**

### → A2.4

H23-4C211

**11.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A2 (Hueber), Lektion 8*

11x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

106,00 € / 91,50 €

Pablo Fernández Sánchez





## Italienisch - Cappuccino e cornetto A2

### **(☺☺) Online-Kurs**

Fangen Sie den Tag ganz italienisch mit „cappuccino e cornetto“ in einer virtuellen Bar an. Das italienische Frühstück ist nicht nur Nahrungsaufnahme, sondern auch ein Moment des sozialen Miteinanders. Man tauscht sich mit dem Barkeeper oder mit den anderen Gästen über Aktuelles aus und diskutiert verschiedene Themen. Buongiorno!

**Quereinsteiger willkommen!**

#### → A2

H23-4C241D

**07.11.23 – 12.12.23**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

6x Di, 08:15 - 09:15 Uhr

8 U-Std, vhs.cloud

48,80 € / 41,60 €

Elena Bari

#### → A2

W24-4C241D

**16.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

9x Di, 08:15 - 09:15 Uhr

12 U-Std, vhs.cloud

80,20 € / 69,40 €

Elena Bari

#### → A2

F24-4C241D

**09.04.24 – 25.06.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

12x Di, 08:15 - 09:15 Uhr

16 U-Std, vhs.cloud

104,60 € / 90,20 €

Elena Bari

## Italienisch - Conversazione A2/B1

„Facciamo quattro chiacchiere!“ In diesem Kurs verbessern Sie Ihr Italienisch beim Reden und Diskutieren. Der Einstieg in unsere Themen erfolgt durch spannende Texte, Videos oder Podcasts, die einen authentischen Blick auf Italien vermitteln. Danach steigen wir in die Diskussion ein. Redewendungen hierfür erlernen Sie Schritt für Schritt. Bei Bedarf wiederholen wir natürlich auch Grammatik und Wortschatz.

**Quereinsteiger willkommen!**

#### → A2/B1

H23-4C243

**11.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

11x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

106,00 € / 91,50 €

Giorgio Chiappa

#### → A2/B1

W24-4C243

**08.01.24 – 18.03.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Giorgio Chiappa

#### → A2/B1

F24-4C243

**08.04.24 – 08.07.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Giorgio Chiappa





## Italiano compatto A2

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Sie haben bereits gute Kenntnisse auf der Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER)? Sie möchten weiterlernen, können aber keinen Abendkurs besuchen? Dann erweitern Sie intensiv an zwei Wochenenden Ihren Wortschatz und Ihre Grammatikkenntnisse. Am Ende können Sie viele Situationen sprachlich gut bewältigen. Die Unterrichtsmaterialien stellt die Kursleiterin. Che cosa stai aspettando?

#### → A2

W24-4C261

**08.03.24 – 16.03.24**

#### Vorkenntnisse A1 erforderlich

2x Fr, 16:00 - 19:15 Uhr,

2x Sa, 10:00 - 14:15 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Nadia Baccega

## Italienisch - In giro per la città

### Stadtrundgang auf Italienisch

Sie interessieren sich für Kultur und Geschichte? Dann kommen Sie mit auf einen geführten Stadtrundgang auf Italienisch und gewinnen Sie interessante Einblicke in die Geschichte Potsdams und die italienische Sprache. Bevor wir uns auf den Weg durch die Stadt machen, frischen wir Wortschatz und wichtige Redewendungen auf. Der Stadtrundgang endet mit dem italienischen „rituale“, einem Espresso.

### Geeignet für Teilnehmende mit einem Sprachniveau ab A2

#### → ab A2

F24-4C273

**27.04.24**

#### Vorkenntnisse A2 erforderlich

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,00 € / 20,40 €

Pablo Fernández Sánchez

## Italienisch für die Sinne

Haben Sie Appetit auf „Bella Italia“? Wir bieten Ihnen an einem Freitag und Samstag eine gute Portion italienisches Lebensgefühl und organisieren einen authentischen italienischen Aperitivo: Wir einigen uns auf ein Menü und spazieren durch Potsdam auf der Suche nach typisch italienischen Produkten. Dabei lernen und wiederholen Sie ganz nebenbei den notwendigen Wortschatz sowie die Grammatik. Benvenuto!

**Die Materialkosten betragen 8,00 Euro/Person und werden bei der Kursleitung direkt bezahlt.**

**Geeignet für Teilnehmende mit einem Sprachniveau ab A2**

#### → ab A2

W24-4C271

**01.03.24 – 02.03.24**

#### Vorkenntnisse A2 erforderlich

1x Fr, 17:30 - 20:45 Uhr, 1x Sa, 10:00 - 14:15 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

61,90 € / 53,80 €

Elena Bari





## Italienisch A2 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

Sie haben das Niveau A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abgeschlossen und wollen für private wie berufliche Situationen weiterlernen? In diesem Intensivkurs lernen Sie u.a. über Ereignisse in der Vergangenheit zu sprechen und Sie erfahren durch spannende Texte und Videos Interessantes über die italienische Kultur. Am Ende schauen wir mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

→ A2

F24-4C291B

**03.06.24 – 07.06.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Nuovo Espresso A2 (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Giorgio Chiappa

## Italienisch B1.1 - B1.2

Sie haben das Sprachniveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abgeschlossen und möchten nun die italienische Sprache zunehmend selbstständig gebrauchen? Hier lernen Sie, an Gesprächen über vertraute Themen teilzunehmen oder Ziele, Träume und Hoffnungen zu beschreiben. Sie üben, Pläne zu begründen und Texte wie Gespräche in gebräuchlicher Alltags- und Berufssprache zu verstehen.

→ B1.1

W24-4C301

**08.01.24 – 18.03.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Con piacere nuovo B1 (Klett), Lektion 1*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Pablo Fernández Sánchez

→ B1.2

F24-4C301

**08.04.24 – 08.07.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Con piacere nuovo B1 (Klett), Lektion 4*

13x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Pablo Fernández Sánchez

## Italienisch B1.2 - B1.4

→ B1.2

H23-4C303

**12.09.23 – 12.12.23**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Con piacere nuovo B1 (Klett), Lektion 4*

11x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

106,00 € / 91,50 €

Marco Antonio Iuliano

→ B1.3

W24-4C303

**09.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Con piacere nuovo B1 (Klett), Lektion 6*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Marco Antonio Iuliano

→ B1.4

F24-4C303

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Con piacere nuovo B1 (Klett), Lektion 8*

13x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Marco Antonio Iuliano



## Italienisch - Cappuccino e cornetto B1/B2

### **() Online-Kurs**

Iniziamo la giornata „come gli italiani“! Cappuccino, cornetto e... „quattro chiacchiere“ nel nostro bar virtuale. Il focus di questo corso è la conversazione. Si parlerà di attualità, di politica, si leggeranno e ascolteranno articoli di vario tipo. Si farà anche un po' di grammatica, per ripetere e per andare avanti. I partecipanti potranno consigliare temi di conversazione, letture etc. **Quereinsteiger willkommen!**

#### → B1/B2

H23-4C343D

**09.11.23 – 14.12.23**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

6x Do, 08:15 - 09:15 Uhr

8 U-Std, vhs.cloud

48,80 € / 41,60 €

Elena Bari

#### → B1/B2

W24-4C343D

**18.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

9x Do, 08:15 - 09:15 Uhr

12 U-Std, vhs.cloud

80,20 € / 69,40 €

Elena Bari

#### → B1/B2

F24-4C343D

**11.04.24 – 04.07.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

12x Do, 08:15 - 09:15 Uhr

16 U-Std, vhs.cloud

104,60 € / 90,20 €

Elena Bari



## Italienisch - Conversazione B2

### **Tavola rotonda d'italiano**

In questo corso ci concentreremo sulla conversazione e sull'uso della lingua italiana parlata, con l'aiuto di testi, articoli e diversi documenti. Naturalmente impareremo e eserciteremo anche piccoli nuovi aspetti grammaticali e ne ripasseremo di già affrontati. Parleremo insieme di attualità, di cultura italiana e continueremo a scoprire insieme il Bel Paese.

**Quereinsteiger willkommen!**

#### → B2

H23-4C441

**13.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

24 U-Std, VHS im Bildungforum

136,60 € / 117,50 €

Elena Bari

#### → B2

W24-4C441

**10.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungforum

115,00 € / 99,10 €

Elena Bari

#### → B2

F24-4C441

**10.04.24 – 10.07.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungforum

147,40 € / 126,70 €

Elena Bari





## Italienisch - Conversation B2

### (**o**) Online-Kurs

Le giornate sono grigie e fredde e non abbiamo voglia di uscire. Il sole italiano è pronto ad arrivare direttamente a casa! In questo corso faremo delle belle chiacchierate, ci concentreremo sulla conversazione e sulla lingua italiana parlata con l'aiuto di testi, articoli e video. Parleremo di attualità e di cultura italiana e potremo anche rivedere ed esercitare piccoli aspetti grammaticali o scoprirne di nuovi. Il tutto comodamente da casa, magari accompagnati da un bel bicchiere di vino o una fetta di pizza. Ci vediamo!

#### Quereinsteiger willkommen!

##### → B2

H23-4C443D

**06.11.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

6x Mo, 18:00 - 19:30 Uhr

12 U-Std, vhs.cloud

80,20 € / 69,40 €

Nadia Baccega

##### → B2

W24-4C443D

**08.01.24 – 18.03.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

10x Mo, 18:00 - 19:30 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

129,00 € / 111,00 €

Nadia Baccega

##### → B2

F24-4C443D

**08.04.24 – 08.07.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Mo, 18:00 - 19:30 Uhr

26 U-Std, vhs.cloud

165,60 € / 142,20 €

Nadia Baccega

## Italienisch - Conversation B2/C1

In questo corso ci concentreremo sulla conversazione e sull'uso della lingua italiana parlata, con l'aiuto di testi, articoli e diversi documenti. Naturalmente impareremo e eserciteremo anche piccoli nuovi aspetti grammaticali e ne ripasseremo di già affrontati. Parleremo insieme di attualità, di cultura italiana e continueremo a scoprire insieme il Bel Paese.

#### Quereinsteiger willkommen!

##### → B2/C1

H23-4C445

**12.09.23 – 12.12.23**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

11x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

125,80 € / 108,30 €

Marco Antonio Iuliano

##### → B2/C1

W24-4C445

**09.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Nadia Baccega

##### → B2/C1

F24-4C445

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Nadia Baccega





## Spanisch A1.1 - A1.3

Beginnen Sie „con gusto“ - mit viel Vergnügen - Spanisch zu lernen, so dass Sie sich in 21 spanischsprachigen Ländern der Welt verständigen können. Nach dem Kurs beherrschen Sie einen Grundwortschatz und besitzen grammatische Grundkenntnisse. Sie können sich in den wichtigsten Situationen des Alltags verständigen und haben erste Einblicke in die spanischsprachige Kultur erhalten.

### → A1.1

H23-4D101

**13.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 1*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Lucia Garcia Garcia

### → A1.1

H23-4D103

**07.11.23 – 12.12.23**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 1*

6x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,20 € / 49,00 €

Alicia Amelung

### → A1.2

W24-4D101

**10.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 4*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Lucia Garcia Garcia

### → A1.2

W24-4D103

**09.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 3*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Alicia Amelung

### → A1.3

F24-4D101

**10.04.24 – 10.07.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 7*

13x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Lucia Garcia Garcia

### → A1.3

F24-4D103

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 6*

13x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Alicia Amelung



## Spanisch A1.1 - A1.3

### Online-Kurs

Wollen Sie Spanisch bequem von zu Hause aus lernen? In diesem Online-Kurs werden wir die Grundlagen der spanischen Sprache erarbeiten. Sie lernen und üben mit einfachen Dialogen typische Alltagssituationen wie sich begrüßen, einkaufen, sich in der Stadt bewegen. ¡Hasta pronto!

#### → A1.1

H23-4D105D

**05.10.23 – 14.12.23****Vorkenntnisse nicht erforderlich***Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 1*

9x Do, 18:00 - 19:30 Uhr

18 U-Std, vhs.cloud

116,80 € / 100,60 €

María Rocio Jiménez Cerezo

#### → A1.2

W24-4D105D

**11.01.24 – 21.03.24****Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich***Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 4*

10x Do, 18:00 - 19:30 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

129,00 € / 111,00 €

María Rocio Jiménez Cerezo

#### → A1.3

F24-4D105D

**11.04.24 – 11.07.24****Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 7*

13x Do, 18:00 - 19:30 Uhr

26 U-Std, vhs.cloud

165,60 € / 142,20 €

María Rocio Jiménez Cerezo

## Spanisch für den Urlaub A1

Ihr Urlaub in einem spanischsprachigen Land steht bevor? Dann packen Sie Grundkenntnisse der spanischen Sprache mit in Ihren Koffer. In diesem Kurs üben Sie praxisorientierte Redewendungen und nützliche Sätze für den Urlaub. In überschaubaren Einheiten bekommen Sie Grammatik vermittelt. Viele Insider-Tipps und landeskundliche Informationen motivieren Sie zum freien Sprechen.

#### → A1

F24-4D113

**09.04.24 – 02.07.24****Vorkenntnisse nicht erforderlich***Lit.: Spanisch für den Urlaub A1 (Klett)*

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

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Alicia Amelung





## Spanisch am Vormittag A1.1 - A1.3

Beginnen Sie „con gusto“ - mit viel Vergnügen - Spanisch zu lernen, so dass Sie sich in 21 spanischsprachigen Ländern der Welt verständigen können. Nach dem Kurs beherrschen Sie einen Grundwortschatz und besitzen grammatische Grundkenntnisse. Sie können sich in den wichtigsten Situationen des Alltags verständigen und haben erste Einblicke in die spanischsprachige Kultur erhalten.

### → A1.1

H23-4D107

**14.09.23 – 14.12.23**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 1*

12x Do, 09:00 - 10:30 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

### → A1.2

W24-4D107

**11.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 4*

10x Do, 09:00 - 10:30 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

### → A1.3

F24-4D107

**11.04.24 – 11.07.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 7*

13x Do, 09:00 - 10:30 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

## Spanisch A1.1 - A1.2

### → A1.1

W24-4D109

**11.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 1*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Pablo Fernández Sánchez

### → A1.2

F24-4D109

**11.04.24 – 11.07.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 4*

13x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Pablo Fernández Sánchez

## Spanisch am Vormittag A1.1 - A1.3

### → A1.1

W24-4D111

**12.01.24 – 15.03.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 4*

9x Fr, 09:45 - 12:15 Uhr

27 U-Std, VHS im Bildungsforum

117,70 € / 101,50 €

Maria Rocio Jiménez Cerezo

### → A1.2

F24-4D111

**12.04.24 – 14.06.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 5*

9x Fr, 09:45 - 12:15 Uhr

27 U-Std, VHS im Bildungsforum

117,70 € / 101,50 €

Maria Rocio Jiménez Cerezo





## Spanisch A1.3 - A1.4

¡Hola! Sie können sich jemandem vorstellen, nach dem Weg fragen und die Uhrzeit angeben? Ihnen sind die regelmäßigen Verben vertraut? Dann lernen Sie weiter! Nun geht es um Alltagsaktivitäten. Sie lernen, über Erfahrungen und Vorlieben zu sprechen oder Widerspruch und Zustimmung zu äußern. In der Grammatik geht es um unregelmäßige Verben, das Perfekt und das Gerundio. ¡Hasta pronto!

### Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau A2

#### → A1.3

H23-4D115

**12.09.23 – 12.12.23**

#### Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: *Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 7*

11x Di, 15:45 - 17:15 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

María Rocio Jiménez Cerezo

#### → A1.3

H23-4D117

**14.09.23 – 14.12.23**

#### Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: *Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 7*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Pablo Fernández Sánchez

#### → A1.4

W24-4D115

**09.01.24 – 19.03.24**

#### Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: *Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 10*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

María Rocio Jiménez Cerezo

#### → A1.4

W24-4D117

**11.01.24 – 21.03.24**

#### Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: *Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 10*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Pablo Fernández Sánchez



## Spanisch A1.4

### Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau A2

#### → A1.4

H23-4D119

**11.09.23 – 11.12.23**

#### Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: *Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 10*

11x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Alicia Amelung

#### → A1.4

H23-4D121

**13.09.23 – 13.12.23**

#### Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: *Con gusto nuevo A1 (Klett), Lektion 10*

12x Mi, 15:45 - 17:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera





## Español compacto A1

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

„Español compacto“ ist für alle geeignet, die aus beruflichen oder persönlichen Gründen nicht an einem längeren, über viele Wochen laufenden Kurs teilnehmen möchten. An zwei Wochenenden lernen Sie Sprache, Land und Leute näher kennen und können sich sprachlich auf Ihren Urlaub in Spanien oder Lateinamerika vorbereiten.

→ A1

H23-4D161

24.11.23 – 02.12.23

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

2x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr,

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Alicia Amelung

## Español compacto A1/A2

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits erste Grundkenntnisse in Spanisch haben und diese kompakt an zwei Wochenenden ausbauen möchten. In kürzester Zeit erwerben Sie durch praxisorientierte Übungen weitere Kenntnisse - ob für das Studium, die Arbeit oder für den Urlaub.

→ A1/A2

F24-4D165

12.04.24 – 20.04.24

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

2x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr,

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Alicia Amelung

## Español para las vacaciones A1

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Sie möchten sich auf Ihren Urlaub in einem spanischsprachigen Land vorbereiten? Mit diesem Kurs packen Sie die notwendigen Grundkenntnisse in Ihren Koffer. Sie lernen, sich in typischen Urlaubssituationen zu verständigen: nach Orten und Sehenswürdigkeiten zu fragen, im Restaurant Essen zu bestellen, im Hotel Ihre Wünsche zu äußern oder mit Einheimischen eine kurze Unterhaltung zu führen.

→ A1

F24-4D163

31.05.24 – 08.06.24

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: ¡Vivan las vacaciones! Neu (Hueber)*

2x Fr, 17:00 - 20:15 Uhr,

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Alicia Amelung





## Spanisch A1 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

Der einwöchige Intensivkurs vermittelt Ihnen Grundkenntnisse der spanischen Sprache, die Sie für die Kommunikation in Alltag und Beruf benötigen. Am Ende der Woche können Sie sich über Themen wie Familie und Freunde, Einkaufen oder Ihren beruflichen Alltag verständigen und erste leichte Texte verstehen. Auch schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

#### → A1

H23-4D191B

**06.11.23 – 10.11.23**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

Mo - Fr, 08:00 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

#### → A1

W24-4D191B

**12.02.24 – 16.02.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

Mo - Fr, 08:00 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

#### → A1

F24-4D191B

**27.05.24 – 31.05.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

Mo - Fr, 08:00 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

#### → A1

S24-4D191B

**26.08.24 – 30.08.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

Mo - Fr, 08:00 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung



## Spanisch A1/A2 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

Dieser Intensivkurs festigt Ihre Grundkenntnisse des Spanischen und ermöglicht einen guten Übergang in das Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER). Wir beschäftigen uns mit Themen wie „Damals und heute“, „Gesundheit“ oder „Märchen und Anekdoten“. Natürlich kommt die mündliche Kommunikation nicht zu kurz. Am Ende des Kurses schauen wir mit Ihnen, wie Sie am besten weiterlernen können.

#### → A1/A2

W24-4D193B

**22.01.24 – 26.01.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

Mo - Fr, 08:30 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

#### → A1/A2

F24-4D193B

**17.06.24 – 21.06.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

Mo - Fr, 08:30 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung



## Spanisch A2.1 - A2.2

Sie können schon über Arbeit, Freizeit oder Wohnen sprechen und haben bereits das Präsens sowie das Perfekt geübt? Dann bauen Sie nun Ihre Sprachkenntnisse weiter aus! Sie lernen, sich über Gesundheit und Wohlbefinden zu äußern und Einladungen oder Glückwünsche zu formulieren. Die grammatischen Schwerpunkte sind die Vergangenheitsformen sowie die Verbindung von Sätzen. ¡Nos vemos en clase pronto!

### → A2.1

W24-4D201

**10.01.24 – 18.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 1*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Alicia Amelung

### → A2.1

W24-4D203

**10.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 1*

10x Mi, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

### → A2.2

F24-4D201

**08.04.24 – 08.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 4*

13x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Alicia Amelung

### → A2.2

F24-4D203

**10.04.24 – 10.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 4*

13x Mi, 15:45 - 17:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

## Spanisch A2.1

### → A2.1

F24-4D205

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 1*

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

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

María Rocio Jiménez Cerezo

### → A2.1

F24-4D207

**11.04.24 – 11.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 1*

13x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Pablo Fernández Sánchez

## Spanisch A2.2 - A2.4

### → A2.2

H23-4D209

**11.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 4*

11x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

106,00 € / 91,50 €

Lucia Garcia Garcia

### → A2.3

W24-4D209

**08.01.24 – 18.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 7*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Lucia Garcia Garcia

### → A2.4

F24-4D209

**08.04.24 – 08.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 10*

13x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Lucia Garcia Garcia



## Spanisch A2.3 - A2.4

Mit diesem Kurs erreichen Sie die Niveaustufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER). Die Vergangenheitsformen und den Imperativ haben Sie bereits gelernt, jetzt konzentrieren wir uns auf den Konditional und die Zukunft. Themen wie Technologie oder Arbeit stehen im Mittelpunkt unserer Kursaktivitäten. ¿Nos vemos en clase?  
**Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau B1**

### → A2.3

H23-4D211

13.09.23 – 13.12.23

**Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 7*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

María Rocio Jiménez Cerezo

### → A2.4

W24-4D211

10.01.24 – 20.03.24

**Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 10*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

María Rocio Jiménez Cerezo

## Spanisch am Vormittag A2.4

**Fortsetzung im Winter auf dem Niveau B1**

### → A2.4

H23-4D213

14.09.23 – 14.12.23

**Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 10*

12x Do, 10:45 - 12:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera



## Spanisch - Repetición A2/B1

Estamos terminando nuestro libro A2 y ya conocemos los tiempos del pasado, el futuro y los imperativos. Ahora nos preparamos para pasar progresivamente al nivel B1 profundizando estos temas gramaticales y ampliando nuestro vocabulario de forma dinámica para mejorar nuestras habilidades comunicativas.

**Fortsetzung im Winter auf dem Niveau B1**

### → A2/B1

H23-4D225

11.09.23 – 11.12.23

**Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: Con gusto nuevo A2 (Klett), Lektion 10*

11x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

106,00 € / 91,50 €

María Rocio Jiménez Cerezo





## Spanisch - Conversación A2/B1

¿Hablas español? ¡Muy bien! ¡Ven a nuestro curso de conversación! Im Gespräch über alltägliche Themen, Kultur oder Gastronomie, werden Sie Ihre Spanisch-Kenntnisse und Ihren Wortschatz auffrischen, erweitern und festigen. Sie werden immer sicherer in der Anwendung des Gelernten. Mit viel Spaß merken Sie schon bald, dass Sie sich besser ausdrücken und fließender sprechen können.

### Quereinsteiger willkommen!

#### → A2/B1

H23-4D241

**13.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,20 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

#### → A2/B1

W24-4D241

**10.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

#### → A2/B1

F24-4D241

**10.04.24 – 10.07.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera



## Spanisch A2 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

In diesem Intensivkurs vertiefen und erweitern Sie Ihre Grundkenntnisse auf das Niveau A2 des gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER). Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, Ratschläge zu erteilen, zu verschiedenen Themen Ihre Meinung zu äußern oder über die Zukunft zu sprechen. Am Ende des Kurses schauen wir gemeinsam mit Ihnen, wie Sie am besten weiterlernen können.

#### → A2

F24-4D291B

15.04.24 – 19.04.24

#### Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: nach Absprache

Mo - Fr, 08:30 - 13:30 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Alicia Amelung

## Spanisch A2/B1 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

Der Kurs festigt Ihre A2-Kenntnisse und bereitet Sie auf das Niveau B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) vor. Sie üben die Vergangenheitsformen, den Imperativ, den Subjunctivo und sprechen über Themen wie Natur, Reisen oder Wohnen. Hierbei erwerben Sie wichtigen Wortschatz und trainieren Ihre Aussprache. Am Ende des Kurses schauen wir mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

#### → A2/B1

W24-4D293B

18.03.24 – 22.03.24

#### Vorkenntnisse A2 erforderlich

Lit.: nach Absprache

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Maria Rocio Jiménez Cerezo





## Spanisch B1.1 - B1.2

Este curso se dirige a personas que han terminado el nivel A2. Aprenderemos a hablar de deseos y proyectos, a dar nuestra opinión y a comprender textos o conversaciones sobre temas de actualidad o de la vida diaria, siempre muy centrados en la conversación para aplicar las cosas aprendidas y también ampliar el vocabulario.

### → B1.1

W24-4D301

**08.01.24 – 18.03.24****Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: Con gusto nuevo B1 (Klett), Lektion 1*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

María Rocío Jiménez Cerezo

### → B1.2

F24-4D301

**08.04.24 – 08.07.24****Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: Con gusto nuevo B1 (Klett), Lektion 4*

13x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

María Rocío Jiménez Cerezo

## Spanisch am Vormittag B1.1 - B1.2

### → B1.1

W24-4D303

**11.01.24 – 21.03.24****Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: Impresiones B1 (Hueber), Lektion 1*

10x Do, 10:45 - 12:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

### → B1.2

F24-4D303

**11.04.24 – 11.07.24****Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: Impresiones B1 (Hueber), Lektion 4*

13x Do, 10:45 - 12:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

## Spanisch B1.1

### → B1.1

F24-4D305

**10.04.24 – 10.07.24****Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: Con gusto nuevo B1 (Klett), Lektion 1*

13x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

124,00 € / 106,80 €

María Rocío Jiménez Cerezo

## Spanisch B1.3 - B1.4

En este curso seguimos aprendiendo con entusiasmo para alcanzar nuestro nivel B1 del Marco Común Europeo de Referencia. Hablaremos de temas interesantes como paisajes, culturas, política, turismo sostenible. En gramática veremos el imperfecto de subjuntivo y las oraciones condicionales. ¡Os invito a participar!

**Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau B2**

### → B1.3

H23-4D307

**11.09.23 – 11.12.23****Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: Con gusto nuevo B1 (Klett), Lektion 7*

11x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

106,00 € / 91,50 €

María Rocío Jiménez Cerezo

### → B1.4

W24-4D307

**08.01.24 – 18.03.24****Vorkenntnisse A2 erforderlich***Lit.: Con gusto nuevo B1 (Klett), Lektion 10*

10x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,00 € / 83,80 €

María Rocío Jiménez Cerezo



## Spanisch - Conversación B1/B2

### ¡Hablemos español!

¿Seguimos hablando español? En clase nos gusta discutir sobre temas actuales, nos contamos nuestros viajes y experiencias, nos acercamos a las culturas de los diferentes países latinos, y hablamos de todo lo que quieras, lo importante es hablar.

¡Animate! Te esperamos.

**Quereinsteiger willkommen!**

#### → B1/B2

H23-4D341

**12.09.23 – 12.12.23**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

11x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

125,80 € / 108,30 €

María Rocío Jiménez Cerezo

#### → B1/B2

W24-4D341

**09.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

María Rocío Jiménez Cerezo

#### → B1/B2

F24-4D341

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

María Rocío Jiménez Cerezo

## Spanisch - Un paseo por Potsdam

### Stadtrundgang auf Spanisch

Sprechen Sie etwas Spanisch und möchten Sie mehr über Potsdam erfahren? Dann kommen Sie mit uns auf den Stadtrundgang in spanischer Sprache! Sie werden viel Interessantes über Potsdam von Federico II bis zum heutigen Tag erfahren und dabei Ihre spanischen Sprachkenntnisse festigen und erweitern. Zu Beginn wiederholen wir wichtigen Wortschatz und grammatische Strukturen.

#### → ab A2

F24-4D371

**01.06.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

24,00 € / 20,40 €

Pablo Fernández Sánchez







## Spanisch B2.1

¡Bienvenido! Si quieres usar el español de manera cada vez más independiente mientras aprendes nuevos aspectos de la gramática, este es tu curso. Ampliaremos el vocabulario y la gramática en un curso muy centrado en la conversación, con textos y materiales sobre aspectos de cultura, actualidad, sociedad y trabajo, entre otros, relacionados con el mundo del español.

### → B2.1

F24-4D401

08.04.24 – 08.07.24

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: Con gusto nuevo B2 (Klett), Lektion 1*

13x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

María Rocío Jiménez Cerezo



## Spanisch - Conversación B2

¡Hablemos español! En este curso pasaremos un buen rato en un ambiente relajado, divertido e informal hablando, riendo, jugando y practicando nuestro español a partir de temas de actualidad, cultura o textos literarios mientras repasamos algunos aspectos de gramática y ampliamos el vocabulario, pero siempre en el marco de los temas y la conversación. Como dice la expresión: ¡Hablando se entiende la gente!

**Quereinsteiger willkommen!**

### → B2

H23-4D441

13.09.23 – 13.12.23

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

### → B2

W24-4D441

10.01.24 – 20.03.24

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

### → B2

F24-4D441

10.04.24 – 10.07.24

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera



## Portugiesisch für den Urlaub A1

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Sie planen einen Urlaub in Brasilien oder Portugal? Sie lernen, sich auf portugiesisch in Alltagssituationen zu verständigen - beim Einkaufen, in einem Restaurant oder im Hotel. Sie erhalten einen Einblick in diese wunderbare Sprache sowie die Kultur Brasiliens und Portugals. Der Fokus liegt auf dem brasilianischen Portugiesisch, mit Ihren Kenntnissen können Sie sich aber auch problemlos in Portugal verständigen.

#### → A1

H23-4E161

**17.11.23 – 25.11.23**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr,

2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Oberdan Fuly

#### → A1

F24-4E161

**31.05.24 – 08.06.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr,

2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Oberdan Fuly





## Portugiesisch A1.1 - A1.2

### **() Online-Kurs**

Lernen Sie bequem von zu Hause aus, sich auf Portugiesisch vorzustellen, Wünsche zu äußern oder Auskünfte zu geben. Konjugationen oder Adjektivformen ergeben sich dabei fast von allein. Und natürlich lernen Sie auch die Kultur der portugiesischsprachigen Länder kennen. Der Fokus liegt auf dem brasilianischen Portugiesisch, mit Ihren Sprachkenntnissen können Sie sich aber auch problemlos in Portugal verständigen.

#### → A1.1

W24-4E101D  
11.01.24 – 21.03.24

#### **Vorkenntnisse nicht erforderlich**

Lit.: *Oi, Brasil!* aktuell A1 (Hueber), Lektion 1  
10x Do, 18:00 - 19:30 Uhr  
20 U-Std, vhs.cloud  
129,00 € / 111,00 €  
Oberdan Fuly

#### → A1.2

F24-4E101D  
11.04.24 – 11.07.24

#### **Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

Lit.: *Oi, Brasil!* aktuell A1 (Hueber), Lektion 3  
13x Do, 18:00 - 19:30 Uhr  
26 U-Std, vhs.cloud  
165,60 € / 142,20 €  
Oberdan Fuly

## Portugiesisch A1.3

### **() Online-Kurs**

Wenn Sie schon mit der portugiesischen Sprache in Berührung gekommen sind, sich vorstellen und über Ihre Interessen sprechen können, sind Sie hier richtig! Bequem von zu Hause aus lernen Sie u.a., wie man ein Hotel reserviert oder über das Wetter spricht. Der Spaß kommt nicht zu kurz. Der Fokus liegt auf dem brasilianischen Portugiesisch, Sie können sich aber auch problemlos in Portugal verständigen.

#### **Fortsetzung im Winter auf dem Niveau A2**

#### → A1.3

H23-4E103D  
15.09.23 – 15.12.23

#### **Vorkenntnisse sind erforderlich**

Lit.: *Oi, Brasil!* aktuell A1 (Hueber), Lektion 6  
10x Fr, 16:00 - 17:30 Uhr  
20 U-Std, vhs.cloud  
129,00 € / 111,00 €  
Oberdan Fuly



**Portugiesisch A2.1 - A2.2****(•••) Online-Kurs**

Sie sind bereits mit dem Portugiesischen in Berührung gekommen und kennen die Konjugationen im Präsens, die Zahlen und können über Ihre Familie sprechen? Sie sind bereits etwas mit der brasilianischen oder portugiesischen Kultur vertraut? Dann lernen Sie diese köstlich klingende Sprache weiter! Wir beginnen mit den Vergangenheitsformen und steigen tiefer in die Grammatik ein. Vamos lá!

**→ A2.1**

W24-4E201D  
**12.01.24 – 22.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Oi, Brasil! aktuell A2 (Hueber), Lektion 1*  
 10x Fr, 16:00 - 17:30 Uhr  
 20 U-Std, vhs.cloud  
 129,00 € / 111,00 €  
 Oberdan Fuly

**→ A2.2**

F24-4E201D  
**12.04.24 – 12.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Oi, Brasil! aktuell A2 (Hueber), Lektion 3*  
 11x Fr, 16:00 - 17:30 Uhr  
 22 U-Std, vhs.cloud  
 141,20 € / 121,40 €  
 Oberdan Fuly

**Portugiesisch - Curso de conversação B1****(•••) Online-Kurs**

Se você completou o nível A2, esse curso é para você. Vamos viajar juntos com a língua portuguesa conhecendo as cidades onde o português é falado, vamos aprender sobre sua história e cultura, mas também sobre pratos e hábitos típicos. A gramática e o vocabulário serão revisados e ampliados de acordo com a situação.

**Quereinsteiger willkommen!****→ B1**

H23-4E341D  
**15.09.23 – 15.12.23**  
**Vorkenntnisse B1 erforderlich**  
*Lit.: Cidades do Mar (Klett)*  
 10x Fr, 17:45 - 19:15 Uhr  
 20 U-Std, vhs.cloud  
 129,00 € / 111,00 €  
 Oberdan Fuly

**→ B1**

W24-4E341D  
**12.01.24 – 22.03.24**  
**Vorkenntnisse B1 erforderlich**  
*Lit.: Cidades do Mar (Klett)*  
 10x Fr, 17:45 - 19:15 Uhr  
 20 U-Std, vhs.cloud  
 129,00 € / 111,00 €  
 Oberdan Fuly

**→ B1**

F24-4E341D  
**12.04.24 – 12.07.24**  
**Vorkenntnisse B1 erforderlich**  
*Lit.: Cidades do Mar (Klett)*  
 11x Fr, 17:45 - 19:15 Uhr  
 22 U-Std, vhs.cloud  
 141,20 € / 121,40 €  
 Oberdan Fuly





## Polnisch für den Urlaub A1

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Sie reisen nach Polen und möchten zumindest ein paar Sätze auf Polnisch sagen können? Einige Worte in der Landessprache sind Türöffner. In diesem Kurs trainieren Sie wichtige Redewendungen und Höflichkeitsformen. Lernen Sie an zwei Wochenenden, wie man nach dem Weg und dem Preis fragt oder wie man um Hilfe bittet.

#### → A1

F24-4F161

19.04.24 – 27.04.24

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr,

2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Magdalena Maleszewska



## Polnisch A1.1 - A1.3

### **(\*) Online-Kurs**

In diesem Kurs gehen Sie auf eine virtuelle Reise durch Polen und lernen dabei die Sprache unseres Nachbarlandes. Im Vordergrund stehen das Sprechen und Hören. Die Grammatik wird situationsbezogen erarbeitet. Auf der Reise durch Masowien, Ermland, Masuren und Pommern lernen Sie, auf polnisch persönlichen Angaben zu machen, einzukaufen sowie sich über Essen, Interessen und Zukunftspläne zu unterhalten.

#### → A1.1

H23-4F101D

**11.09.23 – 27.11.23**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

Lit.: *Po polsku po Polsce (Avalon)*

9x Mo, 17:00 - 18:30 Uhr

18 U-Std, vhs.cloud

116,80 € / 100,60 €

Magdalena Lepianka-Nowak

#### → A1.2

W24-4F101D

**08.01.24 – 04.03.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

Lit.: *Po polsku po Polsce (Avalon)*

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

16 U-Std, vhs.cloud

104,60 € / 90,20 €

Magdalena Lepianka-Nowak

#### → A1.3

F24-4F101D

**08.04.24 – 24.06.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

Lit.: *Po polsku po Polsce (Avalon)*

11x Mo, 17:00 - 18:30 Uhr

22 U-Std, vhs.cloud

141,20 € / 121,40 €

Magdalena Lepianka-Nowak

## Polnisch A1.1 - A1.2

### **Zapraszam bardzo serdecznie!**

Dieser Kurs wird Ihnen helfen, schnell gesprochenes Polnisch zu verstehen und schwierige Zischlaute zu unterscheiden. In Übungen, Partner- und Gruppenarbeit lernen Sie, problemlos auf Polnisch zu kommunizieren. Der Kurs beinhaltet kurze Dialoge sowie Vokabeln, die Ihnen helfen, sich vorzustellen und im Restaurant zu bestellen. Darüber hinaus lernen Sie auch wichtige Grammatikregeln.

#### → A1.1

W24-4F103

**11.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

Lit.: *Hurra!!! Po Polsku 1 Nowa Edycja (Prolog*

*Verlag), Lektion 1*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Aleksandra Hryniewicz

#### → A1.2

F24-4F103

**11.04.24 – 11.07.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

Lit.: *Hurra!!! Po Polsku 1 Nowa Edycja (Prolog*

*Verlag), Lektion 4*

13x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Aleksandra Hryniewicz

## Polnisch A1 - Intensivkurs

### **Bildungsfreistellung**

Starten Sie das Lernen der polnischen Sprache mit einem Intensivkurs. In dieser Woche lernen Sie, sich in Alltagssituationen zu verständigen. Sie können nach dem Weg zu fragen oder im Restaurant oder Café eine Bestellung aufgeben. Auch die Gespräche zum beruflichen Alltag werden geübt. Von Anfang an werden Sie zum Sprechen motiviert. Am Ende schauen wir mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

#### → A1

W24-4F191B

**05.02.24 – 09.02.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

Lit.: *Witam! aktuell A1 (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Aleksandra Hryniewicz



## Polnisch A2.1 - A2.3

Gemeinsam werden wir in diesem Kurs einen weiteren Schritt in die faszinierende Welt der polnischen Sprache machen. Wir werden uns über Themen wie Wetter, Sport und Gesundheit unterhalten und dabei entdecken, welche Diskussionen in Polen aktuell sind und welche Tabuthemen es gibt. In der Grammatik werden wir uns mit dem Lokativ, den Adjektiven und Adverbien beschäftigen. Selbstverständlich werden wir auch bereits Gelerntes wiederholen und vertiefen.

### → A2.1

H23-4F201

**14.09.23 – 14.12.23**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

Lit.: *Hurra!!! Po Polsku 1 Nowa Edycja (Prolog Verlag), Lektion 12*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Aleksandra Hryniewicz

### → A2.2

W24-4F201

**11.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

Lit.: *Hurra!!! Po Polsku 1 Nowa Edycja (Prolog Verlag), Lektion 13*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Aleksandra Hryniewicz

### → A2.3

F24-4F201

**11.04.24 – 11.07.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

Lit.: *Hurra!!! Po Polsku 1 Nowa Edycja (Prolog Verlag), Lektion 15*

13x Do, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Aleksandra Hryniewicz

## Polnisch A2.3 - A2.4

Sie haben bereits gute Grundkenntnisse der polnischen Sprache und möchten diese weiter ausbauen? In diesem Kurs schließen Sie die Niveaustufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) ab. Im Mittelpunkt steht u.a. der Lokativ. Um diesen grammatischen Fall zu üben, reisen wir durch Polen. Während der Reise wiederholen wir natürlich die Zeiten des Verbs und erweitern unseren Wortschatz.

**Fortsetzung im Frühjahr im Kurs A2/B1**

### → A2.3

H23-4F203

**12.09.23 – 28.11.23**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

Lit.: *Hurra!!! Po Polsku 1 Nowa Edycja (Prolog Verlag), Lektion 12*

9x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

104,20 € / 89,90 €

Magdalena Lepianka-Nowak

### → A2.4

W24-4F203

**09.01.24 – 05.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

Lit.: *Hurra!!! Po Polsku 1 Nowa Edycja (Prolog Verlag), Lektion 15*

8x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

93,40 € / 80,70 €

Magdalena Lepianka-Nowak

## Polnisch A2/B1

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ihre Polnischkenntnisse auf dem Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) festigen wollen. Wir wiederholen grammatische Aspekte und erweitern anhand authentischer Texte den Wortschatz. Das freie Sprechen steht im Mittelpunkt. Der Kurs eignet sich auch für alle, die früher erworbene Kenntnisse reaktivieren möchten.

### → A2/B1

F24-4F225

**09.04.24 – 18.06.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

Lit.: *Hurra!!! Po Polsku 2 Nowa Edycja (Prolog Verlag)*

11x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

125,80 € / 108,30 €

Magdalena Lepianka-Nowak

**Russisch A1.1 - A1.3****Online-Kurs**

Dieser Kurs bietet Ihnen einen spannenden Einstieg in die russische Sprache und Kultur. Effizient und lebhaft bekommen Sie Grundkenntnisse der russischen Grammatik, Vokabular für die alltägliche Kommunikation und Informationen über russische Traditionen vermittelt. Sie können online von überall aus teilnehmen und sich mit neuen Freunden aus verschiedenen Ecken Deutschlands auf Russisch unterhalten.

→ **A1.1**

H23-4G101D

**13.09.23 – 13.12.23****Vorkenntnisse nicht erforderlich***Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber), Lektion 1*

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

24 U-Std, vhs.cloud

153,40 € / 131,80 €

Dr. Ievgeniia Voloshchuk

→ **A1.2**

W24-4G101D

**10.01.24 – 20.03.24****Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich***Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber), Lektion 3*

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

20 U-Std, vhs.cloud

129,00 € / 111,00 €

Dr. Ievgeniia Voloshchuk

→ **A1.3**

F24-4G101D

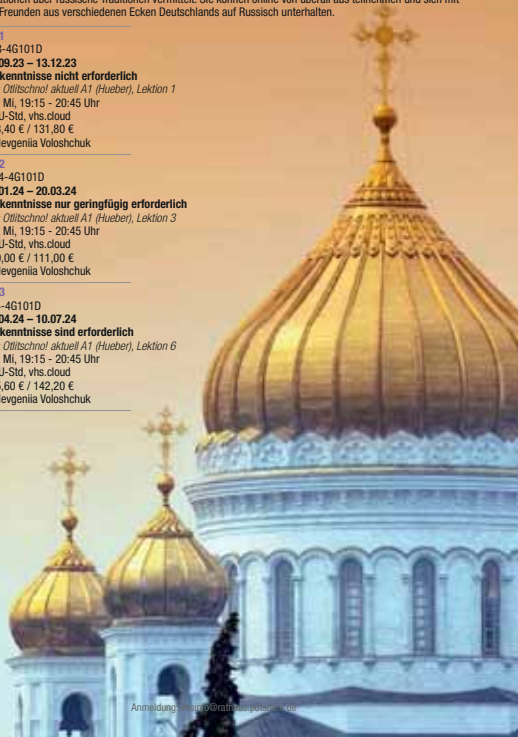
**10.04.24 – 10.07.24****Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber), Lektion 6*

13x Mi, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, vhs.cloud

165,60 € / 142,20 €

Dr. Ievgeniia Voloshchuk







## Russisch A1.1 - A1.2

Der Kurs führt Sie Schritt für Schritt in die russische Sprache und in die kyrillische Schrift ein. Sie lernen mit Hilfe erster Dialoge, sich in Alltagssituationen zu verständigen. Einen einfachen Wortschatz bauen Sie durch authentische Materialien wie Gedichte oder Lieder auf und erfahren, dass die bedeutendste slawische Sprache gar nicht so kompliziert ist, wie sie scheint.

### → A1.1

W24-4G103

**09.01.24 – 19.03.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber), Lektion 1*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

89,00 € / 77,00 €

Yulia Gundel

### → A1.2

F24-4G103

**09.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

*Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber), Lektion 3*

13x Di, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Yulia Gundel

## Russisch A1.3

Sie besitzen bereits erste Grundkenntnisse der russischen Sprache, kennen die kyrillischen Buchstaben, können sich über Ihr Befinden äußern, über Freizeitaktivitäten berichten und Ihre Meinung ausdrücken. In diesem Kurs schließen Sie die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) ab. Sie sprechen u.a. über berufliche Tätigkeiten und lernen den Instrumental kennen.

**Fortsetzung im Winter auf dem Niveau A2**

### → A1.3

H23-4G105

**11.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber), Lektion 6*

11x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Anton Janzen

## Russisch - Auffrischung A1/A2

**() Online-Kurs**

Sie haben vor langer Zeit Russisch gelernt, trauen sich aber nicht, diese Sprache wieder zu sprechen? In diesem Kurs holen Sie Ihre Russischkenntnisse aus dem „Dornröschenschlaf“ und erweitern sie. Durch eine abwechslungsreiche Mischung aus Wortschatz- und Grammatiktraining, Texten und Dialogen nähern Sie sich dieser wunderschönen Sprache wieder an. Online können Sie von überall aus teilnehmen.

**Quereinsteiger willkommen!**

**Fortsetzung im Frühjahr auf dem Niveau A2**

### → A1/A2

H23-4G125D

**13.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Jasno! neu A1-A2 (Klett)*

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

24 U-Std, vhs.cloud

153,40 € / 131,80 €

Dr. levgeniia Voloshchuk

### → A1/A2

W24-4G125D

**10.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Jasno! neu A1-A2 (Klett)*

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

20 U-Std, vhs.cloud

129,00 € / 111,00 €

Dr. levgeniia Voloshchuk





## Russisch für Anfänger\*innen A1

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Dieser Kurs bietet Ihnen einen effizienten Einstieg in die russische Sprache. Nach nur zwei Wochenenden können Sie elementare Bedürfnisse auf Russisch formulieren, kurze Texte lesen und schreiben sowie kurze Dialoge führen. Sie werden im Kurs auch einige russische Traditionen kennenlernen.

#### → A1

H23-4G161

**10.11.23 – 18.11.23**

#### Vorkenntnisse nicht erforderlich

*Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber)*

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr,

2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Dr. Ievgeniia Voloshchuk

#### → A1

F24-4G161

**19.04.24 – 27.04.24**

#### Vorkenntnisse nicht erforderlich

*Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber)*

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr,

2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Dr. Ievgeniia Voloshchuk

## Russisch für fortgeschrittene Anfänger \*innen A1

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Der Kurs richtet sich an Interessenten, die bereits über einige wenige Grundkenntnisse der russischen Sprache verfügen. An zwei Wochenenden erweitern Sie Ihren Wortschatz und erlernen wichtige Grundregeln der Grammatik. Sie werden in die Lage versetzt, Sätze im normalen Sprechtempo zu verstehen und verschiedene Alltagssituationen sprachlich zu bewältigen.

#### → A1

W24-4G163

**16.02.24 – 24.02.24**

#### Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich

*Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber)*

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr,

2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Dr. Ievgeniia Voloshchuk

## Russisch A1 - Intensivkurs

### Bildungsfreistellung

Dieser Kurs führt Sie Schritt für Schritt in die Welt der russischen Sprache. Sie erhalten eine Einführung in die kyrillische Schrift und lernen anhand authentischer Dialoge, sich in Alltagssituationen in dieser schönen Sprache auszudrücken. Sie bauen sich einen Grundwortschatz auf und erwerben erste grammatische Strukturen. Am Ende des Kurses schauen wir mit Ihnen, wie Sie weiterlernen können.

#### → A1

W24-4G191B

**26.02.24 – 01.03.24**

#### Vorkenntnisse nicht erforderlich

*Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Ievgeniia Voloshchuk

#### → A1

S24-4G191B

**26.08.24 – 30.08.24**

#### Vorkenntnisse nicht erforderlich

*Lit.: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber)*

Mo - Fr, 09:00 - 14:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

205,00 € / keine Ermäßigung

Dr. Ievgeniia Voloshchuk





## Russisch A2.1 - A2.3

Sie haben die Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abgeschlossen und möchten jetzt Ihre Russischkenntnisse weiter ausbauen? In diesem Kurs lernen Sie, über Tätigkeiten zu berichten sowie Wünsche und Vorstellungen zu äußern. Sie erweitern Schritt für Schritt Ihren Wortschatz. Grammatisch stehen die Pronomen, das Adjektiv und die Verbkonjugationen im Mittelpunkt.

### → A2.1

H23-4G201

**14.09.23 – 14.12.23****Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Otlitschno! aktuell A2 (Hueber), Lektion 1*

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

136,60 € / 117,50 €

Anton Janzen

### → A2.2

W24-4G201

**11.01.24 – 21.03.24****Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Otlitschno! aktuell A2 (Hueber), Lektion 3*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Anton Janzen

### → A2.3

F24-4G201

**11.04.24 – 11.07.24****Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Otlitschno! aktuell A2 (Hueber), Lektion 6*

13x Do, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Anton Janzen

## Russisch A2.1 - A2.2

### → A2.1

W24-4G203

**08.01.24 – 18.03.24****Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Otlitschno! aktuell A2 (Hueber), Lektion 1*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Anton Janzen

### → A2.2

F24-4G203

**08.04.24 – 08.07.24****Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Otlitschno! aktuell A2 (Hueber), Lektion 3*

13x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Anton Janzen

## Russisch A2.4

Mit lebensnahen Texten und handlungsorientierten Aufgaben beenden Sie in diesem Kurs die Niveaustufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens. Wir behandeln die Themen Gesundheit, Verkehr und Arbeitswelt, Sie lernen, Ratschläge zu geben und Vorschläge zu unterbreiten. Grammatisch stehen die III. Deklination sowie das Passiv im Mittelpunkt.

**Fortsetzung im Winter auf dem Niveau B1**

### → A2.4

H23-4G205

**12.09.23 – 12.12.23****Vorkenntnisse A1 erforderlich***Lit.: Otlitschno! aktuell A2 (Hueber), Lektion 10*

11x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

125,80 € / 108,30 €

Yulia Gundel



## Russisch A2

### **(☉☉) Online-Kurs**

In diesem Kurs frischen Sie Ihre Kenntnisse der Niveaustufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) auf und erweitern diese Schritt für Schritt auf der neuen Niveaustufe. Durch zahlreiche Übungen und spannende Diskussionen trainieren Sie Ihre Fähigkeit, Informationen, Gedanken, Argumente oder Reaktionen auf Russisch zu formulieren.

#### **Quereinsteiger willkommen!**

#### → A2

F24-4G225D

**10.04.24 – 10.07.24**

#### **Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Jasno! neu A1-A2 (Klett)*

13x Mi, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, vhs.cloud

165,60 € / 142,20 €

Dr. levgeniia Voloshchuk

## Russisch B1.1 - B1.2

Sie haben die Niveaustufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abgeschlossen und wollen nun sicherer und selbstständiger im Gebrauch der russischen Sprache werden sowie Ihren Wortschatz erweitern? In diesem Kurs geht es um Themen wie Reisen, Bildung und Klima, grammatisch beschäftigen wir uns mit Zeitangaben sowie der Konjugation von Verben der Fortbewegung.

#### → B1.1

W24-4G301

**09.01.24 – 19.03.24**

#### **Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Jasno! neu B1 (Klett), Lektion 1*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Yulia Gundel

#### → B1.2

F24-4G301

**09.04.24 – 02.07.24**

#### **Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Jasno! neu B1 (Klett), Lektion 3*

13x Di, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Yulia Gundel

## Russisch - Konversation B1

### **(☉☉) Online-Kurs**

In lockerer und ungezwungener Atmosphäre werden wir uns über Hobbys, Sport, Urlaub, Reisen, Essen, Filme und andere Smalltalk-Themen austauschen. Auch werden verschiedene Facetten des russischen Lebens zur Sprache kommen. Ihre Vorschläge für weitere interessante Themen sind herzlich willkommen!

#### **Quereinsteiger willkommen!**

#### **Fortsetzung im Winter im Kurs „Russisch - Konversation B1/B2“**

#### → B1

H23-4G341D

**11.09.23 – 11.12.23**

#### **Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: Jasno! neu B1 (Klett)*

11x Mo, 18:00 - 19:30 Uhr

22 U-Std, vhs.cloud

141,20 € / 121,40 €

Dr. levgeniia Voloshchuk

## Russisch - Konversation B1/B2

### **(☉☉) Online-Kurs**

Mit lebensnahen Texten, spannenden Diskussionen über das Alltags- und Kulturleben sowie handlungsorientierten Aufgaben erweitern Sie im Kurs Ihre Fähigkeit, in der russischen Sprache über verschiedene Themen zu kommunizieren. Wichtige grammatische Aspekte werden themenbezogen behandelt.

#### **Quereinsteiger willkommen!**

#### → B1/B2

W24-4G343D

**08.01.24 – 18.03.24**

#### **Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

10x Mo, 18:00 - 19:30 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

129,00 € / 111,00 €

Dr. levgeniia Voloshchuk

#### → B1/B2

F24-4G343D

**08.04.24 – 08.07.24**

#### **Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

13x Mo, 18:00 - 19:30 Uhr

26 U-Std, vhs.cloud

165,60 € / 142,20 €

Dr. levgeniia Voloshchuk



## Schwedisch A1.1 - A1.3

### Online-Kurs

Sie möchten Schwedisch lernen, um sich im Land besser verständigen zu können? In diesem Kurs lernen Sie die schwedische Sprache von Anfang an. Durch einen systematischen Aufbau von Wortschatz und Grammatik üben wir die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltagsleben und das Lesen von einfachen Texten. Die Vermittlung der schwedischen Kultur ist ebenfalls Bestandteil des Kurses.

#### → A1.1

H23-4J101D

**10.10.23 – 12.12.23****Vorkenntnisse nicht erforderlich***Lit.: Javisst! aktuell A1+ (Hueber), Lektion 1*

8x Di, 18:00 - 19:30 Uhr

16 U-Std, vhs.cloud

104,60 € / 90,20 €

Lilia Wahlberg

#### → A1.2

W24-4J101D

**09.01.24 – 19.03.24****Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich***Lit.: Javisst! aktuell A1+ (Hueber), Lektion 4*

10x Di, 18:00 - 19:30 Uhr

20 U-Std, vhs.cloud

129,00 € / 111,00 €

Lilia Wahlberg

#### → A1.3

F24-4J101D

**09.04.24 – 02.07.24****Vorkenntnisse sind erforderlich***Lit.: Javisst! aktuell A1+ (Hueber), Lektion 6*

13x Di, 18:00 - 19:30 Uhr

26 U-Std, vhs.cloud

165,60 € / 142,20 €

Lilia Wahlberg

## Schwedisch für den Urlaub A1

### Auf nach Schweden!

Sie planen einen Urlaub in Schweden? Damit die Verständigung vor Ort kein Problem wird, lernen Sie, wie Sie sich auf dem Campingplatz oder im Hotel verständigen, wie Sie nach dem Weg fragen oder was Sie beim Einkaufen oder Bestellen im Café sagen. Zusätzlich beschäftigen wir uns mit dem „allesmansrätt“, dem schwedischen Jedermannsrecht, und Sie erhalten viele landeskundliche Tipps und Informationen.

#### → A1

F24-4J103

**08.04.24 – 08.07.24****Vorkenntnisse nicht erforderlich***Lit.: nach Absprache*

13x Mo, 15:45 - 17:15 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

113,60 € / 98,00 €

Lilia Wahlberg



## Schwedisch A1.4

### Hej och välkommen!

Sie möchten sich im Land besser verständigen können? Verbessern Sie Ihre mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltagsleben, indem Sie Grammatik und Wortschatz anwenden, einfache Texte lesen und in die faszinierende schwedische Kultur eintauchen.

### Fortsetzung im Winter auf dem Niveau A2

#### → A1.4

H23-4J105

**11.09.23 – 11.12.23**

#### Vorkenntnisse sind erforderlich

Lit.: *Javisst! aktuell A1+* (Hueber), Lektion 8

11x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Lilia Wahlberg

## Schwedisch A2.1 - A2.2

Sie können sich in einfachen Sätzen über vertraute Themen unterhalten und sind mit dem Plural und dem Präteritum bereits vertraut? Dann starten Sie in das Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER): mit gezielten Übungen und viel Kommunikation werden Wortschatz und Grammatikkenntnisse (u.a. Perfekt und Passiv) erweitert. Auch lesen wir erste Zeitungsartikel und kürzere Geschichten.

#### → A2.1

W24-4J201

**08.01.24 – 18.03.24**

#### Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: *Javisst! aktuell A2* (Hueber), Lektion 11

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Lilia Wahlberg

#### → A2.2

F24-4J201

**08.04.24 – 08.07.24**

#### Vorkenntnisse A1 erforderlich

Lit.: *Javisst! aktuell A2* (Hueber), Lektion 13

13x Mo, 19:15 - 20:45 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Lilia Wahlberg

## Schwedisch - Konversation B1/B2

Anhand landestypischer Themen erweitern wir unsere kommunikativen Fähigkeiten und tauchen in die schwedische Sprache und Kultur ein! In einer entspannten und interaktiven Lernumgebung verbessern Sie spielerisch Ihre mündlichen Fähigkeiten durch viel Konversation.

### Quereinsteiger willkommen!

#### → B1/B2

H23-4J341

**11.09.23 – 11.12.23**

#### Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: *nach Absprache*

11x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

125,80 € / 108,30 €

Lilia Wahlberg

#### → B1/B2

W24-4J341

**08.01.24 – 18.03.24**

#### Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: *nach Absprache*

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

115,00 € / 99,10 €

Lilia Wahlberg

#### → B1/B2

F24-4J341

**08.04.24 – 08.07.24**

#### Vorkenntnisse B1 erforderlich

Lit.: *nach Absprache*

13x Mo, 17:30 - 19:00 Uhr

26 U-Std, VHS im Bildungsforum

147,40 € / 126,70 €

Lilia Wahlberg





## Japanisch zum Kennenlernen A1

### Kompaktkurs an 2 Samstagen

Sie planen einen Urlaub in Japan und möchten sich vor Ort verständigen können? Die japanische Sprache fasziniert Sie und Sie möchten etwas über ihren Aufbau und die japanische Kultur erfahren? An zwei Wochenenden erhalten Sie einen ersten Einblick in diese asiatische Sprache. Sie lernen „Survival“-Sätze, die man im Urlaub gut nutzen kann. Der Kurs ist fokussiert auf Phrasen und kurze, einfache Gespräche sowie auf die japanische Kultur.

→ A1

H23-4M105

**25.11.23 – 02.12.23**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

2x Sa, 9:30 - 14:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / 69,40 €

Aileen Gerloff

→ A1

F24-4M105

**20.04.24 – 27.04.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

2x Sa, 9:30 - 14:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / 69,40 €

Aileen Gerloff



## Japanisch A1.1 - A1.2

Sie interessieren sich für die japanische Sprache und Kultur, planen eine Reise oder sind einfach neugierig? Vielleicht haben Sie auch geringe Kenntnisse und möchten jetzt weiterlernen? In diesem Kurs nähern Sie sich Schritt für Schritt der japanischen Sprache an. Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen und beschäftigen sich mit den verschiedenen Schriftzeichen.

### → A1.1

W24-4M101

**12.01.24 – 08.03.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Marugoto: Japanese language and culture. Starter A1 Rikai/Katsudoo (Buske) (Lehrwerk in Englisch), Lektion 1*

8x Fr, 15:30 - 18:00 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

105,40 € / 91,00 €

Aileen Gerloff

### → A1.2

F24-4M101

**12.04.24 – 21.06.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

*Lit.: Marugoto: Japanese language and culture. Starter A1 Rikai/Katsudoo (Buske) (Lehrwerk in Englisch), Lektion 4*

10x Fr, 15:30 - 18:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Aileen Gerloff

## Japanisch A1.3

Sie haben gute Grundkenntnisse, wollen diese im Gespräch anwenden und sich auf Japanisch über unterschiedliche Themen unterhalten? Mit Themen wie Tourismus, Freizeit oder Kultur bauen Sie in diesem Kurs Ihr Sprachkenntnisse weiter aus. Die grammatikalische Schwerpunkte sind die Modalverben, die Vergangenheits- und Zukunftsform. Natürlich beschäftigen wir uns mit basic Kanjis!  
**Fortsetzung im Winter auf dem Niveau A2**

### → A1.3

H23-4M103

**15.09.23 – 01.12.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

*Lit.: Marugoto: Japanese language and culture. Starter A1 Rikai/Katsudoo (Buske) (Lehrwerk in Englisch), Lektion 7*

10x Fr, 15:30 - 18:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

130,00 € / 112,00 €

Aileen Gerloff

## Japanisch A2.1 - A2.2

Bauen Sie Ihre japanischen Sprachkenntnisse weiter aus und starten Sie in die nächste Niveaustufe! In diesem Kurs lernen Sie ein Telefongespräch zu führen, Freude und Bedauern zu äußern, über die Zukunft zu sprechen, Fähigkeiten und Eigenschaften zu benennen. Die grammatikalische Schwerpunkte sind die Modalverben und die Te-Form.

### → A2.1

W24-4M121

**12.01.24 – 22.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Marugoto: Japanese language and culture. Elementary 1 A2 Rikai/Katsudoo (Buske) (Lehrwerk in Englisch), Lektion 1*

10x Fr, 15:30 - 18:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

169,00 € / 145,20 €

Natsuko Yamagishi

### → A2.2

F24-4M121

**12.04.24 – 21.06.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Marugoto: Japanese language and culture. Elementary 1 A2 Rikai/Katsudoo (Buske) (Lehrwerk in Englisch), Lektion 4*

10x Fr, 15:30 - 18:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

169,00 € / 145,20 €

Natsuko Yamagishi







### Japanisch A2.3 - A2.4

Sie können sich in einfachen Sätzen über vertraute Themen unterhalten und sind bereits mit Hiragana/ Katakana und einfachen Kanji vertraut? Mit gezielten Übungen und viel Kommunikation erweitern wir Wortschatz und Grammatikkenntnisse, u.a. die Grund- und Te-Formen. Außerdem lesen wir alltägliche E-Mails und schreiben kurze Texte, auch mit Kanji Übungsblättern.

**Fortsetzung im Frühjahr im Kurs A2/B1**

→ A2.3

H23-4M123

**22.09.23 – 15.12.23**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Marugoto: Japanese language and culture. Elementary 1 A2 Rikai/Katsudoo (Buske) (Lehrwerk in Englisch), Lektion 7*

10x Fr, 17:30 - 20:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

169,00 € / 145,20 €

Ayano Sonntag

→ A2.4

W24-4M123

**12.01.24 – 22.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Marugoto: Japanese language and culture. Elementary 2 A2 Rikai/Katsudoo (Buske) (Lehrwerk in Englisch), Lektion 1*

10x Fr, 17:30 - 20:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

169,00 € / 145,20 €

Ayano Sonntag

### Japanisch A2/B1

Sie können sich in alltäglichen Themenbereichen sprachlich und schriftlich auch mit Kanjis (JLPT N5 Niveau) verständigen? Kennen Sie außerdem einige Redewendungen mit Grund- und Te-form? In diesem Kurs steht die Kommunikation im Mittelpunkt. Vor allem werden Sie in der Lage sein, „sollen“, „dürfen“ und „können“ zu benutzen. Zudem lernen Sie Vokabeln des täglichen Lebens und Reisens.

**Quereinsteiger willkommen!**

→ A2/B1

F24-4M125

**12.04.24 – 21.06.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Marugoto: Japanese language and culture. Elementary 2 A2 Rikai/Katsudoo (Buske) (Lehrwerk in Englisch)*

10x Fr, 17:30 - 20:00 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

169,00 € / 145,20 €

Ayano Sonntag





## Mit den Augen besser hören - Grundkurs Gebärdensprache

Fragen Sie sich öfter, wie Gebärdensprache funktioniert? Haben Sie schon einmal erlebt, wie sich Gehörlose verständigen und waren davon fasziniert? Dann machen Sie eine neue Erfahrung und erlernen Sie eine spannende und lebendige Fremdsprache, die im eigenen Land zu Hause ist! Erfahren Sie, wie sich die Gehörlosen-Kultur von der Hörenden-Kultur unterscheidet und wie man „mit den Augen besser hört“.

### → Grundkurs

H23-4Q101

**14.09.23 – 14.12.23**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Annemarie Saling

### → Grundkurs

W24-4Q101

**11.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

129,00 € / 111,00 €

Annemarie Saling

### → Grundkurs

F24-4Q101

**11.04.24 – 04.07.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Annemarie Saling

## Mit den Augen besser hören - Aufbaukurs Gebärdensprache

Sie haben im Grundkurs erste Kenntnisse der Gebärdensprache erworben? Ihnen sind die Kultur der Gehörlosen, das Alphabet, Teile der Grammatik sowie Vokabeln zu Familie, Orten, Tiere oder Essen bekannt? Wenn Sie noch nicht genug haben, dann geht es in diesem Kurs weiter mit Städten, Ländern, Verben, Liedern und vielen Dialogen zum Festigen und Üben dieser faszinierenden Sprache.

### → Aufbaukurs

H23-4Q201

**14.09.23 – 14.12.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Annemarie Saling

### → Aufbaukurs

W24-4Q201

**11.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

129,00 € / 111,00 €

Annemarie Saling

### → Aufbaukurs

F24-4Q201

**11.04.24 – 04.07.24**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

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

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

153,40 € / 131,80 €

Annemarie Saling





## Chinesisch zum Kennenlernen A1

### Samstagskurs

Die chinesische Sprache wird weltweit von ca. 1,2 Milliarden Menschen gesprochen und ist somit die meist gesprochene Sprache der Welt. Dieser Kurs richtet sich an alle, die in kompakter Form erste Kenntnisse der chinesische Sprache erwerben möchten. Sie erfahren außerdem Wissenswertes über die Kultur wie zum Beispiel die wichtigsten Benimmregeln in China.

→ A1

H23-4M201

**11.11.23****Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Chinesisch Superleicht: Für Anfänger (Dorling Kindersley)*

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

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,60 € / 31,20 €

Lan Wang

→ A1

F24-4M201

**20.04.24****Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Chinesisch Superleicht: Für Anfänger (Dorling Kindersley)*

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

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

36,60 € / 31,20 €

Lan Wang

## Dänisch für den Urlaub A1

### Afsted til Danmark!

Sie möchten sich in Ihrem Dänemark-Urlaub besser verständigen können? In diesem Kurs erlernen Sie wichtigen Wortschatz und Redewendungen für typische Urlaubssituationen, Sie erhalten einen ersten Einblick in die grammatischen Strukturen, üben die Aussprache und tauschen sich über den dänischen Lebensalltag aus. Wir starten kompakt zwei aufeinanderfolgenden Tagen, um richtig in die Sprache einzutauchen.

→ A1

W24-4J501

**16.02.24 – 22.03.24****Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Vi snakkes ved! aktuell A1+ (Hueber)*

6x Fr, 16:30 - 19:00 Uhr, 1x Sa, 09:30-12:45 Uhr

22 U-Std, VHS im Bildungsforum

97,20 € / 84,00 €

Andreas Kalb

## Tschechisch für den Urlaub A1

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Tschechien ist nicht nur ein Nachbarland, sondern auch ein beliebtes Urlaubsziel. Die Musik klingt vertraut, die Spezialitäten kommen einem bekannt vor. Es fehlt nur noch die Sprache. Eignen Sie sich vor Ihrem Urlaub einige Grundkenntnisse an. Sie lernen, sich vorzustellen, nach Orten und Sehenswürdigkeiten zu fragen, im Restaurant Essen zu bestellen und Fahr- oder Eintrittskarten zu kaufen.

→ A1

W24-4H161

**08.03.24 – 16.03.24****Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Tschechisch. Einstiegskurs für*

*Kurzentschlossene (Hueber)*

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr,

2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Jana Zitkova

## Ukrainisch A1

### Kompaktkurs an 2 Wochenenden

Wussten Sie, dass Ukrainisch die Muttersprache von mehr als 40 Millionen Menschen ist und so melodios klingt wie Vogelgezwitscher? An zwei Wochenenden können Sie sich intensiv mit der ukrainischen Sprache beschäftigen und erste Kenntnisse erwerben. Die ukrainische Kultur und die Mentalität werden Ihnen ebenfalls nähergebracht.

→ A1

H23-4N161

**17.11.23 – 25.11.23****Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr,

2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Olha Gosciniak

→ A1

F24-4N161

**12.04.24 – 20.04.24****Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: nach Absprache*

2x Fr, 16:30 - 19:45 Uhr,

2x Sa, 09:30 - 14:00 Uhr

18 U-Std, VHS im Bildungsforum

116,80 € / 100,60 €

Olha Gosciniak



## Vorbereitung auf die Prüfung „telc English B1 - B2“

### **(\*) Online-Kurs**

Nutzen Sie diesen Online-Kurs, um sich auf die Prüfung „telc English B1 - B2“ vorzubereiten. Sie erfahren, aus welchen Teilen die Prüfung besteht und welche Anforderungen an Sie gestellt werden. Sie erarbeiten Strategien, um die schriftlichen und mündlichen Aufgaben zielsicher zu bearbeiten. Hinweis: Auf Fragen zu Grammatik oder Wortschatz kann nur sehr begrenzt eingegangen werden. **Die Sprachprüfung „telc English B1 - B2“ findet am 11.11.23 sowie am 16.03.24 an der VHS Potsdam statt. Bitte beachten Sie den jeweiligen Anmeldeschluss.**

#### → B1/B2

H23-4A371D

**27.10.23 – 10.11.23**

#### **Vorkenntnisse B1 erforderlich**

3x Fr, 17:00 - 19:30 Uhr

9 U-Std, vhs.cloud

61,90 € / 53,80 €

Christy Crockett

#### → B1/B2

W24-4A371D

**23.02.24 – 08.03.24**

#### **Vorkenntnisse B1 erforderlich**

3x Fr, 17:00 - 19:30 Uhr

9 U-Std, vhs.cloud

61,90 € / 53,80 €

Christy Crockett

## Prüfung „telc English B1 - B2“

Die Prüfung Prüfung „telc English B1 - B2“ ist eine offiziell anerkannte Sprachprüfung, mit der Sie je nach Ergebnis Ihr Sprachniveau B1 oder B2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) bescheinigt bekommen. Sie werden schriftlich und mündlich geprüft, müssen verschiedene Texte lesen und verstehen, Höraufgaben absolvieren und eine E-Mail verfassen. Im mündlichen Teil diskutieren Sie ein vorgegebenes Thema und planen eine Aktivität. **Zur strategischen Vorbereitung auf die Prüfung empfehlen wir Ihnen unsere Online-Vorbereitungskurse (H23-4A371D/W24-4A371D).**

#### → B1/B2

H23-4A373

**11.11.23**

Anmeldeschluss für die Prüfung ist der 06.10.23

1x Sa, 08:30 - 14:30 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

148,00 € / keine Ermäßigung

#### → B1/B2

W24-4A373

**16.03.24**

Anmeldeschluss für die Prüfung ist der 16.02.24

1x Sa, 08:30 - 14:30 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

148,00 € / keine Ermäßigung

**Sprechen Sie uns gern an, wenn Sie eine Prüfung auf einem anderen Sprachniveau oder in einer anderer Sprache benötigen.**

## Vorbereitung auf die Prüfung „telc Język polski B1/B2 Szkola“

### **(\*) Online-Kurs**

Deine Familiensprache ist Polnisch und Du verständerst Dich mühelos in Polen? Dann erwirb das offizielle Sprachzertifikat „telc Język polski B1/B2 Szkola“, das für die Zulassung zur Universität oder als Sprachnachweis im Berufsleben sehr nützlich ist. In diesem Online-Kurs bereiten wir Dich auf diese Prüfung vor. Die lernst die verschiedenen Prüfungsteile kennen, besprichst sie intensiv und über wichtige Aspekte.

**Die Prüfung „telc Język polski B1-B2 Szkola“ findet am 16.03.24 an der VHS Potsdam statt. Bitte beachte den Anmeldeschluss.**

#### → B1/B2

W24-4F371J

**16.02.24 – 15.03.24**

#### **Vorkenntnisse B1 erforderlich**

5x Fr, 16:30 - 19:00 Uhr

15 U-Std, vhs.cloud

59,50 €

Magdalena Lepianka-Nowak

**telc**  
LANGUAGE TESTS



## Vorbereitung auf die Prüfung „telc Español B1“

### **(\*) Online-Kurs**

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich auf die Prüfung „telc Español B1“ vorbereiten möchten. Die schriftlichen und mündlichen Bestandteile und Anforderungen der Prüfung werden vorgestellt. Wir entwickeln Strategien, um die Aufgaben zielorientiert bearbeiten zu können. Fragen zu Grammatik und Wortschatz können nur sehr begrenzt bearbeitet werden.

**Die Sprachprüfung „telc Español B1“ findet am 11.11.23 sowie 16.03.24 an der VHS Potsdam statt. Bitte beachten Sie den jeweiligen Anmeldeschluss.**

#### → B1

H23-4D373D

**03.11.23 - 10.11.23**

#### **Vorkenntnisse B1 erforderlich**

2x Fr, 16:30 - 19:00 Uhr

1x Sa, 10:00 - 12:30 Uhr

9 U-Std, vhs.cloud

61,90 € / 53,80 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

#### → B1

W24-4D373D

**23.02.24 - 08.03.24**

#### **Vorkenntnisse B1 erforderlich**

3x Fr, 16:30 - 19:00 Uhr

9 U-Std, vhs.cloud

61,90 € / 53,80 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

## Prüfung „telc Español B1“

Die Prüfung „telc Español B1“ ist eine offiziell anerkannte Sprachprüfung, mit der Sie bei Erfolg Ihr Sprachniveau B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) bescheinigt bekommen. Sie werden schriftlich und mündlich geprüft, müssen verschiedene Texte lesen und verstehen, Höraufgaben absolvieren und eine E-Mail verfassen. Im mündlichen Teil sprechen Sie über ein vorgegebenes Thema.

**Zur strategischen Vorbereitung auf die Prüfung empfehlen wir Ihnen unsere Online-Vorbereitungskurse (H23-4D373D/W24-4D373D).**

#### → B1

H23-4D375

**11.11.23**

Anmeldeschluss für die Prüfung ist der 06.10.23

1x Sa, 08:30 - 14:30 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

148,00 € / keine Ermäßigung

#### → B1

W24-4D375

**16.03.24**

Anmeldeschluss für die Prüfung ist der 16.02.24

1x Sa, 08:30 - 14:30 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

148,00 € / keine Ermäßigung

## Prüfung „telc Język polski B1/B2 Szkoła“

Die Prüfung „telc Język polski B1/B2 Szkoła“ ist eine offizielle Sprachprüfung, mit der Du Deine Polnisch-Kenntnisse für eine Zulassung zur Universität oder bei einem späteren Arbeitgeber nachweisen kannst. Sie besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil. Du musst verschiedene Texte lesen, Höraufgaben absolvieren und selbst einen kleinen Text verfassen. In der mündlichen Prüfung diskutierst Du ein Thema und planst eine Aktivität. Je nach Ergebnis bekommst Du das Sprachniveau B1 oder B2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) bestätigt.

**Für die Prüfung am 16.03.24 empfehlen wir Dir unseren Online-Vorbereitungskurs (W24-4F371J).**

#### → B1/B2

H23-4F373J

**11.11.23**

Anmeldeschluss für die Prüfung ist der 06.10.23

1x Sa, 08:30 - 14:30 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

110,00 €

#### → B1/B2

W24-4F373J

**16.03.24**

Anmeldeschluss für die Prüfung ist der 16.02.24

1x Sa, 08:30 - 14:30 Uhr

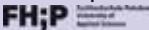
8 U-Std, VHS im Bildungsforum

110,00 €



## SPRACHEN FÜR STUDIERENDE

### Kurse in Kooperation mit der Fachhochschule Potsdam



Die VHS Potsdam bietet in Kooperation mit der Fachhochschule Potsdam (FHP) für die Sprachen Deutsch, Englisch, Spanisch, Italienisch und Französisch Sprachkurse an. Die Kurse richten sich ausschließlich an Studierende der FHP.

Interessierte melden sich auf der Webseite der Volkshochschule Potsdam ([vhs.potsdam.de](http://vhs.potsdam.de)) unter Vorlage der für den Kurszeitraum gültigen Studienbescheinigung für den gewünschten Kurs an.

Die Angebote werden von Seiten der FHP gesondert gefördert. Studierende der FHP können nach erfolgreichem Abschluss des Kurses (85 Prozent Anwesenheit vorausgesetzt) einen Zuschuss zu den Kursgebühren beim International Office der FHP beantragen.

Die Sprachkurse sind im Rahmen des FLEX-Moduls „Fremdsprachen“ als Studienleistung anerkannt. Nach Beendigung des Kurses erhalten alle Studierende eine qualifizierte Teilnahmebescheinigung.

#### Anfängerkurse A1

Die Anfänger\*innenkurse richten sich an Studierende ohne oder mit nur geringen Vorkenntnissen. Sie erhalten Grundkenntnisse für die Anwendung der Sprache in Alltag, Studium und Beruf. Sie erlernen und üben elementare Strukturen sowie einen Grundwortschatz. Der Unterricht orientiert sich an der Kompetenzstufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen  
**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

#### Französisch A1

H23-4B181  
**11.10.23–24.01.24, 60 U-Std.**

15x mittwochs, 15:30 – 18:45 Uhr  
Campus Fachhochschule  
247,00 € / 211,00 €  
Romain Aubry

#### Italienisch A1

H23-4C181  
**10.10.23–30.01.24, 60 U-Std.**

15x dienstags, 15:30 – 18:45 Uhr  
Campus Fachhochschule  
247,00 € / 211,00 €  
Dr. Immaculada Sánchez de Medina Herrera

#### Spanisch A1

H23-4D181  
**11.10.23–24.01.24, 60 U-Std.**

15x mittwochs, 15:30 – 18:45 Uhr  
Campus Fachhochschule  
247,00 € / 211,00 €  
Alicia Amelung

#### Fortgeschrittenenkurse A2

Diese Kurse richtet sich an Studierende, die das Niveau A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) abgeschlossen haben. Im Vordergrund steht die Bewältigung von Alltags- und Hochschulsituationen des studentischen Lebens. Vorhandenen Kenntnisse und erlernte Grundstrukturen werden gefestigt und ausgebaut, Wortschatz und Grammatik werden auf dem Sprachniveau A2 erweitert.  
**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

#### Französisch A2

F24-4B281  
**10.04.24 – 24.07.24, 60 U-Std.**

15x mittwochs, 15:30 – 18:45 Uhr  
Campus Fachhochschule  
247,00 € / 211,00 €  
Romain Aubry

#### Italienisch A2

F24-4C281  
**09.04.24 – 16.07.24, 60 U-Std.**

15x dienstags, 15:30 – 18:45 Uhr  
Campus Fachhochschule  
247,00 € / 211,00 €  
Dr. Immaculada Sánchez de Medina Herrera

#### Spanisch A2

F24-4D281  
**10.04.24 – 24.07.24, 60 U-Std.**

15x mittwochs, 15:30 – 18:45 Uhr  
Campus Fachhochschule  
247,00 € / 211,00 €  
Alicia Amelung

**Auffrischkurse B1/B2**

In diesen Kursen werden zu einem früheren Zeitpunkt - z.B. in der Schule - erworbene Kenntnisse aufgefrischt und vertieft. Wortschatz und Grammatik werden gefestigt und erweitert. Sie erhalten eine gute Basis, um Englisch im Alltag wie im Beruf anzuwenden.

**Vorkenntnisse B1 erforderlich****English Refresher B1/B2**

H23-4A381

**11.10.23–24.01.24, 60 U-Std.**

15x mittwochs, 15:30 – 18:45 Uhr

Campus Fachhochschule

247,00 € / 211,00 €

Oberdan Fuly Cavalcanti

**English Refresher B1/B2**

F24-4A381

**10.04.24 – 24.07.24, 60 U-Std.**

15x mittwochs, 15:30 – 18:45 Uhr

Campus Fachhochschule

247,00 € / 211,00 €

Oberdan Fuly Cavalcanti

**Fortgeschrittenenkurse C1+/ C2**

Dieser Kurs ist für Studierende geeignet, die für die Studienzulassung bereits das Niveau C1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) nachgewiesen haben, aber sicherer werden bzw. ihre Sprachkenntnisse auf dem Niveau C1+/ C2 weiter ausbauen möchten. Der Fokus liegt auf der kompetenten schriftlichen und mündlichen Kommunikation zu verschiedenen komplexeren Themenfeldern. Dabei wird auch das wissenschaftliche Schreiben trainiert, Grammatik- sowie Wortschatzkenntnisse werden vertieft und erweitert.

**Vorkenntnisse C1 erforderlich****Deutsch C1+/C2**

H23-4W515

**11.10.23–24.01.24, 60 U-Std.**

15x mittwochs, 15:30 – 18:45 Uhr

Campus Fachhochschule

247,00 € / 211,00 €

Dr. Perdita Ladwig

**Deutsch C1+/C2**

F24-4W515

**10.04.24 – 24.07.24, 60 U-Std.**

15x mittwochs, 15:30 – 18:45 Uhr

Campus Fachhochschule

247,00 € / 211,00 €

Dr. Perdita Ladwig








# Lehrwerke



## Welches Lehrbuch benötige ich?

Bei den meisten Kursbeschreibungen finden Sie einen Hinweis auf das verwendete Lehrwerk.

**Bitte besorgen Sie sich das Lehrbuch erst, wenn Sie sicher sind, dass Sie sich für den richtigen Kurs angemeldet haben** - Sie können am ersten Kurstag unbesorgt ohne Lehrbuch zum Kurs kommen. Alle Angaben zu den Lehrbüchern sind ohne Gewähr, die Volkshochschule kann keine Kosten für bereits gekaufte Lehrbücher übernehmen. Im Folgenden finden Sie eine Zusammenstellung der angegebenen Lehrwerke.

|  CHINESISCH | Verlag             | ISBN           |
|--|--------------------|----------------|
| Chinesisch Superleicht: Für Anfänger   | Dorling Kindersley | 978-3831030439 |
|  Dänisch    | Verlag             | ISBN           |
| Vi snakkes ved! aktuell A1+. Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD                              | Hueber             | 978-3191053796 |
|  ENGLISCH   | Verlag             | ISBN           |
| A new taste of English. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD                                      | Klett              | 978-3125015487 |
| Go for it! A1. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs   | Hueber             | 978-3190029389 |
| Go for it! A2. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs   | Hueber             | 978-3190029396 |
| Go for it! B1. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs   | Hueber             | 978-3190029402 |
| Great! B1. Lehr- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs   | Klett              | 978-3125014848 |
| Great! B2. Kurs- und Übungsbuch mit 2 Audio-CDs  | Klett              | 978-3125015845 |
| Lifestyle Intermediate. Coursebook and CD-Rom Pack   | Pearson            | 978-1408237144 |
| Ready Steady Go for it! Starter. Kurs- und Arbeitsbuch mit Intensivtrainer und Audio-CD      | Hueber             | 978-3190029419 |
| Simply Business: A2+. Coursbook mit Video-DVD, Audio/MP3-CD und PagePlayer-App               | Cornelsen          | 978-3065204606 |
| Speakout A2 3rd Edition. Student's Book and eBook with Online Practice                       | Pearson            | 978-1292359526 |
| Speakout B2 3rd Edition. Student's Book and eBook with Online Practice                       | Pearson            | 978-1292359540 |
| Speakout Upper Intermediate 2nd Edition. Students' Book and Interactice eBook                | Pearson            | 978-1292394701 |



|  FRANZÖSISCH                       | Verlag | ISBN            |
|---|--------|-----------------|
| Défi 1 A1. Livre de l'élève avec audio en ligne   | Klett  | 978-3125296923  |
| Défi 1 A1. Cahier d'exercices avec MP3 téléchargeables  | Klett  | 978-3125296930  |
| Défi 2 A2. Livre de l'élève avec audio en ligne   | Klett  | 978-312-5296961 |
| Défi 2 A2. Cahier d'exercices avec MP3 téléchargeables  | Klett  | 978-3125297067  |
| Preons la parole A2/B1: Konversationskurs Französisch   | Klett  | 978-3125292840  |
| Rencontres en français A1. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und Videos   | Klett  | 978-3125296428  |
| Rencontres en français A2. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und Videos   | Klett  | 978-3125296480  |
|  ITALIENISCH                       | Verlag | ISBN            |
| Con piacere nuovo B1. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD   | Klett  | 978-3125252127  |
| Endlich Zeit für Italienisch. Buch mit 2 Audio-CDs  | Hueber | 978-3190095919  |
| Nuovo Espresso A1: Ein Italienischkurs. Lehr- und Arbeitsbuch mit DVD und Audio-CD                                  | Hueber | 978-3192054389  |
| Nuovo Espresso A2: Ein Italienischkurs. Lehr- und Arbeitsbuch mit DVD und Audio-CD                                  | Hueber | 978-3192054396  |
| Chiaro! A1 – Nuova edizione: Der Italienischkurs. Kurs- und Arbeitsbuch mit Audios und Videos online                | Hueber | 978-3192754272  |
| Chiaro! A2 – Nuova edizione: Der Italienischkurs. Kurs- und Arbeitsbuch mit Audios und Videos online                | Hueber | 978-3192754494  |
|  JAPANISCH                       | Verlag | ISBN            |
| Marugoto: Japanese language and culture. Starter A1 Katsudoo: Coursebook for communicative language activities      | Buske  | 978-3875487077  |
| Marugoto: Japanese language and culture. Starter A1 Rikai: Coursebook for communicative language competences        | Buske  | 978-3875487084  |
| Marugoto: Japanese language and culture. Elementary 1 A2 Katsudoo: Coursebook for communicative language activities | Buske  | 978-3875487138  |
| Marugoto: Japanese language and culture. Elementary 1 A2 Rikai: Coursebook for communicative language competences   | Buske  | 978-3875487145  |
| Marugoto: Japanese language and culture. Elementary 2 A2 Katsudoo: Coursebook for communicative language activities | Buske  | 978-3875487527  |
| Marugoto: Japanese language and culture. Elementary 2 A2 Rikai: Coursebook for communicative language competences   | Buske  | 978-3875487534  |



# Lehrwerke

|  POLNISCH                         | Verlag        | ISBN           |
|--|---------------|----------------|
| Hurra!!! Po Polsku 1 Nowa Edycja. Podrecznik studenta  | Prolog Verlag | 978-8360229385 |
| Hurra!!! Po Polsku 2 Nowa Edycja. Podrecznik studenta  | Prolog Verlag | 978-8360229545 |
| Po polsku po Polsce: Podrecznik do nauczania jezyka polskiego jako obcego oraz kultury polskiej dla poczatkujacych | Avalon        | 978-8394525804 |
| Witam! aktuell A1. Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD  | Hueber        | 978-3191053697 |
|  PORTUGIESISCH                    | Verlag        | ISBN           |
| Cidades do Mar B1. Kurs- und Übungsbuch mit Audios online  | Klett         | 978-3125289482 |
| Oi, Brasil! aktuell A1: Der Kurs für brasilianisches Portugiesisch. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs          | Hueber        | 978-3191054205 |
| Oi, Brasil! aktuell A2: Der Kurs für brasilianisches Portugiesisch. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs          | Hueber        | 978-3192054204 |
|  RUSSISCH                         | Verlag        | ISBN           |
| Jasno! neu A1-A2. Kursbuch mit MP3-CD und Videos   | Klett         | 978-3125276789 |
| Jasno! neu A1-A2. Übungsbuch mit MP3-CD und Videos   | Klett         | 978-3125276796 |
| Otlitschno! aktuell A1. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs  | Hueber        | 978-3192044779 |
| Otlitschno! aktuell A2. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs  | Hueber        | 978-3192044786 |
|  SCHWEDISCH                       | Verlag        | ISBN           |
| Javisst! aktuell A1+. Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD   | Hueber        | 978-3191054052 |
| Javisst! aktuell A2. Kurs- und Arbeitsbuch und Audio-CD  | Hueber        | 978-3192054051 |



|  SPANISCH      | Verlag | ISBN           |
|---|--------|----------------|
| Con gusto nuevo A1. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD                                     | Klett  | 978-3125146716 |
| Con gusto nuevo A1. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD                                     | Klett  | 978-3125146716 |
| Con gusto nuevo A2. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD                                     | Klett  | 978-3125146778 |
| Con gusto nuevo B1. Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD                                     | Klett  | 978-3125150102 |
| Estudiantes.ELE A1: Spanisch für Studierende. Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos        | Klett  | 978-3125150744 |
| Estudiantes.ELE A2: Spanisch für Studierende. Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos        | Klett  | 978-3125150799 |
| Impresiones B1. Kurs- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs   | Hueber | 978-3190745456 |
| Spanisch für den Urlaub A1: Einstieg in Sprache und Kultur. Lehrbuch mit Audio-CD               | Klett  | 978-3125142657 |
| ¡Vivan las vacaciones! Neu: Spanisch für die Reise – Für Einsteiger. Kursbuch mit Audios online | Hueber | 978-3193172433 |

Ihre **Wunschsprache**  
war nicht dabei?

**Dann sprechen Sie uns an!**

**Kontakt:**

Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich

Tel: 0331 289-4562

ulrike.hasemann-friedrich@rathaus.potsdam.de



# Beruf und Computer



**Dr. Myrtan Xhyra**  
Programmbereichsleitung

0331 289-4561  
myrtan.xhyra@  
rathaus.potsdam.de

---



**Matthias Ristow**  
Fachverfahrenskordinator

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

---



**N.N.**  
Verwaltung

0331 289-4578  
vhsinfo@  
rathaus.potsdam.de

---





# Firmen-Schulung



## Weiterbildung auf Bestellung

Wir ermöglichen Ihnen maßgeschneiderte und kostengünstige Weiterbildungsangebote für Ihre Mitarbeiter\*innen und gehen dabei auf deren arbeitsplatzspezifische Bedürfnisse ein.

## Wir bieten Ihnen

- › qualifizierte und engagierte Dozent\*innen
- › ein ausgezeichnetes Preis-Leistungs-Verhältnis
- › gute Erreichbarkeit (zentrale Lage)
- › Kleingruppenunterricht
- › Inhouse-Schulungen

## Interessiert?

Sprechen Sie uns an und wir finden die passende Weiterbildung für Ihre Mitarbeiter\*innen. Die Schulungen können wir Ihnen sowohl in unseren Räumen als auch bei Ihnen vor Ort anbieten.

## Nutzen Sie unsere Schulungen

- › Kommunikation und Computerwissen
- › Vermittlung personaler und sozialer Kompetenzen
- › Sprachen und interkulturelles Training
- › Bewegung, Entspannung, Work-Life-Balance

## Die Volkshochschule verfügt über

- › modern ausgestattete Unterrichtsräume
- › einen EDV-Schulungsraum mit 12 Plätzen interaktive Tafeln
- › WLAN
- › vernetzte Rechner (Windows 10 / Linux, Microsoft Office 2016 Pro)

## Beratung

**Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich**

0331 289-4562

[ulrike.hasemann-friedrich@rathaus.potsdam.de](mailto:ulrike.hasemann-friedrich@rathaus.potsdam.de)

**Manuela Peglow**

0331 289-4563

[manuela.peglow@rathaus.potsdam.de](mailto:manuela.peglow@rathaus.potsdam.de)





## Gästeführerqualifizierung

Volkshochschule Potsdam in Zusammenarbeit mit der IHK Potsdam  
und der Stiftung Preußische Schlösser und Gärten

Potsdam zieht immer mehr Besucher an. Kein Wunder, denn die Landeshauptstadt hat viel zu bieten. Sie ist UNESCO-Welterbe-Stadt, Stadt der Schlösser und Gärten, der Wissenschaft und "UNESCO-City of Film". Die Potsdamer Stadtgeschichte ist vielschichtig und spannend. Sie ist ein echter Glücksfall für alle, die Spaß daran haben, sich mit der spannenden und vielschichtigen Geschichte Potsdams zu befassen und dieses Wissen kompetent und unterhaltsam weiterzugeben.

Der Kurs Gästeführerqualifizierung vermittelt ortsspezifische Kenntnisse und gleichzeitig die Kompetenz, dieses Wissen an die verschiedensten Besuchergruppen weiterzugeben. Aber auch für alle, die mehr über Potsdam wissen möchten und später nicht als Gästeführer arbeiten wollen, ist dieser Kurs hervorragend geeignet. Privat Verwandten und Freunden als "wissender Bürger" Potsdam nahe zu bringen, ist sicher auch ein lohnendes Ziel. Es besteht keine Verpflichtung, an der Prüfung teilzunehmen.

### ZIELGRUPPE

An freiberuflicher Arbeit im Tourismusbereich Interessierte mit ersten Kenntnissen zu Stadt- und Regionalgeschichte sowie alle, die sich für Potsdams Geschichte und Architektur interessieren.

### LEHRGANGSINHALTE

1. Regional-, Stadt- und Baugeschichte
2. Thematische Stadtgänge und Stadtrundfahrten mit dem Bus
3. Wochenendseminare zu Methodik, Didaktik, Kommunikation und Selbstmanagement
4. Lehrgangsinternes Testat (Klausur und praktischer Stadtgang)

### KOOPERATION ZWISCHEN DER IHK POTSDAM UND DER SPSPG

Dank einer Vereinbarung zwischen der IHK Potsdam und der Stiftung Preußische Schlösser und Gärten Berlin-Brandenburg (SPSPG) ermöglicht die SPSPG den IHK-Absolventen des Lehrgangs "Gästeführerqualifizierung" unter Vorlage des IHK-Zertifikats, Lizenzen für ausgewählte Schlösser und Gärten zu erwerben.

### LEHRGANGSERÖFFNUNG

am Samstag, 11.11.2023, 09:30 Uhr im Bildungsforum, Am Kanal 47, Raum "Schwarzschild" (4. Etage)

Gebühr für das lehrgangsinterne Testat: 65,00 Euro.

Der Erste-Hilfe-Nachweis ist extern zu erwerben. Vorhandene Nachweise dürfen nicht älter als ein Jahr sein.

---

H23-50000

**11.11.23 - 08.06.24**

BF, Am Kanal 47

528,00 EUR / keine Ermäßigung

**Dozententeam**

---



# Gästeführerlehrgang

| Datum        | Beginn | Ende  | UE  | Thema  | Ort     |
|--------------|--------|-------|-----|--|---------|
| Sa, 11.11.23 | 09:30  | 11:00 | 2   | Lehrgangseröffnung und Auftakt   | BF, WIS |
| Sa, 11.11.23 | 11:15  | 16:30 | 6   | Urheberrecht, Datenschutz und Reiserecht   | BF, WIS |
| Di, 14.11.23 | 18:00  | 20:15 | 3   | Tourismus unter wirtschaftlichen Aspekten  | BF, WIS |
| Sa, 18.11.23 | 09:00  | 11:15 | 3   | 1.1. Geschichte Brandenburgs von den Anfängen bis zur Reformation                    | BF, VHS |
| Di, 21.11.23 | 18:00  | 20:15 | 3   | 1.7. Militärgeschichte – Potsdam als Garnisonstadt                                   | BF, WIS |
| Di, 28.11.23 | 18:00  | 20:15 | 3   | 1.2. Das Haus Hohenzollern - Geschichte der Dynastie                                 | BF, VHS |
| Sa, 02.12.23 | 09:00  | 16:16 | 8   | 3.1.a Methodik, Didaktik, Kommunikation  | IHK     |
| Di, 05.12.23 | 18:00  | 20:15 | 3   | 1.3. Die Frauen der Hohenzollern   | BF, WIS |
| Di, 12.12.23 | 18:00  | 20:15 | 3   | 1.4. Einführung in die Stadtgeschichte   | BF, WIS |
| Di, 09.01.24 | 18:00  | 20:15 | 3   | 1.5. Potsdamer Stadtgeschichte – Ereignisse und Personen                             | BF, WIS |
| Sa, 13.01.24 | 09:00  | 16:15 |     | 3.1.b Methodik, Didaktik, Kommunikation  | IHK     |
| Di, 16.01.24 | 18:00  | 20:15 | 3   | 1.6. Lokale Geschichtspolitik durch die Zeit   | BF, WIS |
| Di, 23.01.24 | 18:00  | 20:15 | 3   | 1.8. Geschichte und Stadtentwicklung in der DDR-Zeit                                 | BF, WIS |
| Di, 30.01.24 | 18:00  | 20:15 | 3   | 1.9. Geschichte und Stadtentwicklung nach der Wende                                  | BF, WIS |
| Di, 13.02.24 | 18:00  | 20:15 | 3   | 1.11.a Die Hohenzollern als Bauherren in Potsdam                                     | BF, WIS |
| Di, 20.02.24 | 18:00  | 20:15 | 3   | 1.11.b Die Hohenzollern als Bauherren in Potsdam                                     | BF, WIS |
| Sa, 24.02.24 | 09:00  | 15:30 | 7   | 3.3. Praktische Vorbereitung einer Gästeführung                                      | Stadt   |
| Di, 27.02.24 | 18:00  | 20:15 | 3   | 1.11.c Die Hohenzollern als Bauherren in Potsdam                                     | BF, WIS |
| Sa, 02.03.24 | 09:00  | 16:15 | 8   | 3.2. Videotraining „Auftreten des Gästeführers“ / Kommunikation                      | IHK     |
| Di, 05.03.24 | 18:00  | 19:30 | 2   | Berufsorientierung: Strukturen und Perspektiven                                      | BF, WI  |
| Fr, 08.03.24 | 15:00  | 17:15 | 3   | 2.1.a Übungsstadtrundfahrt   | Bus     |
| Di, 19.03.24 | 18:00  | 20:15 | 3   | Stiftung Preußische Schlösser und Gärten Berlin-Brandenburg – Welterbe und Tourismus | BF, WIS |
| Sa, 23.03.24 | 09:00  | 11:00 | 2,5 | 1.10. Medienstadt Babelsberg   | BF, WIS |
|              | 12:00  | 13:45 | 2,5 | Medienstadt Babelsberg(Stadtgang)  | Stadt   |





| Datum               | Beginn | Ende  | UE       | Thema   | Ort           |
|---------------------|--------|-------|----------|---|---------------|
| <b>Sa, 09.04.24</b> | 18:00  | 20:15 | <b>3</b> | Welterbe in Potsdam   | BF, WIS       |
| <b>Di, 16.04.24</b> | 17:00  | 19:15 | <b>3</b> | 2.8. Eine nachhaltige Erkundung des Potsdamer Welterbes                 | Stadt         |
| <b>Sa, 27.04.24</b> | 10:00  | 12:15 | <b>3</b> | 2.2. Potsdams historische Mitte   | Stadt         |
| <b>Sa, 04.05.24</b> | 10:00  | 12:15 | <b>3</b> | 2.3. I. und II. Barocke Stadterweiterung                                | Stadt         |
| <b>Fr, 10.05.24</b> | 15:00  | 17:15 | <b>3</b> | 2.1.b Übungsstadtrundfahrt  | Bus           |
| <b>Sa, 11.05.24</b> | 10:00  | 12:15 | <b>3</b> | 2.4. Luftschiffhafen (Stadtgang)  | Stadt         |
| <b>Sa, 25.05.24</b> | 10:00  | 12:15 | <b>3</b> | 2.5. Potsdamer Kulturlandschaft – eine Parkanlage der Stadt (Stadtgang) | Stadt         |
| <b>Sa, 01.06.24</b> | 10:00  | 12:15 | <b>3</b> | 2.6. Alexandrowka (Stadtgang)   | Stadt         |
| <b>Sa, 08.06.24</b> | 09:00  | 14:30 | <b>6</b> | 3.4. Trainingsstadtgang (Prüfungsvorbereitung)                          | Stadt         |
| <b>21./22.06.24</b> | 09:00  | 16:15 |          | Schriftliches Testat & praktischer Stadtgang                            | IHK/<br>Stadt |
| <b>Di, 02.07.24</b> | 17:30  | 20:00 |          | Zertifikatsübergabe   | BF, WIS       |

**BF** = Bildungsforum, Am Kanal 47

**VHS** = Volkshochschule im Bildungsforum (2. Etage)

**WIS** = Wissenschaftsetage im Bildungsforum (4. Etage)

**IHK** = Bildungszentrum der IHK Potsdam, Breite Str. 2 a-c



## Gründen für Einsteiger\*innen

### In Zusammenarbeit mit der Wirtschaftsförderung der Landeshauptstadt Potsdam

Chef\*in im eigenen Unternehmen sein - das wäre eine tolle Sache. Aber wie macht man das am besten? Businessplan, Formalitäten, Finanzierung - es gibt viele Dinge, um die man sich kümmern muss. Gibt es vielleicht einen roten Faden?

In Potsdam lässt es sich gut gründen und das wollen wir zeigen. Wir stellen die Unterstützungslandschaft für Gründende vor - von der ersten Beratung über ein Coaching bis hin zur Gründung selbst und darüber hinaus.

**Alle notwendigen Informationen für den Online-Vortrag erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.**

#### → im Live-Stream

H23-5A005D

**17.10.23**

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

2 U-Std, Webkonferenz

entgeltfrei

Uta Meng

#### → in Präsenz

W24-5A005

**12.03.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Uta Meng

## Anerkennung von Hochschulabschlüssen

### In Kooperation mit der Berufsberatung im Erwerbsleben der Bundesagentur für Arbeit

Wir erklären Ihnen, wie die Anerkennung von ausländischen Berufsabschlüssen in Deutschland funktioniert. Sie erfahren, wie Sie die für Ihre Anerkennung zuständige Behörde herausfinden, wo Sie weitere Beratung erhalten und welche Unterlagen dafür nötig sind. Für die Kosten in Verbindung mit dem Anerkennungsverfahren gibt es einige Fördermöglichkeiten, die wir Ihnen gern erklären. Wenn Sie wissen möchten, welche Chancen Sie mit Ihrem Abschluss auf dem deutschen Arbeitsmarkt haben, kommen Sie im Anschluss der Veranstaltung auf uns zu: Wir vereinbaren gern mit Ihnen einen persönlichen Termin.

H23-5A010

**11.10.23**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Tanya Röder / Sebastian Knaak

F24-5A010

**23.04.24**

1x Di, 16:00 - 17:30 Uhr

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Tanya Röder / Sebastian Knaak

## Wer sucht, findet Wege - Berufliche Neuorientierung für Frauen

Das Thema „beruflicher Neubeginn“ ist aktueller denn je. Trotz aller äußerer Hürden haben Sie Einfluss darauf, ob Sie Ihre berufliche Zukunft dem Zufall überlassen oder diese erfüllend und erfolgreich gestalten! In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie aus Ihren Interessen, Erfahrungen und Fähigkeiten eine attraktive berufliche Vision schmieden und daraus ein realisierbares Ziel und einen Handlungsplan entwickeln können.

W24-5A015

**01.03.24**

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

21,60 € / 18,40 €

Mary C. Baßler



### Lieber spät als nie - Mein Weg zum (neuen) Berufsabschluss

**In Kooperation mit der Berufsberatung im Erwerbsleben der Bundesagentur für Arbeit**  
 Sie haben bereits einige Jahre Berufserfahrung gesammelt, aber keinen Berufsabschluss? Ihr Berufsabschluss liegt mehrere Jahre zurück und Sie haben inzwischen andere Tätigkeiten ausgeübt oder mussten Sie sich um die Betreuung von Angehörigen kümmern? Wir stellen Ihnen verschiedene Wege zur Erlangung eines Berufsabschlusses sowie Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung für Ausbildungskosten und Lebensunterhalt vor. Außerdem erhalten Sie Informationen zu den attraktiven Neuerungen durch Einführung des Bürgergeldes. Nach der Veranstaltung stehen wir Ihnen für individuelle Gespräche zur Verfügung.

F24-5A020

**12.04.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Sebastian Knaak

### Zurück in den Beruf - So gelingt der Wiedereinstieg!

**In Kooperation mit der Berufsberatung im Erwerbsleben der Bundesagentur für Arbeit**  
 In dieser Veranstaltung dreht sich alles um Ihren beruflichen Wiedereinstieg nach Familien- oder Pflegezeit. Wir möchten Sie bei Ihrer beruflichen Neu- oder Umorientierung unterstützen, werfen einen Blick auf Ihre Fähigkeiten und Kenntnisse, den dazu passenden Arbeitsplatz und zeigen Ihnen wertvolle Tipps und Tricks, wie Sie Schritt für Schritt Ihren beruflichen Neuanfang planen können. Wir freuen uns auf Sie!

W24-5A025

**30.01.24**

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

2 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Sebastian Knaak



### Effizientes Marketing

Marketing ist ein wichtiges Instrument z.B. für Restaurantbesitzer, Vermieter von Ferienwohnungen, Dienstleister oder Einzelhändler. Dieser Kurs richtet sich an Unternehmer\*innen, Mitarbeiter\*innen und Marketingverantwortliche. Sie lernen das ABC des Marketings kennen, von den Unternehmens- und Marktanalysen über die Erstellung eines Marketing- und Vertriebskonzeptes mit dem optimalen Mix bis zur Erfolgskontrolle. Die praxisnahen Tipps und neuen Ideen können Sie schnell und erfolgreich umsetzen.

W24-5A030

**16.02.24**

1x Fr, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Nicolle Wundrich



### Buchführung für Kleinunternehmer\*innen

Inhalte dieses Kurses sind Sinn und Zweck der Buchführung, Aufzeichnungspflichten, die Einnahmen-Überschuss-Rechnung gem. §4 (3) EStG, Praktisches Beispiel zu (3) EStG, Kassenbuch, Organisation der Belegsammlung, Anforderungen an eine Rechnung, Aufbewahrungspflichten, Mahnwesen, Angebote, Umsatzsteuer, Rechtsformen und Auswirkungen auf die Buchführung.

H23-5A035

**13.11.23 – 22.11.23**

2x Mo, 2x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / 69,40 €

Ronald Schwiedergall

### Grundlagen der Finanzbuchhaltung

Anhand zahlreicher Beispiele und Übungen bekommen Sie folgende Themen vermittelt: gesetzliche Grundlagen, Inventar und Inventur, Bilanz, Geschäftsvorfälle der Finanzbuchhaltung, Bestands- und Erfolgskonten sowie einfache Buchungen auf diese. Es besteht die Option, den Kurs zur Vertiefung der Inhalte anschließend zu verlängern.

**Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.**

F24-5A040

**28.05.24 – 27.06.24**

5x Di, 5x Do, 17:45 - 21:00 Uhr

40 U-Std, VHS im Bildungsforum

251,00 € / 215,00 €

Ronald Schwiedergall

### Lohn- und Gehaltsabrechnung

Sie erhalten Grundlagenwissen für eine personen- und sachgerechte Lohn- und Gehaltsabrechnung. Inhalte: Rechtsgrundlagen, Begriffsbestimmungen, Steuerabzugsbeträge, Sozialversicherung, Lohnabrechnung, Fehlzeiten, Lohnfortzahlung, Zuschläge, Sachbezüge, Pauschalversteuerungen, kurzfristige Beschäftigung, Bewerbung, Arbeitsvertrag, Kündigung, Entlassung, Zeugnis, Arbeitsrecht. Dazu gibt es viele praktische Übungen. **Bitte einen Taschenrechner mitbringen.**

F24-5A045

**15.04.24 – 24.04.24**

2x Mo, 2x Mi, 17:45 - 21:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

104,60 € / 90,20 €

Ronald Schwiedergall





## Meine Stimme als akustische Visitenkarte

### Bildungsfreistellung

Ihre Stimme ist Ausdruck Ihrer Persönlichkeit. Sie werden in praxisnahen Übungen für Situationen, die Ihre Präsenz und sichere Stimmführung erfordern, geschult. Der Workshop richtet sich besonders an jene, die ihre Führungskompetenzen entwickeln und ausbauen möchten, wie z.B. Team- und Leitungsverantwortliche, Lehrer\*innen, Sozialarbeiter\*innen oder Menschen, die Vorträge und Präsentationen halten.

W24-5C110B

**11.03.24 – 12.03.24**

Mo, Di 9:00 - 16:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

112,60 € / keine Ermäßigung

Ute Terrey

## Auf dem Laufenden bleiben - Die aktuelle Rechtschreibung

### Bildungsfreistellung

Die Rechtschreibreform scheint Geschichte zu sein, doch es bleiben Unsicherheiten und Fragen: Welche Schreibweise ist die bessere, wenn es zwei Möglichkeiten gibt? Setzt man lieber ein Komma zu viel oder ein Komma weniger? In diesem Kurs bekommen Sie einen Überblick über die aktuellen Schreibweisen und lernen, mit Trends und Schreibvarianten umzugehen.

F24-5C120B

**15.05.24**

1x Mi, 09:00 - 16:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

52,80 € / keine Ermäßigung

Katja Thal

## Improvisation leben

Trotz aller Struktur besteht unser Leben zu einem großen Teil aus Improvisation, denn unerwartet auftretende Situationen erfordern den spontanen praktischen Gebrauch unserer Kompetenzen. Sie erlernen Methoden, die Ihnen erlauben, spontan zu agieren, schlagfertig zu antworten und aus dem Stegreif zu erzählen. In Übungen probieren Sie sich im Improvisieren aus und entdecken dabei Ihre persönliche kreative Seite.

W24-5C130

**15.03.24**

1x Fr, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Anne Pake

## Erfolgreich und gesund am Arbeitsplatz

### Bildungsfreistellung

Die Grenzen zwischen Arbeit und Freizeit verschwimmen durch mobiles Arbeiten und permanente Erreichbarkeit. Das erzeugt einen immer höheren Anforderungsdruck. Resiliente Menschen sind äußerst widerstandsfähig, greifen auf innere und äußere Ressourcen zurück und nutzen Schwierigkeiten zur positiven Weiterentwicklung. Erkennen und erlernen Sie in diesem Kurs Ihre ganz individuellen Methoden, um gesund leistungsfähig zu bleiben.

F24-5C140B

**15.04.24 – 16.04.24**

Mo, Di 9:00 - 16:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

112,60 € / keine Ermäßigung

Aileen Gerloff





## Effektives Zeit- und Selbstmanagement

Durch Termindruck und zusätzliche Projekte steigt die Belastung im Beruf und auch privat. Zeit- und Selbstmanagement helfen Ihnen, Aufgaben effizient und in Ruhe zu erledigen. Gleichzeitig gewinnen Sie Freizeit und Freiraum für sich. Lernen Sie Übungen und Methoden kennen, wie Sie durch weniger Arbeit zu gleichen oder besseren Ergebnissen kommen können. Gut organisiert, ist schon halb gewonnen.

H23-5C150

**10.11.23**

1x Fr, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Anne Pake

F24-5C150

**19.04.24**

1x Fr, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Anne Pake

## Die Kunst der Moderation für Teambesprechungen

### Bildungsfreistellung

Sie erhalten Tipps und Tricks für die Moderation von Arbeits- oder Teambesprechungen. Das Ziel: kürzere, konkretere und ergebnisreichere Meetings, die den gemeinsamen Team-Erfolg fördern, Zeit sparen und die Nerven schonen. Sie lernen alles über eine gute Vorbereitung, die Moderationsphasen und den Umgang mit schwierigen Diskussionsmomenten. Erleben Sie, wie Sie mit Ruhe und Humor punkten können.

F24-5C160B

**29.04.24 – 30.04.24**

Mo, Di 9:00 - 16:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

112,60 € / keine Ermäßigung

Ute Terrey

## Tatort Arbeit: Konflikte, Mobbing & Co

Mobbing kann jede und jeden treffen. Betroffene und Angehörige fühlen sich machtlos und in die Ecke gedrängt. Oftmals sehen Sie keinen Ausweg oder Handlungsmöglichkeiten mehr. Aber es gibt Wege hinaus. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie Mobbing erkennen, geeignete Vermeidungsstrategien anwenden, sich aus der Situation befreien und dauerhaft schützen können.

W24-5C170

**24.02.24**

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

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

43,20 € / 36,80 €

Mary C. Baßler



## Kommunikationstools für schwierige Situationen

### Bildungsfreistellung

Ob mit Kundinnen oder Kollegen, mit der Vorgesetzten oder dem Verhandlungspartner: Im beruflichen Alltag kommen schwierige kommunikative Situationen immer wieder mal vor. Sie erhalten einen Werkzeugkasten, in dem Sie passende Kommunikationstools finden z.B. für ein sicheres Auftreten und eine angemessene Körpersprache, für das Kritisieren und das kritisiert werden, für die Rückführung emotionaler Diskussionen auf eine sachlichere Ebene oder für den Motivationsaufbau bei Ihrem Gegenüber.

W24-5C180B

**26.02.24 – 27.02.24**

Mo, Di 9:00 - 16:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

112,60 € / keine Ermäßigung

Ulrike Wolf



## Wie schreibt man heute? Zeitgemäß formulieren

Dieser Kurs richtet sich an alle, die zeitgemäß schreiben möchten, egal ob E-Mail oder Brief. Sie erhalten einen kurzen Überblick über die aktuellen Schreib- und Gestaltungsregeln und lernen, verständlicher zu formulieren. Von Korrespondenz-Fossilien, wie „anbei“, „in der Anlage“ und „verbleiben“ werden wir uns endgültig verabschieden. Fragen zu Formulierungen aus Ihrem Schreiballtag sind willkommen.

W24-5C190

**27.01.24**

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

7 U-Std, VHS im Bildungsforum

37,80 € / 32,20 €

Katja Thal

## Deeskalierende Gesprächsführung

### Bildungsfreistellung

Gespräche mit heftigen Emotionen kommen in vielen Berufsfeldern vor, können schnell eskalieren und in physischen Aggressionen enden. Hier erlernen Sie eine professionelle Gesprächsführung, die der Emotionalität der Situation Rechnung trägt und gleichzeitig so weit wie möglich deeskaliert. Sie lernen, welches Verhalten ungewollt zu Eskalationen beiträgt und wie man bei drohenden Tötlichkeiten am besten reagiert.

F24-5C200B

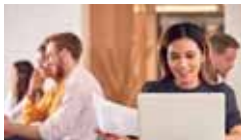
**27.06.24 – 28.06.24**

Do, Fr 9:00 - 16:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

112,60 € / keine Ermäßigung

Ulrike Wolf



## Mein(e) Beruf(ung)

In diesem Workshop geht es um Reflexion und Wahrnehmung der eigenen Person und des eigenen Könnens, Ihre Vision von sich und Ihre Kompetenzen und Stärken. Durch die Betrachtung von Selbstbild und Fremdbild identifizieren Sie eigene Interessen und damit ihre Profession. Methodisch wird u. a. mit den Elementen der systemischen Strukturaufstellungen zu persönlichen und beruflichen Themen gearbeitet.

W24-5C210

**23.02.24**

1x Fr, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Anne Pake

## Führen und geführt werden im digitalen Wandel

Home Office und der Anspruch, Familie und Beruf zu vereinbaren, erfordern neue Führungsmodelle. Das betrifft jede arbeitende Organisation - auch die öffentliche Verwaltung. Neue, digitale Wege der Kommunikation und Vernetzung machen Prozesse schneller, komplexer und schwerer plan- und kontrollierbar. In diesem Workshop geht es um gesellschaftliche Veränderungen sowie Chancen und Risiken der Digitalisierung im Arbeitsalltag.

H23-5C220

**25.11.23**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

43,20 € / 36,80 €

Mary C. Baßler



## Erfolgreiches Selbstcoaching

Kennen Sie das auch? Sie setzen sich Ziele und erreichen diese oft nicht. Was sind die Gründe dafür? Stehen Sie sich selbst im Weg? Mehr über sich und andere Menschen zu lernen sowie die eigenen Bedürfnisse besser zu berücksichtigen, ist Ansatz des Trainings. Sie lernen, Ihre Stärken, Schwächen und Verhaltensmuster zu erkennen und Ihr persönliches Potenzial sowie die eigenen Ressourcen auszuschöpfen.

F24-5C230

**27.04.24**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

43,20 € / 36,80 €

Mary C. Baßler

## Konstruktiv Nein sagen

Im Job und auch im Privatleben ist es heute wichtiger denn je, klare Grenzen zu ziehen und auch einmal Nein zu sagen. Oft fällt uns das schwer - aus Angst vor Ablehnung, Konflikten und gestörter Harmonie. In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie sich selbst gut abgrenzen können, ohne andere vor den Kopf zu stoßen. Sie üben, bestimmt Nein zu sagen und trotzdem eine gute Beziehung zu Ihrem Umfeld zu haben.

F24-5C240

**31.05.24**

1x Fr, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Mary C. Baßler

## Mehr Erfolg durch Selbstverantwortung

Selbstverantwortung ist die Basis für eigenverantwortliches Arbeiten. Dazu braucht es die Kompetenz, sich selbst zu führen. In diesem Kurs geht es um Selbstwahrnehmung und -einschätzung sowie die Frage, wie Sie Ihre Resilienz stärken und erlernte Hilffähigkeit ablegen können. Kreative Impulse aus dem Coaching und praktische Übungen stärken Ihr Vertrauen, mit all Ihren Kompetenzen Ergebnisse zu erzielen.

H23-5C250

**18.11.23**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

43,20 € / 36,80 €

Ute Terrey

## Dirty Tricks in der Rhetorik erkennen und durchkreuzen

„Schwarze Rhetoriker\*innen“ manipulieren andere Menschen mit sprachlichen Kniffen und verschaffen sich so Vorteile. Ohne dass es bemerkt wird, führen sie ihre Opfer aufs Glatteis oder ziehen sie über den Tisch. Wie funktioniert das? Nach dem Kurs kennen Sie die häufigsten sprachlichen Manipulationsstrategien und können Ihr Unterbewusstsein davor schützen. Mit Abwehrstrategien können Sie „schwarze Rhetoriker\*innen“ schachmatt setzen.

H23-5C280

**11.11.23**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

43,20 € / 36,80 €

Ulrike Wolf

## Kundengespräche souverän führen

In diesem Kurs lernen Sie, Kundengespräche souverän und erfolgversprechend zu führen. Es geht um eine gute Vorbereitung, professionelles Auftreten, Gesprächstechniken und Umgang mit Nervosität. Am Ende des Kurses haben Sie Ihren eigenen Leitfaden für ein erfolgreiches Kundengespräch ausgearbeitet und können im nächsten Gespräch überzeugen.

H23-5C260

**13.11.23**

1x Mo, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Aileen Gerloff

## Feedback geben und nehmen

Sinnvolles Feedback unterstützt und wertet auf! Doch was macht ein gutes Feedback aus und wann ist es angebracht? Wie formuliere ich Kritik, ohne zu verletzen? In diesem Kurs lernen Sie, worauf Sie achten müssen. Anhand verschiedener Methoden werden Sie das Feedbackgeben aktiv üben. Sie trainieren auch das Feedbacknehmen und erfahren, wie Sie mit destruktiver Rückmeldung gelassen umgehen können.

W24-5C270

**19.02.24**

1x Mo, 16:30 - 20:30 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

27,00 € / 23,00 €

Aileen Gerloff





### Smartphone-Basiswissen 1: Geräteaufbau, Telefonie und E-Mail

In diesem Kurs erlernen Sie die grundlegende Bedienung Ihres Smartphones. Nach dem Kurs können Sie eigene Einstellungen vornehmen und per Telefonie oder Textnachrichten kommunizieren.

#### Inhalt:

- Geräteaufbau, Tasten, Navigations-Begriffe, Einstellungen
- Datenvolumen, WLAN, Bluetooth, NFC, Internet
- Telefonieren und Kontakte verwalten
- Texteingabe, WhatsApp & Co., SMS und E-Mail
- Termine verwalten (Kalender)

**Bitte bringen Sie zum Kurs Ihr betriebsbereites und aufgeladenes Android-Smartphone mit.**

H23-5D100

**09.10.23 – 11.10.23**

Mo, Mi 9:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

W24-5D100

**22.01.24 – 24.01.24**

Mo, Mi 9:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

F24-5D100

**08.04.24 – 10.04.24**

Mo, Mi 9:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

### Smartphone-Basiswissen 2: Apps

Nach diesem Kurs wissen Sie, was eine App ist, wie Sie den Google Play Store verwenden, wie Sie Apps suchen und diese installieren und deinstallieren.

Weitere Inhalte:

- Kennenlernen einiger Apps
- Google Maps, Wanderkarten
- Google-Suche und Google-Browser
- Buchungen / Bestellungen über Apps, Online-Banking
- grundlegende Fragen zur Datensicherheit
- Zugriff auf Dateien, Speicherplatz

**Bitte bringen Sie zum Kurs Ihr betriebsbereites und aufgeladenes Android-Smartphone mit. Der Umgang mit Ihrem Gerät, das Telefonieren, SMS und E-Mail stellen für Sie kein Problem dar.**

H23-5D105

**13.11.23 – 15.11.23**

Mo, Mi, 09:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

W24-5D105

**12.02.24 – 14.02.24**

Mo, Mi, 09:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

F24-5D105

**13.05.24 – 15.05.24**

Mo, Mi, 09:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable



### Smartphone-Basiswissen 3: Fotos und Daten

In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit der Bedienung der internen Kamera und dem Umgang mit Fotos, Musik und Videos.

Weitere Inhalte:

- verschiedene Kameraeinstellungen
- Tipps zum Fotografieren, Selfies, Videos
- Sichern von Bildern, Fragen zur Cloud
- Bilder/Videos per E-Mail oder WhatsApp versenden
- Radio/Musik hören, Videos (z.B. aus TV-Mediatheken) anschauen
- Fragen zu Speicherplatz, Sicherheit und Urheberrecht
- Sprachbedienung des Smartphones

**Bitte bringen Sie Ihr betriebsbereites und aufgeladenes Android-Smartphone mit. Die Bedienung Ihres Gerätes, das Telefonieren, SMS und E-Mail stellen für Sie kein Problem dar.**

H23-5D110

**04.12.23 – 06.12.23**

Mo, Mi 9:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

W24-5D110

**04.03.24 – 06.03.24**

Mo, Mi 9:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable

F24-5D110

**10.06.24 – 12.06.24**

Mo, Mi 9:30 - 12:00 Uhr

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

32,40 € / 27,60 €

David Hable



### PC-Kurs für (Wieder-) Einsteiger\*innen 1

Aller Anfang ist schwer, aber es ist nie zu spät. In diesem Computerkurs beginnen Sie bei Null. Wir erkunden die Bedienoberfläche des PCs und starten verschiedene Programme bzw. schauen uns an, was diese können. Die Kurse sind einzeln buchbar, es wird jedoch empfohlen, die Kurse 1-3 komplett zu buchen.

**Voraussetzungen: keine**

H23-5D200

**04.10.23 – 18.10.23**

3x Mi, 15:00 - 17:30 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

55,60 € / 48,50 €

Bernd Kröger

### PC-Kurs für (Wieder-) Einsteiger\*innen 2

Hier geht es weiter mit dem Kennenlernen des PCs und seines Betriebssystems. Wir nehmen Einstellungen vor und passen den PC unseren Bedürfnissen und der Hardware an. Sie lernen, wie man Daten auf dem PC speichert, Ordner anlegt und seine Daten verwaltet. Die Kurse sind einzeln buchbar, es wird jedoch empfohlen, die Kurse 1-3 komplett zu buchen.

**Voraussetzungen: Kenntnisse im Umgang mit Tastatur und Maus.**

H23-5D205

**29.11.23 – 13.12.23**

3x Mi, 15:00 - 17:30 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

55,60 € / 48,50 €

Bernd Kröger



### PC-Grundkurs kompakt

Sie lernen zunächst den Computer, die Tastatur, den Monitor und die Maus kennen und nehmen persönliche Einstellungen vor. Sie lernen die wichtigsten Programme kennen, erstellen einfache Briefe und üben das Speichern und Sortieren von Dokumenten und Fotos. Weitere Themen: Sicherheitskopien auf externen Medien, E-Mails und eine erste Reise ins Internet.

**Es werden keine Computerkenntnisse vorausgesetzt.**

F24-5D215

**12.04.24 – 26.04.24**

3x Fr, 16:00 - 19:15 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

71,80 € / 62,30 €

Gregor Mair

### PC-Kurs für (Wieder-) Einsteiger\*innen 3

Auch in diesem Kurs geht es um Programme, die das Betriebssystem zur Verfügung stellt. Wir betrachten die Speichermedien USB-Stick, Festplatte und Wechselmedien. Sie lernen die Zuordnung verschiedener Dateitypen zu bestimmten Programmen und wie man Dateipfade anlegt und verwaltet. Außerdem: Datensicherheit durch Sicherheitskopien und die Sortierung von Bildersammlungen und anderen Dateien.

**Voraussetzungen: Windows-Kenntnisse**

W24-5D210

**14.02.24 – 28.02.24**

3x Mi, 15:00 - 17:30 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

55,60 € / 48,50 €

Bernd Krüger



### Word Basiskurs

Sie haben noch nie mit Microsoft Word gearbeitet? In diesem Kurs lernen Sie das sehr weit verbreitete Textverarbeitungsprogramm kennen. Neben Grundlagen der Textformatierung und Textstrukturierungen erhalten Sie einen Einblick in die Strukturierung der Benutzeroberfläche und Sie lernen einen großen Teil der Funktionalität dieses mächtigen Werkzeugs kennen.

H23-5D215

**10.11.23 – 24.11.23**

3x Fr, 16:00 - 18:30 Uhr

9 U-Std, VHS im Bildungsforum

55,60 € / 48,40 €

Gregor Mair



### Tastschreiben am PC

Es beeindruckt Sie, wenn jemand auf der Tastatur schreiben kann, ohne dabei auf die Tasten zu sehen? Dann versuchen Sie es doch auch! Unterrichtsmaterialien sind ein PC-Schreibprogramm und ein Lehrbuch, das von der VHS zur Verfügung gestellt wird. Nach fünf Wochen Training sind Sie fit. Neben der Teilnahmebescheinigung können Sie auch eine Leistungsbescheinigung erhalten.

H23-5D225

**07.11.23 – 07.12.23**

5x Di, 5x Do, 17:30 - 20:00 Uhr  
30 U-Std, VHS im Bildungsforum  
205,00 € / 175,80 €  
Brigitte Malich

### Tastschreiben am PC kompakt

#### Bildungsfreistellung

Ob im Studium, im Beruf oder privat: Wer richtig und schnell am PC tippen kann, hat es einfach leichter. In diesem Crashkurs erlernen Sie in kurzer Zeit das 10-Finger-Blindschreiben einschließlich einiger grundlegender Funktionen der Textverarbeitung mit Word sowie der Briefgestaltung nach DIN 5008. **Das benötigte Übungsbuch kostet 10,00 Euro und ist am ersten Kurstag bei der Kursleiterin zu erwerben.**

F24-5D230B

**22.04.24 – 26.04.24**

5 Tage 09:00 - 14:15 Uhr  
30 U-Std, VHS im Bildungsforum  
220,00 € / keine Ermäßigung  
Doris Katanic

### Sicher im Web navigieren

Gerade für Computeranfänger\*innen ist das Thema Sicherheit eine große Unbekannte. Kann man Anhänge in E-Mails gefahrlos öffnen und sollte man Cookies kategorisch ablehnen? Lohnt es sich überhaupt, das Internet zu erkunden, wenn überall Gefahren lauern? Kann man aus Versehen im Darkweb landen? In diesem Kurs lernen Sie grundlegende Sicherheitsvorkehrungen kennen, ohne in technische Details zu versinken.

**Grundlegende PC-Kenntnisse werden vorausgesetzt.**

W24-5D232

**15.03.24**

1x Fr, 16:00 - 19:15 Uhr  
4 U-Std, VHS im Bildungsforum  
24,40 € / 20,80 €  
Gregor Mair





## Effizientes Arbeiten im Büro mit Office 2019

### Bildungsfreistellung

In einer intensiven Woche lernen Sie das ganze Office-Paket kennen und nutzen. Sie erhalten außer Grundlagen viele Tipps für einen robusten und effizienten Office-Alltag. Die Themen:



#### Word:

- Zeichen- und Absatz-Formatierung
- effiziente Nutzung von Formatvorlagen
- Dokumentvorlagen
- Einfügen externer Inhalte (Bilder & Texte)
- Tabulatoren und Tabellen
- auch zur Gestaltung komplizierter Layouts
- Arbeiten mit großen Dateien



#### Excel:

- alltagssichere und professionelle Tabellen anlegen
- Listen-Eingabe
- Tricks und Tipps zu Zahlenformaten
- Einsatz relativer und absoluter Adressierung
- wichtige Funktionen (Mathematik, Text, WENN-Funktion usw.)
- Sortieren & Filtern
- Auswahl und Erstellung passender Diagramme



#### PowerPoint:

- Sofort-Erstellung einer Dia-Schau
- Designs und Layouts als Grundlage wirkungsvoller Präsentationen
- Einfügen und Animation von Text und Objekten
- mühelos Organigramme und ansprechende Grafiken erstellen
- wahrnehmungspsychologische Grundlagen und professionelle Vortragstechniken

H23-5D500B

**06.11.23 – 10.11.23**

5 Tage 09:00 - 14:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

220,00 € / keine Ermäßigung

David Hable

F24-5D500B

**15.04.24 – 19.04.24**

5 Tage 09:00 - 14:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

220,00 € / keine Ermäßigung

David Hable

W24-5D500B

**19.02.24 – 23.02.24**

5 Tage 09:00 - 14:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

220,00 € / keine Ermäßigung

David Hable

S24-5D500B

**15.07.24 – 19.07.24**

5 Tage 09:00 - 14:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

220,00 € / keine Ermäßigung

David Hable



## Microsoft Office 2019 Excel - Grundwissen

### Bildungsfreistellung

Inhalte dieses Kurses sind:

- Daten eingeben, verändern und löschen
- Eingabe wiederholen/automatisieren
- Formatieren von Zellen, Zeilen, Spalten und Zahlen
- Zeilen und Spalten einfügen, löschen, verschieben, kopieren, ein- und ausblenden
- Arbeiten mit Tabellen (Teilen, Ausschnitte, fixieren, Titel, Kommentare)
- Kalkulationsfunktionen (wichtige Alltagsformeln)

### Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse

H23-5D530B

**07.12.23 – 08.12.23**

Do, Fr 9:00 - 16:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

120,60 € / keine Ermäßigung

David Hable

F24-5D530B

**06.06.24 – 07.06.24**

Do, Fr 9:00 - 16:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

120,60 € / keine Ermäßigung

David Hable

## Excel - Auswertung großer Datenmengen

### Bildungsfreistellung

Pivot-Tabellen eignen sich hervorragend zum Filtern und Auswerten großer Datenbestände. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie Pivot-Tabellen mit Excel erstellt werden und welchen Einsatzbereich sie haben.

### Inhalt:

- Einsatz von Datenbank-Funktionen
- Tabellen-Funktionalität nutzen
- Pivot-Tabellen aus Excel-Daten erstellen
- Pivot-Tabellen auswerten und anpassen (u.a. Pivot-Tabellendaten gruppieren, Datenschnitte)
- PivotCharts erstellen und bearbeiten

### Voraussetzung: Excel-Grundlagen

W24-5D540B

**19.01.24**

1x Fr, 09:00 - 16:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,80 € / keine Ermäßigung

Olaf Hartmann



## Excel - Lösen komplexer Aufgabenstellungen

### Bildungsfreistellung

Anhand vielfältiger Beispielaufgaben erlernen Sie das effektive Arbeiten mit Excel. Sie haben die Möglichkeit, konkrete Aufgabenstellungen mitzubringen. Inhalte des Kurses sind:

- Vorgehensweise und Fehlerquellen
- effizientes Arbeiten durch sinnvollen Einsatz von Bezügen und Namen
- Logische Funktionen (WENN, UND, ODER)
- SVERWEIS, INDEX, VERGLEICH
- ZÄHLENWENN, SUMMEWENN, SUMMENPRODUKT
- Verschachtelte Formeln und Funktionen
- Zielwertsuche, Solver

### Voraussetzung: Excel-Grundlagen

W24-5D550B

18.03.24 – 20.03.24

3 Tage 09:00 - 16:15 Uhr

24 U-Std, VHS im Bildungsforum

177,40 € / keine Ermäßigung

Olaf Hartmann



## Erfolgreich kommunizieren und planen mit Outlook

### Bildungsfreistellung

Die tägliche Arbeitsorganisation im Büro ist eine mühevollere Angelegenheit: Terminkalender führen, an Termine erinnert werden, Besprechungen planen, E-Mails schreiben und organisieren, Kontakte mit Telefonnummern und E-Mail-Adressen erfassen, Aufgaben im Blick behalten und sie bis zu einem bestimmten Zeitpunkt erledigen. Mit Outlook können Sie das unter einer einzigen übersichtlichen Oberfläche erledigen.

### Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse

W24-5D560B

29.01.24

1x Mo, 09:00 - 16:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

56,80 € / keine Ermäßigung

Matthias Ristow

## Einführung in Linux

Mehr Freiheit, mehr Sicherheit, mehr Gelassenheit, kostenlos und anonym, ohne Viren, Würmer & Co - so eine Welt existiert wirklich! Sie heißt Linux und findet sich überall dort, wo höchste Anforderungen bestehen: Auf Webservern, bei Banken, Polizei etc. und zunehmend auch auf PCs. Linux ist leicht zu bedienen und eröffnet Ihnen den Zugang zu einer Welt freier Programme (und Menschen). Vortrag mit Demonstration einer Linux-Installation auf dem Laptop.

W24-5D610

**24.02.24**

1x Sa, 10:00 - 16:00 Uhr  
7 U-Std, VHS im Bildungsforum  
42,70 € / 36,40 €  
Matthias Ristow

## WordPress - Moderne Webseite selbst erstellen

### Bildungsfreistellung

WordPress ist eines der erfolgreichsten und verbreitetsten Systeme zur Verwaltung von Web-Inhalten (CMS). Egal, ob Sie stets aktuelle Bilder zeigen, bloggen oder Informationen zu vorher festgelegten Zeitpunkten geben möchten - WordPress erledigt dies und bietet Ihnen viel Spielraum für die Umsetzung Ihrer Ideen. Sie erlernen hier die Installation sowie die Grundlagen der Bedienung bis hin zu Administrationsaufgaben. **Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit Windows, Dateiverwaltung, Internet und Webbrowsern. Programmierkenntnisse sind vorteilhaft, aber kein Muss.**

W24-5E010B

**15.01.24 – 18.01.24**

4 Tage 09:00 - 14:15 Uhr  
24 U-Std, VHS im Bildungsforum  
187,40 € / keine Ermäßigung  
Anja Morsch

S24-5E010B

**26.08.24 – 29.08.24**

4 Tage 09:00 - 14:15 Uhr  
24 U-Std, VHS im Bildungsforum  
187,40 € / keine Ermäßigung  
Anja Morsch

## Social Media Marketing - Einführung

Soziale Netzwerke sind aus dem digitalen Alltag nicht mehr wegzudenken. Sie sind ein wichtiger Bestandteil der Unternehmenskommunikation geworden. Mittels Social Media Plattformen wie Facebook, Instagram, Xing und Co. können Inhalte zielgruppengerecht erstellt und verbreitet werden. In diesem Kurs lernen Sie anhand erfolgreicher Beispiele, wie Sie die richtige Plattform für Ihre Ziele auswählen und auf was Sie beim Erstellen der Inhalte achten sollten.

### Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse

W24-5E015

**02.03.24**

1x Sa, 9:00 - 16:00 Uhr  
8 U-Std, VHS im Bildungsforum  
48,80 € / 41,60 €  
Nicole Wundrich



## Wie werde ich im Netz gefunden? Suchmaschinenoptimierung

Sie haben die erste Hürde geschafft und eine aussagekräftige, ansprechende Webseite erstellt. Nun wollen Sie natürlich auch, dass Nutzer\*innen Sie im Netz finden. Mittels Suchmaschinenoptimierung (SEO) können Sie an den verschiedensten Stellschrauben drehen, um die Sichtbarkeit Ihrer Webseite zu verbessern. Was diese Stellschrauben sind und worauf Sie dabei achten müssen, lernen Sie in diesem Kurs.

### Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse

H23-5E005

**25.11.23**

1x Sa, 09:00 - 16:00 Uhr  
8 U-Std, VHS im Bildungsforum  
48,80 € / 41,60 €  
Nicole Wundrich





## Photoshop Elements

In diesem Kurs erlernen Sie von Grund auf die Möglichkeiten der digitalen Bildbearbeitung. Themen sind unter anderem das Nachschärfen und Weichzeichnen sowie das Anpassen von Helligkeit und Kontrast. Wir arbeiten mit Bildebenen und retuschieren die Bilder wo nötig. Der Kurs beinhaltet viele Übungen. Sie erhalten ein ausführliches Skript als PDF-Datei zum Herunterladen aus dem Internet.

**Voraussetzungen: Starten und Bedienen von Programmen unter Windows.**

W24-5F000

**10.01.24 – 31.01.24**

4x Mi, 18:00 - 20:15 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / 69,40 €

Bernd Kröger

## Bildbearbeitung mit Gimp - Die kostenlose Photoshop-Alternative

Gimp bietet beachtlich viele Funktionen zur Bearbeitung von Bildern: Retusche, Maskierung, Farb- und Kontrastkorrektur, Einfügen von Texten, geometrische Korrekturen, Zeichnen, die Arbeit mit Ebenen, 100 Filterfunktionen und vieles mehr. Lernen Sie hier den Umgang mit diesem kostenlosen Programm kennen und gehen Sie erste Schritte in Richtung qualifizierte Bildbearbeitung.

**Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse**

F24-5F010

**11.04.24 – 02.05.24**

4x Do, 18:00 - 20:15 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / 69,40 €

Bernd Kröger

## Drucksachen gestalten mit Affinity Publisher

Affinity Publisher ist ein Layoutprogramm, mit dem sich Dateien für Druck und digitale Medien professionell gestalten lassen. Die preisgünstige Software ist eine gute Alternative zu Adobe Indesign. Sie bekommen eine Einführung in den Funktionsumfang des Programms und lernen grundlegende Anwendungsmöglichkeiten kennen. Sie erlernen auch die Grundlagen von Typographie und Grafikdesign. Die Weitergabe an die Druckerei wird mit dem PDF Export ermöglicht.

**Voraussetzung: solide Computer- und Internet-Kenntnisse**

F24-5F025

**15.05.24 – 05.06.24**

4x Mi, 18:00 - 20:15 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

80,20 € / 69,40 €

Bernd Kröger

## Ein Fotobuch erstellen

Fotobücher vom Urlaub oder der Familienfeier sind ideal, um unvergessliche Eindrücke ansprechend zu präsentieren. Wir arbeiten mit einer erprobten kostenlosen Software für Windows, Mac oder Linux und legen gemeinsam ein Fotobuch an. Sie lernen auch einfache Möglichkeiten der Bildbearbeitung kennen. Wer auf einem Datenträger eigene Fotos mitbringt, kann gleich sein persönliches Fotobuch gestalten.

H23-5F240

**18.11.23**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

48,80 € / 41,60 €

Gregor Mair



### Tipp

Fit für Film und TV:  
**Dein professionelles Showreel -  
Demoband für Film und Fernsehen**  
S. 64







# Junge VHS



**Dr. Ulrike Hasemann-Friedrich**

Programmbereichsleitung

0331 289-4562

[ulrike.hasemann-friedrich@rathaus.potsdam.de](mailto:ulrike.hasemann-friedrich@rathaus.potsdam.de)



**Linda Zahrte**

Koordination u. Ferienprogramm

0331 289-4588

[linda.zahrte@rathaus.potsdam.de](mailto:linda.zahrte@rathaus.potsdam.de)

## Reise in den Bienenkosmos

### Ein Workshop für Erwachsene und Kinder

Wo Honigbienen wohnen, gibt es viel zu sehen und zu tun. In diesem Kurs beobachten Sie Bienen „live“ und lernen Interessantes über das Leben eines Bienenvolks. Ihnen werden praktische Arbeiten der Imkerei erklärt und Sie dürfen sie ausprobieren. Der Kurs richtet sich an alle, die neugierig auf die Welt der Bienen sind oder überlegen, selbst einmal zu imkern.

**Die Materialkosten betragen 5,00 Euro/Person und werden bei der Kursleitung direkt bezahlt.**

F24-1G205

08.06.24

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

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

31,30 € / 27,30 €

Brigitte Dreher



## Manga zeichnen

### Ferienkurs (ab 8 Jahren)

In diesem Kurs lernst Du die Grundlagen des Manga-Zeichnens kennen. Wir beschäftigen uns mit Charakterdesign, Paneelgestaltung (eine Geschichte entsteht), Tiere und Manga-Figuren von illustrativ bis zur Farbgestaltung sowie mit Bildgestaltung und ihren Möglichkeiten.

**Bitte mitbringen: schwarzen Fineliner (z.B. von Faber Castel Artis Pen Größe M wasserfest), Buntstifte, Filzstifte, Bleistift B 2, Radiergummi und A 4 Zeichenpapier.**

H23-2D301J

23.10.2023 – 24.10.2023

Mo, Di, 10:00 - 14:00 Uhr

10 U-Std, VHS im Bildungsforum

48,00 €

Melanie Zimmermann





## Babysitterkurs

### Wochenendkurs (ab 14 Jahren)

In diesem Babysitterkurs lernst Du die Entwicklung eines Kindes kennen und erfährst, wie Du ein Baby oder ein Kleinkind gut versorgst und pflegst. Auch die Beschäftigung eines Kindes wird Thema sein. Zudem lernst Du Unfallgefahren, Unfallverhütung und Kinderkrankheiten kennen. Du wirst über Deine Rechte und Pflichten als Babysitter informiert und erhältst einen Einblick in das erste Kennenlernen. **Bitte mitbringen: Schreibmaterial und bei Bedarf ein Lieblingsbuch oder Spielzeug aus dem eigenem Kleinkindalter.**

W24-1H103J

**08.03.24 – 09.03.24**

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

1x Sa, 09:30 - 13:45 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

28,00 €

Anna Harpke

## Vom Schüler zum Millionär?

### (ab 14 Jahren)

Ihr denkt, bis zu Eurer Rente ist noch viel Zeit? Stimmt! Fakt ist aber auch, dass diese für Euch voraussichtlich kaum mehr als eine Basisabsicherung sein wird. Wer heute die Weichen richtig stellt, kann sich nebenbei ein Vermögen aufbauen, finanziell abgesichert in Rente gehen und einige Jahre früher „das süße Leben“ genießen. Hier lernst Ihr das Wichtigste über Rente sowie ETFs und Aktien, um Euer Angespartes zu vervielfachen.

**Bitte beachtet: Bei dem Kurs handelt es sich um eine Bildungsveranstaltung, nicht um eine Finanzberatung.**

W24-1E307J

**09.03.24**

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

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

14,00 €

René Günther

## Mathematik für den MSA

### Ferienkurs (10. Klasse) / (•••) Online-Kurs

Ihr seid in der 10. Klasse und steht kurz vor der MSA-Prüfung in Mathematik? Ihr wiederholt u. a. mathematische Grundlagen, übt lineare und quadratische Gleichungen sowie Berechnungen am Dreieck wie Pythagoras und Trigonometrie. MSA-Klausuren aus den Vorjahren helfen Euch bei der optimalen Prüfungsvorbereitung und werden auch im Kurs geübt. So könnt Ihr offene Fragen klären und Wissen vertiefen.

W24-1L101J

**05.02.24 – 09.02.24**

Mo - Fr, 09:00 - 13:15 Uhr

25 U-Std, vhs.cloud

94,50 €

Sophie Maliszewski

## Mathematik - Vorbereitung auf das Abitur

### (••••) Online-Kurs

Du stehst kurz vor der Abi-Prüfung in Mathematik und brauchst mehr Sicherheit? In diesem Kurs wiederholen wir die Polynomdivision, Differential- und Integralrechnung, Kurvendiskussion, Extremwertaufgaben, Rekonstruktion von Funktionen sowie Logarithmen- und Exponentialgleichungen. Dafür nutzen wir auch Prüfungsaufgaben vergangener Abiturjahrgänge. Bei der Themenauswahl werden Deine Wünsche berücksichtigt.

W24-1L103J

**15.02.24 – 18.04.24**

8x Do, 18:00 - 20:30 Uhr

24 U-Std, vhs.cloud

91,00 €

Sophie Maliszewski

## Fit für die Schule - Englisch A1

### Ferienkurs (6. und 7. Klasse)

Du willst Dein Englisch für die Mittelstufe fit machen? Join us! Im Mittelpunkt stehen die Beschreibung von Personen sowie Tätigkeiten, Orts- und Zeitangaben, die Formulierung von Bitten und Wünschen sowie die Wiedergabe von Ereignissen. Die Grammatik, z.B. Zeitformen oder Fragebildung, lernst und übst Du ganz nebenbei, denn wir sprechen viel und nutzen viele verschiedene Materialien.

#### → A1

H23-4A171J

**23.10.23 – 26.10.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

Mo - Do, 10:00 - 13:15 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

63,00 €

Christian Lübke

## Englisch für den MSA - Vorbereitung auf die mündliche Prüfung

### Wochenendkurs (10. Klasse)

Bereitet Euch mit unserer Hilfe auf den MSA vor! An zwei Tagen trainieren wir die Prüfungssituation der mündlichen Prüfung. Wir schauen uns gemeinsam die einzelnen Aufgaben an, wiederholen wichtige Redewendungen und festigen notwendigen Wortschatz. Schritt für Schritt gewinnt Ihr Sicherheit, so dass Ihr gut vorbereitet in die Prüfung gehen könnt. Unser Ferienkurs in den Osterferien bereitet Euch auch auf die schriftliche Prüfung vor.

#### → A2/B1

W24-4A271J

**23.02.24 – 24.02.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

1x Fr, 16:30 - 19:00 Uhr, 1x Sa, 10:00 - 14:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

28,00 €

Christian Lübke

## Englisch für den MSA - Vorbereitung auf die schriftliche Prüfung

### Ferienkurs (10. Klasse)

Vor Euch liegt die schriftliche Prüfung für den MSA Englisch? In unserem Kurs trainiert Ihr alle Bereiche dieser Prüfung: Hören, Schreiben und Lesen. Wir schauen uns wichtige grammatische Themen an und wiederholen notwendigen Wortschatz. Außerdem lernt Ihr, welche Strategien Euch helfen, die einzelnen Prüfungsteile gut zu bewältigen. So geht Ihr gut vorbereitet in die Prüfung.

#### → A2/B1

W24-4A273J

**25.03.24 – 28.03.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

Mo - Do, 09:30 - 12:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

63,00 €

Christian Lübke

## Booster Dein Französisch A1/A2

### Ferienkurs (9. und 10. Klasse)

Du lernst Französisch als Fremdsprache in der Schule? Du möchtest grammatische Themen und Wortschatz wiederholen und festigen, um gut im neuen Schuljahr mitzukommen? Dann komm und booster Dein Französisch mit einem Muttersprachler. Auf dem Programm stehen Spiele, Lieder und Spaß! Wir wiederholen die Inhalte der 7. und 8. Klasse mit Hilfe spielerischer Aktivitäten. N'hésite pas de nous rejoindre!

#### → A1/A2

H23-4B171J

**23.10.23 – 26.10.23**

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

Mo - Do, 09:30 - 12:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

63,00 €

Romain Aubry





## Booster Dein Spanisch A1/A2

### Ferienkurs (8. und 9. Klasse)

¡Hola! Du lernst Spanisch in der Schule und bist noch etwas unsicher? Du fürchtest, den Anschluss zu verlieren und möchtest grammatische Aspekte noch einmal erklärt bekommen und Deinen Wortschatz erweitern? Dann komm in diesen Kurs! Spielerisch und abwechslungsreich werden wir uns gemeinsam die vergangenen Themen und Inhalte Deines Spanischunterrichtes anschauen und festigen. So startest Du gut vorbereitet in das zweite Schulhalbjahr.

#### → A1/A2

W24-4D171J

05.02.24 – 08.02.24

**Vorkenntnisse sind erforderlich**

Mo - Do, 09:30 - 12:45 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

63,00 €

Dr. Inmaculada Sánchez de Medina Herrera

## Mit den Augen besser hören - Gebärdensprache

### Ferienkurs (9-15 Jahre)

Ihr findet diese geheimnisvolle Sprache, die im eigenen Land zu Hause ist, spannend? Es fasziniert Euch, wenn die Hände durch die Luft fliegen, die Gesichter lustig aussehen und man sich so unter Wasser unterhalten kann? Gemeinsam begeben wir uns auf eine Reise in die Welt der Gehörlosen. Hierbei geht es mit jeder Menge Spaß nicht nur um die Sprache sondern auch um die kulturellen Hintergründe.

W24-4Q103J

25.03.24 – 27.03.24

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

Mo - Mi, 09:30 - 12:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

49,00 €

Annemarie Saling

## Japanisch nicht nur für Mangafans A1

### Ferienkurs (12-15 Jahre)

Du interessierst Dich für Japan und Japanisch? Du findest japanische Schriftzeichen faszinierend? In unserem Ferienkurs lernst Du, Grußwörter und einfache Sätze auf Japanisch zu sagen. Du erfährst, wie die japanische Schrift funktioniert und kannst am Ende Deinen Namen schreiben. Und natürlich sprechen wir auch über Mangas und japanische Feste. Am Ende sehen wir einen japanischen Film. Sei dabei!

#### → A1

W24-4M107J

03.04.24 – 05.04.24

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

Mi - Fr, 09:30 - 12:45 Uhr

12 U-Std, VHS im Bildungsforum

49,00 €

Natsuko Yamagishi



## Lampenfieber

(ab Klasse 9)

Lampenfieber bereitet Euch vor Präsentationen und Prüfungen weiche Knie, feuchte Hände, glühende Wangen und führt manchmal zu einer kompletten Blockade? Dann seid Ihr hier richtig. Das ultimative Mittel gegen Lampenfieber gibt es nicht. Ihr könnt Euch aber vorab damit auseinandersetzen und Methoden erlernen, um in einer Präsentation oder einer Prüfung souverän zu überzeugen. Vorbereitung ist alles und dieser Kurs hilft Euch, damit umgehen zu können.

H23-5C25J

**18.11.23**

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

6 U-Std, VHS im Bildungsforum

30,60 €

Anne Pake

## Konflikte in Praktika, Ausbildung oder Studium?

(ab 14 Jahren)

Das Schülerpraktikum naht und die ersten Tage laufen nicht so wie gedacht. Missverständnisse, andere Vorstellungen, neue Umgebung und zum ersten Mal Kolleg\*innen. Was tun, wenn es knirscht? Wenn Probleme auftauchen, stellt sich die Frage „schmeiß ich alles hin oder rede ich mit Vorgesetzten?“ In diesem Workshop erfahrt Ihr mehr darüber, wie Kommunikation bei Konflikten helfen kann.

W24-5C265J

**16.02.24**

1x Fr, 16:00 - 19:15 Uhr

4 U-Std, VHS im Bildungsforum

16,40 €

Dörthe Kuhlmeier

## Berufe beim Film

(ab Klasse 10)

Welche Abteilungen gibt es in einem Filmstudio und welche Gewerke sind an der Entstehung einer Filmproduktion beteiligt? Am Anfang eines Films steht eine Idee, aus der ein Drehbuch wird. Findet sich ein Produzent, beginnen Besetzung, Kostüm, Maske und Szenenbild zu arbeiten. Während des Drehs wuseln nicht nur Kameraleute um die Gesichter am Set. Es folgen Schnitt, Tongestaltung und natürlich Werbung. Während des Besuchs im Filmmuseum Potsdam bekommt Ihr einen Überblick über Berufe beim Film und über Ausbildungsmöglichkeiten in der Filmstadt Potsdam.

W24-5C275J

**17.02.24**

1x Sa, 11:00 - 13:15 Uhr

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

12,00 €

Sebastian Stielke

## 10-Finger-System an zwei Vormittagen

Ferienkurs (ab Klasse 5)

Wer beim Schreiben am PC das 10-Finger-System beherrscht, ist klar im Vorteil. In nur vier Lektionen lernt Ihr, die komplette PC-Tastatur blind zu bedienen. Die Methode basiert auf Erkenntnissen der Hirnforschung: Die Tastatur wird mental über Farben und Bilder erarbeitet. Erst im letzten Teil jeder Stunde wird am PC praktisch trainiert. So erarbeitet Ihr Euch ganz entspannt das ganze Tastaturfeld!

**Im Kursentgelt inbegriffen sind vier nützliche Lernhefte, die am ersten Kurstag ausgeteilt werden.**

W24-5D220J

**05.02.24 – 06.02.24**

Mo, Di, 9:00 - 12:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

63,20 €

Katja Thal

S24-5D220J

**22.07.24 – 23.07.24**

Mo, Di, 9:00 - 12:15 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

63,20 €

Katja Thal



## Schülerreferate mit PowerPoint

### Ferienkurs (ab Klasse 8)

Alle erwarten, dass man tolle Präsentationen erstellt und Vorträge hält, aber kaum jemand sagt einem so richtig, wie man es macht. Was braucht eine Präsentation, damit sie begeistert? Wie ist das mit Animationen, Fotos, Videos oder Effekten? Wie kann ich schnell anspruchsvolle Grafiken schaffen? Welche Tricks gibt es für einen perfekten Vortrag mit PowerPoint? Hierauf bekommt Ihr professionelle Antworten.

H23-5D260J

**01.11.23 – 02.11.23**

Mi, Do, 9:30 - 12:45 Uhr

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

40,70 €

Matthias Ristow

## Java für Anfänger\*innen - Computerprogramme selbst schreiben

### Ferienkurs (10-16 Jahre)

Ob App, Spiel oder Maschine - für alles braucht man eine Programmiersprache. Hier lernt Ihr die Werkzeuge für das Schreiben eigener Programme mit der Sprache Java kennen. Deren sprachliche Konzepte sind auf andere Sprachen übertragbar (sehr ähnlich zu C#). Wir beschäftigen uns mit Datentypen, Schleifen, allunterscheidungen, Arrays, Listen, In-/Output, Objekte (OOP) und schreiben eigene kleine Computerprogramme.

H23-5D265J

**23.10.23 – 26.10.23**

Mo - Fr, 09:45 - 13:00 Uhr

16 U-Std, VHS im Bildungsforum

93,40 €

Gregor Mair





# Integration

## Deutsch als Fremdsprache



**Anja Hendel**

Programmbereichsleitung

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



**Anda Wegener**

Koordination Integrationskurse

0331 289-4577  
anda.wegener@  
rathaus.potsdam.de



**Olga Remek**

Lernwerkstatt Deutsch

0331 289-4576  
olga.remek@  
rathaus.potsdam.de





# Integration

## INTEGRATIONS- UND BERUFSSPRACHKURSE

Wir starten regelmäßig mit Integrationskursen (A1-B1) und Berufssprachkursen ab B2. Außerdem führen wir Kurse C1 für Mediziner\*innen zur Vorbereitung auf die Fachsprachprüfung der Ärztekammer durch. Diese Kurse werden durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert.



Bundesamt  
für Migration  
und Flüchtlinge

Für diese Kurse müssen Sie sich persönlich anmelden.

Bitte vereinbaren Sie dafür telefonisch oder per Mail einen Termin.

Zum Termin bringen Sie bitte folgende Dokumente mit:

- Berechtigung oder Verpflichtung zum Kurs
- Zertifikate von Deutschprüfungen
- Pass
- Bescheide über den Erhalt von Leistungen (Jobcenter, Sozialamt, Wohngeld?)
- Ihre Bankverbindung (z.B. für die Rückzahlung von Fahrkosten nach dem Kurs)

---

**Wir informieren Sie gern telefonisch oder per Mail über die aktuellen Kurse und Einstufungstermine.**

---

**Anja Hendel**

Programmbereichsleitung  
0331 289-4564

---

**Anda Wegener**

Koordination Integrationskurse  
0331 289-4577

---

**Olga Remek**

Lernwerkstatt Deutsch  
0331 289-4576

---

Informationen zu Kursen und Kursanmeldungen

**[vhs-deutschkurse@rathaus.potsdam.de](mailto:vhs-deutschkurse@rathaus.potsdam.de)**

## Integrationskurs 1

### Fortsetzung aus dem Frühjahr 2023

Der Kurs ist Kern der staatlichen Integrationskursmaßnahmen und hat das Ziel der Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse zur Integration in die deutsche Gesellschaft. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

#### → Modul 4

H23-4X0014

25.09.23 – 24.10.23

**Vorkenntnisse A2.1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

#### → Modul 6

H23-4X0016

29.11.23 – 09.01.24

**Vorkenntnisse B1.1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

#### → Modul 5

H23-4X0015

25.10.23 – 28.11.23

**Vorkenntnisse A2.2 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

#### → Orientierung

W24-4X0010

15.01.24 – 09.02.24

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

## Integrationskurs 2

### Fortsetzung aus dem Frühjahr 2023

Der Kurs ist Kern der staatlichen Integrationskursmaßnahmen und hat das Ziel der Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse zur Integration in die deutsche Gesellschaft. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

#### → Modul 5

H23-4X0025

25.09.23 – 24.10.23

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Lothar Friedrich / Andrea El-Messari

#### → Modul 6

H23-4X0026

25.10.23 – 28.11.23

**Vorkenntnisse B1.1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Lothar Friedrich / Andrea El-Messari



## Integrationskurs 3

Der Kurs ist Kern der staatlichen Integrationskursmaßnahmen und hat das Ziel der Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse zur Integration in die deutsche Gesellschaft. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

### → Modul 1

H23-4X0031

14.11.23 – 11.12.23

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Nathalie Saab / Natalia Zajaczek

### → Modul 2

H23-4X0032

12.12.23 – 25.01.24

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Nathalie Saab / Natalia Zajaczek

### → Modul 3

W24-4X0033

29.01.24 – 01.03.24

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Nathalie Saab / Natalia Zajaczek

### → Modul 4

W24-4X0034

04.03.24 – 03.04.24

**Vorkenntnisse A2.1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Nathalie Saab / Natalia Zajaczek

### → Modul 5

W24-4X0035

04.04.24 – 02.05.24

**Vorkenntnisse A2.2 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Nathalie Saab / Natalia Zajaczek

### → Modul 6

F24-4X0036

03.05.24 – 04.06.24

**Vorkenntnisse B1.1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Nathalie Saab / Natalia Zajaczek

### → Orientierung

F24-4X0030

05.06.24 – 03.07.24

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Nathalie Saab / Natalia Zajaczek





## Integrationskurs 5

Der Kurs ist Kern der staatlichen Integrationskursmaßnahmen und hat das Ziel der Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse zur Integration in die deutsche Gesellschaft. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

### → Modul 1

H23-4X0051

**04.12.23 – 17.01.24****Vorkenntnisse nicht erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Lothar Friedrich / Andrea El-Messari

### → Modul 2

W24-4X0052

**18.01.24 – 14.02.24****Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Lothar Friedrich / Andrea El-Messari

### → Modul 3

W24-4X0053

**15.02.24 – 13.03.24****Vorkenntnisse A1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Lothar Friedrich / Andrea El-Messari

### → Modul 4

W24-4X0054

**14.03.24 – 24.04.24****Vorkenntnisse A2.1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Lothar Friedrich / Andrea El-Messari

### → Modul 5

F24-4X0055

**25.04.24 – 28.05.24****Vorkenntnisse A2.2 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Lothar Friedrich / Andrea El-Messari

### → Modul 6

F24-4X0056

**29.05.24 – 25.06.24****Vorkenntnisse B1.1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Lothar Friedrich / Andrea El-Messari

### → Orientierung

F24-4X0050

**01.07.24 – 26.07.24****Vorkenntnisse B1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Lothar Friedrich / Andrea El-Messari

## Integrationskurs 6

### Wiederholerkurs

Der Kurs ist Kern der staatlichen Integrationskursmaßnahmen und hat das Ziel der Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse zur Integration in die deutsche Gesellschaft. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

### → Modul 4

W24-4X0064

**24.01.24 – 20.02.24****Vorkenntnisse A2.1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Lucia Garcia Vargas

### → Modul 5

W24-4X0065

**21.02.24 – 19.03.24****Vorkenntnisse A2.2 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Lucia Garcia Vargas

### → Modul 6

W24-4X0066

**20.03.24 – 19.04.24****Vorkenntnisse B1.1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Lucia Garcia Vargas



## Integrationskurs 7

Der Kurs ist Kern der staatlichen Integrationskursmaßnahmen und hat das Ziel der Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse zur Integration in die deutsche Gesellschaft. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

### → Modul 1

W24-4X0071

**13.02.24 – 11.03.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

### → Modul 2

W24-4X0072

**12.03.24 – 22.04.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

### → Modul 3

F24-4X0073

**23.04.24 – 24.05.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

### → Modul 4

F24-4X0074

**27.05.24 – 21.06.24**

**Vorkenntnisse A2.1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

### → Modul 5

F24-4X0075

**24.06.24 – 19.07.24**

**Vorkenntnisse A2.2 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

### → Modul 6

S24-4X0076

**05.08.24 – 30.08.24**

**Vorkenntnisse B1.1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari

### → Orientierung

S24-4X0070

**02.09.24 – 30.09.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 364,00 €

Agnieszka Trautmann / Andrea El-Messari





## Integrationskurs 8

### Fortsetzung im Herbst 2024

Der Kurs ist Kern der staatlichen Integrationskursmaßnahmen und hat das Ziel der Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse zur Integration in die deutsche Gesellschaft. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

#### → Modul 1

F24-4X0081

**06.05.24 – 05.06.24**

**Vorkenntnisse nicht erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 363,00 €

Lucia Garcia Vargas

#### → Modul 2

F24-4X0082

**06.06.24 – 03.07.24**

**Vorkenntnisse nur geringfügig erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 363,00 €

Lucia Garcia Vargas

#### → Modul 3

F24-4X0083

**04.07.24 – 31.07.24**

**Vorkenntnisse A1**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 363,00 €

Lucia Garcia Vargas

#### → Modul 4

S24-4X0084

**26.08.24 – 20.09.24**

**Vorkenntnisse A2.1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 363,00 €

Lucia Garcia Vargas

## Integrationskurs 10

### Fortsetzung aus dem Frühjahr 2023

Der Kurs ist Kern der staatlichen Integrationskursmaßnahmen und hat das Ziel der Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse zur Integration in die deutsche Gesellschaft. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

#### → Modul 5

H23-4X0105

**04.10.23 – 02.11.23**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 363,00 €

Lucia Garcia Vargas

#### → Modul 6

H23-4X0106

**06.11.23 – 01.12.23**

**Vorkenntnisse B1.1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 363,00 €

Lucia Garcia Vargas

#### → Orientierung

H23-4X0100

**04.12.23 – 22.01.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

20x täglich

100 U-Std, VHS im Bildungsforum

427,00 € / 363,00 €

Lucia Garcia Vargas





## Berufssprachkurse (BAMF-Förderung)

Die VHS Potsdam ist vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) als Träger von berufsbezogenen Deutschkursen zugelassen.



Bundesamt  
für Migration  
und Flüchtlinge

Wir bieten an:

- allgemein berufsbezogene Intensivkurse auf den Stufen B2 und C1,
- fachspezifische Deutschkurse C1 Medizin (Akademische Heilberufe) zur Vorbereitung auf die Fachsprachprüfung in Brandenburg.

Für die Teilnahme ist eine Berechtigung erforderlich, die – je nach individuellen Voraussetzungen – bei der Arbeitsagentur, beim Jobcenter bzw. beim BAMF beantragt werden kann. Selbstzahler\*innen dürfen wir nicht aufnehmen.

Der Kurs wird gefördert vom BMAS (Bundesministerium für Arbeit und Soziales) und BAMF (Bundesamt für Migration und Flüchtlinge).

### Sie haben Fragen zu unserem Angebot?

Wir beraten Sie gern und helfen Ihnen bei der Antragstellung.

Bitte vereinbaren Sie einen Termin für die Anmeldung: [vhs-deutschkurse@rathaus.potsdam.de](mailto:vhs-deutschkurse@rathaus.potsdam.de)

### Deutsch B2 berufsbezogen

In diesem Kurs bereiten Sie sich auf die sprachlichen Anforderungen in einer Ausbildung oder im Arbeitsalltag vor. Ziel ist das Sprachniveau B2.

#### → B2

H23-4S420

**16.10.23 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

Mo - Do

400 U-Std, VHS im Bildungsforum

968,00 € Eigenanteil für Beschäftigte

Stefanie Menge

#### → B2

W24-4S423

**04.03.24 – 29.07.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

Mo - Do

400 U-Std, VHS im Bildungsforum

968,00 € Eigenanteil für Beschäftigte

Sophie Lahr-Eigen

#### → B2

F24-4S425

**15.04.24 – 04.09.24**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

Mo - Do

400 U-Std, VHS im Bildungsforum

968,00 € Eigenanteil für Beschäftigte

Stefanie Menge

### Deutsch C1 für Mediziner\*innen

Es handelt sich um das vom BAMF geförderte Spezialmodul „Akademische Heilberufe“. Der Kurs richtet sich an Migrant\*innen, die im Heimatland ein Studium der Medizin abgeschlossen haben, über ein anerkanntes B2-Zertifikat verfügen und sich im beruflichen Anerkennungsverfahren befinden. Sie trainieren die Berufssprache, die Sie in Ihrem Arbeitsalltag in der Klinik oder in der Praxis benötigen. Ziel ist das Niveau C1 sowie das Bestehen des Fachsprachtests für die Approbation.

#### → C1

H23-4S535

**23.10.23 – 24.05.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

Mo - Do

600 U-Std, VHS im Bildungsforum

1.452,00 € Eigenanteil für Beschäftigte

Nicole Oppermann

#### → C1

F24-4S535

**27.05.24 – 14.11.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

Mo - Do

600 U-Std, VHS im Bildungsforum

1.452,00 € Eigenanteil für Beschäftigte

Nicole Oppermann



## Deutsch A1

Der Kurs richtet sich an alle, die zur besseren Integration in Beruf und Alltag die deutsche Sprache erlernen wollen. In zwei Modulen erreichen Sie die Kompetenzstufe A1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen (GER).

**Es handelt sich um einen Kurs für Selbstzahler. Eine Förderung durch das BAMF ist hier nicht möglich.**

### → A1.1

H23-4W104  
12.09.23 – 07.12.23

#### **Vorkenntnisse nicht erforderlich**

*Lit.: Treffpunkt. Deutsch als Zweitsprache für Alltag und Beruf. Kurs- und Übungsbuch A1.1 (Cornelsen)*

10x Di, 11x Do, 18:00 - 20:30 Uhr  
63 U-Std, VHS im Bildungsforum  
265,30 € / 227,50 €  
Dr. Perdita Ladwig

### → A1.2

W24-4W104  
09.01.24 – 21.03.24

#### **Vorkenntnisse A1.1 erforderlich**

*Lit.: Treffpunkt. Deutsch als Zweitsprache für Alltag und Beruf. Kurs- und Übungsbuch A1.2 (Cornelsen)*

10x Di, 10x Do, 18:00 - 20:30 Uhr  
60 U-Std, VHS im Bildungsforum  
253,00 € / 217,00 €  
Dr. Perdita Ladwig

### → A1.2

H23-4W106  
12.09.23 – 12.12.23

#### **Vorkenntnisse A1.1 erforderlich**

*Lit.: Schritt für Schritt in Alltag und Beruf, A1.2, ISBN 978-3-19-021087-9*

11x Di, 11x Do, 18:00 - 20:30 Uhr  
66 U-Std, VHS im Bildungsforum  
277,60 € / 238,00 €  
Lothar Friedrich

### → A1.1

W24-4W106  
08.01.24 – 20.03.24

#### **Vorkenntnisse nicht erforderlich**

10x Mo, 10x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr  
60 U-Std, VHS im Bildungsforum  
253,00 € / 217,00 €  
N. N.

### → A1.2

F24-4W106  
08.04.24 – 01.07.24

#### **Vorkenntnisse A1.1 erforderlich**

12x Mo, 11x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr  
69 U-Std, VHS im Bildungsforum  
289,90 € / 248,50 €  
N. N.



## Deutsch A2

Der Kurs richtet sich an alle, die zur besseren Integration in Beruf und Alltag die deutsche Sprache erlernen wollen. In zwei Modulen erreichen Sie die Kompetenzstufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprache (GER).

**Es handelt sich um einen Kurs für Selbstzahler. Eine Förderung durch das BAMF ist hier nicht möglich.**

### → A2.1

H23-4W201

**11.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

*Lit.: Netzwerk neu Deutsch A2.1, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-607162-8*

10x Mo, 11x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

63 U-Std, VHS im Bildungsforum

265,30 € / 227,50 €

Julia Moeller

### → A2.2

W24-4W201

**08.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse A2.1 erforderlich**

*Lit.: Netzwerk neu Deutsch A2.2, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-607162-8*

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

60 U-Std, VHS im Bildungsforum

253,00 € / 217,00 €

Julia Moeller

### → A2.2

H23-4W203

**13.09.23 – 08.12.23**

**Vorkenntnisse A2.1 erforderlich**

*Lit.: Netzwerk neu, A2.2, Klett, ISBN 978-3-12-607163-5*

11x Mi, 10x Fr, 18:00 - 20:30 Uhr

63 U-Std, VHS im Bildungsforum

265,30 € / 227,50 €

Olga Leibolt / Sophie Lahr-Eigen

### → A2.1

W24-4W204

**09.01.24 – 21.03.24**

**Vorkenntnisse A1 erforderlich**

10x Di, 10x Do, 18:00 - 20:30 Uhr

60 U-Std, VHS im Bildungsforum

253,00 € / 217,00 €

Lothar Friedrich

### → A2.2

F24-4W204

**11.04.24 – 02.07.24**

**Vorkenntnisse A2.1 erforderlich**

11x Do, 12x Di, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

289,90 € / 248,50 €

Lothar Friedrich

## Deutsch B1

Der Kurs richtet sich an alle, die zur besseren Integration in Beruf und Alltag die deutsche Sprache erlernen wollen. In zwei Modulen erreichen Sie die Kompetenzstufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprache (GER).

**Es handelt sich um einen Kurs für Selbstzahler. Eine Förderung durch das BAMF ist hier nicht möglich.**

### → B1.1

H23-4W306

**11.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

*Lit.: Netzwerk neu B1.1 (Kurs- und Übungsbuch) : ISBN 978-3-12-607170-3*

11x Mo, 11x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

66 U-Std, VHS im Bildungsforum

290,80 € / 249,20 €

Markus Vollberg

### → B1.2

W24-4W306

**08.01.24 – 18.03.24**

**Vorkenntnisse B1.1 erforderlich**

*Lit.: Netzwerk neu B1.2 (Kurs- und Übungsbuch) : ISBN 978-3-12-607171-0*

10x Mo, 9x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

57 U-Std, VHS im Bildungsforum

252,10 € / 216,20 €

Markus Vollberg

### → B1.1

W24-4W307

**10.01.24 – 20.03.24**

**Vorkenntnisse A2 erforderlich**

10x Mi, 9x Fr, 18:00 - 20:30 Uhr

57 U-Std, VHS im Bildungsforum

252,10 € / 216,20 €

Olga Leibolt

→ **B1.2**

F24-4W307

**10.04.24 – 28.06.24****Vorkenntnisse B1.1 erforderlich**

11x Mi, 11x Fr, 18:00 - 20:30 Uhr

66 U-Std, VHS im Bildungsforum

290,80 € / 249,20 €

Olga Leibolt

→ **B1.2**

H23-4W308

**11.09.23 – 11.12.23****Vorkenntnisse B1.1 erforderlich**

11x Mo, 10x Di, 18:00 - 20:30 Uhr

63 U-Std, VHS im Bildungsforum

277,90 € / 238,20 €

Natalia Zajaczek

→ **B1.1**

F24-4W310

**08.04.24 – 01.07.24****Vorkenntnisse A2 erforderlich**

12x Mo, 11x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

303,70 € / 260,20 €

Julia Moeller

**Deutsch B1+ am Vormittag**

In diesem Kurs wiederholen und erweitern Sie Ihre Grammatikkenntnisse und Ihren Wortschatz aus dem B1-Kurs. So schaffen Sie den großen Sprung von B1 zu B2.

Der Kurs wird ab September auf der Stufe B2.1 fortgesetzt.

**Es handelt sich um einen Kurs für Selbstzahler.**

**Eine Förderung durch das BAMF ist hier nicht möglich.**

→ **B1+**

F24-4W321

**15.04.24 – 26.06.24****Vorkenntnisse B1 erforderlich**

9x Mo, 9x Mi, 08:30 - 12:00 Uhr

72 U-Std, VHS im Bildungsforum

316,60 € / 271,20 €

Sabine Wiedemann

**Deutsch B2**

Der Kurs richtet sich an Berufstätige, Studierende oder Austauschschüler\*innen, die zur besseren Integration in Beruf und Alltag die deutsche Sprache erlernen wollen. Nach zwei Modulen erreichen Sie die Kompetenzstufe B2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen (GER).

**Es handelt sich um einen Kurs für Selbstzahler.**

**Eine Förderung durch das BAMF ist hier nicht möglich.**

→ **B2.2**

H23-4W408

**11.09.23 – 11.12.23****Vorkenntnisse B2.1 erforderlich**

11x Mo, 11x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

66 U-Std, VHS im Bildungsforum

290,80 € / 249,20 €

N.N.

→ **B2.1**

W24-4W410

**08.01.24 – 19.03.24****Vorkenntnisse B1 erforderlich**

10x Mo, 10x Di, 18:00 - 20:30 Uhr

60 U-Std, VHS im Bildungsforum

265,00 € / 227,20 €

Natalia Zajaczek

→ **B2.2**

F24-4W410

**08.04.24 – 25.06.24****Vorkenntnisse B2.1 erforderlich**

11x Mo, 12x Di, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

303,70 € / 260,20 €

Natalia Zajaczek

→ **B2.1**

F24-4W412

**08.04.24 – 01.07.24****Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: Kurs B2.1: Aspekte neu B2, Teil 1*

*(Lehr- und Arbeitsbuch) :*

*ISBN 978-3-12-605027-2*

12x Mo, 11x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

69 U-Std, VHS im Bildungsforum

303,70 € / 260,20 €

Markus Vollberg



## Deutsch B2 am Vormittag

Sie möchten ein Studium aufnehmen, brauchen Deutsch für Ihre Arbeit oder möchten Ihre Sprachkenntnisse auffrischen und vertiefen. Bei entsprechendem Leistungsniveau können Sie am Ende des Kurses die B2-Prüfung ablegen.

**Es handelt sich um einen Kurs für Selbstzahler. Eine Förderung durch das BAMF ist hier nicht möglich.**

### → B2.1

H23-4W421

**18.09.23 – 11.12.23**

**Vorkenntnisse B1 erforderlich**

*Lit.: Kontext, B2.1, Kurs- und Arbeitsbuch, Klett, ISBN 978-3-12-605340-2*

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

80 U-Std, VHS im Bildungsforum

351,00 € / 300,60 €

Sabine Wiedemann

### → B2.2

W24-4W421

**08.01.24 – 13.03.24**

**Vorkenntnisse B2.1 erforderlich**

*Lit.: Kontext, B2.2, Kurs- und Arbeitsbuch, Klett, ISBN 978-3-12-605341-9*

9x Mo, 9x Mi, 08:30 - 12:00 Uhr

72 U-Std, VHS im Bildungsforum

316,60 € / 271,20 €

Sabine Wiedemann

Dafür bekommen Sie zwischen den Terminen Schreibaufgaben für zu Hause. Von der Kursleiterin erhalten Sie ein ausführliches Feedback.

**Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.**

### → B2/C1

W24-4W422D

**10.01.24 – 14.02.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

6x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

18 U-Std, vhs.cloud

152,80 € / 131,20 €

Sandra Bakker

## Deutsch B2/C1 Grammatik praktisch - Richtig schreiben und sprechen

### (\*) Online-Kurs

In diesem Kurs arbeiten Sie an Ihrer Grammatik und trainieren korrektes Schreiben und Sprechen. Ihre erfahrene Kursleiterin gibt Ihnen individuelles Feedback zu Ihren schriftlichen wie mündlichen Kenntnissen. Zusätzlich zu den drei wöchentlichen Unterrichtsstunden in der Webkonferenz sollten Sie weitere drei Stunden für Ihr Selbststudium einplanen, um optimal von diesem Kurs zu profitieren.

**Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.**

### → B2/C1

H23-4W423D

**20.09.23 – 13.12.23**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

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

36 U-Std, vhs.cloud

226,60 € / 194,20 €

Sandra Bakker

### → B2/C1

W24-4W423D

**28.02.24 – 05.06.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

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

36 U-Std, vhs.cloud

226,60 € / 194,20 €

Sandra Bakker



## Deutsch B2 Schreibtraining

### (\*) Online-Kurs

In diesem Kurs wiederholen und erweitern Sie Ihren Wortschatz und Ihre Grammatik anhand konkreter Schreibaufgaben. Sie trainieren Ihr Vokabular und Ihre Grammatikkenntnisse beim Verfassen von Texten und werden so sicherer im Schreiben. Zusätzlich zur Arbeit in der Webkonferenz (drei Unterrichtsstunden) müssen Sie mindestens eine Unterrichtsstunde pro Woche für betreutes Selbststudium einplanen.



## Deutsch - Konversationskurs für Fortgeschrittene

In diesem Kurs können Sie das Sprechen trainieren. Sie üben anhand interessanter Themen, sich verständlich und flüssig auszudrücken. Der Kurs eignet sich auch zur mündlichen Prüfungsvorbereitung, da Sie Strategien kennenlernen, um Präsentationen oder Diskussionsbeiträge zu planen und zusammenhängend Inhalte und Argumente darzulegen. Mit gezielten Übungen verbessern Sie außerdem Ihre persönliche Aussprache.

### → B2/C1

H23-4W445

**15.09.23 – 01.12.23**

**Vorkenntnisse B1+ erforderlich**

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

20 U-Std, VHS im Bildungsforum

129,00 € / 111,00 €

Friederike Wallner-Zimmer

## Deutsch C1

Sie sind berufstätig und haben nicht viel Zeit für einen Sprachkurs? Mit diesem Kurs können Sie einmal pro Woche gemeinsam mit anderen lernen und - abhängig davon, wieviel Zeit Sie parallel investieren können - nach drei bzw. vier Modulen das Zertifikat Deutsch C1 ablegen.

### → C1.1

W24-4W505

**11.01.24 – 14.03.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

9x Do, 18:00 - 20:30 Uhr

27 U-Std, VHS im Bildungsforum

150,10 € / 129,00 €

N. N.

### → C1.2

F24-4W505

**11.04.24 – 04.07.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

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

36 U-Std, VHS im Bildungsforum

197,80 € / 169,70 €

N. N.

## Deutsch C1

### (\*) Online-Kurs

Sie möchten effektiv und flexibel Ihre Deutschkenntnisse mit dem Ziel C1 erweitern? Sie trainieren hier Ihre Kompetenz im Lesen, Hören, Sprechen und Schreiben. Die erfahrene Kursleiterin gibt Ihnen individuelles Feedback. Zusätzlich zu den Unterrichtsstunden sollten Sie weitere drei Stunden für Ihr Selbststudium einplanen.

**Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.**

### → C1.1

H23-4W510D

**18.09.23 – 13.11.23**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

9x Mo, 18:00 - 20:30 Uhr

27 U-Std, vhs.cloud

171,70 € / 147,40 €

Sandra Bakker

### → C1.2

H23-4W511D

**27.11.23 – 05.02.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

9x Mo, 18:00 - 20:30 Uhr

27 U-Std, vhs.cloud

171,70 € / 147,40 €

Sandra Bakker

### → C1.3

W24-4W511D

**19.02.24 – 29.04.24**

**Vorkenntnisse C1.1 erforderlich**

9x Mo, 18:00 - 20:30 Uhr

27 U-Std, vhs.cloud

171,70 € / 147,40 €

Sandra Bakker

### → C1.4

F24-4W511D

**06.05.24 – 08.07.24**

**Vorkenntnisse C1.1 erforderlich**

9x Mo, 18:00 - 20:30 Uhr

27 U-Std, vhs.cloud

171,70 € / 147,40 €

Sandra Bakker



### Deutsch C1 Schreibtraining

#### **(0+0) Online-Kurs**

In diesem Kurs wiederholen bzw. erweitern Sie Ihren Wortschatz und Ihre Grammatik anhand konkreter Schreibaufgaben. Sie trainieren Ihr Vokabular und Ihre Grammatikkenntnisse beim Verfassen von Texten und werden so sicherer im Schreiben. Zusätzlich zur Arbeit in der Webkonferenz (drei Unterrichtsstunden) müssen Sie mindestens eine Unterrichtsstunde pro Woche für betreutes Selbststudium einplanen. Dafür bekommen Sie zwischen den Terminen Schreibaufgaben für zu Hause. Von der Kursleiterin erhalten Sie ein ausführliches Feedback.

**Der Kurs findet über die datenschutzkonforme Lernplattform vhs.cloud statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit Internetverbindung sowie Kamera und Mikrofon. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.**

#### → C1

F24-4W525D

**12.06.24 – 17.07.24**

**Vorkenntnisse B2 erforderlich**

6x Mi, 18:00 - 20:30 Uhr

18 U-Std, vhs.cloud

152,80 € / 131,20 €

Sandra Bakker



### Deutsch C1+/ C2

#### **Förderung für Studierende der FHP**

Dieser Kurs richtet sich an Studierende, die für die Studienzulassung bereits das Niveau C1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) nachgewiesen haben, aber sicherer werden und ihre Sprachkenntnisse auf dem Niveau C1+/ C2 weiter ausbauen möchten. Der Fokus liegt auf der kompetenten schriftlichen und mündlichen Kommunikation zu verschiedenen komplexeren Themenfeldern. Sie trainieren auch das wissenschaftliche Schreiben, vertiefen Grammatik- sowie Wortschatzkenntnisse und erweitern diese. **Wenn Plätze frei sind, auch für Interessierte geöffnet, die nicht an der FHP studieren.**

#### → C1 +/C2

H23-4W515

**11.10.23 – 24.01.24**

**Vorkenntnisse C1 erforderlich**

15x Mi, 15:30 - 18:45 Uhr

60 U-Std, Campus Fachhochschule

247,00 € / 211,00 €

Dr. Perdita Ladwig

#### → C1+/C2

F24-4W515

**10.04.24 – 24.07.24**

**Vorkenntnisse C1 erforderlich**

15x Mi, 15:30 - 18:45 Uhr

60 U-Std, Campus Fachhochschule

247,00 € / 211,00 €

Dr. Perdita Ladwig





# DEUTSCH-TESTS UND ZERTIFIKATE

## Einbürgerung

Mit dem **Zertifikat Deutsch (ZD) B1** erfolgt der Nachweis der Sprachkompetenz.

**Prüfungstermine:** 15.09.23 / 15.12.23 / 26.01.24 / 22.03.24 / 05.07.24 / 20.09.24

**Prüfungsgebühr:** 148,00 EUR (ab 5 Teilnehmenden), Modelltest unter [www.telc.net](http://www.telc.net)

**Anmeldung:** bis 7 Wochen vor der Prüfung, Mindestteilnehmerzahl 5

**Der Einbürgerungstest** überprüft staatsbürgerkundliches Grundwissen sowie Kenntnisse zu Werten unserer Verfassung.

**Prüfungstermine:** 22.09.23 / 09.11.23 / 18.01.24 / 21.03.24 / 13.06.24 / 19.09.24

**Prüfungsgebühr:** 25,00 €, Fragenkatalog im Integrationsportal unter [www.bamf.de](http://www.bamf.de)

**Anmeldung:** bis 5 Wochen vor der Prüfung

## Deutschtest für Zuwanderer A2/B1 (DTZ) sowie Prüfungen Berufssprachkurse

Nur für vom BAMF geförderte Teilnehmende an Integrationskursen der VHS Potsdam.

Die Anmeldung erfolgt im Rahmen des Kursbesuchs.

## B2 – telc – Prüfung

**Prüfungstermine:** 16.12.23 / 23.03.24 / 06.07.24

**Prüfungsgebühr:** 148,00 € (ab 5 Teilnehmenden)

**Anmeldung:** bis 7 Wochen vor der Prüfung

## C1-telc-Prüfung

**Prüfungstermin:** 11.11.23

**Prüfungsgebühren:** 190,00 EUR (ab 5 Teilnehmenden)

**Anmeldung:** bis 7 Wochen vor der Prüfung

## Hochschulzugangsprüfungen

Telc C1 Hochschule

**Prüfungstermine:** 11.11.23

**Prüfungsgebühr:** 190,00 € (ab 5 Teilnehmende)

**Anmeldung:** bis 7 Wochen vor der Prüfung





Eine neue Sprache lernt man am besten im Gespräch mit anderen Menschen. Auf diesem Grundsatz beruht die Arbeit der Lernwerkstatt Deutsch. In Zweier-Teams oder in Kleingruppen unterstützen wir Migrant\*innen beim Deutschlernen. Dafür vermitteln und unterstützen wir auch Patenschaften zwischen Ehrenamtlichen und Menschen, die Deutsch lernen möchten – unabhängig von Aufenthaltsstatus und Vorbildung. Vor allem die Teilnehmenden unserer Deutschkurse erhalten so Hilfe über den Unterricht hinaus.

In der Lernwerkstatt lernen und üben die Teilnehmenden das, was Sie im Alltag, in der Ausbildung oder im Beruf benötigen und bereiten sich auf Wunsch auch gezielt auf die angestrebte Sprachprüfung vor. Die Betreuung erfolgt nach dem Motto „Deutsch lernen, wie Du es brauchst“. Neben den Räumlichkeiten bieten wir Lernmaterial und Beratung an.

### **Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren?**

Nutzen Sie unsere Erfahrungen und Kontakte und helfen Sie anderen beim Deutschlernen. Wir freuen uns über weitere Freiwillige, die offen für Neues sind und sich auf andere Menschen und Kulturen einstellen können. Über Ihren zeitlichen Einsatz bestimmen Sie. Unseren ehrenamtlichen Lernpat\*innen bieten wir außerdem mehrmals im Jahr eine kostenlose Fortbildung in der VHS an.

---

### **Kontakt**

**Olga Remek**

0331 289-4576

olga.remek@rathaus.potsdam.de



## Das Lernen lehren und begleiten

Wie begleiten und unterstützen wir als Ehrenamtliche eingewanderte oder geflüchtete Erwachsene, die das Lernen nicht gewohnt sind, weil sie in ihrem Heimatland nur kurz oder gar nicht zur Schule gehen durften? Viele kommen auch aus ganz anderen Schulsystemen, sind traumatisiert oder kämpfen hier neben dem Deutschkurs mit dem Alltag und der Bürokratie. Wir betrachten Fallbeispiele und sammeln Methoden, wie wir helfen und beim Lernen begleiten können.

H23-4T031

**20.10.2023**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Marion Welsch

## Fit für die Prüfung

### „Deutsch-Test für den Beruf (DTB) - B2“

Sie betreuen eine(n) Lernende(n) eines Berufssprachkurses B2 und möchten sie oder ihn bei der Vorbereitung auf die Prüfung optimal unterstützen. Eine erfahrene Dozentin und Prüferin wird Ihnen Tipps und Hinweise zu allen Aufgabentypen der Prüfung geben. Darüber hinaus bekommen Sie auch eine fertigestellte Mappe mit Übungsmaterial sowie weitere Materialempfehlungen.

W24-4T031

**16.02.2024**

1x Fr, 09:00-13:00 Uhr

5 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Stefanie Menge

## Kulturelle Unterschiede erkennen und verstehen

Wer im Ehrenamt mit zugewanderten Menschen arbeitet, hat zwangsläufig auch mit kulturellen Unterschieden zu tun. Dabei geht es nicht nur um Religion oder Geschlechterrollen, sondern z.B. auch um einen unterschiedlichen Umgang mit Zeit oder ungewohnte Formen, Kritik zu üben. Die eigenen kulturellen Prägungen erscheinen einem oft als selbstverständlich, die des Gegenübers als im wahrsten Sinne des Wortes „befremdlich“. Im Workshop wird es um wichtige kulturelle Unterschiede gehen und um die Bewusstmachung der eigenen kulturellen Prägungen.

H23-4T032

**08.11.2023**

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

8 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Ulrike Wolf

# Grundbildung



**Dr. Myrtan Xhyra**

Programmbereichsleitung

0331 289-4561

myrtan.xhyra@

rathaus.potsdam.de



**Linda Zahrte**

Koordination  
Grundbildungskurse

0331 289-4588

linda.zahrte@

rathaus.potsdam.de



**Franziska Tempel**

Projektleitung  
Grundbildungszentrum

0331 289-4574

franziska.tempel

@rathaus.potsdam.de



**Katrin Benndorf**

Projektassistentin  
Grundbildungszentrum

0331 289-4574

katrin.benndorf@

rathaus.potsdam.de





## Grundbildungskurse

# Sie möchten besser Lesen und Schreiben lernen?

## Wir helfen Ihnen dabei!

Einen Text lesen, eine Nachricht schreiben, die Grundrechenarten beherrschen oder einen Computer bedienen – all dies sind in unserer Gesellschaft unverzichtbare Fähigkeiten, im Alltag ebenso wie im Beruf. Primäre Analphabeten, also Menschen, die das Lesen und Schreiben gar nicht gelernt haben, gibt es in Deutschland kaum. Es gibt aber viele Menschen, die nur mit großen Schwierigkeiten lesen und schreiben können. Längere Texte zu verstehen oder selbst etwas fehlerfrei aufzuschreiben, ist für sie eine große Hürde.

### Holen Sie sich Unterstützung!

Wer diese Basiskompetenzen nicht hat, kann sich bei uns Unterstützung holen. Wir bieten kostenlose Kurse und Lerncafés an, um diese zu trainieren. Die Kurse sind mit maximal zehn Lernenden so klein, dass sie uns eine intensive und individuelle Betreuung ermöglichen.

### Sie sind nicht allein!

Es gibt in Deutschland rund 6,2 Millionen Erwachsene, die nicht ausreichend lesen und schreiben können. Blicken Sie nach vorn und trauen Sie sich, Ihre Fähigkeiten zu verbessern.

Das Besondere an unseren **Grundbildungskursen** ist, dass wir uns auf **jedes Niveau** einstellen können. Auch wenn Sie keine oder nur geringe Vorkenntnisse haben: Bei uns sind Sie richtig!

Alle unsere Kurse stehen unter dem Vorbehalt der Förderung und richten sich an deutschsprachige Erwachsene ab 16 Jahren, die in Brandenburg leben.

---

### Kontakt:

Linda Zahrte

Tel: 0331 289-4588

Mail: [linda.zahrte@rathaus.potsdam.de](mailto:linda.zahrte@rathaus.potsdam.de)

### Vorhabensbezeichnung:

Alphabetisierung und Grundbildung von Erwachsenen im Land Brandenburg

### Ziele und (erwartete) Ergebnisse:

Die Grundbildungskurse nehmen Aufgaben zur Unterstützung der Alphabetisierung und Grundbildung in Potsdam wahr. Ziel ist die Reduzierung der gering literatisierten Erwachsenen und die Verbesserung erwerbsbezogener Kompetenzen durch den Ausgleich von Grundbildungsdefiziten. Die Vermittlung von grundlegenden Lese- und Schreibkompetenzen soll den Zugang zum lebenslangen Lernen fördern.

Gefördert aus Mitteln der Europäischen Union und des Landes Brandenburg.



Kofinanziert von der  
Europäischen Union



## Lesen und Schreiben von Anfang an

Dieser Kurs ist ein Anfängerkurs. Sie haben lesen und schreiben gelernt. Sie können schon Buchstaben und einzelne Wörter schreiben, sind sich jedoch sehr unsicher und machen viele Fehler. Hier können Sie in Ihrem eigenen Tempo lernen. Der Kurseinstieg ist laufend möglich.

**Unter dem Vorbehalt der Förderung.**

**Anmeldung nur nach persönlicher Beratung.**

Tel: 0331 289-4588, E-Mail: linda.zahrte@rathaus.potsdam.de

### → VHS

H23-7A100

**10.10.23 – 12.12.23**

9x Di, 14:45 - 17:15 Uhr

27 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Gertraude Schaefer

### → Oberlin Werkstätten

H23-7A105

**11.10.23 – 13.12.23**

10x Mi, 11:00 - 12:30 Uhr

20 U-Std, Oberlin Werkstätten, Herrmannswerder 5

entgeltfrei

Eleonore Schwarze

### → oskar

H23-7A110

**12.10.23 – 14.12.23**

10x Do, 12:15 - 13:45 Uhr

20 U-Std, oskar Begegnungszentrum, Oskar-

Meißner-Straße 4-6

entgeltfrei

Kerstin Markgraf

## Besser lesen und schreiben

Dieser Kurs ist für Lernende mit Vorkenntnissen. Hier können Sie das korrekte Schreiben von Fremdwörtern, Sätzen und Texten trainieren und in Ihrem eigenen Tempo lernen. Der Kurseinstieg ist laufend möglich.

**Unter dem Vorbehalt der Förderung.**

**Anmeldung nur nach persönlicher Beratung.**

Tel: 0331 289-4588, E-Mail: linda.zahrte@rathaus.potsdam.de

### → VHS

H23-7A200

**12.10.23 – 14.12.23**

10x Do, 14:45 - 17:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Kerstin Markgraf

### → Oberlin Werkstätten

H23-7A205

**11.10.23 – 13.12.23**

10x Mi, 09:00 - 10:30 Uhr

20 U-Std, Oberlin Werkstätten,

Herrmannswerder 5

entgeltfrei

Eleonore Schwarze

## Englisch für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist für Lernende mit Vorkenntnissen. Hier können Sie die Grundlagen der englischen Sprache weiter verbessern. Sie lernen auch, was englische Begriffe in unserer Alltagssprache bedeuten und wie sie verwendet werden. Sie können in Ihrem eigenen Tempo lernen. Der Kurseinstieg ist laufend möglich.

**Unter dem Vorbehalt der Förderung.**

**Anmeldung nur nach persönlicher Beratung.**

Tel: 0331 289-4588, E-Mail: linda.zahrte@rathaus.potsdam.de

### → VHS

H23-7C120

**09.10.23 – 11.12.23**

10x Mo, 14:45 - 17:15 Uhr

30 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Heather Schlüter

Zusätzliche Kurstermine werden auf [vhs.potsdam.de](http://vhs.potsdam.de) bekannt gegeben.



### Arbeit und Finanzen

Dieser Kurs richtet sich an Lernende, die Schwierigkeiten mit dem Lesen, Schreiben und Rechnen haben. Sie werden darin gestärkt, Verantwortung für Ihre Lebensgestaltung zu übernehmen und trainieren den Umgang mit Geld. Hier können Sie in Ihrem eigenen Tempo lernen. Der Kurseinstieg ist laufend möglich.

**Unter dem Vorbehalt der Förderung.**

**Anmeldung nur nach persönlicher Beratung.**

**Tel: 0331 289-4588, E-Mail: linda.zahrte@rathaus.potsdam.de**

→ **Oberlin Werkstätten**

H23-7C200

**10.10.23 – 12.12.23**

9x Di, 10:00 - 11:30 Uhr

18 U-Std, Oberlin Werkstätten,

Herrmannswerder 5

entgeltfrei

Kerstin Markgraf

### Einfach Potsdam - Stadtgeschichte in einfacher Sprache

In diesem Kurs wird die Stadtgeschichte von Potsdam in einfacher Sprache erklärt. Der Kurs ist für Erwachsene, die mehr über die Stadt Potsdam lernen wollen und die lesen und schreiben üben möchten. Der Kurseinstieg ist laufend möglich.

**Unter dem Vorbehalt der Förderung.**

**Anmeldung nur nach persönlicher Beratung.**

**Tel: 0331 289-4588, E-Mail: linda.zahrte@rathaus.potsdam.de**

→ **Oberlin Werkstätten**

H23-7C400

**09.10.23 – 11.12.23**

10x Mo, 10:00 - 11:30 Uhr

20 U-Std, Oberlin Werkstätten,

Herrmannswerder 5

entgeltfrei

Eleonore Schwarze

Zusätzliche Kurstermine werden auf **vhs.potsdam.de** bekannt gegeben.

### Vorlese-Express

**Am 17.11.2023**

Zwischen 14:30 und 18:00 Uhr  
rollt der Vorlese-Express durch Potsdam

**Tram-Linie 96**

Prominente lesen vor

*Nähere Informationen ab Oktober  
auf dieser Webseite:*







# Grundbildungszentrum

Das **Grundbildungszentrum der Volkshochschule** bietet Beratung, Information und Vernetzung zum Thema Alphabetisierung und Grundbildung Erwachsener.

## Beratung

Wir beraten Erwachsene zu Lernangeboten in Potsdam und geben Ihnen Tipps, wie Sie auch im Internet das Lesen, Schreiben und Rechnen trainieren können.

## Information / Schulungen

Wir informieren Sie zu allen Fragen rund um Lese-, Schreib- und Rechenschwierigkeiten bei Erwachsenen. Dazu bieten wir Ihnen vier kostenfreie Schulungen an:

- Einführung in die Leichte Sprache
- Aufbauseminar Leichte Sprache
- Verwaltungstexte in Einfacher Sprache
- Lese- und Schreibschwierigkeiten erkennen und ansprechen

Auf Anfrage bieten wir Ihnen gern bedarfsorientierte Schulungen an.

## Kontakt:

Tel: 0331 289-4574

Mail: [gbz@rathaus.potsdam.de](mailto:gbz@rathaus.potsdam.de)

### Projektleitung

Franziska Tempel

### Projektassistenz

Katrin Benndorf

## Grundbildungszentrum Potsdam der Volkshochschule im Bildungsforum

Am Kanal 47  
14467 Potsdam

Weitere Informationen finden Sie auf der Webseite [gbz.potsdam.de](http://gbz.potsdam.de).

### Vorhabensbezeichnung:

Alphabetisierung und Grundbildung von Erwachsenen im Land Brandenburg

### Ziele und (erwartete) Ergebnisse:

Das Grundbildungszentrum nimmt Aufgaben zur Unterstützung der Alphabetisierung und Grundbildung in Potsdam wahr. Ziel ist die Reduzierung der gering literalisierten Erwachsenen und die Verbesserung erwerbsbezogener Kompetenzen durch den Ausgleich von Grundbildungsdefiziten. Die Vermittlung von grundlegenden Lese- und Schreibkompetenzen soll den Zugang zum lebenslangen Lernen fördern.

Gefördert aus Mitteln der Europäischen Union und des Landes Brandenburg.



Kofinanziert von der  
Europäischen Union



### Einführung in die Leichte Sprache

Leichte Sprache ist für Menschen mit großen Problemen beim Lesen. Das können z.B. Menschen mit Lernschwierigkeiten oder Menschen mit Lese- und Schreibschwierigkeiten sein. Leichte Sprache besteht aus einfachen, kurzen Hauptsätzen und wird durch Bilder unterstützt. In der Schulung lernen Sie die Grundlagen der Leichten Sprache kennen. In praktischen Übungen können Sie das Gelernte gleich umsetzen.

---

H23-70030

**17.11.23**

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Andrea Staegemann

---

F24-70030

**19.04.24**

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Franziska Tempel

---

### AufbauSeminar Leichte Sprache

In diesem Kurs erfahren Sie die Unterschiede zwischen Texten in Leichter und Einfacher Sprache. Das AufbauSeminar ist hauptsächlich durch praktische Übungen geprägt. Sie übertragen Texte in Leichte und Einfache Sprache und lernen mehr über die Regeln der Leichten Sprache, wie z.B. zu Zahlen, Zeichen, Bildern, Gestaltung, mündliche Sprache.

---

H23-70031

**08.12.23**

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Andrea Staegemann

---

F24-70031

**03.05.24**

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Franziska Tempel

---

### Verwaltungstexte in Einfacher Sprache

In diesem Seminar lernen Sie die Grundlagen der Einfachen Sprache kennen. Der Kurs ist hauptsächlich durch praktische Übungen geprägt, so dass Sie das Gelernte gleich umsetzen können. Die Textbeispiele beziehen sich alle auf Verwaltungstexte. Hierfür können Sie gern vorher einen Text einsenden, den Sie übersetzen möchten, an: [gbz@rathaus.potsdam.de](mailto:gbz@rathaus.potsdam.de)

---

W24-70040

**15.03.24**

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Franziska Tempel

---

### Lese- und Schreibschwierigkeiten erkennen und ansprechen

In dieser Schulung werden die folgenden Themen behandelt:

- Hintergrundinformationen zum funktionalen Analphabetismus bei Erwachsenen
- Welche Strategien benutzen Menschen mit Lese- und Schreibschwierigkeiten?
- (Wie) Sollte man das Thema ansprechen?
- Welche Hilfs- und Lernangebote gibt es in Potsdam und im Internet?

---

W24-70060

**16.02.24**

1x Fr, 09:00 - 11:30 Uhr

3 U-Std, VHS im Bildungsforum

entgeltfrei

Franziska Tempel

---

## Kostenfreie Lerncafés in Potsdam

Die kostenfreien Lerncafés stehen allen deutschsprachigen Erwachsenen offen, die besser lesen, schreiben, rechnen und einen Computer bedienen möchten. Ehrenamtliche Lernbegleiter\*innen sowie Kursleitende unterstützen Sie vor Ort. Auf Wunsch kontrollieren wir Ihre Aufgaben, üben das Lautlesen und helfen beim Schreiben von Texten.

### Lerncafé Deutsch und PC an der Volkshochschule

Jeden Mittwoch, 16:00 bis 19:00 Uhr  
Am Kanal 47, 14467 Potsdam, Raum 2-11

### Lerncafé Mathe an der Volkshochschule

Jeden Dienstag, 15:00 bis 17:15 Uhr  
Am Kanal 47, 14467 Potsdam, Raum 2-09

### Lerncafé im Haus der Begegnung, Waldstadt

Jeden Montag, 9:00 bis 12:00 Uhr  
Zum Teufelssee 30, 14478 Potsdam

### Lerncafé im oskar – Das Begegnungszentrum in der Gartenstadt Drewitz

Jeden Freitag, 08:30 bis 11:30 Uhr  
Oskar-Meißler-Straße 4-6, 14480 Potsdam

### Lerncafé im Bürgerhaus am Schlaatz

Jeden Dienstag, 16:00 bis 19:00 Uhr  
Am Schilfhof 28, 14478 Potsdam

### Lerncafé im Friedrich-Reinsch-Haus am Schlaatz

Jeden Mittwoch, 16:00 bis 19:00 Uhr  
Milanhorst 9, 14478 Potsdam

### Lerncafé im Friedrich-Reinsch-Haus am Schlaatz

Jeden Donnerstag, 09:15 bis 12:15 Uhr  
Milanhorst 9, 14478 Potsdam

**Helfen  
macht  
glücklich!**

Haben Sie Zeit und Lust, andere Menschen beim Lernen zu unterstützen? Dann werden Sie doch als ehrenamtliche Lernbegleiter\*innen aktiv.

#### Lerncafés

In den Lerncafés des Grundbildungszentrums der VHS üben die Teilnehmenden das Lesen, Rechnen und Schreiben sowie Englisch und den Umgang mit dem PC. Diese offenen Grundbildungsangebote richten sich an deutschsprachige Erwachsene, die große Schwierigkeiten mit dem Lesen und Schreiben haben. Das Angebot ist kostenlos und kann ohne Anmeldung genutzt werden.

#### Ihr Engagement

Sie unterstützen die Teilnehmenden mit viel Geduld beim Lernen. Über den Zeitpunkt und Umfang Ihres Engagements entscheiden Sie selbst.


Neben einem **regelmäßigen Austausch** bieten wir Ihnen auch **kostenfreie Fortbildungen** an.

Da alle Lernenden individuell betreut werden, sind wir auf ehrenamtliche Unterstützung angewiesen und freuen uns immer über interessierte Lernbegleiter\*innen.

#### Sprechen Sie uns an!

#### Kontakt:

Grundbildungszentrum  
Tel: 0331 289-4574  
[gbz@rathaus.potsdam.de](mailto:gbz@rathaus.potsdam.de)



## Leitbild der Volkshochschule im Bildungsforum

### Wer wir sind

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

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

### Bildung für alle

1919 wurden in ganz Deutschland viele Volkshochschulen gegründet. Auch die VHS Potsdam blickt auf eine 100jährige Geschichte zurück. Vieles hat sich in den vergangenen Jahrzehnten verändert, aber der Auftrag ist gleichgeblieben: Bildung für alle! Mit unserem Angebot möchten wir jede und jeden ansprechen – unabhängig von Alter, Bildungsstand, Herkunft oder Nationalität. Wir sorgen dafür, dass für alle etwas Passendes dabei ist und sind offen für Ihre Wünsche und Anregungen. Aktuelle gesellschaftliche, kulturelle, soziale und wirtschaftliche Themen greifen wir immer gern auf. Wir unterstützen Menschen auch dabei, (wieder) einen Zugang zur Arbeitswelt zu finden. In Kursen und offenen, kostenlosen Lerncafés an der VHS und in einzelnen Wohngebieten helfen wir allen, die Defizite im Lesen, Schreiben oder Rechnen haben, erste Schritte am PC erlernen oder ihre Deutschkenntnisse verbessern möchten. Übrigens ist unser Angebot nicht nur für Potsdamer Bürgerinnen und Bürger, sondern auch für Interessierte aus dem Umland und aus Berlin geöffnet. Und: Wir bieten auch Fortbildungen für Kursleitende und Firmen an.



## Unser Angebot

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

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

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

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

## Unsere Vision

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

## Meinungsvielfalt und Toleranz

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



# Entgeltordnung

## Entgeltordnung für die Volkshochschule im Bildungsforum der Landeshauptstadt Potsdam vom 06.05.2015

Die Stadtverordnetenversammlung der Landeshauptstadt Potsdam hat in ihrer Sitzung am 06.05.2015 folgende Entgeltordnung für die Volkshochschule im Bildungsforum beschlossen.

### § 1 - Teilnahmeberechtigung

- (1) Teilnehmende der Volkshochschule können in der Regel diejenigen werden, die das 16. Lebensjahr vollendet haben.
- (2) Über Ausnahmen entscheidet die Volkshochschule im Einvernehmen mit den Erziehungsberechtigten; sie sind in einzelnen Fällen zulässig, wenn die inhaltliche Konzeption und Durchführung der Veranstaltungen nicht beeinträchtigt wird.
- (3) In Kursen für Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren sind die Bildungsangebote methodisch-didaktisch der Zielgruppe angepasst.

### § 2 - Entgeltspflicht

- (1) Die Teilnahme an Veranstaltungen der Volkshochschule - Kurse, Vorträge, Einzelveranstaltungen - ist entgeltpflichtig.
- (2) Ausgenommen von der Entgeltspflicht sind Fachkonferenzen, Einzelberatungen, Einstufungstests oder Veranstaltungen ähnlicher Art.

### § 3 - Zahlungsweise

- (1) Die Entgeltspflicht entsteht mit der Anmeldung zur Veranstaltung. Das Entgelt ist am Tag des Veranstaltungsbegins fällig.
- (2) Die Teilnehmenden erhalten eine Rechnung.
- (3) Es kann eine Probestunde vereinbart werden, die bei Kursbelegung kostenpflichtig ist. Das Entgelt wird in diesem Fall sofort nach der Probestunde fällig.
- (4) Stornierungen sind grundsätzlich bis 5 Werktage vor Kursbeginn möglich, sie bedürfen in jedem Fall der Schriftform. Mündliche und anderweitige Abmeldungen bei der Kursleitung sind ausgeschlossen. Nichterscheinen gilt nicht als Rücktritt vom Kurs.
- (5) Bei Einzelveranstaltungen, die zwei Unterrichtsstunden umfassen, wird das Entgelt unmittelbar vor Beginn der Veranstaltung in bar kassiert. Eine nummerierte Eintrittskarte wird den Teilnehmenden ausgehändigt.
- (6) Der Kauf eines Gutscheins ist nur gegen Bar- oder EC-Zahlung möglich.

### § 4 - Entgelthöhe, Einschreibpauschale und Prüfungsentgelt

- (1) Das Entgelt für Veranstaltungen der Volkshochschule beträgt 4,00 € pro Unterrichtsstunde (45 Minuten) als Regelsatz.
- (2) Die Volkshochschule kann vom Regelsatz abweichend – je nach Zielsetzung und Nachfrage – das Entgelt für Veranstaltungen um bis zu 100 v. H. herab- oder heraufsetzen, wenn sich in der Summe der Veranstaltungen daraus keine Mindereinnahmen ergeben.

Die Entscheidung trifft die Leitung der Volkshochschule.

- (3) Die Durchführung der Kurse steht unter dem Vorbehalt des Erreichens der Mindestteilnehmendenzahl oder einer zu erwirtschaftenden Mindesteinnahme für die jeweilige Veranstaltung (einfache Kostendeckung).
- (4) Veranstaltungen, die in Kooperation mit einem anderen Bildungsträger angeboten werden, dessen Entgeltsätze hiervon abweichen, können nach den Bestimmungen des Kooperationspartners durchgeführt werden, wenn auch die Vergütung (Honorierung der Lehrenden) nach den Richtlinien des Kooperationspartners erfolgt.
- (5) Kosten, die bei der Durchführung des Unterrichts anfallen, sind von den Teilnehmenden zusätzlich zu entrichten (Eintrittsgelder, Lehrmaterialien, Modellgelder, Prüfungsgebühren, Mietpauschale und ähnliche Kosten).
- (6) Veranstaltungen im Auftrag und auf Rechnung Dritter bleiben davon unberührt und folgen betriebswirtschaftlichen Gesichtspunkten, die zwischen den Vertragspartnern schriftlich vereinbart werden.
- (7) Für Veranstaltungen und Veranstaltungsreihen mit einem Umfang von 9 und mehr Unterrichtsstunden wird eine Einschreibpauschale in Höhe von 7,00 € erhoben, die nicht ermäßigbar ist.
- (8) Teilnahmebescheinigungen werden nur nach regelmäßigem Besuch (80 v. H. der durchgeführten Unterrichtsstunden) ausgestellt. Sie sind kostenlos.
- (9) Die Prüfungsentgelte richten sich nach den Bestimmungen der jeweiligen Prüfungseinrichtung. Bei den Zertifikaten gelten die aktuellen Gebührenregelungen der entsprechenden Institute und Verbände.

## § 5 - Ermäßigungen, Jahreskarte (VHS-Card)

(1) Ermäßigungen in Höhe von 15 v. H. erhalten bei der Anmeldung unter Vorlage entsprechender Bescheinigungen:

- Arbeitslose
- Teilnehmende im Seniorenalter
- Teilnehmende, die die Schule besuchen, und Studierende
- Auszubildende, Teilnehmende während ihres Praktikums und Au-pairs
- Behinderte, die erwerbsunfähig sind und eine Erwerbsunfähigkeitsrente beziehen
- Einzelpersonen, soweit ihre Situation den vorher genannten Gruppen ähnelt. Die Entscheidung trifft die Leitung der Volkshochschule.

(2) Unter Vorlage entsprechender Bescheinigungen erhalten Empfangende von Grundsicherung, von Arbeitslosengeld II sowie Asylsuchende 65 v.H. Ermäßigung.

(3) Bei Kursen, die die Volkshochschule im Auftrag Dritter als Lizenznehmer oder –träger durchführt, gelten andere Bedingungen.

(4) Teilnehmende, die eine VHS-Card erwerben, erhalten eine Ermäßigung in Höhe von 25 v. H.; die VHS-Card wird personengebunden ausgestellt, ist nicht übertragbar, gilt ein Jahr ab Ausstellungsdatum und kostet einmalig 50,00 €.

(5) Doppelermäßigungen sind nur in Verbindung mit der VHS-Card möglich.

(6) Bereits im Programm als ermäßigt gekennzeichnete Kurse (e) können durch die VHS-Card nicht weiter ermäßigt werden.

(7) Eine nachträgliche Ermäßigung gebuchter Lehrveranstaltungen ist nicht möglich.

## § 6 - Teilbelegung von Kursen

Eine anteilige Bezahlung des Teilnehmerentgelts bei verspätetem Kurseinstieg ist nur in Ausnahmefällen nach schriftlich begründetem Antrag möglich. Die Entscheidung treffen die Programmverantwortlichen.

## § 7 - Rückzahlung

(1) Das Entgelt wird in voller Höhe erstattet, wenn die Veranstaltung nicht oder nur bis zu einem Viertel der Unterrichtsstunden durchgeführt wurde.

(2) Das Entgelt kann auf schriftlich begründeten Antrag und Vorlage entsprechender Nachweise (bis 6 Wochen nach Kursende) anteilig erstattet werden, wenn

- die Teilnehmenden erkrankt sind oder
- durch Umzug oder Beruf eine weitere Teilnahme glaubhaft verhindert wird oder
- eine weitere Teilnahme wegen notwendiger Änderungen der Kurszeit unzumutbar ist.

(3) Treten Teilnehmende die Veranstaltung oder den Kurs aus wichtigen persönlichen Gründen nicht an oder beenden ihn von sich aus vorzeitig, kann eine Rückzahlung nur aufgrund eines schriftlich begründeten Antrags erfolgen, der bis 6 Wochen nach Kursbeginn bzw. nach Kursabbruch zu stellen ist.

Die Entscheidung darüber trifft Leitung der Volkshochschule.

(4) Die Einschreibpauschale gemäß § 4 Absatz (7) wird in den Fällen des § 7 Absatz (2) als Verwaltungsaufwand einbehalten.

## § 8 - Sonstiges

(1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch bestimmte Kursleitende durchgeführt wird.

(2) Die Volkshochschule Potsdam ist berechtigt, in ihren Veranstaltungen Anwesenheitslisten zu führen. Als öffentliche Einrichtung der Landeshauptstadt Potsdam unterliegt die Volkshochschule den Bestimmungen des Datenschutzes.

(3) Änderungen der Personaldaten (Umzug, Namensänderung usw.) sind der Volkshochschule umgehend schriftlich anzuzeigen.

## § 9 - In-Kraft-Treten

Diese Entgeltordnung tritt am 01.08.2015 in Kraft. Potsdam, den 20. Mai 2015

Jann Jakobs  
Oberbürgermeister

Veröffentlicht im Amtsblatt 7/2015 der  
Landeshauptstadt Potsdam





Landeshauptstadt Potsdam  
Volkshochschule im Bildungsforum  
Am Kanal 47, 14467 Potsdam

# Anmeldeformular

Kurs-Nr. \* ..... Beginn \* .....

Kurstitel \* .....

## Teilnehmer/in

Name, Vorname \* ..... geboren \* .....

weiblich     männlich     divers

## Rechnungsempfänger/in

Firma / Name, Vorname \* .....

(bei Anmeldung von Minderjährigen: Gesetzliche Vertretung / bei Anmeldung über eine Firma: Firmenname)

## Rechnungsanschrift

Straße, Haus-Nr. \* .....

PLZ, Ort \* .....

## Kontaktdaten

Telefon / Mobil \* .....

E-Mail \* .....

\* = Pflichtfelder

Ich möchte über Veranstaltungsangebote der VHS informiert werden

## Hinweise:

- Das Ausfüllen des Formulars ist eine verbindliche Anmeldung. Sie erhalten in Kürze hierzu eine Rechnung (nicht bei entgeltfreien Kursen).
- Bei Anspruch auf Ermäßigung (außer bei Anmeldung eines Kindes durch dessen gesetzliche Vertretung), z.B. bei Schülern, Studierenden, ALG-Empfängern, Senioren usw., bitte den Nachweis in Kopie beilegen. Eine nachträgliche Berücksichtigung ist nicht möglich!  
Die von Ihnen eingereichten Unterlagen werden nach Einsicht anschließend vernichtet. Bitte nehmen Sie eine Schwärzung aller nicht erforderlichen Daten vor dem Einreichen der Nachweise vor.

Mit meiner Unterschrift stimme ich – bis auf Widerruf – der Speicherung und Weiterverarbeitung der personenbezogenen Daten gemäß der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) zu, einschließlich der Kopien, die ich ggf. für die Anmeldung abgegeben habe. Die Volkshochschule garantiert, dass die Daten allein für technisch-organisatorische Zwecke (Anmeldeverfahren, Rechnungslegung, Abrechnung u. ä.) verwendet und keinem Dritten zugänglich gemacht, überlassen oder verkauft werden.

\_\_\_\_\_ Datum

\_\_\_\_\_ Unterschrift **Rechnungsempfänger/in**

\_\_\_\_\_ Unterschrift **Teilnehmer/in**  
bzw. gesetzlicher Vertreter/in  
(falls abweichend von Rechnungsempfänger/in)

# Impressum

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>Herausgeber:</b>          | Landeshauptstadt Potsdam<br>Der Oberbürgermeister<br>Volkshochschule im Bildungsforum                     |
| <b>Verantwortlich:</b>       | Dr. Myrta Xhyra   |
| <b>Redaktion:</b>            | Maren Herbst, VHS-Team  |
| <b>Technische Betreuung:</b> | Matthias Ristow   |
| <b>Gesamtgestaltung:</b>     | ARIAS DIGITAL Carlos Arturo Arias Enciso ( <a href="http://www.ariasdigital.de">www.ariasdigital.de</a> ) |
| <b>Titelgestaltung:</b>      | ARIAS DIGITAL   |
| <b>Druck:</b>                | ARNOLD group – <a href="http://arnoldgroup.de">arnoldgroup.de</a>   |
| <b>Auflage:</b>              | 6.000 auf chlorfrei gebleichtem Papier  |

Irrtümer, Druckfehler und technische Änderungen vorbehalten



## Bildnachweis

S.27: © Bundesarchiv, Bild 170-371 / Max Baur / CC-BY-SA 3.0, CC BY-SA 3.0 DE, via Wikimedia Commons,  
S.34: © A.Savin, WikiCommons, S. 48: © Von Bundesarchiv, Bild 183-1986-0718-502 CC-BY-SA 3.0,  
S.49: © Wikipedia /archives familiales - 1937, S.50: © Stefanie Hoppe, S.52: © Andreas Kramer,  
S.56: © Angelina Streich, S. 93: © Claudia Zesche

Alle anderen sind lizenziert durch Adobe Stock, Envato Elements, Fotolia, privat oder VHS Potsdam oder unterliegen CC0 1.0 Universell Public Domain Dedication (Pixabay, Wikipedia etc.)



## Liebe Freundinnen und Freunde der Weiterbildung,

Ich freue mich sehr, dass es in Potsdam so viele Menschen gibt, die Lust haben, sich selbst weiterzubilden, denen aber auch die Weiterbildung aller am Herzen liegt.

Der VHS-Förderverein hat es sich zum Ziel gesetzt, der VHS inhaltliche Impulse, aber auch finanziellen Spielraum zu geben, damit sie Neues auszuprobieren und flexibel auf Veränderungen und Anregungen reagieren kann.

Ihre Spenden helfen der VHS bei:

- der Realisierung besonderer Einzelveranstaltungen und Projekte
- dem Erhalt und der Verbesserung der Ausstattung
- Durchführung von niedrigschwelligen Veranstaltungen

Helfen Sie mit, die VHS Potsdam bei ihrem Anliegen „Bildung für alle“ zu unterstützen!

Herzlichst,  
Ihr

**Prof. Dr. Joachim Ludwig**  
Vorsitzender des Fördervereins  
Prof. em. für Erwachsenen- und Weiterbildung sowie  
für Medienpädagogik an der Universität Potsdam

### Informationen zum VHS-Förderverein:

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

### Sie möchten spenden?

Förderverein der Volkshochschule  
Potsdam Steuernr.046/141/14636  
BBBank eG Potsdam  
IBAN: DE32 6609 0800 0005 9787 42  
BIC: GENODE33



**VHS** | **BILDUNGSFORUM**  
POTSDAM

**VHS** | Volkshochschule  
Am Kanal 47 | 14467 Potsdam

0331 289-4566, -4569  
vhsinfo@rathaus.potsdam.de

**vhs.potsdam.de**