



Volkshochschule Jena  
JenaKultur



**herbst • winter 2016/17**

[www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de) • [volkshochschule@jena.de](mailto:volkshochschule@jena.de) • tel. 03641 49-8200

# Informationen

## Burgaupark

# REWE CENTER

Sie finden unseren REWE-Markt im Obergeschoss. Der Markt wird derzeit im Erdgeschoss für Sie komplett umgebaut und öffnet im Herbst seine Pforten im neuen Gewand.

Öffnungszeiten: 8 bis 22 Uhr

### Unser Geschenktipp für jeden Anlass!

Gutscheine erhalten Sie im Centermanagement vom Burgaupark! Tel.: 03641 2834-0



## VERANSTALTUNGSÜBERSICHT

### August

20.08.2016 Blutspende-Aktion

### September/Oktober

03.09.2016 Verkehrssicherheitstag für Schulanfänger

24.09.2016 Kinderflohmärkte

26.09. – 08.10.2016 Herbstmarkt

### November/Dezember

06.11.2016 Verkaufsoffener Sonntag

06.11. – 11.11.2016 Laternenbasteln & Martinsumzug 11.11.

19.11.2016 Kinderflohmärkte

24.11. – 24.12.2016 Weihnachtsmarkt & Programm

27.11.2016 Verkaufsoffener Sonntag

1200 KOSTENLOSE PARKPLÄTZE  
WWW.BURGAUPARK.DE

  
**BURGAUPARK**

*Einer für alles!*

Änderungen vorbehalten!

# Inhalt

Vorwort & Grußwort.....	4/5
Leitbild.....	6
Unterrichtsorte & Hinweise.....	7
Ansprechpartner.....	8
Öffnungszeiten & Anmeldung.....	8
Semesterübersicht.....	10
VHS-Akademie.....	11
Junge VHS.....	15
Entgeltordnung.....	16



**Gesellschaft.....17**



**Kultur.....31**



**Gesundheit.....61**



**Sprachen.....81**



**Beruf.....125**



**Grundbildung...153**

Impressum.....	159
Anmeldekarten.....	161



## Vorwort des Oberbürgermeisters

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

das Jahr 2016 steht in Jena besonders unter dem Zeichen des 200. Geburtstages von Carl Zeiß und des 170-jährigen Bestehens der Firma Carl Zeiss. Welchen Zusammenhang gibt es zwischen diesen Jubiläen und der Volkshochschule? Die Firma Carl Zeiss und deren Stiftung standen 1919 an der Wiege der Volkshochschule und unterstützten über viele Jahre deren Arbeit. Und wenn jetzt im September zum wiederholten Mal der Tag der Mikroskopie in den Räumen des Volksbades und der Volkshochschule stattfindet, zeugt dies auch von der Verbundenheit. Einer der Gründungsväter der Volkshochschule, Dr. Reinhard Buchwald, schreibt in seinen Erinnerungen über einen Vortrag Ernst Abbes im Jahre 1901: „Die Arbeitsteilung, die nie und nimmer rückgängig zu machen sei, habe zur Folge eine geistige Verödung des Menschen, aber andererseits machten die technischen und wissenschaftlichen Anforderungen eine fortdauernde Anspannung der Intelligenz nötig; kein Arbeiter werde ein geschickter Arbeiter, wenn er nicht ein intelligenter Mann sei. Auch deshalb also: Verkürzung der Arbeitszeit, damit nicht nur Zeit für den Ersatz der verbrauchten Kraft gewährt wird, sondern vor allem für die Ausbildung der Intelligenz.“<sup>1</sup> Für das lebenslange Lernen wird in unserer Stadt also schon seit einiger Zeit gestritten. Das Angebot unserer Volkshochschule leistet hier einen wichtigen Beitrag. Übrigens: Ganz im Sinne Ernst Abbes engagiert sich die Volkshochschule auch im betrieblichen Gesundheitsmanagement der Stadtverwaltung.

Warum also nicht das Herbstsemester 2016 an unserer Volkshochschule als Auftakt für Ihr persönliches Weiterbildungsjahr nehmen? Es erwarten Sie viele neue und interessante Angebote.

Ihr

A handwritten signature in black ink that reads "Dr. Albrecht Schröter". The script is cursive and elegant.

Dr. Albrecht Schröter  
Oberbürgermeister der Stadt Jena

<sup>1</sup> Erinnerungen von Reinhard Buchwald an einen Vortrag Ernst Abbes 1901 in der „Staatswissenschaftlichen Gesellschaft zu Jena“, Thema: Die volkswirtschaftliche Bedeutung der Verkürzung des industriellen Arbeitstages



## **Grußwort der Präsidentin des TVV e.V., Landrätin Christine Zitzmann**

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Lernbegeisterte,

ich freue mich, dass Sie das aktuelle Programmheft der Volkshochschule aufgeschlagen haben. Das bedeutet, Sie haben Freude am Lernen und möchten sich weiterbilden.

Bildung ist ein wichtiger Faktor, wenn es darum geht, an der Gesellschaft teilzuhaben und sich einzubringen. Um mit anderen Menschen zusammen zu leben muss zum Beispiel jeder die Sprache können, gesellschaftliche Konventionen wissen und kulturelle Hintergründe gelernt haben. Ein Schulabschluss und eine Berufsausbildung oder ein Studium ermöglichen berufliche Teilhabe. Bildung ermöglicht es, sich in die Gesellschaft einzubringen.

In Thüringen wird der Zugang zu Bildung durch das flächendeckende Kursangebot der Thüringer Volkshochschulen ermöglicht. Gerade für die vielen Menschen aus anderen Ländern, die im vergangenen Jahr neu nach Thüringen gekommen sind, ist es wichtig, möglichst schnell Zugang zu diesen Bildungsangeboten zu erhalten, um Teil der Gesellschaft zu werden und sich einbringen zu können. Auch die Volkshochschulen unterstützen dabei aktiv.

Die Volkshochschulen bieten für alle Menschen Bildung und Weiterbildung – Sie haben Lust, Neues zu lernen, sich auszuprobieren und Ihre eigenen Fähigkeiten zu verbessern? Sie möchten einen Schulabschluss nachholen oder beruflich weiterkommen? Sie möchten gesünder und bewusster leben? Sie möchten eine Sprache lernen? Im Programm der Volkshochschulen finden Sie sicher etwas, was Ihren Vorstellungen entspricht.

Ich wünsche Ihnen ein erfolgreiches neues Semester, viel Freude beim Entdecken der aktuellen Angebote und viel Spaß in den Kursen, die Sie für sich gefunden haben!

Ihre

Christine Zitzmann  
Präsidentin des Thüringer Volkshochschulverbands e.V.

# Das Leitbild der Volkshochschule Jena

Das Leitbild wurde von uns, den Mitarbeitern der Volkshochschule Jena, entwickelt und ist richtungweisend für unsere Arbeit. Das Leitbild vereinigt in seinen Themenbereichen sowohl eine Bestandsaufnahme unserer Tätigkeiten als auch zukunftsweisende Richtlinien unserer weiteren Entwicklung. Das Leitbild trägt den gewachsenen Traditionen, den gegenwärtigen Rahmenbedingungen als auch den zukünftigen Herausforderungen Rechnung.

## Identität und Werte

Wir als Volkshochschule verstehen uns sowohl als Erwachsenenbildungseinrichtung in Trägerschaft der Stadt Jena als auch als Teil des kommunalen Eigenbetriebes JenaKultur und damit als Teil der öffentlichen Daseinsvorsorge. Die Geschichte der Volkshochschule Jena war und ist mit Persönlichkeiten wie den Pädagogen Wilhelm Rein, Herman Nohl, Wilhelm Flitner und Adolf Reichwein verbunden. Wir sehen uns als Forum für den demokratischen Meinungsaustausch, unabhängig von Geschlecht, Konfessionen und Parteizugehörigkeit. Im Rahmen unseres Bildungsauftrages fühlen wir uns folgenden Werten verpflichtet:

- Demokratie,
- Chancengerechtigkeit,
- Humanistisches Menschenbild,
- Mitwirkung unserer Teilnehmer,
- Offenheit und Toleranz gegenüber gesellschaftlichen, politischen, kulturellen, sozialen und religiösen Orientierungen und Einstellungen,
- Eröffnen wiederkehrender Bildungschancen auch unter dem Aspekt der Barrierefreiheit,
- Mitgestaltung von Bildungsübergängen und einer Willkommenskultur in der Kommune,
- Zusammenarbeit in Netzwerken zum Wohle der Bürgerinnen und Bürger,
- VHS selbst als lernende Organisation,
- Voraussetzungen, Anregungen und Unterstützung für das Lebenslange Lernen geben

## Auftrag und Ziele

Unsere Bildungsangebote richten sich, im Rahmen der Gesetzgebung, an die gesamte Bevölkerung, um Hilfen für Lernen, Orientierung und Eigentätigkeit anzubieten. Ziel ist es, damit Kenntnisse und Fähigkeiten zu fördern, um unter gegenwärtigen und zukünftigen Bedingungen die gesellschaftliche Teilhabe von Erwachsenen und Heranwachsenden weiter zu entwickeln. Dabei fühlen wir uns einer hochwertigen Kursgestaltung verbunden, d.h.: Die Unterbreitung von qualitativ sehr guten, bezahlbaren Kursangeboten entsprechend den Weiterbildungswünschen der Bürger ist für uns maßgebend. Dabei fühlen wir uns der Transparenz unserer Bildungs- und Beratungsangebote verpflichtet, orientieren uns an den Zielstellungen des Thüringer Erwachsenenbildungsgesetzes und verstehen uns als verlässlichen Netzwerkpartner in den lokalen Bildungslandschaften.

## Teilnehmer/Kunden

An der Volkshochschule finden Erwachsene und Heranwachsende persönliche Entwicklungsmöglichkeiten und Angebote. Wir richten uns mit unserem Angebot an einzelne Menschen sowie an soziale Gruppen. Eine weitere Adressatengruppe bilden Firmen, Organisationen, Vereine, die Friedrich-Schiller-Universität, die Ernst-Abbe-Hochschule und andere Institutionen der Region. Als kommunale Einrichtung hat unsere Einrichtung einen sozialen Auftrag und dafür Sorge zu tragen, dass niemand aus finanziellen Gründen von der Teilnahme ausgeschlossen ist. Als Dienstleister unterstützen wir die Kommune bei der Erfüllung ihrer Daseinsvorsorge. Verbraucher-

schutz ist Teil unseres Selbstverständnisses und drückt sich u.a. in der genauen Formulierung der Kursangebote und der Veröffentlichung der Geschäftsbedingungen im Programmheft, in der Geschäftsstelle und im Internet aus.

## Fähigkeiten und Leistungen

Als flexible, innovative und teilnehmerorientierte Dienstleistungseinrichtung im Sinne der Weiterbildung und Kommunikation bieten wir in sechs Fachbereichen ein breit gefächertes Bildungs- und Beratungsangebot an. Die allgemein- und berufsbildenden sowie kulturellen, sprachlichen und gesundheitsfördernden Angebote werden durch die fachlich qualifizierten und motivierten hauptamtlichen Mitarbeiter organisiert und betreut. Wir entwickeln, planen und gestalten gemeinsam mit unseren engagierten und gut ausgebildeten Kursleitern Veranstaltungen in verschiedenen Stadtteilen. Unser Bildungsangebot umfasst:

- allgemeine, berufliche, kulturelle, politische, gesundheitliche und gemeinwohlorientierte Qualifizierung,
- Prüfungen und anerkannte Abschlüsse,
- spezielle Angebote für soziale Gruppen,
- maßgeschneiderte, teilnehmerorientierte Kurse, kulturelle Veranstaltungen sowie Studienreisen,
- Projekte für verschiedene Zielgruppen

Im Rahmen unserer Weiterbildungsberatung, die für unseren Qualitätsstandard darstellt, informieren wir Teilnehmer über Möglichkeiten für abschlussbezogene Lehrgänge und Prüfungen. Die hauptberuflichen pädagogischen Mitarbeiter sind für die Planung, Vorbereitung, Durchführung und Auswertung der Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit den Kursleitern verantwortlich und bieten ihnen Weiterbildungslehrgänge nach ihren Möglichkeiten an. Die Teilnehmerorientiertheit unserer Einrichtung ist oberste Maxime, die durch die intensive Beratung und Betreuung gewährleistet wird.

## Ressourcen

Die materielle Grundlage unserer Arbeit setzt sich aus den Teilnehmerentgelten, den Zuwendungen des Landes, der Stadt und aus Drittmitteln zusammen. Daneben kooperieren wir zur Bewältigung unserer Ziele und Bildungsaufgaben mit Institutionen, Vereinen, Schulen und anderen Einrichtungen der Region. Die haupt- und nebenberuflichen Mitarbeiter unserer Einrichtung tragen durch ihre individuellen Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Bereicherung der Bildungsinhalte und Kursangebote bei. Dazu ist die fortwährende Weiterbildung aller unserer Mitarbeiter eine unabdingbare Voraussetzung. Für die Programmplanung greifen wir auf die Anregungen unserer Teilnehmer und Kursleiter zurück. Ebenso ist wirtschaftliches Denken und Handeln unserer hauptberuflichen Mitarbeiter ein Selbstverständnis, auch im Interesse unseres Eigenbetriebes, dessen Möglichkeiten und Synergieeffekte wir nutzen.

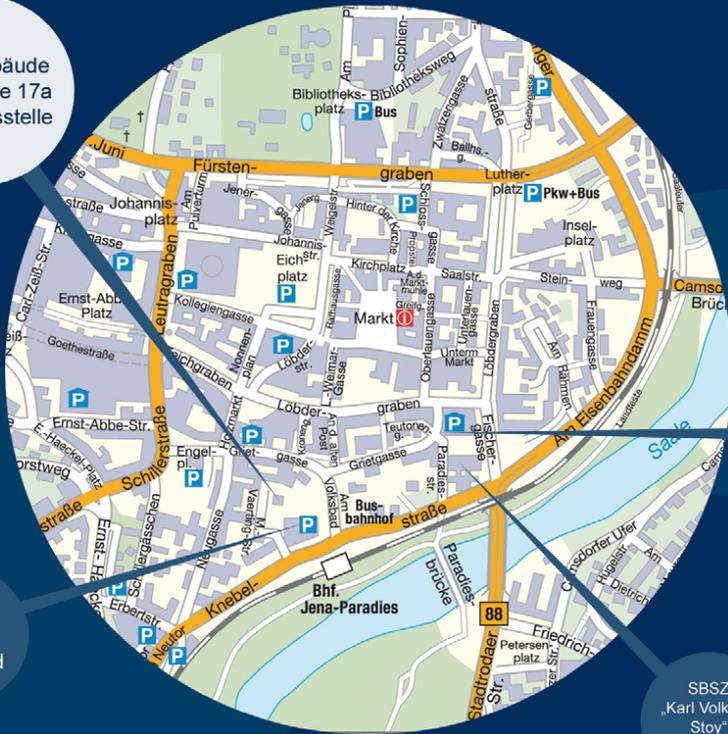
## Definition gelungenen Lernens

Unsere Teilnehmer erhalten die Möglichkeit, neue Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten zu erwerben bzw. vorhandene aufzufrischen und zu erweitern, um so steigende berufliche und lebensbezogene Anforderungen besser zu bewältigen. Wir bezeichnen Lernprozesse als gelungen, wenn verbindliche und transparente Qualitätskriterien erfüllt, geplante Lern- und Bildungsziele erreicht und unsere Teilnehmer dazu befähigt wurden, ihr erworbenes Wissen in unterschiedlichen Situationen vernetzt und variabel anwenden zu können. Die männlichen Bezeichnungen gelten gleichberechtigt für weibliche und männliche Personen.



# Hauptunterrichtsorte

VHS-Gebäude  
Grietgasse 17a  
Geschäftsstelle



VHS  
Paradies-  
str. 6

VHS  
Anbau  
Volksbad

SBSZ  
„Karl Volkmar  
Stoy“  
Paradiesstr. 5

## Hinweise

- **Ermäßigungsberechtigung:** Denken Sie bitte daran, mit der Anmeldung den entsprechenden Nachweis beizubringen. Dies gilt auch für Anmeldungen per E-Mail. **Eine nachträgliche Ermäßigung ist nicht möglich!**
- Die **Teilnehmerentgelte** werden **mit der Anmeldung fällig**.
- Die Vergabe der Plätze erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen.
- **Bitte informieren Sie sich telefonisch oder vor Ort über das Zustandekommen Ihres Kurses!** Wir setzen uns nur mit Ihnen in Verbindung, wenn der Kurs *nicht* stattfindet oder es Veränderungen in der Planung gibt.
- Sollte ein Kurs nicht stattfinden und Sie eine Einzugs-ermächtigung (SEPA-Mandat) erteilt haben, machen wir von dieser keinen Gebrauch. Wurde das Entgelt bar entrichtet, erhalten Sie dieses in der Geschäfts-stelle zurück.

**Bitte beachten Sie unsere Entgeltordnung auf Seite 16!**

## Frühjahrssemester 2017

Erscheinen des neuen Programmheftes:	19.01.2017
Anmeldebeginn:	23.01.2017
Semesterbeginn:	13.02.2017

# Anmeldung und Kasse



Ihre Ansprechpartnerin:  
**Margit Walter**



Volkshochschule Jena  
Grietgasse 17a  
07743 Jena

Telefon: 03641 49-8200  
Fax: 03641 49-8205  
E-Mail: [volkshochschule@jena.de](mailto:volkshochschule@jena.de)  
Internet: [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

## Öffnungszeiten

Montag und Mittwoch:  
Dienstag und Donnerstag:  
Freitag:

10:00-16:00 Uhr  
12:00-18:00 Uhr  
10:00-12:00 Uhr

## Anmeldung



persönlich Grietgasse 17a



telefonisch Tel.: 03641 49-8200



online/ E-Mail [volkshochschule@jena.de](mailto:volkshochschule@jena.de)  
[www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

Barzahlung/ EC-Karte oder  
SEPA-Lastschriftverfahren\*

nur SEPA-Lastschrift-  
verfahren\*

nur SEPA-Lastschrift-  
verfahren\*

## Verwaltung



**Sybille Zeise**  
[sybille.zeise@jena.de](mailto:sybille.zeise@jena.de)



**Sabine Schuldes**  
[sabine.schuldes@jena.de](mailto:sabine.schuldes@jena.de)



**Anna Schumann**  
[anna.schumann@jena.de](mailto:anna.schumann@jena.de)  
Raumservice / Buchhaltung

# Fachbereichsleitungen



## **Gudrun Luck**

Leiterin der VHS  
Tel. 49-8210  
gudrun.luck@jena.de

- Geschichte, Politik, Pädagogik, Religion
- Alphabetisierung



## **Christian Ziege**

Stellv. Leiter • Fachbereichsleiter  
Tel. 49-8213  
christian.ziege@jena.de

- Sozialkompetenzen ● Studienreisen, Fotografie ● Beruf
- Schulabschlüsse, Studienvorbereitung



## **Katja Mauß**

Fachbereichsleiterin  
Tel. 49-8211  
katja.mauss@jena.de

- Sprachen



## **Eva Munkelt**

Fachbereichsleiterin  
Tel. 49-8212  
eva.munkelt@jena.de

- Gesundheit



## **Doreen Müller**

Fachbereichsleiterin  
Tel. 49-8224  
doreen.mueller@jena.de

- Kultur (außer Studienreisen und Fotografie)



## **Nicole Bergmann**

Mitarbeiterin Lernförderung  
Tel. 49-8216  
nicole.bergmann@jena.de

- Lernförderung

## Das VHS-Semester im Überblick: Herbst 2016

VHS-Schnuppertage: 06.–08.09.2016

Beginn generell: 19.09.2016 Beginn Schulabschlüsse: 22.08.2016

Bitte auch frühere Beginnzeiten beim jeweiligen Kurs beachten.

VHS-Wochen	Woche von – bis	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	
1	19.09.16 – 25.09.16	1	1	1	1	1	1	1	
2	26.09.16 – 02.10.16	2	2	2	2	2	2	2	
3	03.10.16 – 09.10.16	FT	3	3	3	3	3	3	
4	10.10.16 – 16.10.16	Ferien							
5	17.10.16 – 23.10.16	Ferien							
6	24.10.16 – 30.10.16	3	4	4	4	4	4	4	
7	31.10.16 – 06.11.16	FT	5	5	5	5	5	5	
8	07.11.16 – 13.11.16	4	6	6	6	6	6	6	
9	14.11.16 – 20.11.16	5	7	7	7	7	7	7	
10	21.11.16 – 27.11.16	6	8	8	8	8	8	8	
11	28.11.16 – 04.12.16	7	9	9	9	9	9	9	
12	05.12.16 – 11.12.16	8	10	10	10	10	10	10	
13	12.12.16 – 18.12.16	9	11	11	11	11	11	11	
14	19.12.16 – 25.12.16	10	12	12	12	Ferien			
15	26.12.16 – 01.01.17	Ferien							
16	02.01.17 – 08.01.17	11	13	13	13	12	12	12	
17	09.01.17 – 15.01.17	12	14	14	14	13	13	13	
18	16.01.17 – 22.01.17	13	15	15	15	14	14	14	
19	23.01.17 – 29.01.17	14	N	N	N	15	15	15	
20	30.01.17 – 05.02.17	15	N	N	N	N	N	N	
21	06.02.17 – 12.02.17	Ferien							

## Zeichenerklärung:

N: Nachholveranstaltung

FT: Feiertage

## Schnupperkurse (Änderungen vorbehalten)

Di, 06.09.2016	Mi, 07.09.2016	Do, 08.09.2016
<p><b>17:00 Uhr</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Auftakt zum Tag des offenen Denkmals</li> <li>- Zeichnen</li> <li>- Fitness</li> <li>- Schwedisch</li> <li>- Brainstorming</li> </ul> <p><b>18:00 Uhr</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Taijiquan</li> </ul> <p><b>18:15 Uhr</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ungarisch</li> <li>- Alles „Apple“ oder was?</li> </ul>	<p><b>17:00 Uhr</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Genre-Achterbahn durch Prosa, Lyrik und Drama</li> <li>- Einstufung für Englisch</li> <li>- Xpert Business Lernnetz</li> </ul> <p><b>18:00 Uhr</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Yoga</li> </ul> <p><b>18:15 Uhr</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Japanisch</li> <li>- Mobil in die Cloud – Smartphone, Tablet und Co.</li> </ul>	<p><b>17:00 Uhr</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Malerei nach Bob Ross®</li> <li>- Turbo Make-Up</li> <li>- Arabisch</li> <li>- Computerkurse in zwei Sprachen</li> </ul> <p><b>17:30 Uhr</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Häkeln</li> </ul> <p><b>18:15 Uhr</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Karibik Tänze</li> <li>- Persisch</li> </ul>

**Alle Kurse finden am Standort Grietgasse 17a bzw. im Volksbad statt.**

Die Volkshochschule möchte Sie auch im Herbstsemester 2016 zur

### „VHS-Akademie“

recht herzlich einladen. Sie finden in der unten aufgeführten Übersicht alle Vorträge. Die Themen erstrecken sich über viele Bereiche unseres Programms. Wenn Sie etwas vermissen, freuen wir uns über Ihre Hinweise.

**Nähere Informationen** finden Sie im jeweiligen Programmbereich. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

September/Oktober		
Di, 20.09.2016, 18:00	Spanische Malerei – Das Goldene Zeitalter von El Greco bis Velázquez <b>D20301</b>	Dr. Thomas Frantzke
Di, 20.09.2016, 18:00	Entscheidungen treffen – aber wie? <b>D10715</b>	René Knizia
Do, 22.09.2016, 17:30	Spielen, Spielen, Spielen... <b>D10602</b>	Anne Franko/Conny Becker
Di, 27.09.2016, 18:00	Spanische Malerei – Francisco de Goya <b>D20302</b>	Dr. Thomas Frantzke
Do, 29.09.2016, 18:00	Syrien – wie es einmal war <b>D11001</b>	Ulli Hoffmann
Di, 04.10.2016, 18:00	Gestaltung eines Testamentes <b>D10506</b>	Brigitte Weikart
Di, 25.10.2016, 17:00	Mit der Kraft der Gedanken: Mentalstrategien für Ihren Erfolg <b>D10702</b>	Anja Schirlitz
Di, 25.10.2016, 18:45	Was steckt wirklich in mir? <b>D10703</b>	Anja Schirlitz

Do, 27.10.2016, 17:30	Es geht auch anders! Übungsraum für eine neue Gesprächs- und Konfliktkultur <b>D10720</b>	Katharina Müller/ Anne Franko
<b>November</b>		
Di, 01.11.2016, 18:00	Der thüringisch-hessische Erbfolgekrieg und seine Folgen <b>D10101</b>	Dr. Thomas Frantzke
Do, 03.11.2016, 17:30	Die Patientenverfügung <b>D10508</b>	Renate Heck-Schönauer
Do, 03.11.2016, 19:45	Das klassische Kunstprogramm – Die Begegnung Goethes und Schillers in Jena <b>D20140</b>	Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak
Di, 08.11.2016, 18:00	Die Landgrafschaft Thüringen bis zur Chemnitzer Teilung 1382 <b>D10102</b>	Dr. Thomas Frantzke
Do, 10.11.2016, 18:00	Kartografische Spaziergänge durch Jenas Geschichte <b>D11101</b>	André Nawrotzki
Do, 10.11.2016, 19:45	Goethe <b>D20141</b>	Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak
Di, 15.11.2016, 17:00	Positiver Umgang mit chronischen Schmerzen und psychosomatischen Beschwerden <b>D10710</b>	Anja Schirlitz
Di, 15.11.2016, 18:00	Thüringen während der innerwettinischen Konflikte des 15. Jahrhunderts <b>D10103</b>	Dr. Thomas Frantzke
Do, 17.11.2016, 17:30	Die Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung <b>D10509</b>	Renate Heck-Schönauer
Di, 22.11.2016, 18:00	Sprachphilosophie im Alltag, Teil 1: Täuschung, Streitkunst und Lüge <b>D10801</b>	Benedikt Kühn
Di, 22.11.2016, 18:00	Das benediktinische Kloster im Mittelalter – Ursprünge und Anfänge des Mönchtums <b>D10901</b>	Dr. Tina Bode
Do, 24.11.2016, 17:00	Das Geheimnis der Unverwundbarkeit <b>D10704</b>	Anja Schirlitz
Do, 24.11.2016, 18:45	Konflikte lösen – Teufelskreise der Kommunikation durchbrechen <b>D10705</b>	Anja Schirlitz
Do, 24.11.2016, 19:45	Das Balladenjahr 1797 <b>D20142</b>	Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak
Di, 29.11.2016, 18:00	Sprachphilosophie im Alltag, Teil 2: Mit Sprache handeln <b>D10802</b>	Benedikt Kühn
Di, 29.11.2016, 18:00	Das Frankenreich und das Königreich der Thüringer <b>D10104</b>	Dr. Thomas Frantzke
<b>Dezember</b>		
Do, 01.12.2016, 18:00	Weltreligionen – Teil 1: Judentum <b>D10905</b>	Dr. Constance Hartung

Do, 01.12.2016, 19:45	Schillers „Wallenstein“-Drama <b>D20143</b>	Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak
Di, 06.12.2016, 18:00	Sprachphilosophie im Alltag, Teil 3: Sinn und Bedeutung <b>D10803</b>	Benedikt Kühn
Di, 06.12.2016, 18:00	Das benediktinische Kloster im Mittelalter – Die Klosteranlage, deren Bewohner und der Tagesablauf anhand der Benediktregel <b>D10902</b>	Dr. Tina Bode
Do, 08.12.2016, 18:00	Weltreligionen – Teil 2: Christentum <b>D10906</b>	Dr. Constance Hartung
Do, 08.12.2016, 19:45	Das Tübinger Stift <b>D20144</b>	Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak
Di, 13.12.2016, 18:00	Kommunikation in Steuerklasse 1 <b>D10730</b>	René Knizia
Di, 13.12.2016, 18:00	Thüringen unter fränkischer Herrschaft <b>D10105</b>	Dr. Thomas Frantzke
Do, 15.12.2016, 18:00	Weltreligionen – Teil 3: Islam <b>D10907</b>	Dr. Constance Hartung
Do, 15.12.2016, 19:45	Jean Paul als erfolgreichster Romanschrift- steller seiner Zeit <b>D20145</b>	Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak
Di, 20.12.2016, 18:00	Das benediktinische Kloster im Mittelalter – Die karolingischen Reformen <b>D10903</b>	Dr. Tina Bode
Do, 22.12.2016, 19:45	Die frühromantische Bewegung in Jena <b>D20146</b>	Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak
<b>Januar/Februar</b>		
Di, 03.01.2017, 17:00	Lebensbalance statt Burnout durch Acht- samkeit <b>D10706</b>	Anja Schirlitz
Di, 03.01.2017, 18:45	Mehr Energie durch gesundes Zeitmanage- ment <b>D10707</b>	Anja Schirlitz
Do, 05.01.2017, 19:45	Auf der Suche nach der blauen Blume <b>D20147</b>	Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak
Di, 10.01.2017, 18:00	Der Aufstieg der Karolinger bis zu Karl dem Großen <b>D10106</b>	Dr. Thomas Frantzke
Do, 12.01.2017, 17:00	Den inneren Schweinehund an die Leine nehmen <b>D10701</b>	Anja Schirlitz
Do, 12.01.2017, 18:45	Entrümpeln, Entstapeln, Ausmisten – Frei- raum schaffen in Kopf und Büro <b>D10708</b>	Anja Schirlitz
Do, 12.01.2017, 19:45	Schillers Dramen <b>D20148</b>	Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak
Mo, 16.01.2017, 09:00	Gestaltung eines Testaments <b>D10507</b>	Brigitte Weikart
Di, 17.01.2017, 18:00	Karl der Große und die „Renovatio imperii“ <b>D10107</b>	Dr. Thomas Frantzke

Do, 19.01.2017, 19:45	Schiller auf dem Höhepunkt seines Ruhms <b>D20149</b>	Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak
Di, 24.01.2017, 18:00	Der Niedergang der Karolinger und das ostfränkische Reich <b>D10108</b>	Dr. Thomas Frantzke
Do, 26.01.2017, 19:45	Heinrich von Kleist als dramatisches Genie <b>D20150</b>	Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak
Do, 02.02.2017, 19:45	Heinrich von Kleist als Erzähler <b>D20151</b>	Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak
Do, 09.02.2017, 19:45	Johann Peter Hebels „Schatzkästlein des rheinischen Hausfreundes“ <b>D20152</b>	Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak

• **„Citytour – Wissen to go!“ – Komm mit, ich zeig Dir meine Welt**

Dieses Angebot ist eine Einladung an alle, die Ihre Lebenswelt auf eine neue Art gemeinsam mit anderen wechselseitig erkunden möchten.

Es richtet sich gleichermaßen an Menschen, die neu nach Jena gezogen sind als auch an jene, die hier schon länger leben. Die „Citytouren“ geben Ihnen Zeit, nach links und nach rechts zu schauen, Dinge zu hinterfragen und gemeinsam Antworten zu finden. Egal wie alt Sie sind und wo Sie herkommen. Hier können Sie Neuem begegnen, mit anderen Menschen Unbekanntes erschließen und mit ihnen gemeinsam diesen Prozess gestalten. Ein neues Format, wo auch Sie Lehrende sein können. Wir bieten einen Rahmen, in dem sich Menschen treffen, die sich sonst nicht begegnen würden. Und falls doch einmal die Ideen fehlen, bieten wir eine Vielzahl an Möglichkeiten, diese Begegnung zu etwas Besonderem zu machen. Lassen Sie sich darauf ein, Ihre Stadt und Ihre Bürger auf eine neue Art kennenzulernen.

**D11102**

Dozentenkollektiv

Studentisches Projekt „Begegnen – Erschließen – Gestalten“ der Ernst-Abbe-Hochschule Jena.

Sa, 05.11.2016, 10:00 Uhr (ca. 2-3 Stunden)

Ende offen!

Treffpunkt: VHS-Gebäude, Grietgasse 17a

Erwachsene zahlen 4 €, Kinder und Jugendliche bis 16 frei

• **Eine Reise durch die Erdgeschichte ... Prozesse, die unseren Planeten formen**

Unser Planet Erde hat eine lange und bewegte Geschichte – seine Oberfläche, sein Inneres und seine Atmosphäre waren und sind einem ständigen Wandel unterworfen. Die Bedingungen, die unser Leben auf der Erde ermöglichen, wurden dabei erst im Laufe der Zeit durch verschiedene Prozesse geschaffen. In dieser Vortragsreihe werden die Veränderungen unseres Planeten in den verschiedenen Epochen der Erdgeschichte erläutert. Dabei geht es nicht nur um das Verständnis der verschiedenen Prozesse im Laufe der Zeit, sondern auch darum, wie uns diese Vorgänge auch heute noch beeinflussen und wo wir sie beobachten können.

Dozent: Matthias Schmitz

Der Kursort für diese Veranstaltungsreihe wird noch bekannt gegeben!

Entgelt pro Abend: 6,00 €

- Atmosphäre und Ozeane – Wie die Erde bewohnbar wurde  
D11103 | Do, 03.11.2016, 18:00 – 20:15 Uhr
- Plattentektonik – Warum Thüringen heute dort liegt, wo es liegt  
D11104 | Do, 17.11.2016, 18:00 – 20:15 Uhr
- Das Erdaltertum – Spuren vergangener Kontinente  
D11105 | Do, 01.12.2016, 18:00 – 20:15 Uhr
- Die Trias – seit 200 Millionen Jahren vergangen und dennoch täglich sichtbar  
D11106 | Do, 15.12.2016, 18:00 – 20:15 Uhr
- „Aussterbeereignisse“ der Erdgeschichte – vom Schicksal der Dinosaurier  
D11107 | Do, 12.01.2017, 18:00 – 20:15 Uhr
- Kalt- und Warmzeiten – Klimawandel im Laufe der Erdgeschichte und seine Ursachen  
D11108 | Do, 26.01.2017, 18:00 – 20:15 Uhr

## Angebote für Schüler, Jugendliche und junge Erwachsene

„Die Jugend soll ihre eigenen Wege gehen, aber ein paar Wegweiser können nicht schaden.“

Pearl S. Buck

**Schüler, Studenten und Auszubildende erhalten bei uns 30 Prozent Ermäßigung auf das Teilnehmerentgelt, wenn es sich nicht um eine Klein- oder Mini-gruppe handelt!**

junge vhs



- **Mal- und Zeichenkurs für Jugendliche – Kleingruppe**

Für Jugendliche von 13-16 Jahren.

Heike Burkhardt

Di, 13.09. – 01.11.2016 | 16:00 – 17:30 Uhr | 6 Nachmittage | 52,20 € | D20554J

- **Mal- und Zeichenkurs für Jugendliche – Kleingruppe**

Für Jugendliche von 13-16 Jahren.

Heike Burkhardt

Di, 08.11. – 13.12.2016 | 16:00 – 17:30 Uhr | 6 Nachmittage | 52,20 € | D20554JA

- **Mal- und Zeichenkurs für Kinder – Kleingruppe**

Für Kinder von 8-12 Jahren.

Zoya Goletz

Mi, 14.09. – 02.11.2016 | 15:00 – 16:30 Uhr | 6 Nachmittage | 52,20 € | D20556J

- **Mal- und Zeichenkurs für Kinder – Kleingruppe**

Für Kinder von 8-12 Jahren.

Zoya Goletz

Mi, 09.11. – 14.12.2016 | 15:00 – 16:30 Uhr | 52,20 € | D20556JA

- **Mal- und Zeichenkurs für Kinder – Kleingruppe**

Für Kinder von 8-12 Jahren.

Zoya Goletz

Mi, 14.09. – 02.11.2016 | 15:00 – 16:30 Uhr | 6 Nachmittage | 52,20 € | D20556J

- **Mal- und Zeichenkurs für Kinder – Kleingruppe**

Für Kinder von 8-12 Jahren.

Zoya Goletz

Mi, 09.11. – 14.12.2016 | 15:00 – 16:30 Uhr | 6 Nachmittage | 52,20 € | D20556JA

- **Vorm leeren Blatt: Schreiben ohne Blockaden**

Franziska Brünner

Sa, 26.11.2016 | 09:00 – 15:00 Uhr | 19,80 € (bereits ermäßigtes Entgelt) | D50408A

- **Tastschreiben aktiv – sicher und einfach schreiben lernen (Ferien)**

Dana Krausová

Mo – Fr, 17.10.2016 – 21.10.2016 | 09:00 – 15:00 Uhr, 5 Tage | 96,00 € (bereits ermäßigtes Entgelt) | D50410

- **Tastschreiben aktiv – sicher und einfach schreiben lernen (Ferien)**

Franziska Brünner

Mo – Fr, 06.02.2017 – 10.02.2017 | 09:00 – 14:00 Uhr, 5 Tage | 96,00 € (bereits ermäßigtes Entgelt) | D50411

- **Tastschreiben meets Word – Ferienkurs für Kinder**

Franziska Brünner

Mo – Mi, 10.10.2016 – 12.10.2016 | 09:00 – 15:00 Uhr, 3 Tage | 52,80 € (bereits ermäßigtes Entgelt) | D50412

# Entgeltordnung und Teilnahmebedingungen der VHS Jena

vom 10.07.2013

veröffentlicht im Amtsblatt Nr. 36/13 vom 04.09.2013, S. 291

Auf Grund von § 22 Abs. 2 der Thüringer Kommunalordnung (ThürKO) in der Fassung der Bekanntmachung vom 28. Januar 2003 (GVBl. S. 41), zuletzt geändert durch Artikel 2 des Gesetzes vom 21. Dezember 2011 (GVBl. S. 531, 532), hat der Stadtrat der Stadt Jena in der Sitzung am 10.07.2013 die folgende Entgeltordnung beschlossen:

## § 1

### Grundlagen

1. Die Volkshochschule Jena (VHS) ist eine öffentliche Einrichtung der Stadt Jena. Für die Teilnahme an Veranstaltungen der VHS werden Entgelte nach den Bestimmungen dieser Ordnung im Rahmen eines privatrechtlichen Vertragsverhältnisses erhoben.
2. Ein Anspruch auf die Durchführung einer geplanten Veranstaltung oder auf die Leitung der Veranstaltung durch vorgesehene Lehrkräfte wird gegenüber der VHS nicht begründet.

## § 2

### Anmeldung und Zahlungspflicht

1. Zu den Veranstaltungen der VHS können sich Personen anmelden, die mindestens sechzehn Jahre alt sind. Veranstaltungen für jüngere Personen sind gesondert ausgewiesen.
2. Die Teilnehmerzahl je Kurs, Seminar oder Lehrgang beträgt in der Regel mindestens acht.
3. Zur Zahlung der Entgelte sind die Teilnehmer einer Veranstaltung, bei Minderjährigen deren gesetzliche Vertreter verpflichtet.
4. Die Entgelte werden mit der verbindlichen Anmeldung zu einer Veranstaltung fällig. Die Anmeldung erfolgt schriftlich, per Fax oder per E-Mail, telefonisch oder persönlich und führt auch bei Nichtteilnahme zur Zahlungspflicht. Eine Anmeldebestätigung erfolgt nur bei Anmeldung per E-Mail.
5. Die Zahlungspflicht entsteht auch ohne Anmeldung durch die – auch teilweise – Teilnahme an einer Veranstaltung.
6. Teilnehmer, die in eine bereits laufende Veranstaltung einsteigen, haben das volle Entgelt zu entrichten. In begründeten Ausnahmefällen, z. B. bei Ausfall eines anderen Kurses, kann hiervon abgewichen werden.

## § 3

### Höhe der Entgelte für Veranstaltungen

1. Für Kurse, Seminare, Lehrgänge wird ein Entgelt von 2,00 € bis 10,00 € je Unterrichtseinheit (45 Minuten), erhoben. Für jeden Kurs wird zusätzlich ein einmaliger Verwaltungsbeitrag in Höhe von 3,00 € erhoben. Für Kurse und Einzelveranstaltungen mit überdurchschnittlich hohem Kostenaufwand können höhere Entgelte verlangt werden.
2. Für Einzelveranstaltungen werden Entgelte von 3,00 € bis 15,00 € erhoben. Von der Erhebung eines Entgeltes kann abgesehen werden, wenn es sich um Veranstaltungen von besonderer Bedeutung oder um spezielle Veranstaltungen zu aktuellen gesellschaftlichen Themen handelt oder die Veranstaltung durch Drittmittel finanziert wird.
3. Für eine Unterrichtsstunde (45 Minuten) zur Vorbereitung auf staatliche Schulabschlüsse (Haupt- und Realschulabschluss, Fachhochschulreife, Abitur) wird ein Entgelt von 1,20 € bis 2,50 € erhoben. Das Entgelt wird semesterweise zu Beginn des Semesters in einem Betrag fällig.
4. Für Kurse und sonstige Veranstaltungen, die die VHS im Auftrag Dritter durchführt, werden Entgelte entsprechend den tatsächlich anfallenden Kosten berechnet.
5. Die VHS kann Veranstaltungen für Kleingruppen unter acht Teilnehmern zu erhöhten Entgelten einrichten. Dies geht aus der jeweiligen Veranstaltungsausschreibung hervor oder wird vor Kursbeginn mit den Teilnehmern vereinbart. Kleingruppen liegen unter der vom Thüringer Erwachsenenbildungsgesetz (ThEBG) und dessen Durchführungsbestimmungen in der jeweils aktuellen Fassung vorgegebenen Mindestteilnehmerzahl. Die Berechnung des Entgeltes erfolgt nach der allgemeinen Kurskalkulation zuzüglich der entgangenen Landesfördermittel. Es besteht auch die Möglichkeit, bei gleichbleibendem Entgelt die Zahl der UE zu verringern. Nach Kursbeginn eingehende Anmeldungen haben auf die Kleingruppenregelung keinen Einfluss mehr.
6. Aufwendungen für Exkursionen und Studienreisen werden kostendeckend berechnet. Dies betrifft sowohl die Ausgaben des Reiseveranstalters als auch die Aufwendungen der VHS für die Organisation und Begleitung. Die VHS tritt dabei nur als Vermittler auf, nicht als Veranstalter.
7. Die konkrete Höhe des jeweils zu zahlenden Entgeltes ergibt sich aus dem im Programmheft und/oder im Internet veröffentlichten Programm der VHS.

## § 4

### Entgelte für sonstige Leistungen

1. Die Entgelte für Prüfungen werden kostendeckend berechnet und nicht ermäßigt. Für Prüfungen im Auftrage Dritter gelten deren Entgeltbestimmungen.
2. Aufwendungen für Lern- und Arbeitsmaterialien (z. B. Lehrmaterial, Verbrauchsmaterialien) sind von den Teilnehmern zu tragen und werden gesondert abgerechnet.
3. Bescheinigungen jeglicher Art werden dem Teilnehmer für Veranstaltungen des laufenden Semesters gegen ein Entgelt von 2,00 € in der Geschäftsstelle ausgehändigt oder auf Wunsch des Teilnehmers per Mail als pdf-Dokument kostenfrei versandt. Die Bescheinigungen für einen länger zurückliegenden Kurs wird generell nur gegen ein Entgelt von 5,00 € ausgestellt. Die Bescheinigung über die Teilnahme an einem Kurs setzt die Teilnahme an 80 % der Termine der jeweiligen Veranstaltung voraus.

## § 5

### Ermäßigungen

1. Das Entgelt für Kurse und Lehrgänge wird für Inhaber von JENABONUSKarten, für Vollzeitstudenten, Schüler, Auszubildende, Schwerbehinderte, Arbeitslosengeld I-Empfänger, Teilnehmer am freiwilligen sozialen, kulturellen oder ökologischen Jahr um 30 Prozent, für Altersrentner um 15 Prozent ermäßigt.

2. Die Berechtigung ist durch Vorlage geeigneter Dokumente bei der Anmeldung nachzuweisen. Eine nachträgliche Vorlage bleibt unberücksichtigt.
3. Für Exkursionen, Einzelveranstaltungen, Studienreisen, Unterrichtskurse zur Vorbereitung von Schulabschlüssen und Veranstaltungen in Kleingruppen werden keine Ermäßigungen gewährt.
4. Die VHS kann kundenorientiert und zeitlich befristet weitere Ermäßigungen gewähren. Die Ermäßigungsbestände werden in geeigneter Weise bekannt gemacht (Programmheft, Internet, Werbung, Aushänge).
5. Ausgewiesene Begleitpersonen behinderter Teilnehmer können kostenfrei an Veranstaltungen teilnehmen.

## § 6

### Zahlungsmodalitäten

1. Die Entgelte sie sind in bar oder per EC-Karte in der Geschäftsstelle der VHS zu entrichten oder unbar im Lastschriftverfahren. Eine Einzugsermächtigung kann schriftlich, telefonisch, per Fax oder per E-Mail erteilt werden. Entgelte für Einzelveranstaltungen können auch an der Kasse (Einlass) gezahlt werden.
2. Für Mahngebühren werden 3,00 € erhoben.
3. Bei Rücklastschriften, die von der VHS nicht zu vertreten sind, hat der Teilnehmer die von den Banken verlangten Gebühren zu tragen.
4. Auf Auftrag des Teilnehmers erstellt die VHS eine Rechnung.

## § 7

### Abmeldung und Erstattungen

1. Findet eine Veranstaltung aus von der VHS zu vertretenden Gründen nicht, nur teilweise oder in einer gegenüber der Ankündigung wesentlich veränderten Form statt, werden bereits gezahlte Entgelte dem Ausfall entsprechend ganz oder teilweise erstattet. Weitere Ansprüche können nicht geltend gemacht werden. Der Wechsel einer Lehrkraft ist keine wesentliche Änderung.
2. Eine Abmeldung des Teilnehmers ist bis zehn Kalendertage vor dem Veranstaltungsbeginn formlos möglich. Bei späteren Abmeldungen muss sie schriftlich erfolgen. Ein Fernbleiben vom Kurs oder eine Mitteilung an den Kursleiter gelten nicht als Abmeldung.
3. Bis zehn Kalendertage vor Beginn einer Veranstaltung ist der Rücktritt kostenfrei, bei späteren Abmeldungen sind 50 % des Kursentgeltes zu entrichten. Darüber hinaus sind der VHS gegebenenfalls bereits entstandene Sachkosten zu erstatten.
4. Ab Veranstaltungsbeginn ist das gesamte Veranstaltungsentgelt fällig, es sei denn, eine ärztliche Bescheinigung über eine Erkrankung wird vorgelegt, die eine weitere Kursteilnahme unmöglich macht, die Erstattung erfolgt auf Antrag anteilig. Verwaltungs- und Sachentgelte werden nicht erstattet.
5. Über Anträge auf Entgelterstattungen aus einem anderen wichtigen Grund als dem unter 4. genannten entscheidet im Einzelfall die Leitungsperson der VHS.
6. Fallen Unterrichtsstunden aus, werden Nachholtermine angeboten. Kann ein Teilnehmer diese Termine nicht wahrnehmen, hat er Anspruch auf eine anteilige Erstattung des Entgeltes. Darüber hinausgehende Ansprüche sind ausgeschlossen.
7. Einzelveranstaltungen sind von diesen Regelungen nicht betroffen.
8. Bei einem Ausschluss nach § 6 Abs. 4 der Satzung der Volkshochschule werden bereits gezahlte Entgelte nicht erstattet.
9. Bei Schulabschluss- und weiteren Lehrgängen gelten abweichende Regelungen, die in einem gesonderten Vertrag vereinbart werden.
10. Für Studienreisen und Exkursionen gelten die Stornierungsfristen und Entgeltregelungen des Reiseveranstalters.
11. Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird von diesen Regelungen nicht berührt.

## § 8

### Haftung

1. Bei Verlust oder Beschädigung von Einrichtungsgegenständen hat der Teilnehmer bzw. sein gesetzlicher Vertreter Schadenersatz zu leisten.
2. Die VHS haftet nicht für gestohlene, verlorengangene oder andere Sachschäden der Teilnehmer, es sei denn, die Schäden sind auf Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit ihrer Angestellten oder Erfüllungsgehilfen zurückzuführen.

## § 9

### Bild- und Tonaufzeichnungen

1. Die VHS ist berechtigt, von den Veranstaltungen Bild- und Tonaufzeichnungen anzufertigen und zu ihrem Eigenbedarf und ihrer Selbstdarstellung zu verwenden. Eine Vergütungspflicht besteht nicht. Jeder Teilnehmer/in kann dieses Recht allgemein (schriftlich) oder im konkreten Einzelfall ausschließen.
2. Mitschnitte durch die Teilnehmer sind nicht gestattet. Ausgegebenes Lehrmaterial darf nicht ohne Genehmigung der Volkshochschule vervielfältigt oder auf elektronischem Wege weitergegeben werden.

## § 10

### Sprachformen

Soweit in dieser Satzung Bezeichnungen, die für Frauen und Männer gelten, nur in der männlichen oder nur in der weiblichen Sprachform verwendet werden, gelten diese Bezeichnungen für Frauen in der weiblichen bzw. für Männer in der männlichen Sprachform.

## § 11

### Inkrafttreten

Diese Ordnung tritt nach ihrer Veröffentlichung im Amtsblatt in Kraft. Zugleich tritt die am 13.07.2005 beschlossene Entgeltregelung der Volkshochschule Jena außer Kraft.

# Fachbereich Gesellschaft



## Inhalt

Zeitgeschichte .....	18
Recht/Finanzen .....	21
Pädagogik.....	22
Persönliche Kompetenzen .....	24
Rhetorik/Kommunikation .....	26
Philosophie .....	28
Religion.....	29
Länderkunde/Heimatkunde .....	30

Leiterin der VHS

**Gu drun Luck**

Tel. 49-8210

[gu drun.luck@jena.de](mailto:gu drun.luck@jena.de)



Stellv. Leiter

Fachbereichsleiter

**Ch ri stian Zie ge**

Tel. 49-8213

[ch ri stian.zie ge@jena.de](mailto:ch ri stian.zie ge@jena.de)



Sachbearbeiterin

**Sy bille Zei se**

Tel. 49-8200

[sy bille.zei se@jena.de](mailto:sy bille.zei se@jena.de)



## Kleingruppenregelung

Sehr geehrte Teilnehmerinnen und Teilnehmer, sollte Ihr Kurs nicht die geforderte Mindestteilnehmerzahl erreicht haben, die Einrichtung einer Kleingruppe aber sinnvoll und möglich sein, so werden Sie darüber informiert. Sie können dann entscheiden, ob Sie dieses Angebot annehmen oder nicht. Später eingehende Anmeldungen haben auf die Kleingruppenregelung keinen Einfluss mehr.



## Zeitgeschichte

### Die Landgrafschaft Thüringen unter den Wettinern (1247–1482)

Nach rund 200-jähriger Herrschaft sterben die Ludowinger in männlicher Linie aus. Die Landgrafschaft Thüringen gelangt 1264 nach dem thüringisch-hessischen Erbfolgekrieg in den Besitz der Wettiner. Zumeist übernimmt ein Familienmitglied der Dynastie die Würde des Landgrafen und übt ein relativ eigenständiges Regiment aus, was im Spätmittelalter zu großen Konflikten innerhalb der Wettiner führen sollte. Mit dem Tod Wilhelm III. 1482 ist das Ende der Landgrafschaft erreicht, deren Gebiete nach der Leipziger Teilung 1485 an das ernestinische Kursachsen fallen.

- **Der thüringisch-hessische Erbfolgekrieg und seine Folgen**

1247 übernimmt Heinrich der Erlauchte, Markgraf von Meißen, die vakante Landgrafschaft. Andere Fürsten und vor allem die Herzogin von Brabant, Tochter Ludwig IV. und Elisabeths von Thüringen, machen ihm das hessisch-thüringische Erbe streitig. Nach einem 17 Jahre währenden Krieg gelingt es Heinrich, den thüringischen Besitz für die Wettiner zu sichern.

#### D10101

Dr. Thomas Frantzke  
Di, 01.11.2016, 18:00 – 20:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
7,50 €

- **Die Landgrafschaft Thüringen bis zur Chemnitzer Teilung 1382**

Nach erfolgreich überstandener Krise im Kampf gegen das Königtum Ende des 13./Anfang des 14. Jahrhunderts müssen sich Friedrich der Freidige und seine Nachfolger gegen die Ansprüche des thüringischen Adels durchsetzen. Der Vogtländische Krieg und die Thüringer Grafenfehde entscheiden über die Vormachtstellung im Land. Der Vertrag von Chemnitz 1382 führt zur Teilung des Hauses Wettin in die Mark Meißen und Thüringen.

#### D10102

Dr. Thomas Frantzke  
Di, 08.11.2016, 18:00 – 20:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
7,50 €

- **Thüringen während der innerwettinischen Konflikte des 15. Jahrhunderts**

Nach 1400 gerät der Streit über die Aufteilung des wettinischen Gesamtbesitzes fast außer Kontrolle. Landgraf Friedrich separiert sich von seiner Familie, heiratet (nicht standesgemäß) eine Schwarzburgerin und stützt sich auf den starken thüringischen Adel. Dies gefährdet die wettinischen Interessen in Thüringen. Die Eskalation wird durch die Hussitenkriege aufgeschoben, erfolgt jedoch 1446 im verheerenden Sächsischen Bruderkrieg zwischen Landgraf Wilhelm III. und Kurfürst Friedrich dem Sanftmütigen.

#### D10103

Dr. Thomas Frantzke  
Di, 15.11.2016, 18:00 – 20:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
7,50 €

### Das Frankenreich unter der Herrschaft der Merowinger

Das Geschlecht der Merowinger hat ca. 300 Jahre das Frankenreich regiert, bevor es im 8. Jahrhundert von den Karolingern verdrängt wird. In der Nachfolge Westroms etabliert sich das Reich unter König Chlodwig als stärkste Macht und kann durch Siege u. a. über die Alamannen, Burgunder und Thüringer enorm expandieren. Für die Kontinuität der Herrschaft ist die Einführung des Christentums von entscheidender Bedeutung.

- **Das Frankenreich und das Königreich der Thüringer**

Im 5. Jahrhundert setzen sich König Childerich und sein Nachfolger Chlodwig gegen weströmische Heerführer durch und gründen ein fränkisches Reich in Gallien. Die Integration der hochentwickelten gallo-romanischen Bevölkerung, die Siege über germanische Stämme sowie der Übertritt zur römisch-



katholischen Kirche sind Garanten des Erfolgs. Nach Chlodwigs Tod 511 wird das Reich unter seinen vier Söhnen aufgeteilt. In dieser Zeit hat sich das Königreich der Thüringer zu einem starken Konkurrenten der Franken entwickelt. Sein Gebiet erstreckt sich bis an die Elbe und bis nach Hessen und Franken.

**D10104**

Dr. Thomas Frantzke  
 Di, 29.11.2016, 18:00 – 20:15 Uhr  
 VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
 7,50 €

● **Thüringen unter fränkischer Herrschaft**

Nach dem Sieg über die Thüringer in der Schlacht an der Unstrut lässt Chlotar deren letzten König ermorden und heiratet die thüringische Prinzessin Radegunde, um legitimer Erbe zu werden. Radegunde sollte nur wenig später als Nationalheilige große Verehrung finden. Das einstige Thüringer Reich wird im Süden und Westen von Franken, im Norden von Sachsen und im Osten von Slawen besiedelt. Am Ende der Herrschaft der Merowinger rückt die Region in den Fokus christlicher Missionare um Bonifatius, der 742 das Bistum Erfurt gründet.

**D10105**

Dr. Thomas Frantzke  
 Di, 13.12.2016, 18:00 – 20:15 Uhr  
 VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
 7,50 €

**Das Frankenreich unter der Herrschaft der Karolinger**

Die Dynastie der (erst später so benannten) Karolinger, die im 7./8. Jahrhundert als Hausmeier (Verwalter) der merowingischen Könige das Land regieren, erheben sich 751 selbst zu Königen. Unter Karl dem Großen wird das Reich die Großmacht in Europa. Sein Ziel ist die „Renovatio imperii“, die Wiederherstellung des Reiches in der Nachfolge Westroms. Nach dem Tod Karls zerfällt das Frankenreich, aus dessen westlichem Teil Frankreich und dem östlichen Deutschland hervorgehen sollten. Deshalb wird Karl der Große mitunter als Vater Europas bezeichnet.

● **Der Aufstieg der Karolinger bis zu Karl dem Großen**

Ende des 7. Jahrhunderts übernimmt der karolingische Hausmeier Pippin der Mittlere faktisch die Macht im gesamten Frankenreich. Der Sieg Karl Martells in der Schlacht von Poitiers 732 gegen die Araber festigt seine Position im Reich. Die merowingischen Könige üben nur mehr eine repräsentative Funktion aus. Nach der Absetzung des letzten Merowingerkönigs wird Pippin der Jüngere 751 als erster Karolinger König.



Aachener Dom, Foto: VHS | Luck

**D10106**

Dr. Thomas Frantzke  
 Di, 10.01.2017, 18:00 – 20:15 Uhr  
 VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
 7,50 €

● **Karl der Große und die „Renovatio imperii“**

Karl der Große regiert von 768 (seit 771 allein) bis 814. In Feldzügen gegen Langobarden, Awaren und Sachsen und in der politischen Unterwerfung des Herzogtums Bayern erlangt Karl absoluten Großmachtstatus, der in der Kaiserkrönung 800 sichtbaren Ausdruck findet. Mit der Wiederherstellung des Reiches in der Nachfolge Roms stellt er die Weichen für das spätere „Heilige Römische Reich“. Karl fördert Wissenschaft, Kunst und Kultur, was auch unter dem Begriff „Karolingische Renaissance“ gewürdigt wird. Auf seine Anordnung wird erstmals das Recht der Thüringer schriftlich fixiert.



## D10107

Dr. Thomas Frantzke  
Di, 17.01.2017, 18:00 – 20:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
7,50 €

### ● Der Niedergang der Karolinger und das ostfränkische Reich

Nach dem Tod Karls des Großen erschüttern innere Konflikte das Frankenreich. Nach dem Tod Ludwigs des Frommen kommt es 843 zur Teilung von Verdun, die das Land in drei Teile spaltet. Im Vertrag von Meerssen wird 870 der nördliche Teil des Mittelreichs zwischen den ostfränkischen und westfränkischen Herrschern aufgeteilt. Damit ist die Grundlage für das spätere Frankreich und das ostfränkisch-ottonische Reich gelegt, dessen Machtzentren im heutigen Thüringen und Sachsen-Anhalt liegen.

## D10108

Dr. Thomas Frantzke  
Di, 24.01.2017, 18:00 – 20:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
7,50 €

### ● Schnuppertage an der VHS: Auftakt zum Tag des offenen Denkmals



Jedes Jahr am zweiten Sonntag im September kann man ungewöhnliche und sonst oft nicht mögliche Einblicke in unsere Geschichte gewinnen. Dann wird bundesweit zum Tag des offenen Denkmals eingeladen, der erstmals 1993 stattfand. In diesem Jahr steht der Tag unter dem Motto „Gemeinsam Denkmale erhalten“. Welche Denkmale Sie in Jena am 11. September besichtigen können, wird Ihnen die Teamleiterin Untere Denkmalschutzbehörde, Frau Elke Zimmermann, erläutern.

## D10110

Elke Zimmermann  
Di, 06.09.2016, 17:00 – 17:45 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
kein Entgelt

### ● Handschriften aus Ur-Großmutterns Zeiten lesen – Grundkurs

Besitzen Sie noch alte Briefe oder Dokumente aus der Zeit Ihrer Ur-Großeltern, können diese aber nicht mehr lesen, da man noch in „Kurrent“ und „Sütterlin“ schrieb? Der Kurs richtet sich an alle Interessierten, die die Grundlagen und das Lesen der alten deutschen Handschrift erlernen wollen.



## D10120

Immanuel Voigt  
Do, 22.09.2016, 18:00 – 19:30 Uhr, 3 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
21,50 €

### ● Handschriften aus Ur-Großmutterns Zeiten lesen – Aufbaukurs

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits Vorkenntnisse im Lesen der deutschen Schreibschrift haben. Neben den Leseübungen widmen wir uns auch dem Erlernen der deutschen Schreibschrift.

Das Übungsheft „Schreibschule der deutschen Schrift“ von H. Delbanco ist bereits im Entgelt enthalten.

## D10121

Immanuel Voigt  
Do, 27.10.2016, 18:00 – 19:30 Uhr, 4 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
30,00 €



## Recht und Finanzen

### ● Gestaltung eines Testamentes

Viele Familien zerbrechen an dem Thema „erben“. Wie man eventuellen Streitigkeiten vorbeugen kann, erfahren Sie in diesem Kurs.

Themen u.a.:

- Kein Testament – was passiert dann?
- Testament, Erbvertrag, Vermächtnis – was ist wann sinnvoll?
- Der Pflichtteil – wer bekommt wie viel?
- Lebensgemeinschaft / Lebenspartnerschaft
- Der Erbschein – was ist das?

### D10506

Brigitte Weikart

Di, 04.10.2016, 18:00 – 20:15 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

8,50 €

### ● Gestaltung eines Testamentes

Erläuterungen siehe D10506

### D10507

Brigitte Weikart

Mo, 16.01.2017, 09:00 – 11:15 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

8,50 €

### ● Die Patientenverfügung

Dieses Seminar richtet sich an Interessierte, die erfahren möchten, welche Anforderungen an eine rechts-wirksam Patientenverfügung gestellt werden, welche

Form, welchen Inhalt eine Patientenverfügung haben kann, wie verbindlich sie ist, ob man immer an den einmal verfassten Inhalt gebunden ist oder er korrigiert werden kann.

Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wird ein Muster einer Patientenverfügung zur Verfügung gestellt und im Einzelnen mit ihnen besprochen.

### D10508

Renate Heck-Schönauer

Do, 03.11.2016, 17:30 – 19:45 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

8,50 €

### ● Die Vorsorgevollmacht und Betreuungsvollmacht

Es werden die Anforderungen an eine rechtswirksame Vorsorgevollmacht erläutert, welche Form und welchen Inhalt eine Vorsorgevollmacht haben kann, ob sie widerrufen werden kann und auf was dabei zu achten ist, wie man sich gegen Missbrauch schützen kann und wie der Unterschied zur Betreuungsvollmacht ist. Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern werden Muster einer Vorsorgevollmacht und einer Betreuungsvollmacht zur Verfügung gestellt und im Einzelnen mit ihnen besprochen.

### D10509

Renate Heck-Schönauer

Do, 17.11.2016, 17:30 – 19:45 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

8,50 €

Weiterführende Literatur finden Sie  
in der Ernst-Abbe-Bücherei  
[www.stadtbibliothek.jena.de](http://www.stadtbibliothek.jena.de)





## Pädagogik

### ● **Konflikte ohne (viele) Worte – Wie Kinder unter drei Jahren ihre Konflikte nonverbal und mit ersten Worten meistern**

Zweijährige verständigen sich anders als ältere Kinder – denn sie nutzen zur Kommunikation ausschließlich Körpersprache. Konflikte unter Kleinkindern verlaufen deshalb auch anders als unter älteren Kindern, die neben der reichhaltigen Körpersprache auch auf Worte zurückgreifen können.

In diesem Seminar werden in praxisnaher und anschaulicher Weise die Grundlagen der konstruktiven Konfliktlösung und ihre Anwendung im pädagogischen Alltag vermittelt. Sie erfahren, wie Sie Kinder unterschiedlichen Alters unterstützen können, Konflikte friedlich und gewinnbringend für alle Beteiligten zu klären.

Inhalte:

- Grundverständnis von Konflikten
- Besonderheit der Konflikte von Kleinkindern untereinander sowie mit größeren Kindern
- Methoden der konstruktiven Konfliktlösung mit Kindern
- Vertiefende Spiele, Übungen und Literatur zum Thema

Zielgruppe: ErzieherInnen, Tagesmütter und Eltern

### **D10601**

Anne Franko/Conny Beeker

Di, 01. u. 8.11.2016, 17:30 – 19:45 Uhr, 2 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
40,00 €

### ● **Spiele, Spielen, Spielen...**

Für alle, die Spaß am Spiel haben

„Denn, um es endlich einmal herauszusagen, der Mensch spielt nur, wo er in voller Bedeutung des Wortes Mensch ist und er ist nur da ganz Mensch, wo er spielt.“ (Friedrich Schiller)

Spiele sind oft pures Vergnügen und ernsthaftes Handeln zugleich. Insbesondere Spiele, bei denen miteinander und nicht gegeneinander gespielt wird, bei denen alle gewinnen und keiner verliert. Diese koope-

rativen Spiele können überall gespielt werden und benötigen nur wenig Material. Das Seminar richtet sich an alle, die Spaß am Spielen haben. Die Spielideen, die Sie am Ende auf dem Papier mitnehmen, können Sie gern in anderen Gruppen ausprobieren.

### **D10602**

Anne Franko/Conny Beeker

Do, 22.09.2016, 17:30 – 19:45 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
19,00 €

### ● **Kinder und Jugendliche mit ADHS besser verstehen – Elterstraining**

Wie sehr leiden Kinder und Eltern unter der angeblichen „Modekrankheit“ ADS/ADHS? – und was kann man dagegen tun.

Ob Zappelphilipp oder „Hans guck in die Luft“, diese Kinder entsprechen (angeblich) nicht der Norm. Bereits 1845 schilderte Heinrich Hoffmann in seinem berühmten Kinderbuch „Der Struwwelpeter“ die unangepassten Verhaltensweisen von Kindern. Es gibt sie also schon immer, die etwas anderen, besonderen Kinder. Albert Einstein und Albert Schweitzer sollen welche gewesen sein.

Aber warum funktionieren bei diesen Menschen manche Dinge im Zusammenleben anders? Dem wollen wir auf den Grund gehen und damit künftig das Zusammenleben erleichtern.

- Kennenlernen und Geschichte des ADHS / Was ist ADHS? Was läuft da anders? Es ist kein böser Wille
- Was ist Erziehung und wo liegen unsere Erwartungen? Was ist anders, als bei anderen Kindern?
- Wer hat das Problem? Wir oder die Umwelt? Was kann ich ändern? Den Blickwinkel ändern.
- Besser verstehen durch geänderte Kommunikation / Positives Denken – Wir schaffen das.
- Positives Bestärken und seine Wirkung / Kompetentes Verhalten in akuten Problemsituationen
- Selbstachtsamkeit – Wir müssen auch an uns denken / alltägliche Probleme – Hausaufgaben
- Kommunikation mit KITA und Schule – Fördermöglichkeiten / Nachgespräch

Der Unterricht ist durch verschiedene Methoden abwechslungsreich gestaltet. Die Probleme der Teilnehmer können beispielhaft bearbeitet werden.



## D10605

Heike Weber

Do, 24.11.2016, 18:00 – 20:15 Uhr, 4 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
39,50 €

### ● **LifeKinetik® – Bewegungsprogramm zur Gehirnentfaltung**

Unser Gehirn lässt sich ähnlich trainieren wie ein Muskel: Life Kinetik® heißt das neue Bewegungsprogramm zur Steigerung von Konzentration, Kreativität und Wohlbefinden.

Diese innovativen koordinativen Übungen beeinflussen die Hirnentwicklung bei Kindern als auch bei Erwachsenen sehr positiv, sie regen neuronale Lernvorgänge an. Das Koordinationstraining führt nicht nur zur Bildung neuer Nervenzellen im Gehirn, sondern verstärkt auch die Interaktion zwischen den noch bestehenden Nervenzellen.

Diese Veränderungen im Gehirn haben viele positive Auswirkungen:

- Gedächtnisinhalte werden besser abgespeichert,
- Verbesserung der Lese- und Rechenfähigkeit,
- Steigerung der fluiden Intelligenz,
- höhere Konzentrationsfähigkeit,
- deutlich stärkere Stressresistenz,
- verstärkte Erholungsreaktionen im Nachtschlaf,
- Senkung des Burn-out-Risikos,
- verzögert dementielle Symptome und
- verbesserte Auge-Hand-Koordination und Auge-Fuß-Koordination.

Life Kinetik® kombiniert ungewohnte Bewegungsaufgaben mit kognitiven Herausforderungen und visuellen Aufgaben. Dabei wird nicht so lange geübt, bis eine Automatisierung eintritt sondern es erfolgt ein Aufgabenwechsel bzw. eine Steigerung, wenn von 10 Versuchen 5 bis 6 klappen. Die Übungen sind dabei so gewählt, dass der Spaß nicht zu kurz kommt. Durch eine spezifische methodische Vorgehensweise anhand von aufeinander aufbauenden Trainingskomplexen ist es möglich, ein Leben lang das Gehirn vor neue Herausforderungen zu stellen.

## D10606

Michael Anhalt

Mi, 21.09.2016, 19:00 – 21:00 Uhr  
Mi, 28.09.2016, 19:00 – 20:00 Uhr  
Mi, 05.10.2016, 19:00 – 20:00 Uhr  
Mi, 26.10.2016, 19:00 – 20:00 Uhr  
Mi, 02.11.2016, 19:00 – 20:00 Uhr  
VHS, Paradiesstr. 6, Entspannungsraum  
71,50 € (Keine Ermäßigungen möglich!)

### ● **Mama und Papa trennen sich – was nun?**

Wenn sich Eltern trennen, gibt es viel zu regeln. Insbesondere dann, wenn Kinder von der Trennung betroffen sind. Es ist eine große Herausforderung sich als Paar zu trennen und weiterhin gemeinsam als Eltern für die Kinder da zu sein. Da Trennungen häufig mit starken Gefühlen von Schuld, Wut, Verletzung und Verlassenheit verbunden sind, fällt es oft schwer, gute Lösungen für die Kinder zu finden. An diesem Punkt wollen wir Sie gern unterstützen.

In diesem Seminar gehen wir auf die Situation von Kindern während der Trennung ein. Ebenfalls wird es um die Eltern gehen, die sich in Trennung befinden. Es wird ausreichend Raum für Austausch geben. Sie nehmen viele Anregungen mit, wie sie als Eltern trotz Trennung gut für ihre Kinder da sein können.

Zielgruppe: Eltern in Trennung; Menschen, die mit Kindern zu tun haben, deren Eltern sich trennen.

Die Dozentin Conny Beeker ist Mediatorin, Sozialpädagogin und Mathematikerin.

Die Dozentin Anne Franko ist Mediatorin, Kulturwissenschaftlerin und Ergotherapeutin.

## D10607

Conny Beeker/Anne Franko

Do, 05. u. 26.01.2017, 17:30 – 19:45 Uhr, 2 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
39,50 €



## Persönliche Kompetenzen

### ● **Den inneren Schweinehund an die Leine nehmen – das Geheimnis der gesunden Motivation**

Kennen Sie das? Eigentlich wollten Sie schon längst aufhören mit dem Rauchen oder mehr Sport machen, sprich: aus ungeliebten Verhaltensmustern ausbrechen. Doch immer wieder tappen Sie in Ihre Gewohnheitsfallen. Kurzfristig tut uns Bequemlichkeit gut, macht uns aber auf Dauer unzufrieden. Erfahren Sie in diesem Workshop mehr über die Entstehung Ihrer Bequemlichkeit und zähmen Sie Ihren inneren Schweinehund dauerhaft, ohne sich selbst zu überfordern.

#### **D10701**

Anja Schirlitz

Do, 12.01.2017, 17:00 – 18:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

6,00 €

### ● **Mit der Kraft der Gedanken: Mentalstrategien für Ihren Erfolg**

Lernen Sie höchst wirksame mentale Werkzeuge, mit denen Sie Ihre inneren Blockaden, Ängste und behindernden Denk- und Verhaltensmuster nachhaltig »löschen« und mit dem, was Sie wirklich wollen »überschreiben«. Trauen Sie sich, das Potential an Fähigkeiten und Kreativität, das in Ihnen steckt, endlich ganz zu leben.

#### **D10702**

Anja Schirlitz

Di, 25.10.2016, 17:00 – 18:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

6,00 €

### ● **Was steckt wirklich in mir? – Persönliche Stärken – Potentiale entdecken**

Wirklich erfolgreich und lustvoll sind wir nur dann, wenn wir ganz natürlich das tun, was wir richtig gut können. Entdecken Sie Ihre persönlichen Wohlfühlbereiche, Neigungen und Talente. Lernen Sie sich in diesem Seminar einmal wieder neu kennen. Finden Sie so vielleicht sogar zu Ihrer wahren Berufung. Steigern

Sie Ihre Lebenszufriedenheit langfristig.

#### **D10703**

Anja Schirlitz

Di, 25.10.2016, 18:45 – 20:15 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

6,00 €

### ● **Das Geheimnis der Unverwundbarkeit**

Permanente Sticheleien, unsachliche Kritik oder Versagensängste können einem schon den Arbeitsspaß verderben. Doch auch im Privaten muss man manchmal zu massiven Verteidigungsstrategien greifen, um sich aus der ungeliebten Opferrolle zu befreien. Trainieren Sie sich im souveränen Umgang mit Ärger und Kritik. Gewinnen Sie mehr Selbstsicherheit und erobern Sie sich so Stück für Stück Ihre Selbstachtung zurück.

#### **D10704**

Anja Schirlitz

Do, 24.11.2016, 17:00 – 18:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

6,00 €

### ● **Konflikte lösen – Teufelskreise der Kommunikation durchbrechen**

Kennen Sie die täglichen Auseinandersetzungen in Beruf, Partnerschaft oder Familie, die sich immer und immer wieder im Kreis drehen und in die wir so lange tappen, bis wir es leid sind? Manchmal genügt es, wenn wir unseren Blick auf die Situation und auf unseren Gesprächspartner ändern, um aus diesen zerstörerischen Teufelskreisen auszusteigen, die unsere Beziehungen belasten. Auch konkrete Fragetechniken und Rituale können helfen, um wieder konstruktiv zu einander zu finden.

Erarbeiten Sie sich in diesem Seminar eine individuelle Strategie für Ihre herausfordernden Gesprächspartner.

#### **D10705**

Anja Schirlitz

Do, 24.11.2016, 18:45 – 20:15 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

6,00 €



- **Lebensbalance statt Burnout durch Achtsamkeit**

Wissen Sie, was Ihnen im Leben wirklich wichtig ist? Unser Lebenstempo steigt, der Alltag hat uns fast pausenlos in Beschlag. Manchmal ist das für uns herausfordernd und spannend, oft ist es aber auch einfach nur anstrengend und erschöpfend. Damit man sich in Achtsamkeit üben, um die innere Stärke und Energie zu schützen, auszubauen und erhöhen zu können. Finden Sie zurück in eine Balance zwischen der Bewältigung Ihres Alltags und der Orientierung an den Dingen, die Ihnen wirklich wichtig sind. Entwickeln Sie eine neue Bewusstheit für Ihr persönliches Ressourcen-Gleichgewicht.

## D10706

Anja Schirlitz

Di, 03.01.2017, 17:00 – 18:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

6,00 €

- **Mehr Energie durch gesundes Zeitmanagement**

Bei den steigenden Anforderungen, die in unserer Zeit an Fachkräfte gestellt werden, ist es wichtig, mit den eigenen Kräften sinnvoll zu haushalten und eine tragfähige Balance zwischen Beruf und Familie zu schaffen.

Dieses Seminar unterstützt Sie dabei, Ihre eigene Leistungsgrenze rechtzeitig zu erkennen und Zeitmanagementtechniken endlich umzusetzen.

## D10707

Anja Schirlitz

Di, 03.01.2017, 18:45 – 20:15 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

6,00 €

- **Entrümpeln, Entstapeln, Ausmisten – Freiraum schaffen in Kopf und Büro**

Wer kennt sie nicht, die unaufgeräumten Schubkästen und Regale oder die berühmterbüchtigten Aktenstapel auf und sogar neben dem Schreibtisch? Doch wie kann man sich dauerhaft von unnötigem Ballast befreien, überflüssige Dinge wegwerfen und wieder Systematik und Energie in sein Arbeitsleben bringen? Denn Entrümpeln schafft nicht nur Ordnung in Ihrem Büro, sondern auch in Ihrem Kopf und kann sogar Ihre Persönlichkeit positiv beeinflussen.

Dieses Seminar möchte Sie dabei unterstützen, Ihr Büro auf „Dinge-Diät“ zu setzen, und zeigen, wie man sich lustvoll aus der Unordnung befreien kann, ohne Jo-Jo-Effekt.

## D10708

Anja Schirlitz

Do, 12.01.2017, 18:45 – 20:15 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

6,00 €

- **Positiver Umgang mit chronischen Schmerzen und psychosomatischen Beschwerden**

Schmerzen zeigen häufig eine schwer therapierbare Symptomatik. Betroffene können jedoch selbst den Schmerz beeinflussen, wenn sie die dahinter stehenden Prozesse besser verstehen. Finden Sie heraus, welche Botschaften und Entwicklungsempfehlungen Ihnen Ihr Körper mit seinen Symptomen senden möchte und entwickeln Sie ein individuelles Selbstheilungsrezept für Ihre Beschwerden.

## D10710

Anja Schirlitz

Di, 15.11.2016, 17:00 – 18:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

6,00 €

Alle neuen Kurse per Mausclick auf  
[www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)



- **Zeit für mich – Was heißt das? – Mit dem wertschätzenden Klärungsprozess der Gewaltfreien Kommunikation zu inneren Kraftquellen**

„Ich kann einfach nicht Nein sagen.“ Kennen Sie das? Sie wollen es allen Recht machen, kommen dabei aber selbst immer zu kurz. Sie spüren, dass dies Kraft kostet und Sie sich müde und ausgepowert fühlen? Trotzdem trauen Sie sich nicht, zu fragen: „Was möchte ich und was tut mir gut?“

In diesem Vortrag lernen Sie den wertschätzenden Klärungsprozess der Gewaltfreien Kommunikation nach M. Rosenberg kennen. Damit beleuchten wir eigene Handlungs- und Denkprozesse in herausfordernden Situationen. Sie erleben wie es ist, auf die eigene Stimme zu hören und nehmen sich und Ihre Bedürfnisse wichtig.

Wenn Sie dem inneren Kompass vertrauen können, gestalten Sie Ihre Zeit aus einer ungeahnten Kraftquelle.

## D10711

Dorothea Enzensperger/Anja Palitza  
Do, 27.10.2016, 19:00 – 21:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
16,00 €

- **Zeit für mich – Was heißt das? – Mit dem wertschätzenden Klärungsprozess der Gewaltfreien Kommunikation zu inneren Kraftquellen**

Erläuterungen siehe D10711

## D10712

Dorothea Enzensperger/Anja Palitza  
Do, 26.01.2017, 19:00 – 21:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
16,00 €

- **Entscheidungen treffen – aber wie?**

Der Mensch fällt tagtäglich eine Vielzahl von Entscheidungen. Wie diese im Allgemeinen entstehen, soll auf Basis psychologischer Erkenntnisse erklärt werden. Es wird sowohl auf Entscheidungen einzelner Personen als auch Gruppenentscheidungen eingegangen. Aus den Ausführungen ergeben sich

Hinweise, wie man den Entscheidungsprozess positiv beeinflussen kann. Werde ich Sie zu meinem Vortrag sehen? Die Entscheidung liegt ganz bei Ihnen!

## Mitzubringen: Schreibzeug

## D10715

René Knizia  
Di, 20.09.2016, 18:00 – 20:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
9,00 €

- **Zeitgemäße Umgangsformen**

Sie möchten sicherer im Umgang mit Kunden, Geschäftspartnern und Kollegen werden, viele Fettnäpfchen des Alltags vermeiden, ernster genommen werden und verstehen, dass sich Taktgefühl nicht aus einem Regelwerk herleiten lässt? All diese Fragen werden in dem Seminar beantwortet. Danach können Sie mehr Stil gegenüber anderen beweisen und vermeiden Missverständnisse.

1. und 2. Abend: ab 18:45 Uhr in der VHS, am 3. Abend ab 18:45 Uhr Restaurantbesuch. Hier entstehen gegebenenfalls zusätzliche Kosten für Speisen und Getränke.

## D10716 – KLEINGRUPPE

René Knizia  
Mi, 26.10.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 3 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
42,00 €

## Rhetorik/Kommunikation

- **Körpersprache verstehen und bewusst einsetzen**

Menschen kommunizieren nicht nur mittels Sprache, sondern auch in großem Maß durch intuitive, emotionale Körpersprache. Es ist nicht einfach, sie zu „interpretieren“. Aber es ist sehr wichtig, diese „Geheimsprache“ bei anderen zu verstehen. Und genauso unerlässlich ist es, die eigene Körpersprache bewusst und erfolgreich einzusetzen. An diesem Kursabend werden Sie wichtige Informationen erhalten, die Sie zu diesem Thema benötigen.



## D10718 – KLEINGRUPPE

René Knizia

Do, 12.01.2017, 18:00 – 21:00 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
19,00 €

### ● **Kommunikationstraining**

In unserem Zusammenleben – sei es im Arbeitsbereich, in der Familie, mit Freunden oder auf Ämtern – kommt dem „Gespräch“ eine überaus wichtige Bedeutung zu. Wir tauschen uns aus, beraten, lösen, streiten, behaupten und ringen um Meinungen und Standpunkte. Im Kurs geht es darum, Möglichkeiten einer partner- und problemorientierten Gesprächsführung zu erkunden; Ursachen für Missverständnisse und Konfliktherde zu erkennen und produktiv damit umzugehen.

Der Kurs beinhaltet u. a.:

- Übungen zur Schulung des eigenen Gesprächsverhaltens und der eigenen Wahrnehmungsfähigkeit
- Trainieren der Fähigkeit, konzentriert zuzuhören, zu argumentieren, zu diskutieren
- Kommunikationsstörungen
- Sprache und Körpersprache und deren Wirkung

## D10719 – KLEINGRUPPE

René Knizia

Sa, 12.11.2016, 09:00 – 17:30 Uhr

So, 13.11.2016, 09:00 – 17:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
104,00 €

### ● **Es geht auch anders! Übungsraum für eine neue Gesprächs- und Konfliktkultur – Info-Veranstaltung**

Immer wieder geraten wir in der Kommunikation miteinander an unsere persönlichen Grenzen. An diesen Grenzen erwachsen Konflikte, die uns das Leben schwer machen oder uns stärken können. In konflikthafter Situationen treffen wir eben immer wieder auf uns selbst.

Der Kurs setzt seinen Schwerpunkt dort, wo Konflikte noch nicht eskaliert sind.

In geschützter Atmosphäre wollen wir gemeinsam einen anderen Umgang mit Gesprächssituationen und Konflikten erforschen. Dazu werden Sie grundlegen-

des Wissen zur Kommunikation erwerben und dieses anhand von praktischen Übungen selbst erproben. Am Ende des Kurses gehen Sie leichter mit Konfliktsituationen um und werden sich Ihrer eigenen Haltung bewusster.

Die Kursleiterinnen bringen ihre langjährigen Erfahrungen in der Mediation, der gewaltfreien Kommunikation und der Körperarbeit ein. Es wird auf ein ausgewogenes Verhältnis von Theorie und Praxis geachtet. Erfahrungsaustausch und Reflexion haben ebenfalls einen Platz in dem Kurs.

Anmeldeschluss für Informationsveranstaltung:  
20.10.2016

## D10720

Katharina Müller/Anne Franko

Do, 27.10.2016, 17:30 – 18:15 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
4,00 €

### ● **Es geht auch anders! Übungsraum für eine neue Gesprächs- und Konfliktkultur – Kurs**

Erläuterungen siehe D10720 Informationsveranstaltung.

## D10721

Katharina Müller/Anne Franko

Fr, 13.01.2017, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa, 14.01.2017, 10:00 – 16:00 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
76,00 €

### ● **Angewandte Rhetorik – von der Stimme zur freien Rede**

Ein überzeugender Auftritt ist in der Öffentlichkeit unerlässlich. Wer frei und sicher redet, hat es leichter sich durchzusetzen und andere für sich zu gewinnen. In diesem Seminar lernen Sie die Grundgesetze des Sprechens (Stimmtraining und Artikulation) und der Rhetorik kennen. Sie erhalten wertvolle Tipps, wie Sie verbale und nonverbale Kommunikation gestalten können und somit Ihre Wirkung auf Ihre Gesprächspartner und Gruppen deutlich steigern.



## D10724 – KLEINGRUPPE

Sebastian Schmidt

Fr, 11.11.2016, 18:00 – 20:15 Uhr

Sa, 12.11.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

Fr, 18.11.2016, 18:00 – 20:15 Uhr

Sa, 19.11.2016, 09:00 – 14:15 Uhr

VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum

88,50 €

### ● Von der Stimme zur Rhetorik

Aufbautraining zum Kurs „Angewandte Rhetorik – Von der Stimme zur freien Rede“

Die Stimme, als Basis und wichtigstes rhetorisches Mittel, steht im Zentrum dieses Kurses. In individuellen Trainingssituationen verbessern Sie die erworbenen/vorhandenen stimmlich-rhetorischen Fähigkeiten. Dieser Kompaktkurs bietet die Möglichkeit mit dem Trainingspartner persönliche Fortschritte unmittelbar zu reflektieren. Die Veranstaltung ist konzeptionell auf eine individuelle bedürfnisorientierte Vermittlung der Inhalte ausgerichtet.

## D10725 – VHeSpresso

Sebastian Schmidt

Fr, 02.12.2016, 18:00 – 20:15 Uhr

Sa, 03.12.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum

114,50 €

### ● Kommunikation in Steuerklasse 1

Sind Sie ein „Steuerflüchtling“? Dann kommen Sie an diesem Abend in ein Kommunikationsseminar der anderen Art. Legen Sie die Grundlage für die nächsthöhere Steuerklasse. An diesem Abend erfahren Sie Wissenswert-Interessantes unter anderem über Kontaktanbahnung, Small Talk, Körpersprache und die Bio-Chemie der Partnerwahl. Freuen Sie sich darauf nette Leute kennenzulernen und neues Know-how zu bekommen. Ein Abend speziell für Singles und andere Lebenssolisten. Ich freue mich auf Sie!

## D10730

René Knizia

Di, 13.12.2016, 18:00 – 20:15 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

10,00 €

### ● „Über den Tellerrand schauen“ – Interkulturelle Kompetenz in Alltag und Beruf

Im Alltag, im Beruf, auf Reisen, in der ehrenamtlichen Tätigkeit – interkulturelle Kompetenz ist heute in vielen verschiedenen Bereichen gefragt und stellt eine wichtige Schlüsselqualifikation dar. Doch was umfasst der Bereich der interkulturellen Kompetenz, und wie wird man „interkulturell kompetent“?

Neben der gemeinsamen Erarbeitung grundlegender Begriffe soll es in dem Kurs darum gehen, mit praktischen Übungen und anhand von Beispielen für kulturelle Unterschiede zu sensibilisieren und die Fähigkeit zur Verständigung mit Menschen aus anderen Kulturen zu erweitern.

Der Kurs richtet sich an alle, die in ihrem (Berufs-)Alltag mit Menschen aus unterschiedlichen Kulturen zu tun haben, nach Orientierungshilfen für eine gelungene interkulturelle Kommunikation suchen oder einfach neugierig auf unterschiedliche kulturelle Sichtweisen sind.

## D10735 – KLEINGRUPPE

Dr. Miriam Benteler

Sa, 19.11.2016, 09:00 – 15:45 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum

64,00 €

## Philosophie

### ● Sprachphilosophie im Alltag

Kennen Sie das Gefühl, dass jemand zwar nicht direkt lügt, Sie aber trotzdem irgendwie auf den Arm nimmt? Dass etwas gesagt wird, was so keinen Sinn ergibt? Diese und andere Fälle werden an drei auch unabhängig zu besuchenden Abenden mithilfe sprachphilosophischer Mittel diskutiert.

### Teil 1: Täuschung, Streitkunst und Lüge

## D10801

Benedikt Kühn

Di, 22.11.2016, 18:00 – 19:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

4,00 €



## Teil 2: Mit Sprache handeln

### D10802

Benedikt Kühn  
Di, 29.11.2016, 18:00 – 19:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
4,00 €

---

## Teil 3: Sinn und Bedeutung

### D10803

Benedikt Kühn  
Di, 06.12.2016, 18:00 – 19:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
4,00 €

---

## Religion

### ● Das benediktinische Kloster im Mittelalter

Seit frühchristlicher Zeit entschieden sich Menschen in verschiedenen geographischen Regionen für ein Leben in Abgeschiedenheit. Der Zusammenschluss Einzelner zu einer asketischen Gemeinschaft bildete sodann den Grundstein für die Entstehung klösterlicher Siedlungen. Infolge der Reformgesetzgebung karolingischer Herrscher wurde im Frühmittelalter eine Regel für den Aufbau des Klosters sowie das Leben und den Alltag im Kloster vorherrschend: die Benediktregel. Die Beschäftigung mit der Regel und weiteren Quellen führt uns die Lebenswelt eines benediktinischen Klosters im Mittelalter vor Augen und gewährt interessante Einblicke in die Entwicklung des abendländischen Mönchtums.

## Teil 1: Ursprünge und Anfänge des Mönchtums

### D10901

Dr. Tina Bode  
Di, 22.11.2016, 18:00 – 20:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
6,50 €

---



Frankreich: Klosterkirche Fontenay,  
Foto: VHS | Luck

## Teil 2: Die Klosteranlage, deren Bewohner und der Tagesablauf anhand der Benediktregel

### D10902

Dr. Tina Bode  
Di, 06.12.2016, 18:00 – 20:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
6,50 €

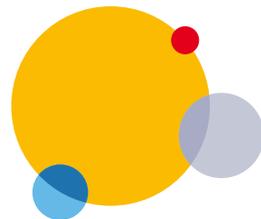
---

## Teil 3: Die karolingischen Reformen

### D10903

Dr. Tina Bode  
Di, 20.12.2016, 18:00 – 20:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
6,50 €

---





## ● Einführung in die Weltreligionen

Im Rahmen der Reihe „Einführung in die Weltreligionen“ wird es im Wintersemester drei Abende zu den Religionen Judentum, Christentum und Islam geben. Neben der Darstellung ihrer jeweiligen Geschichte steht dabei die Einführung in die religiösen Lehren und die religiöse Praxis der drei Religionen im Mittelpunkt. Seit wann gibt es diese Religionen? Welche Ähnlichkeiten und Unterschiede zwischen ihnen gibt es? Was glauben Juden, Christen, Muslime? Welche Feste feiern und nach welchem Festkalender leben die Menschen? Welche heiligen Texte und Orte sind zentral? Wie gestalten die Glaubenden ihren Alltag und welche Vorstellungen vom Diesseits und vom Jenseits, vom Tod und vom Leben haben sie? – Diesen und ähnlichen Fragen soll in der Reihe „Weltreligionen“ nachgegangen werden und dazu grundlegende Informationen vermittelt werden.

### Teil 1: Judentum

#### D10905

Dr. Constance Hartung (Diplomtheologin)  
Do, 01.12.2016, 18:00 – 19:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
entgeltfrei

### Teil 2: Christentum

#### D10906

Dr. Constance Hartung (Diplomtheologin)  
Do, 08.12.2016, 18:00 – 19:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
entgeltfrei

### Teil 3: Islam

#### D10907

Dr. Constance Hartung (Diplomtheologin)  
Do, 15.12.2016, 18:00 – 19:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
entgeltfrei

### Ausblick auf das Frühjahrssemester 2017:

- 4. Abend: Asiatische Religionen
- 5. Abend: Neue religiöse Bewegungen

## Länderkunde/Heimatkunde

### ● Syrien – wie es einmal war

Der Krieg in Syrien hat das kleine Land im fruchtbaren Halbmond in den Fokus des Weltgeschehens gerückt. Viele Menschen flüchten vor dem Krieg, einige davon kommen zu uns nach Deutschland. Was war Syrien früher für ein Land, wie haben die Menschen dort gelebt? Bilder und Geschichten aus einem Land, das es nie wieder so geben wird.

#### D11001

Ulli Hoffmann  
Do, 29.09.2016, 18:00 – 19:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
entgeltfrei

### ● Kartografische Spaziergänge durch Jenas Geschichte

Uns einzelnen Menschen ist es nur vergönnt, jeweils einen relativ kleinen Ausschnitt der Menschheitsgeschichte mitzerleben. Wir können in keine andere Zeit springen, keinesfalls in die Zukunft und eigentlich auch nicht in die Vergangenheit. Letzteres allerdings ein wenig. Zwar nicht in die Zeit, aber zumindest in die Räume, den Stadtraum. Orte erzählen Geschichte(n) und machen diese erlebbar. Nicht nur die beeindruckenden Reste der Stadtmauer mit Johannistor und Pulverturm, sondern auch viele, heute ganz »gewöhnliche« Straßen und Plätze lassen Geschichte lebendig werden – wenn man sie in vergangene Zusammenhänge stellt und betrachtet. Stadtpläne dienen in der Zeit ihrer Entstehung meist der Orientierung, wenig später sind sie dann bereits Dokumentationen der mitunter schon geänderten Strukturen. Im Vortrag wird, analog des vom Referenten herausgegebenen Buches »Zeitenräume«, an Hand alter und neuerer Stadtpläne eine Reise durch die Geschichte der Stadt Jena unternommen.

#### D11101

André Nawrotzki  
Do, 10.11.2016, 18:00 – 19:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
4,50 €



# Fachbereich Kultur

## Inhalt

Studienreisen/Exkursionen.....	33
Schreiben .....	34
Literatur .....	35
Theaterarbeit .....	37
Kunstgeschichte .....	38
Mal- und Zeichenkurse .....	39
Plastisches Gestalten .....	50
Musik .....	54
Textiles Gestalten .....	55
Foto – Medien – Design .....	57

Fachbereichsleiterin

**Doreen Müller**

Tel. 49-8224

[doreen.mueller@jena.de](mailto:doreen.mueller@jena.de)

Di 12-18 Uhr

Mi/ Do 10-14 Uhr



Stellv. Leiter

Fachbereichsleiter

Fotografie, Studienreisen

**Christian Ziege**

Tel. 49-8213

[christian.ziege@jena.de](mailto:christian.ziege@jena.de)



Sachbearbeiterin

**Sybille Zeise**

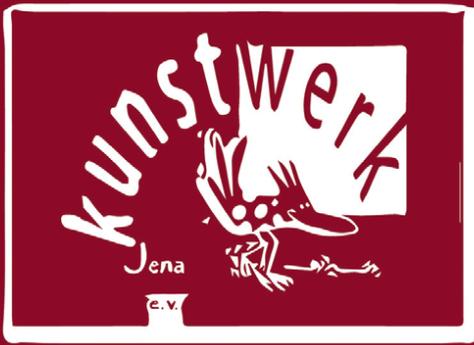
Tel. 49-8200

[sybille.zeise@jena.de](mailto:sybille.zeise@jena.de)



## Kleingruppenregelung

Sehr geehrte Teilnehmerinnen und Teilnehmer, sollte Ihr Kurs nicht die geforderte Mindestteilnehmerzahl erreicht haben, die Einrichtung einer Kleingruppe aber sinnvoll und möglich sein, so werden Sie darüber informiert. Sie können dann entscheiden, ob Sie dieses Angebot annehmen oder nicht. Später eingehende Anmeldungen haben auf die Kleingruppenregelung keinen Einfluss mehr.



# vhs

Volkshochschule Jena  
JenaKultur

**Das Kunstwerk Jena e.V. ist seit vielen Jahren ein Kooperationspartner der VHS Jena. Zu allen Kursen im Rahmen dieser Kooperation melden Sie sich oder Ihre Kinder bitte wie gewohnt bei der VHS an.**

## **Mal- und Zeichenkurs**

D20553 mit Heike Burkhardt • Di, 30.08.2016, 18:00 - 21:00 Uhr, 6 Abende

## **Kleines Kunstlaboratorium - ein Mal- und Zeichenkurs in Farbe**

D20555 mit Heike Burkhardt • Di, 10.01.2017, 18:00 - 21:45 Uhr, 5 Abende

## **Mal - und Zeichenkurs für Kinder 8-12 Jahre – Kleingruppe**

D20556J mit Zoya Goletz • Mi, 14.09.2016, 15:00 - 16:30 Uhr, 6 Nachmittage



## **Mal - und Zeichenkurs für Jugendliche 13-16 Jahre – Kleingruppe**

D20554J mit Heike Burkhardt • Di, 13.09.2016, 16:00 - 17:30 Uhr, 6 Nachmittage

## **Töpferscheibenkurs - Kleingruppe**

D20690 mit Ulrike Rochlitzer • Fr/ Sa, ab 28.10.2016, 18:00 - 21:00 Uhr, 4 Abende

## **Töpferscheibenkurs - Kleingruppe**

D20690 mit Ulrike Rochlitzer • Fr/ Sa, ab 20.01.2017, 18:00 - 21:00 Uhr, 4 Abende

## **Töpfern - eine Einführung in die keramische Gestaltung**

D20693 mit Ullrich Schulte-Vieting • Mo, 24.10.2016, 18:15 - 20:30 Uhr, 6 Abende

## **Faszination Filz - Kleingruppe**

D21303 mit Ulrike Rochlitzer • Sa, 12.11.2016, 10:00 - 16:45 Uhr

**Kursort: Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13**

**Details: siehe Mal- und Zeichenkurse/ Verschiedene Techniken & Plastisches Gestalten**



## Studienreisen / Exkursionen

### ● „Europa ist unterwegs“ – Studienreise nach Polen (Niederschlesien und Kleinpolen)

**14.05.–20.05.2017**

Die siebtägige Studienfahrt nach Polen wird Sie an historische Stätten der deutschen und polnischen Geschichte führen und Ihnen die Möglichkeit bieten, sich mit wichtigen Ereignissen der jüngeren Vergangenheit auseinander zu setzen. An den drei Stationen Kreisau, Auschwitz und Krakau bietet sich die Möglichkeit zur intensiven Reflexion mit der Geschichte. Erleben Sie auf dieser Studienreise, wie aus diesem Teil der Geschichte Verständnis für eine gemeinsame Zukunft in Europa erwachsen kann.

**Preis:** wird noch bekanntgegeben!

**Einzelzimmerzuschlag:** k. A.

**Mindestteilnehmerzahl:** 20

**Reiseveranstalter:** Omnibusbetrieb Rhönseglar GmbH, Kalttenordheim

**Reisevermittlung:** Volkshochschule Jena

Anmeldung und weitere Informationen erhalten Sie bei Herrn Ziege, Tel.: 4982-13

Bitte beachten Sie auch unseren Sonderflyer zur Studienreise!

**Reiseleitung:** Leonore Stehfest

**Abfahrt:** VHS Jena

Informationsabend: 26.10.2016, 18:00 – 19:30 Uhr, VHS, Grietgasse 17a, Vortragsraum!

### ● Studienreise – Danzig/Gdansk „ein Brennglas der Geschichte“

**27.08.–02.09.2017**

Danzig/Gdansk gehörte im 20. Jahrhundert zu jenen wenigen europäischen Städten, wo die Geschichte immer wieder zerbrochen und neu angefangen wurde. Am Ende des ersten Weltkriegs, beim Ausbruch und Ende des Zweiten Weltkriegs und beim Untergang des Kommunismus in Europa in den 1980er Jahren verdichteten sich in Danzig/Gdansk Ereignisse zu großer Geschichten. Gdansk erscheint heute als authentischer Ort, der schon lange Träger neuer Mythen ist. So wurden aus Geschichte wieder Erzählungen, wie sich auch an zahlreichen literarischen Denkmä-

lern zeigt, die der Stadt im 20. Jahrhundert gesetzt wurden. Heute – am Beginn des 21. Jahrhunderts – ist die Stadt ein Ort, an dem neue polnische und europäische Identitäten entstehen. Der Ereignis- und Erinnerungsort Danzig/Gdansk bietet uns nicht nur eine Reise in die Vergangenheit, sondern auch in das aktuelle, kulturelle und politische Geschehen in Polen und Europa.

Durch Besuche an den historischen Orten und literarische Spaziergänge möchten wir Danzig/Gdansk entdecken. Wir beschäftigen uns mit den zwei Geschichten des „deutschen“ Danzig und des „polnischen“ Gdansk, die doch eine unzertrennliche Einheit bilden. Wir besichtigen die wichtigen Schauplätze der Zwischenkriegszeit, als Danzig als freie Stadt unter der Verwaltung des Völkerbundes stand. Die polnische Post und die Westerplatte, wo der Zweite Weltkrieg seinen Anfang nahm und das neue Museum des Zweiten Weltkriegs bilden Elemente des wohl düstersten Kapitels deutsch-polnischer Geschichte im 20. Jahrhundert. Anschließend möchten wir im 2014 eröffneten Europäischen Zentrum der Solidarnosc mit Zeitzeugen, Experten und Mitarbeitern des Zentrums zusammentreffen und über die Solidarnosc-Bewegung und ihre Folgen diskutieren.

**Thematische Tour:** Danzig (der Zwischenkriegszeit) – Universität Gdansk – Park von Oliva – Europäisches Zentrum der Solidarnosc – Galerie Günter Grass – Zoppot – Gdingen – Westerplatte

**Preis:** wird noch bekanntgegeben!

**Einzelzimmerzuschlag:** k. A.

**Mindestteilnehmerzahl:** 15

**Reiseveranstalter:** wird noch bekanntgegeben!

**Reisevermittlung:** Volkshochschule Jena

Anmeldung und weitere Informationen erhalten Sie bei Herrn Ziege, Tel.: 4982-13

Bitte beachten Sie auch unseren Sonderflyer zur Studienreise!

**Reiseleitung:** Malgorzata Cebulska

**Abfahrt:** Jena

Informationsabend: 30.11.2016, 18:00 – 19:30 Uhr, VHS, Grietgasse 17a, Vortragsraum!



### ● **Studienreise Andalusien – Kultur und Sprache im Süden Spaniens**

**geplanter Termin: 02.10.–09.10.2017**

Die Volkshochschule Jena möchte mit dieser Studienreise allen Spanisch- und Spanien-Liebhabern nicht nur Kultur, Land und Leute nahe bringen, sondern gleichzeitig die Möglichkeit bieten, ihre spanischen Sprachkenntnisse zu vertiefen. Die Kombination aus Studien- und Sprachreise soll in besonderer Weise herausgestellt werden. Das detaillierte Programm wird durch die VHS, einem erfahrenen Reiseveranstalter in Deutschland sowie kompetenten Partnern vor Ort gerade zusammengestellt. Alle Informationen entnehmen Sie dem Sonderflyer, welcher ab Herbst 2016 verfügbar ist.

**Preis:** wird noch bekanntgegeben!

**Einzelzimmerzuschlag:** k. A.

**Mindestteilnehmerzahl:** 15

**Reiseveranstalter:** wird noch bekanntgegeben!

**Reisevermittlung:** Volkshochschule Jena

Anmeldung und weitere Informationen erhalten Sie bei Herrn Ziege, Tel.: 4982-13

Bitte beachten Sie auch unseren Sonderflyer zur Studienreise!

**Reiseleitung:** Anngret Lieb

**Abfahrt:** Jena

Informationsabend: 07.12.2016, 18:00 – 19:30 Uhr, VHS, Grietgasse 17a, Vortragsraum!

einfachen Gedichtformen, die auch den Lyrikhasser verzaubern werden.

- Kurz- und Kürzestgeschichten: Wir beschäftigen uns mit dem grundsätzlichen Aufbau von Geschichten und Kurzprosa.
- Schreiben, aus dem Leben gegriffen: Wir schreiben über selbst Erlebtes und befassen uns mit der Frage von Authentizität in Texten.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen: Stift und Papier oder Laptop.**

### **D20130 – KLEINGRUPPE**

Franziska Brünner

Do, 12.01.2017, 17:30 – 19:00 Uhr, 4 Abende

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum

32,60 €

### ● **Bilderwelten – Weltbilder: Schreiben in der Kunst- sammlung Jena**



Kunst-Stücke: Schreiben in der Ausstellung Sammlung Opitz-Hoffmann

Eine gemeinsame Veranstaltung mit den Städtischen Museen Jena.

## **STÄDTISCHE MUSEEN JENA**

JenaKultur

## **Schreiben**

### ● **Kreatives Schreiben**



Das Talent zum großen Dichter sei einem in die Wiege gelegt, meinen Sie? Auch Schreiben ist ein erlernbares Handwerk. Lassen wir es auf einen Versuch ankommen! An vier Kursabenden werden Elemente des kreativen Schreibens anhand von Beispielen und Übungen vertieft, um Ihnen Werkzeuge und Impulse zu ansprechenden Geschichten und Gedichten an und in die Hand zu geben. Die Themen werden sein:

- Schreiben, Tag für Tag: Wir notieren, was wir wahrnehmen und bringen scheinbar Alltägliches aufs Papier.
- Gedichte beißen nicht: Wir beschäftigen uns mit

Bilder sind kleine Welten, die uns (be-)rühren und ansprechen können. Manchmal nehmen sie uns gefangen, wenn wir an ihnen vorübergehen. Dann halten wir inne – beginnen, sie wahrzunehmen. Was sehen, hören, riechen, schmecken, fühlen wir, wenn sich die Bildwelt mit unserem Weltbild verbindet?

Sehen, was man sieht, nicht was man sehen soll, ist der Ausgangspunkt einer außergewöhnlichen Kunstbetrachtung, zu der ich Sie einladen möchte.

Mit Hilfe des Kreativen Schreibens können wir die Bildsprache in individuelle Sprachbilder verwandeln. Wir schreiben direkt vor den Kunstwerken und tauschen uns im Anschluss über unsere Texte aus. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.



Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen: Feste Unterlage (z.B. Klemmbrett), Papier, Stifte. Das Eintrittsgeld in die Kunstsammlung Jena (4,00 € / Ermäßigungen möglich) ist zusätzlich vor Ort zu entrichten.**

## D20131 – KLEINGRUPPE

Bettina Melzer

Sa, 12.11.2016, 11:00 – 15:30 Uhr

Kunstsammlung Jena, Treffpunkt Kasse

27,60 € zzgl. Eintritt in die Kunstsammlung

## Literatur

**22. Jenaer Lesemarathon**  
der Ernst-Abbe-Bücherei und des Lese-Zeichen e.V.  
**vom 25.10. - 17.11.2016**  
u.a. mit Klüpfel & Kobr, Judith Hermann,  
Antje Babendererde, Frank Quilitzsch

**Die Volkshochschule Jena und die Ernst-Abbe-Bücherei laden ein zur Vortragsreihe mit Dr. Detlef Ignasiak**



## ERNST-ABBE-BÜCHEREI

JenaKultur

**Die Deutsche Literatur – die Literatur in Deutschland**

**Von den Anfängen bis ins 20. Jahrhundert  
Autoren – Werke – Orte**

**5. Teil: Klassik Teil 2; Romantik Teil 1  
(1794 – 1813)**



### ● **Das klassische Kunstprogramm – Die Begegnung Goethes und Schillers in Jena**

Ihre Arbeitsfreundschaft. Schiller: „Über die ästhetische Erziehung des Menschen“, „Über naive und sentimentalische Dichtung“. Herders „Briefe zur Beförderung der Humanität“. Die Universität Jena als Stätte des klassischen deutschen Idealismus. Johann Gottlieb Fichte.

#### D20140

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak

Do, 03.11.2016, 19:45 – 21:15 Uhr

Volkshaus, Raum 10

4,00 €

### ● **Goethe**

Goethes Roman „Wilhelm Meisters Lehrjahre“. Sein Epos „Hermann und Dorothea“. Seine Novellensammlung „Unterhaltungen deutscher Ausgewanderten“.

#### D20141

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak

Do, 10.11.2016, 19:45 – 21:15 Uhr

Volkshaus, Raum 10

4,00 €

### ● **Das Balladenjahr 1797**

Das Balladenjahr 1797. Die Zusammenarbeit Goethes und Schiller. Die wichtigsten Balladen.

#### D20142

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak

Do, 24.11.2016, 19:45 – 21:15 Uhr

Volkshaus, Raum 10

4,00 €

### ● **Schillers „Wallenstein“-Drama**

#### D20143

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak

Do, 01.12.2016, 19:45 – 21:15 Uhr

Volkshaus, Raum 10

4,00 €



- **Das Tübinger Stift**

Friedrich Hölderlin als Lyriker. Sein Roman-Fragment „Hyperion“.

**D20144**

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 08.12.2016, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

---

- **Jean Paul als erfolgreichster Romanschriftsteller seiner Zeit**

Vom „Leben des Quintus Fixlein“ zum „Titan“ und zu „Dr. Katzenbergers Badereise“.

**D20145**

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 15.12.2016, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

---

- **Die frühromantische Bewegung in Jena**

Die Brüder Schlegel. Sophie Mereau. Der junge Ludwig Tieck. Die Philosophie Joseph Schellings. F. Schlegels Roman „Lucinde“.

**D20146**

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 22.12.2016, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

---

- **Auf der Suche nach der blauen Blume**

Die Dichtungen von Novalis. Seine Schrift „Die Christenheit oder Europa“. Wilhelm Heinrich Wackenroders „Herzenergießungen eines kunstliebenden Klosterbruders“. Die „Nachtwachen“ des Bonaventura.

**D20147**

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 05.01.2017, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

---

- **Schillers Dramen**

„Maria Stuart“ und „Die Jungfrau von Orleans“.

**D20148**

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 12.01.2017, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

---

- **Schiller auf dem Höhepunkt seines Ruhms**

Die Berlin-Reise. Schillers Schauspiel „Wilhelm Tell“.

**D20149**

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 19.01.2017, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

---

- **Heinrich von Kleist als dramatisches Genie**

„Der zerbrochene Krug“ als beste deutsche Komödie. Sein Preußendrama „Prinz Friedrich von Homburg“.

**D20150**

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 26.01.2017, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

---

- **Heinrich von Kleist als Erzähler**

„Michael Kohlhaas“, „Das Erdbeben in Chili“, „Die Marquise von O.“, „Die Verlobung in St. Domingo“.

**D20151**

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 02.02.2017, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

---

- **Johann Peter Hebels „Schatzkästlein des rheinischen Hausfreundes“**

**D20152**

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 09.02.2017, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

---



## Vorschau auf das Frühjahrssemester 2017

- **Arnims und Brentanos Sammlung „Des Knaben Wunderhorn“. Fouques „Undine“.**

### E20140

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 16.02.2017, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

- **Die „Kinder- und Hausmärchen“ der Brüder Grimm.**

### E20141

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 23.02.2017, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

- **Goethes Roman „Die Wahlverwandtschaften“**

### E20142

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 02.03.2017, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

- **Goethes „Faust. Der Tragödie erster Teil.“ Die Konstellation Faust-Mephisto.**

### E20143

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 09.03.2017, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

- **Goethes „Faust. Der Tragödie erster Teil.“ Die Gretchen-Tragödie.**

### E20144

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 16.03.2017, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

- **Fichte, Kleist, Arndt, Jahn, Körner, Schenkendorf**

Fichtes „Reden an die Nation“. Kleists nationale Dichtungen. Das Jahr 1813 und seine Literatur. Arndt, Jahn, Körner, Schenkendorf.

### E20145

Dr. sc. phil. Detlef Ignasiak  
Do, 23.03.2017, 19:45 – 21:15 Uhr  
Volkshaus, Raum 10  
4,00 €

## Theaterarbeit

- **Improvisationstheater – Einsteigerkurs I**

Komm ich spiel' mit dir – Zusammenspiel, Unterstüt-  
zung, Aufmerksamkeit, Vertrauen

In jedem Workshop werden Spielweisen erprobt, welche die Angst am Scheitern mindern, das Vertrauen in die eigenen Kräfte und die eigene Kreativität stärken und Methoden aufzeigen, diese inneren Ressourcen freizusetzen.

Jeder ist willkommen.

Drei Workshops – die nicht aufeinander aufbauen und sich auch thematisch unterscheiden.

Einzel buchbar.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Essen und Trinken.**

### D20230 – KLEINGRUPPE

Steve Kußin  
So, 09.10.2016, 10:00 – 17:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
39,00 €



## ● Improvisationstheater – Einsteigerkurs II

Auf die Bühne, fertig, los! – Über Gags & Spiel & Mut

Erläuterungen siehe D20230

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Essen und Trinken.**

## D20231 – KLEINGRUPPE

Steve Kußin

So, 06.11.2016, 10:00 – 17:15 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

39,00 €

## ● Improvisationstheater – Einsteigerkurs III

Wer bin ich, wer bist du? – Von Rollen & Typen & Figuren & wie du sie spielst

Erläuterungen siehe D20230

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Essen und Trinken.**

## D20232 – KLEINGRUPPE

Steve Kußin

So, 15.01.2017, 10:00 – 17:15 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

39,00 €

## Kunstgeschichte

### Spanische Malerei

**Die Malerei Spaniens wird erst im 19. Jahrhundert als eigenständige große Schule wahrgenommen. Lediglich Murillo und Ribera finden Zugang in die großen fürstlichen Sammlungen. El Greco war bis um 1900 völlig vergessen. Goyas Malerei schockiert, inspiriert jedoch Generationen von Künstlern.**

### ● Spanische Malerei – Das Goldene Zeitalter von El Greco bis Velázquez

Der gebürtige Grieche El Greco ist Hauptmeister des Manierismus in Spanien. Typisch für ihn sind die Überstreckungen seiner Figuren. Nach seinem Tod völlig in Vergessenheit geraten, entdecken ihn erst die Expressionisten wieder. Das 17. Jahrhundert wird in der Hauptsache durch Ribera, Zurbarán und Murillo geprägt, deren zumeist religiöse Bilder zu den großen Werken des Barock zählen. Die Kunst des Diego Velázquez erstreckt sich über alle Gattungen hinweg. Er gilt als der bedeutendste Maler des spanischen Barock.

#### D20301

Dr. Thomas Frantzke

Di, 20.09.2016, 18:00 – 20:15 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

7,50 €

### ● Spanische Malerei – Francisco de Goya

Goya ist von absolut singulärer Bedeutung. Er hat als erster das Unheimliche und das Grauen thematisiert und damit die Malerei revolutioniert. Bis heute beeinflusst sein Werk Generationen von Malern. Einzigartig auch seine Porträts, die von schonungslosem Realismus geprägt sind und für die er beim Malen der Hände ein Extrahonorar fordert.

#### D20302

Dr. Thomas Frantzke

Di, 27.09.2016, 18:00 – 20:15 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

7,50 €

Begib Dich einmal im Jahr an einen Ort,  
an dem Du noch nie gewesen bist.

(Dalai Lama)



## Mal- und Zeichenkurse

### Aquarellmalerei

- **Aquarellmalerei „Tipps und Tricks“ für Neueinsteiger**

Unser Kurs bewegt sich im Rahmen der klassischen Aquarellmalerei. Sie lernen zahlreiche Techniken kennen wie „Alla-Prima“ oder „Schicht-für-Schicht“. Der Kursleiter wird selbst ein Bild beginnen und erklären, wie man von Anfang an am besten arbeiten kann. Im Kurs werden Sie auch Kompositionsgrundlagen, Eigenschaften der Aquarellmalerei und der Farben kennen lernen. Die Bilder werden nach bestimmten Vorlagen gemalt, die Sie gern interpretieren können.

**Mitzubringen: Aquarellkasten; Aquarellpinsel (Rotmarder oder Synthetik) 2 bis 5 Stück, Größen von 2 bis 10; Aquarellpapier ab A4-Format; Bleistift HB; Lappen; Schwämmchen; Becher; Porzellan- oder Plastikpalette. Sie können zudem gerne Ihre schon angefertigten eigenen Arbeiten mitbringen!**

#### D20503

Valeriy Solovey

Mi, 19.10.2016, 16:15 – 18:30 Uhr, 4 Nachmittage  
VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
39,00 €



Valeriy Solovey – Panorama von Jena, 2007, Aquarell

- **Aquarellmalerei „Tipps und Tricks“ für Neueinsteiger**

Erläuterungen siehe D20503

Mitzubringen: siehe D20503

#### D20504

Valeriy Solovey

Mi, 04.01.2017, 16:15 – 18:30 Uhr, 4 Nachmittage  
VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
39,00 €

- **Wochenendkurs – Aquarellmalerei für Neueinsteiger**

Erläuterungen siehe D20503

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

Mitzubringen: siehe D20503

#### D20505 – KLEINGRUPPE

Valeriy Solovey

Sa, 29.10.2016, 10:00 – 17:00 Uhr  
So, 30.10.2016, 10:00 – 15:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
63,80 €

- **Aquarellmalkurs – Formen und Oberflächen – Stilleben und lebendige Szenen**

In diesem Kurs wollen wir uns insbesondere mit regelmäßigen und unregelmäßigen Formen und verschiedenen Materialien und Oberflächen, wie Holz, Keramik, Glas, Stein, aber auch Früchten, Pflanzen und Stoffen befassen. Hierzu werden typische und innovative Techniken und Vorgehensweisen zum Erzielen bestimmter Wirkungen gezeigt. Die gewählten Motive können dann in Arrangements oder realistischen Szenen in ein Aquarell umgesetzt werden – je nach Interesse als Stilleben oder Motive aus Haus, Hof oder Garten.

**Mitzubringen: Aquarellpapier und -farben, Pinsel, Maskiermittel, Bleistift, Radiergummi, Küchenkrepp.**



## D20507

Ulrike Rochlitzer

Mi, 02.11.2016, 18:45 – 21:00 Uhr, 6 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

51,60 €

### ● **Aquarellmalkurs – Die Farben des Winters**

In diesem Kurs wollen wir uns der Winterlandschaft widmen, anfangen vom frostigen Raureif über dick verschneite Häuser und Bäume bis hin zum ersten Erwachen des Frühlings. Welche Farben benötigt man, um bestimmte Stimmungen auszudrücken? Welche Techniken setzt man ein, um den gewünschten Effekt zu erzielen? Wir werden zunächst einfache Motive wählen und später komplexere Winterlandschaften im Bild festhalten.

**Mitzubringen: Aquarellpapier und -farben, Pinsel, Maskiermittel, Bleistift, Radiergummi, Küchenkrepp.**

## D20508

Ulrike Rochlitzer

Mi, 04.01.2017, 18:45 – 21:00 Uhr, 5 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

43,50 €

Weitere Kurse, in denen Sie u.a. mit Aquarellfarben arbeiten können, finden Sie im Abschnitt „Verschiedene Techniken“ ab Seite 45

## Acrylmalerei

### ● **Suchen und Finden – von der Idee zum Bild**



Wie beginne ich ein Bild? Wie setze ich etwas richtig ins Format? Wie erschaffe ich spannende Anschnitte, Ausschnitte, Blickwinkel von meinem Objekt?

Welche Fragen sind wichtig, wenn man ein Bild beginnt? Und wie komme ich zu meiner Idee? Wichtig ist beim Malen nicht nur das „Was“, sondern auch das „Wie“: Form und Nichtform, Gewichte und Gewich-

## Künstler- und Kreativbedarf

### **Kathrin Riedel**

Schloßgasse 12

07743 Jena

Tel. 0 36 41 - 44 42 77

Fax 0 36 41 - 63 64 11

### **Öffnungszeiten**

Mo–Fr 9.00–18.30 Uhr

Sa 10.00–14.00 Uhr

Sa im Advent 10.00–16.00 Uhr

### **Kids Club**

#### **– die neue Produktlinie für Kinder**

Sorgfältig ausgewählte und von Kindern vorab getestete Artikel und Bastelsets für Mädchen und Jungen im Alter von 4–12 Jahren

#### **Zencolor: 100 % kreativer Flow!**

Ausmalbücher für Erwachsene und Kinder – der neue Kreativtrend! Zeit vergessen und entspannen beim ausmalen.

#### **Basteltrend Scrapbooking**

dekoriere Sie Ihre Fotos mit Stickern aller Art, Knöpfen, Perlen ... schöpfen Sie nach Herzenslust aus dem riesigen Scrapbook-Sortiment

#### **moments of happiness**

neue Baumwoll-Stoffe in liebevollen Decoren mit passenden Bändermischungen, Brads und Knöpfen

#### **Brillanz in neuer Dimension**

- feinste Künstlerfarben in Öl, Aquarell, Gouache, Pastell
- feine Künstlerfarben in Akademie-Qualität in Acryl und Öl
- Malhilfsmittel, Künstlerpapiere und -blöcke
- Pinsel für die Kunstmalerei und für Bastelfarben

#### **Das ist frisch!**

Bücher zum Basteln, Malen, Zeichnen, Handarbeiten, Home Decoration  
Kinderbeschäftigung



tungen, leise gegen laut, pastos gegen transparent, schwer gegen leicht.

In dem Kurs werden malerische Grundlagen wie Form und Inhalt sowie Komposition und Spannung vermittelt. Neue Wege zur Abstraktion und Figuration, Aufgaben, Ideen und Anregungen führen die Teilnehmer\*innen zu eigenen Bildern. Wo beginnt der eigene malerische Ansatz und wie kann ich diesen weiterentwickeln? Hilfestellungen und Gespräche sollen die künstlerische Arbeit begleiten.

Die Kursleiterin ist Absolventin und Meisterschülerin der Malerei der Kunsthochschule Burg Giebichenstein, Halle.

1. Tag: Suchen und Finden, Papiercollage
2. Tag: Das Spiel, Form und Formenfindungen: Figur-Grund-Verhältnis

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.



Undine Bandelin – Die Meute, 2015,  
Siebdruck-Mischtechnik auf Leinwand

**Mitzubringen:** Zeichenblock DIN A3, verschiedenfarbige Tempera- oder Acrylfarbe, Pinselset, Kleber.

## D20521 – KLEINGRUPPE

Undine Bandelin

Sa, 07.01.2017, 10:00 – 16:00 Uhr

So, 08.01.2017, 10:00 – 16:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

67,00 €

Weitere Kurse, in denen Sie u.a. mit Acrylfarben arbeiten können, finden Sie im Abschnitt „Verschiedene Techniken“ ab Seite 45

## Ölmalerei

### ● Malerei in der Bob Ross® Technik: Herbstbild für Anfänger

Verbringen Sie einen Tag in entspannter und fröhlicher Atmosphäre und lassen Sie sich in die Bob Ross® Nass-in-Nass-Technik einführen. Diese Malmethode unterscheidet sich von bekannten Techniken und beinhaltet u.a. das Anbringen der Farbe auf nassem Untergrund. Schritt für Schritt erklärend, werden wir ein Bild in Öl anfertigen, welches noch am selben Abend mit nach Hause genommen werden kann.

**Mitzubringen:** Kosmetiktücher; Baby-Öltücher; Feuchttücher oder Küchenrolle; Lappen; alte Kleidung/Malkittel; Lunchpaket. **Zusätzliche Materialien (Leinwand, spezielle Pinsel, Öl-farbe) werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 21,00 € ist im Kurs zu entrichten.**

## D20530 – KLEINGRUPPE

Gisela Kallies

Sa, 10.09.2016, 10:00 – 17:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

35,00 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)



- **Malerei in der Bob Ross® Technik:  
Jena und Umgebung nach  
einer Fotovorlage**

Erläuterungen siehe D20530

Mitzubringen: siehe D20530

#### D20531 – KLEINGRUPPE

Gisela Kallies

Sa, 08.10.2016, 10:00 – 17:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

35,00 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

- **Malerei in der Bob Ross® Technik:  
„Die Leinwand beißt nicht“ –  
Kennenlernkurs für Anfänger**

Erläuterungen siehe D20530

Mitzubringen: siehe D20530; Bei diesem Kurs  
beläuft sich der Unkostenbeitrag auf ca. 10,50 €.

#### D20532 – KLEINGRUPPE

Gisela Kallies

Sa, 22.10.2016, 10:00 – 13:15 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

17,50 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)



Gisela Kallies – Landschaft, Öl auf Leinwand

- **Malerei in der Bob Ross® Technik:  
Jena und Umgebung nach  
einer Fotovorlage**

Erläuterungen siehe D20530

Mitzubringen: siehe D20530



#### D20533 – KLEINGRUPPE

Gisela Kallies

Sa, 05.11.2016, 10:00 – 17:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

35,00 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

- **Malerei in der Bob Ross® Technik:  
Weihnachtlicher Blumenstrauß –  
Fortgeschrittene**



Erläuterungen siehe D20530

Mitzubringen: siehe D20530

#### D20534 – KLEINGRUPPE

Gisela Kallies

Sa, 10.12.2016, 10:00 – 17:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

35,00 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

- **Malerei in der Bob Ross® Technik:  
Winterlandschaft**

Erläuterungen siehe D20530

Mitzubringen: siehe D20530

#### D20535 – KLEINGRUPPE

Gisela Kallies

Sa, 14.01.2017, 10:00 – 17:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

35,00 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

- **Malerei in der Bob Ross® Technik:  
Wasser – Fortgeschrittene**

Erläuterungen siehe D20530

Mitzubringen: siehe D20530

#### D20536 – KLEINGRUPPE

Gisela Kallies

Sa, 04.02.2017, 10:00 – 17:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

35,00 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)



## ● **Wochenendkurs – Ölmalerei**

In diesem Kurs werden wir uns mit der interessantesten, bekanntesten und bei Künstlern populärsten Technik – der Ölmaltechnik – beschäftigen. Da diese recht zeitaufwändig ist, werden wir an einem Bild zwei Tage arbeiten. Hierbei werden wir Techniken, Materialien und Eigenschaften der Ölfarbe kennen lernen. Das Motiv Ihres Bildes können Sie frei wählen. Es können eigene Vorlagen mitgebracht werden oder die vom Dozenten zur Verfügung gestellten genutzt werden. Bei Fragen steht Ihnen der Kursleiter und passionierte Ölmaler gern zu Verfügung.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen:** Leinwand Format 30x40 oder 40x50, Ölfarben-Set ca. 8–10 Farben, Bleistift, Lappen, Palette (Holz oder Plastik), Spachtel, Ölpinselfset (Rotmarder, Synthetik, Borste für Öl), statt Terpentin wird entweder Walnussöl oder pflanzliches Öl verwendet.

## **D20537 – KLEINGRUPPE**

Valeriy Solovey  
 Sa, 15.10.2016, 10:00 – 17:00 Uhr  
 So, 16.10.2016, 10:00 – 15:30 Uhr  
 VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
 63,80 €



Valeriy Solovey – Haus in Dornburg, 2010, Öl auf Leinwand

# Energiespender

... sind wir aus Leidenschaft – für Jena und die Region.



**Wenn Sie uns brauchen, sind wir da.**





## ● **Wochenendkurs – Ölmalerei**

Erläuterungen siehe D20537

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen:** siehe D20537

## **D20538 – KLEINGRUPPE**

Valeriy Solovey

Sa, 21.01.2017, 10:00 – 17:00 Uhr

So, 22.01.2017, 10:00 – 15:30 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

63,80 €

Weitere Kurse, in denen Sie u.a. mit Ölfarben arbeiten können, finden Sie im Abschnitt „Verschiedene Techniken“ ab Seite 45

## **Zeichenkurse**

### ● **Zeichnen am gesehenen Objekt**

Ein Tierschädel und Knochen, Trockenblumen, Wurzeln: Bizarre Gestalten und Wucherungen. Eine alte Schreibmaschine, Zahnräder, ein Akkordeon, ein alter Fotoapparat: Linien, Überschneidungen, Ballungen. Eine Fülle an Materialien soll zum Entdecken einladen. Was interessiert mich? Erfasse ich das große Ganze? Oder lenke ich den Blick auf die Details? Zeichnen lernen heißt sehen lernen. Wichtig ist hierbei, direkt am Objekt zu sein, Räumlichkeiten, Flächen wie die Materialität des Gegenstandes zu erfassen. Dieser Kurs soll anhand einfacher praktischer Beispiele verschiedene Herangehensweisen sowie die Grundlagen des Zeichnens vermitteln. Dazu brauchen wir nicht mehr als Stifte und Papier.

Die Kursleiterin ist Absolventin und Meisterschülerin der Malerei der Kunsthochschule Burg Giebichenstein, Halle.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen:** Zeichenblock DIN A3, verschiedene Bleistifte in der Stärke B (zwischen 2B und 8B), Kohle, Buntstifte, Radiergummi.

## **D20540 – KLEINGRUPPE**

Undine Bandelin

Sa, 19.11.2016, 10:00 – 16:00 Uhr

So, 20.11.2016, 10:00 – 16:00 Uhr

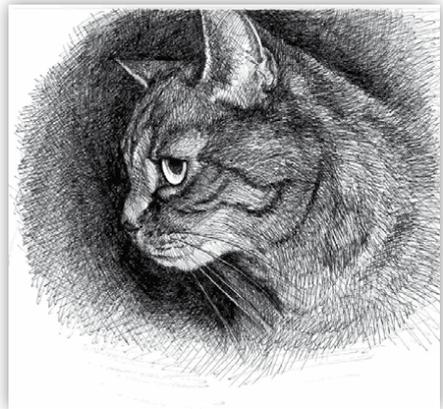
VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

67,00 €

### ● **Zeichenkurs**

In diesem Kurs können Sie Schritt für Schritt verschiedene Zeichentechniken kennenlernen. Machen Sie sich vertraut mit den Proportionen Ihres Motivs, dem Einsatz von Licht und Schatten, der richtigen perspektivischen Umsetzung, mit der Darstellung von Textur und Kontrasten. In der Motiwahl sind Sie frei – als Vorlage können z. B. Abbildungen von Menschen, Gesichtern, Tieren oder Landschaften dienen.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.



Zoya Goletz – Katze, Grafik

### **Mitzubringen:**

**Skizzenblöcke A4 und A3, Bleistifte (verschiedene Stärken), Fineliner, Radiergummi.**



### D20541 – KLEINGRUPPE

Zoya Goletz

Do, 27.10.2016, 19:30 – 21:00 Uhr, 8 Abende  
VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
61,00 €

#### ● Porträts zeichnen & „Charge“

In diesem Kurs wird Schritt für Schritt das Zeichnen von Porträts vorgestellt. Der Schwerpunkt liegt hierbei auf Mimik, Emotionen und den speziellen Charakterzügen des dargestellten Gesichts. Anschließend wird eine Spielart der Karikatur vorgestellt: die [frz.] „Charge“. Hierbei wird das Gesicht der Person naturalistisch wiedergegeben, während die Proportionen des Körpers verändert werden und im Bildhintergrund z. B. das Hobby der abgebildeten Person dargestellt werden kann, sodass die Zeichnung eine humoristische Note erhält.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen:** Skizzenblock A4, Bleistifte (verschiedene Stärken), Radiergummi

### D20543 – KLEINGRUPPE

Zoya Goletz

Mi, 16.11.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 6 Nachmittage  
VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
47,00 €



Zoya Goletz – Porträt, 2016, Bleistiftzeichnung

Weitere Kurse, in denen Sie u.a. zeichnen können, finden Sie im folgenden Abschnitt „Verschiedene Techniken“

### Verschiedene Techniken

**In diesem Abschnitt finden Sie alle Kurse, in denen Sie mit verschiedenen Medien arbeiten können sowie Kurse zu Pastellmalerei und Drucktechniken.**

#### ● Malen mit Aquarell, Öl oder Acryl für Liebhaber und Neueinsteiger

Bildaufbau, Compositionen, Farblehre, Mischen, Farbwirkung, Motivgestaltung, Perspektive, Licht und Schatten – das alles sind inhaltliche Schwerpunkte in unserem Malereikurs. Sie erlernen die theoretischen Grundlagen zur Bildgestaltung und werden über die Gestaltung und Malweisen von Aquarell-, Öl- und Acrylbildern informiert. Mit praktischen Hinweisen für den Umgang mit verschiedenem Arbeitsmaterial werden wir Stillleben, Landschaften oder andere Sujets malen.

**Mitzubringen:** Farben, Pinsel und Malblock oder Keilrahmen.

#### D20551

Dr. Renate Beyer

Mo, 19.09.2016, 18:00 – 20:15 Uhr, 10 Abende  
VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
84,50 €

#### ● Malen mit Aquarell, Öl oder Acryl für Liebhaber und Neueinsteiger

Aufbaukurs für Liebhaber der Malerei. Neueinsteiger sind ebenso herzlich eingeladen!

**Mitzubringen:** Farben, Pinsel, Malblock oder Keilrahmen.

#### D20552

Dr. Renate Beyer

Fr, 23.09.2016, 10:00 – 12:15 Uhr, 10 Vormittage  
VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
84,50 €



## ● Mal- und Zeichenkurs

Dieser Kurs ist geeignet für Einsteiger sowie Fortgeschrittene. Er zielt darauf ab, verschiedene Materialien (die im Kurs erworben werden können) vorzustellen, ebenso wie die dazu möglichen Techniken. Möglichst vielseitig wird dem Teilnehmer die Herangehensweise an eine gelingende Zeichnung mit dazugehöriger Motivwahl näher gebracht. Es geht hierbei nicht um die Perfektion des Bildes, sondern vielmehr darum, Anregungen zu bekommen, Experimentierfähigkeit zu entwickeln und Spaß am Hobby Malen und Zeichnen zu haben.

Bei schönem Wetter werden wir möglichst oft im Freien malen und zeichnen.

Bei Interesse kann der zweite Kurs ab dem 10.01.2017 als Aufbaukurs besucht werden.

**Mitzubringen: Die Materialien können sowohl selbst mitgebracht als auch bei der Kursleiterin erworben werden. Der Unkostenbeitrag von ca. 2,00 € pro Tag ist im Kurs zu entrichten.**

### D20553

Heike Burkhardt

Di, 30.08.2016, 18:00 – 21:00 Uhr, 6 Abende

Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13

67,80 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)



Heike Burkhardt – Spätsommernachmittag, 2014, Acryl auf Leinwand

## ● Kleines Kunstlaboratorium – ein Mal- und Zeichenkurs in Farbe

Beliebte Maltechniken in Acryl oder Aquarell werden mit verschiedenen anderen Materialien (wie z. B. Kohle, Fineliner, Maskierflüssigkeit, Effektpaste oder Wellpappe) kombiniert. Dabei wird dem Teilnehmer die Vielfalt diverser „Einsatzmöglichkeiten“ von Acryl- und Aquarellfarbe vermittelt und zum Experimentieren mit Farbe angeregt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Mitzubringen: Die Materialien können sowohl selbst mitgebracht als auch bei der Kursleiterin erworben werden. Der Unkostenbeitrag von ca. 3,00–4,00 € pro Tag ist im Kurs zu entrichten.**

### D20555

Heike Burkhardt

Di, 10.01.2017, 18:00 – 21:45 Uhr, 5 Abende

Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13

70,50 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

## ● Mal- und Zeichenkurs für Kinder

Für Kinder von 8–12 Jahren.

In diesem Kurs könnt Ihr Euch unter kompetenter Anleitung in verschiedenen Mal- und Zeichentechniken ausprobieren und vielfältige Motivideen in Bildern umsetzen. Jeder Kurstag beschäftigt sich mit einem Thema, wobei die Freude am Ausprobieren von Farben und Techniken im Vordergrund stehen soll. Eltern können, müssen aber nicht, dabei bleiben.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern kannst Du Dich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen: Die Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 2,00 € pro Tag ist im Kurs zu entrichten.**

### D20556J – KLEINGRUPPE

Zoya Goletz

Mi, 14.09.2016, 15:00 – 16:30 Uhr,



6 Nachmittage, ohne Herbstferien  
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13  
52,20 € zzgl. Materialkosten  
(siehe „Mitzubringen“)



JUNGE VHS

## • Mal- und Zeichenkurs für Jugendliche



Für Jugendliche von 13–16 Jahren.

In diesem Kurs könnt Ihr Euch unter kompetenter Anleitung in verschiedenen Mal- und Zeichentechniken ausprobieren und vielfältige Motivideen in Bildern umsetzen. Jeder Kurstag beschäftigt sich mit einem Thema, wobei die Freude am Ausprobieren von Farben und Techniken im Vordergrund stehen soll.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern kannst Du Dich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen:** Die Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 2,00 € pro Tag ist im Kurs zu entrichten.

### D20554J – KLEINGRUPPE

Heike Burkhardt  
Di, 13.09.2016, 16:00 – 17:30 Uhr,  
6 Nachmittage, ohne Herbstferien  
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13  
52,20 € zzgl. Materialkosten  
(siehe „Mitzubringen“)



JUNGE VHS

## • „Farben im Fluss“ – Mein Bild – Mein Erfolg



Der freie Umgang mit fließenden Farben. Eine fortlaufende und spontane Arbeitsweise lässt neben konkreten Bildthemen auch das Experiment im Vordergrund stehen. Landschaften, Stilleben, Bauwerke, aber auch Figuren dienen uns als Motive. Es kann mit Acryl- oder Aquarellfarben gearbeitet werden.

**Mitzubringen:** Aquarellfarben, Aquarellpapier ab 250g/m<sup>2</sup> ODER Acrylfarben, Keilrahmen; Pinselset; Bleistift; Klebeband; Naturschwamm; Material für Collagen.

### D20557 – KLEINGRUPPE

Rita Müller  
Sa, 24.09.2016, 10:00 – 16:15 Uhr  
So, 25.09.2016, 10:00 – 13:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
58,10 €



Rita Müller – Seerosenteich, 2016, Öl auf Leinwand

## • Malweiber treffen sich zum Wochenendkurs – „Landschaften“



Meine Stadt Jena – Baumlandschaften umschließen Häuser und Straßen. Sowohl Motive als auch Farben (Acryl- oder Aquarellfarben) sind frei wählbar. Die Kursleiterin arbeitet seit 24 Jahren an der VHS und gibt gerne ihre Fähig- und Fertigkeiten in der Malerei weiter. Individuelle Hilfestellung wird angeboten.

**Mitzubringen:** Aquarellfarben, Aquarellpapier ab 250g/m<sup>2</sup> ODER Acrylfarben, Keilrahmen; Pinselset; Bleistift; Klebeband; Naturschwamm; Material für Collagen.

### D20558 – KLEINGRUPPE

Rita Müller  
Sa, 12.11.2016, 10:00 – 16:15 Uhr  
So, 13.11.2016, 10:00 – 13:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
58,10 €



## ● **Malweiber treffen sich zur abstrakten Malerei**



Es geht um das freie Malen von Bildern und den bewussten Umgang mit Formen, Farben und Flächen (inspiriert durch Musik). Es geht um die dynamischen Schwingungen mit Pinsel und Spachtel. Techniken wie Spritzen, Spachteln u.a. werden angewandt und fachgerecht vermittelt.

**Mitzubringen: Aquarellfarben, Aquarellpapier ab 250g/m<sup>2</sup> ODER Acrylfarben, Keilrahmen; Pinselset; Bleistift; Klebeband; Naturschwamm.**

### **D20559 – KLEINGRUPPE**

Rita Müller

Sa, 03.12.2016, 10:00 – 16:15 Uhr

So, 04.12.2016, 10:00 – 13:30 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

58,10 €



Rita Müller – Im Gespräch, 2015, Acryl auf Leinwand

## ● **Grafik und Text – Illustrationen zu ausgewählten Texten**

Sie hatten schon immer Freude an bebilderten Geschichten und möchten nun gern einmal selbst versuchen, eine Geschichte zu illustrieren? Innerhalb dieses Kurses werden Illustrationskonzepte zu Ihrer Lieblingsgeschichte oder einem ausgewählten Gedicht erarbeitet. Der gestalterischen Umsetzung sind hierin keine Grenzen gesetzt – Ihr Einfühlungsvermögen und Ihre Fantasie zu einzelnen Textbildern sind die wichtigsten Voraussetzungen. Dabei entwickeln Sie ganz individuelle Illustrationen in den verschiedens-

ten Techniken (Zeichnung, Collage etc.). Sie erhalten hierzu einen Überblick für das Illustrieren von Texten (Gedichte, Märchen, Kurzgeschichten), es werden Konzeptionsmethoden und Umsetzungsmöglichkeiten besprochen und vorgestellt, wie eine Illustration zu einem Text entwickelt und realisiert werden kann.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen: Fineliner, Bleistifte, Kugelschreiber, Buntpapier, mindestens Aquarellblock A5 oder Zeichenpapier A4, Aquarell- oder Temperafarben, verschiedene Pinsel, Lineal, Filzstifte, Buntstifte, Brush Pen, Ziehfeder, Tusche, Klebstift, Schere, Cutter, kleiner Imbiss.**

### **D20560 – KLEINGRUPPE**

Katja Hochstein

Sa, 14.01.2017, 10:00 – 17:00 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum

35,50 €

## ● **Aktmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene**

In diesem Intensivkurs werden wir einen szenischen Akt malerisch umsetzen. Mittels zeichnerischer Vorstudien werden die Teilnehmer\*innen an die Gestaltung einer Gesamtkomposition herangeführt. Die skizzenhafte Vorzeichnung dient als Vorlage für die Ausarbeitung eines Aktgemäldes. Hierbei wird direkt an der Staffelei gearbeitet. Kenntnisse der menschlichen Anatomie und der Farbenlehre sowie zeichnerische und malerische Fähigkeiten werden individuell vermittelt.

Dieser Kurs ist für Fortgeschrittene ebenso geeignet, wie für Anfänger mit autodidaktischen Fähigkeiten, welche aus reiner Freude am Malen und Zeichnen sich hierin inspirieren lassen wollen.

Die Kosten für das Modell sind bereits im Kursentgelt enthalten.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.



**Mitzubringen:** Acrylfarben, Bleistifte (ab B2–B8), verschiedene Pinsel, Schwämmchen, Wassersprühflasche, Zeichenkarton ab A3 Format, Skizzenheft, 1–2 Leinwände ab 50x70 cm oder größer.

### D20561 – KLEINGRUPPE

Katja Hochstein/ Modell

Sa, 28.01.2017, 13:00 – 16:00 Uhr

So, 29.01.2017, 13:00 – 16:00 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum

53,90 €

#### ● Pastellmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Harmonische und sanfte Farbverläufe sind ein wesentliches Merkmal der Pastellmalerei. In diesem Kurs werden wir mit Pastellkreiden die Farben des Lichts einfangen und in Bildern zum Leuchten bringen. Das Arbeiten mit den Kreiden wird anschaulich vermittelt und bei Bedarf Hilfestellung gegeben. Erleben Sie dabei die fließenden Übergänge, die subtile Weichheit und strahlende Pracht der Pastellfarben. Dieser Kurs ist sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

#### Mitzubringen:

**Pastellpapier ab 160 g/qm, Format 50 x 65 cm<sup>2</sup>, mittelgrau (CANSON Mi-Teintes); hochwertige Softpastellkreiden und Pastellstifte (z. B. Faber-Castell); Knetradiergummi. Farbige Vorlagen werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von 3,00 € ist im Kurs zu entrichten.**

### D20564 – KLEINGRUPPE

Maryna Bzhezytska

Do, 27.10.2016, 16:45 – 19:00 Uhr, 6 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

69,00 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)



Maryna Bzhezytska – Tulpe, 2016, Pastell

#### ● Drucktechniken: Monotypie

Die Monotypie ist keine Drucktechnik im herkömmlichen Sinne, bei der viele identische Abbilder geschaffen werden können, sie bedeutet vielmehr so viel wie „ein einziges Bild“. Hierbei wird direkt auf eine Glasplatte gemalt und solange die Farbe noch feucht ist mittels Handreibung auf das Papier gedruckt.

Das Bild wird bestimmt von der Art und Weise, wie die Farbe aufgetragen wird: lasierend, pastös oder mit einem Stift hinein gezeichnet. Hierbei entstehen reizvolle Flächen und Strukturen, die in abstrakten wie figurativen Kompositionen eingesetzt werden können. Die Monotypie ist daher eine spannende Verbindung zwischen Malerei, Zeichnung und Grafik. Eine Herausforderung kann hierbei sein, sich Variationen von einem Thema zu erarbeiten, bei denen einzelne formale Akzente verändert und abgewandelt werden und immer neue, unterschiedliche Bildlösungen entstehen.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.



**Mitzubringen:** Pinsel in verschiedenen Größen, Blei- oder Buntstifte, Lappen. Zusätzliche Materialien (Druckfarbe, Glasplatten, Papier) werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 15,00 € ist im Kurs zu entrichten.

### D20563 – KLEINGRUPPE

Undine Bandelin

Sa, 17.12.2016, 10:00 – 17:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

40,80 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

#### ● **Mandala-Workshop**

Nach einer kurzen Einführung in die Gestaltung von Mandalas und die Kunst des Buddhismus, erlernen Sie, ein eigenes Mandala mit Stift oder Pinsel zu kreieren. Der Kurs wird hauptsächlich in Deutsch gehalten, englischsprachige Teilnehmer sind jedoch auch herzlich willkommen!

An Introduction to Mandalas and Buddhist art with the focus of the students creating their own Mandala – English speaking students are very welcome as well!

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen:** Papier, Zirkel, Bleistift, Radiergummi, Lineal. Weitere Materialien werden im Kurs besprochen.

**Bring along:** paper, compass, pencil, rubber, ruler. The teacher will advice you concerning further materials during the class.

### D20567 – KLEINGRUPPE

Mark Hargrave

Mo, 09.01.2017, 17:00 – 18:30 Uhr, 4 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

37,50 €



Mark Hargrave – Mandala, Acryl auf Faserplatte

## Plastisches Gestalten

#### ● **Ikebana – Japanische Blumenkunst**

Ikebana, die traditionelle japanische Blumenkunst, erfreut sich immer größerer Beliebtheit wegen der ganz besonderen Ästhetik der Arrangements. Die Pflanzen werden entsprechend der Jahreszeit arrangiert. Manchmal wird minimalistisch gearbeitet – ganz nach der Thematik „weniger ist mehr“ – und es genügen dazu fast schon nur eine Blüte und ein paar Blätter... Andere Arrangements werden voluminöser gearbeitet und es entstehen dabei größere Pflanzenobjekte. Dieser Kurs wird als offene Gruppe angeboten, d.h. es können sich auch Anfänger\*innen anmelden, die in einem Kreis von fortgeschritteneren Kursteilnehmer\*innen integriert werden.

**Mitzubringen:** Schreibutensilien. Das Pflanzenmaterial wird von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag hierfür ist im Kurs zu entrichten.

### D20614

Ingrid Bauhaus

Fr, 23.09./07.10.2016, 16:00 – 18:15 Uhr

Fr, 11.11./18.11./25.11.2016, 16:00 – 18:15 Uhr

Fr, 02.12./09.12.2016, 16:00 – 18:15 Uhr

Fr, 06.01./13.01./20.01.2017, 16:00 – 18:15 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum

84,00 €

---

## PROGRAMM

### 2. HALBJAHR 2016

---

- |   |        |                |  |
|---|--------|----------------|--|
|   | 17.09. | 20H            | JODYMOON: ALL IS WAITING                             |
|    | 18.09. | 11H            | TOM TEUER: WIE DIE BUCHSTABEN ENTSTANDEN             |
|    | 01.10. | 14H30<br>16H30 | WIRBEL.WIND.KONZERTE.15: ABENTEUER EINES RITTERS     |
|   | 08.10. | 20H            | JULIA BIEL GROUP: LOVE LETTERS AND OTHER MISSILES    |
|    | 09.10. | 11H            | ACHIM SONNTAG: DER KREMPSEL MUSS WEG                 |
|   | 15.10. | 20H            | 8. SALSA GALA  |
|   | 22.10. | 20H            | BIGBANDBALL  |
|   | 27.10. | 20H            | EMILY JANE WHITE: THEY MOVED IN SHADOW ALL TOGETHER  |
|    | 12.11. | 14H30<br>16H30 | WIRBEL.WIND.KONZERTE.16: MIT INDIANERN IN DER PRÄRIE |
|   | 27.11. | 11H            | THEATER IM PALAIS: SCHNEEWITTCHEN                    |
|  | 11.12. | 11H            | KLEXS-THEATER: STERNTALER                            |
|   | 16.12. | 20H            | FRIEND'N'FELLOW: SILVER TOUR 2016                    |

---

#### KARTENVORVERKAUF:

Jena Tourist-Information, Markt 16, 07743 Jena

#### TICKET-HOTLINE:

Tel. 03641 49-8060

#### ONLINE-TICKETS:

[www.volksbad-jena.de](http://www.volksbad-jena.de)

---



Jetzt Fan werden und alle Informationen bekommen!  
[www.facebook.com/volksbad](http://www.facebook.com/volksbad)

 Veranstaltungen für Kinder & Familien  
Änderungen vorbehalten.



## ● Ikebana – Japanische Blumenkunst

Erläuterungen siehe D20614

**Mitzubringen:** siehe D20614

## D20615

Ingrid Bauhaus

Fr, 23.09./07.10.2016, 18:30 – 20:45 Uhr

Fr, 11.11./18.11./25.11.2016, 18:30 – 20:45 Uhr

Fr, 02.12./09.12.2016, 18:30 – 20:45 Uhr

Fr, 06.01./13.01./20.01.2017, 18:30 – 20:45 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum

84,00 €

## ● Kürbisschnitzen für die ganze Familie



Halloween steht vor der Tür und auch hierzulande wird eifrig dekoriert!

Gestalten auch Sie sich eine gespenstische, individuelle Halloween-Deko. Schnitzen Sie Kürbisse, bemalen Sie sie mit originellen Designs oder verzieren Sie sie mit Bändern oder Stoffen. Diese Bastelideen sind sehr einfach und werden Ihnen und Ihren Kindern mit Sicherheit Freude bereiten.

Doch wie kann man am besten einen Kürbis aushöhlen? Beim Schnitzen des Gemüses sollten Sie ein paar Tipps beachten, damit Sie ein gelungenes Kunstwerk schaffen. Unter Anleitung unserer Dozentin klappt es bestimmt!

Die Kursgebühr beträgt 18,00 € für Erwachsene und 5,00 € je Kind (Kinder können nur in Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen).

Für diesen Kurs ist eine Online-Anmeldung nicht möglich. Bitte melden Sie sich telefonisch oder persönlich in unserer Verwaltung an!

**Mitzubringen:** Kürbis (größere Exemplare eignen sich besser, da das Fruchtfleisch oft weicher ist und sich leichter lösen lässt), scharfes Küchenmesser und Cuttermesser zum Schnitzen, Löffel o.ä. zum Aushöhlen, wasserfester Filzstift, Teelicht, eventuell Acrylfarben und sonstige gewünschte Dekomaterialien.

## D20620 – KLEINGRUPPE

Zoya Goletz

Sa, 22.10.2016, 14:30 – 18:15 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a,

Kreativraum

18,00 €



FAMILIE



Foto: Zoya Goletz

## ● Schatten-Theater für die ganze Familie

Das Schattentheater ist eine 2000-jährige, asiatische Spieltradition, die auch in Europa zunehmende Beliebtheit erlangte.

In diesem Wochenend-Workshop werden wir Figuren aus Pappe entwickeln, es wird gezeichnet, geklebt, gewerkelt, bis die Figuren beweglich sind und die Geschichte mit den Figuren zum Leben erweckt werden kann. Es ist ein ideales Angebot für die ganze Familie, die in gemeinsamen Arbeitsschritten eine kleine Geschichte entwickeln und danach die Schattenfiguren aus verschiedenen Materialien (Pappe, Leder, Stoffe etc.) basteln wird. Abschließend werden alle gefertigten Figuren innerhalb einer kleinen selbstgebauten Bühne zum spielerischen Auftritt kommen.

Die Kursgebühr beträgt 30,00 € für Erwachsene und 9,00 € je Kind (Kinder können nur in Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen).

Für diesen Kurs ist eine Online-Anmeldung nicht möglich. Bitte melden Sie sich telefonisch oder persönlich in unserer Verwaltung an!

**Mitzubringen:** Papierschere, Cuttermesser, Bleistift, Filzstifte, Lineal, Zirkel, 2 x schwarzer Foto-



**karton (50 x 70 cm), buntes Transparentpapier, 6 runde Holzstäbe (Durchmesser 3 mm, 1 m lang), 2 runde Holzstäbe (Durchmesser 6 mm, 1 m lang), Klebestift, 8 Musterklammern, schmales Gewebeband (Panzer tape), 16 kleine Unterlegscheiben aus Metall, kleiner Imbiss.**

## D20621 – KLEINGRUPPE

Katja Hochstein  
Sa, 15.10.2016, 10:00 – 16:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Kreativraum  
30,00 €



FAMILIE

### ● Töpferscheibenkurs

Töpferei ist eines der ältesten Handwerke der Welt. Noch heute erfreuen sich handgetöpferte Gebrauchsgegenstände großer Beliebtheit. Wer hat Lust, das Töpferei an der Drehscheibe einmal auszuprobieren und an diesem Wochenendkurs erste eigene Gefäße zu töpferei? Sie bekommen die Grundlagen für die handwerklichen Fertigkeiten vermittelt sowie genaue Anleitungen und die notwendige Hilfestellung beim Drehen. Außerdem erlernen Sie das Anfertigen verschiedener Arten von Henkeln, Deckelknäufen und Dekorationsmöglichkeiten.

**Mitzubringen: Praktische Kleidung oder Schürze. Die Kosten für Material und Brand der Keramik in Höhe von ca. 10,00–20,00 € sind im Kurs zu entrichten.**

## D20690 – KLEINGRUPPE

Ulrike Rochlitzer  
Fr, 28.10./ 04.11.2016, 18:00 – 21:00 Uhr  
Sa, 29.10./ 05.11.2016, 18:00 – 21:00 Uhr  
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13  
67,00 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

### ● Töpferscheibenkurs

Erläuterungen siehe D20690

**Mitzubringen: siehe D20690**

## D20691 – KLEINGRUPPE

Ulrike Rochlitzer  
Fr, 20.01./ 27.01.2017, 18:00 – 21:00 Uhr  
Sa, 21.01./ 28.01.2017, 18:00 – 21:00 Uhr  
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13  
67,00 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

### ● Plastische Gestaltung – Keramik - ANFÄNGER UND FORTGESCHRITTENE

In diesem Kurs können Sie die plastischen Ausdrucksmöglichkeiten von Keramik erkunden.

Ton ist ein sehr abwechslungsreiches Material und bietet sehr unterschiedliche Bearbeitungstechniken.

Sie können je nach Interessen und Wünschen anhand von unterschiedlichen Themenschwerpunkten verschiedene Techniken kennenlernen. Wir werden kleine Objekte, Gefäße oder Skulpturen anfertigen. Hierbei ist Spaß und Experimentierfreude gefragt! Wir arbeiten mit verschiedenen Tönen, Engoben und Glasuren. Ziel dieses Kurses ist es, ein oder mehrere Objekt-Entwürfe (Skulptur oder Gefäß) plastisch zu erarbeiten und bis zur Glasur zu vollenden. Dabei wird Ihnen ein Fundus an handwerklichen Grundlagen vermittelt, mit denen es für Sie möglich sein wird, eigene gestalterische und künstlerische Ideen zu verwirklichen. Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen: Alte Kleidung (z.B. Kittel), wenn vorhanden Modellierhölzer; Die Kosten für Ton und Brand der Keramik in Höhe von ca. 18,00 € sind im Kurs zu entrichten. Die Kursleiterin berät Sie je nach geplantem Projekt zu weiteren Materialien.**

## D20692 – KLEINGRUPPE

Katja Hochstein  
Fr, 28.10.2016, 17:00 – 20:00 Uhr, 5 Abende  
VHS-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
87,50 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)



## ● Töpfern – eine Einführung in die keramische Gestaltung

Die Teilnehmer erhalten eine Übersicht über die zahlreichen Möglichkeiten, Ton zu bearbeiten. Zusammen mit eigenen Ideen und Anregungen zur Gestaltung entstehen so zahlreiche Werke, die auch als Geschenk einzigartig sind. Im Verlauf des Kurses werden die Gestaltungsmöglichkeiten mit Hilfe von Präge- und Ritztechniken, Einlegearbeiten u.a. erweitert. Schließlich werden die Stücke mit Engoben und/oder Glasuren behandelt und können dann mit nach Hause genommen werden.



Katja Hochstein – Keramik-Skulptur, 2016  
Foto: R. Miller, 2016

**Mitzubringen: Nette Ideen, Spaß am Töpfern, evtl. altes Geschirrtuch, nicht die besten Kleider. Die Kosten für Material und Brand der Keramik in Höhe von ca. 10,00–20,00 € sind im Kurs zu entrichten.**

### D20693

Ullrich Schulte-Vieting  
Mo, 24.10.2016, 18:15 – 20:30 Uhr, 6 Abende  
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13  
57,00 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

## Musik

### ● Gitarre – Anfänger

Willkommen in einer Runde voller wissbegieriger Anfänger. In diesem Kurs werden Ihnen die Grundkenntnisse an der Gitarre in Begleitung eines geduldigen und jungen Dozenten vermittelt. Das Ziel ist, gleich in den ersten Stunden einfache und bekannte Lieder begleiten zu können. Das frühe Erfolgsergebnis wird sich für Sie mit den ersten Akkorden einstellen.

**Mitzubringen: Akustische Gitarre**

### D20813

Jakob Nose  
Do, 27.10.2016, 19:30 – 20:15 Uhr, 12 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
42,50 €

### ● Gitarre – Anfänger

Erläuterungen siehe D20813

**Mitzubringen: siehe D20813**

### D20814

Jakob Nose  
Do, 27.10.2016, 20:30 – 21:15 Uhr, 12 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
42,50 €

### ● Gitarre – Fortgeschrittene – Liedbegleitung

Nähere Informationen zum Kurs erhalten Sie ab dem Anmeldebeginn am 22.08.2016 telefonisch oder unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)!

**Mitzubringen: Akustische Gitarre.**

### D20811

Jakob Nose  
Di, 25.10.2016, 19:30 – 20:15 Uhr, 12 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
42,50 €



● **Gitarre – Fortgeschrittene – Liedbegleitung**

Erläuterungen siehe D20811

**Mitzubringen:** siehe D20811

**D20812**

Jakob Nose

Di, 25.10.2016, 20:30 – 21:15 Uhr, 12 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
42,50 €

**Textiles Gestalten**

● **Stricken – Grundlagen**

Willkommen in unserem Strickkurs in wohliger Atmosphäre! Wir laden Sie zu drei gemütlichen Strickabenden ein. Strickanfänger finden hier unter geduldiger und kompetenter Betreuung die Grundanleitungen.

**Mitzubringen:** Dicke Wolle, dicke Nadeln (mind. Stärke 4, größer ist besser), Bambus-, Holz- oder Kunststoffnadeln.

**D21319**

Marion Ziebell

Mi, 02.11.2016, 16:00 – 18:15 Uhr, 3 Nachmittage  
VHS, Paradiesstr. 6, Seminarraum 3  
30,50 €

Bitte beachten Sie unsere  
Stornierungsfristen!



Klaviere Flügel  
E-Piano Musikzubehör  
Gitarren  
Akkordeon  
Violinen

jetzt neu:  
0% Finanzierung  
ohne versteckte Kosten, ab 500€

*Pianelli*  
music-store  
www.pianelli.de

Yamaha, Kawai, Seiler, Roland, Ibanez, Martin, Hanika, Weltmeister  
Mitten in Jena Zentrum | Nonnenplan 3 | 07743 Jena | +49(0)3641 310 590

Textiles Gestalten



## ● Tunesisch Häkeln – Grundlagen

Willkommen in unserem Häkelkurs in wohliger Atmosphäre! Wir laden Sie zu drei gemütlichen Abenden ein, an denen Sie die Grundmuster des Tunesischen Häkelns erlernen können. Sie finden hier unter geduldiger und kompetenter Betreuung die Anleitungen für kleine selbstgefertigte Häkelartikel in tunesischen Mustern.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen: Wollrester unterschiedlicher Stärke, tunesische Häkelnadeln mit Seil (mind. Stärke 4 – größer ist besser; Seillänge 30-50cm).**

### D21318 – KLEINGRUPPE

Marion Ziebell  
Mi, 12.10.2016, 16:00 – 18:15 Uhr, 3 Nachmittage  
VHS, Paradiesstr. 6, Seminarraum 3  
35,00 €

## ● „Jedes Geschenk beginnt mit einer Masche...“ – Häkeln – Grundlagenkurs

Ein Kurs für alle, die Interesse haben, selbst Geschenke mit Nadel und Faden zu gestalten.

Der Winter und Weihnachten stehen vor der Tür – wie wäre es mit einer selbstgehäkelten, warmen Mütze für Klein oder Groß, als Geschenk oder dem kleinen Hingucker als Mitbringsel – egal was, es ist selbstgemacht und kommt von Herzen. Man muss sich nur an die erste Masche herantrauen!

**Mitzubringen: Nur, wenn bereits vorhanden: Häkelnadeln in verschiedenen Stärken; einfarbige, helle, nicht zu dünne Wolle zum Probieren. Gern stellt auch die Kursleiterin zur ersten Stunde die Materialien und berät Sie dann je nach geplantem Projekt.**

### D21301 – KLEINGRUPPE

Heike Veit  
Do, 27.10.2016, 17:00 – 19:15 Uhr, 4 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
46,00 €

## ● Socken stricken

Ob Wandsocke oder Bettsöckchen – warme Füße sind doch etwas Schönes! In diesem Kurs werden wir in drei Schritten das Sockenstricken erlernen: 1. Schaft, 2. Ferse, 3. Fußsteil + Spitze. Dieser Intensivkurs ist nur geeignet für Interessent\*innen, die bereits sicher stricken können.

**Mitzubringen: Nur, wenn bereits vorhanden: Stricknadeln in verschiedenen Stärken; einfarbige, helle, nicht zu dünne Wolle zum Probieren. Gern stellt auch die Kursleiterin zur ersten Stunde die Materialien und berät Sie dann je nach geplantem Projekt.**

### D21302 – KLEINGRUPPE

Heike Veit  
Do, 24.11.2016, 17:00 – 19:15 Uhr, 3 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
35,50 €

## ● Faszination Filz

Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene, dieser Kurs bietet die Möglichkeit, ein eigenes Lieblingsstück aus Wolle anzufertigen. Hüte, Taschen, Stulpen, Gefäße, (Seiden-)Schals, Schmuck, Handpuppen, Sitzkissen und vieles mehr warten als Anregungsstücke auf Filzneugierige.

Zur Information: Es kann auch Mittagessen vor Ort bestellt werden.

**Mitzubringen: Thermoskanne, 2 Handtücher, 2 Plastiktüten (für Transport des Lieblingsstückes und der nassen Handtücher). Alle weiteren Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 5,00–10,00 € ist im Kurs zu entrichten.**

### D21303 – KLEINGRUPPE

Ulrike Rochlitzer  
Sa, 12.11.2016, 10:00 – 16:45 Uhr  
Kunstwerk e.V., Zwätzgasse 13  
34,50 € zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)



## ● Schneiderkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Ein Kurs für alle, die keine oder geringe Vorkenntnisse haben.

Hier eignen Sie sich die kleine Nähmaschinenkunde an: Sie lernen die verschiedenen Funktionen des Arbeitsgerätes kennen. Außerdem meistern Sie verschiedene Nahtarten sowie Handsticharten und werden Ihr Wissen auffrischen. Sie erhalten Antworten auf folgende Fragen: Wie nehme ich kleinere Änderungen an Hosen, Röcken oder Reißverschlüssen vor? Wie nehme ich Maß? Wie lese und stimme ich einen Fertigschnitt ab? Bei ausreichender Zeit werden wir noch ein einfaches Kleidungsstück fertigen.

**Mitzubringen: 2 Scheren (eine kleine spitze und eine große Schere), Näh- und Stecknadeln, Maßband, Schneiderkreide, Handmaß, Nähgarn, Heftgarn und Schreibunterlagen**

### D21401

Susanne Marks

Mo, 19.09./ 26.09.2016, 17:00 – 20:00 Uhr  
 Mo, 17.10./ 24.10.2016, 17:00 – 20:00 Uhr  
 Mo, 07.11. – 12.12.2016, 17:00 – 20:00 Uhr  
 VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
 115,50 €

## ● Schneiderkurs für Anfänger und Fortgeschrittene – Samstag

Erläuterungen siehe D21401

**Mitzubringen: siehe D21401**

### D21402

Susanne Marks

Sa, 22.10./ 29.10.2016, 09:00 – 14:00 Uhr  
 Sa, 12.11./ 19.11.2016, 09:00 – 14:00 Uhr  
 Sa, 03.12./ 10.12.2016, 09:00 – 14:00 Uhr  
 VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
 115,50 €

## Foto – Medien – Design

### ● DSLR Gear – No Idea Single Lens Reflection Camera Crash Course

Can I whitebalancing an aperture-number by changing the focal distance or should I combine shuttertime with ISO instead? Lets sort all this technical terms and find out what's relevant or not. If the weather permits, we will try to spin the perspective to take some special fotos of ourselves afterwards.

„Course in English language!“

### D21115

Jonas Tegtmeyer

So, 16.10.2016, 10:00 – 15:45 Uhr  
 VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
 35,50 €

### ● Bessere Fotos mit der DSLR

Sie werden kompetent in Bildgestaltung, Bildaufbau und in die Einschätzung von Lichtverhältnissen eingeführt. Nach diesem Kurs fühlen Sie sich absolut vorbereitet für professionelle Fotografie von Menschen, Fotografie im Alltag, zu Familienfesten, unter Freunden, auf der Straße oder für perfekte Naturaufnahmen. Auf einer Fotoexkursion wird das Besprochene in der Praxis geübt, die entstandenen Aufnahmen anschließend ausgewertet.

**Mitzubringen: digitale Spiegelreflexkamera und vorhandenes Zubehör**

### D21122

André Helbig

Sa, So 24.+25.09.2016, 10:00 – 17:30 Uhr  
 VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
 83,50 €

### ● Bessere Fotos mit der DSLR

Erläuterungen siehe Kurs D21122

### D21123

André Helbig

Sa, So 29.+30.10.2016, 10:00 – 17:30 Uhr  
 VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
 83,50 €



- **Bessere Fotos mit der DSLR**

Erläuterungen siehe Kurs D21122

### D21124

André Helbig

Sa, 14.01.2017, 10:00 – 17:30 Uhr

So, 15.01.2017, 10:00 – 17:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

83,50 €

---

- **Fotografieren mit Kompaktkameras**

Je größer die Kamera desto bessere Bilder? Diese Formel stimmt nicht ganz. Denn immerhin drückt immer noch der Mensch auf den Auslöser. Und die kleinen Kameras können heute auch schon eine ganze Menge. Wir befassen uns in diesem Kurs mit den Möglichkeiten, welche das Fotografieren mit Kompaktkameras hergibt. In diesem Fotoworkshop reden wir auch über die Gestaltungsmöglichkeiten in der Fotografie: Bildaufbau, Blickwinkel, Bildausschnitt, Format, Schärfentiefe, Vorder- und Hintergrund sowie die Wirkung von Linien, Formen und Farben. Natürlich wird in diesem Kurs auch praktisch fotografiert – im Innen- und im Außenbereich.

**Mitzubringen: eigene Kompaktkamera inkl. Bedienungsanleitung**

### D21127

André Helbig

Sa, 28.01.2017, 10:00 – 17:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

43,50 €

---

### Weiterführende Kurse zum Thema:

- **Fotos einfach und schnell bearbeiten**

Erläuterung siehe S. 128

### D50005 – KLEINGRUPPE

Carola Lück

Di / Do, 01.11.2016 – 10.11.2016, 13:00 – 15:15 Uhr,

4 Nachmittage

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

59,50 €

---

- **Fotobücher und Co – Erinnerungen festhalten**

Erläuterung siehe S. 128

### D50006 – KLEINGRUPPE

Frank Rutkowski

Di / Do, 01.11.2016 – 10.11.2016, 09:00 – 12:00 Uhr,

4 Vormittage

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

77,50 €

---

- **Druckprodukte gestalten mit Adobe InDesign – Grundkurs**

Erläuterung siehe S. 137

### D50162 – MINIGRUPPE

Dirk Sawade

Sa, 05.11./19.11.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

So, 06.11./20.11.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

262,50 €

---

- **Vektorgrafiken – Adobe Illustrator – Grundkurs**

Erläuterung siehe S. 137

### D50163 – MINIGRUPPE

Dirk Sawade

Sa, 07.01./21.01.2017, 09:00 – 15:00 Uhr

So, 08.01./22.01.2017, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

263,60 €

---

- **Virtuelles Gestalten in 3D – Modelle und Animationen mit Blender**

Erläuterung siehe S. 137

### D50165 – MINIGRUPPE

Peter Wackernagel

Sa, 22.10.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

So, 23.10.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

128,00 €

---



- **Basiskurs Adobe Photoshop – Grundkurs**

Erläuterung siehe S. 138

### D50172 – KLEINGRUPPE

Christoph Müller

Fr, 30.09.2016, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa, 01.10.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

So, 02.10.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

122,50 €

- **Basiskurs Adobe Photoshop – Grundkurs**

Erläuterung siehe S. 138

### D50172A – KLEINGRUPPE

Christoph Müller

Di / Do, 03.01.2017 – 17.01.2017, 18:00 – 21:00 Uhr,

5 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

122,50 €

- **Adobe Lightroom – die digitale Dunkelkammer**

Erläuterung siehe S. 139

### D50179 – KLEINGRUPPE

Ivonne Peupelmann

Di / Do, 06.12.–13.12.2016, 17:30 – 20:30 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

64,00 €

- **Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch – Schritt für Schritt**

Erläuterung siehe S. 139

### D50183 – KLEINGRUPPE

David Pauli

Di / Do, 03.01.2017 – 12.01.2017, 18:00 – 21:00 Uhr,

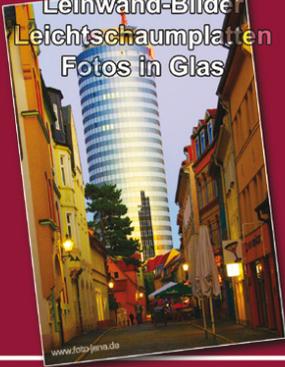
4 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

76,00 €

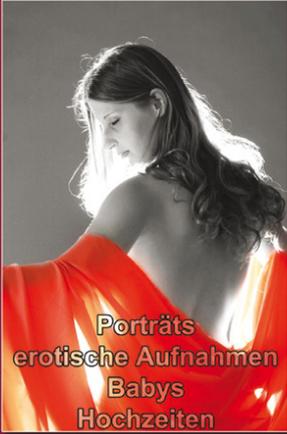
## digitaler Bilderservice

Bilder  
mit individueller Bearbeitung  
bis XXL-Postergroße  
Leinwand-Bilder  
Leichtschamplatten  
Fotos in Glas



[www.foto-jena.de](http://www.foto-jena.de)

## Foto-Studio



Porträts  
erotische Aufnahmen  
Babys  
Hochzeiten  
Eventfotografie

## Textildruck

T-Shirts  
Kissen, Tassen,  
Acrylglasplatten  
Vereinskleidung

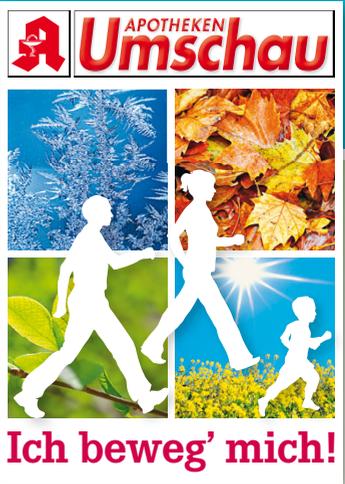


Jena, Löbdergraben 16, Ecke Steinweg (Kupferhütchen)  
bei Einkauf vergüten wir Ihnen 1/2 Stunde Parkgebühr Inselplatz  
[www.foto-jena.de](http://www.foto-jena.de)      [info@foto-jena.de](mailto:info@foto-jena.de)



**FOTO EXPRESS**  
**digital photo**  
**service**

# Ich beweg' mich!



## Eine gemeinsame Aktion der Apotheken Umschau und Ihrer vhs

Machen Sie mit, denn nichts ist gesünder als regelmäßige körperliche Bewegung.

### Die vhs-Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene:

- Fit im Alltag
- Pilates
- Rücken fit



## So bringen Sie mehr Schwung in Ihr Leben – jeder Schritt zählt.

Wie motiviert sind Sie? Testen Sie Ihre guten Vorsätze und profitieren Sie von unseren Experten-Tipps:

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

**!** Melden Sie sich jetzt bei Ihrer vhs an.

**●** Mit der Apotheken Umschau und Ihrer Volkshochschule fit und gesund durch das ganze Jahr.

# Fachbereich Gesundheit



## Inhalt

Tanz.....	62
Farb- und Typberatung.....	63
Entspannungstechniken.....	64
Pilates.....	71
Rückenkurse.....	73
Fitness und Gymnastik.....	74
Gesund und Bunt gemischtes.....	75
Ernährung und Kochkunst.....	76

**Liebe Teilnehmer,**  
es gibt für alle Kurse  
im GESUNDHEITSBEREICH  
**KEINE**  
**WEITERMEDELISTEN.**

Jeder hat somit die Möglichkeit,  
sich rechtzeitig ab dem Anmeldestart  
am 22.08.2016 anzumelden.

Sport frei!  
Ihr VHS-Team

### Kleingruppenregelung

Sehr geehrte Teilnehmerinnen  
und Teilnehmer,  
sollte Ihr Kurs nicht die geforderte  
Mindestteilnehmerzahl erreicht  
haben, die Einrichtung einer  
Kleingruppe aber sinnvoll und  
möglich sein, so werden Sie darüber  
informiert. Sie können dann  
entscheiden, ob Sie dieses Ange-  
bot annehmen oder nicht. Später  
eingehende Anmeldungen haben  
auf die Kleingruppenregelung kei-  
nen Einfluss mehr.

Fachbereichsleiterin  
**Eva Munkelt**  
Tel. 49-8212  
eva.munkelt@jena.de



Sachbearbeiterin  
**Sybille Zeise**  
Tel. 49-8200  
sybille.zeise@jena.de



### Haftungsausschluss

**Die Teilnahme an den Sport- und  
Gesundheitskursen erfolgt auf eigene Gefahr!**

Die VHS Jena übernimmt keine Haftung für  
eventuelle Unfälle. Falls Sie sich nicht ganz sicher  
sind, ob der jeweilige Kurs für Ihre gesundheitlichen  
Voraussetzungen der richtige ist, konsultieren  
sie bitte vor Beginn Ihren Arzt!



## „VHS macht gesünder!“

belegt eine bundesweite Studie des Universitätskrankenhauses Eppendorf zur Wirksamkeit von Entspannungskursen an Volkshochschulen.

Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können.

In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehören kann, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren. Lernen Sie von Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.

## ZENTRALE PRÜFSTELLE für PRÄVENTION

### Aktuelle Information für Kursteilnehmer der Gesundheitskurse

Die VHS Jena beteiligt sich ab dem HS 2016 mit neuen Kursen nicht mehr an der Krankenkassen-Anerkennung: Das ZPP-Prüfverfahren erweist sich für eine flexible Handhabung von Kursangeboten generell unaufgeschlossen.

So wird grundsätzlich kein Angebot mehr gefördert, dass z.B.

- unter 9 oder über 12 Einheiten liegt
- über insg. 1.080 Minuten zählt
- Fortgeschrittenen-Kurs bzw. Dauerangebot ist
- spontane Dozentenkrankvertretung/ Dozentenwechsel innerhalb des VHS-Kursbetriebs ermöglicht
- auf TN u Situation abgestimmte Freiheiten im Kurskonzept erlaubt (denn die Prüfkriterien des Leitfadens Prävention der Krankenkassen lassen hier keine Ausnahme zu)

Das bedeutet: Es gibt nach Ende der Übergangsregelung, also ab 01.01.2017 bei der VHS Jena keine KK-Rückerstattung für die Teilnehmer mehr. Es werden keine Bescheinigungen für die KK nach § 20 SGB V mehr ausgestellt.

ABER: Die Arbeit der Volkshochschule wird insgesamt durch Fördermittel des Landes und der Kommune unterstützt. Beachten Sie dazu bitte auch unsere Ermäßigungsregelungen!

## Tanz

### ● Tanzen wie in der Karibik

Dieser Kurs richtet sich an alle, die gerne Salsa, Merengue und Bachata tanzen möchten. Salsa ist vor allem ein afrokubanisch inspirierter Tanz, der paarweise oder in der Gruppe (Rueda de Casino) getanzt wird. Wir werden uns auf den Kubanischen Style konzentrieren. Merengues und Bachatas werden auch gerne zur Auflockerung zwischen den Salsas getanzt. Sie stammen ursprünglich aus der Dominikanischen Republik. Bachata ist ein leidenschaftlicher Paartanz und wird von den Einheimischen meist sehr eng getanzt. Merengue ist super leicht zu erlernen und macht viel Spaß. Für den Anfängerkurs ist Tanzerfahrung nicht erforderlich, nur Spaß an Bewegung zu toller Musik. Hier lernt Ihr die Grundlagen der Salsa, Bachata und Merengue (Grundschrirte, einfache Drehungen auf der Stelle, erste kleine Kombinationen aus den Grundelementen) sowie die Technik des Führens und Folgens. Wir freuen uns auf euch!

**Bitte meldet Euch paarweise an: Ganz gleich, ob 2 Frauen, 2 Männer – wir Cubaner sehen das sehr entspannt**

### Mitzubringen: Tanzschuhe

### D30006

Guillermo Hugo Jiménez Alemán/Maryna Tymoshchuk  
Do, 29.09.2016, 20:15 – 21:45 Uhr, 5 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum  
48,00 €



## ● Orientalischer Tanz für Anfänger

Herzlich willkommen in dem wunderschönen Tanzsaal am Camsdorfer Ufer. In dieser luftigen und festlichen Atmosphäre kann jede(r) sich ganz befreit bewegen. Die Wurzeln des Bauchtanzes sind in alten Fruchtbarkeitsriten zu finden. Herausragendes Merkmal dieses Tanzes ist das isolierte Bewegen einzelner Körperteile, insbesondere des Beckens. Das Erlernen von Grundtechniken steht im Mittelpunkt des Kurses. Eine leichte Choreographie wird eingeübt.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen: Gymnastikschuhe, bequeme Kleidung**

## D30007 – KLEINGRUPPE

Rena Fritsch  
Do, 29.09.2016, 18:00 – 19:00 Uhr, 9 Abende  
Jenaer Tanzhaus e.V., Camsdorfer Ufer 17  
51,00 €

## ● Standard/Latein – Grundkurs und Auffrischung

Ein Grundkurs für alle, die das Welttanzprogramm erlernen möchten bzw. ihre Tanzstundenkenntnisse auffrischen wollen. Ein perfektes Ambiente erwartet Sie im historischen Tanzsaal am Camsdorfer Ufer. Wir tanzen Walzer, Tango, Foxtrott, ChaChaCha, Rumba, Samba, Jive und Discofox. Herzlich willkommen!

Bitte melden Sie sich mit TanzpartnerIn an.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen: Wechselschuhe**

## D30014 – KLEINGRUPPE

Rena Fritsch  
Fr, 30.09.2016, 19:45 – 20:45 Uhr, 9 Abende  
Jenaer Tanzhaus e.V., Camsdorfer Ufer 17  
51,00 €

## ● Zumba-Gold®

ZUMBA ist ein belebender, gemeinschaftsorientierter Tanzfitnesskurs, der lebendig und vor allem mitreißend ist.

Die Trainerin unterrichtet auch lateinamerikanische Tänze sowie Aerobic und Pilates.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

## D30019 – KLEINGRUPPE

Rena Fritsch  
Di, 27.09.2016, 18:00 – 19:00 Uhr, 9 Abende  
Jenaer Tanzhaus e.V., Camsdorfer Ufer 17  
51,00 €

## Farb- und Typberatung

### ● Turbo-Make-up

Ihr ganz persönliches Turbo-Make-up, mit dem Sie sich rundum wohl fühlen! Erleben Sie in diesem Workshop, wie Sie durch kleine Kniffe und Tricks in kürzester Zeit ein typgerechtes Make-up zaubern, welches Ihre natürliche Schönheit unterstreicht und große Wirkung zeigt. Außerdem erhalten Sie Antworten auf die Fragen: Wie ziehe ich einen perfekten Lidstrich? Passen meine Augenbrauen? Welches ist das richtige Arbeitsmaterial für ein perfektes Make-up? Und alles, was Sie als Frau schon immer über die Schminkkunst wissen wollten!

Arbeitsmaterial wird von der Kursleiterin gestellt. Materialkosten in Höhe von 3,00 € sind bei der Kursleiterin zu entrichten.

**Mitzubringen: Schreibmaterial, Haarband**

## D30080 – KLEINGRUPPE

Petra Mulitze  
Di, 06.12.2016, 18:00 – 21:00 Uhr  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_08  
22,20 €



## ● **Farb- und Stilberatung zur Stärkung Ihres Selbstbewusstseins**

Ihr Stil ist Ausdruck Ihrer Persönlichkeit – überzeugen Sie Ihre Mitmenschen.

Typberatung zur Stärkung Ihres Selbstbewusstseins.

Das Seminar umfasst das Analysieren von Farben in den vier Jahreszeiten unter Einbeziehung von Haut- und Haarfarbe mit Hilfe von Analysetüchern. Sie erfahren, wie Sie Ihren persönlichen Farb-Pass beim Kleidungskauf handhaben sollten, um zukünftig Fehlkäufe zu vermeiden. Zudem lernen Sie Ihr Make-up auf Ihren Teint, Ihren Typ und Ihre Garderobe abzustimmen. Anhand Ihrer Körpergröße und Ihrer Körperformen finden wir Ihren persönlichen Kleidungsstil. Ich gebe Ihnen praktische Tipps zum Aufbau einer trendunabhängigen Garderobe. Die Ergebnisse der Analyse können in einer persönlichen Stilmappe gleich eingetragen werden. Des Weiteren erfahren Sie: Passt meine Frisur? Wie setze ich gekonnt Accessoires ein? Wo ist mein Balancepunkt? Welche Brillenform steht mir? Welche Ausschnitte kann ich tragen? Und noch mehr über einen kleinen Bekleidungs-Knigge.

Nebenkosten entstehen durch den Erwerb eines persönlichen Farbpasses und einer persönlichen Stilmappe: Falls gewünscht, kann eine Stilmappe zu 25 € – der Farbpass 30 € erworben werden.

### **D30084 – KLEINGRUPPE**

Petra Maultzsch

Do, 05.01.2017, 18:00 – 21:00 Uhr, 3 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 02\_08

55,80 €

## **Entspannungstechniken**

### ● **PMR – Entspannung**

Die progressive Muskelentspannung (oder auch Progressive Muskelrelaxation, kurz PMR) wurde 1929 vom Physiologen Edmund Jacobson entwickelt und ist heute eines der am häufigsten angewandten Entspannungsverfahren. Der Methode liegt die Annahme zugrunde, dass Körper und Geist in einer starken Wechselbeziehung zueinander stehen, sodass eine

Entspannung auf physiologischer Ebene einen allgemeinen (seelischen) Zustand von Ruhe und Entspannung induziert. Dies soll dadurch erreicht werden, dass nacheinander einzelne Muskelgruppen des Körpers bewusst angespannt werden, um kurz darauf ebenfalls bewusst eine Entspannung dieser herbeizuführen. Durch den Wechsel von An- und Entspannung wird das Körperbewusstsein verbessert, Anspannung kann früher wahrgenommen und dieser aktiv gegengesteuert werden. Die Methode der Progressiven Muskelentspannung fördert effektiv das Wohlbefinden, ist leicht zu erlernen und auch als Kurzentspannung in alltäglichen Situationen anwendbar.

### **D30100**

Daniel Lehmann

Mo, 19.09.2016, 16:00 – 17:00 Uhr, 12 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, Spannungsraum

51,00 €

### ● **Autogenes Training**

Das Autogene Training (AT) ist eine weit verbreitete Methode zur Entspannung und Selbstregulation. Sie lässt sich vielfältig nutzen: zum Stressabbau, zur Emotionsregulation, zur Verbesserung des Schlafs oder auch zur Schmerzbewältigung. Autogenes Training ist eine vereinfachte und standardisierte Form der Selbsthypnose, bei der man sich in einen hypnotischen Zustand versetzen und Ruhe und Entspannung sowie Wärme und Schwere spüren lassen kann. Die sieben Grundübungen des AT beziehen sich neben Wärme und Schwere unter anderem auch auf Atem, Herz oder Körpermitte. Nacheinander werden zu jedem Bereich bestimmte Suggestionen erlernt, die durch Verinnerlichung und intensives Wiederholen Prozesse im Unterbewusstsein in Gang setzen können und somit die gewünschte körperliche Reaktion hervorrufen. Langfristig ist es zudem möglich, die erlernten Leitsätze um weitere auf die persönlichen Bedürfnisse abgestimmte Formeln zu ergänzen.

### **D30103 – KLEINGRUPPE**

Daniel Lehmann

Mo, 19.09.2016, 17:10 – 18:10 Uhr, 12 Nachmittage

VHS, Paradiesstr. 6, Spannungsraum

60,60 €



## ● Achtsamkeit – Gelassenheit und Entspannung im Alltag

Leben Sie im Hier und Jetzt! Finden Sie dadurch mehr Ruhe und Entspannung im Alltag. Machen Sie eine Pause vom Denken, Bewerten, Planen und Organisieren. Erleben Sie nur den Moment.

Achtsamkeit ist eine Form der Aufmerksamkeitslenkung im Zusammenhang mit einem besonderen Wahrnehmungs- und Bewusstseinszustand. Historisch vor allem in der Meditation und anderen Entspannungstechniken zu finden, ist Achtsamkeit heute durch den Einsatz im Rahmen verschiedener Psychotherapiemethoden populär geworden. Mit Achtsamkeit können Sie Ihre Persönlichkeit durch gezielte Übungen weiterentwickeln, um mit einer gesteigerten Selbstwahrnehmung Frustrationen im Alltag abzubauen. Lernen Sie, sich nicht von Unannehmlichkeiten aus der Ruhe bringen zu lassen und trotz Stresssituationen im Beruf gelassen handeln zu können. Dabei erlernen Sie bewährte Techniken, mit denen Sie Ihre Gedanken, Gefühle und körperlichen Reaktionen besser einordnen und annehmen können. Durch die neuen Anstöße in dieser Form der Selbsterkundung können Sie Ihr Selbstvertrauen steigern und lernen sich wertzuschätzen. Sich selbst anzunehmen und abwertende Gedanken zu kontrollieren kann Ihnen bei vielen Alltagsschwierigkeiten zu Gute kommen. Finden Sie Ihre innere Mitte.

### D30105 – KLEINGRUPPE

Daniel Lehmann

Do, 06.10.2016, 15:55 – 16:55 Uhr, 6 Nachmittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
31,80 €

## ● Urlaub vom Alltag

Entspannung für Körper, Geist und Seele

Einfach loslassen und entspannen – ein sehr wirkungsvoller Weg sind hier Phantasiereisen. Neben einer schnellen Entspannung, bieten Phantasiereisen ebenfalls die Möglichkeit gezielt Probleme zu bearbeiten. In der Gruppe bieten sich hier besonders die Stressprävention und das Mobilisieren ungenutzter innerer Kraftreserven an.

Durch beruhigende Sätze wird der Zuhörer in einen

entspannten Zustand geführt, in dem er dann Hauptfigur in einer kurzen Geschichte wird. Die Aufmerksamkeit lenkt sich mehr und mehr auf den Sprecher, welcher den Zuhörer durch die Handlung führt, wobei dieser sich seine Umgebung möglichst plastisch vorstellt. In dieser Zeit vertieft sich die Entspannung noch mehr. Im Verlauf dieses gelenkten Tagtraumes, können dem Hörer positive Suggestionen, wie zum Beispiel ich lasse alle belastenden Dinge los, ich fühle mich frei und entspannt vermittelt werden. Durch den tiefen Entspannungszustand verankern sich diese Suggestionen im Unterbewusstsein des Zuhörers, wo sie auch nach dem Ende der Reise noch fortwirken.

### D30107 – KLEINGRUPPE

Andreas Rosenkranz

Do, 27.10.2016, 18:00 – 19:30 Uhr, 4 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Entspannungsraum  
39,00 €

## ● Körperwanderung – Entspannungstechnik

Dieser kurze Entspannungskurs richtet sich an alle, die eine alltagstaugliche Methode erlernen wollen, die durch ein paar Minuten üben pro Tag echte Entspannung und das Verhindern von Verspannungen verspricht. Sie erhalten im Kurs Wissen über Entspannungsverfahren allgemein, werden zu Übungen in der Gruppe angeleitet und befähigt, den Transfer in Ihren Alltag zu vollziehen (welcher durch die hohe Flexibilität der Methode leicht stattfinden kann).

Die Körperwanderung selbst ist eine einfache und doch effektive Technik, um mittels Konzentration auf einzelne Körperpartien das Anspannungsniveau in diesen zu beeinflussen und so Verspannungen rechtzeitig aufzulösen. Dahinterliegender Wirkmechanismus ist, dass allein durch Aufmerksamkeitsfokussierung automatisch innere Prozesse beeinflusst werden können.

### D30109

Daniel Lehmann

Di, 18.10.2016, 17:45 – 19:15 Uhr, 4 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum  
35,00 €



## ● Meditationsübungen

Meditation und Achtsamkeit als Wege zu innerer Ruhe und Gelassenheit in allen Lebenslagen.

Bei vielen Menschen ist der Alltag geprägt von Stress und Hektik. Oft fühlt man sich den Anforderungen nicht gewachsen und sehnt sich gerade nach der Arbeit nach mehr Ruhe, Klarheit und Ausgeglichenheit. Durch Meditation wird dies erfahrbar.

In diesem Kurs werden verschiedene Meditations- und Achtsamkeitsübungen vermittelt, die leicht im Alltag anwendbar sind. Jede Kurseinheit steht unter einem bestimmten Thema. Elemente aus anderen Entspannungsverfahren untermalen eine jede Kursstunde.

### Mitzubringen: Decken, bequeme Kleidung

#### D30111

Doreen Ruboks-Spangenberg  
Do, 27.10.2016, 16:30 – 18:00 Uhr, 4 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Entspannungsraum  
27,00 €

## ● Meditationsübungen

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30111

#### D30112

Doreen Ruboks-Spangenberg  
Do, 12.01.2017, 16:30 – 18:00 Uhr, 4 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Entspannungsraum  
27,00 €

## ● YinYoga

In meinem Yin-Yoga-Kurs stelle ich durch eine sanfte Praxis Ihr inneres Gleichgewicht wieder her.

Da unser Alltag häufig nur von Aktivität *Yang* Stress, Hektik und Druck geprägt ist und uns krank macht, wird in dieser Praxis der passive Bereich *Yin* gestärkt. Durch eine sanfte Praxis, wird der entspannte Teil im Körper gestärkt und das innere Gleichgewicht wiederhergestellt.

Positionen werden zwischen 3-5 Minuten bei entspannter Muskulatur gehalten. Dadurch wird das fasziale Gewebe und die Zellbildung stimuliert, die Giftstoffe ausgeschwemmt und der altersbedingten Immobilität entgegen gewirkt.

Lass dich auf Neues, Unbekanntes ein und genieße diese neue Erfahrung.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich und ist für jedes Alter geeignet.

**Mitzubringen: 2 Decken, bequeme Kleidung, warme Socken & Pullover und Interesse, sich mit seinem Körper zu beschäftigen.**

#### D30135

Sylvia Beier  
Di, 04.10.2016, 16:15 – 17:30 Uhr, 15 Nachmittage  
VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum  
78,00 €

## ● Hatha-Yoga – Grundkurs

Yogaübungen wirken durch Dehnungsreize positiv bei Steifheit des Körpers. Rückenbeschwerden können durch gezielte Kräftigungen und Dehnungsbewegungen behoben werden. Die Entspannungsfähigkeit wird durch abwechselndes Spannen und Lösen gefördert. Durch Atembeobachtung und genaue Körperwahrnehmung können eingeschliffene Verhaltensmuster erkannt werden. So können Fehlhaltungen bewusst gemacht und allmählich korrigiert werden. Schwerpunkte des Übens bilden Standhaltungen, Übungen im Sitzen, Umkehrhaltungen und einfache Atemübungen. Durch individuelle Korrekturen sind die Übungen für Personen jeden Alters möglich und können nach Kursende selbstständig weiter geübt werden.

#### D30124

Klaus König  
Do, 08.09.2016, 16:30 – 18:00 Uhr, 12 Abende  
Raum für Yoga, Camsdorfer Str. 22 (Geleitshaus)  
75,00 €

## ● Hatha-Yoga – Grundkurs

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30124

#### D30125

Klaus König  
Di, 06.09.2016, 16:30 – 18:00 Uhr, 12 Abende  
Raum für Yoga, Camsdorfer Str. 22 (Geleitshaus)  
75,00 €



## ● Hatha-Yoga

Im Unterricht wird der Schwerpunkt darauf gelegt, den eigenen Körper zu spüren, Grenzen und Bedürfnisse wahrzunehmen sowie die eigene Stabilität und Leichtigkeit zu schulen. Elemente sind verschiedene Haltungen (z.B. Standhaltungen, Drehungen, Armbalancen) sowie Atembeobachtungen und Meditationen.

Im Fokus steht der Ausgleich von Körper und Geist. Durch eine ganzheitliche Yogapraxis kann die eigene körperliche und mentale Stärke aufgebaut und das Stressniveau abgebaut werden.

### Mitzubringen: bequeme Kleidung

#### D30131

Dr. Kerstin Mayhack  
Mo, 26.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 8 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum  
51,00 €

## ● Hatha-Yoga

Dieser Yogakurs lädt Sie ein, die Exaktheit Ihrer Körperhaltung, Selbstwahrnehmung und Atmung in den Fokus zu nehmen.

Das Ziel ist es, die Selbstreflexion und Verbindung zum eigenen Körper wieder herzustellen und dabei die Balance, Harmonie, Stabilität und das Gleichgewicht – auf körperlicher und seelischer Ebene zu finden.

Der Yoga-Dozent René Urban unterrichtet seit 2003 mit großer Hingabe und Begeisterung. Seine Art des Unterrichtens ist prägnant. Das Ziel ist, die Selbstheilung und Gesunderhaltungsprozesse wieder anzuregen. Er geht u.a. auf wenig bekannte Yogatechniken ein.

#### D30132

René Urban  
Mo, 05.09.2016, 20:10 – 21:40 Uhr, 15 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Entspannungsraum  
93,50 €

## ● Hatha-Yoga

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30132

#### D30136

René Urban  
Di, 06.09.2016, 16:20 – 17:50 Uhr, 15 Nachmittage  
VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum  
93,50 €

## ● Yoga in der Mittagspause – kräftigend und ausgleichend

Mit Yoga können wir unseren Körper besser wahrnehmen und lernen, seine Warnsignale zu verstehen und die eigenen Grenzen zu erkennen.

In diesem Kurs praktizieren wir klassischen ganzheitlichen Yoga.

Durch bewusstes Wahrnehmen von Anspannung und Entspannung in den asanas (Körperhaltungen), gezielte Konzentration auf unseren Atem mit pranayama (Atemübungen) und Reflektieren und Loslassen in Meditationen finden wir zu uns. Die Stunden werden u.a mit Mantras ergänzt.

Angestrebt wird eine verbesserte Vitalität und gleichzeitig eine Haltung der inneren Gelassenheit. Dies ist vor allem dann hilfreich, wenn das *Abschalten* nicht mehr richtig funktioniert und der Körper durch Dauerstress Schaden nimmt.

Nach neuer Forschung gilt: Yoga...

- reduziert Stress
- schafft innere Ruhe & geistige Konzentration
- stärkt das Immunsystem nachhaltig
- stärkt den Bewegungsapparat (besonders bei Rücken-, Nacken-, Spannungskopfschmerzen, etc.) und das Nervensystem

Wenn Sie ein Intermezzo vom hektischen Alltag suchen und/oder Ihren Körper und Geist in einem Prozess erweiterter Lebensqualität unterstützen möchten, sind Sie herzlich willkommen.

#### D30133

Franziska Altmann-Gering  
Do, 22.09.2016, 12:15 – 13:15 Uhr, 15 Nachmittage  
VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum  
63,50 €



## ● **Entspannungsyoga – Yoga für Senioren**

Yoga ist eine uralte Tradition und eine Lebenskunst. Kein anderes System verbindet so konsequent und nachhaltig Körper, Geist und Seele. Ziel des Yoga ist es, den Menschen ins Gleichgewicht zu bringen und so die Grundlage für ein erfülltes Leben zu setzen. Mit Yoga können wir unseren Körper besser wahrnehmen und lernen, seine Warnsignale zu verstehen und die eigenen Grenzen zu erkennen.

In diesem Kurs praktizieren wir klassisches ganzheitliches Yoga.

Durch bewusstes Wahrnehmen von Anspannung und Entspannung in den asanas (Körperhaltungen), gezielte Konzentration auf unseren Atem mit pranayama (Atemübungen) und Reflektieren und Loslassen in Meditationen finden wir zu uns. Die Stunden werden u.a mit Mantras ergänzt.

Angestrebt wird eine verbesserte Vitalität und gleichzeitig eine Haltung der inneren Gelassenheit. In dem Kurs finden und praktizieren wir besonders asanas (Körperhaltungen), die eine entspannte Wirkung auf den Bewegungsapparat und den Geist haben. Zudem nutzen wir die positive Wirkung des Yoga:

- es schafft innere Ruhe und geistige Konzentration
- stärkt das Immunsystem nachhaltig
- lindert leichte Arthrosen, hilft gegen Asthma
- lindert sogar Beschwerden aufgrund von Bluthochdruck und Herzerkrankungen
- stärkt den Bewegungsapparat (besonders bei Rücken-, Nacken-, Spannungskopfschmerzen etc.) und das Nervensystem

Wenn Sie Ihre Lebensqualität verändern, Bewegungseinschränkungen oder Schmerzen positiver begegnen möchten oder einen Austausch unter Gleichgesinnten suchen, sind Sie in diesem Kurs herzlich willkommen.

### **D30134**

Franziska Altmann-Gering  
Do, 22.09.2016, 10:30 – 12:00 Uhr,  
15 Vormittage  
VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum  
93,00 €



## ● **Hatha Yoga am Abend**

Das Unterrichtskonzept Hatha Yoga am Abend beinhaltet ruhige und entspannende Elemente; es besteht aus der Vereinigung der präzisen Ausführungen des IYENGAR-Yoga und ist geprägt vom Einfluss des SIVASAKTI-Yoga.

SIVA Energien sind zentrierend, erdend, ruhend und fokussierend nach innen – Anspannen.

SAKTI Energien sind ausdehnend, wachsend, dynamisch und offen nach außen – Loslassen.

Durch die Verbindung beider Polaritäten, die Selbstannahme im Körper und dem bewussten Wohlgefühl in den Asanas lösen sich Blockaden und Begrenzungen jenseits von Leistungsdruck und Wettbewerb.

Der Schwerpunkt liegt auf der Schärfung der Selbstwahrnehmung und Achtsamkeit der eigenen Grenzen.

Willkommen sind Anfänger und Geübte.

### **D30137**

Steffi Burchert  
Mo, 24.10.2016, 20:15 – 21:45 Uhr, 10 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum  
63,50 €

## ● **Yoga am Wochenende**

Dieser Yogakurs ist für alle, die etwas Gutes für sich tun möchten, jedoch innerhalb der Woche nie Zeit dafür finden. Jetzt gilt keine Ausrede mehr!

Sie sind eingeladen, die Exaktheit Ihrer Körperhaltung, Selbstwahrnehmung und Atmung in den Fokus zu nehmen.

(alle weitere Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30132)

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

### **D30140 – KLEINGRUPPE**

René Urban  
Sa, 24.09.2016, 14:30 – 16:00 Uhr, 10 Nachmittage  
VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum  
93,50 €



## ● Yoga am Wochenende

Dieser Yogakurs ist für alle, die etwas Gutes für sich tun möchten, jedoch innerhalb der Woche nie Zeit dafür finden.

Jetzt gilt keine Ausrede mehr!

Sie sind eingeladen, die Exaktheit Ihrer Körperhaltung, Selbstwahrnehmung und Atmung in den Fokus zu nehmen.

(alle weitere Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30132)

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

### D30142 – KLEINGRUPPE

René Urban

So, 25.09.2016, 14:30 – 16:00 Uhr, 10 Nachmittage

VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum

93,50 €

## ● Taijiquan – entspannte und entspannende Bewegung

Taijiquan ist eine traditionelle chinesische innere Kampfkunst. Zu ihren Prinzipien gehört die entspannte Bewegung, die von der Aufmerksamkeit geleitet den gesamten Körper koordiniert. Damit ist das Training im Taijiquan sowohl körperlicher als auch mentaler Natur. Wir können davon mit gesteigerter Lebensenergie – Qi und einem entspannteren Umgang mit uns und unserer Umwelt profitieren.

In diesem Kurs werden grundlegende Haltung und Bewegungsabläufe der traditionellen „5 relaxing movements“ sowie der Form nach Chen Man-Ch'ing vermittelt.

**Mitzubringen: bequeme Kleidung, Socken oder Hallensportschuhe.**

### D30154 – KLEINGRUPPE

Elke Grunow

Do, 22.09.2016, 19:35 – 21:05 Uhr, 8 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, Entspannungsraum

59,00 €

## ● Qigong Yangsheng – Übungen der chinesischen Heilkunde zur Stärkung und Entfaltung der Lebenskraft

Teilnahme ist für alle möglich, die bereits fundierte Vorkenntnisse in Qigong besitzen.

### Übungen der chinesischen Heilkunde – Übungen für ein langes Leben

Die Qigong-Übungen umfassen Körperhaltungen und Bewegungen, Atemübungen und geistige Übungen der Konzentration und Vorstellung. Während der langsamen und fließenden Bewegungen kommen die Gedanken zur Ruhe und mit den Ruuehaltungen wird die Wahrnehmung für innere Bewegung geschaffen. So fördern die Übungen Heilungsprozesse, mobilisieren ungenutzte Kräfte und harmonisieren Körper und Geist.

### D30160

Ingeborg Lehmann

Mo, 12.09.2016, 08:30 – 09:30 Uhr, 15 Vormittage

VHS, Paradiesstr. 6, Entspannungsraum

63,00 €

## ● Qigong – Übungen der chinesischen Heilkunde zur Stärkung und Entfaltung der Lebenskraft

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30160

### D30162

Dr. Carmen Neubauer

Do, 15.09.2016, 16:45 – 18:15 Uhr, 12 Nachmittage

Familienzentrum, Dornburger Str. 26, 2. OG

75,00 €

## ● Chi Kung – sanftes Ganzkörpertraining

In diesem Kurs werden zwei hoch effektive Trainingsmethoden kombiniert: Wir beginnen mit einem fließenden Bewegungsablauf aus der asiatischen Heilbewegung Chi Kung, bei dem alle Muskelgruppen sanft gedehnt und mobilisiert werden, so dass die Muskulatur für die folgenden Übungen bereit ist und Energie durch den Körper fließen kann. Danach werden Kräftigungs-, Dehnungs- und sensomotorische Übungen unter Einbeziehung der Pilates-Prinzipien, sowie Übungen aus dem klassischen Pilates-Mattenprogramm durchgeführt. Das Ergebnis ist ein



ausgewogenes Ganzkörpertraining zur Verbesserung der Körperhaltung, Körperwahrnehmung und des allgemeinen Wohlbefindens.

Nach Absprache mit den Teilnehmern kann der Kurs in den Ferien stattfinden. Es schließt sich ein Folgekurs an.

**Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch, Socken, Wasser**

### D30164

Petra Götte

Fr, 28.10.2016, 08:30 – 09:45 Uhr, 6 Vormittage  
VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum  
33,00 €

#### ● Taiji Qigong Yangsheng

Taiji Qigong Yangsheng gehört zu den bewegungsorientierten Heilmethoden der Traditionellen Chinesischen Medizin und wird seit Jahrhunderten vor allem in China und Japan erfolgreich zur Therapie und Prophylaxe eingesetzt.

Charakteristisch ist das langsame Bewegungstempo, welches einerseits das Erlernen der Übungen erleichtert, zum anderen konzentriert das Bewegungsgefühl schult.

In diesem Kurs lernen die Teilnehmer, aufbauend auf Basisübungen (Atmung, Selbstmassage, Bewegungsbesonderheiten), mit kleinen Übungsreihen für das sanfte Muskel- und Gelenktraining zu arbeiten.

### D30165

Dr. Karin Berkes

Mi, 21.09.2016, 09:00 – 10:00 Uhr, 12 Vormittage  
VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum  
51,50 €

#### ● Taiji Qigong

In diesem Kurs werden mehrere QiGong Übungen (BaDuanJin, Harmonie, u.a.) vermittelt sowie die kurze Form des Taiji Yang-Stils (Peking Form). Taiji ist Meditation in Bewegung. Der Fokus liegt auf Entspannung sowie der Wahrnehmung des eigenen Körpers.

Du lernst Übungen, die du selbstständig auf wenig Raum üben kannst. Bei regelmäßiger Praxis stellen

sich u.a. folgende wohltuende Effekte ein: Beruhigung des Geistes, Entspannung und Kräftigung des Körpers, Vertiefung der Atmung, Aufhebung von Energieblockaden, Anhebung des Energiepegels, Verbesserung der Konzentrations- und Aufnahmefähigkeit.

Der Kurs ist für alle Altersstufen geeignet.

**Mitzubringen: lockere Kleidung, Schuhe mit flacher Sohle oder Socken**

### D30167

Marcus Reisa

Do, 22.09.2016, 18:40 – 20:10 Uhr, 12 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum  
75,50 €

#### ● Taiji Qigong

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30167

### D30168

Marcus Reisa

Mi, 19.10.2016, 18:30 – 20:00 Uhr, 9 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Entspannungsraum  
57,50 €

#### ● Taiji im Yangstil mit 40 Bewegungen

Die Übungsleiterin Weier He kommt aus China und hat Taiji, wie die Tradition es vorlebt, von ihrer Familie den Yangstil schon als kleines Kind gelernt. Sie möchte diese sanfte Kampfsportkunst weiter in Deutschland verbreiten.

In diesem Kurs ist der Schwerpunkt die Taiji-Einheit selbst. Mit dem Lernen von einer oder zwei Bewegungen in jeder Stunde verbessert man seine Geschmeidigkeit und sein Durchhaltevermögen. Mit der Erklärung der Bedeutung jeder Bewegung und der richtigen Atmung erreicht man am Ende eine Harmonie von Körper und Seele.

Taiji im Yangstil ist ein alter traditioneller Stil, der langsam, leicht und harmonisch ist. Nachdem man die ganze Einheit auswendig kann, ist es sehr gesund jeden Tag selbst zu üben, idealerweise im Garten oder Park. Die komplette Einheit dauert ungefähr 4 Minuten.



**Mitzubringen: lockere Kleidung, Schuhe mit flacher Sohle oder Socken**

## D30170

Weier He

Di, 15.11.2016, 17:45 – 19:15 Uhr, 15 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum

93,50 €

## Pilates

### ● Pilates am Morgen

Straffen Sie Ihr Gesäß! Bringen Sie mit mir Ihren Körper in Form und entfliehen Sie dem Alltagsstress! Erleben Sie die populäre Trainingsmethode durch eine besondere Atmungstechnik und kontrollierte Bewegungsabläufe. Für alle Altersgruppen geeignet und unabhängig vom jeweiligen körperlichen Leistungsstand ist Pilates der ideale Weg, um die Figur zu modellieren, Gewicht zu verlieren, Cellulite zu reduzieren und die Körperhaltung zu verbessern.

**Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk**

## D30175

Jordy Pacheco

Do, 08.09.2016, 08:30 – 09:30 Uhr, 12 Vormittage

VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum

51,00 €

### ● Pilates am Vormittag

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30175

## D30176

Jordy Pacheco

Do, 08.09.2016, 09:35 – 10:35 Uhr, 12 Vormittage

VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum

51,00 €

### ● Pilates

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30175

## D30183

Jordy Pacheco

Di, 06.09.2016, 17:55 – 18:55 Uhr, 12 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum

51,00 €

### ● Pilates

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30175

## D30185

Jordy Pacheco

Do, 08.09.2016, 16:00 – 17:00 Uhr, 12 Nachmittage

VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum

51,00 €

### ● Pilates

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30175

## D30189

Jordy Pacheco

Mi, 07.09.2016, 17:05 – 18:05 Uhr, 12 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, Entspannungsraum

51,00 €

### ● Pilates am Morgen – fit für die Arbeit

Der Diplomsportlehrer Yukhim Peskin ist zertifizierter DTB Pilatetrainer: Mit seiner langjährigen, umfangreichen Erfahrung in der sportpädagogischen Arbeit und großen Methodenvielfalt hilft er Dir den Weg zu Deiner körperlichen Fitness zu finden und dazu im Training ein hohes Niveau zu erreichen.

**Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk**

## D30178

Yukhim Peskin

Mi, 28.09.2016, 08:00 – 09:00 Uhr, 12 Vormittage

VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum

51,00 €





- **Pilates am Morgen – locker und konzentriert**

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30178

### D30179

Yukhim Peskin

Fr, 30.09.2016, 08:00 – 09:00 Uhr, 12 Vormittage  
VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum  
51,00 €

- **Pilates – Ich bewege mich**

Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken, die Körpermitte, im Pilates auch *Powerhouse* genannt. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Die Bewegungen werden sehr bewusst und mit großer Konzentration ausgeführt. Die Übungen sind sehr effektiv und zeigen rasch Erfolge. Wie intensiv das Training ist, können Sie individuell bestimmen.

Gut für alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen. Keine Vorkenntnisse nötig! Für jedes Alter geeignet!

**Dieses exklusive Angebot kann schon ab 4 Teilnehmern starten: Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.**

**Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk**

### D30188 – MINIGRUPPE

Jordy Pacheco

Mi, 07.09.2016, 16:00 – 17:00 Uhr, 12 Nachmittage  
VHS, Paradiesstr. 6, Entspannungsraum  
83,00 €

- **Pilates meets Yoga**

In meinem Pilates-Yoga-Kurs werden sowohl die entspannten Elemente aus dem Yoga als auch die muskelaufbauenden Elemente aus dem Pilates vereint. Durch langsame, fließende Bewegungen (Pilates) sowie statisch haltenden Positionen und Atemübungen

(Yoga), wird Ihr ganzer Körper wieder in Schwung und Balance gebracht.

Dieses Training wirkt sich positiv auf Ihre äußere und innere Körperhaltung, Ihr gesamtes Körperbewusstsein und Ihre Körperwahrnehmung aus.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich und ist für jedes Alter geeignet.

**Mitzubringen: bequeme Kleidung und Wasser**

### D30190

Sylvia Beier

Mo, 10.10.2016, 16:15 – 17:15 Uhr, 12 Nachmittage  
VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum  
51,00 €

- **Yogilates**

Yoga oder Pilates? Warum nicht beides! Beim Yogilates werden Elemente des Hatha-Yoga mit denen des Pilates zu einem einzigartigen Workout für Körper und Seele verbunden. Yogilates verbindet also die positiven Wirkungen von beiden Methoden: Pilates gibt u.a. Kraft, Flexibilität und strafft den Körper; Yoga konzentriert sich besonders auf Atmung, Beweglichkeit und die innere Ausgeglichenheit. Erleben Sie ein völlig neues Körpergefühl und machen Sie mit! Es lohnt sich!

**Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk**

### D30192

Jordy Pacheco

Di, 06.09.2016, 19:00 – 20:30 Uhr, 12 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Entspannungsraum  
75,00 €

- **Yogilates**

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30192

### D30193

Jordy Pacheco

Do, 08.09.2016, 17:05 – 18:35 Uhr, 12 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum  
75,00 €



## Rückenkurse

### ● Präventive Rückenschule

Der Kurs zur Vorbeugung von Rückenschmerzen beinhaltet Kräftigungsübungen für alle rückenrelevanten Muskeln, Koordinations- und Mobilitätsübungen. Spielerisch wird die gesamte Muskulatur gekräftigt. Sie lernen die Funktionsweise der Wirbelsäule kennen und erfahren, wie Sie rückschonend den Alltag bewältigen können. Entspannungsübungen helfen Ihnen Wohlbefinden und Lebensfreude zu erleben. Der Kurs ist für ältere Teilnehmer gut geeignet.

**Mitzubringen: Sportbekleidung, Decke für die Entspannung**

#### D30211

Brigitte Schenke  
Mo, 05.09.2016, 15:25 – 16:55 Uhr, 10 Nachmittage  
VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum  
67,00 €

### ● Gesunder Rücken

Dieser Kurs dient als ganzheitliches Präventionsprogramm und beinhaltet neben einem Herz-Kreislauf-Training als erweiterte Form der Erwärmung vor allem Kräftigungsübungen für den gesamten Körper (insbesondere tiefe Rücken- und Bauchmuskulatur) mittels verschiedener Techniken (u.a. Übungsformen aus Pilates, Gymnastik und Rückenschule). Damit wird ein wirbelsäulen- und gelenkfreundliches Alltagsverhalten eingeübt. Die Übungen werden im Verlauf des Kurses variiert, sodass die Flexibilität der Muskulatur verbessert wird. Gleichzeitig werden medizinisch fundierte Übungen für alle großen Muskelgruppen angeboten. Die Muskulatur wird ausgiebig gedehnt und bei der abschließenden Entspannung finden Körper und Geist kurzweilig Abstand von Alltag und Stress.

#### D30213

Jana Koch  
Mi, 07.09.2016, 18:30 – 20:00 Uhr, 12 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum  
79,80 €

### ● Gesunder Rücken

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30213

#### D30214

Jana Koch  
Mi, 07.09.2016, 20:05 – 21:35 Uhr, 12 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum  
79,80 €

### ● Gesunder Rücken

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30213

**Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk**

#### D30218

Sabine Neues  
Mo, 24.10.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 12 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum  
79,80 €

### ● Funktionelles Rückentraining

Dieser Kurs dient als Präventionsprogramm. Er beinhaltet Übungen zur Steigerung der Kraft, Beweglichkeit und des Herz-Kreislaufsystems. Das Training ist ganzheitlich und abwechslungsreich, mit Fokus auf einen gesunden Rücken. Dazu gehören Übungen für das Gleichgewicht und die Flexibilität der Muskulatur, sowie dem Bindegewebe. Am Ende jeder Einheit bekommt der Körper, wie auch die Seele Zeit vom turbulenten Alltag zu entspannen.

**Mitzubringen: bequeme Sportsachen, Handtuch und Getränk, Turnschuhe**

#### D30215

Marc Vallee  
Di, 04.10.2016, 20:15 – 21:45 Uhr, 15 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum  
108,00 €



### ● Rückenfit – Ich beweg mich

Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule

Den Rücken stark machen, den Körper in Balance bringen und sich geschmeidig bewegen. Die gelenkschonende Gymnastik stabilisiert den Rücken, löst Verspannungen und sorgt für eine bessere Haltung, dabei steht auch Ihre individuelle Situation im Mittelpunkt. Sie lernen viele nützliche Tricks kennen, die Ihnen dabei helfen, Ihre Wirbelsäule zu Hause und am Arbeitsplatz zu entlasten. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl.

Gut für alle, die Ihrem Rücken etwas Gutes tun möchten. Auch für Menschen, die leichte Verschleißerscheinungen an der Wirbelsäule haben, Osteoporose oder Arthrose vorbeugen möchten, ist dieser Kurs ideal.

#### **D30221**

René Friebel

Di, 20.09.2016, 19:00 – 20:30 Uhr, 12 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum

79,80 €

### ● Rückenfit – Ich beweg mich

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30221

#### **D30231**

René Friebel

Do, 22.09.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 12 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum

79,80 €

### ● Rückenfit – Ich beweg mich

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30221

#### **D30233**

René Friebel

Mi, 21.09.2016, 20:00 – 21:30 Uhr, 12 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum

79,80 €

## Fitness und Gymnastik

### ● BBP – Bauch, Beine, Po

Dieser Kurs widmet sich der Kräftigung des gesamten Körpers, mit dem Schwerpunkt Bauch, Beine, Po. Mit Hilfe von Kleingeräten werden verschiedene Kräftigungs- und Koordinationsübungen miteinander verbunden, so dass gezielt die Kraftausdauer trainiert und dadurch auch die Fettverbrennung vermehrt aktiviert wird. Mit abschließenden Dehnungs- und Entspannungsübungen klingt der Kurs aus.

#### **D30235**

René Friebel

Mi, 21.09.2016, 16:55 – 18:25 Uhr, 12 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum

79,80 €

### ● BBP – Bauch, Beine, Po

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30235

#### **D30236**

René Friebel

Do, 22.09.2016, 18:30 – 20:00 Uhr, 12 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum

79,80 €

### ● Fit ab 50 – Fortgeschrittenkurs

**Teilnahmevoraussetzung:**

**fundierte, sehr gute Vorkenntnisse aus früheren Fitnesskursen**

Dieser Kurs vereint alle Bereiche der körperlichen Fitness: Ausdauer, Koordination, Kräftigung und Dehnung. Ein langsamer Aufbau der Übungen garantiert Spaß und Leistungssteigerung.

**Mitzubringen: Sportbekleidung, Handtuch, Mineralwasser**

#### **D30242**

Dirk Hübel

Mo, 17.10.2016, 19:10 – 20:40 Uhr, 9 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum

60,60 €

**NEU: Karatekurse**  
siehe [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)



## ● **Stabiler Rumpf**

Den Schwerpunkt auf die Rumpfmuskulatur gerichtet, erlernen Sie mit verschiedenen Kleingeräten Übungen zur Kräftigung des gesamten Körpers durchzuführen. Der Dozent und Diplomsportwissenschaftler hilft Ihnen, Ihre Ausdauer und Koordination dabei zu verbessern. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden jede Kurseinheit ab.

### **D30244**

René Friebe  
Mi, 21.09.2016, 18:30 – 20:00 Uhr, 12 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum  
79,80 €

## ● **Stabiler Rumpf**

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30244

### **D30249**

René Friebe  
Di, 20.09.2016, 20:30 – 22:00 Uhr, 12 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Fitnessraum  
79,80 €

## Gesund und Buntgemischtes

## ● **Massagekurs**

Sie wollten schon immer mal Ihre/n Partner/in mit einer Massage verwöhnen, wussten aber nicht so recht, wie Sie das anstellen sollen? Oder sind Ihnen die Ideen schon nach kurzer Zeit ausgegangen? Vielleicht wollten Sie aber auch schon immer mal mit Ihrer besten Freundin an einem Kurs dieser Art teilnehmen? Dann sind Sie hier genau richtig! Sie erlernen Techniken der klassischen Massage, die an verschiedenen Körpergebieten zum Einsatz kommen. Sowohl Massagegriffe als auch hilfreiche Tipps rund ums Massieren werden Ihnen in diesem Kurs vermittelt. Bitte melden Sie sich nur paarweise an, da die Massagegriffe am jeweils anderen erlernt werden!  
Der ausgeschriebene Preis gilt pro Person.

**Mitzubringen: Massageöl, großes Handtuch**

## **D30405 – KLEINGRUPPE**

Sabine Neues  
Mo, 24.10.2016, 18:35 – 20:05 Uhr, 6 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum  
45,00 €

## ● **Massagekurs**

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30405

## **D30406 – KLEINGRUPPE**

Sabine Neues  
Mo, 09.01.2017, 18:35 – 20:05 Uhr, 6 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum  
45,00 €

## ● **Augengesundheit und Augentraining**

Möchten Sie Ihre Augengesundheit verbessern oder ärgern Sie sich, dass Ihre Brille immer stärker wird? Ich möchte Ihnen in diesem Kurs Möglichkeiten zeigen, wie Sie selbst aktiv werden können, um Ihr Sehvermögen zu erhalten oder vielleicht sogar zu verbessern.

Der kleine Schnupperkurs beinhaltet in erster Linie Übungen für die Augen sowie auch ein paar theoretische Inhalte und Hinweise zum augengerechten Verhalten.

Ein Handout wird Ihnen am Ende des Vortrages ausgehändigt – es ist bereits im Entgelt enthalten.

Eine Sehprobentafel kann für 3,50 € erworben werden.

**Bequeme Kleidung sowie dicke Socken wären angebracht.**

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

## **D30545 – KLEINGRUPPE**

Bettina Blödner  
Mi, 25.01.2017, 18:00 – 21:00 Uhr  
VHS, Paradiesstr. 6, Gymnastikraum  
18,00 €



## Ernährung und Kochkunst

### ● **Sammeln, Kochen, köstlich Schmausen**

Ein ganz köstlicher Gaumenschmaus wird das! Wir zaubern uns ein wildes 3-Gänge-Menü aus den Köstlichkeiten von Baum und Strauch. Doch vorher sammeln wir die bunten Schätze des Spätsommers ein – über diese werdet Ihr ganz Spannendes erfahren.

Bitte bei teile uns bei Deiner Anmeldung mit, ob die Möglichkeit besteht, mit dem Auto zu kommen und evtl. Fahrgemeinschaften zu bilden..

**Mitzubringen: Bringt bitte Stoffbeutel oder Korb zum Sammeln mit, wer mag Kamera, Buch und Stift, um Interessantes aufzuschreiben.**

### **C30755**

Claudia Fröhlich

Fr, 02.09.2016, 16:00 – 19:45 Uhr

Treffpunkt: VHS-Gebäude, Grietgasse 17a

29,50 €

### ● **Is(s)t gesund!**

Wer sich heutzutage mit gesunder Ernährung auseinandersetzen will, wird immer wieder mit neuen, unterschiedlichen Ansätzen konfrontiert, welche die perfekte, beste und gesündeste Lebensweise versprechen.

Deshalb hat es sich der Dozent Franz Ketzler zur Aufgabe gemacht, die Allgemeinheit aufzuklären und bewusste, gesundheitsfördernde Ernährung für jeden einfach und leicht verständlich zu vermitteln. Der 23-jährige Student der Ernährungswissenschaften in Jena ist u.a. Leiter eines Ernährungsseminars für den Unisportverein Jena und war Gastredner des vergangenen 6. Gesundheitstages der Universität Jena vor hunderten Teilnehmern.

Das Seminar Is(s)t gesund! vermittelt Grundlagenwissen, welches für das Verstehen und Umsetzen gesunder Ernährung essentiell ist. Vorbei sind die Zeiten, in welchen orientierungslos nach neuen Diät-Strategien gesucht wird, ab jetzt wird's selbst gemacht!

Grundlagen der Funktionsweise des menschlichen Körpers und biochemischer Prozesse, welche beim Essen und Verdauen ablaufen, werden im Kurs für jeden

verständlich erklärt, so dass das Zusammenstellen der eigenen, gesundheitsbewussten Ernährung leicht von der Hand geht.

Dabei wird sowohl auf die Zusammensetzung der Nahrung als auch auf bekannte Diätformen und weit verbreitete Mythen rund um das Thema gesunde Ernährung eingegangen.

Jeder Teilnehmer erhält außerdem Unterlagen, welche die wichtigsten Punkte des Seminars umfassen und zusätzlich als Hilfen für die alltägliche Ernährung dienen.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

### **D30420 – KLEINGRUPPE**

Franz Ketzler

Sa, 12.11.2016, 10:00 – 14:30 Uhr, 2 Tage

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

44,00 €

### ● **Gesteigerte Lebensqualität – dank gesunder Ernährung**

Gesundheit ist alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts!

Durch die Nahrungsmittel, welche wir tagtäglich zu uns nehmen, wird unser Körper maßgeblich positiv sowie auch negativ beeinflusst. Ernährungsberaterin Bettina Blödner zeigt Ihnen weit verbreitete Ernährungsfehler und Zusammenhänge zur Gesunderhaltung. Neben zahlreichen Tipps und Tricks im täglichen Umgang mit der Ernährung wird insbesondere auf eine ausgewogene Nahrungszufuhr eingegangen und deren Mehrwert für ein gesundheitliches, höherwertiges Leben diskutiert.

Im Anschluss zur Abendveranstaltung serviert Ihnen die Dozentin ein Rohkostmenü.

Im Kursentgelt sind bereits 5,00 € für Naturalien enthalten.

### **D30705 – KLEINGRUPPE**

Bettina Blödner

Mi, 21.09.2016, 18:00 – 21:00 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

32,00 €



## ● WILD

Das Fleisch wird vom Jäger aus der Region bezogen. Alle Gerichte werden frisch zubereitet. Der Braten wird von unserem Dozenten bereits vorher eingelegt, so dass er durchziehen und mürbe werden kann. Das kurzgebratene Wild wird nicht durchgebraten. Unser Rotkraut wird mit Äpfeln gekocht und mit Zimt verfeinert.

- Reh- und Wildschweinschinken
- Wildrahmsuppe mit Pilzen
- Wildragout
- Eingelegter Braten vom Wildschwein
- Kurzgebratenes vom Wild auf Holundersauce (je nach Verfügbarkeit)
- Preiselbeeren, Johannisbeergelee
- Spätzle, Macairekartoffeln
- Rotkraut, Rosenkohl, Waldpilzragout
- Tobleronemousse (Dessert)

Im Kursentgelt sind bereits 15,00 € für Naturalien enthalten. Eventuelle Restbeiträge werden über den Dozenten im Kurs abgerechnet.

**Mitzubringen: scharfes Messer, Schürze oder Vorbinder, Geschirrtuch, Behältnis für Lebensmittel, Schreibzeug, ca. 5 € Kleingeld (in Münzen)**

## D30722

Nils Josiger

Mi, 16.11.2016, 17:00 – 21:30 Uhr

Küchenstudio Müller, Hinter der Kirche 3

45,80 €

## ● Pizza, Pasta & Tiramisu

Wir werden schön dünn ausgerollte Pizzen backen. Sie lernen wie ein frischer Pizzateig hergestellt wird. Anschließend werden wir die Pizzen mit den klassischen Zutaten belegen.

Sie lernen, wie ein Nudelteig, Ravioli, Lasagne oder Bandnudeln hergestellt werden. Zu den Pastagerichten kochen wir passende Soßen. Für unsere Leckermäuler werden wir ein Tiramisu aus selbstgemachtem Biskuit und reicher Mascarponecreme herstellen.

Im Kursentgelt sind bereits 10,00 € für Naturalien

enthalten. Eventuelle Restbeiträge werden über den Dozenten im Kurs abgerechnet.

**Mitzubringen: scharfes Messer, Schürze oder Vorbinder, Geschirrtuch, Behältnis für Lebensmittel, Schreibzeug, ca. 5 € Kleingeld (in Münzen)**

## D30726

Nils Josiger

Mi, 26.10.2016, 17:00 – 21:30 Uhr

Küchenstudio Müller, Hinter der Kirche 3

39,00 €

## ● Jenaer Kochgeschichte: Küche der DDR

In diesem Kurs werden wir einige Klassiker der *DDR-Küche* aufleben lassen.

Freuen Sie sich auf das Zubereiten von leckeren Köstlichkeiten.

In diesem Kursentgelt sind bereits 10,00 € für Naturalien enthalten. Eventuelle Restbeiträge werden über den Dozenten im Kurs abgerechnet.

**Mitzubringen: scharfes Messer, Schürze oder Vorbinder, Geschirrtuch, Behältnis für Lebensmittel, Schreibzeug, ca. 5 € Kleingeld (in Münzen)**

## D30732

Nils Josiger

Mi, 30.11.2016, 17:00 – 21:30 Uhr

Küchenstudio Müller, Hinter der Kirche 3

39,00 €

## ● Saftige Steaks

Der perfekte Kurs für Liebhaber von kurzgebratenem Fleisch.

Wir werden feine Steaks vom Rind, von der Lammhüfte im Ganzen und vom Schweinefilet verwenden. Das Fleisch garen wir schonend bei niedrigen Temperaturen. Sie werden eine klassische Buttersoße, wie Berner Soße (Sauce Bearnaise), lernen aufzuschlagen. Ebenfalls bereiten wir eine leckere Würzbutter zu. Natürlich wird es auch passende Beilagen, wie Kartoffeln mit Kräuterrahm, Grillgemüse und Salat geben.



Für den süßen Abschluss werden wir ein leichtes Dessert zaubern.

In diesem Kursentgelt sind bereits 12,00 € für Naturalien enthalten. Eventuelle Restbeiträge werden über den Dozenten im Kurs abgerechnet.

**Mitzubringen: scharfes Messer, Schürze oder Vorbinder, Geschirrtuch, Behältnis für Lebensmittel, Schreibzeug, ca. 5 € Kleingeld (in Münzen)**

### D30734

Nils Josiger

Mi, 28.09.2016, 17:00 – 21:30 Uhr

Küchenstudio Müller, Hinter der Kirche 3

41,00 €

#### ● Saftige Steaks

Erläuterungen und Mitzubringendes siehe D30734

### D30736

Nils Josiger

Mi, 14.12.2016, 17:00 – 21:30 Uhr

Küchenstudio Müller, Hinter der Kirche 3

41,00 €

#### ● Cubanische Küche

Was in Cuba neben Rum typischerweise noch auf den Tisch kommt, erfahren Sie in diesem Kurs!

Unter Anleitung unseres Dozenten, der als Koch auf Kreuzfahrtschiffen viele Küchen der Welt hautnah erleben konnte, bereiten Sie – je nach Verfügbarkeit der Zutaten – verschiedene Gerichte und Beilagen zu, wie Picadillo Habanero, ganzer, gebackener Fisch oder Tostones, Frijoles Negros, Fufu und Yuca. Als besonderes Highlight werden wir die beste Trinkschokolade von bolas de cacao aus Baracoa zubereiten.

Buen Provecho – Guten Appetit!

In diesem Kursentgelt sind bereits 10,00 € für Naturalien enthalten. Eventuelle Restbeiträge werden über den Dozenten im Kurs abgerechnet.

**Mitzubringen: scharfes Messer, Schürze oder Vorbinder, Geschirrtuch, Behältnis für Lebensmittel, Schreibzeug, ca. 5 € Kleingeld (in Münzen)**

### D30740

Nils Josiger

Mi, 14.09.2016, 17:00 – 21:30 Uhr

Küchenstudio Müller, Hinter der Kirche 3

39,00 €

#### ● Asiatische Küche

Unter Anleitung unseres Dozenten werden Sie die Gerichte frisch zubereiten. Wie ein Fried Rice richtig zubereitet wird, aussieht und schmeckt, werden Sie im Kurs lernen. Die Füllung für die Frühlingsrollen werden wir selbst machen und in die Reisblätter einpacken. Es wird viel mit frischem Ingwer, Knoblauch, Chili und Koriander gearbeitet. Freuen Sie sich auf diese Speisen:

- Satees mit Erdnusssdip
- Frühlingsrollen auf süß-saurer Sauce
- Tom Yam Kung
- Ente
- gefüllte Won Ton
- Basmati Reis
- Fried Rice
- Bok Choy
- gebackene Früchte

In diesem Kursentgelt sind bereits 10,00 € für Naturalien enthalten. Eventuelle Restbeiträge werden über den Dozenten im Kurs abgerechnet.

**Mitzubringen: scharfes Messer, Schürze oder Vorbinder, Geschirrtuch, Behältnis für Lebensmittel, Schreibzeug, ca. 5 € Kleingeld (in Münzen)**

### D30742

Nils Josiger

Mi, 18.01.2017, 17:00 – 21:30 Uhr

Küchenstudio Müller, Hinter der Kirche 3

39,00 €



## ● Polynesische Küche

Lust auf Aloha und Südsee? Dann tauchen Sie mit diesem Kurs ein in die Küche Polynesiens!

Unter Anleitung von unserem Dozenten, der als Koch auf Kreuzfahrtschiffen viele Küchen der Welt hautnah erleben konnte, bereiten Sie – je nach Verfügbarkeit der Zutaten – verschiedene Gerichte und Beilagen zu, wie zum Beispiel Polynesische Fischsuppe, Poisson Cru (Rohes Thunfisch), Schweinefleisch nach Tahitianischer Art und Couscous oder gegrilltes Thunfischsteak mit Vanillesauce. Von der besten Vanille aus Tahaa werden wir eine Crème brûlée zaubern.

E komo mai! – Willkommen!

In diesem Kursentgelt sind bereits 15,00 € für Naturalien enthalten. Eventuelle Restbeiträge werden über den Dozenten im Kurs abgerechnet.

Falls jedoch zu diesem Zeitpunkt kein Thunfisch lieferbar ist, sind wir leider gezwungen, dieses Kursangebot zu verschieben. Wir bitten um Ihr Verständnis!

**Mitzubringen: scharfes Messer, Schürze oder Vorbinder, Geschirrtuch, Behältnis für Lebensmittel, Schreibzeug, ca. 5 € Kleingeld (in Münzen)**

## D30744 – KLEINGRUPPE

Nils Josiger

Mi, 01.02.2017, 17:00 – 21:30 Uhr

Küchenstudio Müller, Hinter der Kirche 3

49,40 €

## ● Indonesische vegetarische Küche

Sayur Lodeh (Gemüse in Kokosmilch), Oseng-oseng (Gemüsepfanne), Tahu Isi (Tofu mit Gemüsefüllung), das sind nur einige der indonesischen vegetarischen Gerichte, deren Zubereitung Sie in diesem Kurs kennenlernen werden, der Ihnen auch einen Einblick in die Geheimnisse der indonesischen Gewürzmischungen gewährt. Bei einigen Gerichten werden auch Eier als Zutat verwendet.

Im Kursentgelt sind bereits 8,00€ für Naturalien enthalten. Eventuelle Restbeiträge werden über die Dozentin im Kurs abgerechnet.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen: Schreibzeug, Geschirrtuch, Schürze, Plastikbehälter, scharfes Messer**

## D30750 – KLEINGRUPPE

Kartini Spröde

Mi, 05.10.2016, 17:00 – 21:30 Uhr

Küchenstudio Müller, Hinter der Kirche 3

43,00 €

## ● Indonesische Küche

In diesem Kurs gewinnen Sie einen Einblick in die Vielfalt der indonesischen Küche und ihrer exotischen Gewürzmischungen. Wir werden gemeinsam einige leckere Gerichte mit Fleisch, Fisch und verschiedenen Gemüsen sowie ein Dessert zubereiten.

Im Kursentgelt sind bereits 8,00€ für Naturalien enthalten. Eventuelle Restbeiträge werden über die Dozentin im Kurs abgerechnet.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

**Mitzubringen: Schreibzeug, Geschirrtuch, Schürze, Plastikbehälter, scharfes Messer**

## D30751 – KLEINGRUPPE

Kartini Spröde

Di, 31.01.2017, 17:00 – 21:30 Uhr

Küchenstudio Müller, Hinter der Kirche 3

43,00 €

## ● Vegan kochen

Alle Welt spricht von veganer Ernährung! Warum ist das so und was sind die Gründe dahinter? Wie kann ich eine vegane Ernährung gesund und abwechslungsreich gestalten? Wie kann ich tierische Lebensmittel durch pflanzliche ersetzen, ohne dass der Geschmack leidet? Wie kann ich ganz neue Geschmackserlebnisse entdecken?



## Gesundheit

Diese und andere Fragen möchte ich Ihnen beantworten.

Ganz nebenbei werden wir noch ein veganes Weihnachtsmenü kochen und es uns dann auch gleich schmecken lassen.

Im Kursentgelt sind bereits 7,00 € für die Lebensmittel enthalten.

Ein Rezeptsript wird im Kurs ausgegeben.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

### D30760 – KLEINGRUPPE

Bettina Blödner

Mi, 09.11.2016, 17:00 – 20:45 Uhr

Küchenstudio Müller, Hinter der Kirche 3

36,80 €

#### ● Rohkost de luxe

Möchten Sie auch mehr Rohkost essen? Suchen Sie Ideen und Anregungen wie man schnell schmackhafte Salate kreiert?

Außerdem lassen sich aus der Rohkost noch viele andere schmackhafte Kreationen herstellen, wie z. B. Cracker, Aufstriche, Süßigkeiten und vieles mehr.

Lassen Sie sich inspirieren!!

In diesem Kurs werden wir ein wirklich kaltes Büfett herstellen und die Gerichte natürlich auch gleich verkosten.

Außerdem werden natürlich auch alle Fragen zur Ernährung beantwortet.

Im Kursentgelt sind bereits 7,00 € für die Lebensmittel enthalten.

Ein Rezeptsript wird im Kurs ausgegeben.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

### D30790 – KLEINGRUPPE

Bettina Blödner

Mi, 02.11.2016, 17:00 – 20:45 Uhr

Küchenstudio Müller, Hinter der Kirche 3

36,80 €

vhs

Sie können etwas,  
was andere lernen wollen?

Werden Sie Kursleiter  
an der Volkshochschule!

Die Volkshochschule sucht  
engagierte Kursleiterinnen und  
Kursleiter auf Honorarbasis.

Mehr Informationen unter  
[vhs-th.de/kursleiter-werden](http://vhs-th.de/kursleiter-werden)  
oder bei Ihrer VHS!



Anzeige des Thüringer  
Volkshochschulverbands e.V.



# Fachbereich Sprachen

## Inhalt

Mehrsprachenkurs.....	84
Arabisch.....	84
Chinesisch.....	86
Deutsch als Fremdsprache.....	87
Englisch.....	87
Finnisch.....	97
Französisch.....	97
Gebärdensprache.....	101
Hebräisch.....	102
Italienisch.....	102
Japanisch.....	105
Koreanisch.....	106
Latein.....	107
Neugriechisch.....	107
Niederländisch.....	108
Norwegisch.....	108
Persisch.....	108
Polnisch.....	109
Portugiesisch.....	110
Rumänisch.....	110
Russisch.....	111
Schwedisch.....	113
Spanisch.....	114
Katalanisch.....	120
Thailändisch.....	120
Tschechisch.....	121
Ungarisch.....	122
Vietnamesisch.....	122

Fachbereichsleiterin  
**Katja Mauß**  
Tel. 49-8211  
katja.mauss@jena.de



Sachbearbeiterin  
**Sabine Schuldes**  
Tel. 49-8200  
sabine.schuldes@jena.de



## Kleingruppenregelung

Sehr geehrte Teilnehmerinnen und Teilnehmer,  
sollte Ihr Kurs nicht die geforderte Mindestteilnehmerzahl erreicht haben, die Einrichtung einer Kleingruppe aber sinnvoll und möglich sein, so werden Sie darüber informiert. Sie können dann entscheiden, ob Sie dieses Angebot annehmen oder nicht. Später eingehende Anmeldungen haben auf die Kleingruppenregelung keinen Einfluss mehr.

## Spracheneinstufung leicht gemacht!

Das Kurssystem der VHS Jena mit den **Kompetenzstufen A1 - C2** entspricht dem vom Europarat empfohlenen **Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER)** und bietet Ihnen die Möglichkeit einer allgemeinen Selbsteinstufung.

## Kostenlose Einstufungstests finden

Sie auf unserer Webseite [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de).

Nutzen Sie bitte auch die Möglichkeit, einer **kostenfreien Einstufungsberatung** durch die Fachbereichsleitung.

## Beratungszeiten im Sprachenbereich:

dienstags, 15:00-18:00 Uhr und nach Vereinbarung



## VHS - LERNSTUFEN A1 – C2

nach dem »Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen«

Lernstufe	Am Ende dieser Stufe können Sie ...	Mögliche Prüfungen
<p>von unten nach oben zu lesen</p> <p><b>C2</b> ↑</p>	<p>... gesprochene und schriftliche Sprache problemlos verstehen. Sie können sich an allen Gesprächen und Diskussionen mühelos beteiligen und sind auch mit umgangssprachlichen und idiomatischen Ausdrucksweisen sehr vertraut. Sie können die Sprache in allen privaten und beruflichen Situationen in anspruchsvollen Zusammenhängen schriftlich wie mündlich angemessen und präzise anwenden.</p>	<p><b>Cambridge Certificate:</b> Certificate of Proficiency in English</p>
<p><b>C1</b> ↑</p>	<p>... längeren Reden und Gesprächen mit komplizierten Zusammenhängen folgen, lange und komplexe Sach- und literarische Texte, Fachartikel und lange technische Anleitungen verstehen, auch wenn sie nicht in Beziehung zu Ihrem Spezialgebiet stehen. Sie können sich fast mühelos spontan und fließend ausdrücken, die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben und in der Ausbildung angemessen und präzise anwenden. Sie können sich schriftlich klar und präzise ausdrücken, Texte über komplexe Sachverhalte verfassen und den für den Leser angemessenen Stil wählen.</p>	<p><b>Cambridge Certificate:</b> Business English, Certificate of Advanced English</p> <p><b>TELC:</b> Deutsch, Englisch</p> <p><b>Goethe-Zertifikat:</b> Deutsch</p>
<p><b>B2</b> ↑</p>	<p>... längeren Redebeiträgen und komplexer Argumentation in der Standardsprache sowie den meisten Nachrichtensendungen folgen. Sie können sich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern möglich ist, und können sich an Diskussionen beteiligen. Darüber hinaus können Sie klare detaillierte Texte über eine Vielzahl von Themen schreiben, Aufsätze verfassen, persönliche und formelle Briefe schreiben und deutlich machen, was wichtig ist.</p>	<p><b>Cambridge Certificate:</b> Business English, First Certificate in English</p> <p><b>TELC:</b> Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Russisch</p> <p><b>Goethe-Zertifikat:</b> Deutsch</p>
<p><b>B1</b> ↑</p>	<p>... die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Bereiche wie Arbeit, Schule oder Freizeit geht. Sie können die meisten alltäglichen Situationen sprachlich bewältigen und sich zusammenhängend zu vertrauten Themen, z. B. Familie, Hobbys und Beruf äußern. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten begründen.</p>	<p><b>Cambridge Certificate:</b> Business English, Preliminary English Test</p> <p><b>TELC:</b> Deutsch, Englisch, Französisch, Tschechisch, Italienisch, Russisch, Portugiesisch, Spanisch</p> <p><b>Goethe-Zertifikat:</b> Deutsch</p>
<p><b>A2</b> ↑</p>	<p>... Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke/Wörter verstehen, wenn es z. B. um einfache Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen oder Arbeit geht. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen und mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und alltägliche Dinge beschreiben.</p>	<p><b>Cambridge Certificate:</b> Key English Test</p> <p><b>TELC:</b> Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Russisch</p>
<p><b>A1</b> ↑</p>	<p>... vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen, Fragen zu Ihrer Person stellen und Fragen hierzu beantworten. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.</p>	<p><b>TELC:</b> Deutsch, Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch, Türkisch, Russisch</p>



### ■ Was ist ein telc Zertifikat?

The European Language Certificates, kurz telc, sind europaweit anerkannte Zertifikate, die derzeit in 9 Sprachen angeboten werden: Deutsch, Englisch, Französisch, Tschechisch, Italienisch, Russisch, Portugiesisch, Spanisch und Türkisch. Die Prüfungen sind praxisnah und nach weltweit standardisierten Qualitätskriterien

entwickelt. Sie orientieren sich ausnahmslos am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) und garantieren so Vergleichbarkeit und Transparenz.

### ■ Was bringt mir ein telc Zertifikat?

Mit einem telc Zertifikat haben Sie einen qualitativ hochwertigen Nachweis, dass Sie eine Sprache auf ei-

nem bestimmten Niveau beherrschen. Die Zertifikate sind länderübergreifend anerkannt und für Arbeitgeber, Lehrer und Institutionen im In- und Ausland transparent nachvollziehbar.

Egal ob Sie eine Sprache als Hobby, für den Beruf, für die Schule oder das Studium lernen – das telc Zertifikat ist der geeignete Nachweis auch über Ländergrenzen hinaus.

#### Stufe A1

#### Prüfung A1

- kann ich vertraute Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird
- kann ich einfache und vertraute Wörter auf Schildern oder Plakaten verstehen
- kann ich mich durch einfache Sätze verständigen
- kann ich eine kurze, einfache Postkarte schreiben

- besteht aus einer schriftlichen (85 min.) und einer mündlichen (15 min.) Prüfung
- kostet 90,- Euro
- kann in den Sprachen Englisch, Deutsch, Spanisch, Französisch, Italienisch, Russisch und Türkisch abgelegt werden

#### Stufe A2

#### Prüfung A2

- kann ich sehr einfache Informationen und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen
- kann ich in einfachen Texten konkrete Informationen auffinden und einfache persönliche Briefe verstehen
- kann ich mich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen und mein persönliches und berufliches Umfeld beschreiben
- kann ich kurze, einfache Notizen, Mitteilungen und Briefe schreiben

- besteht aus einer schriftlichen (90 min.) und einer mündlichen (10 min.) Prüfung
- kostet 90,- Euro
- kann in den Sprachen Englisch, Deutsch, Spanisch, Französisch, Italienisch und Russisch abgelegt werden

#### Stufe B1

#### Prüfung B1

- kann ich die Hauptinformationen verstehen, wenn es um Themen wie Arbeit, Schule und Freizeit geht sowie einfach gesprochene Sendungen
- kann ich Texte in Alltags- und Berufssprache sowie private Briefe verstehen
- kann ich an Gesprächen über Familie, Hobbys, Arbeit, Reisen oder aktuelle Ereignisse teilnehmen
- kann ich einfache Texte über vertraute Themen schreiben und in persönlichen Briefen über meine Erfahrungen und Eindrücke berichten

- besteht aus einer schriftlichen (180 min.) und einer mündlichen (15 min.) Prüfung
- kostet 145,- Euro
- kann in den Sprachen Englisch, Deutsch, Spanisch, Französisch, Italienisch, Portugiesisch, Russisch und Tschechisch abgelegt werden

#### Haben Sie Interesse ...

... an einem Zertifikat, das Ihre Sprachkenntnisse auf einem bestimmten Niveau belegt? Dann fragen Sie in Ihrer Volkshochschule oder beim TVV e.V. nach.

Dort werden Sie gut beraten!

#### Nähere Informationen erhalten Sie

beim Thüringer Volkshochschulverband e.V. (TVV e.V.)

#### Prüfungsorganisation:

Steffi Ehrhardt  
Tel.: 0 36 41/5 34 23-14  
Fax: 0 36 41/5 34 23-23  
e-mail: steffi.ehrhardt@vhs-th.de

#### Fachberatung:

Steffi Dietrich-Mehner  
Tel.: 0 36 41/5 34 23-13  
e-mail: steffi.mehner@vhs-th.de

#### Aktuelle Prüfungstermine unter:

www.vhs-th.de/pruefungen/  
oder www.telc.net  
bzw. www.cambridgeesol.org



**Neu:** Deutsch Prüfungen B1/B2/C1 des Goethe-Instituts



## Mehrsprachenkurs

### ● **Multilingualer Sprachkurs (4-in-1)**



Herzlich willkommen! In diesem Kurs lernen Sie vier romanische Sprachen kennen: Italienisch, Französisch, Portugiesisch und Spanisch. Ausgewählte Wendungen zur Begrüßung, Verabschiedung, Vorstellung der eigenen Person und ein kleines Repertoire für die Reise (Einkaufen, Farben, Zahlen) werden im Fokus stehen.

Da alle vier Sprachen aus einer Sprachfamilie kommen, werden wir spannende Gemeinsamkeiten und interessante Unterschiede entdecken. Keine Angst: Vier Sprachen in einem Kurs kennen zu lernen, klingt nach großem Durcheinander, wird es aber nicht. Sie benötigen keinerlei sprachliche Vorkenntnisse. Von Vorteil sind jedoch Neugier, Liebe zu Sprachen und Offenheit für Neues.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D400001**

Cristina Maria Gayoso Tomé  
Mi, 26.10.2016, 18:00 – 19:30 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_02  
78,00 €

## Arabisch

### ● **Arabisch für Anfänger**



Anfängerkurs – für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Erlernen der Sprache inkl. der arabischen Schrift.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D401001**

Dr. Mohammad Hajouz  
Mi, 26.10.2016, 14:15 – 15:45 Uhr, 12 Nachmittage  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
85,50 €

### ● **Arabisch für Anfänger (mündliche Kommunikation)**



Anfängerkurs – für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Der Fokus liegt auf dem Erlernen der Sprache und der mündlichen Anwendung. Kulturelle Besonderheiten des arabischen Raumes werden ebenso thematisiert.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D401002**

Dr. Mohammad Hajouz  
Mi, 26.10.2016, 16:00 – 17:30 Uhr, 12 Abende  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
85,50 €

### ● **Arabische Sprache und Kultur**



Einsteigerkurs für Neugierige. In diesem Kurs werden Sie in der mündlichen Kommunikation geschult ohne die arabische Schrift zu erlernen. Alltagsthemen werden im Fokus stehen. Unser Dozent kommt aus Syrien und ist mit dem arabischen Raum vertraut.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D401030**

Dr. Mohammad Hajouz  
Mo, 24.10.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 12 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
70,80 €

### ● **Arabisch A1.2**

Fortsetzung aus dem Frühjahrssemester. Voraussetzung: Teil 1 vom A1-Niveau.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D401005**

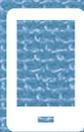
Dr. Mohammad Hajouz  
Fr, 14.10.2016, 15:30 – 17:00 Uhr, 10 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
58,50 €

# Entdecken Sie Thalia!

Wo immer Sie auch sind.



vor Ort



tolino



online

Weil man nie weiß, wann und wo einen die Lust auf Bücher überkommt, gibt es gleich mehrere Wege zu Thalia. Entdecken Sie Ihr nächstes Lieblingsbuch in der Thalia-Buchhandlung, auf [thalia.de](http://thalia.de) oder auf dem toline.

**Jenaer Universitäts-  
buchhandlung Thalia**

„Neue Mitte Jena“

Leutrargraben 1

07743 Jena

Tel. 03641 4546-0

 **Thalia**.de  
Entdecke neue Seiten.



## ● Arabisch A1.2

Fortsetzung aus dem Frühjahrssemester. Voraussetzung: Teil 1 vom A1-Niveau.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### **D401006**

Dr. Mohammad Hajouz  
Fr, 14.10.2016, 17:15 – 18:45 Uhr, 10 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
58,50 €

---

## ● Arabisch A1.3

Fortsetzung aus dem Frühjahrssemester. Voraussetzung: Teil 2 vom A1-Niveau.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### **D401010**

Dr. Mohammad Hajouz  
Fr, 14.10.2016, 19:00 – 20:30 Uhr, 10 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
58,50 €

---

## ● Arabisch A2.1

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### **D401014 – KLEINGRUPPE**

Dr. Mohammad Hajouz  
Do, 13.10.2016, 16:00 – 17:30 Uhr, 10 Abende  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
84,50 €

---

## ● Arabisch A2.2

Fortsetzung aus dem Frühjahrssemester.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### **D401015 – KLEINGRUPPE**

Dr. Mohammad Hajouz  
Mo, 10.10.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 10 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
84,50 €

---

## Chinesisch

### ● Chinesisch A1.2

**Lehrbuch: Lóng (Chinesisch für Anfänger),  
ab Lkt. 7  
ISBN: 978-3-12-528850-8**

### **D402002**

Ping Song  
Mi, 26.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 13 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_05  
74,70 €

---

### ● Chinesisch A2

Für Teilnehmer, die Ihre Grundkenntnisse auf dem A2-Niveau ausbauen möchten.

**Lehrbuch: Chinesische Konversation 301,  
ab Lkt. 18**

### **D402010 – KLEINGRUPPE**

Ping Song  
Mi, 26.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 13 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_05  
134,50 €

---

### ● Chinesisch A2

Neue Teilnehmer, die bereits gute Chinesischkenntnisse besitzen und diese vertiefen möchten, sind herzlich willkommen!

**Lehrbuch: Chinesische Konversation 301,  
ab Lkt. 29**

### **D402020 – KLEINGRUPPE**

Ping Song  
Di, 25.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 13 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_08  
134,50 €

---



## ● Chinesisch B1

Fortgeschrittene Lerner, die auf dem B1-Sprachniveau weiterlernen möchten, sind herzlich willkommen.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

### D402021 – MINIGRUPPE

Ping Song

Mo, 24.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 13 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 02\_05

186,50 €

## Deutsch als Fremdsprache

The Volkshochschule Jena offers German as a foreign language courses from beginners, A1 to C1. The classes are open to everyone and cost 96 € (reduced price: 69 €) per 30 units (one unit = 45 minutes). Payment: cash or EC or bank debit (only German bank accounts). Course rooms are located in the city center. Exams can be done externally (see [www.vhs-th.de/sprachenzertifikate.html](http://www.vhs-th.de/sprachenzertifikate.html)). Please use our online placement tests (“Sprachen Einstufungstest” on [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)) to find the right language level. Our actual German courses are on [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de).



Foto: Andreas Tittmann

## Englisch

### A1 | Neue Kurse für Anfänger und Wiedereinsteiger



#### ● Englisch A1 – Anfänger

Anfängerkurs – für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse, die noch NIE Englisch gelernt haben.

**Lehrbuch: Fairway 1, A1 (Lehr- und Arbeitsbuch), ab Lkt. 1**

**ISBN: 978-3-12-501496-1**

#### D406001

Mark Hargrave

Di, 25.10.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 12 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, SR 1

69,30 €

#### ● Englisch Reisekurs... Auf in die Welt!



Sie möchten sich gern auf Ihren Reisen auf Englisch verständigen? Kein Problem! In diesem Kurs bereiten Sie sich ganz entspannt auf Ihre Auslandsreise(n) vor. Im Fokus stehen dabei die für einen Aufenthalt wichtigsten Vokabeln und Redewendungen und das Verstehen von Alltagssituationen. Interessante Einblicke in englischsprachige Alltagskultur und Landeskunde (UK, USA, CAN, AUS, NZ) runden den Kurs ab. Geeignet für Teilnehmer mit ganz geringen Vorkenntnissen.

**Lehrbuch: Hooray for holidays!**

**ISBN: 978-3-19-007243-9**

#### D406002

N. N.

Di, 25.10.2016, 15:00 – 16:30 Uhr, 12 Nachmittage

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum

74,10 €



## Sprachen

### ● Englisch A1 – Wiedereinsteiger (VORMITTAGSKURS)



Frischen Sie Ihre Grundkenntnisse im Englischen auf! Dieser Kurs ist für Sie geeignet, wenn Sie Kenntnisse im Englischen vor langer Zeit bereits erworben, aber in den letzten Jahren kaum angewandt haben.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### D406004

Bianca Lauser

Di, 25.10.2016, 10:45 – 12:15 Uhr, 12 Vormittage  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 1  
69,30 €

### ● Englisch A1 – Wiedereinsteiger



Frischen Sie Ihre Grundkenntnisse im Englischen auf! Dieser Kurs ist für Sie geeignet, wenn Sie Kenntnisse im Englischen vor langer Zeit bereits erworben, aber in den letzten Jahren kaum angewandt haben.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### D406005

Petra Flemming

Mi, 21.09.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“,  
Paradiesstr. 5  
85,50 €

### ● Englisch A1 – Wiedereinsteiger



Erläuterungen siehe D406004

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### D406006

Aglaya Weidner

Di, 25.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 12 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_04  
69,30 €

### ● Englisch Reisekurs (kurz) – Wiederholung und Festigung A1+



Sie besitzen Grundkenntnisse im Englischen und können sich auf einer Reise mit den „Basics“ verständigen?

Nutzen Sie die nächsten vier Wochen, um Ihre Kenntnisse zu festigen und auszubauen. Der Fokus liegt auf dem Sprechen.

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmer, die bereits ihr Grundwissen im Englischen aufgefrischt haben und dieses wiederholen und v.a. in der mündlichen Kommunikation anwenden möchten.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### D406009

N. N.

Do, 05.01.2017, 17:30 – 19:00 Uhr, 4 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_02  
29,20 €

## A1 | Fortsetzungskurse

### ● Englisch A1.2

Fortsetzungskurs.

**Lehrbuch: Great! A1, ab Lkt. 4**

**ISBN: 978-3-12-501480-0**

#### D406007

Theresa Geske

Do, 08.09.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_02  
58,50 €

Bitte erst mit gesichertem  
Beginn des Kurses Buch kaufen!





- **Englisch Reisekurs ... Auf in die Welt! – Fortsetzung**

Lehrbuch: Hooray for holidays!, ab Lkt. 6  
ISBN: 978-3-19-007243-9

**D406008**

Theresa Geske  
Do, 08.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_02  
74,10 €

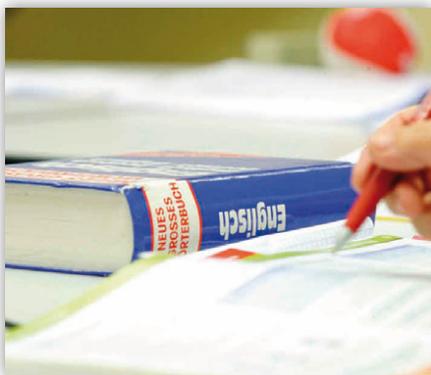


Foto: JenaKultur | A. Hub

- **Englisch A1.2 – Wiedereinsteiger**

Lehrbuch: Fairway 1, A1 (Lehr- und Arbeitsbuch, alte Version), ab Lkt. 7/8  
ISBN: 978-3-12-501496-1

**D406013**

Mark Hargrave  
Mo, 12.09.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 15 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
85,50 €

- **Englisch – fit für den Urlaub! Fortsetzung**

Lehrbuch: Sterling Silver 1, Kursbuch mit CDs, ab Lkt. 17  
ISBN: 978-3-464-20410-8

**D406014**

Heike Veit  
Do, 22.09.2016, 15:00 – 16:30 Uhr, 15 Nachmittage  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
85,50 €

## Kursbezeichnungen im Sprachenbereich Beispiel:





## ● Englisch A1.3

Neue Teilnehmer mit wenigen Englischkenntnissen sind willkommen. Probestunde nach Absprache mit der VHS möglich. Inhalt des Kurses: Englisch lernen – besonders für Reisen und/oder private Kontakte. Im Vordergrund steht das Erlernen eines Grundwortschatzes und der wichtigsten grammatikalischen Regeln, welche situationsbezogen und im Gespräch vermittelt werden.

**Lehrbuch: Sterling Silver 1, Kursbuch mit CDs, ab Lkt. 11**  
**ISBN: 978-3-464-20410-8**

## D406015

Heike Veit

Do, 22.09.2016, 13:00 – 14:30 Uhr, 15 Nachmittage  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
85,50 €

## ● Englisch A1.4

**Lehrbuch: Great! A1, ab Lkt. 6**  
**ISBN: 978-3-12-501480-0**

## D406016

Dylan Paul Lewis

Di, 13.09.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_11  
69,30 €

## ● Englisch – fit für den Urlaub! (Fortsetzung)

Neue Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

**Lehrbuch: Sterling Silver 2, Kursbuch mit CDs, ab Lkt. 9**  
**ISBN: 978-3-464-20411-5**

## D406017

Heike Veit

Mi, 21.09.2016, 14:30 – 16:00 Uhr, 15 Nachmittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
85,50 €

## ● Englisch für mich (3. Semester)

Wir lernen ohne Druck, haben Spaß am Erlernen der Sprache und trainieren das gern in der Gruppe. Und deshalb: Machen Sie mit, wir heißen Sie herzlich willkommen!

**Lehrbuch: Great! A1, ab Lkt. 6**  
**ISBN: 978-3-12-501480-0**

## D406018

Heike Veit

Mi, 21.09.2016, 16:30 – 18:00 Uhr, 15 Nachmittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
85,50 €

## A2 | Neue Kurse und Fortsetzungskurse

## ● Alltagsenglisch A2

Für weitere Informationen: siehe Konversationskurse A2-B1

## D406019

N. N.

Mi, 26.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 12 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 1  
75,60 €



Einen kostenfreien  
Einstufungstest finden  
Sie auf [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)



## ● Englisch A2 – Auffrischung

Für Teilnehmer, die bereits Kenntnisse in Englisch auf dem A2-Niveau hatten und diese lange nicht angewendet haben.

**Lehrbuch: Go for it! Kurs- und Arbeitsbuch A2**  
**ISBN: 978-3-19-002939-6**

### D406023

N. N.

Mi, 26.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 12 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01\_08

69,30 €

## ● Alltagsenglisch A1-A2 – SPÄTKURS

Für weitere Informationen: siehe Konversationskurse A2-B1

### D406020

Maria Steinberg

Do, 15.09.2016, 20:30 – 21:30 Uhr, 15 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, SR 2

64,00 €

## ● Englisch A2

Für Teilnehmer, die bereits Englisch auf dem A1-Niveau gelernt haben und nun ganz neu mit dem Sprachniveau A2 beginnen möchten. Wir beginnen mit einem neuen Lehrbuch (A2). Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D406021

Nicole Bergmann

Di, 13.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 02\_11

85,50 €

## ● Englisch A2 – Auffrischung

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D406031

Kendra Horner

Di, 20.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 12 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01\_04

69,30 €

## ● Englisch A2

Neue Teilnehmer, welche bereits das Sprachniveau A1 abgeschlossen haben, sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch: Great! A2, ab Lkt. 3**

**ISBN: 978-3-12-501482-4**

### D406032

Dylan Paul Lewis

Di, 13.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01\_11

69,30 €

## ● Englisch A2 (VORMITTAGSKURS)

**Lehrbuch: Easy English A2.1**

**ISBN: 978-3-06-520815-4**

### D406033

Ljuba Jurkowski

Do, 22.09.2016, 09:00 – 10:30 Uhr, 15 Vormittage

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum

85,50 €

## ● Englisch A2 (VORMITTAGSKURS)

**Lehrmaterial wird von der Kursleiterin gestellt.**

### D406034

Maria Steinberg

Mi, 21.09.2016, 10:00 – 11:30 Uhr, 15 Vormittage

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

87,00 €



## ● Englisch A2 (VORMITTAGSKURS)

Wir festigen unsere Kenntnisse im A2-Bereich. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen!

**Lehrbuch:** A New Start A2 Refresher (Neuersch.), ab Lkt. 9  
ISBN: 978-3-464-20034-6

### D406035

Theresa Geske  
Mi, 21.09.2016, 09:00 – 10:30 Uhr, 10 Vormittage  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 1  
85,50 €

## ● Englisch A2 (VORMITTAGSKURS)

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

### D406037

Mark Hargrave  
Di, 13.09.2016, 09:00 – 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 1  
85,50 €

## ● Englisch A2 (VORMITTAGSKURS)

**Lehrbuch:** Fairway Refresher A2, Lkt. 9  
ISBN: 978-3-12-501470-1

### D406042 S

Nicole Goetze-Wörzberger  
Di, 20.09.2016, 10:00 – 11:30 Uhr, 15 Vormittage  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
85,50 €

## ● Englisch A2 (Auffrischung)

Neue Teilnehmer, die ihre guten Englischkenntnisse auf A2-Niveau festigen und erweitern möchten, sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch:** Fairway 2, A2 (Lehr- und Arbeitsbuch), ab Lkt. 6  
ISBN: 978-3-12-501497-8

### D406043

Dr. Frank Rauhut  
Mi, 21.09.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 15 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
85,50 €

## B1 | Neue Kurse und Fortsetzungskurse

## ● Englisch A2–B1

Neue Teilnehmer, die mit dem Sprachniveau B1 beginnen möchten, sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch:** Great! A2, ab Lkt. 9  
ISBN: 978-3-12-501482-4 und

**Lehrbuch:** Great! B1, ab Lkt. 1  
ISBN: 978-3-12-501484-8

### D406038

Melanie John  
Do, 22.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_05  
85,50 €

## ● Englisch B1 – Auffrischung

Neue Teilnehmer, die bereits Kenntnisse auf dem B1-Sprachniveau haben und diese gern festigen und erweitern möchten, sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch:** Fairway Refresher B1, ab Lkt. 1  
ISBN: 978-3-12-501472-5

### D406054

Heike Reuter  
Mi, 14.09.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
85,50 €



## ● Englisch B1 – Auffrischung

Erläuterungen siehe D406054

**Lehrbuch:** Fairway Refresher B1, ab Lkt. 1  
ISBN: 978-3-12-501472-5

### D406055

Heike Reuter  
Mi, 14.09.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 15 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
85,50 €

## ● English for early birds B1

Englisch anstatt joggen! Für Frühaufsteher und Teilnehmer, die gerne vor der Arbeit ihr Englisch auffrischen möchten. Wir wiederholen und festigen die Kenntnisse auf dem A2-Sprachniveau und beginnen mit B1. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen! Die Kleingruppe kann aufgelöst werden, wenn sich acht Teilnehmer vor Kursbeginn angemeldet haben. Der Beginn des Kurses kann sich evtl. verschieben. Aktuelle Informationen: [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D406051 – KLEINGRUPPE

Aglaya Weidner  
Fr, 23.09.2016, 07:00 – 08:30 Uhr, 10 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
84,50 €

## ● Englisch B1 (VORMITTAGSKURS)

**Lehrbuch:** Fairway 3, B1 (Lehr- und Arbeitsbuch), Lkt. 7  
ISBN: 978-3-12-501498-5

### D406045

Nicole Goetze-Wörzberger  
Do, 22.09.2016, 10:45 – 12:15 Uhr, 15 Vormittage  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
85,50 €

## ● Englisch B1 (VORMITTAGSKURS)

**Lehrbuch:** KEY B1, ab Lkt. 6  
ISBN: 978-3-06-020100-6

### D406046

Ingrid Wipf  
Do, 22.09.2016, 09:00 – 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
85,50 €

## ● Englisch B1 (VORMITTAGSKURS)

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D406047

Ljuba Jurkowski  
Do, 22.09.2016, 10:45 – 12:15 Uhr, 15 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
85,50 €

## ● Englisch B1 (VORMITTAGSKURS)

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D406048

Christiane Hähnert  
Do, 22.09.2016, 11:00 – 12:30 Uhr, 15 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
85,50 €

## ● Englisch B1 (VORMITTAGSKURS)

**Lehrbuch:** KEY B1, ab Lkt. 5/6  
ISBN: 978-3-06-020100-6

### D406049

Ingrid Wipf  
Di, 20.09.2016, 09:00 – 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
85,50 €



## ● Englisch B1 (VORMITTAGSKURS)

Neue Teilnehmer, die bereits Kenntnisse auf dem B1-Sprachniveau haben und diese gerne festigen und erweitern möchten, sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch: KEY B1, ab Lkt. 5B**  
**ISBN: 978-3-06-020100-6**

### **D406050**

Russell Blake  
Di, 20.09.2016, 09:00 – 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
85,50 €

## ● Englisch B1 – Auffrischung (VORMITTAGSKURS)

**Lehrbuch: KEY B1, ab Lkt. 6/7**  
**ISBN: 978-3-06-020100-6**

### **D406057**

Ingrid Wipf  
Do, 22.09.2016, 10:45 – 12:15 Uhr, 15 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
85,50 €

## ● Englisch B1 – Auffrischung (VORMITTAGSKURS)

**Lehrbuch: Fairway Refresher B1, ab Lkt. 4**  
**ISBN: 978-3-12-501472-5**

### **D406042**

Ingrid Wipf  
Mo, 19.09.2016, 10:45 – 12:15 Uhr, 15 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
85,50 €

## ● Englisch B1

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### **D406036**

Ingrid Wipf  
Mo, 19.09.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
85,50 €

## English for the job



## ● Englisch at work B1-B2

Improve your Business Communication Skills for telephoning, emailing, meetings, and presentations. Improve your vocabulary for small talk with English speaking colleagues, customers, or tourists. The class will be taught in English by a native speaker. English level B1 is required.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### **D406059**

Dr. Brent Sorensen  
Mi, 26.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 12 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_08  
75,60 €

## B2-C1 | Neue Kurse und Fortsetzungskurse

## ● Englisch B2 (VORMITTAGSKURS)

**Lehrbuch: A New Start Refresher B1, Lektion wird im Kurs bekannt gegeben**  
**ISBN: 978-3-464-20232-6**

### **D406062**

Ingrid Wipf  
Mo, 19.09.2016, 09:00 – 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
85,50 €



## ● Englisch B2-C1

Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen!

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D406063

Dr. Frank Rauhut

Mi, 21.09.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
85,50 €

## ● Vorbereitungskurs Cambridge Prüfung FCE B2

Sie möchten eine Cambridge Prüfung auf dem Niveau B2 (d. h. das First Certificate in English – FCE) ablegen? Sie benötigen diese Prüfung für Ihren Zugang zur Universität oder im Beruflichen? Nutzen Sie unseren Intensiv-Vorbereitungskurs für optimale Ergebnisse.

Ein Kursbuch wird benötigt. Der Kursleiter gibt das Lehrmaterial in der ersten Stunde bekannt. Neue Teilnehmer sind jederzeit willkommen!

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D406065 – KLEINGRUPPE

Mark Hargrave

Di, 13.09.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 1  
126,00 €

## Konversationskurse

### ● Alltagsenglisch A2

Sie möchten gern wichtige Wörter und Redewendungen wiederholen und festigen? Dann herzlich willkommen in diesem Kurs. Mit einfachem „small talk“ und viel Spaß werden wir mögliche Sprachhemmungen überwinden und Ihren Zugang zum Englischen wieder aktivieren.

Wünsche Ihrerseits werden im Kurs abgesprochen. Grundkenntnisse im Englischen sind notwendig (z. B. Schulenglisch).

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D406019

N. N.

Mi, 26.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 12 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 1  
75,60 €

## ● Alltagsenglisch A1-A2 – SPÄTKURS

Sie arbeiten im Einzelhandel, im Verkauf, im Büro oder haben einfach keine Zeit einen zeitigeren Kurs zu besuchen? In unserem späten Kurs wiederholen wir wichtige Wörter und Redewendungen und üben diese ganz entspannt. Mit einfachem „small talk“ werden wir mögliche Sprachhemmungen überwinden. Wünsche Ihrerseits werden im Kurs abgesprochen. Einfache Grundkenntnisse im Englischen sind notwendig (z. B. Schulenglisch). Ich freue mich auf Sie! Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen!

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D406020

Maria Steinberg

Do, 15.09.2016, 20:30 – 21:30 Uhr, 15 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
64,00 €

## ● English Conversation for Social and Everyday Use B1

The course will be 50% in the classroom and 50% in a pub – to put our practical English into a social context.

This course will increase your conversation skills. You will be encouraged and enabled to speak English for everyday use in a friendly and informal atmosphere. As well as central topics, such as news, food and drink, politics, travel, sport and leisure, the classes will be open to what you as students also wish to talk about.

The course does not focus directly on the grammar of the English language, but more on communication skills, improving vocabulary, and increasing your confidence as a speaker of English.





## ***This is Mark's special offer:***

*You are invited on Wednesday, September 7th 2016 between 5 and 7 p.m. to have an informal chat (it's free!) with Mark in VHS, Grietgasse 17a. Mark, a native of England and experienced teacher, will help you to find YOUR conversation course. Please come and use this chance before your lessons start.*

**Material will be provided by the teacher.**

### **D406080**

Mark Hargrave  
Mi, 14.09.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_13  
93,00 €

### ● **English Conversation for Social and Everyday Use B1–B2**

For more information please see D406080

### **D406084**

Mark Hargrave  
Mi, 14.09.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_13  
93,00 €

### ● **English Conversation in the Morning B1–B2**

**Lehrmaterial wird von der Kursleiterin gestellt.**

### **D406082**

Aglaya Weidner  
Fr, 23.09.2016, 09:00 – 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
93,00 €

### ● **English Conversation Course B1–B2**

Der Kurstag kann sich evtl. verschieben.  
Aktuelle Informationen: [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### **D406081**

Aglaya Weidner  
Mo, 12.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_07  
93,00 €

### ● **Conversation Course B1-B2**

If you are interested in discussing current affairs and a multitude of different subjects in English, then why not join us? Grammar if wanted.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### **D406085**

Dr. Brent Sorensen  
Di, 25.10.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 12 Abende  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
75,60 €

### ● **Scientific English B2**

In this class, we will discuss strategies for writing dissertations, journal articles, and grant applications. We will also work on improving your presentation skills for lab meetings and conferences. Students, technicians, scientists, and professors are all welcome. The class will be taught in English by a native speaker.



**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### **D406086 – MINIGRUPPE**

Dr. Brent Sorensen  
Mi, 26.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_08  
126,00 €



## ● Conversation Course B2–C1

You will learn conversational English with emphasis on vocabulary, pronunciation, idiomatic expressions and grammar. Classroom instructions will be given in a relaxed atmosphere with focus on individual participation, student feedback and interactive dialogue. Course content will include topical articles about travel, business, social issues, domestic matters, student ideas and group suggestions in particular.

**Lehrmaterial wird von der Kursleitung gestellt.**

### **D406087 – KLEINGRUPPE**

N. N.

Mi, 26.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 12 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5

75,60 €

## Junge VHS – Englisch

### ● Keine Angst vor der BLF-Englischprüfung/10. Klasse Gymnasium!

Bereite dich nach den diesjährigen Herbstferien an die BLF im Fach Englisch denken! Was bieten wir in diesem Kurs?

- Reduzierung des Prüfungsstresses durch Informationen über Ablauf und Aufbau der BLF-Prüfung
- Lerntipps zur Bewältigung der einzelnen Prüfungsteile
- vorbereitende Übungen v.a. zur Verbesserung der Sprechfertigkeiten

Kein Unterricht am 21.12.2016 und in den Winterferien!

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### **D406095**

N. N.

Mi, 26.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr,

15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 00\_04

66,00 €

(bereits ermäßigtes Entgelt für Schüler\*innen)



JUNGE VHS

## Finnisch

### ● Finnisch kompakt

Dieser Kurs vermittelt Ihnen die Grundlagen des Finnischen, angefangen bei der Aussprache. Sie lernen nützliche Vokabeln und die nötigen grammatischen Voraussetzungen, um sich und Ihre Familie vorzustellen, häufige Redewendungen sowie eigene kleine Sätze in Alltagssituationen zu bilden und zu verstehen. Der Schwerpunkt liegt dabei auf dem Sprechen und dem Hörverständnis.

Bitte Kurstage beachten!

**Lehrmaterial wird von der Kursleiterin gestellt.**

### **D407002**

Ramona Schmidt

Fr, 21.10.2016, 17:00 – 20:00 Uhr

Fr, 28.10.2016, 17:00 – 20:00 Uhr

Fr, 11.11.2016, 17:00 – 20:00 Uhr

Fr, 25.11.2016, 17:00 – 20:00 Uhr

Fr, 09.12.2016, 17:00 – 20:00 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

64,50 €

## Französisch

### A1 | Neue Kurse für Anfänger und Wiedereinsteiger

### ● Französisch A1 – Wiederholung und Vertiefung (Intensivkurs)

In diesem Kurs werden nach der langen Sommerpause Kenntnisse auf dem A1-Niveau wiederholt und vertieft. Kursinhalte: Wiederholung Wortschatz, phonetische Grundlagen, Grammatik sowie Übungen zu den Steigerungsformen von Adjektiven, Fragestellungen, direkten Objektpronomen

**Bitte beachten: Der Kurs findet montags, mittwochs und donnerstags statt.**



Lehrmaterial wird vom Kursleiter gestellt.

## D408000

Paul Horx

Mo, 05.09.2016, 18:00 – 19:30 Uhr, 6 Vormittage

VHS, Paradiesstr. 6, SR 2

38,40 €

### ● Französisch A1 – Anfänger

Für Anfänger ohne bzw. mit ganz geringen Vorkenntnissen.



Lehrbuch: **Voyages neu A1, ab Lkt. 1**

ISBN: 978-3-12-529412-7

## D408001

Catherine Abratis

Mo, 24.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 12 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 00\_02

69,30 €

### ● Französisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen. Für Teilnehmer aus den Französisch-Reisekursen empfohlen. Sie haben bereits ein oder zwei Semester Französisch gehabt und möchten gern weiter lernen? Grundlegende Redewendungen (z. B. Begrüßung, Wegbeschreibung) sind Ihnen bekannt, aber von „Sprachkenntnissen“ zu sprechen, wäre nicht zutreffend formuliert. In diesem Kurs wiederholen wir unsere Kenntnisse, festigen diese und erweitern Wortschatz und Landeskundekennntnisse.



Lehrbuch: **Perspectives Allez-y! A1**

ISBN: 978-3-06-520176-6

## D408003

Katharina Böning

Do, 22.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01\_04

85,50 €

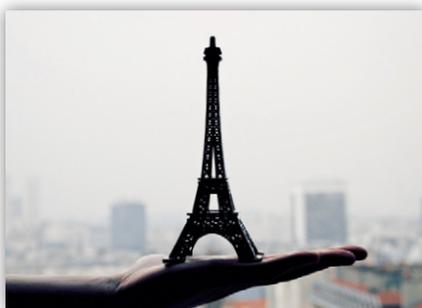


Foto: I. Rus Moreno

### ● Französisch Reisekurs – Auf in die Welt!



Sie bereiten sich ganz entspannt auf Ihren Aufenthalt im französischsprachigen Ausland vor. Im Fokus stehen dabei die für einen Aufenthalt wichtigsten Vokabeln, das Üben und Verstehen von Alltagssituationen und das Wiederholen wichtiger Redewendungen. Wissenswerte Einblicke in die Alltagskultur und Insideripps runden den Kurs ab.

Geeignet für Teilnehmer ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen.

Sollten Sie in der französischen Sprache eine neue Leidenschaft entdecken, können Sie anschließend in einem A1-Kurs weiterlernen.

Sie möchten mehr?  
Einen Abschluss z.B. im Sprachen-,  
kaufmännischen oder EDV-Bereich?  
Wir haben Angebote für international  
anerkannte Prüfungen.



**Lehrbuch: Vive les vacances! Französisch für die Reise.**  
**ISBN: 978-3-19-107243-8**

## D408004

Katharina Böning  
 Do, 27.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 12 Abende  
 Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
 Paradiesstraße 5, R. 01\_04  
 74,10 €

## ● Französisch für Eltern und Kind(er)



Sie möchten gern mit Ihrem Kind eine Fremdsprache lernen? Tauchen Sie gemeinsam ein in die Sprache unseres Nachbarlandes, denn zusammen macht es viel mehr Spaß! Geeignet für Kinder ab 8 bis ca. 12 Jahre.

Anfängerkurs - für Teilnehmer ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

## D408005

Stephanie Rudolph  
 Di, 20.09.2016, 16:30 – 17:30 Uhr,  
 12 Nachmittage  
 VHS-Gebäude, Grietgasse 17a,  
 Kreativraum  
 54,00 €  
 (Keine Ermäßigung möglich!)



## A1 | Fortsetzungskurse

### ● Französisch A1 (VORMITTAGSKURS)

Festigung der vorhandenen Kenntnisse.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

## D408006

Bianca Lauser  
 Do, 29.09.2016, 09:00 – 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
 VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
 85,50 €

### ● Französisch A1.2

Fortsetzungskurs. Neue Teilnehmer mit Vorkenntnissen (Begrüßung und Vorstellung, Getränke und Bestellungen, Vorlieben und Abneigungen, Berufe, Tagesabläufe, Uhrzeit, Freizeit) sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch: Perspectives Allez-y! A1, ab Lkt. 5**  
**ISBN: 978-3-06-520176-6**

## D408007

Sofía Boscá Cortés  
 Do, 01.09.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 15 Abende  
 Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
 Paradiesstraße 5, R. 00\_04  
 85,50 €

### ● Französisch A1

**Lehrbuch: Vive les vacances! Französisch für die Reise, Lkt. 7**  
**ISBN: 978-3-19-107243-8**

## D408008

Bianca Lauser  
 Do, 29.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende  
 Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
 Paradiesstraße 5, R. 00\_01  
 85,50 €



Ornans, Foto: VHS Jena



- **Französisch A1.4**

**Lehrbuch: Perspectives Allez-y! A1. Lkt. 7**  
**ISBN: 978-3-06-520176-6**

**D408009**

Bianca Lauser  
Mi, 28.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_08  
85,50 €

---

- **Französisch A1.5 (VORMITTAGSKURS)**

**Lehrbuch: Voyages neu A1, ab Lkt. 11**  
**ISBN: 978-3-12-529412-7**

**D408011**

Paul Horx  
Fr, 23.09.2016, 11:00 – 12:30 Uhr, 15 Vormittage  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 3  
85,50 €

---

## A2 | Neue Kurse und Fortsetzungskurse

- **Französisch A1–A2**

Für Teilnehmer, die fortgeschrittene Kenntnisse im Sprachniveau A1 haben und sich an das nächsthöhere Sprachniveau A2 heranwagen wollen.

Lehrmaterial wird von der Kursleiterin gestellt.

**D408015**

Stephanie Rudolph  
Mi, 21.09.2016, 18:15 – 19:45 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_07  
87,00 €

---

- **Französisch A2.1**



Ein Französischkurs für Frankreichbegeisterte!  
Wir beginnen mit dem Niveau A2. Neue Teilnehmer, die bereits das Sprachniveau A1 abgeschlossen haben und weiterlernen möchten, sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch: Voyages neu A2, ab Lkt. 1**  
**ISBN: 978-3-12-529422-6**

**D408016**

Edith Danner  
Mi, 21.09.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_01  
58,50 €

---

- **Französisch A2 – Wiederholung und Vertiefung (Herbstferien)**



Wiederholung, Vertiefung und aktive Anwendung der Französischkenntnisse auf A2.  
**Bitte beachten: Der Kurs findet montags, mittwochs und freitags statt.**

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

**D408017**

Paul Horx  
Mo, 10.10.2016, 09:00 – 10:30 Uhr  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
22,20 €

---

- **Französisch für Senioren A2 (VORMITTAGSKURS)**

**Lehrbuch: Voyages 2 (Lehr- und Arbeitsbuch), ab Lkt. 9**  
**ISBN: 978-3-12-529278-9**  
**und Zusatzmaterialien**

**D408027**

Paul Horx  
Fr, 23.09.2016, 09:00 – 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 3  
85,50 €

---



- **Französisch Konversation A2–B1** 

Small talks, Dialoge, Diskussionen, Rollen-/Kartenspiele und vieles mehr. Grammatik? Nach Bedarf. Wortschatzerweiterung? Auf jeden Fall. Spaß? Ja!

Späterer Einstieg noch möglich.

Lehrmaterial wird vom Kursleiter gestellt.

- **D408031 – KLEINGRUPPE**

Fabian Leib

Do, 22.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 00\_13

86,00 €

## B1 | Neue Kurse und Fortsetzungskurse

- **Französisch B1**

Lehrbuch: **Voyages neu B1, ab Lkt. 3**

ISBN: 978-3-12-529431-8

- **D408040 – KLEINGRUPPE**

Edith Danner

Mo, 19.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01\_11

84,50 €

- **Französisch B1 – Festigung und Konversation**

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

- **D408045**

Fabian Leib

Di, 20.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01\_08

85,50 €

- **Französisch B1 – Wiederholung und Festigung**

Lehrbuch: **On y va! B1, ab Lkt. 5/6**

ISBN: 978-3-19-003354-6

- **D408047**

Paul Horx

Di, 20.09.2016, 18:30 – 20:00 Uhr, 15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 00\_07

85,50 €

## Gebärdensprache

- **Gebärdensprache für Anfänger** 

Sie lernen bei einem Dozenten, der selbst gehörlos ist, die Handzeichen der Deutschen Gebärdensprache (DGS), um sich mit Gehörlosen verständigen zu können.

Lehrmaterial wird vom Kursleiter gestellt.

- **D426000**

Rainer Weber

Mo, 24.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 02\_08

60,00 €

- **Gebärdensprache für Anfänger** 

Information siehe D426000

- **D426002**

Helmut Schöнке

Di, 25.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 00\_04

60,00 €



## Sprachen

### ● **Gebärdensprache für Fortgeschrittene**

Information siehe D426000

#### **D426005**

Rainer Weber

Mi, 26.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01\_11

60,00 €

## Hebräisch

### ● **Hebräisch/Modern Hebrew (A1)**

Hebräisch ist eine semitische Sprache und wurde bis ins 19. Jhd. nur im jüdisch-religiösen Kontext verwendet. Im 20. Jhd. erlebte die Sprache eine Wiederbelebung und wurde zur offiziellen Landessprache Israels.

In diesem Kurs werden Sie die israelische Kultur kennenlernen und dadurch grundlegende Fertigkeiten für die mündliche Alltagskommunikation erwerben.

Bei weniger als acht Teilnehmern (mindestens vier) ist eine Kleingruppe möglich.

**Bitte beachten: Der Kurs findet vorwiegend in deutscher aber zu Teilen auch in englischer Sprache statt, daher sind Grundkenntnisse im Englischen vorteilhaft.**

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D413001**

Eran Weiss

Mo, 24.10.2016, 18:30 – 20:00 Uhr, 12 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01\_04

70,80 €



## Italienisch

### A1 | Neue Kurse für Anfänger und Wiedereinsteiger

#### ● **Italienisch zum Kennenlernen**

Für Italienliebhaber, die die italienische Sprache kennen lernen möchten. Die Kursleiterin gibt zudem einen kurzen Einblick in Landeskunde und Insidertipps. Im Preis enthalten ist ein Gläschen italienischer Traubensaft.

#### **D409002**

Giorgia Puma

Fr, 16.09.2016, 17:00 – 20:00 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a

16,50 €

#### ● **Italienisch A1**

Anfängerkurs - für Teilnehmer ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D409001**

Simone Eliseo Astolfi

Mo, 24.10.2016, 18:00 – 19:30 Uhr, 12 Abende

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum

69,30 €

#### ● **Italienisch Reisekurs – Auf in die Welt!**

Ein Anfängerkurs für Reisende in italienischsprachige Länder. In diesem Kurs werden Sie mit viel Spaß und wenig Grammatikpaukerei wichtige Alltagssituationen üben und Bräuche und Traditionen Ihres Reiselandes kennenlernen. Für Teilnehmer ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen.

**Lehrbuch: Viva le vacanze! Italienisch für die Reise.**

**ISBN: 978-3-19-207243-7**



## D409004

Giorgia Puma  
Do, 22.09.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_08  
85,50 €

## A1 | Fortsetzungskurse

### ● Italienisch A1.2

Fortsetzungskurs

**Lehrbuch: Con piacere A1, ab Lkt. 5**  
**ISBN: 978-3-12-525180-9**

## D409005

Giorgia Puma  
Do, 22.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_08  
85,50 €

### ● Italienisch A1.2

Weiterführung aus dem Frühjahrssemester. Neue Teilnehmer mit Italienisch-Vorkenntnissen sind herzlich willkommen (z.B. Teilnahme an dem „Reisekurs - Auf in die Welt“ mit dem Lehrbuch „Viva le vacanze!“)!

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

## D409010

Dr. Anna Ciepielewska-Janoschka  
Do, 27.10.2016, 20:45 – 22:00 Uhr, 12 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 1  
62,50 €

### ● Italienisch Reisekurs – Auf in die Welt! Fortsetzung

**Lehrbuch: Viva le vacanze! Italienisch für die Reise.**  
**ISBN: 978-3-19-207243-7**

## D409011

Simone Eliseo Astolfi  
Mo, 24.10.2016, 19:45 – 21:15 Uhr, 12 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
69,30 €

### ● Italienisch A1.3

**Lehrbuch: Con piacere A1, ab Lkt. 4**  
**ISBN: 978-3-12-525180-9**

## D409006 – KLEINGRUPPE

Laura Desiati  
Mo, 24.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_01  
84,50 €

## A2 | Neue Kurse und Fortsetzungskurse

### ● Endlich Zeit für Italienisch A2 (VORMITTAGKURS)



Neue Teilnehmer, die bereits über Kenntnisse im A1-Niveau verfügen und auf A2 weiterlernen möchten, sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch: Con piacere A2, ab Lkt. 1**  
**ISBN: 978-3-12-525183-0**

## D409012

Dr. Anna Ciepielewska-Janoschka  
Di, 25.10.2016, 10:00 – 11:30 Uhr, 12 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
69,30 €



### ● Italienisch A2

Neue Teilnehmer mit Vorkenntnissen (ca. 2 Semester VHS-Kurs oder Vergleichbares) sind herzlich willkommen!

**Lehrbuch: Con piacere A2, ab Lkt. 1**  
**ISBN: 978-3-12-525183-0**

### **D409013**

Samanta Berruti  
Mo, 19.09.2016, 19:30 – 21:00 Uhr, 15 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
85,50 €

---

### ● Italienisch A2

**Lehrbuch: Con piacere A2, ab Lkt. 5**  
**ISBN: 978-3-12-525183-0**

### **D409019**

Annalisa Colombo  
Di, 20.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_01  
85,50 €

---

### ● Italienisch A2

**Lehrbuch: Con piacere A2, ab Lkt. 9**  
**ISBN: 978-3-12-525183-0**

### **D409021**

Annalisa Colombo  
Di, 20.09.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_01  
85,50 €

---

### ● Italienisch A2

**Lehrbuch: Con piacere A2, ab Lkt. 4**  
**ISBN: 978-3-12-525183-0**

### **D409027**

Laura Desiati  
Di, 25.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_07  
58,50 €

---

### ● Italienisch A2

**Lehrbuch: Con piacere A2, ab Lkt. 9**  
**ISBN: 978-3-12-525183-0**

### **D409035**

Laura Desiati  
Di, 25.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_07  
58,50 €

---

## B1–B2 | Neue Kurse und Fortsetzungskurse

### ● Italienisch B1

Der Fokus dieses Kurses liegt auf mündlicher Kommunikation auf dem Niveau B1. Das Lehrwerk hilft uns als Orientierung, unsere Kenntnisse zu festigen und zu vertiefen.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### **D409044 – KLEINGRUPPE**

Dr. Anna Ciepielewska-Janoschka  
Do, 27.10.2016, 19:00 – 20:30 Uhr, 10 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 1  
84,50 €

---



## ● Italienisch B1

Lehrbuch: **Con piacere B1, ab Lkt. 3**  
ISBN 978-3-12-525186-1

### **D409045**

Annalisa Colombo  
Mi, 21.09.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
85,50 €

## ● Italienisch B1 – Wiederholung und Konversation

Wir festigen und wiederholen unsere Kenntnisse auf dem B1-Sprachniveau. Zudem: Grammatik und landeskundliche Themen.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

### **D409046 – KLEINGRUPPE**

Laura Desiati  
Mo, 24.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_01  
84,50 €

## ● Italienisch B1 – Auffrischung und Konversation

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

### **D409047**

Lucia Bracci  
Do, 22.09.2016, 18:00 – 19:30 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_11  
85,50 €

## ● Italienisch B1-B2

Lehrbuch: **Espresso 3 (Lehr- und Arbeitsbuch)**  
ISBN: 978-3-19-005349-9

### **D409048**

Annalisa Colombo  
Mi, 21.09.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 15 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
85,50 €

## Japanisch



## ● Japanisch A1

Anfängerkurs – für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

### **D410000**

Kei Hasegawa  
Do, 13.10.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 15 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
87,00 €

## ● Japanisch A1.3

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

### **D410004**

Kei Hasegawa  
Fr, 14.10.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
87,00 €



Foto: JenaKultur | A. Hub



## Sprachen

### ● **Japanisch A1.4**

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

#### **D410005 – KLEINGRUPPE**

Kei Hasegawa  
Do, 13.10.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 10 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
86,00 €

---

### ● **Japanisch A1-A2**

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

#### **D410008**

Kei Hasegawa  
Di, 11.10.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
87,00 €

---

### ● **Japanisch für Fortgeschrittene A2-B1**

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

#### **D410022**

Kei Hasegawa  
Di, 11.10.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 15 Abende  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
87,00 €

---

## Koreanisch

### ● **Koreanisch für die Reise**

Circa 80 Millionen Menschen weltweit sprechen Koreanisch. Kontakte zu Korea in den Bereichen Wirtschaft, Wissenschaft und Kultur gewinnen immer mehr an Bedeutung. Auch Sänger wie Psy („Gangnam Style“) haben das Interesse der Welt an Südkorea erhöht.

In diesem Koreanisch-Anfängerkurs werden Ihnen von einer Muttersprachlerin (aus Seoul) das Alphabet und die Schriftzeichen näher gebracht, sprachliche Grundlagen gelegt und ebenso landeskundliche (Geheim-)Tipps preisgegeben.

Nutzen Sie unser Minigruppenangebot für ein inten-

sives und individuelles Lernen bereits ab drei Teilnehmern.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

#### **D426050 – MINIGRUPPE**

Ko Eun Won  
Do, 27.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 8 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_04  
118,00 €

---

### ● **Koreanisch A1**

Fortsetzung. Neue Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Nutzen Sie unser Minigruppenangebot für ein intensives und individuelles Lernen bereits ab drei Teilnehmern.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

#### **D426055 – MINIGRUPPE**

Ko Eun Won  
Do, 22.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 8 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_04  
118,00 €

---

### ● **Koreanisch Konversation A2-B1**

Nutzen Sie unser Minigruppenangebot für ein intensives und individuelles Lernen bereits ab drei Teilnehmern.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

#### **D426060 – MINIGRUPPE**

Ko Eun Won  
Mi, 26.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 8 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_04  
118,00 €

---





## Latein

### ● Latein Einsteigerkurs



Werden Sie Latein-Liebhaber! Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich mit der lateinischen Sprache beschäftigen möchten; ob für Beruf, Studium oder aus Neugier. Wir beschäftigen uns mit ersten grammatikalischen Grundlagen und übersetzen einfache lateinische Sätze. Ebenso stehen die Kultur des alten Roms und die Spuren des Lateinischen bis in unsere Gegenwart im Fokus dieses Kurses.

Die Bildung einer Kleingruppe ist möglich.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D411000**

Linda Schug

Do, 27.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5

60,00 €

### ● Latein – SPZ L21 – INTENSIVKURS für Studierende (A-Kurs)

Speziell nur für Studierende der FSU. Der Kurs dient zur Vorbereitung der Klausur im Wintersemester 2016/17 und berechtigt zur Teilnahme.

Studierende sollen sich mit dem Vermerk, dass sie den Kurs an der VHS besucht haben, einschreiben.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D411001**

Franziska Gaspar-Thoms

Mo / Mi, 24.10.2016 – 25.01.2017,

18:00 – 19:30 Uhr

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 02\_11

106,00 € (bereits ermäßigtes Entgelt)

## Neugriechisch

### ● Neugriechisch für Anfänger



Für Anfänger ohne Vorkenntnisse.

Kurs findet auch in den Winterferien statt.

**Lehrbuch: Jassu! Neugriechisch für Anfänger**  
**ISBN: 978-3-12-528890-4**

#### **D412000**

Stylianos Fytas

Di, 25.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 02\_07

85,50 €

### ● Neugriechisch A1.3

Neue Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch: Jassu! Neugriechisch für Anfänger,**  
**ab Lkt. 6**  
**ISBN: 978-3-12-528890-4**

#### **D412010 – KLEINGRUPPE**

Stylianos Fytas

Di, 25.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 02\_07

124,50 €

### ● Neugriechisch A2

Neue Teilnehmer mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch: Jassu! Neugriechisch für Anfänger,**  
**ab Lektion 12**  
**ISBN: 978-3-12-528890-4**

#### **D412015 – KLEINGRUPPE**

Stylianos Fytas

Mi, 26.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01\_07

124,50 €



## Niederländisch

### ● Niederländisch A1.3

Neue Teilnehmer mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Eine Probestunde ist nach Absprache mit der VHS möglich.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### D414006

Karen Tilch

Mi, 26.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
58,50 €

### ● Niederländisch A2

Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen, die auf dem Niveau A2 weiterlernen möchten.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### D414010

Karen Tilch

Mo, 24.10.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
85,50 €



## Norwegisch

### ● Norwegisch A1

Anfängerkurs - für Teilnehmer ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### D415001

N. N.

Di, 25.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 12 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“  
Paradiesstraße 5  
69,30 €

### ● Norwegisch B1-B2 – Kommunikations- und Kompaktkurs

#### D415020

Marcus Großkopf

Fr, 23.09.2016, 18:15 – 20:30 Uhr  
Sa, 24.09.2016, 09:00 – 15:30 Uhr  
Fr, 18.11.2016, 18:15 – 20:30 Uhr  
Sa, 19.11.2016, 09:00 – 15:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
74,00 €



## Persisch

### ● Persisch für Anfänger (mündliche Kommunikation)

Anfängerkurs – für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Der Fokus liegt auf der mündlichen Kommunikation. Persisch (Färsī) ist die wichtigste indogermanische Sprache in West- und Zentralasien. Sie wird von 60 bis 70 Millionen Menschen als Muttersprache und von weiteren 50 Millionen als Zweitsprache gesprochen. Die meisten Muttersprachler leben im Iran; Weitere in Afghanistan. Auch in Zentralasien (vor allem in Tadschikistan und in Usbekistan) und auf dem Indischen Subkontinent ist die persische Sprache verbreitet. Persisch ist zudem Amtssprache im Iran, in Afghanistan und Tadschikistan.



Foto: JenaKultur | A. Hub



Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

## D414001

N. N.

Mi, 26.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 10 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5

58,50 €

## Polnisch

### ● Polnisch für Reisende



Oder wie überlebe ich in Polen ohne Sprachkenntnisse? Sie möchten gern nach Polen reisen oder planen ein Austauschsemester und haben keinerlei Vorkenntnisse im Polnischen? Seien Sie herzlich eingeladen die Grundlagen einer spannenden Sprache zu erlernen! Der Fokus liegt auf einfachen Redewendungen, um sich in Polen verständigen zu können. Insider Tipps inklusive.

Bei mehr als acht Anmeldungen zu Kursbeginn kann die Kleingruppe aufgehoben werden und Ermäßigungen sind möglich.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

## D417000 – KLEINGRUPPE

N. N.

Mo, 24.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 8 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 00\_10

70,00 €

### ● Polnisch für Kinder ab 10 Jahren



Dzien dobry, czesc i witam: Polnischkurs für Kinder ab 10 Jahren. Lerne Polnisch schnell, einfach und mit viel Spaß!

Lehrbuch: **POLSKI krok po kroku junior 1**

ISBN: 978-8394117801

## D417001

Dorota Antkowiak

Mi, 14.09.2016, 16:15 – 17:15 Uhr,

12 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, SR 3

54,00 € (Entgelt nicht ermäßigbar.)



JUNGE VHS

### ● Polnisch A1.2

Für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die nach Polen reisen, ein Austauschsemester planen oder eine unbändige Neugier auf unseren Nachbarstaat haben. Seien Sie eingeladen eine spannende Sprache zu lernen!

Bei mehr als acht Anmeldungen zu Kursbeginn kann die Kleingruppe aufgehoben werden und Ermäßigungen sind möglich.

Lehrbuch: **Razem (Lehrbuch + 2 Audio-CDs), ab Lkt. 4**

ISBN: 978-3125288409

## D417002 – KLEINGRUPPE

Dr. Ewa Krauss

Di, 20.09.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 10 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 00\_02

84,50 €

...könnten hier in unserem Programmheft oder auf unseren Internetseiten abgebildet sein, wenn Sie uns die Bilder mit der Einverständniserklärung zuschicken, die Sie auf [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de) unter dem Menüpunkt Service finden.

Wir freuen uns auf Ihre Bilder!





## ● Polnisch A2–B1

Lehrbuch: Hurra po polsku 2  
ISBN: 978-83-60229-26-2

## D417007 – KLEINGRUPPE

Dorota Antkowiak  
Mi, 26.10.2016, 18:00 – 19:30 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_07  
84,50 €

## Portugiesisch (europäisch)

### ● Portugiesisch (europäisch) für Anfänger

Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Olá Portugal!, ab Lkt. 1  
ISBN: 978-3-12-528940-6

## D418011 – KLEINGRUPPE

Dr. Hans-Jürgen Meyer  
Mo, 24.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_08  
84,50 €

## ● Portugiesisch Reisekurs (europäisch)



Sie bereiten sich auf Ihren Aufenthalt im portugiesischsprachigen Ausland vor. Im Fokus stehen dabei wichtige Vokabeln, das Üben und Verstehen von Alltagssituationen und das Wiederholen wichtiger Redewendungen. Wissenswertes Einblicke in Alltagskultur und Insider Tipps runden den Kurs ab.

Geeignet für Teilnehmer ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen.

Lehrbuch: Vivam as férias! Portugiesisch für die Reise.

ISBN 978-3-19-507243-4

## D418012 – KLEINGRUPPE

Dr. Hans-Jürgen Meyer  
Mo, 24.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_05  
84,50 €

## Rumänisch

### ● Rumänisch Einstiegskurs

Anfängerkurs – für Teilnehmer mit keinen oder ganz geringen Vorkenntnissen.

Rumänisch wird von ungefähr 30 Millionen Menschen als Muttersprache gesprochen, von denen der größte Teil in Rumänien und Moldawien lebt. Rumänisch ist eine romanische Sprache. Die nächstverwandte Sprache ist Italienisch. Muttersprachliche Rumänen können einfaches Italienisch meist recht gut verstehen. Umgekehrt gelingt dies seltener, da das Rumänische ungefähr zehn Prozent slawische Wörter aufgenommen hat. Zudem unterscheidet sich die Lautsprache im Rumänischen von der italienischen Sprache, da es Laute kennt, die es aus dem Slawischen übernommen hat. Viel Spaß beim Entdecken einer spannenden ost-europäischen Sprache.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Bitte nutzen Sie  
die Möglichkeiten der  
Sprachenberatung.  
Einstufungstest  
digital oder persönlich



## D426030 – KLEINGRUPPE

Ljuba Jurkowski  
 Mo, 24.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 10 Abende  
 Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
 Paradiesstraße 5, R. 00\_07  
 84,50 €

## Russisch

### ● Russisch A1

Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D419001

Lia Lubinets  
 Di, 25.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 12 Abende  
 Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
 Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
 69,30 €

### ● Russisch für Wiedereinsteiger

Sie haben vor längerer Zeit Russisch gelernt, können die Buchstaben lesen, aber nicht mehr als ein paar wenige Sätze sprechen? Wenn Sie Ihre Kenntnisse auffrischen möchten, sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Wir wiederholen und festigen unsere längst verloren geglaubten Kenntnisse.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D419002

N. N.  
 Do, 27.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 12 Abende  
 Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
 Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
 69,30 €

### ● Russisch A1.2

Neue Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch: Jasno! A1-A2, ab Lkt. 4**  
**ISBN: 978-3-12-527590-4**

### D419003

Lia Lubinets  
 Do, 27.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 12 Abende  
 Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
 Paradiesstraße 5, R. 00\_01  
 69,30 €

### ● Russisch A1.3

Neue Teilnehmer mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen (Vorwissen in Russisch über: Zahlen bis 100, sich und andere vorstellen, Einkaufen, Hobbies).

**Lehrbuch: Jasno! A1-A2, ab Lkt. 7**  
**ISBN: 978-3-12-527590-4**

### D419004

Ljuba Jurkowski  
 Do, 22.09.2016, 18:00 – 19:30 Uhr, 15 Abende  
 Kursort wird noch bekannt gegeben  
 85,50 €

### ● Russisch – einfache Kommunikation A1-A2

In diesem Kurs steht das aktive Sprechen im Mittelpunkt (z. B. im Geschäft oder auf Reisen). Vorkenntnisse auf Anfängerniveau sind notwendig.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D419005

Lia Lubinets  
 Mi, 26.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 12 Abende  
 Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
 Paradiesstraße 5, R. 01\_11  
 69,30 €





Foto: JenaKultur | A. Hub

## ● Russisch A2

Neue Teilnehmer, die Russisch auf dem Sprachniveau A1 gelernt haben und auf A2 weiterlernen möchten, sind herzlich willkommen. Der Kurs findet in den Herbstferien statt.

**Lehrbuch: Otlitschno! A2, ab Lkt. 1**  
**ISBN: 978-3-19-004478-8**

### **D419010**

Dr. Christine Glybowskaja  
Mi, 05.10.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
Volksbad, Seminarraum  
85,50 €

## ● Russisch A2

Der Kurs findet in den Herbstferien statt.

**Lehrbuch: Otlitschno! A2, ab Lkt. 4**  
**ISBN: 978-3-19-004478-8**

### **D419011**

Dr. Christine Glybowskaja  
Mo, 10.10.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_08  
85,50 €

## ● Russisch B1

Neue Teilnehmer, die das Sprachniveau A2 abgeschlossen haben und mit B1 beginnen möchten, sind herzlich willkommen.

Der Kurs findet in den Herbstferien statt.

**Lehrbuch: Otlitschno! B1, ab Lkt. 1**  
**ISBN: 978-3-19-004479-5**

### **D419021**

Dr. Christine Glybowskaja  
Do, 06.10.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
Volksbad, Seminarraum  
85,50 €

## ● Russisch B1

Der Kurs findet in den Herbstferien statt.

**Lehrbuch: Jasno! B1, ab Lkt. 4**  
**ISBN: 978-3-12-527593-5**

### **D419030**

Dr. Christine Glybowskaja  
Do, 06.10.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 15 Abende  
Volksbad, Seminarraum  
85,50 €

## ● Russisch B1 – Auffrischung

Der Kurs findet in den Herbstferien statt.

**Lehrbuch: Jasno! B1, ab Lkt. 3**  
**ISBN: 978-3-12-527593-5**

### **D419031**

Dr. Christine Glybowskaja  
Di, 04.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_02  
85,50 €



## ● Russisch Konversation B1-B2

Der Kurs findet in den Herbstferien statt.

**Lehrmaterial wird von der Kursleiterin gestellt.**

### D419040

Dr. Christine Glybowski  
Mi, 05.10.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 15 Abende  
Volksbad, Seminarraum  
93,00 €

## Schwedisch

### ● Schwedisch A1

Anfängerkurs - für Teilnehmer ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen.

**Lehrbuch: Javisst! aktuell A1**

**Kursbuch + Arbeitsbuch + Audio-CD**

**ISBN: 978-3-19-005405-3**

### D420001

Anika Kaulfuss  
Di, 27.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 12 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
69,30 €

### ● Schwedisch A1.2

Für alle Schwedenbegeisterte. Auch für Quereinsteiger offen. Sie sprechen ab der ersten Stunde Schwedisch! Wir konzentrieren uns auf das Hörverstehen. Generell arbeiten wir an Themen über mehrere Wochen - zu interessanten Inhalten wie schwedischer Natur, Kultur, Geschichte und Musik. Wir feiern seit vielen Jahren MIDSOMMAR in Jenas herrlicher Weite und JUL in einem gemütlichen Küchenstudio. Hjärtligt Välkomna!

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D420003

Eva Munkelt

Do, 06.10.2016, 17:10 – 18:40 Uhr, 15 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
85,50 €

### ● Schwedisch A1.3

**Lehrbuch: Tala svenska A2+**

**ISBN: 978-3-933119-02-5**

### D420005

Håkan Fink  
Do, 15.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 12 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
69,30 €

### ● Schwedisch B1

Wir legen Schwerpunkte auf Konversation und Hörverstehen. Denn nur, wer sich locker im Land verständigen kann, wird auch gut verstanden und mit einer Antwort auf Schwedisch, statt auf Englisch von den Einheimischen belohnt.

Jährliche Höhepunkte: gemeinsames, traditionelles JUL-Fest im Küchenstudio und MIDSOMMAR in Jenas wunderschöner Natur  
Quereinsteiger sind willkommen!

Aktuell für dieses Semester – in Kooperation mit dem Thüringer Volkshochschulverband: Wir arbeiten mit Material und Themen des SustAEnable Projects: viele Gesprächs- u. Diskussionsgrundlagen zu Nachhaltigkeit, Konsum, Ernährung, Klima, Natur und Lebensformen.

Jeder kann sich gern unter:

<http://www.sustaenable.eu/> dazu informieren!

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D420020

Eva Munkelt  
Do, 06.10.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 15 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
85,50 €





## Spanisch

### A1 | Neue Kurse für Anfänger

#### • **Spanisch für Ausgeschlafene A1**

Möchten Sie gern früh am Morgen Spanisch lernen? Ich lade Sie ganz herzlich dazu ein.

Für Teilnehmer ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen. In diesem Anfängerkurs lernen Sie mit viel Spaß die Sprache als auch Bräuche, Traditionen und Kulinarisches der spanischsprachigen Welt kennen. ¡Vamos, animate!

**Lehrbuch: Con gusto A1, ab Lkt. 1**  
**ISBN: 978-3-12-514980-9**

#### **D422000**

Mónica Alexandra Celis González  
Di, 25.10.2016, 07:45 – 09:00 Uhr, 12 Vormittage  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 2  
58,50 €

#### • **Spanisch A1 (VORMITTAGKURS)**

Anfängerkurs – für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D422001**

Sofía Boscá Cortés  
Di, 25.10.2016, 10:45 – 12:15 Uhr, 12 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-Dexel-Raum  
69,30 €

#### • **Spanisch A1**

Anfängerkurs - für Teilnehmer ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D422002**

Cristina Maria Gayoso Tomé  
Do, 22.09.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_07  
85,50 €

#### • **Spanisch A1**

Anfängerkurs - für Teilnehmer ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D422003**

Isabel Rus Moreno  
Mi, 26.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 12 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_01  
69,30 €

#### • **Spanisch Crashkurs**

Sie planen einen Aufenthalt in Spanien und benötigen einfache Redewendungen, um sich grob verständigen zu können? Dann sind Sie an diesen Abenden bei uns richtig. Der Kurs ist für Anfänger; von Vorteil sind Sprachaffinität und/oder Kenntnisse in einer anderen romanischen Sprache oder ein einst absolviertes Semester Spanisch.

#### **D422004**

Isabel Rus Moreno  
Di, 27.09.2016, 17:30 – 20:30 Uhr,  
Do, 29.09.2016, 17:30 – 20:30 Uhr  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5  
28,50 €

#### • **Spanisch A1 kompakt**

Anfängerkurs - für Teilnehmer ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen.

Achtung! Kurstag kann sich noch ändern. Aktuelle Information finden Sie unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de).

**Lehrbuch: Con gusto A1, ab Lkt. 1**  
**ISBN: 978-3-12-514980-9**

#### **D422005**

Sílvia Coromina Borrassó  
Do, 03.11.2016, 18:00 – 20:15 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_07  
85,50 €



## A1 | Fortsetzungskurse

- **Spanisch A1.2 (VORMITTAGS)**

Fortsetzung

**Lehrbuch: Con gusto A1, ab Lkt. 6**  
**ISBN: 978-3-12-514980-9**

### D422007

Maia Sara George Luna  
 Mo, 19.09.2016, 09:00 – 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
 VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
 85,50 €

- **Spanisch A1.2**

**Lehrbuch: Con gusto A1, ab Lkt. 6**  
**ISBN: 978-3-12-514980-9**

### D422008

Maia Sara George Luna  
 Mo, 19.09.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 15 Abende  
 Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
 Paradiesstraße 5, R. 00\_07  
 85,50 €

- **Spanisch A1.2**

Fortsetzungskurs. Neue Teilnehmer mit Vorkenntnissen (sich vorstellen, Zahlen, Uhrzeit, Datum, Monate, Ortsbeschreibung, Lebensmittel kaufen, Restaurantbesuch) sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch: Caminos neu A1 (Lehr- und Arbeitsbuch), ab Lkt. 3**  
**ISBN: 978-3-12-514954 -0**

### D422009

Sofía Boscá Cortés  
 Do, 01.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende  
 Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
 Paradiesstraße 5, R. 00\_04  
 85,50 €

- **Spanisch A1+**

Für lerngewohnte Teilnehmer, die bereits zwei Semester Spanisch gelernt haben und weiterlernen möchten.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

### D422011

Silvia Coromina Borrassó  
 Di, 25.10.2016, 18:00 – 19:30 Uhr, 12 Abende  
 Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
 Paradiesstraße 5, R. 01\_04  
 69,30 €

- **Spanisch A1.3**

Wir wiederholen unsere bereits erlernten Kenntnisse und werden das Lehrbuch „Con Gusto“ beenden. Neue Teilnehmer, welche bereits Vorkenntnisse im Spanischen haben, sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch: Con gusto A1, ab Lkt. 10**  
**ISBN: 978-3-12-514980-9**

### D422013

Isabel Rus Moreno  
 Mo, 12.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende  
 Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
 Paradiesstraße 5, R. 00\_02  
 85,50 €

**Bitte rechtzeitig anmelden!**

Sie vermeiden dadurch, dass wir aufgrund zu geringer Teilnehmerzahlen einen Kurs eventuell vorzeitig absagen müssen.



- **Spanisch A1.3 (NACHMITTAGSKURS)**

**Lehrbuch:** Caminos neu A1 (Lehr- und Arbeitsbuch), ab Lkt. 5  
**ISBN: 978-3-12-514954 -0**

**D422019**

Sonja Quesada  
Di, 04.10.2016, 14:00 – 15:30 Uhr, 15 Nachmittage  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 1  
85,50 €

- **Spanisch A1.4**

**Lehrbuch:** Con gusto A1, ab Lkt. 9  
**ISBN: 978-3-12-514980-9**

**D422021**

Cristina Maria Gayoso Tomé  
Do, 22.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_07  
85,50 €



Foto: I. Rus Moreno

## A2 | Neue Kurse und Fortsetzungskurse

- **Spanisch A2 (VORMITTAGSKURS)**

**Lehrbuch:** Con gusto A2, Lektion wird im Kurs bekannt gegeben  
**ISBN: 978-3-12-514990-8**

**D422023**

Anngret Lieb  
Di, 13.09.2016, 09:00 – 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
85,50 €

- **Spanisch A2**

**Lehrbuch:** Con gusto A2, ab Lkt. 9  
**ISBN: 978-3-12-514990-8**

**D422022**

Maia Sara George Luna  
Mo, 19.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_07  
85,50 €

- **Spanisch A2 – KOMPAKTKURS**

**Lehrbuch:** Con gusto A2, ab Lkt. 2  
**ISBN: 978-3-12-514990-8**

**D422025**

Maia Sara George Luna  
Do, 22.09.2016, 17:30 – 19:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_07  
85,50 €



## ● Spanisch Konversation A2–B1

Conoces la gramática Española, pero aun no sabes cómo aplicarla. En este curso, aparte de aprender vocabulario de uso diario, aprenderemos a dar nuestra opinión acerca de algún tema, a desenvolvernos y a ganar fluidez en nuestras conversaciones. Vamos quieres platicar un poco más acerca de las diferencias culturales, dialecto, cultura, sus platos típicos. ¡Te espero!

Bei mehr als acht Teilnehmern kann der Kleingruppenpreis aufgehoben werden.

**Lehrmaterial wird von der Kursleiterin gestellt.**

### **D422027 – KLEINGRUPPE**

Mónica Alexandra Celis González

Mi, 21.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01\_04

86,00 €

## **B1/B2 | Neue Kurse und Fortsetzungskurse**

### ● **Spanisch B1**

Lernen, das Spaß macht, spielerisch und sinnvoll. Unser Augenmerk gilt der Sprachfertigkeit!

**Lehrbuch: Caminos neu B1 (Lehr- und Arbeitsbuch), ab Lkt. 3**

**ISBN: 978-3-12-514958-8**

### **D422032**

Sonja Quesada

Di, 04.10.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, SR 2

85,50 €



## **Professionalisierung in der Erwachsenenbildung**

### **Weiterbildungstag für Kursleitende**

am 10. September 2016

an der Volkshochschule Unstrut-Hainich-Kreis,

Meißnergasse 1b, 99974 Mühlhausen

## **Ankündigung**

Sehr geehrte Kursleiterin, sehr geehrter Kursleiter,

wir laden Sie recht herzlich zum Weiterbildungstag für Kursleitende am 10.09.2016 ein.

Es erwartet Sie ein inhaltlich vielfältiges Angebot zur Weiterbildung und die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch mit anderen Kursleiterinnen und Kursleitern. Dazu präsentieren sich verschiedene Aussteller mit themenbezogenen Ständen.

Das Programm ist ab Juni 2016 bei Ihrer Volkshochschule und online verfügbar.

Inhaltliche Anregungen und Themenwünsche können Sie an [landesverband@vhs-th.de](mailto:landesverband@vhs-th.de) richten. Informationen finden Sie unter [www.vhs-th.de](http://www.vhs-th.de).

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!



## ● Spanisch B1

Wir lernen, wiederholen und spielen zusammen. Ein Besuch in einem spanischen Theaterstück, ein spanischer Film oder ein gemeinsamer spanischer Kochtag sind nicht ausgeschlossen!

**Lehrbuch: Caminos neu B1 (Lehr- und Arbeitsbuch), ab Lkt. 2**  
ISBN: 978-3-12-514958-8

### D422033

Sonja Quesada  
Mi, 05.10.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 1  
85,50 €

---

## ● Spanisch B1

Lernen, das Spaß macht, spielerisch und sinnvoll. Unser Augenmerk gilt der Sprachfertigkeit!

**Lehrbuch: Caminos neu B1 (Lehr- und Arbeitsbuch), ab Lkt. 3**  
ISBN: 3-12-514958-8

### D422044 – KLEINGRUPPE

Sonja Quesada  
Do, 22.09.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 1  
124,50 €

---

## ● Spanisch B1 (VORMITTAGSKURS)

Konversation steht bei uns im Mittelpunkt – wir freuen uns auf neue Teilnehmer!

**Lehrmaterial wird von der Kursleiterin gestellt.**

### D422045 – KLEINGRUPPE

Anngret Lieb  
Fr, 02.09.2016, 09:00 – 10:30 Uhr, 10 Vormittage  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum  
87,00 €

---

## ● Spanisch B1 – Auffrischkurs

Auffrischkurs mit langsamerem Tempo. Wir lernen, wiederholen und spielen zusammen. Ein Besuch in einem spanischen Theaterstück, ein spanischer Film oder ein gemeinsamer spanischer Kochtag sind nicht ausgeschlossen!

**Lehrbuch: Caminos neu B1 (Lehr- und Arbeitsbuch), ab Lkt. 7**  
ISBN: 3-12-514958-8

### D422046

Sonja Quesada  
Mo, 26.09.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 1  
85,50 €

---

## ● Spanisch B1

Lernen, das Spaß macht, spielerisch und sinnvoll. Unser Augenmerk gilt der Sprachfertigkeit.

**Lehrbuch: Caminos neu B1 (Lehr- und Arbeitsbuch), ab Lkt. 3**  
ISBN: 3-12-514958-8

### D422047

Sonja Quesada  
Fr, 07.10.2016, 17:00 – 18:30 Uhr, 15 Abende  
VHS, Paradiesstr. 6, SR 1  
85,50 €

---

**Kurs wechseln. Nicht abbrechen.** Sollten Sie trotz Sprachberatung das Gefühl haben, im „falschen“ Kurs zu sitzen, wenden Sie sich an die Fachbereichsleitung, um in einen anderen Kurs zu wechseln.



## C1 | Neue Kurse und Fortsetzungskurse

### ● Spanisch C1

Lernen, das Spaß macht, spielerisch und sinnvoll.  
Unser Augenmerk gilt der Sprachfertigkeit!

**Lehrbuch: Aula 4, ab Lkt. 3**

**ISBN-13: 978-3125155633**

**D422060**

Sonja Quesada

Di, 04.10.2016, 18:45 – 20:15 Uhr, 15 Abende

VHS, Paradiesstr. 6, SR 2

85,50 €

## E-Tandems: Deutsch-Spanisch und Deutsch-Chinesisch (Projekt L3-TASK)

Sie lernen spanisch oder chinesisch? Sie möchte Ihre Sprachkenntnisse gern vertiefen? In diesem Projekt können Sie mit einem spanisch- bzw. chinesischsprachigen Lernpartner in einem Online-Tandem gemeinsam üben. Sie lernen dabei die Sprache Ihres Lernpartners und er/sie lernt von Ihnen.

- Onlinetandems als Ergänzung zum Sprachunterricht
- Verbesserung der mündlichen Sprachkompetenz, interkulturelles Lernen, Austausch auf fachlicher Ebene möglich
- Häufigkeit und Dauer der Tandem-Sitzungen werden von Ihnen bestimmt
- für Lernende ab Sprachniveau A2/B1
- kostenfreies Angebot und kostenlose Bereitstellung von Übungsmaterialien

Interesse? Bitte kontaktieren Sie:

Friedrich-Schiller-Universität Jena, Institut für Auslandsgermanistik/DaF/DaZ

Frau Manja Gerlach, M.A. | Tel. +49 (0) 3641- 944351 | [L3task@uni-jena.de](mailto:L3task@uni-jena.de)

<http://www.l3task.eu/de>



Arbeitsstelle für Lehrverkforschung  
und Materialentwicklung FSU Jena





## Konversationskurse

### ● **Konversation – Fokus: Latinoamérica y negocios Internacionales B1-C1**



En este curso, vamos a tratar temas actuales (Noticias) de Latinoamérica. Aprenderemos vocabulario de Negocios Internacionales a dar nuestro punto de vista y escuchar la opinión de los demás participantes. Los participantes deberán tener mínimo nivel B1-C1. Anímate te invito a que pongas en práctica tu gramática con la conversación, en nuestro curso de Español tu conversación será lo más importante. ¡Te espero!

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D422049**

Mónica Alexandra Celis González  
Fr, 23.09.2016, 15:45 – 17:15 Uhr, 10 Abende  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
64,00 €

### ● **Spanisch Konversation B2–C1**

Conoces la gramática Española, pero aun no sabes cómo aplicarla. En este curso, aparte de aprender vocabulario de uso diario, aprenderemos a argumentar textos cortos a hacer debates en clase a dar nuestra opinión, a desenvolvernos y a ganar fluidez en nuestras conversaciones.

Vamos quieres conocer gente de Latinoamérica, platicar un poco más acerca de las diferencias culturales, dialecto, cultura, sus platos típicos. ¡Te espero!  
Bei mehr als acht Teilnehmern kann der Kleingruppenpreis aufgehoben werden.

**Lehrmaterial wird von der Kursleiterin gestellt.**

#### **D422050 – KLEINGRUPPE**

Mónica Alexandra Celis González  
Di, 20.09.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_13  
86,00 €

## Katalanisch

### ● **Katalanisch für Anfänger**



Dieser Kurs richtete sich an Studierende und lerngewohnte Teilnehmer, welche innerhalb eines Semesters grundlegende Katalanischkenntnisse erhalten möchten (z. B. für einen Studienaufenthalt oder ein Praktikum in Barcelona).

Katalanisch wird in Katalonien, Valencia, Andorra, auf den Balearen und in einem kleinen Teil Sardinien von etwa 8 Millionen Menschen als Muttersprache gesprochen. Wer also einen Aufenthalt im Nordosten Spaniens plant, kommt um diese Sprache nicht herum.

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmer ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen.

Bei mehr als acht Anmeldungen zu Kursbeginn kann die Kleingruppe aufgehoben werden und Ermäßigungen sind möglich.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**

#### **D422071 – KLEINGRUPPE**

Sílvia Coromina Borrassó  
Mi, 26.10.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5  
84,50 €

## Thailändisch

### ● **Thailändisch**



Für diejenigen, die das Fernweh packt und eine Reise ins schöne Thailand planen, ist dieser Thai-Anfängerkurs genau das Richtige. Dabei werden grundlegende Thaikenntnisse, Informationen und Tipps für die richtige Anwendung der Sprache in verschiedenen alltäglichen Reisesituationen vermittelt. Darüber hinaus werden Besonderheiten der thailändischen Kultur, landestypische Sitten sowie Bräuche näher gebracht. Nutzen Sie unser Minigruppenangebot für ein intensives und individuelles Lernen bereits ab drei Teilnehmern.

**Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.**



## D426025 – MINIGRUPPE

Issarapohn Prawasuk  
Do, 03.11.2016, 19:15 – 20:45 Uhr, 8 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_05  
118,00 €

## Tschechisch

### ● Tschechisch A1 – Anfänger

Fíle hábn angst fór der cechisn spráche, dá zý dýze zeltzáme sřift nicht kenen. Doch dýze angst ist unbegründet. Myt ajn vényk íbung lernen auch dojde dý cechise ortografí.

Empfohlen für Anfänger und Prag-Liebhaber.

**Lehrbuch:** Tschechisch Schritt für Schritt,  
ab Lkt. 1  
**ISBN: 978-80-86903-35-4**

### D423000 – KLEINGRUPPE

Dr. Martina Tomancová  
Di, 25.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_13  
84,50 €

### ● Tschechisch A1.2

**Lehrbuch:** Tschechisch Schritt für Schritt, Lektion wird im Kurs bekannt gegeben  
**ISBN: 978-80-86903-35-4**

### D423005 – KLEINGRUPPE

Dr. Martina Tomancová  
Mo, 26.09.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_13  
84,50 €

### ● Tschechisch A1-A2

**Lehrbuch:** Tschechisch Schritt für Schritt,  
ab Lkt. 20  
**Lehrbuch:** ISBN: 978-80-86903-35-4

### D423020

Dr. Martina Tomancová  
Mo, 26.09.2016, 19:10 – 20:40 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_13  
85,50 €



Seit 1. Januar 2016 haben Beschäftigte in Thüringen Anspruch darauf, sich zur Weiterbildung von ihrem Arbeitgeber an bis zu fünf Tagen pro Jahr bezahlt freustellen zu lassen. Die Bildungsfreistellung kann genutzt werden für vom Thüringer Ministerium für Bildung, Jugend und Sport anerkannten Bildungsveranstaltungen der

- gesellschaftspolitischen,
- arbeitsweltbezogenen oder
- ehrenamtsbezogenen Bildung.

Anträge müssen spätestens 8 Wochen vor der geplanten Maßnahme schriftlich beim Arbeitgeber eingereicht werden.

Weiterführende Informationen finden Sie auf der Webseite des Thüringer Ministeriums für Bildung, Jugend und Sport: [www.thueringen.de/th2/tmbjs/bildung/bildungsfreistellung/](http://www.thueringen.de/th2/tmbjs/bildung/bildungsfreistellung/)  
Fragen Sie bei Ihrer Volkshochschule nach passenden Angeboten!

**Für Weiterbildung  
frei gestellt  
Bildungsfreistellung**



## Ungarisch

### ● Ungarisch A1 – Anfänger



Anfängerkurs – für Teilnehmer mit keinen oder ganz geringen Vorkenntnissen.

Der Kurs bietet einen Einstieg in die ungarische Sprache bis hin zu alltäglichen Ausdrücken und ganz einfachen Sätzen und gibt einen Einblick in die Landeskunde Ungarns.

**Lehrbuch: Szóbeszéd A1, ab Lkt. 1**  
**ISBN: 978-3-12-528570-5**

### **D425010 – KLEINGRUPPE**

Dr. Helmut Stauche

Mo, 24.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 10 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 00\_04

84,50 €

### ● Ungarisch A1.3

Teilnehmer, welche bereits über Vorkenntnisse verfügen, sind herzlich willkommen.

**Lehrbuch: Szóbeszéd A1, ab Lkt. 5**  
**ISBN: 978-3-12-528570-5**

### **D425012 – KLEINGRUPPE**

Dr. Helmut Stauche

Mo, 19.09.2016, 19:00 – 20:30 Uhr, 10 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 00\_04

84,50 €

## Vietnamesisch

### ● Vietnamesisch für Anfänger



Hoan Nghên! Sie planen eine Reise in das geheimnisvolle Land Vietnam oder lieben sprachliche Herausforderungen? Mit ca. 70 Millionen Sprechern in Nord- und Süd-Vietnam, Kambodscha und Laos lernen Sie eine interessante Sprache kennen, welche lateinische Buchstaben verwendet.

Nutzen Sie unser Minigruppenangebot für ein intensives und individuelles Lernen bereits ab drei Teilnehmern.

**Lehrmaterial wird von der Kursleiterin gestellt.**

### **D426040 – MINIGRUPPE**

Trang Dai Le

Do, 27.10.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 8 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5

118,00 €

**vhs**

Volkshochschule Jena  
JenaKultur

# schnupperkurse 6.-8. september 2016



**kosten-  
frei**

**pc, handy & co.**  
kompetent digital unterwegs

**kunst.fertig.**  
mit pinsel, stift & pc

**ich, du & wir alle**  
kreativität, körpersprache, kommunikation

**sprache, land & leute**  
kleine sprachreise

**gesundheit**  
entspannt genießen

ab 17:00 uhr | änderungen vorbehalten

**details unter: [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)**



**blick in die stadtgeschichte am 11. september 2016**  
einführungsvortrag zum tag des offenen denkmals



**vhs**  
Landesverband  
Thüringen



Die Volkshochschule sucht Sie auf Honorarbasis als engagierte Kursleiterin und engagierten Kursleiter mit dem gewissen Etwas – Ihrer Lebenserfahrung!

Geben Sie Ihr umfangreiches Wissen an interessierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer weiter! Wir unterstützen Sie, Ihre Ideen in einem Kurs umzusetzen.

Melden Sie sich bei Ihrer Volkshochschule!

Weitere Informationen unter [www.vhs-th.de](http://www.vhs-th.de) oder bei einer Volkshochschule in Ihrer Nähe:

Volkshochschule Jena  
Grietgasse 17a  
07743 Jena  
Tel. 03641 49-8200  
[volkshochschule@jena.de](mailto:volkshochschule@jena.de)

Volkshochschulen sind inklusive Einrichtungen, die jedem Menschen das Lehren und Lernen ermöglichen!



# Fachbereich Beruf

## Inhalt

Offene Angebote .....	127
Angebote am Vormittag und Nachmittag ...	128
Grundlagen/Betriebssysteme .....	130
Office-Anwendungen .....	131
Foto/Medien/Design .....	137
Webseitenerstellung/ Programmierung/Konstruktion .....	139
Büroorganisation/-management .....	142
Xpert Business Lernnetz .....	144
Weiterführende Kurse	
Rechnungswesen/Betriebswirtschaft.....	148
Touristische Angebote .....	149
Schlüsselkompetenzen/ Team- und Methodenkompetenz .....	149
Angebote am Beutenberg.....	151

Stellv. Leiter  
Fachbereichsleiter  
**Christian Ziege**  
Tel. 49-8213  
christian.ziege@jena.de



Sachbearbeiterin  
**Sybille Zeise**  
Tel. 49-8200  
sybille.zeise@jena.de



## Kleingruppenregelung

Sehr geehrte Teilnehmerinnen und Teilnehmer,  
sollte Ihr Kurs nicht die geforderte Mindestteilnehmerzahl erreicht haben, die Einrichtung einer Kleingruppe aber sinnvoll und möglich sein, so werden Sie darüber informiert. Sie können dann entscheiden, ob Sie dieses Angebot annehmen oder nicht. Später eingehende Anmeldungen haben auf die Kleingruppenregelung keinen Einfluss mehr.



### Teilnahmebescheinigungen sind gut, Zertifikate sind besser!

Lassen Sie sich Ihre Leistungen durch bundesweite bzw. europäische Zertifikate bestätigen. In zahlreichen Kursen und Seminaren bietet die Volkshochschule die Möglichkeit, einzelne Themen durch Prüfungen zu zertifizieren. Ebenso können Sie gesamte Weiterbildungssysteme durchlaufen und einen Qualifizierungsabschluss wie z. B. Finanzbuchhalter, Lohnbuchhalter oder einen Computerführerschein erlangen. Die Prüfungen sind z.T. auch online möglich.

Wenn Sie Interesse haben, wenden Sie sich an uns. Ansprechpartner für die berufliche Bildung ist: Christian Ziege, Tel.: 03641 49-8213 oder E-Mail: christian.ziege@jena.de

### Literatur

Bei einigen Kursen im Bereich EDV, bei kaufmännischen Kursangeboten sowie bei Angeboten zur Büropraxis setzt die VHS Jena auf die Verlagspartner Herdt und EduMedia. Die Lehrmaterialien sind im Kursentgelt bereits enthalten.



### Inhouse-Schulungen

Sie haben Interesse für Ihr Unternehmen, Ihre Institution oder Ihren Verein eine Schulung zu organisieren? Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, diese Veranstaltung auch bei Ihnen vor Ort zu organisieren. Neben Vorträgen und Schulungen zu den unterschiedlichsten Themen können Sie auch PC-Schulungen buchen. Mit unserer mobilen Technik (Laptops, Beamer, Drucker, usw.) kommen wir direkt zu Ihnen mit aktuellen Softwareprodukten wie Microsoft Office 2013/16, Ad-

obe Photoshop etc., um Ihre Schulung einfach und komfortabel für Sie zu gestalten. Gerne können diese Schulungen auch in Englisch erfolgen. Sprechen Sie uns einfach an!

### Berufliche Bildung „goes to web“

Zahlreiche Kurse und Detailinformationen finden Sie auch auf unserer Homepage unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de). Die im Programmheft dargestellten Informationen bilden also nur einen Auszug des gesamten Angebotes ab. Auf der Homepage können Sie ganz unproblematisch nach Ihrem Wunschkurs suchen und sich anmelden.

### App

Möchten Sie die aktuellen Angebote gern auf dem Tablet oder Smartphone anschauen? Dann laden Sie sich die VHS-App herunter und stöbern einfach dort. Hier finden Sie eine Umkreissuche für Volkshochschulen in Ihrer Stadt oder Region. Außerdem können Sie mit der App Ihre Fremdsprachenkenntnisse durch den telc Language Test verbessern und überprüfen. Weitere Infos auf [www.volkshochschule.de](http://www.volkshochschule.de)



## Offene Angebote

### PC-Café – Zuhören, mitreden, genießen!

Haben Sie noch weitere Fragen rund um den PC oder möchten Sie sich einfach nur mit anderen PC-Interessierten austauschen, dann kommen Sie in unser PC-Café.

Neben den Möglichkeiten Fragen rund um den PC oder Laptop zu stellen, möchten wir hier die Gelegenheit nutzen, Ihnen immer wieder Neues aus der Welt der Computer sowie Alternativen zu gängigen Programmen vorzustellen und mit Ihnen gemeinsam auch neue Themen für das VHS Angebot entwickeln. Wir freuen uns auf Ihren Besuch im „VHS PC-Café“. Gern können Sie tragbare Geräte mitbringen.



SENIOREN

Immer **mittwochs zwischen 13:00 und 15:00 Uhr** im VHS-Gebäude, Volksbad, Multimediaraum. Das Entgelt in Höhe von **4,00 €** versteht sich pro Veranstaltungstag.

Beginn im Herbstsemester ist am **21. September 2016**

### Mobile – Welt – Café: Mit Android-Geräten unterwegs!

Sie nutzen Ihr Smartphone oder Tablet intensiv, doch schleichen sich immer wieder kleine Probleme ein, wo Sie nicht weiter wissen. Speziell hierfür bieten wir seit dem Frühjahr 2016 eine offene Lernplattform an, wo Sie Ihre Fragen loswerden und gleichzeitig sich mit anderen Personen austauschen können. Alle drei Wochen **donnerstags zwischen 13:00 und 14:30 Uhr** laden wir Sie in den Multimedia-Raum im Volksbad ein. Das Entgelt in Höhe von **4,00 €** versteht sich pro Veranstaltungstag.

Die mobilen Endgeräte sind bitte mitzubringen.



SENIOREN

**Termine: 29.09.16, 27.10.16, 17.11.16, 08.12.16, 05.01.16, 02.02.2017**

Beginn im Herbstsemester ist am **29. September 2016**



### Angebote am Vormittag und Nachmittag

#### ● Erste Schritte mit dem PC, Laptop oder Windows Tablet

- Orientierung auf dem PC
- Start mit dem PC - Fenstertechnik, Maus, Tastatur
- Orientierung im Word
- Ein Brief mit Word verfassen
- Ansichtsmanagement, Ordner erstellen
- Dateien kopieren/verschieben
- Erste Schritte im Internet

#### **D50002 – KLEINGRUPPE**

Frank Rutkowski

Di / Do, 27.09.2016 – 20.10.2016,

09:00 – 11:15 Uhr, 8 Vormittage

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

98,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7

#### ● Erste Schritte mit dem PC, Laptop oder Windows Tablet

Erläuterungen siehe D50002

#### **D50003 – KLEINGRUPPE**

Frank Rutkowski

Mi / Mo, 02.11.2016 – 28.11.2016,

09:00 – 11:15 Uhr, 8 Vormittage

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

98,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7

#### ● Basiskurs: Erste Schritte mit dem PC, Laptop oder Windows Tablet

Erläuterungen siehe D50002

#### **D50004 – KLEINGRUPPE**

Frank Rutkowski

Di / Do, 10.01.2017 – 02.02.2017,

13:00 – 15:15 Uhr, 8 Nachmittage

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
98,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7

#### ● Fotos einfach und schnell bearbeiten

- Übertragen von Kamera, Datenträgern
- Verwaltung im Ordner – Anzeigooptionen und Formate
- Drucken aus dem Explorer
- Anzeigooptionen: Diashows, Bildschirmschoner, Desktop-Hintergrund
- einfache automatische Bearbeitungsschritte mit kostenfreier Software (z.B. Picasa)
- eine Diashow schnell und einfach zusammen stellen
- eine Diashow auf DVD brennen

#### **D50005 – KLEINGRUPPE**

Carola Lück

Di / Do, 01.11.2016 – 10.11.2016,

13:00 – 15:15 Uhr, 4 Nachmittage

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

59,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7

#### ● Fotobücher und Co – Erinnerungen festhalten

Ein Fotobuch vom Urlaub oder der Familienfeier ist die ideale Form, um unvergessliche Eindrücke wirkungsvoll und ansprechend zu präsentieren – ob als Geschenk oder zur persönlichen Erinnerung. Mit einer erprobten kostenlosen Software für fast alle Windows-PC's oder Apple wird die Verarbeitung der digitalen Fotos vorgenommen. Gemeinsam wird Schritt für Schritt ein Fotobuch angelegt. Dabei werden auch einfache Möglichkeiten der Bildbearbeitung und -verbesserung behandelt, und es wird gezeigt, wie Bilder arrangiert und mit Texten versehen werden können. Wer einen eigenen Laptop und eigene Bilder mitbringt, kann gleich mit der Gestaltung seines persönlichen Fotobuches beginnen.



### D50006 – KLEINGRUPPE

Frank Rutkowski

Di / Do, 01.11.2016 – 10.11.2016,

09:00 – 12:00 Uhr, 4 Vormittage

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

77,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7

---

#### ● Sicherheit rund ums Internet

- Wie kommen Viren auf den PC/Laptop?
- Tipps zur PC-Sicherheit
- Sicherheitsproblem Internetzugang und E-Mail
- Browserwahl
- verschiedene Browsereinstellungen anpassen
- BrowserPlugins und spezielles Zubehör
- Passworteinstellungen und der Umgang mit Passwörtern

### D50007 – KLEINGRUPPE

Frank Rutkowski

Di / Do, 06.12.2016 – 08.02.2016,

13:00 – 15:15 Uhr, 2 Nachmittage

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

32,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7

---

#### ● Mit dem Android-Tablet unterwegs

- Allgemeine Einstellungen und Internetnutzung
- der App Store
- Kommunikation und Office
- Fotografie
- Unterwegs und Sicherheit

**Das eigene Tablet ist mitzubringen!**

### D50008 – KLEINGRUPPE

Benjamin Horn

Di / Do, 08.11.2016 – 17.11.2016,

09:30 – 11:45 Uhr, 4 Vormittage

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

59,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7

---

#### ● Mit dem Android-Smartphone unterwegs

- Allgemeine Einstellungen und Kommunikation
- Dokumente und Medien
- Unterwegs mit dem Smartphone
- Organisation mit dem Smartphone
- Internetnutzung
- Sicherheit

**Das eigene Smartphone ist mitzubringen!**

### D50009 – KLEINGRUPPE

Benjamin Horn

Di / Do, 10.01.2017 – 19.01.2017,

09:30 – 11:45 Uhr, 4 Vormittage

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

59,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7

---

#### ● Alles Cloud oder was – Virtuelle Speicher nutzen

Das selbsternannte Wunderwerk aus der Welt der IT hält Einzug in den privaten Haushalt. Das Skypen mit Verwandten, Freunden und Familienmitgliedern über den gesamten Globus hat sich seit Jahren zum Standard etabliert. Doch wie können die Fotos aus den USA ohne Probleme nach Deutschland geschickt werden? Eine E-Mail streikt bereits nach wenigen Bildern und ein Versand per Post ist langwierig und teuer. Die Abhilfe: ein Cloudservice. In diesem Kurs sollen den Teilnehmern die Nutzung, Vorzüge und damit einhergehenden Risiken der Cloud aufgezeigt und präsentiert sowie Fragen zum Datenschutz beantwortet werden.

### D50010 – KLEINGRUPPE

Benjamin Horn

Mo / Mi, 05.12. – 14.12.2016, 09:30 – 11:45 Uhr,

4 Vormittage

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

59,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7

---



## Grundlagen / Betriebssysteme

Teilnehmerzahl: 5–7

### ● Einführung in die Arbeit am PC – Grundlagen, Texte und Internet

- Grundlagen der Informatik, Hardware-Software-komponenten
- Aufgaben und Funktion des Betriebssystems WINDOWS
- Nutzung diverser Programme aus dem „Zubehör“ von WINDOWS
- individuelle Rechneinstellung in der Systemsteuerung
- Datenverwaltung mit WINDOWS
- einfache Texte erfassen, bearbeiten und speichern
- das Internet zum Informieren, Mitmachen und Kommunizieren (E-Mail)

### D50100 – KLEINGRUPPE

N.N.

Mo / Mi, 24.10.2016 – 16.11.2016,  
18:00 – 21:00 Uhr, 7 Abende  
VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
129,10 €

Teilnehmerzahl: 5–7

### ● Erste Schritte mit dem Mac/Mac-Book

- erste Schritte mit dem Mac
- ausgewählte Systemeinstellungen
- Ordnung im Mac – wo befindet sich was?
- Texte schreiben mit TextEdit
- Datenträger und Festplatten
- mit dem Mac ins Internet
- Kontakte, Termine und E-Mail
- Bilder aufnehmen, betrachten und bearbeiten
- Musik und Filme mit iTunes

**Das eigene Mac-Book ist mitzubringen!**

### D50102 – KLEINGRUPPE

Bastian Klein

Di / Do, 22.11.2016 – 01.12.2016,  
17:00 – 20:00 Uhr, 4 Abende  
VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
91,30 €

### ● Windows 10 – Auffrischung

- neue Oberfläche
- Apps, Store-Integration
- Menüband im Explorer
- Datei-, Ordner- und Systemverwaltung
- Bedienung von Windows 10 mit einem Touchscreen

### D50104 – VHeSpresso

Carola Lück

Mi, 16.11.2016, 18:00 – 21:00 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
44,00 €

Teilnehmerzahl: 2–3

### ● Das Linux-Betriebssystem „Ubuntu“

Das kostenfreie und leicht zu bedienende Betriebssystem „Ubuntu“ steht mit seinen vielfältigen Möglichkeiten mit Mittelpunkt dieses Kurses. Er richtet sich an Personen, die eine Alternative zu den gängigen Systemen suchen und dabei auf schlanke Strukturen und leichte Bedienbarkeit setzen.

- Einführung
- Was ist Linux? Was ist Ubuntu? Installation
- Kennenlernen und Verstehen der Benutzeroberfläche
- Einrichtung der Standardprogramme
- Arbeiten mit Ubuntu
- Installation von Programmen unter Ubuntu
- Datei und Systemverwaltung
- Hardware-Unterstützung

### D50105 – MINIGRUPPE

N.N.

Sa, 10.12.2016, 09:00 – 15:00 Uhr  
So, 11.12.2016, 09:00 – 15:00 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
155,50 €

Teilnehmerzahl: 3–5



## Office-Anwendungen

### ● Word – Grundlagen

- Texterfassung, -bearbeitung und -korrektur
- Textgestaltung ein und mehrspaltig mit individuellen Zeilen-, Seiten- und Spaltenwechseln
- Aufzählungen und Nummerierungen, Grafiken im Text
- Kopf- und Fußzeile, Drucken

### D50110 – KLEINGRUPPE

Angelika Riedl

Mo / Mi, 21.11.2016 – 05.12.2016,

18:00 – 21:00 Uhr, 5 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

96,90 €

Teilnehmerzahl: 5–7

### ● Word-Auffrischung 2013/2016 Grundkenntnisse

Sie haben bereits einen Grundkurs besucht, finden sich aber in der neuen Version nicht zurecht oder haben einiges vergessen? Hier können Sie Ihr Wissen wieder auffrischen!

Mindestteilnehmerzahl: 2

### D50111 – VHeSpresso

Carola Lück

Do, 17.11.2016, 18:00 – 21:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

44,00 €

Teilnehmerzahl: 2–3

### ● Flyer, Aushänge und Einladungen

Um die wertvolle Zeit mit Kindern nicht mit aufwendigem Schreiben von Einladungen, Basteln von Flyern oder Aushängen zu vertun, bieten wir in diesem Kurs die Möglichkeit, mit wenigen Zutaten wiederverwendbare Vorlagen zu erschaffen. Wir bitten Sie, ausgerüstet mit geringen PC-Grundkenntnissen und einem USB Stick, zu uns zu kommen. Die Dozentin bringt Ihnen Vorlagen mit, die Sie mit wenigen Klicks in MS Programm Word befüllen können. Natürlich

können Sie auf dem Stick gespeicherte Bilder und Logos gern mitbringen und diese dann schon verwenden.

### D50112

Carola Lück

Mo, 07.11.2016, 14:00 – 16:30 Uhr, 3 Nachmittage

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

39,00 €

### ● Word – Große Dokumente

- Formatvorlagen nutzen und anpassen
- Ansicht und Navigation
- Gliederungen
- Fuß- und Endnoten
- Bedeutung von Abschnitten
- unterschiedliche Kopf- und Fußzeilen einrichten, Anhänge gestalten
- Beschriftungen, Index und Verzeichnisse
- Querverweise
- Zitate und Literaturverzeichnis
- Zusammenführen mehrerer Dokumente

### D50113 – VHeSpresso

Benjamin Horn

Sa, 05.11.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

98,50 €

Teilnehmerzahl: 2–3

### ● Word – Automatisierung in Word

- Texte überarbeiten und Änderungen verfolgen
- Formatvorlagen nutzen und individualisieren
- Autotexte und Schnellbausteine
- Dokumentvorlagen
- Serienbriefe und -mails mit und ohne Assistent
- Serienbriefe individualisieren (bedingte Textpassagen)
- Etiketten
- Ausgabe filtern und sortieren
- Formular-Entwurfsmodus
- Formularstueerelemente (Eingabefelder, Kontrollkästchen, Drop-Down-Listen)
- Anordnung und Ausrichtung der Stueerelemente



- Eingabe in Formulare
- Formular- / Datenschutz

### **D50114 – VHeSpresso**

Benjamin Horn

Fr, 13.01.2017, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa, 14.01.2017, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

124,00 €

Teilnehmerzahl: 2–3

#### ● **Excel – Grundlagen**

- Datenerfassung, Berechnungsformeln, Formatierungen
- Drucken mit Kopf- und Fußzeilen, automatische Summe, schnelle Tabellen erstellen
- einfaches Filtern und Sortieren, Diagramme erzeugen
- Kopieren und Verschieben von Daten, Formeln und Formaten
- Zellbezüge und Autofunktionen nutzen
- Tabellenblätter kopieren, verschieben, bearbeiten
- Arbeiten mit Mappen, Handhabung von Verknüpfungen

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### **D50120**

Carola Lück

Di / Do, 20.09.2016 – 06.10.2016,

18:00 – 21:00 Uhr, 6 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

93,90 €

#### ● **Excel – Grundlagen**

Erläuterungen siehe D50120

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### **D50121**

Carola Lück

Di / Do, 22.11.2016 – 08.12.2016,

18:00 – 21:00 Uhr, 6 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

93,90 €

#### ● **Excel – Grundlagen**

Erläuterungen siehe D50120

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### **D50122**

Carola Lück

Di / Do, 17.01.2017 – 02.02.2017,

18:00 – 21:00 Uhr, 6 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

93,90 €

#### ● **Excel – Tipps & Tricks**

- Tastenkombinationen und Kniffe, die das Excel-Leben erleichtern
- Benutzerdefinierte Zahlenformate und Vorlagen erzeugen und nutzen
- Eingabefehler vermeiden durch Regeln und einfache Auswahllisten
- Schutz und Freigeben von Excel-Daten
- Tabellen gekonnt in Word oder PowerPoint einbinden
- Bedingtes Format
- Externe Daten (einschließlich Internet) verknüpfen bzw. importieren und verwalten

Voraussetzung: Excel-Grundlagen

### **D50123 – VHeSpresso**

Carola Lück

Mo, 26.09.2016, 18:00 – 21:00 Uhr, 2 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

84,00 €

Teilnehmerzahl: 2–3

#### ● **Excel – Auswertungen leicht gemacht**

- Daten gezielt mit Excel auswerten durch Erstellung von Listenausügen mittels Spezialfilter oder die Anwendung von Datenbankfunktionen
- verschiedene Varianten, Daten mehrerer Tabellen oder Dateien zusammenzufassen/zu konsolidieren



- Pivottabellen – Interaktive Tabellen und Diagramme erstellen und bearbeiten
- Prognosen – Trendberechnungen und Szenarien
- gezielt Lösungen suchen mit Zielwertsuche und Solver

Voraussetzung: Excel-Grundlagen

### D50124 – MINIGRUPPE

Carola Lück

Mi / Mo, 07.12.2016 – 21.12.2016,

18:00 – 21:00 Uhr, 5 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

154,00 €

Teilnehmerzahl: 3–5

#### ● Excel – Formulare und Makros ohne Programmierung

- einfache Formulare durch gekonnte Formatierung und Nutzung von Gültigkeitsregeln und Eingabelisten erstellen
- professionelle Formulare durch Nutzung von Steuerelementen wie Kontrollkästchen und Drop-Down-Listen erstellen
- gezielte Steuerung von Zellinhalten in Formularen durch Auswertung der Benutzereingaben mit einfachen Excel-Hilfsmitteln
- einfache Makros schnell aufzeichnen und anpassen – für wiederkehrende Aufgaben oder zur Formularsteuerung
- verschiedene Möglichkeiten, Makros zu starten bzw. einzubinden

### D50125 – VHeSpesso

Carola Lück

Sa, 17.12.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

84,00 €

Teilnehmerzahl: 2–3

#### ● Funktionen – WENN und alles, was dazu gehört

- Funktionsassistent, Fehlersuche und Überwachung, Verkettung von Funktionen

- Häufig verwendete Funktionen (RANG, WENN, SVERWEIS)
- Verkettung von Bedingungen, Informationsfunktionen
- Einblick in weitere wichtige Funktionen

Voraussetzung: Excel-Grundlagen

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### D50126 – VHeSpesso

Carola Lück

Fr, 06.01.2017, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa, 07.01.2017, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

137,10 €

Teilnehmerzahl: 2–3

#### ● Einführung in die VBA-Makroprogrammierung für Excel

Makros und eigene Funktionen für Excel sind das Hauptthema:

Sie lernen die Syntax von VBA kennen und wie man dort mit Variablen umgeht.

Das Kennenlernen der grundlegenden Programmierstrukturen ermöglicht die Erstellung individueller Makros mit Benutzereingaben sowie individueller Ergebnisanzeige.

Sie lernen, wie man Zellen und Tabellenblätter anspricht.

Voraussetzung: Excel- Grundlagen, Excel-Funktionen

### D50128 – MINIGRUPPE

Carola Lück

Fr, 23.09.2016, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa, 24.09.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

114,80 €

Teilnehmerzahl: 3–5



- **Excel 2016 Auffrischung Grundkenntnisse**

Sie haben bereits einen Grundkurs besucht, finden sich aber in der neuen Version nicht zurecht oder haben einiges vergessen? Hier können Sie Ihr Wissen wieder auffrischen!

### **D50129 – VHeSpresso**

Carola Lück

Mi, 05.10.2016, 18:00 – 21:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

44,00 €

Teilnehmerzahl: 2–3

---

- **PowerPoint – Grundlagen**

- Präsentationen erstellen aus Vorlagen
- Nutzung der Gliederungsansicht
- Folienlayouts und Textformatierungen
- Grafiken, WordArt und SmartArt einsetzen
- Objekte formatieren, anordnen, ausrichten, gruppieren
- Tabellen und Diagramme
- Multimedia-Elemente und Individuelle Animationen
- es kommt Bewegung ins Spiel durch Animations-schemata und Folienübergänge
- Präsentationen vorführen – manuell und automatisch
- Kopf- und Fußzeilen bearbeiten
- Begleitmaterialien erstellen und drucken

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### **D50131 – MINIGRUPPE**

Benjamin Horn

Di, 08.11.2016, 18:00 – 21:00 Uhr, 3 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

107,10 €

Teilnehmerzahl: 3–5

---

- **PowerPoint 2016 Auffrischung Grundkenntnisse**

Sie haben bereits einen Grundkurs besucht, finden sich aber in der neuen Version nicht zurecht oder haben einiges vergessen? Hier können Sie Ihr Wissen wieder auffrischen!

### **D50132 – VHeSpresso**

Benjamin Horn

Mi, 04.01.2017, 18:00 – 21:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

44,00 €

Teilnehmerzahl: 2–3

---

- **Auffrischung für Word und Excel 2016**

- wichtige Neuerungen und Schnellumstieg
- Texte eingeben und individuell gestalten
- Listen, Aufzählungen und Tabellen
- Grafiken in Dokumenten
- Schnellbausteine und Vorlagen
- Verweise und Verzeichnisse
- Serienbrief
- Hilfesystem und Wordanpassung

Voraussetzung: Kenntnisse in einer älteren Office-Version.

### **D50133 – VHeSpresso**

Carola Lück

Sa, 28.01.2017, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

84,00 €

Teilnehmerzahl: 2–3

---



### ● **Leichter Einstieg in Word und PowerPoint (bilingualer Kurs)**

Sie benötigen grundlegende Kenntnisse in Windows, MS Word oder MS PowerPoint für den Alltag oder den Beruf? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Dabei lernen Sie Grundkenntnisse über die Standardfunktionen von Word und PowerPoint. Der Kurs kann bei Bedarf auch bilingual in Deutsch und Arabisch durchgeführt werden.

مكلم مع يف وأةي هويلا مكنتايح يف نوجاتحت  
ةجلا عم جم انرب لام عتسإل فيس اسأل افر اعلمإل  
عرخأ جم ارب وأ "دروو تفوسورك يام" صوصنلا  
لواجلا ءاشنإل "لسنكا تفوسورك يام" لثم  
ضورعلا ءاشنإل "تن يوب رواب" وةي نايبل  
امامت بي جتسي سردلا اذف نذا؟ ةي مي دقتلا  
نم طلالخ نم نونكمتت فوس ذإ ، مكبيل اطم  
جم اربلا هذ عم لماعتلا يف تارامم ددع باستكا  
دن سردلا نؤلي نأ نكمي كلفذ لإ تفاض لإ اب  
ةيناملال وةي برعلا ني تغللا اتل كب ةج احلا

#### **D50134**

Leila Feddoul

Di / Do, 25.10.2016 – 24.11.2016,  
15:30 – 17:00 Uhr, 10 Nachmittage  
VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
61,00 €

### ● **Effiziente Büroorganisation durch Nutzung von Outlook**

Lernen Sie, wie Sie Ihren Büroalltag, Ihre Arbeitszeit und die Unternehmenskommunikation effizienter unter Nutzung von Outlook gestalten können.

- Allgemeiner Aufbau, E-Mail-Konto und Datenteilen
- Kalender und Terminplanung und deren Ansichten
- E-Mail, Aufgaben und Kontakte
- Anzeige der Hilfen

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

#### **D50136 – VHeSpresso**

Carola Lück

Do / Di, 15.12.2016 – 22.12.2016,  
18:00 – 21:00 Uhr, 3 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
137,10 €

Teilnehmerzahl: 2–3

### ● **Datenbanken mit Access**

- mit Datenbanken arbeiten
- Erstellen von und Arbeiten mit Tabellen, Formularen, Abfragen und Berichten
- mit Filtern arbeiten, Beziehungen zwischen Tabellen
- Serienbriefe in Word erstellen, neue Datenbank erstellen
- Datenbankobjekte bearbeiten, Datenbanken verwalten

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

#### **D50140 – MINIGRUPPE**

Carola Lück

Mo, 17.10.2016, 18:00 – 21:00 Uhr  
Mi, 19.10.2016, 18:00 – 21:00 Uhr  
Fr, 21.10.2016, 18:00 – 21:00 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
110,70 €

Teilnehmerzahl: 3–5

### ● **Mit dem Android-Tablet unterwegs**

- Allgemeine Einstellungen und Internetnutzung
- Kommunikation und Office
- E-Books und Organisation
- Musik, Videos und Mediatheken
- Fotografie und Video
- Unterwegs und Sicherheit

**Das eigene Tablet ist mitzubringen!**

#### **D50150 – KLEINGRUPPE**

David Pauli

Di / Do, 20.09.2016 – 29.09.2016,  
18:00 – 20:15 Uhr, 4 Abende  
VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
59,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7



### ● **Mit dem Android-Smartphone unterwegs**

- Allgemeine Einstellungen und Kommunikation
- Dokumente und Medien
- Unterwegs mit dem Smartphone
- Organisation mit dem Smartphone
- Internetnutzung
- Sicherheit

**Das eigene Smartphone ist mitzubringen!**

#### **D50151 – KLEINGRUPPE**

David Pauli

Di / Do, 24.01.2017 – 02.02.2017,

18:00 – 20:15 Uhr, 4 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

59,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7

### ● **Mit dem iPad/iPhone unterwegs**

- Allgemeine Einstellungen und Internetnutzung
- Kommunikation und Office
- E-Books und Organisation
- Musik, Videos und Mediatheken
- Fotografie und Video
- Unterwegs und Sicherheit

**Das eigene iPad/iPhone ist mitzubringen!**

#### **D50153 – KLEINGRUPPE**

Bastian Klein

Di / Do, 25.10.2016 – 03.11.2016,

17:00 – 20:00 Uhr, 4 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

77,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7

### ● **Alles Cloud oder was – Virtuelle Speicher nutzen**

Das selbsternannte Wunderwerk aus der Welt der IT hält Einzug in den privaten Haushalt. Das Skypen mit Verwandten, Freunden und Familienmitgliedern über den gesamten Globus hat sich seit Jahren zum Standard etabliert. Doch wie können die Fotos aus

den USA ohne Probleme nach Deutschland geschickt werden? Eine E-Mail streikt bereits nach wenigen Bildern und ein Versand per Post ist langwierig und teuer. Die Abhilfe: ein Cloudservice. In diesem Kurs sollen den Teilnehmern die Nutzung, Vorzüge und damit einhergehenden Risiken der Cloud aufgezeigt und präsentiert sowie Fragen zum Datenschutz beantwortet werden.

#### **D50154 – KLEINGRUPPE**

Benjamin Horn

Mi / Mo, 07.12.2016 – 19.12.2016,

18:00 – 20:15 Uhr, 4 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

59,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7

### ● **Internetrecherche und Datensicherheit**

Dieses Seminar ist für Beschäftigte und Privatleute gedacht, die schnell und effizient verlässliche Daten im Internet recherchieren wollen. Das Seminar vermittelt folgende Inhalte:

- Suchstrategien, Bewerten der Quellen, Inhaltsprüfung
- Wer ist Autor, Quellenkritik

Das Seminar liefert darüber hinaus auch ein Bewusstsein für Risiken (Datensicherheit / Privatsphäre), die bei der Nutzung des Internets entstehen und gibt Tipps, wie Datensicherheit optimal gewährleistet wird. Ein Skript ist in der Gebühr enthalten.

**Angebot der VHS Weimar im Rahmen der Weiterbildung „Büromanagement (XB)“.**

#### **D50155 – KLEINGRUPPE**

Hartmut Meßner

Fr, 23.09.2016, 18:00 – 21:15 Uhr

Sa, 24.09.2016, 09:00 – 14:15 Uhr

VHS Weimar, Graben 6, Seminarraum

41,00 €

(Anmeldung über VHS Weimar, [www.vhs-weimar.de](http://www.vhs-weimar.de))



## Foto/Medien/Design

### ● Druckprodukte gestalten mit Adobe InDesign – Grundkurs

Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse im Umgang mit dem Programm und das nötige gestalterische und typografische Hintergrundwissen. Sie beginnen mit einseitigen Flyern und lernen die Stärken des Programms beim Satz mehrseitiger Druckprodukte kennen. Themen sind Text, Schrift, Bilder, Grafiken, Farbe, Typografie und Tabellen.

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### D50162 – MINIGRUPPE

Dirk Sawade

Sa, 05.11./19.11.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

So, 06.11./20.11.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

262,50 €

Teilnehmerzahl: 3–5

### ● Vektorgrafiken – Adobe Illustrator – Grundkurs

Illustrator ist eines der professionellsten Programme zur Erstellung komplexer vektorbasierter Grafiken und Bilder in höchster Qualität. Der Kurs gibt einen Überblick über die vielfältigen Möglichkeiten und die Arbeitsweise des Programms. Freie Vektorpfade, geometrische Objekte sowie deren Kombination, Farben, Verläufe, Textgestaltung, Effekte und Transformationen sind die Hauptarbeitsschwerpunkte des Kurses. Beginnend mit einfarbigen Logos üben Sie an immer komplexer und farbiger werdenden Aufgaben. Die Arbeitsergebnisse werden gedruckt, als universell lesbare PDF exportiert und für die Verwendung im Internet optimiert und gespeichert.

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### D50163 – MINIGRUPPE

Dirk Sawade

Sa, 07.01./21.01.2017, 09:00 – 15:00 Uhr

So, 08.01./22.01.2017, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

263,60 €

Teilnehmerzahl: 3–5

### ● Modelle und Animationen mit Blender

Computeranimationsfilme sind schon seit vielen Jahren populär. Wie aber entstehen verrückte Fantasiefiguren wie die Minions, liebenswerte Monster wie Shrek oder schräge Tiere aus der Eiszeit? Neben einer guten Idee muss man auch wissen, wie man diese am Computer umsetzt, und genau das wollen wir uns ansehen: von der Modellierung von Figuren und Objekten, über deren farbliche Gestaltung bis hin zur Animation von Bewegungsabläufen entwickeln wir Schritt für Schritt eine kleine Filmsequenz und erlernen dabei die Grundlagen der Computeranimation. Dazu nutzen wir das kostenfreie Programm Blender, mit dem ihr dann auch problemlos zu Hause am Computer arbeiten könnt.

Inhalt:

- Grundlagen der Arbeit mit 3D-Programmen
- Eigenschaften von Computermodellen
- Modelliertechniken und Herangehensweisen
- Gestaltung der Modelle mit Farben und Texturen
- Verwendung von Licht und Schatten
- Methoden der Animation
- Umsetzung einer kleinen Animation

### D50165 – MINIGRUPPE

Peter Wackernagel

Sa, 22.10.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

So, 23.10.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

128,00 €

Teilnehmerzahl: 3–5



## ● **Basiskurs Adobe Photoshop – Grundkurs**

In diesem Basiskurs erlernen Sie die wichtigsten Schritte für den Einstieg in die digitale Bildbearbeitung. Neben der Übertragung von Bildmaterial auf den PC oder den Laptop werden die wichtigsten Funktionen vorgestellt und erläutert sowie wesentliche Bearbeitungsmöglichkeiten besprochen:

- Formate und Farbmischung
- Benutzerführung/Bedienung
- Arbeitsoberfläche und Werkzeuge
- erste Schritte der Bildverarbeitung
- Vorstellen der Ebenentechnik

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

Teilnehmerzahl: 5-7

### **D50172 – KLEINGRUPPE**

Christoph Müller

Fr, 30.09.2016, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa, 01.10.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

So, 02.10.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

122,50 €

## ● **Basiskurs Adobe Photoshop – Grundkurs**

Erläuterungen siehe D50172

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### **D50172A – KLEINGRUPPE**

Christoph Müller

Di / Do, 03.01.2017 – 17.01.2017,

18:00 – 21:00 Uhr, 5 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

122,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7

## ● **Adobe Lightroom – die digitale Dunkelkammer**

Lightroom ermöglicht Ihnen die Bildoptimierung von der Bildbeurteilung mit dem Histogramm über die Einstellung von Tiefen, Lichtern, Gradation und Farben bis hin zur Reparatur und Retusche. Lernen Sie weitere Möglichkeiten, die Sie durch Presets haben und wie Sie Ihrem Foto das gewisse Etwas verleihen. Lightroom vereint damit alle wichtigen Werkzeuge zur Verwaltung, Bearbeitung und zur Präsentation Ihrer Fotos.

Voraussetzungen: PC Kenntnisse, eigene Fotografien können mitgebracht werden

### **D50179 – KLEINGRUPPE**

Ivonne Peupelmann

Di / Do, 06.12. – 13.12.2016, 17:30 – 20:30 Uhr,

3 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

64,00 €

Teilnehmerzahl: 5–7

## ● **Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch – Schritt für Schritt**

Ein Fotobuch vom Urlaub oder der Familienfeier ist die ideale Form, um unvergessliche Eindrücke wirkungsvoll und ansprechend zu präsentieren - ob als Geschenk oder zur persönlichen Erinnerung. Mit einer erprobten kostenlosen Software für fast alle Windows-PC's oder Apple wird die Verarbeitung der digitalen Fotos vorgenommen. Gemeinsam wird Schritt für Schritt ein Fotobuch angelegt. Dabei werden auch einfache Möglichkeiten der Bildbearbeitung und -verbesserung behandelt und gezeigt, wie Bilder arrangiert und mit Text versehen werden. Wer einen eigenen Laptop und eigene Bilder mitbringt, kann gleich mit der Gestaltung seines persönlichen Fotobuches beginnen.

### **D50183 – KLEINGRUPPE**

David Pauli

Di / Do, 03.01.2017 – 12.01.2017,

18:00 – 21:00 Uhr, 4 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

76,00 €

Teilnehmerzahl: 5–7



## Weitere Kursangebote zum Thema Fotografie:

### ● DSLR Gear – No Idea Single Lens Reflection Camera Crash Course

„Course in English language!“

Details on page 55

#### D21115

Jonas Tegtmeyer

So, 16.10.2016, 10:00 – 15:45 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

35,50 €

### ● Bessere Fotos mit der DSLR

Erläuterungen siehe Seite 57

#### D21122

André Helbig

Sa, 24.09.2016, 10:00 – 17:30 Uhr

So, 25.09.2016, 10:00 – 17:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

83,50 €

### ● Bessere Fotos mit der DSLR

Erläuterungen siehe Seite 57

#### D21123

André Helbig

Sa, 29.10.2016, 10:00 – 17:30 Uhr

So, 30.10.2016, 10:00 – 17:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

83,50 €

### ● Bessere Fotos mit der DSLR

Erläuterungen siehe Seite 58

#### D21124

André Helbig

Sa, 14.01.2017, 10:00 – 17:30 Uhr

So, 15.01.2017, 10:00 – 17:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

83,50 €

### ● Fotografieren mit Kompaktkameras

Erläuterungen siehe Seite 58

#### D21127

André Helbig

Sa, 28.01.2017, 10:00 – 17:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

43,50 €

## Webseitenerstellung/ Programmierung/Konstruktion

### ● Erstellen einer Internetseite mit dem CMS Typo 3

Erwerben Sie grundlegende Kenntnisse im Umgang mit dem Content-Management-System (CMS) TYPO3:

- TYPO3 installieren und einrichten, Seiten anlegen und Inhalte erstellen.
- Arbeiten mit TypoScript, mit Designvorlagen arbeiten
- Erstellen von Menüs, Bilder in TYPO3 bearbeiten
- Grafik- und Layer-Menüs erstellen
- Verwaltung von Benutzern des Systems, Rechteverwaltung
- das TYPO3-Backend

#### D50313 – KLEINGRUPPE

David Pauli

Sa, 12.11./26.11.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

So, 13.11./27.11.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

171,50 €

Teilnehmerzahl: 5–7



- **Internetseitengestaltung für Privatanwender – Das Jimdo Baukastensystem**

Haben Sie sich schon einmal überlegt, sich eine eigene Homepage anzulegen - für den Verein, die Familie oder die Interessengruppe? Mit Jimdo existiert ein kostenfreies Tool, welches wie ein Baukastensystem funktioniert. Lassen Sie sich in diesem Kurs die verblüffend einfache Art der Internetseitenerstellung zeigen.

Inhalt:

- Anmeldung und Bearbeitungsmodus
- Layout und Style
- Anlegen eines Blogs und Einfügen von Elementen
- Einstellungen

### **D50317 – VHeSpresso**

David Pauli

Sa, 08.10.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

84,00 €

Teilnehmerzahl: 2–3

- **Selbstständig im Internet – Der erste eigene Online-Shop**

Der Weg vom eigenen lokalen Geschäft mit Verkauf an der Ladentheke oder auf Märkten bis zum Internet-Versand ist kein schwerer. Immer mehr lokale Anbieter entscheiden sich, ihre Waren im Netz zu verkaufen. Mit einfachen Mitteln, Ideen sowie Tipps wird mit der größten deutschen E-Commerce-Software vorgestellt, wie einfach ein Online-Shop erstellt und gewartet wird.

### **D50318 – VHeSpresso**

David Pauli

Sa, 14.01.2017, 09:00 – 16:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

94,00 €

Teilnehmerzahl: 2–3

- **Dynamische Webseiten mit PHP5 und MySQL**

Der Einstieg in die Welt der dynamischen Webseiten leicht gemacht! In diesem Kurs soll eine Schritt-für-Schritt-Einführung in die am weitesten verbreitete Programmiersprache für die Entwicklung dynamischer Webanwendungen PHP und in das Open-Source-Datenbankverwaltungssystem MySQL gegeben werden.

Inhalt:

- Einführung in PHP, HTML und PHP
- Datentypen und interne Funktionen
- Formulare, PHP und Sicherheit
- Datenbankverbindung unter PHP

Grundkenntnisse in HTML-Programmierung wünschenswert!

### **D50319 – MINIGRUPPE**

Leila Feddoul

Fr, 20.01.2017, 17:00 – 20:00 Uhr

Sa, 21.01.2017, 09:00 – 15:00 Uhr

So, 22.01.2017, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

154,00 €

Teilnehmerzahl: 3–5

- **Grundlagen der objektorientierten Programmierung in Java**

Neben einer allgemeinen Einführung in die objektorientierte Programmierung in Java werden folgende Inhalte besprochen:

- Datentypen und Programmsteuerung
  - Applications
  - Applets
  - Packages
  - Einführung in das objektorientierte Programmieren
- Die Teilnehmer lösen zu den genannten Kursinhalten Programmieraufgaben.

Vorkenntnisse: sicheres Bedienen eines PC, keine Programmierkenntnisse

Ziel: einführende Kenntnisse in die Programmiersprache



### D50333 – MINIGRUPPE

David Pauli

Fr, 09.12.2016, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa, 10.12.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

So, 11.12.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

177,40 €

Teilnehmerzahl: 3–5

#### ● App-Entwicklung auf Android

Wir entwickeln eine Aufgabenliste für Android. Dazu wird die Google-Software Android Studio verwendet. Das Aussehen der App wird in einem Baukastensystem erstellt. Dann benutzen wir die Programmiersprache Java, um der App Leben einzuhauchen. Android-Smartphones mit USB-Kabel können mitgebracht werden.

### D50335 – MINIGRUPPE

Christian Schlager

Di / Do, 14.02.2017 – 09.03.2017,

17:00 – 18:30 Uhr, 8 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

126,00 €

Teilnehmerzahl: 3–5

#### ● Arbeit mit AutoCAD 2015 – 2D Konstruktion Grundlagen Teil 1

- Bedientechniken
- Arbeit mit Koordinaten
- Objekteigenschaften
- Layertechnik
- Zeichen- und Änderungswerkzeuge
- Beschriftungsobjekte (Schraffur-, Text - und Bemaßung erstellen)
- Erstellen von Layouts (Blattgröße, Editieren von Schriftfeldern, Maßstab, Farbeinstellungen)
- Zeichnung bereinigen, Datenaustauschformate

### D50351 – MINIGRUPPE

Stefan Danneberg

Mo / Mi, 24.10.2016 – 14.11.2016,

17:00 – 20:00 Uhr, 6 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

206,70 €

Teilnehmerzahl: 3–5

#### ● Arbeit mit AutoCAD 2015 – 2D Konstruktion Grundlagen Teil 2

- Erstellen und Einfügen von Blöcken (interne und externe Blöcke)
- Multiführungslinien und Tabellen erstellen
- Eigene Stile für Text, Bemaßung, Multiführungslinien und Tabellen erstellen
- Arbeit mit dem Designcenter
- Erstellen einer Vorlagedatei
- Montagezeichnung erstellen (als Kopie oder XRef)

### D50352 – MINIGRUPPE

Stefan Danneberg

Mo / Mi, 21.11.2016 – 30.11.2016,

17:00 – 20:00 Uhr, 4 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

123,00 €

Teilnehmerzahl: 3–5

#### ● Arbeit mit AutoCAD 2015 – 3D Konstruktion Teil 1

- Erstellen und Bearbeiten von einfachen 3 D-Volumenmodellen
- Einsatz von Benutzerkoordinatensystemen (BKS)
- Ansichtsfenster und visuelle Stile, 3D-Orbit
- Darstellung verdeckter Körperkanten (2D-Abbild)
- Erstellen von Schnitten (2D- und 3D-Schnitte)
- Erstellen eines Layouts (verschiedene Ansichten, Maßstab)

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### D50353 – MINIGRUPPE

Stefan Danneberg

Mo / Mi, 02.01.2017 – 18.01.2017,

17:00 – 20:00 Uhr, 6 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

214,70 €

Teilnehmerzahl: 3–5



### ● **Arbeit mit AutoCAD 2015 – 3D Konstruktion Teil 2**

- Visualisierung
- Materialien zuweisen
- Editor
- Lichter platzieren
- Lichttypen, Himmel und Sonnenlicht
- Rendereinstellungen
- Rendern
- Bildformate

### **D50354 – MINIGRUPPE**

Stefan Danneberg

Mo / Mi, 23.01.2017 – 01.02.2017,

17:00 – 20:00 Uhr, 4 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

123,00 €

Teilnehmerzahl: 3–5

## **Büroorganisation/-management**

### ● **Tast schreiben aktiv – sicher und einfach schreiben lernen**

Die Beherrschung der Tastatur bildet die Grundlage aller Eingaben am PC. Sie sparen sehr viel Zeit, wenn Sie Texte und Zahlen blind mit 10 Fingern erfassen können. Nach diesem Kurs beherrschen Sie die professionelle Texterfassung mit 10 Fingern und zusätzlich die DIN-gerechte Gestaltung von Briefen und E-Mails. Damit erwerben Sie eine der nützlichsten Fertigkeiten zur beruflichen und privaten Nutzung des Computers.

Unmittelbar nach diesem Kurs kann ein Aufbautraining zur Steigerung der Schreibgeschwindigkeit besucht werden. Es findet im selben Rhythmus wie der Grundkurs statt. Dieser Kleingruppenkurs umfasst 4 Abende mit insgesamt 12 UE. Entgelt: 52,00 € (Mindestteilnehmerzahl: 5)

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### **D50401**

Heidrun Rau

Di / Do, 25.10.2016 – 15.11.2016,

17:00 – 19:15 Uhr, 7 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

82,60 €

### ● **Tast schreiben aktiv – sicher und einfach schreiben lernen**

Erläuterungen siehe D50401

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### **D50402**

Angelika Riedl

Mo / Mi, 09.01.2017 – 30.01.2017,

18:00 – 20:15 Uhr, 7 Abende

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

82,60 €

### ● **Berufliche Korrespondenzen**

Der Kurs vermittelt die grundlegenden Regeln beim geschäftlichen Verfassen von Briefen und E-Mails. Dabei werden die gängigen Normen ebenso erläutert wie Fallstricke der deutschen Rechtschreibung. Die Vorgehensweise beim Erstellen von Briefen wird am PC praktisch erprobt.

- Geschäftsbriefe nach DIN 5008
- Gestaltung von Briefen
- E-Mails nach DIN 5008
- Zeichensetzung, Zahlen und Abkürzungen
- Silbentrennung, Trennstriche und Gedankenstriche
- Klar und verständlich kommunizieren

### **D50408 – VHeSpresso**

Franziska Brünner

Sa, 19.11.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

86,00 €

Teilnehmerzahl: 2–3



- **Vorm leeren Blatt: Schreiben ohne Blockaden**

Wir untersuchen Auslöser von Schreibblockaden und finden Ansätze, um Schreibhemmungen zu verhindern. Speziell in Schule, Studium und Beruf unterliegen wir dem Zwang, Texte zu schreiben, die uns nicht am Herzen liegen. Dieses Training wird vor allem praktische Übungen enthalten, die Ihr Schreiben in Fluss bringen.

- Den Anfang finden
- Innerer Kritiker und Störfaktoren
- Das Schreiben ritualisieren
- Schreiben im Prozess

Zielgruppe: Schüler und Studierende

### D50408A

Franziska Brünner  
Sa, 26.11.2016, 09:00 – 15:00 Uhr  
VHS-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
19,80 € (bereits ermäßigtes Entgelt)



JUNGE VHS

- **Tastschreiben aktiv – sicher und einfach schreiben lernen (Ferien)**

Möchtest du das Schreiben mit 10 Fingern auf der PC-Tastatur erlernen? Dieser Kurs bietet dir die Möglichkeit, auf spannende Art und Weise die 10-Finger-Schreibweise zu trainieren. Anhand von Musik und Geschichten wird dir nach dieser Woche die Nutzung der Tastatur wie das Essen mit Messer und Gabel vorkommen. Aber auch der Spaß, das Spiel und die Entspannung sollen in diesem Ferien-Ganztagesangebot nicht zu kurz kommen. Lass dich überraschen!

Zielgruppe: Schüler der Klassenstufen 4 bis 7

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### D50410

Dana Krausová  
Mo - Fr, 17.10.2016 – 21.10.2016,  
09:00 – 15:00 Uhr, 5 Tage  
VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
96,00 € (bereits ermäßigtes Entgelt)



JUNGE VHS

- **Tastschreiben aktiv – sicher und einfach schreiben lernen (Ferien)**

Erläuterungen siehe D50410

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### D50411

Franziska Brünner  
Mo - Fr, 06.02.2017 – 10.02.2017,  
09:00 – 14:00 Uhr, 5 Tage  
VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
96,00 € (bereits ermäßigtes Entgelt)



JUNGE VHS

- **Tastschreiben meets Word – Ferienkurs für Kinder**

Du hast bereits einen Tastschreibkurs absolviert und möchtest deine Kenntnisse auffrischen? Du möchtest Texte nicht nur tippen, sondern auch mit dem Textverarbeitungsprogramm Word bearbeiten können?

In kreativen und spannenden Übungen wiederholen wir bereits Gelerntes und ergänzen es durch Tipps und Tricks, die jedes Schulreferat kinderleicht werden lassen. Spaß und Spannung werden in diesen drei Tagen nicht zu kurz kommen.

Ganztagesangebot für drei Tage in den Herbstferien

Klassenstufen 5 bis 8

### D50412

Franziska Brünner  
Mo – Mi, 10.10.2016 – 12.10.2016,  
09:00 – 15:00 Uhr, 3 Tage  
VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
52,80 € (bereits ermäßigtes Entgelt)



JUNGE VHS



### ● **Erfolgreich in Projekten arbeiten**

Sie sind beruflich viel in Projekte eingespannt. Nur wie gestaltet man eine erfolgreiche Mitarbeit, wie bringt man sich konstruktiv ein und welche Aufgaben übernehmen die einzelnen „Mitspieler“ in Projekten? Dieser Kurs möchte aus Sicht von Akteuren in Projekten Tipps und Hinweise vermitteln wie man erfolgreich in Projekten zusammenarbeiten kann.

Inhalt:

- der professionelle Projektstart
- gute Planung vermindert Konflikte
- Kommunikation in Projekten
- Dokumentation der einzelnen Arbeitsphasen
- Projektabschluss

Kurs, der auch für den Abschluss „Fachkraft für Büromanagement (XB)“ genutzt werden kann.

### **D50430 – MINIGRUPPE**

Anja Schirlitz

Sa, 26.11.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

So, 27.11.2016, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
137,00 €

Teilnehmerzahl: 3–5

### ● **Öffentlichkeitsarbeit**

Dieses Seminar soll einen Einblick in die Arbeit und den Umgang mit der Presse und anderen Medien vermitteln

Inhalte:

- Aufgaben und Ziele von Öffentlichkeitsarbeit für Unternehmen und Vereine
- Methoden und Strategien
- Pressemitteilung schreiben
- gezielte Information für die Pressearbeit
- Interne Kommunikation
- neue Wege der Öffentlichkeitsarbeit (Social Media)

Kurs, der auch für den Abschluss „Fachkraft für Büromanagement (XB)“ genutzt werden kann.

### **D50431 – MINIGRUPPE**

N.N.

Fr, 03.02.2017, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa, 04.02.2017, 09:00 – 15:00 Uhr

So, 05.02.2017, 09:00 – 15:00 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a  
156,00 €

### ● **Büroorganisation und -kommunikation**

Dieses Seminar vermittelt grundlegende Kenntnisse der Büroorganisation.

Es werden folgende Themen behandelt:

- Arbeitsraum- und Arbeitsplatzgestaltung
- Informationsverarbeitung und Office-Management
- Ordnen und Speichern von Informationen
- Schriftgutverwaltung
- Protokollführung

Für dieses Seminar sind keine fachspezifischen Vorkenntnisse erforderlich. Im Anschluss an das Seminar kann eine Xpert Business Prüfung abgelegt werden.

**Angebot der VHS Weimar im Rahmen der Weiterbildung „Büromanagement (XB)“.**

Teilnehmermaterial ist nicht in der Kursgebühr enthalten

### **D50433 – KLEINGRUPPE**

Angelika Riedl

Mo / Mi, 07.11.2016 – 21.11.2016,

18:00 – 21:00 Uhr, 5 Abende

VHS Weimar, Graben 6, Seminarraum

102,00 €

(Anmeldung über VHS Weimar, [www.vhs-weimar.de](http://www.vhs-weimar.de))

## Xpert Business LernNetz



### ● **Xpert Business-Kurse mit Durchführungsgarantie!**

Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurs- und



Zertifikatssystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau. In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich. Und das Beste: Einen abgeschlossenen Kursbaustein können Sie sogar in mehrere Abschlüsse einbringen.

Die angebotenen Kurse im Rahmen von Xpert Business LernNetz finden mit nur einer Anmeldung statt! Es handelt sich um ein Blended Learning Angebot, das sich aus einem Webinar (der Dozent/-in kommuniziert via Computer mit Ihnen, Sie können im Chat Fragen stellen) und 7 UE Präsenzveranstaltung(en) zusammensetzt, d.h., Sie werden vor Ort durch eine Dozenten der VHS Jena betreut. In der Gebühr ist das Unterrichtsmaterial enthalten. Sie können zusätzlich noch einen Prüfungsvorbereitungskurs buchen, auch der findet mit Durchführungsgarantie statt. Für die kostenpflichtige Prüfung müssen Sie sich mit einem Vorlauf von 6 Wochen anmelden, wenn Sie ein Zertifikat über Ihre Leistungen erhalten wollen.

Weitere Details:

- Kursinhalte & Lernzielkatalog finden Sie unter: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

- Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.
- Prüfung über 180 Minuten; Xpert Business Zertifikat (fakultativ)
- alle erreichbaren Xpert Business-Abschlüsse finden Sie auf [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

● **Schnupperangebot: Xpert Business LernNetz (Infoabend)**

**D50500**

Christian Ziege  
 Mi, 07.09.2016, 17:00 – 18:30 Uhr  
 VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
 entgeltfrei

**Module:**

● **Finanzbuchführung 1**

Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z.B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. Sie sind in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen.

Vorkenntnisse: Keine

Xpert Business Abschlüsse   Betriebswirtschaft									
	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter/in (XB)			Manager/in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter/in	Personal- und Lohnbuchhalter/in	Finanz- und Lohnbuchhalter/in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen   Lohn   Controlling
Finanzbuchführung (1)	●	●							●
Finanzbuchführung (2)	●		●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●		●	●	●
Bilanzierung			●		●		●	●	●
Finanzwirtschaft		●			●		●	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●	●
Controlling		●						●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●					●	●
Lohn und Gehalt (1)				●				●	●
Lohn und Gehalt (2)				●		●	●		●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●		●	●		●
Personalwirtschaft						●			●
Personale Kompetenzen	Talententwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vortragen								●



## D50502

Mo, 24.10.2016 – Do, 26.01.2017,  
18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
410,00 €

---

### ● Finanzbuchführung 2

Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Vorkenntnisse: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

## D50503

Mo, 24.10.2016 – Do, 26.01.2017,  
18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
410,00 €

---

### ● Kosten- und Leistungsrechnung

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

## D50504

Mo, 24.10.2016 – Do, 26.01.2017,  
18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
410,00 €

---

### ● Finanzwirtschaft

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse des Zahlungsverkehrs, der Finanzierung und stellt verschiedene Anlageformen vor. Sie lernen, wie sich ein Unternehmen finanziert, wie sich der Kapitalbedarf eines Unternehmens ermittelt und nach welchen Regeln Fremd- und Eigenkapital beschafft und eingesetzt werden kann. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Liquidität eines Unternehmens über verschiedene Instrumente und Maßnahmen gezielt planen und steuern.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

## D50505

Mo, 24.10.2016 – Do, 26.01.2017,  
18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
410,00 €

---

### ● Bilanzierung

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen. Darüber hinaus erhalten Sie Einblicke in die Konzernrechnungslegung und die internationale Rechnungslegung.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 2“ vermittelt.

## D50506

Mo, 24.10.2016 – Do, 26.01.2017,  
18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
410,00 €

---



### ● Betriebliche Steuerpraxis

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z.B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden.  
Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 2“ vermittelt.

#### **D50507**

Mo, 24.10.2016 – Do, 26.01.2017,  
18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
410,00 €

### ● Controlling

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens. Er stellt die Ziele eines Controllings dar und führt in die wichtigsten Controlling-Instrumente und -methoden ein. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie wichtige Unternehmensziele explizit und messbar formulieren und die Zielerreichung überwachen. Sie lernen für alle Bereiche des Unternehmens im Falle von Zielabweichungen, Handlungsalternativen Maßnahmen zu entwickeln.  
Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 2“ vermittelt.

#### **D50508**

Mo, 24.10.2016 – Do, 26.01.2017,  
18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
410,00 €

### ● Lohn und Gehalt 1

Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln.

Vorkenntnisse: Keine

#### **D50509**

Mo, 24.10.2016 – Do, 26.01.2017,  
18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
410,00 €

### ● Lohn und Gehalt 2

Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.

Vorkenntnisse: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1“ vermittelt.

#### **D50510**

Mo, 24.10.2016 – Do, 26.01.2017,  
18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende  
Kursort wird noch bekannt gegeben  
410,00 €



### ● Personalwirtschaft

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre Mitarbeiter/innen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden.

Vorkenntnisse: Keine

#### **D50511**

Mo, 24.10.2016 – Do, 26.01.2017,

18:30 – 20:30 Uhr, 20 Abende

Kursort wird noch bekannt gegeben

410,00 €

### ● Einnahmen-Überschuss-Rechnung (EÜR) für kleine und mittelständische Unternehmen

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschuss-Rechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt.

Vorkenntnisse: Keine

Prüfung & Zertifikat: Prüfung über 90 Minuten; Xpert Business Zertifikat

#### **D50512**

Mo, 24.10.2016 – Mo, 05.12.2016,

18:30 – 20:30 Uhr, 11 Abende

Kursort wird noch bekannt gegeben

270,00 €

## Weiterführende Kurse Rechnungswesen/ Betriebswirtschaft

### ● EDV-Finanzbuchhaltung – DATEVpro

- die wichtigsten Funktionen des Programms „DATEV“
- die Buchführungsmaske
- Kontieren und Buchen von Ein- und Ausgangsrechnungen
- Anlage und Bearbeitung von Konten
- Anlegen einer Firma
- Auswertung

Vorkenntnisse:

- Buchführungskenntnisse sind unbedingt erforderlich
  - grundlegende PC-Kenntnisse sind notwendig
- Prüfung kostenpflichtig möglich!

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

#### **D50513 – KLEINGRUPPE**

Martina Dittmar

Fr, 27.01./17.02./03.03.2017, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa, 28.01./18.02./04.03.2017, 09:00 – 15:00 Uhr

Di, 14.03.2017, 18:00 – 21:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

208,00 €

Teilnehmerzahl: 5–7

### ● EDV-Lohnbuchhaltung mit DATEVpro

- die wichtigsten Funktionen des Programms DATEVpro
- Anlegen einer Firma
- Krankenkassenverwaltung
- Personalstammdaten anlegen und verwalten
- Eingeben von Arbeitnehmerbezügen
- Anlegen von neuen Lohnarten
- Kontenverwaltung
- Monats-, Jahresabschluss
- Drucken von monatlichen und jährlichen Auswertungen



Vorkenntnisse:

- Grundkenntnisse in Lohn und Gehalt sind unbedingt erforderlich
  - grundlegende PC-Kenntnisse sind notwendig
- Prüfung kostenpflichtig möglich!

**Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.**

### D50514 – KLEINGRUPPE

Martina Dittmar

Fr, 27.01./17.02./03.03.2017, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa, 28.01./18.02./04.03.2017, 09:00 – 15:00 Uhr

Di, 14.03.2017, 18:00 – 21:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum

208,00 €

Teilnehmerzahl: 5–7

#### ● „Ich führe Mitarbeiter“ – Seminar zur Mitarbeiterführung und -motivation

In diesem Seminar wird ein Überblick über die Form und die Probleme der Personalführung in kleinen Gewerbe-, Handwerks- und Dienstleistungsbetrieben gegeben.

- der Mitarbeiter und das „liebe“ Geld
- Wege zu einem neuen Team
- der Mitarbeiter - das unbekannte Wesen
- Gruppen wollen geführt sein

Zielgruppe: Inhaber von Klein- und Kleinstbetrieben, Personalverantwortliche

### D50905 – KLEINGRUPPE

André Seifert

Termin auf Anfrage, 4 Tage, 16 UE

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a

125,00 €

Teilnehmerzahl: 5–7

## Touristische Angebote

### ● Gästeführer/Kulturlandschaftsführer

Infoveranstaltung Qualifizierung zum Thüringenführer - Gästeführer Jena/ Kulturlandschaftsführer Mittleres Saaleetal

Die Volkshochschule Jena wird ab dem Herbstsemester 2016 die Möglichkeiten der Ausbildung zum Thüringenführer mit einer jeweiligen Spezialisierungsrichtung nach landesweit einheitlichen sowie den aktuellen Ausbildungsstandards angepassten Inhalten anbieten.

Inhalte:

- Sachwissen (Geschichte, Geographie etc.)
- Fachwissen (Recht, Versicherung, Fachausbildung)
- Methodik (Stimme, Rhetorik, Führungen, Organisatorisches)
- Praxis (Demonstrationsführungen, Lernführungen)
- Selbstlernphase mit Belegarbeiten

### D50820

Christian Ziege

Mi, 28.09.2016, 18:00 – 19:30 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

entgeltfrei

## Schlüsselkompetenzen/Team- und Methodenkompetenz

### ● Brainstorming

Große Ideen kommen nicht einfach aus der Luft. Eine Umgebung zu schaffen, die kreatives Denken und Innovation fördert, kann eine große Herausforderung sein. Glücklicherweise gibt es Methoden, die helfen, Grenzen zu durchbrechen, Kommunikation zu verbessern und neue Ideen, Einsichten und Strategien zu erzeugen. Einige von diesen Methoden lernen Sie in diesem Kurs kennen. Die Teilnehmer haben am Ende einen Werkzeugkasten von Aktivitäten kennengelernt, mit denen sie eigene Brainstormings veranstalten können. Der Erfolg kommt mit der Übung der verschiedenen Techniken.



## D50901 – KLEINGRUPPE

Christian Schlager

Di / Do, 25.10.2016 – 10.11.2016,

17:00 – 18:30 Uhr, 6 Abende

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a

58,00 €

Teilnehmerzahl: 5–7

- **Mehr als ein Zeugnis! Persönliche Kompetenzen aufdecken.**

Sich auf eine neue Stelle zu bewerben stellt selbst oder gerade Menschen mit einigen Jahren Arbeits- erfahrung vor eine Herausforderung: Die Arbeit ist selbstverständlich geworden, möglicherweise stellt sich Unzufriedenheit ein, die sich nicht wirklich erklären lässt, einhergehend mit Ratlosigkeit: Soll ich mich beruflich verändern? Vielleicht sind Sie auch dazu gezwungen. Im Seminar finden wir gemeinsam heraus, wohin die Reise gehen kann. Denn in Ihnen steckt mehr, als das, was auf Ihrem Zeugnis steht. Einzel und in der Gruppe decken Sie ihre „informellen“ Kompetenzen auf und ziehen ihre persönliche Bilanz: Ganz nach dem Motto: „Was mache ich? Was will ich? Was liebe ich?“ Diese Erkenntnis kann nicht nur richtungsweisend auf dem Weg zum Traumberuf sein, sondern „füttert“ ihre Bewerbung außerdem mit Inhalten an, die Sie einzigartig machen.

## D50910 – KLEINGRUPPE

Ines Neumann

Fr, 21.10.2016, 18:00 – 20:15 Uhr

Sa, 22.10.2016, 10:00 – 15:00 Uhr

So, 23.10.2016, 10:00 – 13:45 Uhr

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

67,00 €

- **Selbstdarsteller! Die schriftliche Bewerbung**

Sie wissen, worauf Sie sich bewerben wollen, kennen Ihre Stärken, Arbeitserfahrung haben Sie auch vorzuweisen und nun hakt es bei der schriftlichen Bewerbung: Wie gestalte ich eine Bewerbung? Wie gliedere ich ein Anschreiben? Wie formuliere ich meine Stärken, wie gehe ich mit meinen Schwächen um? Im Seminar lernen die Teilnehmer einige Grundregeln,

die es zu beachten gilt und erarbeiten sich ein eigenes exemplarisches Anschreiben. Dabei gilt die Grundregel: Learning by Doing.

## D50911 – MINIGRUPPE

Ines Neumann

Di, 01.11.2016, 17:30 – 19:00 Uhr, 3 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5

49,00 €

- **Hilfe, ein Bewerbungsgespräch!**

Glückwunsch! Wer eine Einladung zum Bewerbungsgespräch erhält, ist formal bereits für die Stelle geeignet. Jetzt heißt es, persönlich zu überzeugen. Und hier gilt: Übung macht den Meister. In diesem Seminar geht es nicht darum, eine aalglatte Performance einzustudieren, vielmehr soll die Kommunikationsfähigkeit der Teilnehmer trainiert werden. Neben den typischen „Fangfragen“ bei Bewerbungsgesprächen werden in dem Seminar außerdem Grundlagen der Rhetorik behandelt und das Selbstbewusstsein der Teilnehmer gestärkt.

## D50912 – MINIGRUPPE

Ines Neumann

Di, 22.11.2016, 17:30 – 19:45 Uhr, 2 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5

49,00 €

- **Zeitgemäße Umgangsformen**

## D10716 – KLEINGRUPPE

Siehe Seite 26

- **Körpersprache verstehen und bewusst einsetzen**

## D10718 – KLEINGRUPPE

Siehe Seite 26

- **Kommunikationstraining**

## D10719 – KLEINGRUPPE

Siehe Seite 27



● **Angewandte Rhetorik – von der Stimme zur freien Rede**

**D10724 – KLEINGRUPPE**

Siehe Seite 27

● **„Über den Tellerrand schauen“ – Interkulturelle Kompetenz in Alltag und Beruf**

**D10735 – KLEINGRUPPE**

Siehe Seite 28

## Angebote am Beutenberg

Die Anmeldung zu diesen Kursangeboten erfolgt über [www.weiterbilden-beutenberg.de](http://www.weiterbilden-beutenberg.de)

● **Excel – Formulare einfach und professionell**

- Einfache Formulgestaltung durch effektive Nutzung einfacher Excel-Mittel wie
  - o Bedingtes Format o Gültigkeitsregeln
  - o Blattschutz
- Professionelle Formulare mit Steuerelementen, die einfach durch Excel anzusteuern sind und mit normalen Excel-Mitteln ausgewertet werden können

**D52101**

Carola Lück

Di, 15.11.2016, 08:30 – 16:00 Uhr

Abbe Zentrum Beutenberg, Hans-Knöll-Str. 1,

Seminarraum

150,00 €

● **Effektive Nutzung von Outlook**

- Outlook effektiv einrichten mit sinnvollen Einstellungen für die Einteilung und Ansicht
- Erstellen von Regeln für das Email-Management und Nutzung von Suchordnern
- Erstellung und Nutzung von automatischen Texten und Signaturen
- Wozu sind Kategorien gut?
- Arbeit mit Aufgaben und Terminen, Besprechungen

**D52102**

Carola Lück

Di, 06.12.2016, 08:30 – 16:00 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

150,00 €

● **Excel – Eingeben leicht gemacht**

- Intelligentes Ausfüllen nutzen
- Formeln kopieren und unterschiedliche Zellbezüge verwenden
- Formate übertragen
- Mehrere Blätter auf einmal bearbeiten
- Tipps und Tricks für das bedingte Format
- Einfache Eingabelisten erzeugen (Drop-down-Felder)

**D52103**

Carola Lück

Di, 24.01.2017, 08:30 – 16:00 Uhr

Abbe Zentrum Beutenberg, Hans-Knöll-Str. 1,

Seminarraum

150,00 €

● **Excel – Datenmanagement**

- Import von Daten bzw. Nutzung externer Daten in Excel
- Daten bereinigen durch Spaltenaufteilungen
- Daten zusammenfassen (z.B. für einen Serienbrief oder ein Drop-Down-Feld) mit Hilfe einer einfachen Rechenoperation
- Was können intelligente Tabellen
- Daten auf unterschiedlichen Tabellenblättern oder Mappen managen und zusammenfassen

**D52104**

Carola Lück

Di, 21.02.2017, 08:30 – 16:00 Uhr

Abbe Zentrum Beutenberg, Hans-Knöll-Str. 1,

Seminarraum

150,00 €



### ● Excel – Alles rings um die WENN-Funktion

- Syntax der WENN-Funktion
- Aufbau und Eingabemöglichkeiten für Funktionen
- Der Funktionsassistent und Arbeit mit geschachtelten Funktionen
- Einblick in verschiedene Funktionsgruppen zur effektiven Nutzung der WENN-Funktion
- Daten in Tabellen finden mit SVERWEIS

#### **D52105**

Carola Lück

Do, 23.03.2017, 08:30 – 16:00 Uhr

Abbe Zentrum Beutenberg, Hans-Knöll-Str. 1,  
Seminarraum

150,00 €

---

### ● Excel – Pivot-Tabellen

- Grundlagen Pivot-Tabellen
- Optionen für die verschiedenen Felder
- Spezielle Auswertungen
- Hilfsmittel für die Datenfilterung (Datenschnitte, Zeitleiste)
- Datenauszüge
- Manuelle und automatische Erstellung von Daten-gruppierungen
- Zusammenführung unterschiedlicher Tabellen, die über Beziehungen miteinander verbunden sind in einer Pivot-Tabelle durch Nutzung des Excel-Datenmodells ab Version 2013

#### **D52106**

Carola Lück

Di, 25.04.2017, 08:30 – 16:00 Uhr

Abbe Zentrum Beutenberg, Hans-Knöll-Str. 1,  
Seminarraum

150,00 €

---

### ● Adobe Photoshop für Teilnehmer mit Grundkenntnissen

- Formate und Farbmischung
- Benutzerführung/Bedienung
- Arbeitsoberfläche und Werkzeuge
- Bildverarbeitung/Bildverbesserung
- Ebenentechnik und Möglichkeiten

#### **D52107**

N. N.

Di, 07.03.2017, 08:30 – 14:30 Uhr

Abbe Zentrum Beutenberg, Hans-Knöll-Str. 1,

Seminarraum

120,00 €

---

### ● Erstellen von Video – Tutorials

- Erklärvideos in der Kommunikation: Beispiele
- Softwarelösungen und deren Grundfunktionen (z.B. Moovly und VideoScribe)
- Bilder, Grafiken, Texte: Wie importiert man eigene Inhalte? Was eignet sich wofür?
- Bild und Ton: Welche Vertonung ist sinnvoll?
- Einsatz von Musik und Sprache
- Übungen: Erstellen eines eigenen Erklärvideos

#### **D52108**

N. N.

Di, 16.05.2017, 08:30 – 16:00 Uhr

Abbe Zentrum Beutenberg, Hans-Knöll-Str. 1,

Seminarraum

150,00 €

---



# Fachbereich Grundbildung

## Inhalt

Schulabschlüsse.....	154
Kursangebote zur Studienvorbereitung ..	155
Alphabetisierung/Grundbildung .....	157

Stellv. Leiter  
Fachbereichsleiter  
Schulabschlüsse  
**Christian Ziege**  
Tel. 49-8213  
christian.ziege@jena.de



Leiterin der VHS  
Fachbereichsleiterin  
Alphabetisierung  
**Gudrun Luck**  
Tel. 49-8210  
gudrun.luck@jena.de



Sachbearbeiterin  
**Sybille Zeise**  
Tel. 49-8200  
sybille.zeise@jena.de





## Schulabschlüsse

### Hauptschulabschluss

#### ● **Erwerb des Hauptschulabschlusses – Vorbereitungskurs**

Zugangsvoraussetzungen:

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Sie sind nicht Schüler einer Regelschule, einer Gemeinschaftsschule, eines Gymnasiums, einer Gesamtschule, einer Förderschule, einer Berufsschule oder einer Berufsfachschule.

Anmeldungen sind schriftlich bis zum 31. Juli möglich unter Vorlage von:

- formlosem Antrag mit Anschrift
- tabellarischem Lebenslauf

Prüfungsfächer sind

1. im schriftlichen Teil Deutsch, Mathematik, Englisch und
2. im mündlichen Teil Biologie und Geschichte.

In dem Fach Wirtschaft-Recht-Technik findet eine praktische Prüfung statt. Die Prüfungskommission kann zusätzlich jeweils eine mündliche Prüfung in den schriftlich geprüften Fächern und im Fach Wirtschaft-Recht-Technik ansetzen, wenn dies zur Sicherung der Bewertung erforderlich ist.

Kursdauer: 1 Jahr / 2 Semester  
5 Abende wöchentlich  
17:00 – 20:10 Uhr/21:00 Uhr

#### **D60101**

Dozentenkollektiv  
August 2016

C.-Zeiss-Gymnasium, Erich-Kuithan-Str. 7  
Entgelt 1,20 € pro Unterrichtsstunde,  
ca. 950 € je Schuljahr

---

## Realschulabschluss

#### ● **Erwerb des Realschulabschlusses (Mittlere Reife) – Vorbereitungskurs**

Zugangsvoraussetzungen:

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Sie sind nicht Schüler einer Regelschule, einer Gemeinschaftsschule, eines Gymnasiums, einer Gesamtschule, einer Förderschule, einer Berufsschule oder einer Berufsfachschule.
- Hauptschulabschluss ist vorhanden

Anmeldungen sind schriftlich bis zum 31. Juli möglich unter Vorlage von:

- Zeugniskopie der 9. Klasse
- formlosem Antrag mit Anschrift
- tabellarischem Lebenslauf, gem mit Passbild

Die Prüfungen werden an einer staatlichen Regelschule in Jena abgelegt. Dadurch ist die volle Anerkennung des Zeugnisses gewährleistet.

Kursdauer: 1 Jahr / 2 Semester  
5 Abende wöchentlich  
17:00 – 20:10 Uhr/21:00 Uhr

Weitere Informationen finden Sie unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

#### **D60201**

Dozentenkollektiv  
August 2016  
C.-Zeiss-Gymnasium, Erich-Kuithan-Str. 7  
Entgelt 1,20 € pro Unterrichtsstunde,  
ca. 950 € je Schuljahr

---

## Abitur

### ● Erwerb des Abiturs – Vorbereitungskurs

Anmeldungen sind schriftlich bis zum 31. Juli möglich unter Vorlage von:

- Zeugniskopie der 10. Klasse
- formlosem Antrag mit Kontaktdaten
- tabellarischem Lebenslauf mit Passbild (inkl. Geburtsort)

Aufnahmebedingungen:

- Wohnsitz in Thüringen
- Abschluss der Klasse 10

An der Prüfung können Bewerber teilnehmen, die im laufenden Schuljahr NICHT Schüler eines Gymnasiums, einer Gemeinschaftsschule, einer Gesamtschule, eines beruflichen Gymnasiums oder eines Kollegs sind und das 19. Lebensjahr vollendet haben. Darüber hinaus dürfen Sie nicht mehr als einmal eine Prüfung zum Erwerb der allgemeinen Hochschulreife erfolglos abgelegt haben.

Der Unterricht besteht aus acht Fächern. Die Prüfungen werden an einem staatlichen Gymnasium abgelegt. Dadurch ist die volle Anerkennung des Zeugnisses gewährleistet.

Kursdauer: 2 Jahre / 4 Semester  
4/5 Abende wöchentlich  
17:00 – 20:10 Uhr/21:00 Uhr

Der Einstieg ist jährlich möglich.  
Weitere Informationen finden Sie unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

### D60401

Dozentenkollektiv  
August 2016  
C.-Zeiss-Gymnasium, Erich-Kuithan-Str. 7  
Entgelt 1,20 € pro Unterrichtsstunde,  
ca. 950 € je Schuljahr

## Kursangebote zur Studienvorbereitung

### ● EAH – Studienvorbereitung Mathematik für Studiengang BA – INTENSIV

Inhalte siehe unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

#### D60501

N.N.  
Mo, 19.09.–Fr, 30.09.2016, 09:00 – 12:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
77,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)

### ● EAH – Studienvorbereitung Mathematik für Studiengang BA – INTENSIV

Inhalte siehe unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

#### D60502

N.N.  
Mo, 19.09.–30.09.2016, 13:15 – 16:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
77,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)

### ● EAH – Studienvorbereitung Mathematik für Studiengang BA – KOMPAKT

Inhalte siehe unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

#### D60503

N.N.  
Di, 04.10.–Fr, 07.10.2016, 13:15 – 17:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
40,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)

### ● EAH – Studienvorbereitung Mathematik für Studiengang BA – KOMPAKT

Inhalte siehe unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

#### D60504

N.N.  
Di, 04.10.–Fr, 07.10.2016, 09:00 – 13:00 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
40,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)



- **EAH – Studienvorbereitung IKT (EDV) für Studiengang BA – KOMPAKT**

Inhalte siehe unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

### D60505

N.N.

Mo, 26.09.–Fr, 30.09.2016, 09:00 – 12:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
40,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)

- **EAH – Studienvorbereitung IKT (EDV) für Studiengang BA – KOMPAKT**

Inhalte siehe unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

### D60506

N.N.

Mo, 19.09.–Fr, 23.09.2016, 13:15 – 16:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
40,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)

- **EAH – Studienvorbereitung Englisch für Studiengang BA – KOMPAKT**

Inhalte siehe unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

**Material:** New Language Leader:  
Pre-Intermediate Coursebook  
ISBN: 978-1447961529

### D60507

N. N.

Mo, 19.09.–Fr, 23.09.2016, 09:00 – 12:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
40,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)

- **EAH – Studienvorbereitung Englisch für Studiengang BA – KOMPAKT**

Inhalte siehe unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

**Material:** New Language Leader:  
Pre-Intermediate Coursebook  
ISBN: 978-1447961529

### D60508

N. N.

Mo, 26.09.–Fr. 30.09.2016, 13:15 – 16:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
40,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)

- **Universität – Studienvorbereitung Mathematik – INTENSIV**

Inhalte siehe unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

### D60510

N. N.

Mo, 19.09.–Fr, 30.09.2016, 09:00 – 12:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad  
77,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)

- **Universität – Studienvorbereitung Mathematik – KOMPAKT**

Inhalte siehe unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

### D60511

N.N.

Mo, 26.09.–Fr, 30.09.2016, 09:00 – 12:15 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad  
40,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)

- **Universität – Studienvorbereitung Physik – KOMPAKT**

Inhalte siehe unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

### D60512

N. N.

Mo, 19.09.–Fr, 23.09.2016, 13:15 – 16:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad  
40,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)

- **Universität – Studienvorbereitung Chemie – KOMPAKT**

Inhalte siehe unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

### D60513

Tom Schmidt

Mo, 26.09.–Fr, 30.09.2016, 13:15 – 16:30 Uhr  
VHS-Gebäude, Volksbad  
40,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)

- **Universität – Studienvorbereitung Biologie – KOMPAKT**

Inhalte siehe unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

**D60514**

N. N.

Mo, 19.09.–Fr. 23.09.2016, 09:00 – 12:15 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad

40,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)

- **Universität – Studienvorbereitung Englisch für Studiengang BA – KOMPAKT**

**Material: New Language Leader:  
Pre-Intermediate Coursebook  
ISBN: 978-1447961529**

**D60515**

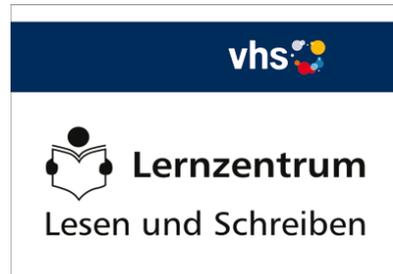
N. N.

Mo, 26.09.–Fr, 30.09.2016 13:15 – 16:30 Uhr

VHS-Gebäude, Volksbad

40,00 € (bereits ermäßigte Gebühr)

## Alphabetisierung/Grundbildung



VHS Jena

Ansprechpartner/in:

Gudrun Luck,

Tel.: 03641 49-8210

E-Mail: [gudrun.luck@jena.de](mailto:gudrun.luck@jena.de)

Menschen mit deutscher Muttersprache, die Schwierigkeiten mit Lesen und Schreiben haben, erhalten im VHS Lernzentrum Lesen und Schreiben eine zweite Chance, sich diese Grundkompetenz anzueignen.

Für Analphabeten sind Zeitungs- und Buchtexte so wenig verständlich wie für die meisten Bundesbürger chinesische Schriftzeichen. Wer die Schriftsprache nicht kennt, benutzt sie nicht. Das verringert für die Betroffenen nicht nur die Chancen auf dem Arbeitsmarkt, sondern beeinträchtigt auch ihre Lebensqualität und ihre gesellschaftliche Integration.

Allein in Thüringen leben ca. zweihunderttausend deutschsprachige Erwachsene, die nicht oder nur sehr wenig lesen und schreiben können. Bedenklich ist auch die Tatsache, dass in Deutschland jährlich fast 90.000 junge Menschen die Schule ohne Abschluss verlassen und somit vom Erwerb berufsbezogener Grundkompetenzen so gut wie ausgeschlossen sind.

Unsere Volkshochschule bietet Kurse an, in denen Erwachsene lesen und schreiben lernen können. Hier können sie in kleinen und persönlichen Gruppen und mit fachgerechter Unterstützung genau das lernen, was sie für Alltag oder Beruf an Lese- und Schreibkenntnissen brauchen. In einem ersten Beratungsgespräch informieren wir ausführlich über das Kursangebot und die Kursinhalte. Wir beraten diejenigen, die einen Kurs besuchen wollen, aber auch alle anderen, die sich mit dem Thema beschäftigen.

**Bitte beachten Sie unsere Stornierungsfristen!**



## Grundbildung

Bei der Beratung wird selbstverständlich die volle Anonymität gewahrt, sie ist vertraulich und kostenfrei!

Wenn Sie jemanden aus Ihrer Bekanntschaft, Verwandtschaft oder aus Ihrem Arbeitsumfeld kennen, der nicht ausreichend lesen und schreiben kann, dann ermuntern Sie ihn doch, sich an der Volkshochschule beraten zu lassen.

Weitere Informationen erhalten Sie unter  
[www.vhs-th.de/alphabetisierung](http://www.vhs-th.de/alphabetisierung)

Interessante Links:

[www.alphabetisierung.de](http://www.alphabetisierung.de)

[www.mein-schlüssel-zur-welt.de](http://www.mein-schlüssel-zur-welt.de)

[www.ich-will-lernen.de](http://www.ich-will-lernen.de)

[www.ichance.de](http://www.ichance.de)

[www.alphabuendnis.de](http://www.alphabuendnis.de)

[www.alphabund.de](http://www.alphabund.de) (Alphakommunal – Kommunale Strategie für Grundbildung)

### Lesen und Schreiben für Erwachsene



Alfa-Telefon 0800-53 33 44 55

### ● Alphabetisierung – Anfänger und Fortgeschrittene

Einstieg laufend möglich

#### D607001

Claudia Petermann

Mo / Do, 19.09.2016 – 26.01.2017,

16:00 – 17:30 Uhr, 30 Abende

VHS-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

63,50 €

**vhs**

## Sie können etwas, was andere lernen wollen?

## Werden Sie Kursleiter an der Volkshochschule!

Die Volkshochschule sucht  
engagierte Kursleiterinnen und  
Kursleiter auf Honorarbasis.

Mehr Informationen unter  
[vhs-th.de/kursleiter-werden](http://vhs-th.de/kursleiter-werden)  
oder bei Ihrer VHS!



Anzeige des Thüringer  
Volkshochschulverbands e.V.

# Buchbinderei SKÜB

*Stempel Kopieren Übersetzen Buchbinden*

**07743 Jena, Neugasse 18, Telefon: 03641-442305**

*Wir helfen Ihnen  
und beraten Sie gern!*

*Wir binden im Schnelldienst*

## *Unsere weiteren Leistungen:*

- † Kopien & Ausdrücke s/w und Farbe bis A3
- † Binden von Zeitungen und Zeitschriften
- † Buchreparaturen
- † Druck von Briefbögen & Visitenkarten
- † Adressetiketten und Stempel
- † Wir führen die *Klemmmappe*
- † **Pokale und Gravurschilder bis A4**
- † Annahme von Schleifarbeiten (Scheren und Messer)



Diplomarbeiten

Magisterarbeiten

Dissertationen

Bachelorarbeiten

Masterarbeiten

Staatsexamensarbeiten

Habilitationsschriften



## Unsere Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag  
8:30 Uhr bis 17:30 Uhr

## Impressum

Herausgeber

JenaKultur

Volkshochschule der Stadt Jena

Grietgasse 17a

07743 Jena

Telefon: 03641 49-8200

www.vhs-jena.de

Gestaltung, Anzeigen und Realisierung

Satzstudio Sommer GmbH

Am Storchsacker 11

07751 Jena

Telefon: 03641/39 49 39

agentur@satzstudio-sommer.de

www.satzstudio-sommer.de

Volkshochschule der Stadt Jena

Die zur Verfügung gestellten Fotos dürfen nur in Verbindung mit dem Programmheft der VHS Jena verwendet werden, jegliche anderweitige Nutzung oder die Weitergabe an Dritte bedürfen der Genehmigung seitens JenaKultur.

Fotonachweis: Grit Hiersemann, JenaKultur | Andreas Hub, HVV – Hessischer Volkshochschulverband e.V.

Auflage

6.000 Exemplare

Erhältlich u.a. in der Jena Tourist-Information, im Bürgerbüro Jena und bei den ortsansässigen Krankenkassen.

© Volkshochschule Jena 2016

# Referenzen

(Auswahl Referenzliste)

**Folgende Unternehmen, Institutionen und Vereine der Stadt und Region nutzten in den vergangenen Jahren unsere Fachkompetenzen aus den Bereichen Sprache, Gesundheit, Beruf und Schlüsselqualifikationen:**

Arbeitsagentur Jena  
Beutenberg-Campus Jena e.V.  
D-I-E EAG AG  
IBA GmbH  
IronShark GmbH  
Jenaer Baugenossenschaft e.G.  
JenaKultur  
Jenawohnen GmbH  
Karl-Volkmar-Stoy-Schule  
Stadtverwaltung Jena  
Thüringer Volkshochschulverband e.V.  
Jena Tourist-Information  
TS Bau GmbH  
TW Immobilien GmbH & Co KG  
Universitätsklinikum Jena  
Veolia Umweltservice GmbH  
wohndienstjena GmbH  
Wohnungsgenossenschaft „Carl-Zeiss“ e.G.



Volkshochschule Jena  
JenaKultur

## vhsApp

- Kurssuche
- Lernbegleiter
- Übungsvideos

alle Kurse unserer VHS  
in Ihrer Hosentasche



QR-Code scannen

Kostenlos erhältlich in den App-Stores



[www.vhsApp.mobi](http://www.vhsApp.mobi)



# ANMELDUNG/HERBSTSEMESTER 2016

Kurs-Nr.

Kurs-Titel

Name/Vorname der Kursteilnehmerin/des Kursteilnehmers  Geburtsjahr   männlich  weiblich

Straße/Hausnummer  PLZ  Wohnort

Telefon (dienstl.)  Telefon (privat)  E-Mail

**ermäßigungsrechtlich**  nein  ja  Elternzeit  Sozialpass  
**Ermäßigungsgrund**  arbeitslos  Rentner  Schwerbeschädigter  Student  Azubi/Schüler  
 Barzahlung  Einzugsermächtigung

Bei Anspruch auf Ermäßigungsrechtlich lege ich den entsprechenden Nachweis bei. Die persönlichen Angaben erfolgten freiwillig. Die Teilnahmebedingungen laut Programmheft erkenne ich an.

Wenn Sie am SEPA-Lastschriftverfahren teilnehmen möchten, dann geben Sie bitte das SEPA-Mandat im Original in unserer Geschäftsstelle ab. Sie finden das Formular im Programmheft, auf der Internetseite oder in unserer Geschäftsstelle.



# ANMELDUNG/HERBSTSEMESTER 2016

Kurs-Nr.

Kurs-Titel

Name/Vorname der Kursteilnehmerin/des Kursteilnehmers  Geburtsjahr   männlich  weiblich

Straße/Hausnummer  PLZ  Wohnort

Telefon (dienstl.)  Telefon (privat)  E-Mail

**ermäßigungsrechtlich**  nein  ja  Elternzeit  Sozialpass  
**Ermäßigungsgrund**  arbeitslos  Rentner  Schwerbeschädigter  Student  Azubi/Schüler  
 Barzahlung  Einzugsermächtigung

Bei Anspruch auf Ermäßigungsrechtlich lege ich den entsprechenden Nachweis bei. Die persönlichen Angaben erfolgten freiwillig. Die Teilnahmebedingungen laut Programmheft erkenne ich an.

Wenn Sie am SEPA-Lastschriftverfahren teilnehmen möchten, dann geben Sie bitte das SEPA-Mandat im Original in unserer Geschäftsstelle ab. Sie finden das Formular im Programmheft, auf der Internetseite oder in unserer Geschäftsstelle.

# Widerrufsbelehrung

## Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angaben von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Artikel 246 § 2 in Verbindung mit § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an:

JenaKultur/VHS Jena, Grietgasse 17a, 07743 Jena, Fax: 03641 4982-05, E-Mail: volkshochschule@jena.de

## Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung

ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns in soweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen.

Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

## Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

## Ende der Widerrufsbelehrung



# Widerrufsbelehrung

## Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angaben von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Artikel 246 § 2 in Verbindung mit § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an:

JenaKultur/VHS Jena, Grietgasse 17a, 07743 Jena, Fax: 03641 4982-05, E-Mail: volkshochschule@jena.de

## Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung

ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns in soweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen.

Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

## Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

## Ende der Widerrufsbelehrung



## Mit uns immer auf Kurs ...

### Spaß an Bewegung mit den GalaxSea Kursangeboten:

- Baby- und Kinderschwimmen
- Aqua-Jogging
- Wassergymnastik
- Präventive Kurse
- Elektro-Muskel-Stimulation

### Und mehr...

[WWW.JENAER-BAEDER.DE](http://WWW.JENAER-BAEDER.DE)





**SEIT 25 JAHREN**

**WOHNBAU**

**K O N Z E P T**

**K L A U S G I E R K E**

**Ihr Partner für Wohneigentum**

**[www.wohnbaukonzept.de](http://www.wohnbaukonzept.de)**

