



Volkshochschule Jena
JenaKultur

„Wissen,
das hält.“

Programm

Herbst / Winter 2021
Semesterschwerpunkt
Nachhaltigkeit

www.vhs-jena.de

Probier Dich aus!

Suchen, finden, buchen.
Mit dem vhs-Kursfinder auf
www.volkshochschule.de

Mehr als
500.000 Kurse.
Jetzt
entdecken!

vhs 



Inhaltsverzeichnis



- 4 Grußworte
- 6 Ihre vhs Ansprechpartner
- 7 Kalender
- 9 Portfolio
- 10 Standorte
- 12 Angebote Lobeda
- 14 „VHS queer BEET“/vhs auf der BUGA
- 16 Bonusvorträge
- 18 Semesterschwerpunkt: Nachhaltigkeit
- 133 SEPA-Lastschriftmandat
- 134 Entgeltordnung
- 136 Anmeldekarten
- 137 Datenschutz | Impressum



vhs ONLINE

- 22 vhs.wissen.live
- 25 on.cloud.9
- 29 Xpert Business Akademie



Gesellschaft

- 32 Geschichte und Zeitgeschichte
- 34 Politik
- 34 Ökonomie | Recht | Finanzen
- 35 Stadt.Land.Welt – Web
- 36 Lernen - Lehren - Pädagogik
- 36 Rhetorik | Kommunikation
- 37 Verbraucherfragen – DIGITAL
- 39 Länder- und Heimatkunde | Umweltbildung
- 40 Veranstaltungsreihe „Stadt|Land|DatenFluss“
- 41 Studienreisen



Kultur und Gestalten

- 44 Literatur und Schreiben
- 45 Theater und Stimmgebung/Sprecherziehung
- 46 Kunst- und Kulturgeschichte
- 49 Mal- und Zeichenkurse | Drucktechnik
- 56 Plastisches und Florales Gestalten
- 58 Musik
- 61 Textiles Gestalten



Gesundheit

- 66 Tanz
- 66 Entspannungstechniken
- 68 Yoga
- 69 TaijiQuan | Qigong
- 70 Pilates
- 71 Rückenurse
- 71 Fitness | Gymnastik
- 72 Gesund und bunt Gemischtes
- 73 Gesundheit | Psyche
- 78 Ernährung | Kochkunst



Sprachen und Integration

- 85 Sprachenzertifikate
- 85 Einstufungsabend
- 86 Deutsch als Fremd- und Zweitsprache
- 92 Arabisch
- 93 Chinesisch
- 93 Englisch
- 95 Französisch
- 96 Italienisch
- 98 Japanisch
- 99 Norwegisch
- 99 Polnisch
- 99 Portugiesisch
- 99 Russisch
- 100 Schwedisch
- 100 Spanisch
- 103 Tschechisch
- 103 Türkisch
- 103 Ungarisch
- 103 Koreanisch
- 103 Rumänisch
- 103 Gebärdensprache



Beruf - IT - Digitale Kompetenzen

- 107 Online-Besprechungstools
- 108 Offene Angebote
- 108 Angebote am Vormittag/Nachmittag
- 109 vhsBASICS Grundlagen Windows/Office
- 110 Fortführende Office Angebote
- 110 vhs-DOnline Online-Angebote am Donnerstag
- 114 Foto | Medien | Design
- 117 vhsOffice Büromanagement | Tastschreiben
- 119 Xpert Business Akademie Thüringen
- 122 Softskills - Berufliche Grundkompetenzen
- 124 vhs@Beutenberg



Grundbildung | Schulabschlüsse

- 128 Alphabetisierung | Grundbildung
- 129 Schulabschlüsse
- 130 Vorbereitungskurse für Schulabschlüsse

Grußworte

» DIE CHANCEN STEHEN GUT, DASS
WIR ALLE NUN WIEDER EINE – WENN
VIELLEICHT AUCH ETWAS ANDERE –
NORMALITÄT ERLEBEN DÜRFEN «



OBERBÜRGERMEISTER DR. THOMAS NIETZSCHE

Liebe Jenaerinnen und Jenaer,
es ist ein gutes Gefühl, hoffnungsvoll in
den Herbst und auf das Programm der
Volkshochschule zu schauen mit dem
Gedanken, dass nun endlich auch wieder
Kurse, Vorträge, Workshops in Präsenz
stattfinden können. Die Chancen stehen
gut, dass wir alle nun wieder eine – wenn

vielleicht auch etwas andere – Normalität
erleben dürfen, in der wir uns wieder
direkt treffen und in den Austausch treten,
in der wir wieder Orte aufsuchen können,
die uns lieb sind und die wir für unser
kulturelles Wohlbefinden so dringend
benötigen.

Die Volkshochschule widmet sich in
diesem Semester insbesondere dem
Thema der Nachhaltigkeit in ganz unterschiedlichen
Zusammenhängen. Das ist
eine Zukunftsfrage, der wir uns alle stellen
sollten, nicht nur für uns selbst, sondern
vor allem auch für die uns nachfolgenden
Generationen. Und so danke ich

der Volkshochschule für diese wichtigen
Impulse und ihr Engagement für Weiterbildung
und lebenslanges Lernen insgesamt
in unserer Stadt.

Ich wünsche Ihnen ein anregendes und
interessantes Herbst-/Wintersemester und
... bleiben Sie gesund.

Ihr

Dr. Thomas Nietzsche
Oberbürgermeister

» WIR MÖCHTEN MENSCHEN
BEFÄHIGEN, SICH IN EINER IMMER
KOMPLEXEREN WELT UND
GESELLSCHAFT ZURECHTZUFINDEN. «

CHRISTIANE SCHMIDT-ROSE, PRÄSIDENTIN TVV



Liebe Lernbegeisterte,
die letzten Monate stellten eine Belastungsprobe für Viele dar. langsam kehrt
allerdings ein Stück Normalität zurück,
und so können auch die Volkshochschulen
mit einem geeigneten Hygienekonzept
wieder in den Normalbetrieb übergehen.
Das bedeutet für uns, dass wir unsere
Häuser für Sie endlich wieder öffnen und
Veranstaltungen in Präsenz anbieten können.
Gleichzeitig möchten wir allerdings
die Chancen und Möglichkeiten von digitalen
Veranstaltungen weiterhin nutzen.
Sie können sowohl vor Ort als auch in
den eigenen vier Wänden ein spannendes
Programm erwarten, das zum Lernen,
Entspannen, Erfahrungsaustausch, Mitmachen
und Diskutieren einlädt.
Der Herbst 2021 ist Teil des „Super-

wahljahres“. Sowohl Bundes- als auch
Landtagswahlen stehen an. Auch wir
Volkshochschulen möchten durch gesellschaftliche
Bildung unseren Teil dazu beitragen,
dass möglichst viele Menschen am
gesellschaftlichen und politischen Leben
teilhaben können. Wir möchten Menschen
befähigen, sich in einer immer komplexeren
Welt und Gesellschaft zurechtzufinden.
Dafür benötigt es sowohl Kenntnisse über
die eigenen demokratischen Handlungsmöglichkeiten
als auch Wissen über die Auswirkungen
unseres Handelns in lokaler und globaler
Perspektive.

Ein weiterer Schwerpunkt wird das Thema
Jüdisches Leben sein. Die Themenjahre
„1700 Jahre jüdisches Leben in Deutschland“
und „Neun Jahrhunderte jüdisches

Leben in Thüringen“ sind für uns Anlass,
auf Spurensuche zu gehen und die
Geschichte sowie Aktualität des jüdischen
Lebens näher zu betrachten.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß bei der
Suche nach interessanten Kursen und viel
Erfolg dabei, im gewählten Kurs Neues
und zuvor Unbekanntes in Erfahrung zu
bringen.

Ihre

Christiane Schmidt-Rose
Präsidentin des Thüringer
Volkshochschulverbandes e.V.



JenaKultur | C. Worsch

» DIE 17 ZIELE FÜR NACHHALTIGE ENTWICKLUNG DER VEREINTEN NATIONEN SIND SO AKTUELL WIE NIE. «

DR. ANGELA ANDING, LEITERIN DER vhs JENA

Liebe Teilnehmende, liebe Interessierte,

wir bieten Ihnen in diesem Semester einen Semesterschwerpunkt zum Thema Nachhaltigkeit. Das Wort ist in aller Munde, und manchmal wirkt es vielleicht auch etwas überstrapaziert. Und dennoch sind die 17 Ziele für nachhaltige Entwicklung der Vereinten Nationen so aktuell wie nie. Dazu gehören die Themenkreise Frieden, Ernährung, Wasser, Energie, Bildung, Gesundheit und selbstverständlich Klima und Umwelt – um nur einige zu nennen. Es ist ein weites und uns alle angehendes Themenfeld. Deshalb haben wir uns dazu entschlossen, Nachhaltigkeit mal wieder in den besonderen Fokus zu stellen – in scheinbar kleinen oder auch größeren Zu-

sammenhängen, in regionalen oder weltweiten Kontexten. Nehmen Sie unseren Schwerpunkt als das, was er bestenfalls sein kann: als Anregung, Diskussionsgrundlage, Lesestoff, vielleicht auch als Tipp, der im Alltag Eingang finden kann.

Beste Grüße und bleiben Sie gesund

Dr. Angela Anding
Leiterin vhs Jena

Ihre vhs Ansprechpartner

Christian Ziege

christian.ziege@jena.de
Telefon: 03641 498213
Fachbereichsleitung:
Sozialkompetenzen, Studienreisen,
Beruf, Schulabschlüsse

Sabine Schuldes

sabine.schuldes@jena.de
Telefon: 03641 498223
Sachbearbeitung

Sybille Zeise

sybille.zeise@jena.de
Telefon: 03641 498215
Sachbearbeitung

Margit Walter

margit.walter@jena.de
Telefon: 03641 498200
Kundenservice

Nicole Bergmann

nicole.bergmann@jena.de
Telefon: 03641 498216
Päd. Mitarbeiterin
Fachbereich: Sprachen
und Lernförderung

Susanne Baldrich

Telefon 03641 498217
susanne.baldrich@jena.de
Mitarbeiterin DaF/DaZ

Alina Meusel

Telefon 03641 498218
alina.meusel@jena.de
Raumservice, Buchhaltung

Doreen Müller

doreen.mueller@jena.de
Telefon: 03641 498224
Fachbereichsleitung:
Kultur und Gestalten

Eva Munkelt

eva.munkelt@jena.de
Telefon: 03641 498212
Fachbereichsleitung:
Gesundheit

Dr. Angela Anding

angela.anding@jena.de
Telefon: 03641 498210
Fachbereichsleitung:
Politik, Gesellschaft,
Umwelt, Alphabetisierung

Aglaya Weidner

aglaya.weidner@jena.de
Telefon: 03641 498211
Fachbereichsleitung:
Sprachen und Integration

Teamfoto: JenaKultur | Grit Hiersemann



Ich bin Adam,
der Maskottchen-Mann von
JenaKultur. Die vhs hat mich
um Unterstützung gebeten.

Und nun fliege ich durch das
Programmheft und verweise
auf wichtige Informationen
allgemeiner Art.



Ich bin Eva,
die Maskottchen-Frau von
JenaKultur. Adam und ich
teilen uns die Arbeit für die
vhs. Und so setze ich mich
bevorzugt auf interessante
Links, QR-Codes und andere
Internet- oder
Homepageverweise.

Volkshochschule Jena

Grietgasse 17a
07743 Jena

E-Mail: volkshochschule@jena.de
Telefon: 03641 498200
www.vhs-jena.de

Kalender 2021

Januar 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
				1	2	3	53
4	5	6	7	8	9	10	1
11	12	13	14	15	16	17	2
18	19	20	21	22	23	24	3
25	26	27	28	29	30	31	4

Februar 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
1	2	3	4	5	6	7	5
8	9	10	11	12	13	14	6
15	16	17	18	19	20	21	7
22	23	24	25	26	27	28	8

März 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
1	2	3	4	5	6	7	9
8	9	10	11	12	13	14	10
15	16	17	18	19	20	21	11
22	23	24	25	26	27	28	12
29	30	31					13

April 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
			1	2	3	4	14
5	6	7	8	9	10	11	15
12	13	14	15	16	17	18	16
19	20	21	22	23	24	25	17
26	27	28	29	30			18

Mai 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
					1	2	19
3	4	5	6	7	8	9	20
10	11	12	13	14	15	16	21
17	18	19	20	21	22	23	22
24	25	26	27	28	29	30	23
31							

Juni 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
	1	2	3	4	5	6	24
7	8	9	10	11	12	13	25
14	15	16	17	18	19	20	26
21	22	23	24	25	26	27	27
28	29	30					28

Juli 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
			1	2	3	4	29
5	6	7	8	9	10	11	30
12	13	14	15	16	17	18	31
19	20	21	22	23	24	25	32
26	27	28	29	30	31		33

August 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
						1	34
2	3	4	5	6	7	8	35
9	10	11	12	13	14	15	36
16	17	18	19	20	21	22	37
23	24	25	26	27	28	29	38
30	31						39

September 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
		1	2	3	4	5	40
6	7	8	9	10	11	12	41
13	14	15	16	17	18	19	42
20	21	22	23	24	25	26	43
27	28	29	30				44

Oktober 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
				1	2	3	45
4	5	6	7	8	9	10	46
11	12	13	14	15	16	17	47
18	19	20	21	22	23	24	48
25	26	27	28	29	30	31	49

November 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
1	2	3	4	5	6	7	59
8	9	10	11	12	13	14	60
15	16	17	18	19	20	21	61
22	23	24	25	26	27	28	62
29	30						63
31							64

Dezember 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
		1	2	3	4	5	65
6	7	8	9	10	11	12	66
13	14	15	16	17	18	19	67
20	21	22	23	24	25	26	68
27	28	29	30	31			69

- Ferien in Thüringen
- Feiertage
- Anmeldebeginn 23.08.2021
- Semesterbeginn
- Erscheinen der Programmhefte

Ferien Herbstferien: 25. Oktober - 06. November | Weihnachtsferien: 23. Dezember - 31. Dezember

Allgemeine Infos



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.

Teilnehmendenentgelt

Die Teilnehmendenentgelte werden mit der Anmeldung fällig. Sollte der Kurs nicht stattfinden und Sie eine Einzugsermächtigung (Sepa-Mandat) erteilt haben, machen wir vor dieser keinen Gebrauch. Wurde das Entgelt bar entrichtet, erhalten Sie dieses in der Geschäftsstelle zurück. Bitte beachten Sie unsere Entgeltordnung auf Seite 134.

Vergabe der Plätze

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 mit Ihnen in Verbindung, wenn der Kurs nicht stattfindet oder es Veränderungen in der Planung gibt.

Anmeldung

Persönlich

Grietgasse 17a
07743 Jena

Barzahlung
EC Karte
SEPA-Lastschriftverfahren

Telefonisch

03641 498200
nur SEPA-Lastschriftverfahren

per E-Mail

volkshochschule@jena.de
nur SEPA-Lastschriftverfahren

Online

www.vhs-jena.de

Kurskalkulation

Die Planung der Veranstaltungen für das Herbstsemester stand noch immer im Kontext von Corona. Daher haben wir viele Kurse vorsorglich mit weniger Teilnehmenden als Kleingruppen geplant. Sollte die Situation es zulassen, werden diese Kurse selbstverständlich auch wieder geöffnet für die normale Gruppenstärke. Damit würde sich auch der Preis verringern. Es gibt aber auch Kurse, die wir aufgrund des Infektionsschutzes im Fall weiterer Einschränkungen verkleinern müssen. Dann würde sich der Preis erhöhen. Natürlich werden alle angemeldeten Teilnehmenden rechtzeitig informiert.

Aktualität und Nutzung Homepage

Ein regelmäßiger Blick auf unsere Homepage lohnt sich! Dort finden Sie die aktuellen Informationen und immer wieder auch neue Kursangebote.

Newsletter

Wollen Sie diesen abonnieren, geben Sie uns einfach Bescheid: volkshochschule@jena.de oder schauen Sie auf die Startseite der vhs Jena. Dort finden Sie den Button „newsletter“.

Kursgrößen und Bezeichnungen:

VHeSpresso: 2 - 4 Teilnehmende. Durchführungsgarantie ab 2 TN, wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Minigruppe: 2 - 4 Teilnehmende. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als Kleingruppe oder als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe: 5 - 7 Teilnehmende. Wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe*: 5 - 7 Teilnehmende. Keine Ermäßigung. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend, und Ermäßigungen sind möglich.

Regulärer Kurs: ab 8 Teilnehmende. Ermäßigung möglich. Bei geringer Nachfrage kann der reguläre Kurs zu einer Kleingruppe verkleinert werden. Der Preis erhöht sich und / oder die Stundenanzahl verringert sich entsprechend. Wir nehmen in diesem Fall vor Kursbeginn mit allen Teilnehmenden Kontakt auf.

Unser Portfolio

Offenes Programm in sechs Fachbereichen und individuelle Bildung nach Maß und auf Bestellung für Firmen, öffentliche Einrichtungen, Institute oder Privatpersonen

Lernarrangement

- Gruppenangebote
- Einzelschulungen
- Inhouse, Zuhause oder in den Räumen der vhs

Veranstaltungsformate

- Vorträge / Einzelveranstaltungen
- Seminare / Kurse
- Workshops
- Offene Cafés (PC, Mobil, Kreativ)
- Exkursionen
- Studienfahrten

Durchführungsart

- Präsenz
- Onlinekurse oder -vorträge
- Analogitale Mischformen: blended learning

Zielgruppen nach Alter

- Kinder und Jugendliche (Junge vhs, auch Ferienangebote)
- Menschen ab 16 Jahren
- Erwachsene bis ins hohe Alter

Beratung

- Weiterbildungsberatung
- Bildungsprämie
- Einstufungstests Sprachen

Zielgruppen nach Inhalten/Bedürfnissen

- Allgemeinbildend
- Berufsorientiert
- Abschlussbezogen (Schulabschlüsse, Sprachen, IT-Angebote, Kaufmännisch)
- Lernförderung
- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Stadtteilarbeit

Prüfungen in Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern

- telc
- Goethe-Institut
- Xpert Business/ Xpert ECP
- Externe Schulabschlussprüfungen

Kooperationen mit

- ortsansässigen Firmen, öffentlichen Einrichtungen und Instituten
- TVV (Thüringer Volkshochschulverband)
- DVV (Deutscher Volkshochschulverband)
- Vereinen

Externe Vermietung der Räumlichkeiten

- nach Angebot und Vertrag
- Techniknutzung nach Absprache
- Catering nach Bestellung



Gesellschaft



Kultur und Gestalten



Gesundheit und Prävention



Beruf - IT -
Digitale Kompetenzen



Sprachen und Integration
(mit Deutsch als Fremdsprache /
Zweitsprache und Gebärdensprache)



Grundbildung
(mit Alphabetisierung,
Lernen am Telefon, Nachholenden
Schulabschlüssen – Hauptschulab-
schluss, Realschulabschluss, Abitur)

Was Sie von der vhs Jena als Ihrem kommunalen Bildungsdienstleister vor Ort erwarten dürfen

- regional, flexibel und nachhaltig
- weltanschaulich neutral, parteiunabhängig, für alle Bürger*innen offen
- preislich transparent durch klare Gebühren- und Honorarstruktur
- anerkannte Einrichtung der Erwachsenenbildung nach dem Thüringer Erwachsenenbildungsgesetz mit öffentlichem und ganzheitlichem Bildungsauftrag
- zertifiziert nach IWIS (Qualitätstestierung, Erwachsenenbildung, Qualitätsmanagement, regelmäßige Evaluation und Hospitation) mit fachlich hoch qualifizierten Dozenten, Fachbereichsleitenden und Verwaltungsmitarbeitenden

Die vhs-Geschäftsstelle und weitere Standorte



Kartografie: DominoPlan Jena

A vhs-Gebäude, Geschäftsstelle

Grietgasse 17a
07743 Jena

B vhs-Anbau am Volksbad

Knebelstraße 10
07743 Jena
Eingang über Volksbad-Parkplatz

C vhs, Paradiesstraße

Paradiesstraße 6
07743 Jena

D Staatliches Berufsschulzentrum Karl Volkmar Stoy

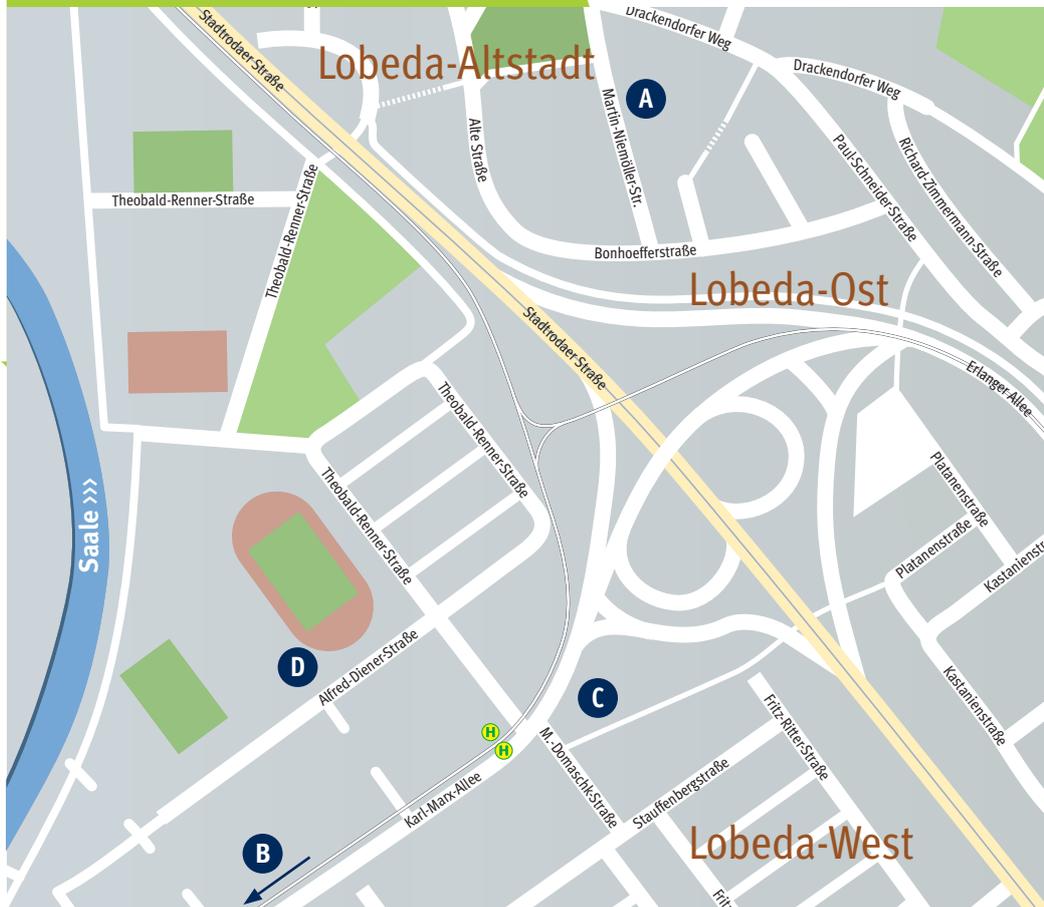
(ehemalige Paradiesschule)
Paradiesstraße 5
07743 Jena

E Carl-Zeiss-Gymnasium

Erich-Kuithan-Straße 7
07743 Jena (Jena-Nord)



Lobeda



Kartografie: DominoPlan Jena

A Thüringer Eltern-Kind-Zentrum „Anne Frank“
Martin-Niemöller-Straße 7
07747 Jena

B Thüringer Eltern-Kind-Zentrum „Regenbogen“
Fregestraße 3
07747 Jena

C Stadtteilbüro Jena-Lobeda
Karl-Marx-Allee 28
07747 Jena

D Sportpark Lobeda
Alfred-Diener-Straße 2
07747 Jena



Volkshochschule Jena
Grietgasse 17a
07743 Jena

E-Mail: volkshochschule@jena.de
Telefon: 03641 498200

Wir informieren und beraten Sie gern. Unsere Öffnungszeiten

Montag	10:00 Uhr - 16:00 Uhr
Dienstag	13:00 Uhr - 16:00 Uhr
Mittwoch	10:00 Uhr - 13:00 Uhr
Donnerstag	13:00 Uhr - 18:00 Uhr
Freitag	10:00 Uhr - 12:00 Uhr

Unsere Öffnungszeiten IN DEN FERIEN (Gültig ab Herbstferien 2021)

Montag	10:00 Uhr - 16:00 Uhr
Dienstag	13:00 Uhr - 16:00 Uhr
Mittwoch	10:00 Uhr - 13:00 Uhr
Donnerstag	13:00 Uhr - 16:00 Uhr
Freitag	geschlossen

Das sind die aktuellen Öffnungszeiten. Diese können sich je nach Situation ändern. Schauen Sie daher doch bitte immer mal wieder auf unsere Homepage. Dort finden Sie alle aktuellen Informationen.

Der Seminarbetrieb findet unter Einhaltung des jeweils aktuellen Infektionsschutzkonzeptes statt. Dieses wird am ersten Kurstag erläutert.

Thüringer Eltern-Kind-Zentrum „Anne Frank“ – Martin-Niemöller-Straße 7



JenaKultur | Grit Hiersemann

Deutsch im Alltag A2.1: Deutsch beim Arzt und in der Apotheke

Gebührenfrei Dank Unterstützung durch den Ortsteilrat Lobeda

21H404060

Lisann Worch

Freitag, 13.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr

Freitag, 21.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr

Freitag, 27.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr

ThEKiZ "Anne Frank", Martin-Niemöller-Straße 7, Begegnungsraum (EG)

kein Entgelt

Deutsch im Alltag A2.1: Deutsch im Kindergarten

Gebührenfrei Dank Unterstützung durch den Ortsteilrat Lobeda

21H404062

Lisann Worch

Montag, 17.09.2021, 09:30 - 11:45 Uhr

Dienstag, 24.09.2021, 09:30 - 11:45 Uhr

ThEKiZ "Anne Frank", Martin-Niemöller-Straße 7, Begegnungsraum (EG)

kein Entgelt

Deutsch im Alltag A2.1: Deutsch in der Schule

Gebührenfrei Dank Unterstützung durch den Ortsteilrat Lobeda

21H404061

Lisann Worch

Freitag, 01.10.2021, 09:30 - 11:45 Uhr

Freitag, 08.10.2021, 09:30 - 11:45 Uhr

ThEKiZ "Anne Frank", Martin-Niemöller-Straße 7, Begegnungsraum (EG)

kein Entgelt

Acrylmalerei & Zeichnen

21H20568

Zoya Goletz

Samstag, 13.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 14.11.2021, 10:00 - 15:30 Uhr

ThEKiZ "Anne Frank", Martin-Niemöller-Straße 7, Begegnungsraum (EG)

67,80 Euro

Kleingruppe*

Eltern-Kind-Zumba®

21H30005

Lisa Bauer

mittwochs, 22.09.2021, 17:30 - 18:30 Uhr, 9 Abende

ThEKiZ "Anne Frank", Martin-Niemöller-Straße 7, Sportraum (UG)

59,00 Euro

Kleingruppe*

Thüringer Eltern-Kind-Zentrum „Regenbogen“ – Fregestraße 3

Mathelust statt Mathefrust!

21H10502

Heidrun Ertel

Samstag, 13.11.2021, 09:00 - 12:00 Uhr

ThEKiZ „Regenbogen“, Fregestr. 3, Mehrzweckraum

13,00 Euro

ZirkelFit – Ganzkörpertraining – Kleingruppe (hybrid)

21H30210

Felix Starke

freitags, 10.09.2021,

17:15 - 18:15 Uhr, 15 Abende

ThEKiZ „Regenbogen“, Fregestr. 3, Mehrzweckraum

95,00 Euro

Rücken – kräftig und agil – Kleingruppe (hybrid)

21H30211

Felix Starke

Freitags, ab 10.09.2021,

16:00 - 17:00 Uhr, 15 Nachmittage

ThEKiZ „Regenbogen“, Fregestr. 3, Mehrzweckraum

95,00 Euro

Stadtteilbüro Jena-Lobeda – Karl-Marx-Allee 28



Foto: Stadtteilbüro

Mobiles Café – Smartphone, Tablet und Co.

21H50002

Carola Lück
ab Mittwoch, 15.09.2021,
14:00 - 15:30 Uhr,
4-wöchig, Stadtteilbüro Lobeda-West,
Karl-Marx-Allee 28
5,00 Euro/Sitzung

PC-Café Lobeda – zuhören, mitreden, genießen!

21H50001

Frank Rutkowski
ab Donnerstag, 16.09.2021,
14:45 - 16:15 Uhr,
14-tägig, Stadtteilbüro Lobeda-West,
Karl-Marx-Allee 28
5,00 Euro/Sitzung

Knotenpunkt – hier laufen alle Fäden zusammen

21H21350A

Carola Lück
ab Mittwoch, 22.09.2021,
14:00 - 16:15 Uhr, 4-wöchig, Stadtteilbüro
Lobeda-West, Karl-Marx-Allee 28
5,00 Euro

Englisch A1 – 2. Semester – Kleingruppe

21H406002

Heike Veit
donnerstags, 11.11.2021,
10:00 - 11:30 Uhr, 10 Vormittage
Stadtteilbüro Lobeda-West,
Karl-Marx-Allee 28
117,50 Euro

Sportpark Lobeda – Alfred-Diener-Straße 2

Gern präsentieren wir Ihnen das abgebildete Glasgebäude (kleine Turnhalle) im Sportpark Lobeda als einen neuen Standort der vhs Jena für den Fachbereich Gesundheit. Hier finden nun viele unserer Gesundheits- und Bewegungsangebote statt. Diese Kurse finden Sie im Fachbereich Gesundheit (grüner Reiter im Heft) ab Seite 64.
bzw. online unter www.vhs-jena.de.

Herzlich willkommen!



JenaKultur | vhs

„VHS quer BEET“



Foto: Fanny Rödenbeck

18. bis 20.9.2021
in den Dornburger Schlossgärten
am Alten Schloss

**Kinder- und Familientage mit den
Volkshochschulen der Region**
10 - 16 Uhr



Die **Gesundheitskasse**
für Sachsen und Thüringen.



STIFTUNG
THÜRINGER SCHLÖSSER
UND GÄRTEN



WIR SIND
AUSSEN-
STANDORT DER

**BUGA
2021
ERFURT**

Foto: Fanny Rödenbeck



Foto: Marcus Glahn

„VHS quer BEET“ Programm

Veranstaltungsprogramm der Volkshochschulen Jena, Weimarer Land und Saale-Holzland-Kreis aus den Bereichen Gesundheit, Ernährung und Kreatives Gestalten.

Alle Angebote sind entgeltfrei.

Begrenzte Platzanzahl bei den angebotenen Aktionen.

Es gelten die dann aktuellen Infektionsschutzregeln.

Samstag, 18.09.21:

vhs Weimarer Land / Kreativworkshops Steine gestalten mit verschiedenen Techniken

- 10-11 Uhr Kleine Steinkunstwerke mit Serviettentechnik gestalten
- 11-12 Uhr Kleine Steinkunstwerke mit Serviettentechnik gestalten
- 12-13 Uhr Steine verzieren mit Acrylfarbe
- 13-14 Uhr Steine verzieren mit Acrylfarbe
- 14-15 Uhr Punkt für Punkt zum bunten Stein
- 15-16 Uhr Punkt für Punkt zum bunten Stein
- 15-16 Uhr Dance Fit - Tanzeinlage zum Zuschauen und Mitmachen

Sonntag, 19.09.21:

vhs Jena / Aktionen für Groß und Klein

- 10-11 Uhr Yoga mit Christian Hill
- 11-12 Uhr Yoga mit Christian Hill
- 12-13 Uhr smovey mit Annette Zech
- 13-14 Uhr smovey mit Annette Zech
- 14-15 Uhr Yoga mit Christian Hill
- 15-16 Uhr Yoga mit Christian Hill
- 12-13 Uhr Fotoworkshop mit André Helbig
- 13-14 Uhr Fotoworkshop mit André Helbig
- 14-15 Uhr Fotoworkshop mit André Helbig
- 11-15 Uhr Kreativstand: Blaudruck
- 10-16 Uhr Quiz

Montag, 20.09.21:

vhs Saale-Holzland-Kreis / Kinderprogramm zum Weltkindertag

- 10-12 Uhr Unsere einheimischen Wildkräuter – Gesundheit aus der Natur
- 12-14 Uhr Duft-Memory
- 14-16 Uhr Sinnesschulung für Kinder: Gewürze und Kräuter erschnuppern, ertasten und erschmecken
- 10-16 Uhr Kreativstand: Stoffbeutel bemalen



Foto: Marcus Glahn



**In diesem Semester:
Für Teilnehmende an
Englisch-Sprachkursen**

Wir wollen Ihnen von nun an in jedem Semester eine Vortragsreihe anbieten, die von bestimmten Teilnehmenden entgeltfrei besucht werden können. In diesem Semester beginnen wir mit einer Vortragsreihe, die sich explizit mit England bzw. Großbritannien beschäftigt und ganz verschiedene thematische Facetten aufgreift. Um dieses Angebot offerieren zu können, haben wir bei allen Englisch-Kursen einen Euro einkalkuliert. Dafür können alle Teilnehmende an Englisch-Kursen entgeltfrei an diesen drei Kursen teilnehmen. Selbstverständlich sind die Vorträge offen für alle Interessierten. Aber in diesem Semester haben die Englisch-Teilnehmenden einen Vorteil!



**Bitte bedenken Sie:
Aufgrund der Infektionsschutzregeln ist auch bei Vorträgen eine Anmeldung notwendig.**

**Faszinierendes Irland –
Auf ungewöhnlichen Wegen
über die „Grüne Insel“**

Ein Abend für alle, die sich bereits in die „Grüne Insel“ verliebt haben – oder es demnächst vorhaben! Ein umfassender und farbiger Bildbericht über dieses malerische und sehenswerte Land im äußersten Westen Europas! Die Insel fasziniert auf vielfältige Weise, etwa durch ihre grandiosen Landschaften, wo sich Berge abwechseln mit Wiesen, Seen, Flüssen, Wäldern und weiten Torf- und Heidelandschaften. Die mehr als dreitausend Kilometer lange Küste bietet immer wieder Neues: steile, bizarre Felsen, sanft ins Meer abfallende Hänge, kilometerlange, einsame Sandstrände.

Faszinierend auch die vielen Zeugnisse aus unterschiedlichsten Epochen: Megalith-Monumente aus der Jungsteinzeit, keltische Festungsanlagen, hohe Bibelkreuze und geheimnisvolle Rundtürme aus Irlands frühchristlicher Epoche, verfallene Schlössern und Abteien – Für viele ist es aber gerade die traditionelle irische Musik oder auch das einzigartige literarische Erbe, welche die Insel so attraktiv machen. Irland ist aber auch eine Insel der Gegensätze, zweigeteilt in die Republik Irland und das zu Großbritannien gehörende Nordirland! Dort ruhen seit September 1994 die Waffen, und, für viele überraschend, scheint der auf dem „Karfreitagsabkommen“ von 1998 basierende Friedensprozess stabil voranzukommen. Und natürlich muss auch auf die aktuelle wirtschaftliche und soziale Situation in der Republik Irland, die Betroffenheit durch den Brexit, zumindest kurz eingegangen werden.

Eckhard Ladner, Studien- und Programmleiter des Europäischen Bildungs- und Begegnungszentrums, ist Sozialwissenschaftler, Reiseleiter und Irlandspezialist. Er lebt seit über 35 Jahren in Irland. Er wird auch sehr gerne Fragen zur geplanten Irlandreise der vhs Jena vom 10. - 17. Oktober 2021 beantworten.

21H10901

Eckhard Ladner
Dienstag, 23.11.2021, 19:00 - 21:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a
5,00 Euro
Entgeltfrei für Teilnehmende an Englisch-Kursen!

**Englische
Gartenkunst (online)**

Seit Menschengedenken spielen Gärten eine wichtige Rolle in der Vermittlung zwischen Natur und Kultur. Im Gegensatz zum französischen Garten und dessen geometrischer Symmetrie möchte die englische Gartenkunst den natürlichen Zustand bewahren, zugleich aber den Garten organisch formen. Der Vortrag möchte zeigen, welche Wirkung die Landschaftsmalerei auf die englische Gartenkunst hatte. Er beschäftigt sich auch mit der Frage, welcher Zusammenhang zwischen der englischen Gartenkunst und der Romantik besteht. Wir werden nicht nur den Einfluss der englischen Gartenkunst auf Deutschland untersuchen, sondern uns ebenso mit der Frage befassen, welche Spuren die englische Gartenkunst in Thüringen hinterlassen hat.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Ist die Mindestteilnehmerzahl erreicht, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login.

Voraussetzung: mindestens Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert zur aktiven Teilnahme sind auch Mikrofon und Webcam.

21H20314

Dr. Almut Sakai
Dienstag, 08.02.2022, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
12,50 Euro
Entgeltfrei für Teilnehmende an Englisch-Kursen!

Vortrag zu englischer Literatur

Vortrag ist angefragt. Informationen ab September in der vhs.

21H20315

N.N.
Ort und Termin werden bekannt gegeben.



**Tastschreiben aktiv –
Sicher und einfach
schreiben lernen (Ferien)**

21H50410

Montag - Freitag, 25.10. – 29.10.2021,
09:00 - 14:30 Uhr, 5 Tage
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
99,50 Euro
(bereits ermäßigtes Entgelt)

**Weitere Kurse finden Sie ab
September unter www.vhs-jena.de**

Studienmaterial und die passende Literatur
für Ihren Kurs bekommen Sie bei Thalia.



**Jenaer Universitätsbuchhandlung Thalia
»Neue Mitte Jena«**

Leutragraben 1 · 07743 Jena · Tel. 03641 4546-0
E-Mail: Thalia.Jena-NeueMitte@Thalia.de

 **Thalia**

Semesterschwerpunkt Nachhaltigkeit



Franziska Vogelsang

„Die Natur begeisterte mich schon immer. Als Kind war ich schon viel draußen, sei es zum Toben, Bude bauen oder Wandern. Deshalb habe ich Biologie mit Schwerpunkt Ökologie in Jena studiert. Nun kann ich meine Begeisterung seit zwei Jahren als Mitarbeiterin im Bereich Umweltbildung beim Stadtforst Jena weitergeben. Die Projekte Naturerlebniszentrum und natura jenensis liegen meinen Kolleg:innen und mir besonders am Herzen – denn nur wer unsere Natur und ihre Besonderheiten aktiv erlebt, weiß sie zu schätzen und zu schützen.“

Jenas Natur wird zum Erlebnis. Die Bildungslandschaft erweitert sich um das Naturerlebniszentrum. Der Schottplatz verändert sich.

Viele Jenaer*innen kennen ihn noch als Ort, wo Betriebsfeiern, Sportveranstaltungen und Familienfeste stattgefunden haben: Der Schottplatz im Jenaer Forst war lange Zeit nicht nur für Mitarbeitende der Firma Schött ein beliebtes Ausflugsziel. Nach mehreren Versuchen der Nutzung lag die Fläche brach, die Gebäude verfielen oder wurden teilweise durch den Kommunalservice Jena genutzt.

Nun wird dieser geschätzte Ort wieder zum Leben erweckt. Ein Naturerlebniszentrum wird entstehen, um große und kleine Besucher*innen für die Natur zu begeistern, das Zusammenspiel zwischen Natur und Mensch darzustellen oder über Wanderrouen in der Umgebung zu informieren. Als Plattform für verschiedene Akteure im Bildungsbereich bietet das Naturerlebniszentrum den Raum für unterschiedliche Angebote im Sinne der Bildung für nachhaltige Entwicklung. Natürlich bleibt auch die bekannte Musikmuschel erhalten, sodass auch kulturelle Veranstaltungen wieder möglich werden.

Die schöne Lage mitten im Wald und am Panoramaweg SaaleHorizontale macht das Naturerlebniszentrum zum perfekten Startpunkt für ausgedehnte Wanderungen um Jena. Es ist damit der Kern der

natura jenensis, der Naturerlebnisregion des Mittleren Saaletals. Die SaaleHorizontale als Anker der Region wird durch drei neue Erlebnispfade ergänzt. Diese machen einen Besuch in unserer wunderbaren Natur noch spannender. Der Schlaue Ux zeigt zum Beispiel, wer die Ottonen waren, wie Himmelsteiche entstehen und welche Tiere im Jenaer Stadtwald zu Hause sind. Dabei können Ritter, Wildschweine oder Napoleon auf dem Smartphone zum Leben erweckt werden. Interessantes Wissen, beispielsweise zur Entstehung und zum Schutz der Landschaft oder Besonderheiten des Klimas in Jena werden interaktiv ganz nebenbei vermittelt.

Egal ob nach einem Besuch des Naturerlebniszentrums, einer Wanderung auf der SaaleHorizontale oder einem Familienausflug zu den Erlebnispfaden, eine Erkenntnis kann jede*r mit nach Hause nehmen: Die Natur um uns herum ist fantastisch und steckt voller Wunder. Dass das so bleibt, ist die Aufgabe von uns allen.

Wollen Sie Näheres über das Vorhaben erfahren, dann kommen Sie in unsere Informations- und Gesprächsveranstaltung zum Naturerlebniszentrum:

21H11001

Franziska Vogelsang
Mittwoch, 10.11.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum
entgeltfrei

Wer will klimafit werden?

Im Frühjahr soll die Kursreihe in Kooperation mit dem WWF und dem Helmholtz-Verbund beginnen.

Die Corona-Pandemie hat deutlich gemacht, wie anfällig unser Leben gegenüber äußeren Einwirkungen ist und was das für unseren Alltag bedeuten kann. Dass die Auswirkungen des Klimawandels auch Deutschland betreffen, merken wir immer deutlicher. Auf der einen Seite vermehrte Hitzetage über 30 Grad und Dürren (auch und gerade in Jena), auf der anderen Seite häufigere Starkniederschlagsereignisse, wie z.B. im Juli die Katastrophen in Rheinland-Pfalz und NRW. Rund um den Globus fordern Menschen deswegen, unter anderem im Rahmen von „Fridays for Future“, ein entschlossenes Handeln für mehr Klimaschutz von der Politik.

Klimaschutz und Klimaanpassung sind eine zentrale Aufgabe der Kommunen. Um diese Aufgaben wahrnehmen zu können, braucht die Kommune Bürgerinnen und Bürger, die sich gemeinschaftlich engagieren, mit den Hintergründen vertraut machen und wissen, wie sie sich in ihrem persönlichen Umfeld schützen und anpassen können.

Diese Informationen vermittelt der innovative Kurs „klimafit“. An sechs Kursabenden macht Sie „klimafit“ mit den wissenschaftlichen Grundlagen zum Thema Klima vertraut. Der Fokus liegt auf Veränderungen, die der Klimawandel in Deutschland und in Ihrer Region herbeiführt. Darüber hinaus will der Kurs Anregungen zum gemeinsamen Handeln geben.

Den Volkshochschulkurs klimafit haben der WWF Deutschland und der Helmholtz-Verbund „Regionale Klimaänderungen und Mensch“ (REKLIM) 2017 gemeinsam entwickelt. In den Kursen wird vermittelt, was die Ursachen und Folgen der Klimakrise sowohl auf globaler, regionaler aber auch lokaler Ebene sind. Zudem sprechen die Teilnehmenden mit Expert:innen über das Klimamanagement und mögliche Klimaschutz- und Klimaanpassungsmaßnahmen. Lokale Klimaschutzverantwortliche, Vertreter:innen von lokalen Initiativen sowie Wissenschaftler:innen unterstützen die Kurse an den Volkshochschulen mit Fachbeiträgen. Bundesweit gefördert wird das Angebot von der Klaus Tschira Stiftung und der Robert Bosch Stiftung. Regional wird es von der Postcodelotterie unterstützt.



Die erfolgreiche Teilnahme wird am Ende des Kurses mit einem Zertifikat ausgezeichnet.

Die vhs Jena hat sich darum beworben. Bei Drucklegung war die Entscheidung noch nicht gefallen ...

Wenn Sie Interesse daran haben, senden Sie uns gern schon einmal eine Mail mit Ihrer Interessenbekundung. Wenn es dann losgeht, kommen wir direkt wieder auf Sie zu und besprechen die Details.

Südthüringer Tradition: Vom Weihnachtsbaum zum Kloßquirl

21H11002

Jörn Serrer

Samstag, 15.01.2022, 09:00 - 13:30 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
22,00 Euro

Mit dem Hollandrad in die Schweizer Berge – Eine unsinnige Idee? Keineswegs!

21H10902

Gabriele Reiß

Donnerstag, 18.11.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
14,00 Euro
Siehe Seite 39.

Klimawandel und Klimapolitik

21H10014

Prof. Ottmar Edenhofer, Ökonom
Donnerstag, 02.12.2021,
19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Die Resiliente Gesellschaft

21H10014A

Prof. Markus Brunnermeier, Volkswirt
Donnerstag, 09.12.2021,
19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei



Moore sind wahre Klimahelden

21H10401

Mittwoch, 22.09.2021,
19:00 - 20:30 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei
Siehe Seite 36.

Grundbildung als Fundament einer Bildung für Nachhaltige Entwicklung

21H10402

Mittwoch, 03.11.2021, 19:00 - 20:30 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei
Siehe Seite 35.

Weitere Angebote finden Sie auf unserer Homepage: www.vhs-jena.de



vhs
ONLINE



vhs ONLINE

- 22 vhs.wissen live
- 25 on.cloud.9
- 29 Xpert Business Akademie

Liebe Teilnehmende und Interessierte,

die Planung der Veranstaltungen für das Herbstsemester stand noch immer im Kontext von Corona. Daher haben wir viele Kurse vorsorglich mit weniger Teilnehmenden als Kleingruppen geplant. Sollte die Situation es zulassen, werden diese Kurse selbstverständlich auch wieder geöffnet für die normale Gruppenstärke. Damit würde sich auch der Preis verringern. Es gibt aber auch Kurse, die wir aufgrund des Infektionsschutzes im Fall weiterer Einschränkungen verkleinern müssten. Dann würde sich der Preis erhöhen. Natürlich werden alle angemeldeten Teilnehmenden rechtzeitig informiert.

Ihr vhs-Team



Fachbereichsleiter
Christian Ziege
Telefon 03641 498213
christian.ziege@jena.de



Sachbearbeiterin
Sybille Zeise
Telefon 03641 498215
sybille.zeise@jena.de

Kursgrößen und Bezeichnungen:

VHeSpresso: 2 - 4 Teilnehmende. Durchführungsgarantie ab 2 Teilnehmenden, wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Minigruppe: 2 - 4 Teilnehmende. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als Kleingruppe oder als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe: 5 - 7 Teilnehmende. Wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe*: 5 - 7 Teilnehmende. Keine Ermäßigung. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend, und Ermäßigungen sind möglich.

Regulärer Kurs: ab 8 Teilnehmende. Ermäßigung möglich. Bei geringer Nachfrage kann der reguläre Kurs zu einer Kleingruppe verkleinert werden. Der Preis erhöht sich und / oder die Stundenanzahl verringert sich entsprechend. Wir nehmen in diesem Fall vor Kursbeginn mit allen Teilnehmenden Kontakt auf.



vhs • wissen live

das digitale Wissenschaftsprogramm



Was ist vhs.wissen live?

vhs.wissen live – das sind hochkarätige Vorträge von Experten aus Wissenschaft, Kunst und Gesellschaft, an welchen Sie digital und entgeltfrei teilnehmen und anschließend live mit den Referenten diskutieren können. Seien Sie neugierig – und testen Sie es aus!

Wie kann ich an diesen Vorträgen teilnehmen?

Zu diesen Veranstaltungen können Sie sich online, persönlich, per E-Mail oder telefonisch anmelden. Etwa ein bis zwei Tage vor Beginn erhalten Sie von uns einen Link und ein Passwort für diese Veranstaltung auf Ihre E-Mailadresse geschickt. Diesen Link müssen Sie zur Veranstaltung nur in Ihrem Browser eingeben, Passwort hinzufügen

und schon können Sie der Veranstaltung entweder mit Kopfhörern oder mit Lautsprechern folgen. Wir wünschen viel Spaß dabei und vor allem viele neue und interessante Erkenntnisse.

Die ausführlichen Inhalte sowie Informationen zu den Referent*innen der einzelnen Veranstaltungen finden Sie im Internet unter: www.vhs-jena.de

Deutschland und Italien – eine spannungsreiche Beziehung



Moderation: Sabine Seeger-Regling, ehem. Italienkorrespondentin und Beraterin für EU-Fragen.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Deutsch-italienischen Zentrum Villa Vigoni statt.

Sprache: Italienisch mit Simultanübersetzung

21H10000A

Ulrich Ladurner (tbc), Journalist, Fabio Colasanti, Ökonom

Donnerstag, 26.08.2021,

18:00 - 19:30 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

entgeltfrei

Dante und die deutsche Welt (und darüber hinaus)



Die Veranstaltung findet auf Italienisch, in Kooperation mit dem Deutsch-italienischen Zentrum Villa Vigoni statt.

21H10000B

Dr. Marco Grimaldi,
Literaturwissenschaftler

Freitag, 27.08.2021, 18:00 - 19:30 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

entgeltfrei

Die großen Katastrophen der Vergangenheit und einige Lehren für die Zukunft



Die Veranstaltung findet in englischer Sprache statt.

21H10001

Prof. Niall Ferguson, Historiker, Harvard University

Montag, 06.09.2021, 18:30 - 20:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

entgeltfrei

Warum es kein islamisches Mittelalter gab – Das Erbe der Antike und des Orients



21H10002

Prof. Thomas Bauer, Islamwissenschaftler

Montag, 20.09.2021, 19:30 - 21:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

entgeltfrei

**Wir danken den
Projektpartnern
dieses Semesters:**



DEUTSCHE AKADEMIE DER
TECHNIKWISSENSCHAFTEN

L.I.S.A. WISSENSCHAFTSPORTAL
GERDA HENKEL STIFTUNG

Süddeutsche Zeitung



IT- Sicherheit: Herausforderungen für Wissenschaft und Gesellschaft

In Zusammenarbeit mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

21H10003

Prof. Dr. Claudia Eckert, Leiterin AISEC, München
Dienstag, 21.09.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

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

21H10004

Prof. Thomas Bauer, Islamwissenschaftler
Mittwoch, 22.09.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Realität des Risikos

21H10005

Julian Nida-Rümelin, Philosoph
Montag, 27.09.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

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

21H10006

Prof. Martin Zimmermann, Historiker
Freitag, 01.10.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Das Risikoparadox – warum wir uns vor dem Falschen fürchten

In Zusammenarbeit mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

21H10007

Prof. Ortwin Renn, Umwelt- und Techniksoziologe
Dienstag, 12.10.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Wie lässt sich unser Gesundheitssystem fairer und effizienter gestalten?

21H10007A

Prof. Dr. Karl Lauterbach, Mediziner und Gesundheitsökonom, Prof. Dr. Thomas Pogge, Philosoph
Dienstag, 19.10.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Die Erziehung des Geschmacks. Eine unendliche Geschichte

21H10008

Prof. Dr. Ulrich Raulff, Historiker
Donnerstag, 21.10.2021,
19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Die Wiederfindung der Nation – Warum wir sie fürchten und warum wir sie brauchen

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

21H10009

Prof. Aleida Assmann, Literaturwissenschaftlerin und Anglistin, Prof. Herfried Münkler, Politikwissenschaftler
Freitag, 29.10.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

SZ-JournalistInnen im Gespräch

Zu Gast bei vhs.wissen live sind SZ JournalistInnen die zu aktuellen Themen berichten und mit Ihnen diskutieren.
Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Süddeutschen Zeitung statt.

21H10009A

vhs.wissen live
Dienstag, 09.11.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Srebrenica 1995 – ein europäisches Trauma

21H10010

Prof. Marie-Janine Calic, Historikerin
Mittwoch, 10.11.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei



Malerfürst und barocke Üppigkeit Peter Paul Rubens im Spannungsfeld von Bedeutung und modernen Rezeptionsgewohnheiten



Live aus der Pinakothek in München.

21H10016A

Dr. Mirjam Neumeister, Sammlungsleiterin in der Alten Pinakothek.
Donnerstag, 16.12.2021,
19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Adolph Menzels Kunst und Wirklichkeiten



Die Gemälde der neuen Pinakothek "Wohnzimmer mit der Schwester des Künstlers" und "Prozession in Hofgastein"

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Neuen Pinakothek statt.

21H10011

Dr. Joachim Kaak, stellv. Generaldirektor der Bayerischen Staatsgemäldesammlungen
Donnerstag, 11.11.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Femizide – Warum Männer Frauen töten und was wir dagegen tun müssen



21H10012

Margherita Bettoni, Journalistin
Donnerstag, 25.11.2021,
19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Was ist Technik – und was ist der Mensch?



In Zusammenarbeit mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

21H10013

Prof. Armin Grunwald, Physiker, Mathematiker und Philosoph
Dienstag, 16.11.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Klimawandel und Klimapolitik



21H10014

Prof. Ottmar Edenhofer, Ökonom
Donnerstag, 02.12.2021,
19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Die Resiliente Gesellschaft



21H10014A

Prof. Markus Brunnermeier, Volkswirt
Donnerstag, 09.12.2021,
19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Chinas große Umwälzung – Soziale Konflikte und Aufstieg im Weltsystem



21H10015

Prof. Felix Wemheuer, Sinologe
Freitag, 10.12.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Der Ursprung der Kooperation beim Menschen



Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Max-Planck-Gesellschaft statt.

21H10016

Prof. Felix Warneken, Psychologe
Mittwoch, 15.12.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Schule in Zeiten von Corona – was kostet die Schulschließung?



21H10017

Dr. Katharina Werner, Ökonomin
Montag, 20.12.2021, 19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Vortrag von und mit Jutta Allmendinger



21H10018

Prof. Dr. Jutta Allmendinger, Soziologin
Donnerstag, 13.01.2022,
19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Religion und Nation in den USA



21H10019

Prof. Michael Hochgeschwender, Kulturwissenschaftler
Donnerstag, 20.01.2022,
19:30 - 21:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Kommen Sie mit uns „on.cloud.9“!

Im englischsprachigen Raum schwebt man eher auf „Wolke 9“ als auf „Wolke 7“, wobei nicht einmal ganz klar ist, woher diese andere Wolke eigentlich stammt. Mindestens seit den 60er Jahren des 20. Jahrhunderts jedenfalls fand „cloud 9“ immer wieder Eingang in verschiedene Lieder und die Poesie. Wir greifen den Gedanken des Schwebens, des Sich-Wohlfühlens, des ganz anderen Raumes auf und nennen unsere eigenen Onlineangebote, die wir mit unseren eigenen vhs-Dozenten konzipiert haben: on.cloud.9

Die vhs Jena bietet auch in diesem Semester unter der Rubrik „On.cloud.9“ ein umfangreiches online-Programm. Aus den Bereichen Sprache, Gesundheit, Kultur-Gestalten sowie Arbeit und Beruf sind zahlreiche Angebote entwickelt worden und stehen für Sie ab September 2021 zur Verfügung.

Die Sprachkurse on.cloud.9 sind auf 7 Teilnehmende begrenzt, denn der Fokus liegt auf einer intensiven Betreuung.

Was hat es eigentlich mit „on.cloud.9“ auf sich?



Grundsätzlich benötigen Sie ein Headset oder Kopfhörer sowie Mikrofon. Als Browser eignen sich Google Chrome oder Firefox. Alle weiteren Informationen, z.B. über den Zugang, erhalten Sie zeitnah vor dem Kurs.

Moore sind wahre Klimahelden

Digitale Vortragsreihe zur Agenda 2030

21H10401

Dozent in Kooperation
Mittwoch, 22.09.2021, 19:00 - 20:30 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei



Grundbildung als Fundament einer Bildung für Nachhaltige Entwicklung

Digitale Vortragsreihe zur Agenda 2030

21H10402

Dozent in Kooperation
Mittwoch, 03.11.2021, 19:00 - 20:30 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei



Mittagspause mit Kollegin KI?

Wie Mensch und Maschine zusammenarbeiten

Die Veranstaltung ist Teil der Digitalen Vortragsreihe „Stadt – Land – DatenFluss“ des Deutschen Volkshochschul-Verbandes e.V..

21H11013

Dozent in Kooperation
Dienstag, 14.09.2021, 19:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei



Kann mein Auto mit der Ampel sprechen?

Die Veranstaltung ist Teil der Digitalen Vortragsreihe „Stadt – Land – DatenFluss“ des Deutschen Volkshochschul-Verbandes e.V..

21H11014

Dozent in Kooperation
Donnerstag, 07.10.2021, 19:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei



Kann meine Heizung die Wetter-App lesen?

Die Veranstaltung ist Teil der Digitalen Vortragsreihe „Stadt – Land – DatenFluss“ des Deutschen Volkshochschul-Verbandes e.V..

21H11015

Dozent in Kooperation
Dienstag, 09.11.2021, 19:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei



Ausdrucksstarke Stimme und prägnantes, freies Sprechen

21H20200

Andreas Arnstedt
samstags, 04.12.2021, 09:30 - 16:15 Uhr,
2 Tage
vhs, virtueller Klassenraum
65,80 Euro
Kleingruppe



Camera Acting-Workshop – Schauspiel vor der Kamera

21H20234

Andreas Arnstedt
Samstag, 12.02.2022, 09:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 13.02.2022, 09:00 - 17:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
81,00 Euro
Kleingruppe



Entartete Kunst. Nationalsozialismus und Moderne

21H20310

Dr. Almut Sakai
Mittwoch, 06.10.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
12,50 Euro



Ahasver: Der Mythos des ewigen Juden

21H20311

Dr. Almut Sakai
Mittwoch, 03.11.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
12,50 Euro



Der Golem: Judentum und Volkskultur

21H20312

Dr. Almut Sakai
Mittwoch, 01.12.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
12,50 Euro





Kafka und das jüdische Prag

21H20313

Dr. Almut Sakai
Mittwoch, 12.01.2022, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
12,50 Euro

Englische Gartenkunst

21H20314

Dr. Almut Sakai
Dienstag, 08.02.2022, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
12,50 Euro

Freies Zeichnen

21H20540

Willi Schlese
montags, 08.11.2021, 17:45 - 20:00 Uhr,
5 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
62,00 Euro
Kleingruppe

Zeichnen lernen – Grundlagenkurs

21H20541

Willi Schlese
dienstags, 09.11.2021, 17:45 - 20:00 Uhr,
5 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
62,00 Euro
Kleingruppe

Anatomisches Zeichnen für Anfänger

21H20542

Willi Schlese
montags, 03.01.2022, 17:45 - 20:00 Uhr,
5 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
62,00 Euro
Kleingruppe

Gitarre für Fortgeschrittene I

21H20820

Michael Ipatov
dienstags, 09.11.2021, 19:00 - 19:45 Uhr,
12 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
51,10 Euro
Kleingruppe

Gitarre für Fortgeschrittene II

21H20821

Michael Ipatov
montags, 08.11.2021, 20:00 - 20:45 Uhr,
12 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
51,10 Euro
Kleingruppe

Gitarre für Anfänger

21H20822

Michael Ipatov
montags, 08.11.2021, 19:00 - 19:45 Uhr,
12 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
51,10 Euro
Kleingruppe

Autogenes Training

21H30102

Marlin Parrau
dienstags, 09.11.2021, 18:00 - 19:30 Uhr,
10 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
95,00 Euro
Kleingruppe

Meditations-Kick: Gelassen und gestärkt bereit für die Nacht

21H30106

Sandra Stock
donnerstags, 07.10.2021,
19:45 - 20:45 Uhr, 12 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
77,00 Euro
Kleingruppe

Feldenkrais-Kurs: Beweglicher werden im eigenen Wohnzimmer

21H30108

Antonia Kaps
donnerstags, 23.09.2021,
16:30 - 18:00 Uhr, 5 Nachmittage
vhs, virtueller Klassenraum
50,00 Euro

21H30109

Antonia Kaps
donnerstags, 13.01.2022,
16:30 - 18:00 Uhr, 5 Nachmittage
vhs, virtueller Klassenraum
50,00 Euro



Resilienztraining – Die psychische Widerstandskraft stärken

21H30698

Marlin Parrau
dienstags, 09.11.2021, 16:00 - 17:30 Uhr,
10 Nachmittage
vhs, virtueller Klassenraum
95,00 Euro

Italienisch A1.1

21H409002

Francesco Cavassa
donnerstags, 16.09.2021,
17:30 - 19:00 Uhr, 15 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
134,00 Euro

Italienisch A1.2

21H409004

Francesco Cavassa
dienstags, 14.09.2021, 19:15 - 20:45 Uhr,
15 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
134,00 Euro

Schwedisch Lektürekurs

21H420002

Mandy Strecker
mittwochs, 15.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
10 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
115,00 Euro
Kleingruppe

Spanisch A1 - A2 – Brückenkurs

21H422010

Ingrid Vega Chaves
donnerstags, 16.09.2021,
19:15 - 20:45 Uhr, 15 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
134,00 Euro

Deutsch A1: Aussprachetraining



Voraussetzungen: Sie haben keine Vorkenntnisse in Deutsch. Wünschenswert sind Erfahrungen im Erlernen von Fremdsprachen.

21H404052

Melina Luise Koch
dienstags und donnerstags
14.09.2021 – 07.10.2021
18:30 – 20:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
93,00 Euro

Deutsch A2/B1: Aussprachetraining



Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A1

21H404053

Melina Luise Koch
dienstags und donnerstags
02.11. – 25.11.2021
18:30 – 20:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
93,00 Euro

Deutsch B2: Wissenschaftliches Schreiben fürs Studium



Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau B1

21H404036

Claudia Petermann
montags, dienstags und mittwochs
01.09. – 05.10.2021
08:30 – 10:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
170,00 Euro



Deutsch im Alltag A1.1: Deutsch auf dem Spielplatz



Der Kurs kann eine Ergänzung zu Ihrem A1 Kurs sein.

Voraussetzungen: Sie haben Kenntnisse in Deutsch auf dem Niveau A1.1.

21H404065

Melina Luise Koch
Mittwoch, 15.09.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
38,00 Euro

Deutsch im Alltag A1.1: Unterwegs mit Bus und Bahn in Thüringen



Der Kurs kann eine Ergänzung zu Ihrem A1 Kurs sein.

Voraussetzungen: Sie haben Kenntnisse in Deutsch auf dem Niveau A1.1.

21H404066

Melina Luise Koch
mittwochs
13.10.2021 & 20.10.2021
18:30 - 20:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
38,00 Euro

Deutsch im Alltag A2: Über Rassismus sprechen



Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2

21H404063

Melina Luise Koch
mittwochs
22.09.2021, 29.09.2021 & 29.09.2021
18:30 - 20:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
38,00 Euro

Deutsch im Alltag A2: Über aktuelle Probleme diskutieren



Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2

21H404064

Melina Luise Koch
mittwochs
27.10.2021 & 03.11.2021
18:30 - 20:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
38,00 Euro

Norwegisch A1. – 2. Semester



21H415062

Marcus Großkopf
mittwochs, 29.09.2021,
18:30 - 20:00 Uhr, 10 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
121,00 Euro



HEIMSTÄTTEN
SEIT GENERATIONEN EIN ZUHAUSE



Koreanisch A1 – 2. Semester

21H426001

Joo Young Lee
dienstags, 14.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
10 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
118,00 Euro
Kleingruppe*



vhs-DOnline: PowerPoint – Präsentation schnell erstellt

21H51115

Carola Lück
Donnerstag, 30.09.2021,
13:30 - 17:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
35,00 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Pivot- Tabellen und -Charts

21H51122

Carola Lück
Donnerstag, 02.12.2021, 08:30 - 11:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Word – Tipps und Tricks

21H51110

Carola Lück
Donnerstag, 30.09.2021,
08:30 - 12:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
35,00 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: PowerPoint – Tipps und Tricks

21H51116

Carola Lück
Donnerstag, 14.10.2021, 13:30 - 17:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
35,00 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Pivot-Tabellen aus mehreren Tabellen

21H51123

Carola Lück
Donnerstag, 16.12.2021,
08:30 - 11:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Word – Große Dokumente

21H51111

Carola Lück
Donnerstag, 14.10.2021,
08:30 - 12:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
35,00 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Outlook – Grundlagen

21H51118

Carola Lück
Donnerstag, 07.10.2021,
08:30 - 15:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
50,00 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Datenmanagement mit Excel

21H51124

Carola Lück
Donnerstag, 03.02.2022,
13:30 - 17:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
35,00 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Word – Automatisierung

21H51112

Carola Lück
Donnerstag, 11.11.2021, 08:30 - 12:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
35,00 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Tipps und Tricks

21H51120

Carola Lück
Donnerstag, 18.11.2021, 08:30 - 11:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Diagramme (intensiv)

21H51125

Carola Lück
Donnerstag, 02.12.2021,
13:30 - 16:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Word – Formulare mit Word

21H51113

Carola Lück
Donnerstag, 09.12.2021,
08:30 - 11:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Tipps und Tricks II

21H51121

Carola Lück
Donnerstag, 25.11.2021,
08:30 - 11:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Einfache Makros aufzeichnen

21H51126

Carola Lück
Donnerstag, 18.11.2021, 13:30 - 16:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Arbeit mit häufigen Funktionen

21H51127

Carola Lück
Donnerstag, 06.01.2022,
08:30 - 15:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
50,00 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Datums- und Zeitfunktion intensiv

21H51130

Carola Lück
Donnerstag, 27.01.2022,
13:30 - 16:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Prognosen und Trends

21H51133

Carola Lück
Donnerstag, 16.12.2021,
13:30 - 16:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – WENN-Funktion

21H51128

Carola Lück
Donnerstag, 13.01.2022,
08:30 - 14:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
42,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Textfunktionen intensiv

21H51131

Carola Lück
Mittwoch, 03.02.2021, 08:30 - 11:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Professionelle Formulare

21H51134

Carola Lück
Donnerstag, 20.01.2022,
08:30 - 11:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – SVERWEIS

21H51129

Carola Lück
Donnerstag, 20.01.2022,
13:30 - 16:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Datenbankfunktionen und Spezialfilter

21H51132

Carola Lück
Donnerstag, 10.02.2022,
08:30 - 11:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Workshop intelligente Tabellen – Excel als Datenbankersatz

21H51135

Carola Lück
Donnerstag, 21.10.2021,
08:30 - 16:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
50,00 Euro
Kleingruppe



Xpert Business Akademie Thüringen

Xpert Business ist ein bundesweit anerkanntes Zertifikatsystem, das kaufmännische Abschlüsse oder auch Teile daraus modular anbietet – online oder in Präsenz.

Viele Volkshochschulen in Thüringen haben sich zusammengeschlossen zur »Xpert Business Akademie Thüringen« unter der organisatorischen Leitung der vhs Jena. Hierbei wurden Angebote aus dem Gesamtportfolio des Xpert-Systems ausgewählt und als Akademie-Angebot mit Durchführungsgarantie zusammengestellt.

Es handelt sich dabei um Online-Angebote. Flankierend können aber auch Coachings in Präsenz als Einzeltrainings mit entsprechenden Fachdozent*innen gebucht werden. Hierbei gibt es die Gelegenheit, einzelne Themen zu vertiefen, Fragen zu stellen oder die eine oder andere Übung zu besprechen.

Haben Sie dazu weitere Fragen? Dann wenden Sie sich an den Fachbereichsleiter Beruf:
Christian Ziege, Telefon 03641 498213
christian.ziege@jena.de
oder besuchen Sie die Infoveranstaltung.

Was bedeutet eigentlich „Xpert Business“?



Xpert Business Akademie – Infoveranstaltung Online



21F50500A

Christian Ziege
Dienstag, 18.10.2021, 18:00 - 19:30 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Weitere Details:
Kursangebote und Inhalte finden Sie unter:
www.vhs-jena.de oder ab Seite 118.



Gesellschaft



Gesellschaft

- 32 Geschichte und Zeitgeschichte
- 34 Politik
- 34 Ökonomie | Recht | Finanzen
- 35 Stadt.Land.Welt – Web
- 36 Lernen – Lehren – Pädagogik
- 36 Rhetorik | Kommunikation
- 37 Verbraucherfragen – DIGITAL
- 39 Länder- und Heimatkunde | Umweltbildung
- 40 Veranstaltungsreihe „Stadt | Land | DatenFluss“
- 41 Studienreisen

Liebe Teilnehmende und Interessierte,

die Planung der Veranstaltungen für das Herbstsemester stand noch immer im Kontext von Corona. Daher haben wir viele Kurse vorsorglich mit weniger Teilnehmenden als Kleingruppen geplant. Sollte die Situation es zulassen, werden diese Kurse selbstverständlich auch wieder geöffnet für die normale Gruppenstärke. Damit würde sich auch der Preis verringern. Es gibt aber auch Kurse, die wir aufgrund des Infektionsschutzes im Fall weiterer Einschränkungen verkleinern müssten. Dann würde sich der Preis erhöhen. Natürlich werden alle angemeldeten Teilnehmenden rechtzeitig informiert.

Ihr vhs-Team



Leiterin der vhs
Fachbereichsleitung
Dr. Angela Anding
Telefon 03641 498210
angela.anding@jena.de



Sachbearbeiterin
Sybille Zeise
Telefon 03641 498215
sybille.zeise@jena.de

Kursgrößen und Bezeichnungen:

VHeSpresso: 2 - 4 Teilnehmende. Durchführungsgarantie ab 2 Teilnehmenden, wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Minigruppe: 2 - 4 Teilnehmende. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als Kleingruppe oder als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe: 5 - 7 Teilnehmende. Wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe*: 5 - 7 Teilnehmende. Keine Ermäßigung. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend, und Ermäßigungen sind möglich.

Regulärer Kurs: ab 8 Teilnehmende. Ermäßigung möglich. Bei geringer Nachfrage kann der reguläre Kurs zu einer Kleingruppe verkleinert werden. Der Preis erhöht sich und / oder die Stundenanzahl verringert sich entsprechend. Wir nehmen in diesem Fall vor Kursbeginn mit allen Teilnehmenden Kontakt auf.

August der Starke – Jugend und Herrschaft (HY)

Kein anderer sächsischer Herrscher erreicht die Popularität Augusts, obwohl dieser politisch alles andere als glücklich agiert. Den Absolutismus in Sachsen kann er nicht vollständig durchsetzen und auch an der polnischen Krone hat er schwer zu tragen. Verheerend schließlich die Niederlagen im Nordischen Krieg! Mit russischer Hilfe erlangt August den polnischen Thron zurück. Durch kluge Wirtschafts-, Bündnis- und Heiratspolitik erkämpft er die Rückkehr zur europäischen Bühne.

21H10100

Dr. Thomas Frantzke
Dienstag, 28.09.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
12,50 Euro

August der Starke – Die Liebe und die Kunst (HY)

August der Starke galt in seiner Zeit als Kavaliere und großer Herzensbrecher. Wilhelmine von Bayreuth, Schwester Friedrich II., ist Urheberin des Gerüchts, August habe 354 Kinder gezeugt. Doch was davon ist wahr? Eine Liebe ganz anderer Art ist die zur Kunst. Insbesondere Architektur und Bildende Künste gelangen zu ungeahnter Blüte. Doch der Kurfürst-König ist mehr als nur der Schöpfer des Grünen Gewölbes oder Auftraggeber des Zwingers.

21H10101

Dr. Thomas Frantzke
Dienstag, 05.10.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
12,50 Euro

Gehasst und verkannt – Heinrich Graf von Brühl (HY)

Seit gut 250 Jahren steht der Name Brühl für Intrige, Machthunger und Verschwendung. Das extrem negative Urteil resultiert aus dem Hass und der Propaganda Friedrich II. von Preußen. Auch die sächsischen Reformer machen Brühl für den politischen und wirtschaftlichen Niedergang Sachsens verantwortlich. In der neuesten Forschung begegnet uns Brühl jedoch als loyaler Beamter, geschliffener Diplomat und feinsinniger Kunstkenner!

21H10102

Dr. Thomas Frantzke
Dienstag, 19.10.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
12,50 Euro



Die Vorträge, die mit „HY“ gekennzeichnet sind, sind als sogenanntes „Hybridangebot“ geplant, d. h. Sie können sowohl in Präsenz als auch online über unsere Plattform vhs.cloud daran teilnehmen. Bitte teilen Sie uns bei Ihrer Anmeldung per E-Mail oder telefonisch mit, wie Sie teilnehmen möchten. Bei Online-Teilnahme erhalten Sie vor Beginn der Veranstaltung einen Zugangslink von uns.

Voraussetzung für eine Online-Teilnahme: mindestens Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert zur aktiven Teilnahme sind auch Mikrophon und Webcam.



Die Geschichte Jenas im Mittelalter

Die Region Jena im Frühmittelalter (HY)

Über Jahrhunderte bildet die Saale die Grenzregion zwischen dem Fränkischen bzw. ostfränkischen Reich und den slawischen Stämmen. Im 8. Jahrhundert sind Bonifatius und seine Schüler als christliche Missionare in Thüringen tätig. Es entstehen u. a. in Sülzenbrücken, Kölleda oder Kapellendorf erste Kirchen. 752 wird das Bistum Erfurt gegründet. An der mittleren Saale lassen die Karolinger im 9. Jahrhundert Grenzburgen zum Schutz des Reiches errichten, wozu bspw. Saalfeld, Rudolstadt, Kahla und wahrscheinlich auch Dornburg gehören. Die Region Jena tritt erst mit der 937 erwähnten Burg Kirchberg ins Licht, zu deren Burgbezirk u. a. Schlöben und Lobeda östlich sowie Ammerbach, Burgau und Winzerla westlich der Saale gehören. Damit wird die Region zu einem wichtigen Zentrum der ottonischen und salischen Kaiser im 10. und 11. Jahrhundert.

21H10103

Dr. Thomas Frantzke
Dienstag, 09.11.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
12,50 Euro



Hochmittelalterlicher Landesausbau und Entwicklung Jenas bis zur Stadtgründung (HY)

Nach dem Rückgang der kaiserlichen Macht setzen auf der einen Seite die Erzbischöfe von Mainz und die Bischöfe von Zeitz-Naumburg sowie die Orden der Benediktiner und Zisterzienser den Landesausbau fort. Zum anderen engagieren sich mächtige Territorialherren wie Ludowinger, Wettiner, Kirchberger und Lobdeburger in der Region. Insbesondere die Herren von Lobdeburg haben wesentlichen Anteil an der Gründung der Stadt Jena 1236.

21H10104

Dr. Thomas Frantzke
Dienstag, 16.11.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
12,50 Euro

Pfarrkirchen und Klöster in Jena (HY)

Nur wenige Hinweise geben Aufschluss über die Entwicklung der Pfarreien. War die Johanniskirche von Leutra (12. Jahrhundert) die ursprüngliche Pfarrkirche und der früheste Vorgängerbau von St. Michael (um 1200) nur Filialkirche? Oder war St. Michael von vorn herein Pfarrkirche von Jena? – Mit der Niederlassung von Zisterzienserinnen, Dominikanern, Karmeliten und des Deutschen Ordens wird Jena zu einem der bedeutendsten kirchlichen Zentren in Thüringen.

21H10105

Dr. Thomas Frantzke
Dienstag, 23.11.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
12,50 Euro

Jena unter der Herrschaft der Wettiner und erste Blütezeit der Stadt (HY)

Seit 1331 sind die Wettiner im Besitz von Jena und verleihen ihr 1332 das Gothaer Stadtrecht. Bis 1429 erwirbt die Stadt von den oft geldbedürftigen Landesherrn alle wichtigen Gerechtsame wie Niedere und Hohe Gerichtsbarkeit sowie Münz-, Zoll- und Steuerrecht. Das führt zu einem bedeutenden wirtschaftlichen Aufschwung. Jenaer Wein wird bis nach Leipzig, in die Harzregion und selbst bis nach Franken exportiert. Mit dem Bau der gotischen Stadtkirche entsteht eine der schönsten Hallenkirchen in Thüringen.

21H10106

Dr. Thomas Frantzke
Dienstag, 30.11.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
12,50 Euro



Stadtkirche Jena | Jens Hauspurg

Das Heilige Römische Reich zwischen 1629 und 1705

Ferdinand II. – Absolutismus und Gegenreformation (HY)

Ferdinand II. erreicht vor allem in den österreichischen Ländern sowie in Böhmen die Entmachtung der Protestanten. Der glühende Katholik versucht nach den Siegen Tillys und Wallensteins seine absolutistisch-gegenreformatorischen Ziele auch im Reich durchzusetzen. Mit dem Restitutionsedikt 1629 will er den Besitzstand der katholischen Kirche von 1552 wiederherstellen und provoziert damit den Widerstand der Fürsten

21H10107

Dr. Thomas Frantzke
Dienstag, 11.01.2022, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
12,50 Euro

Ferdinand III. – Der Friedensfürst? (HY)

Ferdinand III. ist maßgeblich beteiligt an den Verhandlungen zum Prager Frieden 1635, der den Frieden zwischen den meisten deutschen Fürsten und dem Kaiser wiederherstellt. In dieser Zeit ist er als Nachfolger Wallensteins Oberbefehlshaber des kaiserlichen Heeres und besitzt großen Anteil an der Vertreibung der Schweden aus Süddeutschland. Allerdings ist er mitverantwortlich an der Verlängerung des Krieges. Der Westfälische Frieden hat eine Schwächung der kaiserlichen Macht zur Folge, während die Herrschaft vor allem in Österreich und Böhmen gestärkt werden kann.

21H10108

Dr. Thomas Frantzke
Dienstag, 18.01.2022, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
12,50 Euro

Leopold I. – Ein Herrscher des Barock (HY)

Von 1658 bis 1705 regiert Leopold als Kaiser das Reich. In dieser Zeit gelingt es dem Habsburger, das Haus Austria zur europäischen Großmacht zu erheben, während im Reich die deutschen Fürsten dominieren. Auf der großen europäischen Bühne verschärft sich der Kampf mit Frankreich. Mit Leopold ist jedoch auch eine große kulturelle Blüte verbunden – das Zeitalter des Barock.

21H10109

Dr. Thomas Frantzke
Dienstag, 25.01.2022, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
12,50 Euro

Das Heilige Römische Reich zwischen 1705 und 1742

Joseph I. und die „teuflischen Franzosen“ (HY)

Während der Herrschaft Joseph I. zwischen 1705 und 1711 befinden sich große Teile Europas im Krieg. 1700 beginnt der Nordische Krieg, 1701 der Spanische Erbfolgekrieg. Joseph I. setzt sich vehement für die Verbesserung der Finanzen und der Verwaltung ein. Durch sein Drängen wird Prinz Eugen Oberkommandierender der kaiserlichen Armee, der im Bündnis mit England und den Niederlanden große militärische Erfolge gegen Frankreich gelangen. Der frühe Tod des Kaisers, der ohne männliche Erben bleibt, führt die Habsburger in eine schwierige Situation.

21H10110

Dr. Thomas Frantzke
Dienstag, 01.02.2022, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
12,50 Euro



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.

21H10111

Dr. Immanuel Voigt
dienstags, 05.10.2021, 19:00 - 20:30 Uhr,
3 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Seminarraum
28,80 Euro
Kleingruppe

Handschriften aus Ur-Großmutterns Zeiten lesen – Aufbaukurs

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits Vorkenntnisse im Lesen der deutschen Schreibschrift haben. Wir werden uns neu ausgewählte Dokumente aus vier Jahrhunderten ansehen und so das eine oder andere knifflige Rätsel um die alte Schrift lösen.

21H10112

Dr. Immanuel Voigt
dienstags, 09.11.2021, 19:00 - 20:30 Uhr,
4 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Seminarraum
36,40 Euro
Kleingruppe

Politik

Wahl-O-Mat: Die Bundestagswahl digital vorbereiten

Wir stehen oft bei den Wahlen vor der Frage – was ist das „Richtige“ – oder wo soll ich mein Kreuz machen. Digitale Medien können da erheblichen bei der Meinungsbildung unterstützen. Und hier sind nicht unbedingt die sozialen Medien gemeint, wo die Kontrolle problematisch ist, sondern digitale Tools, die auf Basis der Wahlprogramme der Parteien bestimmte Trends darstellen können. Der Wahl-O-Mat ist ein seit vielen Jahren gern genutztes Instrument der Bundeszentrale für politische Bildung. In diesem Workshop wollen wir Ihnen zeigen, wie Sie auf einfache Art und Weise die Programme der Parteien

betrachten und sich Ihre eigene Meinung bilden können.

Inhalt:

- Wie funktioniert digitale Meinungsbildung?
- Interaktiver Teil: Einführung in den Wahl-O-Mat
- Wahl-O-Mat auf dem PC, Tablet oder Smartphone

21H10201

Jörn Serrer
Dienstag, 14.09.2021, 18:00 - 21:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum
entgeltfrei

Eine Veranstaltung mit freundlicher Unterstützung des



Ökonomie / Recht / Finanzen

Die Patientenverfügung

Der Kurs richtet sich an Interessierte, die erfahren möchten, welche Anforderungen an eine wirksame Patientenverfügung gestellt werden, welche Form, welchen Inhalt eine Patientenverfügung haben kann, wie verbindlich sie ist und ob eine Korrektur möglich ist. Das Formular wird ausführlich besprochen.

21H10301

Renate Heck-Schönauer
Donnerstag, 07.10.2021, 17:00 - 19:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum
13,50 Euro

Die Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

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. Es werden Möglichkeiten gegen Missbrauch genannt. Der Unterschied zur Patientenverfügung und Betreuungsverfügung bzw. Vorsorgevollmacht werden aufgezeigt.

Die Vordrucke der Vorsorgevollmacht und der Betreuungsverfügung werden im Einzelnen besprochen.

21H10302

Renate Heck-Schönauer
Donnerstag, 14.10.2021, 17:00 - 19:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum
13,50 Euro

Fit in meiner eigenen Finanzwelt – Bei finanziellen Veränderungen den Überblick behalten

Jeder Mensch steht in seinem Leben vor finanziellen Herausforderungen, und oft meistern wir diese. Dennoch können kritische Lebenslagen wie Arbeitslosigkeit, Trennung / Scheidung, Krankheit oder Renteneintritt das Gleichgewicht zum Schwanken bringen. Was tun? Man muss sich schon gut auskennen, um sich im Dschungel der finanziellen Möglichkeiten und Angebote zurecht zu finden. Manchmal ist es dabei schwer, alles im Blick zu behalten. Machen Sie sich fit und lernen Sie in diesem Kurs, welche Möglichkeiten der Stabilisierung der Gesetzgeber und andere anbieten. Sie werden reichlich Gelegenheit haben, sich als Finanzgenie auszuprobieren und dabei praktische Hilfsmittel und das nötige Handwerkszeug mit auf den Weg bekommen.

Anmeldung telefonisch, schriftlich oder persönlich erforderlich.

21H10310

Annett Rink | Elfi Hörmann
Dienstag, 19.10.2021, 15:30 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum
entgeltfrei



Interessante Vorträge mit
kunsthistorischem Bezug
finden Sie auch auf S. 32 zur
Straße der Romanik mit
Dr. Thomas Frantzke.



Mit dem langsamen Wiedereintreten in eine neue Normalität gibt es aktuell neben den persönlichen Fragen auch viele gesellschaftspolitische Fragestellungen, die die Menschen bewegen. Was lernen wir als Gesellschaft aus der Krise? Werden wir unsere Wirtschaft nachhaltiger gestalten oder gibt es danach ein fatales „weiter so“ oder „jetzt erst recht“?

Diese und viele weitere aktuelle Fragen stehen in unmittelbarem Zusammenhang

mit den 17 Zielen / Sustainable Development Goals der Agenda 2030, die von den Vereinten Nationen im Jahr 2015 verabschiedet wurden. Wie steht es um die 17 Ziele – ist ihre Umsetzung gefährdet oder gibt es gerade jetzt eine Chance der Wende? Stadt.Land.Welt. – Web befragt Expertinnen und Experten nach dem Stand des Zielesets als Ganzes und nach dem Stand einzelner Ziele.

Die digitale Veranstaltungsreihe findet im

Rahmen des Programms Entwicklungsbezogene Bildung in Deutschland (EBD) statt und ist eine Kooperation zwischen Engagement Global, dem Deutschen Volkshochschulverband DVV und DVV International. Sie bleiben zu Hause und sind dennoch beim Lernen und Diskutieren dabei! Die Anmeldung zu den Veranstaltungen erfolgt über die vhs Jena. Sie benötigen lediglich einen PC / Laptop oder ein mobiles Endgerät mit einem Internetanschluss.

Grundbildung als Fundament einer Bildung für Nachhaltige Entwicklung

Rechnen, Schreiben, Lesen sind die bekanntesten Säulen der Grundbildung und essenzielle Kompetenzen für die Bewältigung des Alltags. Mit der SDG 4 „Inklusive, gleichberechtigte und hochwertige Bildung gewährleisten und Möglichkeiten lebenslangen Lernens für alle fördern“ rückt die Bedeutung von Bildung für eine Nachhaltige Entwicklung der Weltgesellschaft in den Fokus. Es wurde die Notwendigkeit erkannt, die Grundbildungskompetenzen zu stärken – weltweit, aber auch in einem hochentwickelten Land wie Deutschland. Die Beeinträchtigungen des Bildungsbereichs als Folge der Coronapandemie lassen befürchten, dass der Grundbildungsbedarf in den kommenden Jahren noch steigen wird.

Aber welche Rolle spielt Nachhaltigkeit in der Grundbildung? Gehört die Kompetenz,

sein Leben an Nachhaltigkeitskriterien auszurichten, zur Grundbildung, oder ist dieses Thema weit weg von der Lebensrealität der Teilnehmenden? Kann die Bildung für Nachhaltige Entwicklung auch als thematische Basis zur Vermittlung von Grundbildungskompetenzen genutzt werden? Am Beispiel der Gesundheitsbildung werden praktische Einblicke in den Themenkomplex der Nachhaltigkeit in der Grundbildung vorgestellt. Und vor dem Hintergrund des vhs-Lernportals wird gezeigt, warum das Thema Nachhaltigkeit auch in der Grundbildung in Deutschland ein wichtiges Thema ist. Dabei erfahren wir auch, wieso der sinnvolle Umgang mit Lebensmittelresten, die Auswahl des richtigen Babyspielzeugs und die Wirkung des Busfahrens auf die eigene Fitness thematisch Grundbildung und Nachhaltigkeit verknüpfen. Zudem werden anhand von Projektbeispielen des DVV International die Grundbildungssituation und die Bedeutung der Vermittlung von Nachhaltigkeit in Ländern des Globalen Südens erläutert.



Über die Referentin:

Als „Dorfkind“ ging Gabi Netz zum Lehramtsstudium (Spanisch, Französisch) ins Ruhrgebiet und erlebte somit sehr verschiedene Ausprägungen der Wertschätzung nachhaltigen Lebens. Nach 20 Jahren beruflichen Engagements für die digitale Unterstützung für den Schulunterricht wechselte sie zum DVV in die Erwachsenenbildung. Dort leitet sie seit 2017 Projekte, die das vhs-Lernportal mit grundbildenden Inhalten ausstatten.

21H10402

Mittwoch, 03.11.2021, 19:00 - 20:30 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei



Moore sind wahre Klimahelden

Moore sind wahre Klimahelden – allerdings nur, wenn sie intakt sind. Intakt bedeutet konkret, dass sie ausreichend nass sind. Nur dann schlucken Sie das klimaschädliche CO². Lediglich 3% der globalen Landfläche bestehen aus Mooren. Sie speichern aber doppelt so viel CO², wie alle Wälder auf der Erde zusammen. In Deutschland (und auch in anderen Regionen der Erde) ist ein Großteil der Moore durch menschliches Handeln leider bereits gestört. Trockengelegte Moore setzen zu einem erheblichen Anteil den Klimakiller Kohlenstoffdioxid frei. Mit jedem Jahr, in dem sich daran nichts ändert, verlieren wir wertvolle Zeit. Die Renaturierung, also die Wiedervernässung von Mooren leistet daher einen entscheidenden Beitrag zum Klimaschutz und schafft zusätzlich Lieblings-Lebensräume für bedrohte Pflanzen und Tiere. Leif Rättig, Moorexperte der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein, zeigt, wie in den letzten 10 Jahren von den ca. 35.000 ha Flächen der Stiftung bereits knapp 2.000 ha Moor renaturiert wurden und welche regionalen und globalen Aufgaben noch auf uns zukommen.

Über den Referenten:

Leif Rättig beschäftigt sich seit seinem Studium der Geographie mit dem Klima und dem Klimaschutz. 2008 - 2010 war er als Projektleiter der bundesweiten Klimakampagne „für mich. für dich. fürs Klima“ bei der Verbraucherzentrale tätig. Seit 2011 begleitet er bei der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein Moorschutzprojekte und arbeitet dort aktuell in der Stabsstelle Klimaschutz.

21H10401

Mittwoch, 22.09.2021, 19:00 - 20:30 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Lernen – Lehren – Pädagogik

Mathelust statt Mathefrust!

„Üben sie mit ihrem Kind!“ – Wie oft haben Sie diese Bitte von Lehrenden der Mathematik schon gehört und mit viel Kraft und mehr oder weniger Erfolg umgesetzt? Für manche Kinder ist Mathematik schon frühzeitig ein Angstfach, und wenn sie keine Hilfe bekommen, bleibt das auch so. Doch „ÜBEN“ will gelernt sein!

Im Kurs können Sie all Ihre Fragen stellen. Hier wird vermittelt, wie das Üben effizient und freudvoll geschehen kann. Aus der langjährigen Erfahrung als Mathematiklehrerin in der Grundschule werden Sie vielfältige, praktikable und individuelle Übungsformen kennen lernen und selbst ausprobieren. Schließlich kommt BEGREIFEN von GREIFEN! Zu den grundlegenden mathematischen Inhalten, wie z.B. dem Einprägen der Grundaufgaben, dem Kleinen 1x1 oder dem Ausführen verschiedener Rechenwege, werden Sie viele erprobte Angebote erhalten und so manchen Tipp und Trick dazu. Gemeinsam wollen wir mögliche Ursachen für Lernprobleme aufspüren und versuchen, die Kinder in ihrem mathematischen Tun zu verstehen und ihre Bemühungen wertzuschätzen. So kann es gelingen, dass Ihre Kinder Hürden im Lernprozess überwinden, mathematische Anforderungen verstehen und durch kleine Erfolge wieder Freude am Lernen finden. Dann wird aus „Mathefrust wieder Mathe-lust“!

Mitzubringen: Schreibzeug

21H10501

Heidrun Ertel
Donnerstag, 23.09.2021,
17:30 - 20:30 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
13,00 Euro

21H10502

Heidrun Ertel
Samstag, 13.11.2021, 09:00 - 12:00 Uhr
ThEKiZ „Regenbogen“, Fregestr. 3, Mehrzweckraum
13,00 Euro

21H10503

Heidrun Ertel
Samstag, 22.01.2022, 09:00 - 12:00 Uhr
Ort wird noch bekannt gegeben.
13,00 Euro

Rhetorik / Kommunikation

Körpersprache verstehen und bewusst einsetzen

Die Körpersprache bildet mit über 70 bis 99% den Hauptteil der zwischenmenschlichen Kommunikation. Erhalten Sie an diesem Abend einen umfangreichen und faszinierenden Einblick in die unbewusste Kommunikation. Sind Sie noch der Meinung, dass verschränkte Arme Abwehr bedeuten? Dann lassen Sie sich von dem Abwechslungsreichtum des unbewussten Informationsaustausches überraschen! 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.

21H10607

René Knizia
Dienstag, 21.09.2021, 19:00 - 22:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Seminarraum
17,00 Euro

Kommunikation für Singles

Ein Blick, ein charmantes Lächeln, ein Zwinkern, ein dezenter Augenaufschlag und so Mancher schwebt auf Wolke 7. Haben Sie sich auch schon mal gefragt: Wie kommen die Schmetterlinge eigentlich in den Bauch? Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Abend unter Singles und Alleinerziehenden: Miteinander plaudern, andere Menschen kennen lernen und dazu noch viel Wissenswertes über die Liebe, Small Talk, Flirten, Kommunikation und Körpersprache erfahren.

21H10608

René Knizia
Dienstag, 07.12.2021, 19:00 - 22:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Seminarraum
17,00 Euro



Kommunikation-Denkmal Jena |
ChristianHaecker

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) als Teil der Rhetorik kennen. Sie erhalten wertvolle Tipps, wie Sie verbale und non-verbale Kommunikation gestalten können und somit Ihre Wirkung auf Ihre Gesprächspartner und Gruppen deutlich steigern.

21H10610

Sebastian Schmidt
Samstag, 09.10.2021, 09:00 - 13:30 Uhr
Sonntag, 10.10.2021, 09:00 - 12:45 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Seminarraum
171,50 Euro
VHeSpresso

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.

21H10612

Sebastian Schmidt
Samstag, 06.11.2021, 09:00 - 13:30 Uhr
Sonntag, 07.11.2021, 09:00 - 12:45 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Seminarraum
171,50 Euro
VHeSpresso

Kommunikationstraining

Sie möchten besser verstehen, wie Kommunikation funktioniert? An diesem Wochenende erhalten Sie einen umfangreichen Einblick in die Möglichkeiten der Gesprächsführung. Dazu bekommen Sie jede Menge Tricks und Tipps, wie Sie Ihre Kommunikation verbessern können. 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; kleine Übungen zum vertieften Verstehen; Trainieren der Fähigkeit, konzentriert zuzuhören, zu argumentieren, zu diskutieren; Gesprächstechniken; Kommunikationsstörungen; Erkennen von manipulierenden Gesprächsstrategien; Sprache und Körpersprache und deren Wirkung; Einblicke in die Körpersprache und Möglichkeiten des bewussten Einsatzes.

21H10615

René Knizia
Samstag, 25.09.2021, 09:00 - 18:00 Uhr
Sonntag, 26.09.2021, 09:00 - 18:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Seminarraum
106,00 Euro, Kleingruppe

Workshop: Souverän Sprechen im Beruf

Sprechen ist unverzichtbar! In unserem Leben nimmt die unmittelbare, mündliche Kommunikation unbestreitbar einen hohen Stellenwert ein. Mit Mona Deibele haben Sie einen zertifizierten Sprechcoach nach AAP® an der Seite. Die Leipziger Dozentin besitzt jahrzehntelange Erfahrung als Bühnendarstellerin und leitete Gruppen von bis zu 80 Personen!

Sie ist an der vhs Jena bereits erfolgreiche Lachyogatrainerin und verhilft Ihnen, den Atem stressfrei fließen zu lassen, den Fokus auf Gestik und Mimik zu richten und eine klare und volle Stimme zu finden.

Mitzubringen: Schreibmaterial

21H10618

Mona Deibele
Samstag, 04.12.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
45,50 Euro, Kleingruppe

Sicheres Auftreten im Beruf

In beruflichen Bereichen befindet man sich immer wieder in Situationen, in denen man vor einer Herausforderung steht und die eigene Spontaneität gefragt ist. Sich selbstbewusst präsentieren, mit Unerwartetem zurecht kommen und im Umgang mit neuen Menschen und Situationen flexibel bleiben, wird immer wichtiger im Berufsleben.

Mit Theatertechniken des Improvisationstheaters wie Körpersprache, Stimm- & Sprechtraining, in Rollen schlüpfen, lernen Sie Ihre eigene Wahrnehmung kennen und erfahren Sie was Ihr Handeln beim Anderen bewirkt. Für Schauspiel- und Bewegungsfreudige bietet dieser Kurs Inspiration, Spaß und Lebensfreude. Für alle, die Spaß am Theaterspielen haben, aber keine Texte lernen wollen.

21H10624

Andreas Arnstedt
Donnerstag, 20.01.2022,
09:00 - 17:00 Uhr
Freitag, 21.01.2022, 09:00 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Seminarraum
170,00 Euro
Kleingruppe

Verbraucherfragen – DIGITAL

Vortragsreihe „Die Welt von Internet, Facebook und Co.“

Verbraucher:innen jeden Alters sind regelmäßig im Internet unterwegs. Sie nutzen dies, um online einzukaufen, sich allgemein oder zu konkreten Fragen zu informieren oder um Kontakt mit anderen Personen zu haben. Die Vorträge der Reihe „Die Welt von Internet, Facebook und Co.“ sollen interessierte Verbraucher:innen über ihre Rechte, aber auch über ihre Pflichten aufklären und sensibilisieren. Sie sollen ermutigt werden, digitale Medien verantwortungsbewusst im Alltag einzusetzen.

Die Veranstaltungen werden im Rahmen einer Kooperation der Verbraucherzentrale Thüringen e.V. und der Volkshochschule Jena angeboten, gefördert durch das Thüringer Ministerium für Bildung, Jugend und Sport.



Vertragsabschluss im Internet – vom Einkauf bis zur Partnervermittlung

Immer mehr Verbraucher:innen schließen über das Internet Verträge ab. Es handelt sich dabei oftmals um Kaufverträge. Hinzu kommen Dienstleistungsverträge wie beispielsweise mit Partnervermittlungsbörsen, Dating-Portalen oder Streaming-Portalen wie Netflix oder Amazon Prime. Häufig ist den Verbraucher:innen nicht klar, welche Rechte, aber auch welche Pflichten sich für sie aus den Verträgen ergeben. Im Rahmen dieser Veranstaltung soll ihnen das notwendige Wissen vermittelt werden:

- Wie kommen die Verträge zustande?
- Wann haben sie ein Widerrufsrecht – und wann nicht?
- Wie wird ein Vertrag widerrufen?
- Änderungen der Leistungsangebote bei Streaming-Portalen
- Preiserhöhungen bei Streaming-Portalen
- Gewährleistungs- und Garantieseansprüche bei Online-Kaufverträgen
- Umgang mit Bewertungen

21H11100

Ralf Reichertz

Mittwoch, 22.09.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum
entgeltfrei

Meine, Deine, unsere Daten – Was sollte man zur DSGVO unbedingt wissen?

Unternehmen erheben massiv Daten von den Verbraucher:innen. Zu ihrem Schutz wurde die Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) erlassen. Ziel ist es unter anderem, sie darüber aufzuklären, zu welchen Zwecken ihre Daten erhoben und verarbeitet werden.

Tatsächlich sind viele Verbraucher:innen von den Regelungen der DSGVO und deren Konsequenzen genervt und sehen sie als Belastung – etwa weil sie nachweisbar über Datenerhebungen informiert werden müssen. In der Veranstaltung soll über die Regelungen informiert werden. Gesprochen wird auch über Gerüchte, beispielsweise, dass aufgrund der DSGVO-Regelungen angeblich keine Namen mehr an Klingelschildern stehen dürften.

21H11101

Ralf Reichertz

Mittwoch, 20.10.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
entgeltfrei

Die bunte Welt des Internets – Augen auf im Datenverkehr

Verbraucher:innen sehen sich im Netz häufig krimineller Maschen ausgesetzt. So versuchen Betrüger mit unterschiedlichen Methoden, an ihre Daten oder ihr Geld zu kommen. Die Betrugsversuche erreichen Internetnutzer in Form von Phishing oder Smishing, aber auch durch eine immer größer werdende Zahl an Fake-Shops. Oftmals sollen Verbraucher:innen dazu gebracht werden, Kopien ihres Personalausweises zu verschicken.

In dieser Veranstaltung sollen die Zuhörer:innen dafür sensibilisiert werden, Gefahren zu erkennen und sie zu umgehen. Es sollen Fragen geklärt werden wie:

- Wie schützt man sich gegen betrügerische Handlungen im Internet?
- Wie erkennt man Fake-Shops?
- Welche Schutzvorkehrungen sollte man treffen, bevor man im Internet unterwegs ist?
- Wie schützt man sich vor Phishing- und Spam-Mails?

21H11102

Ralf Reichertz

Mittwoch, 17.11.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
entgeltfrei

Wo steckst du? Was machst du? Wer bist Du? – Verfolgung im digitalen Zeitalter

Wer regelmäßig im Internet unterwegs ist, ist Tracking ausgesetzt. Auf vielfältigste Art werden Internetnutzer:innen überwacht und verfolgt. Dies geschieht über verschiedene Tracker wie beispielsweise Cookies, aber auch über Pixel auf Internetseiten. Ihre Nutzerdaten werden aus den unterschiedlichsten Gründen ermittelt. Vergleichsweise harmlos ist die Datensammlung, um individuelle Werbung zu verschicken. Problematischer ist es, wenn die Daten zur Ermittlung eines Score-Wertes genutzt werden, beispielsweise um eine Prognose über ei-

nen möglichen Zahlungsausfall zu treffen. Ganz kritisch wird es, wenn mit ihrer Hilfe ein Social-Score wie in China erstellt wird. In der Veranstaltung soll vermittelt werden, wie man im Internet „getrackt“ wird. Es werden Strategien vorgeschlagen, wie man sich schützen bzw. die Datenerhebung minimieren kann.

21H11103

Ralf Reichertz

Mittwoch, 15.12.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
entgeltfrei

Was darf ich, was nicht? – Urheber- und Persönlichkeits- rechte im Internet

Ob beim direkten Dateienaustausch via Filesharing oder bei der Nutzung von Apps wie dem Streaming-Anbieter „PopcornTime“: Urheberrechtsverletzung und Verletzungen der Persönlichkeitsrechte passieren immer wieder. Oft werden auch Fotos erstellt und in sozialen Netzwerken hochgeladen, ohne die fotografierte Person vorher um Erlaubnis gefragt zu haben.

Die Veranstaltung soll aufzeigen, was verboten und was erlaubt ist. Geklärt werden Fragen wie:

- Was ist ein Filesharing-Netzwerk?
- Was darf man in Filesharing-Netzwerken und was nicht?
- Welche Pflichten sind mit einem Internetanschluss verbunden?
- Darf man jeden fotografieren?
- Darf man Bilder, auf denen Personen abgebildet sind, auf Facebook, Instagram etc. hochladen?

21H11104

Ralf Reichertz

Mittwoch, 19.01.2022, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
entgeltfrei

Gefördert durch:



Länder- und Heimatkunde – Umweltbildung

Willkommen in Jena! Stadt- rundgang und Kennenlernen

Sind Sie neu in Jena und kennen die Stadt noch nicht? Dann sind Sie herzlich eingeladen, an unserem Rundgang teilzunehmen. Wir zeigen Ihnen interessante Orte in der Innenstadt, die Sie unter anderem für bürokratische Angelegenheiten, aber auch für Ihre Freizeit kennen sollten. Lernen Sie dabei neue Leute kennen und erleben Sie gemeinsam einen schönen Nachmittag in lockerer und freundlicher Atmosphäre.

Hinweis: Der Spaziergang wird ungefähr drei Stunden dauern und findet bei Bedarf mehrsprachig auf Deutsch, Englisch und Französisch statt.

21H11016

Lisann Worch

Samstag, 18.09.2021, 15:00 - 18:00 Uhr
Treffpunkt: vhs-Gebäude, Grietgasse 17a
13,00 Euro

21H11017

Lisann Worch

Samstag, 09.10.2021, 15:00 - 18:00 Uhr
Treffpunkt: vhs-Gebäude, Grietgasse 17a
13,00 Euro



Siehe Seite 18.

Jenas Natur wird zum Erlebnis.
Die Bildungslandschaft erweitert
sich um das Naturerlebniszen-
trum. Der Schottplatz verändert
sich.

21H11001

Franziska Vogelsang
Mittwoch, 10.11.2021,
18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude,
Grietgasse 17a,
Vortragsraum
entgeltfrei

Faszinierendes Irland – Auf ungewöhnlichen Wegen über die „Grüne Insel“ (HY)

Bonusvortrag

Ein Abend für alle, die sich bereits in die „Grüne Insel“ verliebt haben – oder es demnächst vorhaben! Ein umfassender und farbiger Bildbericht über dieses malerische und sehenswerte Land im äußersten Westen Europas! Die Insel fasziniert auf vielfältige Weise, etwa durch ihre grandiosen Landschaften, wo sich Berge abwechseln mit Wiesen, Seen, Flüssen, Wäldern und weiten Torf- und Heidelandschaften. Die mehr als dreitausend Kilometer lange Küste bietet immer wieder Neues: steile, bizarre Felsen, sanft ins Meer abfallende Hänge, kilometerlange, einsame Sandstrände.

Faszinierend auch die vielen Zeugnisse aus unterschiedlichsten Epochen: Megalith-Monumente aus der Jungsteinzeit, keltische Festungsanlagen, hohe Bibelkreuze und geheimnisvolle Rundtürme aus Irlands frühchristlicher Epoche, verfallene Schlössern und Abteien – Für viele ist es aber gerade die traditionelle irische Musik oder auch das einzigartige literarische Erbe, welche die Insel so attraktiv machen.

Irland ist aber auch eine Insel der Gegensätze, zweigeteilt in die Republik Irland und das zu Großbritannien gehörende Nordirland! Dort ruhen seit September 1994 die Waffen, und, für viele überraschend, scheint der auf dem „Karfreitagsabkommen“ von 1998 basierende Friedensprozess stabil voranzukommen. Und natürlich wird auch auf die aktuelle wirtschaftliche und soziale Situation in der Republik Irland, die Betroffenheit durch den Brexit, kurz eingegangen werden.

Eckhard Ladner, Studien- und Programmleiter des Europäischen Bildungs- und Begegnungszentrums, ist Sozialwissenschaftler, Reiseleiter und Irlandspezialist. Er lebt seit über 35 Jahren in Irland. Er wird auch sehr gerne Fragen zur geplanten Irlandreise der vhs Jena im Oktober 2022 beantworten.

21H10901

Eckhard Ladner
23.11.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
5,00 €



Mit dem Hollandrad in die Schweizer Berge – Eine unsinnige Idee? Keineswegs!

Wenn man ein Minimum an Dingen, ein Maximum an Zeit im Gepäck hat. So ausgerüstet ist die Alpenliebhaberin und Reisebuchautorin Gabriele Reiß (64) mit ihrem Dreigang-Hollandrad in Begleitung des Inns von Passau nach Graubünden geradelt bzw. gelaufen. Eine 550 km lange Reise, die sie hinauf in die Engadiner Bergwelt und zur mystischen Wiege des Alpenflusses führte, wo er oberhalb des Maloja-Passes seinen Ursprung hat. Wasserburg, Rosenheim, Kufstein, Innsbruck, Landeck, Pfunds, Finstermünz, Scuols, St. Moritz, Sils Maria – sind Stationen ihres Weges. Viel hat sie unterwegs gelernt: über die Freuden und Leiden des Flusses, über sich selbst und wie das eine mit dem anderen auf wunderbare Weise verbunden ist.

21H10902

Gabriele Reiß
Donnerstag, 18.11.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
14,00 Euro

Gefördert durch:  

Südtüringer Tradition: Vom Weihnachtsbaum zum Kloßquirl

Auch schon mal überlegt, was man mit dem Weihnachtsbaum alles so noch anfangen kann? In Südtüringen gibt es da eine feste Tradition - das Kloßquirlschnitzen. Ausgestattet mit umfangreichen Hintergrundwissen zu dieser Tradition soll in diesem Workshop selbst Hand angelegt werden. Aus den mitgebrachten Weihnachtsbaumresten wird mit viel Liebe und Geschick, ein praktisches Küchengerät zum Verschenken. Dieser Kurs ist auch geeignet für Familien. Das Schnitzen und Bearbeiten der Weihnachtsbaumreste macht zu zweit noch mehr Spaß.

Mitzubringen: Weihnachtsbaumrest (die langen Äste sollten schon entfernt sein), Gartenschere, Schnitzmesser oder scharfes kleines Küchenmesser oder Taschenmesser

21H11002

Jörn Serrer

Samstag, 15.01.2022, 09:00 - 13:30 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
22,00 Euro

Veranstaltungsreihe „Stadt | Land | DatenFluss“

Künstliche Intelligenz, Big Data und das Internet der Dinge erleichtern unseren Alltag. Doch was genau verbirgt sich dahinter? Wie funktioniert die Technik? Und wie können wir unsere Daten bewusst teilen und schützen? Diese Fragen beantwortet die neue App „Stadt | Land | DatenFluss“ des Deutschen Volkshochschul-Verbandes auf spielerische Art und Weise. In der begleitenden Online-Veranstaltungsreihe der Volkshochschulen diskutieren Expert:innen, wie die digitale Datenwelt unterschiedliche Bereiche unseres Lebens prägt und welche Chancen und Risiken sich daraus für unsere Gesellschaft sowie jede und jeden Einzelnen ergeben.



Mittagspause mit Kollegin KI? Wie Mensch und Maschine zusammenarbeiten

Ein großer Teil industrieller Produktion läuft heute automatisiert in scheinbar menschenleeren Fabrikhallen, die von Fachkräften überwacht werden. Auch hochqualifizierte Tätigkeiten werden mehr und mehr durch Künstliche Intelligenz unterstützt. Dies eröffnet Potentiale für sicheres Arbeiten, beispielsweise wenn KI-basierte Assistenzsysteme von anstrengenden oder gefährlichen Tätigkeiten entlasten und bei komplexen Prozessen unterstützen. Gleichzeitig stellen sich Fragen der psychosozialen Bedeutung der Interaktion zwischen Mensch und Maschine. Wie kann die zunehmende Zusammenarbeit von Mensch und Maschine gerecht und menschenzentriert gestaltet werden? Wie wird die Aufgabenverteilung zukünftig aussehen? Welche Kompetenzen benötigen Menschen in der Zusammenarbeit mit „Kollegin KI“?

Darüber diskutieren wir mit unseren Expert:innen. Wir laden Sie herzlich ein, dabei zu sein und Ihre Fragen in die Diskussion einzubringen.

Teilnahmelink: www.volkshochschule.de/livestream
Stellen Sie Ihre Fragen unter www.vhs.link/fragen

21H11110

Dozent in Kooperation
Dienstag, 14.09.2021, 19:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Kann mein Auto mit der Ampel sprechen?

Der Weg zur Arbeit: Verstopfte Straßen, überlastete Busse und Bahnen, schlecht ausgebaute Radwege. Nicht selten sorgt alleine der Weg von A nach B für Frustration. Doch wie sieht die Zukunft aus? Können Daten und künstliche Intelligenz für einen dynamisch optimierten Verkehrsfluss, „Smart Traffic“ und „Smart Streets“ sorgen? Wie verantwortungsbewusst ist dabei der Umgang mit personenbezogenen Mobilitätsdaten? Und kann KI-gestützte Mobilität Kosten und Emissionen reduzieren?

Diese Fragen stellen wir unseren Expert:innen im Rahmen der Veranstaltung.

Teilnahmelink: www.volkshochschule.de/livestream
Stellen Sie Ihre Fragen unter www.vhs.link/fragen

21H11111

Dozent in Kooperation
Donnerstag, 07.10.2021,
19:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei



Kann meine Heizung die Wetter-App lesen?

Komfortabler Wohnen und dabei Energie einsparen: Die Vorteile des „Smart Homes“ liegen auf der Hand. Mit Saugrobotern, intelligenten Heizungsanlagen und sprachgesteuerten Assistenzsystemen hielt in den letzten Jahren in vielen Haushalten das Internet der Dinge Einzug – Alltagsgegenstände werden über das Internet miteinander vernetzt und kommunizieren mit der Außenwelt. 2020 waren in mehr als 9 Millionen deutschen Haushalten Smart-Home-Geräte im Einsatz, schon in drei Jahren werden mehr als ein Drittel aller Haushalte vernetzt sein.

Wie trägt das Internet der Dinge dazu bei, unseren Alltag sicherer, nachhaltiger und bequemer zu gestalten? Wie steht es um den Datenschutz im intelligenten Zuhause? Wer hat Zugriff auf die Datenspuren, die wir im Smart Home hinterlassen?

Darüber diskutieren wir mit unseren Expert:innen. Wir laden Sie herzlich ein, dabei zu sein und mitzureden.

Teilnahmelink: www.volkshochschule.de/livestream

Stellen Sie Ihre Fragen unter www.vhs.link/fragen

21H11112

Dozent in Kooperation

Dienstag, 09.11.2021, 19:00 - 20:15 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

entgeltfrei

Studienreisen

„Europa ist unterwegs“ – Studienreise nach Polen (Niederschlesien u. Kleinpolen)

Reiseroute:

Jena - Görlitz - Krzyzowa (Kreisau)

- Wrocław (Breslau) - Auschwitz -

Kraków (Krakau) - Jena

7-tägige Studienreise mit kompetenter und ortskundiger Reiseleitung

Reisezeitraum: 3. - 9. April 2022

Die siebentägige 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 bekannt gegeben!

Einzelzimmerzuschlag: k. A.

Mindestteilnehmendenzahl: 23

Reiseveranstalter: Omnibusbetrieb Rhönsegler GmbH, Kaltennordheim

Reisevermittlung: Volkshochschule Jena

Vorbereitungsabend: im Frühjahr 2022

Nachbereitungsabend: im Frühjahr 2022

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

Bitte beachten Sie auch unseren Sonderflyer zur Studienreise!

Reiseleitung: Romana Schneider

Abfahrt: vhs Jena

Diese Studienfahrt ist als Bildungsveranstaltung im Rahmen der Bildungsfreistellung im Freistaat Thüringen anerkannt!

Irland „Von Dublin an die westliche Peripherie Europas“

Reisezeitraum: 15.10. - 22.10.2022

Unsere Reise mit ihren Schwerpunkten an der (Süd-)Westküste Irlands wird uns eine Fülle grandioser Natureindrücke vermitteln: Die Cliffs of Moher von oben und unten, die selten besuchte Araninsel Inisheer, die Bergwelt von Kerry, die Landschaften der Grafschaften Tipperary und Kilkenny (...). Dabei wurde bei der Planung der Reise besonderer Wert darauf gelegt, auch unbekanntere Zeugnisse der Geschichte und Sehenswürdigkeiten zu besuchen – auch abseits der Touristenzentren, wie etwa die Weltkulturerbstätte „Skellig Michael“ oder den „literarischen“ Ort Listowel. So wollen wir der irischen Lebensart etwas näher kommen, zu der natürlich auch die Pubs, die große Musikalität und Herzlichkeit der Iren und das pulsierende Leben in der Hauptstadt Dublin gehören.

Preis: wird noch bekannt gegeben!

Einzelzimmerzuschlag: k. A.

Mindestteilnehmendenzahl: 15

Reiseveranstalter: Europäisches Bildungs- und Begegnungszentrum (EBZ) Irland, GALTACHT IRLAND REISEN, Schwarzer Weg 25, 47447 Moers

Reisevermittlung: Volkshochschule Jena

Vorbereitungsabend: Frühjahr 2022

Nachbereitungsabend: Herbst 2022

Anmeldung und weitere Informationen erhalten Sie bei Herrn Ziege, Tel.: 4982-13
Bitte beachten Sie auch unseren Sonderflyer zur Studienreise!

Für diese Studienfahrt ist die Bildungsfreistellung beantragt!





Kultur und Gestalten



Kultur und Gestalten

- 44 Literatur und Schreiben
- 45 Theaterarbeit und Stimmbildung/
Sprecherziehung
- 46 Kunst- und Kulturgeschichte
- 49 Mal- und Zeichenkurse | Drucktechnik
- 56 Plastisches und Florales Gestalten
- 58 Musik
- 61 Textiles Gestalten



Unsere Fotokurse finden Sie im Abschnitt „Foto, Medien und Design“ ab Seite 114

Liebe Teilnehmende und Interessierte,

die Planung der Veranstaltungen für das Herbstsemester stand noch immer im Kontext von Corona. Daher haben wir viele Kurse vorsorglich mit weniger Teilnehmenden als Kleingruppen geplant. Sollte die Situation es zulassen, werden diese Kurse selbstverständlich auch wieder geöffnet für die normale Gruppenstärke. Damit würde sich auch der Preis verringern. Es gibt aber auch Kurse, die wir aufgrund des Infektionsschutzes im Fall weiterer Einschränkungen verkleinern müssten. Dann würde sich der Preis erhöhen. Natürlich werden alle angemeldeten Teilnehmenden rechtzeitig informiert.

Ihr vhs-Team



Fachbereichsleiterin
Doreen Müller
Telefon 03641 498224
doreen.mueller@jena.de



Sachbearbeiterin
Sybille Zeise
Telefon 03641 498215
sybille.zeise@jena.de

Kursgrößen und Bezeichnungen:

VHeSpresso: 2 - 4 Teilnehmende. Durchführungsgarantie ab 2 Teilnehmenden, wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Minigruppe: 2 - 4 Teilnehmende. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als Kleingruppe oder als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe: 5 - 7 Teilnehmende. Wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe*: 5 - 7 Teilnehmende. Keine Ermäßigung. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend, und Ermäßigungen sind möglich.

Regulärer Kurs: ab 8 Teilnehmende. Ermäßigung möglich. Bei geringer Nachfrage kann der reguläre Kurs zu einer Kleingruppe verkleinert werden. Der Preis erhöht sich und / oder die Stundenanzahl verringert sich entsprechend. Wir nehmen in diesem Fall vor Kursbeginn mit allen Teilnehmenden Kontakt auf.

Literatur und Schreiben

Die Deutsche Literatur – die Literatur in Deutschland Von den Anfängen bis ins 20. Jahrhundert: Autoren – Werke – Orte

Liebe Teilnehmende und Interessenten der Vorträge von Herrn Dr. Ignasiak, aufgrund der aktuellen Situation stand zum Zeitpunkt des Drucks des neuen Programmheftes noch nicht fest, wann und wo die Vortragsreihe fortgesetzt werden kann. Bitte informieren Sie sich daher auf unserer Homepage www.vhs-jena.de, in der lokalen Presse oder telefonisch bei uns über den aktuellen Stand.

Vielen Dank für Ihr Verständnis!
Ihr vhs-Team

Schreiben als Weg zu Selbstaussdruck, Selbstverwirklichung und bereichernder Kreativität

Sich selbst und was einen bewegt zum Ausdruck bringen – ohne Leistungsanspruch, sich selbst und seinen Anliegen begegnen und in einen heilsamen Selbstaussdruck bringen, eine Form finden – sprachlich oder auch grafisch, spielen, Freude am Geschehen lassen und die ganz eigene Kreativität jenseits von Vorgaben und Regeln entdecken.

Im ungezwungenen Miteinander wollen wir unserer Erfindungsgabe freien Lauf lassen, uns zeigen, anregen und unterstützen, Impulse erhalten und geben und so erste authentische Schritte in Form eigener Darstellungsweisen gehen. Dabei werden wir uns der Frage widmen: „Was bewegt mich – was will ausgedrückt werden?“ Wir versuchen, Ideen und Ausdrucksformen zu

finden und uns auszuprobieren, Texte zu formen und zu bearbeiten. Auch zwischen den Treffen bleibt Raum für das praktische Schreiben, sodass diese zum Austausch und der Reflexion genutzt werden können. Los geht es – erkunden Sie Ihre ganz eigene schöpferische Handschrift!

Mitzubringen: Schreibzeug, ggf. Laptop, Skizzenbuch / Notizbuch, bei Bedarf Farben und Pinsel bzw. Stifte, Zeichenblock A4 oder A3.

21H20134

Dr. Kerstin Ramm

Montag, 25.10.2021, 17:00 - 19:15 Uhr

Montag, 08.11.2021, 17:00 - 19:15 Uhr

Montag, 22.11.2021, 17:00 - 19:15 Uhr

Montag, 06.12.2021, 17:00 - 19:15 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-De-
xel-Raum

50,60 Euro
Kleingruppe*

vhs.Einblicke



HEIKE VESPER WENN WIR DIE MEERE RETTEN, RETTEN WIR DIE WELT

LITERATUREMPFEHLUNG VON KATJA MÜLLER,
LEITERIN DER ERNST-ABBE-BÜCHEREI

Wie ein nachhaltiger Umgang gelingt und jeder Einzelne etwas bewirken kann
Rowohlt, 2021, 224 Seiten



Foto: JenaKultur | Tina Peißker

Nachhaltigkeit – ein hochaktuelles Thema, auch bei den Neuerscheinungen der Sachliteratur. Aus der Fülle der Titel hier ein herausragendes Buch. Die Autorin ist Meeresbiologin, Direktorin des deutschen WWF und leidenschaftliche Taucherin. Sie zeigt anhand der Hauptproblembereiche Plastikmüll, Überfischung und Klimakrise wie ernst die Lage sich für den Lebensraum Meer darstellt. Dabei führt sie die Situation ohne zu dramatisieren deutlich vor Augen und macht Zusammenhänge ersichtlich.

Noch ist es nicht zu spät – durch Umdenken kann jeder Einzelne zur Rettung des größten Ökosystems der Erde beitragen. Wenn es gelingt, die Resilienz der Natur zu stärken, kann die Natur uns bei

der Bewältigung der Klimakrise unterstützen. Die Autorin macht Mut und motiviert, selbst etwas zu tun. Dafür gibt sie viele konkrete Tipps.

Aber sie nimmt auch Unternehmen und die Politik in die Pflicht: Mindestens 30 Prozent der Meeresfläche, verteilt über die ganzen Ozeane, müssten schnellstmöglich unter Schutz gestellt werden, und die übrigen zwei Drittel dürften nur noch nachhaltig genutzt werden, fordert sie.

Das Buch ist eine ideale Mischung aus Fakten und sehr persönlichen Erlebnissen. Es ist unterhaltsam und informativ für jedermann, ohne wissenschaftlich überladen zu sein.



Theaterarbeit und Stimmbildung/ Sprecherziehung

Ausdrucksstarke Stimme und prägnantes, freies Sprechen (online)



Ein überzeugendes Auftreten und freies Reden vor anderen ist heute für viele Menschen zentraler Bestandteil ihrer beruflichen Kommunikation. Lernen Sie in verschiedenen Übungen überzeugend vor anderen zu sprechen und entwickeln Sie Ihre eigene Stimme, unterstützt von einer souveränen Körpersprache. Steigern Sie Ihre Schlagfertigkeit und lernen Sie selbstbewusst mit Resonanz der Zuschauer und Ihrer Aufregung umzugehen. Der Kurs richtet sich an alle, die ihre rhetorischen Fähigkeiten und ihre kommunikative Ausdrucksfähigkeit erweitern und optimieren möchten.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmerzahl (fünf Personen) erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login für die Cloud per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtisches unter „Meine Kurse“ den Link zum Kurs.

Voraussetzung: Mikrophon, Webcam, Lautsprecher bzw. Kopfhörer.

21H20200

Andreas Arnstedt
Samstag, 04.12.2021, 09:30 - 16:15 Uhr
Sonntag, 05.12.2021, 09:30 - 16:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
65,80 Euro
Kleingruppe

Theaterworkshop – Schauspiel auf der Bühne

Hier können Sie ausprobieren, ob Theaterarbeit nur eine Idee in Ihrem Kopf oder eine Leidenschaft ist, „die mehr will“! Wir werden mit Atem, Stimme und Körper improvisieren und experimentieren, nach Wegen suchen, uns zu verwandeln, ohne uns zu verlieren. Dabei geht es nicht in erster Linie um das Erlernen von bestimmten Schauspieltechniken, sondern um das direkte Erleben, die Freude am Spiel und vor allem um die gesammelten Erfahrungen, die Mut machen, die Präsenz stärken und das künstlerische Potenzial zur Entfaltung bringen.

Der Dozent ist Schauspieler, Regisseur und Autor von preisgekrönten Spielfilmen. Er bringt mehr als 20 Jahre Berufserfahrung in Film und Fernsehen mit.

21H20230

Andreas Arnstedt
Samstag, 16.10.2021, 09:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 17.10.2021, 09:00 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum
81,00 Euro
Kleingruppe*

Camera Acting-Workshop – Schauspiel vor der Kamera

Dieser Workshop vermittelt erste Schritte in Schauspielführung vor der Kamera. Durch Sprach- und Körpertraining, Übungen zur Figuren- und Szenenanalyse sowie Monolog und Szenenarbeit vor laufender Kamera lernen die Teilnehmenden Grundlagen der Arbeit vor der Kamera kennen und umsetzen. Dabei werden auch Methoden und Techniken vermittelt, um bei Castings und anderen Vorspielen gelassen und souverän zu agieren. Besonderes Augenmerk wird darauf gelegt, eine eigene Ausdrucksform zu entwickeln und vor der Kamera zu zeigen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, Rollen werden innerhalb des Workshops erarbeitet.

Der Dozent ist Schauspieler, Regisseur und Autor von preisgekrönten Spielfilmen. Er bringt mehr als 20 Jahre Berufserfahrung in Film und Fernsehen mit.

21H20231

Andreas Arnstedt
Samstag, 25.09.2021, 09:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 26.09.2021, 09:00 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum
81,00 Euro
Kleingruppe*

Improvisationstheater – Intensivkurs

Ein Impro-Intensivwochenende für alle, die schon etwas Schauspielerfahrung haben und ihre Schauspieltechnik und ihre Ausdrucksmöglichkeiten verbessern wollen sowie Teilnehmende, die auch ohne Vorkenntnisse Freude am Spiel auf der Bühne haben. Nach einem Warm-Up (Bewegungs-, Stimm- und Atemtechnik) geht es vorrangig um Improvisationen mit und ohne Text, mit und ohne Partner. Der Fokus liegt auf frei improvisierten sowie vorgegebenen Szenen. Am Ende lernen die Teilnehmenden, eine Bühnenfigur zu entwickeln und realistisch zu gestalten. Der Dozent ist Schauspieler, Regisseur und Autor von preisgekrönten Spielfilmen. Er bringt mehr als 20 Jahre Berufserfahrung in Film und Fernsehen mit.

21H20232

Andreas Arnstedt
Samstag, 22.01.2022, 09:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 23.01.2022, 09:00 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
81,00 Euro
Kleingruppe*

Ihr eigenes professionelles Showreel

Dieses 3-tägige Seminar ermöglicht Ihnen, unter professionellen Drehbedingungen Ihr eigenes Showreel für eine erfolgreiche Bewerbung im Filmgeschäft zu erstellen. Wir finden eine geeignete Szene, entwickeln eine Figur, proben mit Partner und finden den passenden Drehort. Sie bekommen wichtige Einblicke, was hinter der Kamera vor sich geht: Was macht der Regieassistent, der Aufnahmeleiter, die Continuity etc. Nach dem Kurs sendet Ihnen der Kursleiter ein zwei- bis dreiminütiges professionelles Showreel für Ihre erfolgreiche Bewerbung in digitaler Form zu. Der Dozent ist Schauspieler, Regisseur und Autor von preisgekrönten Spielfilmen. Er bringt mehr als 20 Jahre Berufserfahrung in Film und Fernsehen mit.

Mitzubringen: Der Kursleiter bereitet nach dem Kurs Ihre Aufnahmen zu einem professionellen Showreel auf und stellt es Ihnen in digitaler Form zur Verfügung. Der Unkostenbeitrag hierfür in Höhe von 30,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H20233

Andreas Arnstedt

Freitag, 17.12.2021, 17:00 - 21:30 Uhr

Samstag, 18.12.2021, 09:00 - 18:30 Uhr

Sonntag, 19.12.2021, 09:00 - 18:30 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
119,00 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

Kleingruppe*

Teilnehmenden-Feedback zum Kurs „Camera-Acting (online)“ mit Andreas Arnstedt:

„Die Schlussfolgerung zuerst: Es war wundervoll!

Andreas [Arnstedt] war von Anfang an sehr sympathisch, aber auch fordernd, damit wir etwas aus den zwei Tagen mitnehmen. Er hat uns die Eigenheiten des Schauspielens vor der Kamera sehr gut erklärt, beigebracht und mit Beispielen aus seiner umfangreichen Erfahrung belegt. Trotz des Umstandes, dass es am Ende ein Digitalkurs wurde, hat er es geschafft, uns vor der Kamera aus der

Camera Acting-Workshop – Schauspiel vor der Kamera (online)



Dieser Workshop vermittelt erste Schritte in Schauspielführung vor der Kamera. Durch Sprach- und Körpertraining, Übungen zur Figuren- und Szenenanalyse sowie Monolog und Szenenarbeit vor laufender Kamera lernen die Teilnehmenden Grundlagen der Arbeit vor der Kamera kennen und umsetzen. Dabei werden auch Methoden und Techniken vermittelt, um bei Castings und anderen Vorspielen gelassen und souverän zu agieren. Besonderes Augenmerk wird darauf gelegt, eine eigene Ausdrucksform zu entwickeln und vor der Kamera zu zeigen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, Rollen werden innerhalb des Workshops erarbeitet.

Der Dozent ist Schauspieler, Regisseur und Autor von preisgekrönten Spielfilmen. Er bringt mehr als 20 Jahre Berufserfahrung in Film und Fernsehen mit.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmendenzahl (fünf Personen) erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login für die Cloud per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtisches unter „Meine Kurse“ den Link zum Kurs.

Voraussetzung: Mikrophon, Webcam, Lautsprecher bzw. Kopfhörer.

21H20234

Andreas Arnstedt

Samstag, 12.02.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 13.02.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

81,00 Euro

Kleingruppe

Komfortzone zu holen und uns damit herauszufordern und wachsen zu lassen. Dadurch habe ich am Ende des Kurses ein unheimliches Selbstbewusstsein spüren können und für mich entschieden, dass ich in die Richtung Schauspielerei weitere Schritte gehen mag. Deshalb würde ich mich freuen, wenn die Volkshochschule noch mehr Kurse in dieser Richtung anbieten würde, vor allem sehr gern wieder mit Andreas.“

René Schmeißer



Kunst- und Kulturgeschichte

Die „Straße der Romanik“ durch Thüringen zwischen Werra und Ilm

Auch Thüringen hätte eine Straße der Romanik verdient. Überregional bedeutende Klöster, Kirchen und Burgen entstehen hier vor allem im Zuge der Ostsiedlung im 12. und 13. Jahrhundert. Im Westen führt die Straße von Creuzburg und Eisenach u. a. über die drei Gleichen nach Erfurt und Weißensee. Zu den Höhepunkten gehören sicher die Wartburg, die Peterskirche in Erfurt, die Klosterkirche in Ichtershausen bzw. die Runneburg in Weißensee.

Dieser Vortrag ist als sogenanntes „Hybridangebot“ geplant, d. h. Sie können sowohl in Präsenz als auch online über unsere Plattform vhs.cloud daran teilnehmen. Bitte teilen Sie uns bei Ihrer Anmeldung per E-Mail oder telefonisch mit, wie Sie teilnehmen möchten. Bei Online-Teilnahme erhalten Sie vor Beginn der Veranstaltung einen Zugangslink von uns.

Voraussetzung für eine Online-Teilnahme: mindestens Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert zur aktiven Teilnahme sind auch Mikrophon und Webcam.

21H20301

Dr. Thomas Frantzke

Dienstag, 07.12.2021, 18:00 - 20:15 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

12,50 Euro

Die „Straße der Romanik“ durch Thüringen zwischen Saale und Pleiße

Vom östlichen Zipfel Thüringens in Altenburg beginnend führt der Weg über Gera, Wünschendorf und Weida. Herausragende Bauten sind hier das von Barbarossa gegründete Augustiner Chorherrenstift („Rote Spitzen“), die Veitskirche Wünschendorf und die Osterburg Weida. Über Schleiz und Kulm verläuft die Straße über die Saale nach Friesau bei Lobenstein und endet in Saalfeld bzw. der Burg Greifenstein in Bad Blankenburg.

Dieser Vortrag ist als sogenanntes „Hybridangebot“ geplant, d. h. Sie können sowohl in Präsenz als auch online über unsere Plattform vhs.cloud daran teilnehmen. Bitte teilen Sie uns bei Ihrer Anmeldung per E-Mail oder telefonisch mit, wie Sie teilnehmen möchten. Bei Online-Teilnahme erhalten Sie vor Beginn der Veranstaltung einen Zugangslink von uns.

Voraussetzung für eine Online-Teilnahme: mindestens Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert zur aktiven Teilnahme sind auch Mikrofon und Webcam.

21H20302

Dr. Thomas Frantzke
Dienstag, 14.12.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum
12,50 Euro

Entartete Kunst. Nationalsozialismus und Moderne (online)

Parallel zur „Ersten großen deutschen Kunstausstellung“ wurde die Ausstellung zur „entarteten Kunst“ 1937 eröffnet: Moderne Kunst – vom Expressionismus über den Dadaismus bis hin zum Surrealismus – sollte als krankhafte Fehlentwicklung dargestellt werden. Doch was verstand der Nationalsozialismus als „entartet“? Wie war sein Verhältnis zur modernen Kunst? Und was für ein Ideal vom Körperbild hatte das nationalsozialistische Regime? Der Vortrag will sich mit dem nationalsozialistischen Kunstverständnis auseinandersetzen und die Vorgeschichte und den politischen Hintergrund der Ausstellung beleuchten. Es soll u. a. auch über Emil Noldes Gemälde gesprochen werden, die 1937 in der Ausstellung zur „entarteten Kunst“ gezeigt wurden und die viele Jahrzehnte später im Kanzleramt von Angela Merkel hingen.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmendenzahl erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login für die Cloud per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtischs unter „Meine Kurse“ den Link zum Kurs.

Voraussetzung: mindestens Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert zur aktiven Teilnahme sind auch Mikrofon und Webcam.

21H20310

Dr. Almut Sakai
Mittwoch, 06.10.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
12,50 Euro



Ahasver: Der Mythos des Ewigen Juden (online)



Ahasver verweigert Jesus auf seinem Golgothagang die Rast an seinem Haus und wird dazu verdammt, auf ewig umherirren zu müssen und nicht sterben zu können. Dieser Mythos wird durch Christen erschaffen, um die Juden in Verruf zu bringen, wird später aber vermehrt von der jüdischen Perspektive aus so gedeutet, dass Ahasver das wandernde, leidende Volk der Juden repräsentiert. Mit der Emanzipation und Assimilation der Juden wird Ahasver im 19. Jahrhundert und zu Beginn des 20. Jahrhunderts zu einer Figur, die ihre Zeit widerspiegelt. Sie verkörpert die Synthese von Tradition und Moderne, Religion und Geschichte. Sie zeigt zugleich exemplarisch, wie sich der jüdisch-christliche Dialog verändert hat. Der Mythos Ahasver erfährt im 19. und im 20. Jahrhundert unterschiedliche Umdeutungen und wird immer wieder zum Thema gemacht: Von der Klassik, über die Romantik und den Expressionismus bis hin zum Nationalsozialismus, der gar versuchte, Ahasver ideologisch zu vereinnahmen. Der Vortrag will dieser facettenreichen Gestalt in der Literatur, in der Kunst und im Film nachgehen. Auch werden verwandte Figuren wie der Fliegende Holländer oder Dracula behandelt.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmendenzahl erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login für die Cloud per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtischs unter „Meine Kurse“ den Link zum Kurs.

Voraussetzung: mindestens Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert zur aktiven Teilnahme sind auch Mikrofon und Webcam.

21H20311

Dr. Almut Sakai
Mittwoch, 03.11.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
12,50 Euro

Dr. Thomas Frantzke bietet
auch in diesem Semester weitere
Vorträge im Bereich Geschichte an. In den
Veranstaltungen „August der Starke – Die Liebe
und die Kunst“ und zur Geschichte Jenas werden
aber auch kunsthistorische Aspekte behandelt. Also
schauen Sie auch hier gern vorbei!
Die Vorträge finden Sie auf Seite 32.



Der Golem: Judentum und Volkskultur (online)



Die Vielseitigkeit des Golems hat Schriftsteller immer wieder dazu veranlasst, die Gestalt zu erneuern. Dass Golem in den verschiedenen Medien auftaucht, beweist, wie wirkmächtig diese mythische Figur war und noch heute ist. Der Lehmkoloss Golem wird von Rabbi Löw durch kabbalistische Künste in dem Prager Ghetto erschaffen, um die Juden vor Verleumdungen der Christen zu schützen. Von Jacob Grimm über den phantastischen Roman Gustav Meyrinks und den expressionistischen Film „Wie Golem in die Welt kam“ bis hin zur TV-Serie „The Simpsons“ wird die Gestalt des Golem aufgegriffen. Dabei erfährt Golem Umdeutungen: Er wird nicht nur von jüdischen und jüdisch-assimilierten Künstlern verarbeitet, sondern auch von Nationalsozialisten zu ihren Zwecken missbraucht. Der Vortrag untersucht interdisziplinär in der Literatur, in der Kunst und im Film, wie sich die Figur von der Romantik über den Expressionismus bis hin zum Nationalsozialismus transformiert hat. Außerdem werden neben dem Golem verwandte Figuren wie Frankenstein behandelt.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmerzahl erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login für die Cloud per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtischs unter „Meine Kurse“ den Link zum Kurs.

Voraussetzung: mindestens Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert zur aktiven Teilnahme sind auch Mikrofon und Webcam.

21H20312

Dr. Almut Sakai

Mittwoch, 01.12.2021, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
12,50 Euro

Kafka und das jüdische Prag (online)



Die Stadt Prag – Zentrum böhmischer, österreichischer, deutscher und jüdischer Kultur – ist vor allem mit zwei Namen verbunden: Mit Rabbi Löw, um den sich der Mythos des Golem rankt, und mit Franz Kafka, dessen schriftstellerische Tätigkeit Weltruhm erlangte. Kafka selbst war ein assimilierter Jude, der sich aber in seinen Tagebüchern und in seinen Werken mit seinem jüdischen Erbe beschäftigt hat. Prag lebte davon, den starken Gegensatz von Tradition und Moderne, von Religiosität und Assimilation zu überwinden. Gerade die Wende vom 19. ins 20. Jahrhundert war für das Prager jüdische Viertel eine Zäsur, da es fast komplett abgerissen wurde. Wie war das Leben davor und wovon war es danach geprägt? Der Vortrag wird sich zum einen mit der jüdischen Geschichte Prags befassen, die Entwicklung des Prager Ghetto verfolgen und Orte wie den jüdischen Friedhof, das Altstädter Rathaus mit den zwei Uhren oder das Geheimnis um die Altneusynagoge näher beleuchten. Zum anderen soll Franz Kafka und sein Verhältnis zum Judentum und zu Prag thematisiert werden.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmerzahl erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login für die Cloud per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtischs unter „Meine Kurse“ den Link zum Kurs.

Voraussetzung: mindestens Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert zur aktiven Teilnahme sind auch Mikrofon und Webcam.

21H20313

Dr. Almut Sakai

Mittwoch, 12.01.2022, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
12,50 Euro



Englische Gartenkunst (online)



Bonusvortrag

Seit Menschengedenken spielen Gärten eine wichtige Rolle in der Vermittlung zwischen Natur und Kultur. Im Gegensatz zum französischen Garten und dessen geometrischer Symmetrie möchte die englische Gartenkunst den natürlichen Zustand bewahren, zugleich aber den Garten organisch formen. Der Vortrag möchte zeigen, welche Wirkung die Landschaftsmalerei auf die englische Gartenkunst hatte. Er beschäftigt sich auch mit der Frage, welcher Zusammenhang zwischen der englischen Gartenkunst und der Romantik besteht. Wir werden nicht nur den Einfluss der englischen Gartenkunst auf Deutschland untersuchen, sondern uns ebenso mit der Frage befassen, welche Spuren die englische Gartenkunst in Thüringen hinterlassen hat.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmerzahl erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login für die Cloud per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtischs unter „Meine Kurse“ den Link zum Kurs.

Voraussetzung: mindestens Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert zur aktiven Teilnahme sind auch Mikrofon und Webcam.

21H20314

Dr. Almut Sakai

Dienstag, 08.02.2022, 18:00 - 20:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
12,50 Euro

Mal- und Zeichenkurse | Drucktechniken

Aquarellmalerei

„Tipps und Tricks“

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. In dem 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 300g/m²; Bleistift HB; Lappen; Schwämmchen; Porzellanpalette. Sie können zudem gerne Ihre schon angefertigten eigenen Arbeiten mitbringen!

21H20501

Valeriy Solovey
dienstags, 12.10.2021, 16:00 - 18:15 Uhr,
8 Nachmittage
Rathaus Plenarsaal
77,00 Euro

21H20501A

Valeriy Solovey
dienstags, 04.01.2022, 16:00 - 18:15 Uhr,
6 Nachmittage
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal
59,00 Euro

21H20502

Valeriy Solovey
dienstags, 12.10.2021, 18:45 - 21:00 Uhr,
8 Nachmittage
Rathaus Plenarsaal
77,00 Euro

21H20502A

Valeriy Solovey
dienstags, 04.01.2022, 18:45 - 21:00 Uhr,
6 Nachmittage
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal
59,00 Euro



Valeriy Solovey | Blick auf Jena, Aquarell, 2020

Valeriy Solovey beschäftigt sich schon seit mehr als 30 Jahren mit Malerei und Kunst. Für den Künstler gibt es immer etwas Neues zu entdecken. Er ist überzeugt, dass die Schönheiten sich immer ganz in unserer Nähe befinden. Um ein Bild zu malen, braucht er keine großartigen Dinge, Objekte, Gegenstände, Ereignisse, sondern ein besonderes Gefühl, welches sich später in seinen Werken wiederfindet und den Zuschauer zum Dialog einlädt. Dabei ist das Repertoire des Künstlers sehr vielfältig, wie zum Beispiel: Landschaften, Portraits, Stillleben, abstrakte Kompositionen, Wandmalerei in Öl, Acryl, Aquarell, Pastell.



1969 in Charkow in der Ukraine geboren
1984-1988 Studium an der Staatlichen Kunstschule in Charkow, Ukraine, Ab-

schluss mit Auszeichnung
1988-1993 Studium an der Akademie für Kunst und Design in Charkow, Ukraine. Spezialisierung auf dem Gebiet der Monumental-Dekorativen Kunst
Seit 2004 wohnhaft in Jena
Seit 2005 Mitglied des Verbandes Bildender Künstler Thüringen
Seit 2008 Freischaffender Künstler

Ausstellungen: 1992 Teilnahme an der Biennale in Venedig; regionale und internationale Ausstellungen; Einzelausstellungen in Deutschland, der Ukraine und Polen

Valeriy Solovey ist an der Volkshochschule Jena seit 2009 als Dozent tätig. Seine nächsten Kurse in der Aquarell- und Ölmalerei beginnen ab Oktober 2021.

21H20503

Valeriy Solovey
mittwochs, 13.10.2021, 10:00 - 12:15 Uhr,
4 Vormittage
Rathaus Plenarsaal
41,00 Euro

21H20504

Valeriy Solovey
mittwochs, 10.11.2021, 16:00 - 18:15 Uhr,
4 Nachmittage
Rathaus Plenarsaal
41,00 Euro

21H20504A

Valeriy Solovey
mittwochs, 05.01.2022, 16:00 - 18:15 Uhr,
4 Nachmittage
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal
41,00 Euro

21H20505

Valeriy Solovey
Samstag, 08.01.2022, 10:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 09.01.2022, 10:00 - 15:30 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal
65,80 Euro
Kleingruppe*



Gisela Kallies | Herbststürme, Aquarell, 2010

Bilder in Aquarell

NEU

Zarte Aquarellfarben laden zum Ausprobieren und freien Gestalten ein! Wie Sie mit der richtigen Kombination aus Maltechniken und Pinselleffekten feine Aquarelle malen können, werden Sie in diesem Kurs erfahren. Welche Farben benötigen Sie, um bestimmte Stimmungen auszudrücken? Welche Techniken können eingesetzt werden, um den gewünschten Effekt zu erzielen? Ob Landschaften, Pflanzen, Stillleben – Ihre Dozentin wird Ihnen dabei helfen, Ihre eigenen Ideen, aber auch schon vorhandene Motive als Aquarellbild festzuhalten.

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

21H20506

Ulrike Rochlitzer
mittwochs, 06.10.2021, 18:45 - 21:00 Uhr,
6 Abende
Rathaus Plenarsaal
59,00 Euro

Grundlagen der Aquarellmalerei

In diesem Kurs erlernen Sie verschiedene Techniken der Aquarellmalerei, die wir jeweils an einem ausgewählten Motiv ausprobieren werden. Sie werden die Eigenschaften der Farben, deren Einsatzmöglichkeiten in den verschiedenen Techniken und auf diesem Weg die unterschiedlichen kreativen Möglichkeiten der Bildgestaltung kennen lernen. Das Erlernete soll Sie anregen und befähigen, nach dem Kurs auch eigene Ideen und Motive in Aquarell umzusetzen. Dabei geht es nicht um das perfekte Bild. Es geht darum, mit Hilfe der Kenntnis der Techniken und Eigenheiten der Farben die eigenen Fähigkeiten und die Freude am Malen zu entwickeln.

1. Abend - Einführung und Materialkunde, Farben mischen
 2. Abend - Lasieren (Nass-auf-Trocken)
 3. Abend - Tupftechnik
 4. Abend - Auswaschtechnik
 5. Abend - Spritztechnik
 6. Abend - Granulieren (Trocken-auf-Trocken)
 7. Abend - Negativtechnik
- Der Kurs findet 14-tägig statt.

Mitzubringen: Aquarellpinsel Größen 2 bis 10 (keine synthetischen Pinsel), Aquarellfarbkasten, Tempotaschentücher, Knetgummi, Maskierflüssigkeit, Malerkrepp, weicher Bleistift oder Aquarellstifte, Mischpalette. Aquarellpapier wird von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 1,00 - 2,00 € pro Tag ist im Kurs zu entrichten.

21H20509

Gisela Kallies
dienstags, 19.10.2021, 18:00 - 20:15 Uhr,
7 Abende, 14-tägig
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
84,80 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*

Ölmalerei

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.

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

21H20536

Valeriy Solovey
Samstag, 18.09.2021, 10:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 19.09.2021, 10:00 - 15:30 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
65,80 Euro
Kleingruppe



Valeriy Solovey | Stadtkirche im Herbst, Öl auf Leinwand, 2012



Weitere Kurse, in denen Sie u. a. mit Aquarellfarben arbeiten können, finden Sie im Abschnitt „Verschiedene Techniken“ ab Seite 53.

Weitere Kurse,
in denen Sie u. a. mit
Ölfarben arbeiten können,
finden Sie im Abschnitt
„Verschiedene Techniken“
ab Seite 53.

Malerei in der Bob Ross® Technik

Verbringen Sie ein Wochenende 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 Wochenende mit nach Hause genommen werden kann. Also: Nur Mut! Mit etwas Geduld und Muße entsteht ein einzigartiges Kunstwerk.

Mitzubringen: Kosmetiktücher; Baby-Öltücher; Feuchttücher oder Küchenrolle; Lappen; alte Kleidung/Malkittel; Lunchpaket. Zusätzliche Materialien (Leinwand, spezielle Pinsel, Ölfarbe) werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 30,00 € ist im Kurs zu entrichten.

Wildbach im Banff Nationalpark, Alberta

NEU

21H20530

Gisela Kallies
Freitag, 10.09.2021, 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 11.09.2021, 09:00 - 12:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
35,90 Euro zzgl. Materialkosten
(siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe

Herbstspaziergang am Wasser

NEU

21H20531

Gisela Kallies
Freitag, 08.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 09.10.2021, 09:00 - 12:00 Uhr
Rathaus Plenarsaal
35,90 Euro zzgl. Materialkosten
(siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*



Gisela Kallies | Wildbach,
Öl auf Leinwand

Wald im Morgennebel

NEU

21H20532

Gisela Kallies
Freitag, 12.11.2021, 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 13.11.2021, 09:00 - 12:00 Uhr
Rathaus Plenarsaal
35,90 Euro zzgl. Materialkosten
(siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*

Sachsensümpfe bei Jena Wöllnitz

NEU

21H20533

Gisela Kallies
Freitag, 03.12.2021, 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 04.12.2021, 09:00 - 12:00 Uhr
Rathaus Plenarsaal
35,90 Euro zzgl. Materialkosten
(siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*

Kalksteinmassiv des Mount Rundle, Alberta

NEU

21H20534

Gisela Kallies
Freitag, 14.01.2022, 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 15.01.2022, 09:00 - 12:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal
35,90 Euro zzgl. Materialkosten
(siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*

Eisberge in der Mitternachtssonne am Cape Shackleton

NEU

21H20535

Gisela Kallies
Freitag, 04.02.2022, 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 05.02.2022, 09:00 - 12:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal
35,90 Euro zzgl. Materialkosten
(siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*

Zeichenkurse



Freies Zeichnen (online)

Wir alle kennen es: Fehlen feste Rituale, nimmt man sich oft einfach keine Zeit für das Zeichnen. Hier kann dieser Kurs Abhilfe schaffen! Es finden sich Gleichgesinnte zusammen und lassen ihrer Kreativität freien Lauf. Klappt es manchmal nicht so ganz mit der Umsetzung von Motiven? Kein Problem! Der Dozent hilft gerne, neue Dinge auszuprobieren und zu erforschen oder einfach, Ideen zu finden, um kreativ tätig zu werden. Es wird freiwillige kleine Übungen geben, um Grundlagen oder anderes Gelerntes zu festigen. Und sollten individuelle Wünsche zu Motiven oder Zeichentricks aufkommen, geht der Dozent gerne darauf ein. Jeder lernt hier von jedem und das in einer angenehmen Atmosphäre.

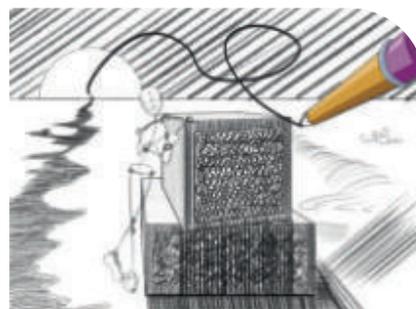
Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmendenzahl (fünf Personen) erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login für die Cloud per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtisches unter „Meine Kurse“ den Link zum Kurs.

Bereithalten: Bleistifte, Radiergummi, Zeichenpapier. Wer möchte, kann auch mit einem Grafiktablett arbeiten.

Voraussetzung: Mikrofon und Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert ist auch eine Webcam (ansonsten wird mit Uploads von Ihren Zeichnungen gearbeitet).

21H20540

Willi Schlese
montags, 08.11.2021, 17:45 - 20:00 Uhr,
5 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
62,00 Euro
Kleingruppe



Willi Schlese | Freie Grafik

Zeichnen lernen – Grundlagenkurs (online)



Zeichnen und Malen machen am meisten Spaß, wenn man die richtigen Techniken beherrscht. Um den eigenen Lernprozess voranzutreiben und damit schneller mit den Resultaten zufrieden zu sein, ist dieser Online-Kurs genau das Richtige! Hier werden Schritt für Schritt die Grundlagen vermittelt, um die eigenen Ideen zu verwirklichen. Auch wenn man dabei nicht im selben Raum sitzt, kann man sich über Online-Konferenzen austauschen, gemeinsam den Spaß am Zeichnen entdecken und der Dozent dennoch auf jeden Teilnehmenden individuell eingehen. Am Ende des Kurses werden Sie die wichtigsten Methoden kennen, um selbstständig und langfristig Ihr künstlerisches Können weiter zu entwickeln. Freuen Sie sich auf schnelle Fortschritte!

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmerzahl (fünf Personen) erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login für die Cloud per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtisches unter „Meine Kurse“ den Link zum Kurs.

Bereithalten: Bleistifte, Radiergummi, Zeichenpapier. Wer möchte, kann auch mit einem Grafiktablett arbeiten.
Voraussetzung: Mikrofon und Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert ist auch eine Webcam (ansonsten wird mit Uploads von Ihren Zeichnungen gearbeitet).

21H20541

Willi Schlese
dienstags, 09.11.2021, 17:45 - 20:00 Uhr,
5 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
62,00 Euro
Kleingruppe



Willi Schlese | Anatomische Studien, Grafik

Anatomisches Zeichnen für Anfängende (online)



Menschen zu zeichnen ist keine einfache Sache. Jeder, der es schon einmal probiert hat, weiß das. In diesem Online-Kurs werden Ihnen hierzu Hilfestellungen gegeben und die ersten Schritte gezeigt, um erfolgreich realistische Figuren zu zeichnen. Zusammen mit den anderen Teilnehmenden lernen Sie, wie man Menschen in verschiedenen und dynamischen Posen zeichnet, um ihnen so möglichst viel Ausdruck zu verleihen. Mithilfe von Online-Konferenzen können Sie sich in der Gruppe austauschen. Der Dozent wird dabei auf jeden Teilnehmenden individuell eingehen, um für jeden die Freude am Lernen zu garantieren und für möglichst schnelle Fortschritte zu sorgen.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmerzahl (fünf Personen) erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login für die Cloud per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtisches unter „Meine Kurse“ den Link zum Kurs.

Bereithalten: Bleistifte, Radiergummi, Zeichenpapier. Wer möchte, kann auch mit einem Grafiktablett arbeiten.
Voraussetzung: Mikrofon und Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert ist auch eine Webcam (ansonsten wird mit Uploads von Ihren Zeichnungen gearbeitet).

21H20542

Willi Schlese
montags, 03.01.2022, 17:45 - 20:00 Uhr,
5 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
62,00 Euro
Kleingruppe



Sebastian Schwappach | Grafik, 2018

Freies Zeichnen

NEU

Der Kurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene. Das gemeinsame lockere Zeichnen steht hier im Vordergrund. Spielerische Übungen und einfache Techniken sollen ohne feste Vorgaben erarbeitet werden. Wir bewegen uns vom Punkt zum Strich, vom Strich zur Fläche, von der Fläche zum richtig schattierten Objekt in der Landschaft.

Mitzubringen: Ein Paket A3-Papier (500 Blatt, wenn möglich 80g/ m²), nach Wahl Bleistifte verschiedener Stärken, Radiergummi, Spitzer, Kugelschreiber, Fineliner, Gelliner und/ oder Crystal-Liner. Ihr Dozent berät Sie im Kurs auch gern zu weiteren Materialien.

21H20545

Sebastian Schwappach
donnerstags, 11.11.2021,
18:00 - 20:15 Uhr, 6 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
73,40 Euro
Kleingruppe*



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



Verschiedene Techniken

In diesem Abschnitt finden Sie Kurse, in denen Sie mit verschiedenen Medien arbeiten können sowie Kurse zu Pastellmalerei, Tuschemalerei und Blaudruck (Cyanotypie).

Malen mit Aquarell, Öl oder Acryl für Liebhaber und Neueinsteiger

Bildaufbau, Kompositionen, 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: Malmaterialien, Pinsel, Farben, Blöcke oder bespannte Keilrahmen.

21H20551

Manfred Petzold
montags, 04.10.2021, 18:00 - 20:15 Uhr,
10 Abende
Rathaus Plenarsaal
95,50 Euro

Mal- und Zeichenkurs für Senioren

In diesem Kurs wollen wir mit verschiedenen Zeichenmaterialien (wie Kohle, Bleistift, Pastellkreide und Tusche) umsetzen lernen, was wir sehen. Unsere Motivauswahl wird möglichst breitgefächert sein und vom Stillleben über Einzelobjekte bis hin zum Naturstudium reichen. Weiterer Inhalt ist es, unterschiedlichste Techniken und Malgründe anzubieten. Um den Teilnehmenden den doch recht preisintensiven Künstlerbedarfseinkauf zu ersparen, stellt die Kursleiterin alle im Kurs relevanten Zeichenmaterialien zur Verfügung. So kann eine vielleicht vergessene oder noch unbekannte Zeichentechnik neue Möglichkeiten eröffnen und eventuell zur „Lieblingsmethode“ avancieren. Bei alledem steht der Spaß am Zeichnen und Ausprobieren im Vordergrund. Das Lehrprogramm ist schrittweise aufgebaut und somit auch für Anfänger geeignet.

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

21H20550

Heike Burkhardt
mittwochs, 29.09.2021, 14:00 - 17:30 Uhr,
8 Nachmittage
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13
119,00 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

Mal- und Zeichenkurs

Dieser Kurs ist geeignet für Einsteiger sowie Fortgeschrittene. Er zielt darauf ab, verschiedene Materialien (die im Kurs erworben werden können) vorzustellen und auszuprobieren, ebenso wie die dazu möglichen Techniken. Möglichst vielseitig wird den Teilnehmenden 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 Malen und Zeichnen zu haben.

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.

21H20553

Heike Burkhardt
montags, 27.09.2021, 18:00 - 21:30 Uhr,
4 Abende
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13
62,00 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

Unsere Infektionsschutzregeln

Die vhs Jena hat für alle Unterrichtsräume ein Infektionsschutzkonzept erarbeitet. Dieses wird am ersten Kurstag vorgestellt. Alle Teilnehmenden unterschreiben, dass sie dieses zur Kenntnis genommen haben und einhalten werden. Wir bitten um Ihr Verständnis und die konsequente Einhaltung der Regeln.



Farbkästchen – Malkurse für Neugierige

„Ich würde so gern mal (wieder) malen...“ – Kennen Sie diesen Gedanken? Doch dann fehlen vielleicht der Mut, die Zeit oder auch die Muße, es wirklich zu tun. Die Kursleiterin lädt Sie ein, sich selbst dieses kostbare Geschenk zu machen. Denn: Jeder kann malen!

In offener, freundlicher Atmosphäre können Sie in diesen Farbkästchenkursen (zurück) zur Malerei finden, sich ausprobieren, Ihren Impulsen folgen und alles fragen, was Sie bewegt. Haben Sie ein Lieblingsmotiv, das sie umsetzen wollen? Entdecken Sie die Freude am kreativen Schaffen mit drei ganz unterschiedlichen Malmedien: Leuchtende Aquarellfarben, strahlende Pastellkreiden und farbenfrohe Gouachefarben werden jeweils an vier Vormittagen vorgestellt. Sie erfahren Wissenswertes zu Papieren, Farben, Pinseln, Mischtechnik, Materialkunde, Komposition und Farbwirkung und entwickeln Schritt für Schritt Ihre eigenen Bilder in diesen kurzweiligen Kursen.

Teil I – Aquarell

Aquarellfarben sind hoch pigmentierte Farben, die mit viel Wasser vermalen werden. Aquarellmalerei ist reich an Techniken und sehr vielseitig. Beim losen Arbeiten ergeben sich spannende Fließeffekte und lebendige Resultate, während das genaue detaillierte Arbeiten zum Beispiel zu absolut realistischen Pflanzen- und Tierportraits führen kann. Was ist Maskierflüssigkeit und wozu braucht man Salz? Dies und mehr erfahren Sie im Kurs.

Mitzubringen: Die Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 5,00 € ist am ersten Tag im Kurs zu entrichten.

21H2054A

Christiane Tänzler
montags, 08.11.2021, 10:00 - 12:15 Uhr,
4 Vormittage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
50,60 Euro zzgl. Materialkosten (siehe
„Mitzubringen“)
Kleingruppe*



Christiane Tänzler |
Mandarin-Ente an der Saale,
Aquarell, 2020

Teil II – Gouache

Gouachefarben sind matte deckende Farben auf Kreidebasis. Sie sind geruchsfrei und die großen, gut pigmentierten Schwestern der Tempera-Schulmal Farben. Vermaalbar sind diese Farben mit Wasser. Aufgrund ihrer Eigenschaften sind Gouachefarben für Anfänger sehr gut geeignet, weil Korrekturen immer möglich sind, solange die genutzte Malunterlage nicht zerstört wird. Starke weiße und schwarze Papiere stehen zur Auswahl, je nach Motivwahl.

Mitzubringen: Die Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 5,00 € ist am ersten Tag im Kurs zu entrichten.

21H2054B

Christiane Tänzler
montags, 03.01.2022, 10:00 - 12:15 Uhr,
4 Vormittage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
50,60 Euro zzgl. Materialkosten (siehe
„Mitzubringen“)
Kleingruppe*

Teil III – Pastell

Pastellkreiden sind als trockene Stücke oder auch in Stiftform verfügbar. Fettfreie gepresste Pigmente mit wenigen Zusatzstoffen zeichnen gute Pastellkreiden aus. Auf speziellen Papieren und sandierten Oberflächen ist Pastellmalerei gar nicht so staubig, wie man denkt. Die Vielfalt an Farbtönen und eine spezielle Schichttechnik machen wunderbar satte Malereien möglich.

Mitzubringen: Die Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 5,00 € ist am ersten Tag im Kurs zu entrichten.

21H2054C

Christiane Tänzler
montags, 31.01.2022, 10:00 - 12:15 Uhr,
4 Vormittage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
50,60 Euro zzgl. Materialkosten (siehe
„Mitzubringen“)
Kleingruppe*

„Das spontane Acryl im figürlichen Bild“ – Spaß an der Malerei

Im Mittelpunkt steht die Darstellung von Figuren der klassischen Moderne (u.a. Kandinsky, Picasso). Wir beschäftigen uns damit, wie Form und Farben abstrahiert werden. Wir üben schnelle und unmittelbare Situationen festzuhalten (Figuren in Bewegung). Anfertigung von selbst erarbeiteten Skizzen und eigenen Fotos werden unter Anleitung umgesetzt. Es gibt Anregungen, die eigene Bildsprache zu entdecken.

Mitzubringen: Acrylfarben, Keilrahmen; Skizzenblock, Pinselset; Bleistift; Klebeband; Naturschwamm; Material für Collagen.

21H20557

Rita Müller
Samstag, 25.09.2021, 10:00 - 16:15 Uhr
Sonntag, 26.09.2021, 10:00 - 13:30 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
54,90 Euro
Kleingruppe

Malweiber treffen sich – Wasserlandschaften

Im Mittelpunkt des Kurses steht die Darstellung von Meer, Seen und Flüssen. Dabei kann das Augenmerk auf der malarischen Gestaltung von bewegtem oder ruhigem Wasser, von Uferbewuchs und Flussbiegungen oder Himmel und Wasser liegen. In der Motiv- und Farbwahl (Acryl-, Aquarellfarben, Collagentechniken) sind Sie frei.

Mitzubringen: Aquarellfarben, Aquarellpapier ab 300g/m² ODER Acrylfarben, Keilrahmen; Pinselset; Bleistift; Klebeband; Naturschwamm; Material für Collagen; Fotos.

21H20558

Rita Müller

Samstag, 23.10.2021, 10:00 - 16:15 Uhr
Sonntag, 24.10.2021, 10:00 - 13:30 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
54,90 Euro
Kleingruppe

Einstieg in die Tuschmalerei

NEU

Tuschmalerei ist eine fernöstliche Maltechnik, die mit einfachsten Materialien (schwarze Tusche, ein Pinsel und Papier) ausdrucksstarke Bilder hervorbringt. Bei der Bildgestaltung ist die Reduktion auf das Wesentliche von großer Bedeutung. Mit leichten Pinselübungen erlernen Sie die Grundlagen für die charakteristischen Motive z. B. Orchideen, Bambus, Chrysanthemen, Vögel und Landschaften. Dabei üben Sie auch Qualitäten wie z. B. Achtsamkeit, Präsenz, Entschiedenheit sowie Geduld und erleben die beruhigende und zentrierende Wirkung des Malens. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Mitzubringen: Schürze oder alte Kleidung, A3-Zeichenmappe zum Transport der Bilder. Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 10,00-15,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H20559

Ulrike Schulze

Freitag, 28.01.2022, 15:30 - 20:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
27,80 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*

Lichtmalerei mit dem Blaudruckverfahren – Cyanotypie auf Papier

Die Cyanotypie, auch als (Eisen-)Blaudruck bekannt, ist ein altes fotografisches Edeldruckverfahren mit typisch cyanblauen Farbtönen. Sie ist eine der ältesten Fototechniken, welche nicht zwingend eine Dunkelkammer und keine Kamera erfordert. Auf vorbereitete Aquarellpapiere (UV- und lichtempfindlich sensibilisiert) werden Gegenstände, z. B. Gräser, Blätter, Formen oder auch bedruckte Folien angeordnet und dann mit Sonnenlicht oder UV-Lampen belichtet. Ziel des Workshops ist es, nach einer Einführung in die Thematik unter Anleitung eigene Cyanotypien herzustellen. Die unmittelbaren Ergebnisse können am Ende des Tages mitgenommen werden. Die Dozentin stellt Materialien zum Gestalten bereit, es können aber gern auch eigene Gegenstände mitgebracht werden. Sie können auch in einem Copyshop Fotos invertieren, auf Folien drucken lassen und mitbringen.

Mitzubringen: Gegenstände oder Folien zum Abbilden nach Wunsch (siehe Kursbeschreibung). Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 8,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H20562

Anke Neugebauer

Samstag, 04.12.2021, 10:00 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
35,40 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*

Die Dozentin bietet auch
einen Kurs zur Cyanotypie
auf Stoffen an, siehe
Seite 61.



Maryna Bzhezytska | Sonnenuntergang,
Pastell, 2017

Pastellmalerei für Anfängende 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 Anfängende als auch Fortgeschrittene geeignet.

Mitzubringen: Pastellpapier ab 160 g/qm, Format 50 cm x 65 cm, mittelgrau; hochwertige Softpastellkreiden und Pastellstifte; Knetradiergummi. Farbige Vorlagen werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von 3,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H20564

Maryna Bzhezytska

donnerstags, 11.11.2021,
16:45 - 19:00 Uhr, 6 Abende
Rathaus Plenarsaal
76,40 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*

Acrylmalerei & Zeichnen

In diesem Kurs werden wir uns nicht nur mit Techniken der Acrylmalerei beschäftigen, sondern auch Schritt für Schritt das Zeichnen erlernen. Machen Sie sich vertraut mit den Proportionen Ihres Motivs, dem Einsatz von Licht und Schatten, der richtige perspektivischen Umsetzung, mit der Darstellung von Textur und Kontrasten. Die Dozentin bietet verschiedene Vorlagen an, nach denen Sie arbeiten können. Gern steht die Kursleiterin aber auch bei der Verwirklichung eigener Motive hilfreich zur Seite.

Mitzubringen: Acrylfarben (12 oder 24 Farben, gute Qualität), verschiedene Pinsel (4 bis 6 Stück), Keilrahmen oder Acrylblöcke ab A4, Skizzenblock A4, Bleistifte (verschiedene Stärken), Strukturpaste, Radiergummi, Fineliner, Mischpalette, Küchenrolle, Frischhaltefolie.

21H20566

Zoya Goletz

Samstag, 27.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 28.11.2021, 10:00 - 15:30 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum 67,80 Euro

Kleingruppe

21H20568

Zoya Goletz

Samstag, 13.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 14.11.2021, 10:00 - 15:30 Uhr

Thüringer Eltern-Kind-Zentrum „Anne Frank“, Begegnungsraum

67,80 Euro

Kleingruppe*



Zoya Goletz | Acryl auf Leinwand



Plastisches und Florales Gestalten

Silberschmiede

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, unter fachlicher Anleitung ein eigenes Schmuckstück aus 925-Sterlingsilber herzustellen. Sie lernen die unterschiedlichen Techniken des Silberschmiedens, wie Sägen, Feilen, Schmieden, Löten und Polieren, anzuwenden. Ganz nach Ihrem Geschmack und einem eigenen, individuellen Entwurf schmieden Sie ein Schmuckstück Ihrer Wahl (Ring, Anhänger, Brosche, Ohringe), in das Sie wunschgemäß auch Edelsteine einarbeiten können. Die Dozentin bringt zur kreativen Anregung eine Auswahl von Anschauungsbeispielen mit. Handwerkliche Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – nur die Lust am Ausprobieren!

Mitzubringen: Imbiss, auf Wunsch auch eigene Schmucksteine oder kleine Fundstücke. Die Kosten für Werkzeug- und Maschinenbenutzung (12,00 €) sowie für das Silber nach Verbrauch und Edelsteine nach Wert (für ein kleines Schmuckstück ca. 40,00 bis 60,00 €) sind im Kurs zu entrichten.

21H20601

Laura Herrmann

Samstag, 16.10.2021, 10:00 - 18:15 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum 46,80 Euro zzgl. Materialkosten (siehe

„Mitzubringen“)

Kleingruppe*

Geschenkideen aus Holz – Workshop

Sie möchten einem liebgewonnenen Menschen mal wieder das besondere Etwas zum Geburtstag oder einfach mal so zwischendurch schenken, es fehlt Ihnen jedoch an Ideen oder diese Person hat sonst schon alles? Die Dozentin möchte Ihnen in diesem Kurs ein paar ausgefallene Geschenkideen vorstellen, mit denen Sie Ihren Liebsten überraschen können. Schnitzmesser, Schnitzholz, Farbe zum Bemalen (optional), Naturfasern zum Basteln und weitere Naturmaterialien werden bereitgestellt. Sie dürfen Ihrer Kreativität freien Lauf lassen und sich in Ruhe Zeit für Ihre Geschenkidee(n) nehmen. Gerne begleitet Sie die Kursleiterin bei Ihrem persönlichen Projekt. Sie werden überrascht sein, wie sich Schritt für Schritt aus dem unbearbeiteten Holz ein kleines Unikat formt.

Mitzubringen: Sitzkissen und/ oder Picknickdecke, eigenes Trinkgefäß, wetterfeste Kleidung. Der Workshop findet bei jedem Wetter statt, außer es gewittert. Die Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von 5,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H20630

Julia Grell

Samstag, 16.10.2021, 10:00 - 16:00 Uhr

Treffpunkt: Märchenbrunnen im Paradies 35,40 Euro zzgl. Materialkosten (siehe

„Mitzubringen“)

Kleingruppe

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 bis 20,00 € sind im Kurs zu entrichten.

21H20690

Ulrike Rochlitzer
Freitag, 24.09./01.10./08.10.2021,
18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 25.09./02.10.2021,
18:00 - 21:00 Uhr, 5 Abende
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13
84,80 Euro zzgl. Materialkosten
(siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe

21H20692

Ulrike Rochlitzer
Freitag, 14./21./28.01.2022,
18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 15./22.01.2022,
18:00 - 21:00 Uhr, 5 Abende
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13
84,80 Euro zzgl. Materialkosten
(siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe



Gerlinde Schwarzer | Herbstkranz

Töpferei für Anfänger & Fortgeschrittene

Für alle, die gerne ihre Ideen in Keramik verwirklichen wollen. Sie erhalten eine Einführung in die unterschiedlichen Techniken der Tonbearbeitung sowohl mit der Hand, als auch eine Einführung an der Töpferei. Für Fortgeschrittene können die Themen hin zu anspruchsvolleren Stücken erweitert werden. An den letzten beiden Kurstagen werden wir unsere Stücke glasieren, so dass jeder eigene, selber kreierte Werke mit nach Hause nehmen kann, die in der Küche oder als reine Schmuckstücke ihren Platz finden werden.

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

21H20693

Ulrich Schulte-Vieting
montags, 01.11.2021, 18:15 - 20:30 Uhr,
6 Abende
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13
59,00 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

Sträuße zum Sommerausklang mit Erica und Co.

Ein Feuerwerk an Farben in einem Strauß verarbeitet – ob rund gebunden oder gestaffelt, für die eigene Wohnung oder als Geschenk. Hier kann jeder nach seinen Vorlieben und Wünschen mit professioneller Hilfe unserer Floristin gestalten.

Mitzubringen: Kleines scharfes Messer, Gartenschere, wenn vorhanden Seitenschneider. Eine Vase zum Einstellen ist vorteilhaft. Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 15,00-20,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H20616

Gerlinde Schwarzer
Dienstag, 28.09.2021, 17:00 - 20:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
20,20 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*

„Bunt sind schon die Wälder ...“ (von Salis-Seewis) – Herbstliche Floristik

NEU

Mit selbst gesammelten Natur-Materialien gestalten Sie einen herbstlichen Farbrausch unter Anleitung unserer Floristin zu einem Werkstück Ihrer Wahl. Ob Raumschmuck, Tischgesteck oder Türschmuck – für jeden ist etwas dabei!

Mitzubringen: Kleines scharfes Messer, Gartenschere, wenn vorhanden Seitenschneider, auf Wunsch auch eigene Gefäße, kleine Dekorationen u. Ä. Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 15,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H20617

Gerlinde Schwarzer
Dienstag, 12.10.2021, 17:00 - 20:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
20,20 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*

„Sind die Lichter angezündet ...“ (E. Engel) – Floristische Weihnachtsideen

Überraschen Sie einen lieben Menschen mit einem individuell gestalteten Arrangement, pepen Sie Ihr Lieblingsgefäß weihnachtlich auf oder dekorieren Sie einen Zapfen zum Fensterschmuck um. Unter fach-fraulicher Anleitung fertigen Sie adventlich-weihnachtliche Werkstücke an.

Mitzubringen: Kleines scharfes Messer, Gartenschere, wenn vorhanden Seitenschneider, auf Wunsch auch eigene Gefäße, kleine Dekorationen u. Ä. Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 15,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H20618

Gerlinde Schwarzer
Dienstag, 09.11.2021, 17:00 - 20:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
20,20 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*





„Für DICH soll's rote Rosen regnen ...“ (H. Knef) – Floristische Ideen zum Valentinstag

Valentin steht vor der Tür, und Sie können für diesen Anlass einen schönen Tisch- oder Raumschmuck selbst gestalten. Die Farbe Rot steht im Mittelpunkt – Sinnbild für Liebe und Leidenschaft. Ein wenig Farbenlehre in die Praxis umgesetzt – unsere Floristin steht Ihnen wieder mit Rat und Tat zur Seite!

Mitzubringen: Kleines scharfes Messer, Gartenschere, wenn vorhanden Seitenschneider, auf Wunsch auch eigene Gefäße, kleine Dekorationen u. Ä. Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 15,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H20619

Gerlinde Schwarzer
Dienstag, 01.02.2022, 17:00 - 20:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
20,20 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*

Musik

Europäische Musikgeschichte von den Anfängen bis zur Gegenwart NEU

Begeben Sie sich auf eine musikalische Zeitreise durch die Epochen der europäischen Musikgeschichte, auf den Spuren bedeutender Komponisten und klanglicher Zeugnisse der Jahrhunderte. Die wöchentlichen Vorträge dauern 1 ½ Stunden und bilden ein Angebot, um sie in Gänze als Gesamtüberblick zu besuchen oder sich auf einzelne Musikepochen bzw. Vorträge zu spezialisieren.

Dr. Claudia Behn
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
5,00 Euro pro Veranstaltungstermin

Anmeldung telefonisch, schriftlich oder persönlich erforderlich. Die Bezahlung erfolgt an der Abendkasse.

Teil I: Das musikalische Mittelalter (9.-14. Jhd.) und die Renaissance (15.-16. Jh.) im Kontext ihrer Strömungen und Werke

Der Einführungsvortrag in die Musikgeschichte verdeutlicht die musikalischen Strömungen wie Gregorianik, Notre-Dame-Schule, Ars nova und die franko-flämische Polyphonie in Hörbeispielen unter Erläuterung von Formen und herausragenden Merkmalen.

21H20701

Dienstag, 09.11.2021, 16:00 - 17:30 Uhr

Teil II: Prachtvolle Barockmusik (1600-1750) von Bach, Händel, Vivaldi

Das sogenannte Generalbasszeitalter steht für die Neuschöpfung der Gattungen Oper, Oratorium, Monodie und Instrumentalkonzert. Begeben Sie sich auf eine Vortragsreise in die Welt Johann Sebastian Bachs, Georg Friedrich Händels und Antonio Vivaldis und entdecken Sie die Schönheiten barocker Musikpflege.

21H20702

Dienstag, 16.11.2021, 16:00 - 17:30 Uhr

Teil III: Die barocke Oper (1600-1750) und ihre Komponisten

Der Vortrag führt Sie auf einen Streifzug von der Florentiner Camerata, der ersten Oper der Musikgeschichte von Claudio Monteverdi, zu Opernkompositionen in Italien, Frankreich, dem deutschsprachigen Raum bis nach England.

21H20703

Dienstag, 23.11.2021, 16:00 - 17:30 Uhr

Teil IV: Wiener Klassik (1750-1830) von Haydn, Mozart und Beethoven

Die Wiener Klassik stand im Zeichen der Aufklärung mit der Sehnsucht nach Einfachem und Natürlichem, die Musik verlagert sich aus dem kirchlichen in den weltlichen Raum. Kennzeichen sind erhöhte Kontrastwirkungen, die starke Emotionalität haben. Erfahren Sie mehr über die musikalischen Neuerungen, bedeutende Werke und wichtige Gattungen.

21H20704

Dienstag, 30.11.2021, 16:00 - 17:30 Uhr

Teil V: Die Klassik und ihre Gattungen – Sinfonie, Oper, Streichquartett und Sonate

Der Vortrag begibt sich auf die Spur der neuentstandenen und weiterentwickelten musikalischen Gattungen der Klassik. Erfahren Sie mehr über die vollendete klassische Form der Sinfonie, die beliebteste Gattung: das Solokonzert, die italienische Oper und den Beginn der Nationaloper, Haydns Schöpfung des Streichquartetts und die Entstehung der Sonate.

21H20705

Dienstag, 07.12.2021, 16:00 - 17:30 Uhr

Teil VI: Die Epoche der Romantik (19.-20. Jh.) im Zeichen des gefühlvollen Ausdrucks (Schumann, Schubert, Chopin, Glinka usw.)

Erfahren Sie mehr über romantische Kompositionen und ihre musikalischen Merkmale im europäischen Kontext.

21H20706

Dienstag, 14.12.2021, 16:00 - 17:30 Uhr

Teil VII: Die deutsche romantische Oper um Carl Maria von Weber, Albert Lortzing, Richard Wagner

Lernen Sie die Meisterwerke der romantischen Oper in Hörbeispielen, Handlung und Komposition näher kennen.

21H20707

Dienstag, 11.01.2022, 16:00 - 17:30 Uhr

Teil VIII: Romantische Oper im europäischen Kontext

Werke der italienischen (u.a. Verdi), russischen (bspw. Tschaikowsky) und französischen (wie Bizet) Opernliteratur gehören bis heute zum Kernrepertoire des Musiktheaters. Erfahren Sie mehr über deren Handlung, kompositorischen Aufbau und ihre Aufführungshistorie.

21H20708

Dienstag, 18.01.2022, 16:00 - 17:30 Uhr

Teil IX: Neue Musik im Zeitalter des Impressionismus (1890-1920) und des Expressionismus (1900-1925)

Auf den Spuren impressionistischer und expressionistischer Künstler begeben wir uns auf einen Gang durch das europäische Musikleben mit Hörbeispielen von Gabriel Fauré, Giacomo Puccini, Leoš Janáček, Maurice Ravel u.a. (Impressionismus) und Alban Berg sowie Bela Bartók (Expressionismus).

21H20709

Dienstag, 25.01.2022, 16:00 - 17:30 Uhr

Teil X: Musikströmungen der aktuellen Gegenwart

Einblicke in die zeitgenössische Musik mit ihren bedeutendsten Vertretern bilden den Abschluss unserer musikalischen Zeitreise durch Einblicke in deren Strömungen und ihre bedeutendsten Vertreter wie Philip Glass oder John Cage.

Anmeldung telefonisch, schriftlich oder persönlich erforderlich. Die Bezahlung erfolgt an der Abendkasse.

21H20710

Dienstag, 01.02.2022, 16:00 - 17:30 Uhr

Gitarrenkurse

Gitarre für Fortgeschrittene I (online)



Wir wollen gemeinsam an der Gitarre Akkorde, Zupf- und Schlagtechniken üben, um Lieder zu begleiten. Ziel des Kurses ist, das Gitarrenspiel in einen musiktheoretischen Kontext einordnen zu können und genug Fähigkeiten und Kenntnisse zu erlangen, um eigens gewählte Lieder selbstständig zu erlernen. Mit Schwerpunkt auf der Praxis wird tieferes Wissen zum Spielen der wichtigsten Akkorde vermittelt. Einige (a-Moll, G-Dur, D-Dur, e-Moll) sollte man schon einmal gegriffen haben, man kann jedoch vieles auch unproblematisch nachholen.

Der Kurs ist als ein Kombi-Angebot aus Online-Treffen und Videos angelegt: Ihr Dozent wird jeweils eine Woche vor jedem Kurstermin ein Lernvideo mit Übungen für Sie online stellen. Die Kurstermine dienen dann als Konsultationsmöglichkeit in einer Online-Konferenz.

Der Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmerzahl erreicht sein, erhalten Sie von uns vor dem Upload des ersten Lernvideos ein Login für die Cloud per E-Mail. Sie finden dann auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtischs unter „Meine Kurse“ den Link zum Kurs.

Bereithalten: Akustische oder Elektrogitarre & Capodaster.

Voraussetzungen: Mikrophon und Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert ist auch eine Webcam.

21H20820

Michael Ipatov
dienstags, 09.11.2021, 19:00 - 19:45 Uhr,
12 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
51,10 Euro
Kleingruppe

Gitarre für Fortgeschrittene II (online)



Grundlage für den Besuch dieses Kurses ist die Beherrschung der gängigen „offenen“ Akkorde (C-Dur, D-Dur, D-Moll, E-Dur, E-Moll, F-Dur, G-Dur, A-Dur, A-Moll), welche bereits fest sitzen sollten. Darüber hinaus sollten die Teilnehmer bereits mit der Funktionsweise von Barreé-Griffen vertraut sein. Darauf aufbauend wollen wir uns der Anwendung von vertieften Spieltechniken und Griffen widmen, um vom Lagerfeuergitarristen zum versierten Fortgeschrittenen zu werden.

Der Kurs ist als ein Kombi-Angebot aus Online-Treffen und Videos angelegt: Ihr Dozent wird jeweils eine Woche vor jedem Kurstermin ein Lernvideo mit Übungen für Sie online stellen. Die Kurstermine dienen dann als Konsultationsmöglichkeit in einer Online-Konferenz.

Der Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmerzahl erreicht sein, erhalten Sie von uns vor dem Upload des ersten Lernvideos ein Login für die Cloud per E-Mail. Sie finden dann auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtischs unter „Meine Kurse“ den Link zum Kurs.

Bereithalten: Akustische oder Elektrogitarre & Capodaster.

Voraussetzungen: Mikrophon und Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert ist auch eine Webcam.

21H20821

Michael Ipatov
montags, 08.11.2021, 20:00 - 20:45 Uhr,
12 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
51,10 Euro
Kleingruppe



Gitarre für Anfängende (online)



Willkommen in einer Runde voller wissbegieriger Anfänger. In diesem Kurs werden Ihnen die Grundkenntnisse an der Gitarre in Begleitung eines erfahrenen und geduligen Dozenten vermittelt. Ziel des Kurses ist, mit wenigen grundlegenden Akkorden viele bekannte Lieder begleiten zu können – ideal für gemütliche Runden am Lagerfeuer oder das Singen mit Kindern. Frühe Erfolgsergebnisse werden sich für Sie bereits nach wenigen Stunden einstellen und Lust auf mehr wecken.

Der Kurs ist als ein Kombi-Angebot aus Online-Treffen und Videos angelegt: Ihr Dozent wird jeweils eine Woche vor jedem Kurstermin ein Lernvideo mit Übungen für Sie online stellen. Die Kurstermine dienen dann als Konsultationsmöglichkeit in einer Online-Konferenz.

Der Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmerzahl erreicht sein, erhalten Sie von uns vor dem Upload des ersten Lernvideos ein Login für die Cloud per E-Mail. Sie finden dann auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtisches unter „Meine Kurse“ den Link zum Kurs.

Bereithalten: Akustische oder Elektrogitarre & Capodaster.

Voraussetzungen: Mikrofon und Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert ist auch eine Webcam.

21H20822

Michael Ipatov

montags, 08.11.2021, 19:00 - 19:45 Uhr,
12 Abende

vhs, virtueller Klassenraum

51,10 Euro

Kleingruppe

Erfahrungsbericht einer Teilnehmerin

„Guten Tag oder guten Abend – je nachdem, wann Sie das Video schauen“. So begrüßt Michael Ipatov die Teilnehmenden in seinem jeweils wöchentlich neu bereitgestellten Unterrichtsvideo.

Zu Beginn des Videos spielt er mit seiner Gitarre eine Strophe und den Refrain des Liedes, welches er uns in dieser Unterrichtseinheit näher bringen möchte. Meist handelt es sich dabei um einen Liederwunsch von Teilnehmenden aus unserem Kurs (von stimmungsvollen Lagerfeuersongs bis zu aktuellen Hits).

Er baut dabei auf die uns bereits bekannten Akkorde auf. In jedem Unterrichtsvideo lernen wir mit dem Lied einen neuen Schlagrhythmus kennen. Jedes Unterrichtsvideo hat eine Dauer von etwa 20 Minuten und wird jeweils zu Wochenbeginn durch M. Ipatov den Teilnehmenden über die vhs-cloud bereitgestellt. Damit haben alle Teilnehmenden die Möglichkeit, das Video einmalig oder beliebig oft zu schauen bzw. selbst zu unterbrechen, entsprechend dem eigenen Lernrhythmus. M. Ipatov geht auf die Besonderheiten des neuen Liedes in leicht verständlicher Sprache ein, musikalische Spezialkenntnisse werden von den Teilnehmenden nicht vorausgesetzt.

Am Ende der virtuellen Unterrichtseinheit spielt er noch einmal eine Strophe und den Refrain des Liedes, zur Orientierung für uns beim Üben. Ergänzend zum Video stellt der Kursleiter das entsprechende Akkordblatt ebenfalls per Download den Teilnehmenden zur Verfügung. Das Video und das Akkordblatt können auf dem eigenen Rechner gespeichert werden und sind somit jederzeit auch später nutzbar.

Montagabend treffen sich alle Kursteilnehmenden und M. Ipatov online für etwa 30min, um sich zu aufgetretenen Fragen, welche beim Üben individuell aufgetreten sind, in offener Gesprächsatmosphäre auszutauschen. Dies ist sehr hilfreich, da sich doch einige Fragen oder Probleme ähneln und freundliche Verbes-

serungstipps untereinander gegeben werden.

M. Ipatov wechselte mit uns vom Präsenzunterricht in den Online-Unterricht, da aufgrund der Corona-Pandemie kein Präsenzunterricht mehr stattfinden durfte. Die Nutzung der von der vhs bereitgestellten Lernumgebung ist für wenig online-konferenzerfahrene Teilnehmende anfangs etwas gewöhnungsbedürftig – jedoch mit etwas Geduld und gutem Willen schon beim zweiten Mal intuitiv gut möglich.

Als ehemaliges Bandmitglied gibt M. Ipatov seine Gitarrenkurse erstklassig und sehr professionell. Dies motivierte mich und weitere Teilnehmende seines Gitarren-Anfängerkurses (anfangs Präsenz und später per Online Unterricht), gleich im Anschluss daran den Gitarrenkurs für Fortgeschrittene weiterzuführen.

Inzwischen sind wir schon etwas versierter beim Gitarre spielen und unsere individuelle Lernkurve geht dabei stetig aufwärts – das freut mich sehr und motiviert mich!

Der Vorteil des Online-Unterrichts gegenüber dem Präsenzunterricht besteht für mich darin:

- ich kann das Lernvideo schauen, wenn ich Lust und Zeit dazu habe und so oft ich mag; auch über den Kurs hinaus
- Wegezeiten entfallen
- stressfreies Lernen ist in meinem eigenen individuellen Lernrhythmus möglich
- auf individuelle Lernfragen wird in der wöchentlichen Online-Konferenz sowie auch zwischendurch per Email eingegangen

M. Ipatov geht auf individuelle Musikvorschläge ein und besitzt die Fähigkeit, den Kursteilnehmenden sein Wissen sehr verständlich und abwechslungsreich online zu vermitteln.

Imbrit Girlich

Kursteilnehmerin (09/2020 - 07/2021)

Textiles Gestalten

Ecoprint

NEU

Ecoprint ist eine Drucktechnik, bei der Elemente des Stoffdruckes und der Pflanzenfärberei kombiniert werden. Durch Hitzeeinwirkung gehen die pflanzlichen Farbstoffe auf die Textilien über und erzeugen sehr naturhafte Muster in eher gedämpften Farbtönen. So werden diverse Stoffe aus Leinen, Baumwolle, Seide und Wolle bedruckt bzw. gefärbt. Diese können für Bekleidungszwecke, die Wohnraumdekoration u. ä. verwendet werden.

Mitzubringen: Eimer, Lappen, Schere, wenn vorhanden helle Stoffe aus Naturfasern. Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 10,00-20,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H21301

Ulrike Schulze

Samstag, 09.10.2021, 10:00 - 16:30 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
35,40 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*

Filzen für's Fest

NEU

Am Beispiel von Kugel, Fläche und Kordel erlernen Sie verschiedene Nassfilztechniken. Dabei entstehen weihnachtliche Accessoires bzw. Schmuck (Ketten, Ohrschmuck, Ringe) nach Ihren Wünschen als Dekoration bzw. Geschenke fürs Fest.

Mitzubringen: Kleiner Eimer, Geschirrtuch, Lappen, Schere, Kombizange, Stopfnadel, Kernseife. Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 10,00-20,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H21302

Ulrike Schulze

Samstag, 11.12.2021, 10:00 - 16:30 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
35,40 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*



Upcycling: „Crazy Patchwork“

NEU

In der Crazy-Patchwork-Technik geht es darum, mit Hilfe eines wasserlöslichen Vlieses und vorhandenen textilen Materialien neue textile Flächen zu schaffen. Dabei können diverse, auch gebrauchte Stoffe, Kleidungsstücke, Wolle, Spitzen, Bänder usw. zum Einsatz kommen. So entstehen z. B. neue unverwechselbare Oberteile, Tücher, Schals, Gardinen und individualisierte Kleidungsstücke.

Mitzubringen: Diverse textile Materialien (Stoffe, Trikot, Wolle, Effektgarne, ausran-gierte Kleidung, Reste), Schere, Bandmaß, Stecknadeln, Nähgarn, Rollschneider und Schneidmatte. Wenn vorhanden, bringen Sie auch gern Ihre eigene Nähmaschine inklusive des Zubehörs mit. Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 10,00 - 15,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H21303

Ulrike Schulze

Samstag, 12.02.2022, 10:00 - 16:30 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
35,40 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*

Lichtmalerei mit dem Blaudruckverfahren – Cyanotypie auf Stoffen

Die Cyanotypie, auch als (Eisen-)Blaudruck bekannt, ist ein altes fotografisches Edeldruckverfahren mit typisch cyanblauen Farbtönen. Sie ist eine der ältesten Fototechniken, welche nicht zwingend eine Dunkelkammer und keine Kamera erfordert. Auf zuvor präparierte Textilien (UV- und lichtempfindlich sensibilisiert) werden Gegenstände, z. B. Gräser, Blätter, Formen oder auch bedruckte Folien angeordnet und dann mit Sonnenlicht oder UV-Lampen belichtet. Ziel des Workshops ist es, nach einer Einführung in die Thematik unter Anleitung eigene Cyanotypien herzustellen. Die unmittelbaren Ergebnisse können am Ende des Tages mitgenommen werden. Die Dozentin stellt Materialien zum Gestalten bereit, es können aber gern auch eigene Gegenstände mitgebracht werden. Sie können auch in einem Copyshop Fotos invertieren, auf Folien drucken lassen und mitbringen.

Mitzubringen: Gegenstände oder Folien zum Abbilden nach Wunsch (siehe Kursbeschreibung), Föhn, ein WEISSES Textilstück Ihrer Wahl (z.B. T-Shirt, Stoffbeutel). Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 8,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H21304

Anke Neugebauer

Samstag, 05.02.2022, 10:00 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum
35,40 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*



Die Dozentin bietet auch
einen Kurs zur Cyanoty-
pie auf Papier an, siehe
Seite 55.



Tuyana Imenokhoyeva | Wollaquarell

Das „Wollaquarell“ – Malen ohne Pinsel

Wollaquarelle sind eine moderne Art von dekorativer Kunst. Bilder in dieser Technik werden durch die Schichtung von trockenen Wollfasern in verschiedenen Farben auf einem Untergrund aus Gewebe angelegt, wodurch feine Schattierungen und eine dreidimensionale Wirkung entstehen. Zum Schluss wird das Werk mit Glas geschlossen und eingerahmt. Gern können Sie eigene Vorlagen mitbringen.

Mitzubringen: Bilderrahmen mit Glas im A3-Format. Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 15,00 € ist im Kurs zu entrichten.

21H21305

Tuyana Imenokhoyeva
Samstag, 13.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum 39,70 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)
Kleingruppe*



Unsere Fotokurse finden Sie im Abschnitt „Foto, Medien und Design“ ab Seite 114.

Knotenpunkt – Hier laufen alle Fäden zusammen

Sie haben Grundkenntnisse im Häkeln oder Stricken – egal welcher Technik?

Sie brauchen neue Ideen/ Erfahrungsaustausch/ Gesellschaft? Sie haben einen Knoten im Faden / Hirn? – Hier wird der Knoten gelöst und neu angeknüpft!

Wir testen neue und alte Techniken rund um die Welt, übersetzen Anleitungen technisch und sprachlich (Englisch, Deutsch) und erkunden Möglichkeiten im Internet (keine PC-Kenntnisse erforderlich). Kann man Maschen auch anders aufnehmen? Wie wäre es mal mit Illusionsstrickerei oder einem endlosen Möbiusschal? Wie strickt man in Amerika, Portugal oder häkelt in Bosnien? Was ist der Unterschied zwischen Doppelstricken und Skandinavisch?

Kommen Sie, „sträkeln“ Sie mit!

Mitzubringen: Wolle, Strick- und/ oder Häkelnadeln in verschiedenen Stärken. Die Dozentin berät Sie gern zu weiteren Materialien, je nach Ihrem Projekt.

21H21350A

Carola Lück
Mittwoch, 22.09.2021, 14:00 - 16:15 Uhr
Stadtteilbüro Lobeda-West, Karl-Marx-Allee 28
5,00 Euro

21H21350B

Carola Lück
Mittwoch, 20.10.2021, 14:00 - 16:15 Uhr
Stadtteilbüro Lobeda-West, Karl-Marx-Allee 28
5,00 Euro

21H21350C

Carola Lück
Mittwoch, 17.11.2021, 14:00 - 16:15 Uhr
Stadtteilbüro Lobeda-West, Karl-Marx-Allee 28
5,00 Euro

21H21350D

Carola Lück
Mittwoch, 15.12.2021, 14:00 - 16:15 Uhr
Stadtteilbüro Lobeda-West, Karl-Marx-Allee 28
5,00 Euro

21H21350E

Carola Lück
Mittwoch, 12.01.2022, 14:00 - 16:15 Uhr
Stadtteilbüro Lobeda-West, Karl-Marx-Allee 28
5,00 Euro

Schneiderkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

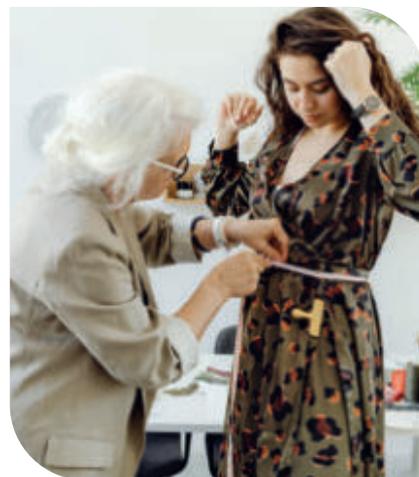
Ein Kurs für alle, die keine oder geringe Vorkenntnisse haben.

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.

21H21401

Susanne Marks-Felber
montags, 27.09.2021, 17:00 - 20:00 Uhr,
8 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum 101,50 Euro



Nähschule für Anfangende ohne Vorkenntnisse (online)



Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Kenntnisse im Nähen. Es werden die grundlegenden Nähtechniken vermittelt. Sie erlernen den Umgang mit Nadel und Faden, den Umgang mit der Nähmaschine, verschiedene Nähte und den richtigen Zuschnitt des Stoffs. Wir fertigen verschiedene, einfach herzustellende Kleintextilien an, wie z. B. Kissenbezug, Einkaufsbeutel, Kulturtasche. Ziel des Kurses ist es, Sie in die Lage zu versetzen, kleine Änderungsarbeiten an Ihrer Garderobe selbst durchführen zu können. Auf Wunsch können wir auch einen einfachen Rock oder ein Shirt

am Ende des Kurses anfertigen. Wir bitten darum, dass sich wirklich nur Anfänger:innen im Kurs anmelden!

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmendenzahl (fünf Personen) erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login für die Cloud per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtisches unter "Meine Kurse" den Link zum Kurs.

Bereithalten: Nähmaschine, Bügeleisen, Schere, Maßband, Stecknadeln, Nähadeln für die Nähmaschine und für Handstiche, Schneiderkreide, Nähgarn, Stoffreste

(am besten Baumwolle) zum Üben, Lineal, Dreieck, Schreibmaterial.
Voraussetzung: Mikrophon, Webcam, Lautsprecher bzw. Kopfhörer.

21H21402

Petra Müller-Rönick
mittwochs, 24.11.2021, 17:00 - 19:15 Uhr,
4 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
50,60 Euro
Kleingruppe



KUNST & HOBBY | BASTELN | GRAFIK & PAPIERE | DEKORATIVES



Unsere Infektionsschutzregeln

Die vhs Jena hat für alle Unterrichtsräume ein Infektionsschutzkonzept erarbeitet. Dieses wird am ersten Kurstag vorgestellt. Alle Teilnehmenden unterschreiben, dass sie dieses zur Kenntnis genommen haben und einhalten werden. Wir bitten um Ihr Verständnis und die konsequente Einhaltung der Regeln.

Schloßgasse 12
07743 Jena

T 03641 444277

F 03641 636411



FOLGE UNS AUF
facebook

Mo - Fr: 10:00 - 18:30 Uhr

Sa: 10:00 - 14:00 Uhr



Gesundheit



Gesundheit

- 66 **Tanz**
- 66 **Entspannungstechniken**
- 68 **Yoga**
- 69 **TaijiQuan | Qigong**
- 70 **Pilates**
- 71 **Rückenkurse**
- 71 **Fitness | Gymnastik**
- 72 **Gesund und bunt Gemischtes**
- 73 **Gesundheit | Psyche**
- 78 **Ernährung | Kochkunst**

Liebe Teilnehmende und Interessierte,

die Planung der Veranstaltungen für das Herbstsemester stand noch immer im Kontext von Corona. Daher haben wir viele Kurse vorsorglich mit weniger Teilnehmenden als Kleingruppen geplant. Sollte die Situation es zulassen, werden diese Kurse selbstverständlich auch wieder geöffnet für die normale Gruppenstärke. Damit würde sich auch der Preis verringern. Es gibt aber auch Kurse, die wir aufgrund des Infektionsschutzes im Fall weiterer Einschränkungen verkleinern müssten. Dann würde sich der Preis erhöhen. Natürlich werden alle angemeldeten Teilnehmenden rechtzeitig informiert.

Ihr vhs-Team



Fachbereichsleiterin
Eva Munkelt
Telefon 03641 498212
eva.munkelt@jena.de



Sachbearbeiterin
Sybille Zeise
Telefon 03641 498215
sybille.zeise@jena.de

Kursgrößen und Bezeichnungen:

VHeSpresso: 2 - 4 Teilnehmende. Durchführungsgarantie ab 2 Teilnehmenden, wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Minigruppe: 2 - 4 Teilnehmende. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als Kleingruppe oder als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe: 5 - 7 Teilnehmende. Wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe*: 5 - 7 Teilnehmende. Keine Ermäßigung. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend, und Ermäßigungen sind möglich.

Regulärer Kurs: ab 8 Teilnehmende. Ermäßigung möglich. Bei geringer Nachfrage kann der reguläre Kurs zu einer Kleingruppe verkleinert werden. Der Preis erhöht sich und / oder die Stundenanzahl verringert sich entsprechend. Wir nehmen in diesem Fall vor Kursbeginn mit allen Teilnehmenden Kontakt auf.

Tanz

Ägyptischer Tanz – Raqs Sharqi

Ägyptischer Tanz hat eine lange Tradition und ist einer der Ursprünge für den im westlichen Kulturkreis besser bekannten Orientalischen Tanz. Als wahrscheinlich ältester aller Frauentänze ist er ein entspannter und freudvoller Weg zu mehr Wohlbefinden sowie Ausdruck weiblicher Kraft und Würde.

In der Geborgenheit einer Frauengruppe konkurrenzlos miteinander zu tanzen, stärkt und verbindet. Gleichzeitig kann sich jede Frau – unabhängig von Figur, Alter und Tanzerfahrung – in ihrer Einzigartigkeit erleben und ihren ureigenen (Tanz-)Ausdruck entwickeln. Dem Tanzen gehen sanfte Körperübungen zur Dehnung und Kräftigung voraus, die sowohl auf Beweglichkeit und Durchlässigkeit einerseits als auch auf Stärkung von Bauch, Rücken und Beckenboden und den Aufbau einer guten Haltung andererseits zielen. Zentrale Elemente sind zu Beginn das Erarbeiten der beweglichen Wirbelsäule, die Erfahrung einiger Grundprinzipien sowie das Erlernen erster Grundfiguren des Ägyptischen Tanzes.

Mitzubringen: Getränk, bequeme Kleidung und falls vorhanden, einen langen, weiten Rock und ein Tuch für die Hüften. Der Tanz wird eigentlich barfuß getanzt – wer das nicht möchte, kann Gymnastikschläppchen mitbringen.

21H30007

Alexandra Hett

freitags, 12.11.2021, 18:30 - 20:00 Uhr,
10 Abende

Sportpark Lobeda, Parkettraum,
Alfred-Diener-Straße 2

95,00 Euro

Kleingruppe

Eltern-Kind-Zumba®

Der Kurs richtet sich an Eltern mit ihren Kindern ab 5 Jahren: Gemeinsam wird getanzt – die Freude und kindlicher Spaß an gesunder Bewegung geteilt. Zu typischen Zumba-Rhythmen bringen wir zudem Herz und Kreislauf in Schwung und bleiben fit. Zumba® (mit Kids) ist speziell für das Trainieren mit Kindern ausgelegt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Pro angemeldetem Elternteil darf gern EIN Kind angemeldet werden – die Raumkapazität ist begrenzt.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs für mehr Teilnehmende geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen. Bei einer Gruppe ab acht Teilnehmenden beträgt das Entgelt 49,40 €.

Mitzubringen: Sportbekleidung, Turnschuhe, Getränk.

21H30005

Lisa Bauer

mittwochs, 22.09.2021,

17:30 - 18:30 Uhr, 9 Abende

ThEKiZ „Anne Frank“, Martin-Niemöller-Straße 7, Sportraum (UG)

59,00 Euro

Kleingruppe*

Entspannungstechniken

Autogenes Training (online)



Das Autogene Training (AT) ist eine konzentrierte Selbstentspannungstechnik, die in den 20er Jahren des 20. Jahrhunderts von dem Berliner Arzt Johannes Heinrich Schulz entwickelt wurde. AT ist die abgekürzte Form für: Training für autogene Entspannung und steht für eine von innen heraus erzeugte Entspannung. Das Autogene Training ist ein wissenschaftlich anerkanntes Entspannungsverfahren, welches über die eigene Vorstellungskraft auf Körper und Geist Einfluss nimmt, mit dem Ziel gelassener, konzentrierter und leistungsfähiger zu werden. Bereits nach kurzer Zeit des zielgerichteten und regelmäßigen Übens, der still gesprochenen Formeln, gelingt es das Bewusstsein auf körperliche Entspannungszeichen zu fokussieren und diese dann (messbar) hervorzurufen. Die Übungen des Autogenen Trainings sind einfach und gleichzeitig hoch wirksam. Zum Erlernen benötigen Sie keinerlei Vorkenntnisse oder teure Ausrüstung. Eine besondere Stärke: Sie können das AT sofort und unauffällig im Alltag umsetzen.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Ist die Mindestteilnehmerzahl (fünf Personen) erreicht, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login für die Cloud per E-Mail.

Mitzubringen: Warme Socken, kleines Kopfkissen, Decke zum Zudecken
Voraussetzungen: Mikrofon und Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert ist auch eine Webcam.

21H30102

Marlin Parrau

dienstags, 09.11.2021, 18:00 - 19:30 Uhr,
10 Abende

vhs, virtueller Klassenraum

95,00 Euro

Kleingruppe

Foto: Eva Munkelt



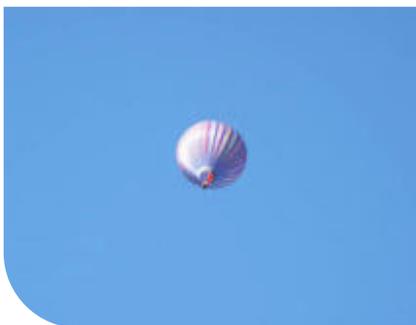


Foto: Eva Munkelt

Meditations-Kick – sei gelassen und gestärkt & bereit für die Nacht (online)



Wir leben in einer schnelllebigen, sich ständig verändernden Welt und Meditationen können unsere Reizüberflutung und Belastungen hervorragend durch ihren Yin-Charakter ausgleichen. Schon fünf Minuten Meditation bewirken viel und man erlangt frische Energie und einen klaren Geist. Als Vorbereitung auf die jeweilige Meditation dient immer die Atemtechnik Pranayama. Darauf aufbauend erlernen Sie unterschiedliche Meditationsformen und -inhalte: u.a. Sitzende Meditation, Bewegte Meditation, Gehmeditation, Tanzmeditation. Es gibt des Weiteren unzählige Themen: wie die Schutzmeditation, Heilende Meditation, Herz-Meditation u.a. Am Ende des Kurses haben Sie vielseitige Formen kennengelernt, Hintergrundwissen zu Meditation erhalten, dessen Wirkung selbsterfahren. Danach können Sie individuell Ihre passende Meditation praktizieren weiter entwickeln!

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Ist die Mindestteilnehmeranzahl (fünf Personen) erreicht, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login per E-Mail.

Voraussetzungen: Mikrofon und Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert ist auch eine Webcam.

21H30106

Sandra Stock
donnerstags, 07.10.2021,
19:45 - 20:45 Uhr, 12 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
77,00 Euro
Kleingruppe



Foto: Eva Munkelt

Entspannung & Gesunderhaltung

Durch Tiefenentspannung können wir unmittelbar und nachhaltig unser Immunsystem stärken und ganz grundsätzlich bei jeglicher Form von Stress die Widerstandsfähigkeit erhöhen. Im Kurs werden Hintergründe von Stress und Techniken zur Tiefenentspannung, z.B. dem Bodyscan, vermittelt, ausprobiert und besprochen. Zudem ergeben sich Ideen zu Kurzentspannungen für zwischendurch im Alltag. Neben dem direkten Erleben der Entspannungsverfahren werden im Kurs Wege besprochen, unsere Selbstachtung zu stärken: Stressreduktion durch Aufmerksamkeit für unsere natürlichen Lebensrhythmen und gesunde Ernährung.

Mitzubringen: gemütliche und praktische Kleidung und eventuell dicke Socken

21H30107

Dr. Jens Erik Wendler
montags, 27.09.2021, 18:15 - 19:45 Uhr,
6 Abende
Sportpark Lobeda, Parkettraum, Alfred-Diener-Straße 2
59,00 Euro
Kleingruppe

Mit Feldenkrais fit & aktiv (online)



Beim Feldenkrais-Kurs werden Sie durch behutsame, entlastende Bewegungssequenzen geführt. Dabei lernen Sie, sich bewusster wahrzunehmen. Im Laufe einer Lektion werden Ihre Bewegungen geschmeidiger, und die Atmung bekommt mehr Raum. Durch das bewusste Respektieren der eigenen Grenzen lösen sich gewohnte Haltemuster und Ihre Bewegungsspielräume erweitern sich von selbst. Am Ende einer Stunde fühlen Sie sich stabiler, beweglicher und in Ihrem Körper mehr zu Hause. Bei den Feldenkraislektionen bewegen Sie sich größtenteils im Liegen.

Manche Sequenzen werden auch ins Sitzen integriert.

Sie benötigen weder Kamera noch Mikro. Es steht Ihnen frei, ob Sie Ihre Kamera einschalten. Die Feldenkraislehrerin wird manche Bewegungs-Sequenzen demonstrieren. Sie können während des Kurses per Chat oder Emojis mitteilen, wenn Ihnen etwas unklar ist. Bei den Übungen im Sitzen begleitet die Kursleiterin alle Bewegungen. Für den Besuch des Kurses sind keine Vorkenntnisse erforderlich – Ihre Neugier genügt.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Ist die Mindestteilnehmeranzahl (fünf Personen) erreicht, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login per E-Mail.

Technische Voraussetzungen: stabile Internetverbindung, PC/Notebook (Windows/Mac) mit MS Office und Webcam, Mikro, Lautsprecher; Browser: Mozilla Firefox, Chrome, Edge.

Für Sie zu Hause: Sie benötigen eine Matte oder Unterlage für die Bewegungen am Boden, einen Stuhl ODER Hocker für Bewegungen im Sitzen, ein gefaltetes Handtuch ODER ein flaches Kissen zur Unterstützung des Kopfes.

21H30108

Antonia Kaps
donnerstags, 23.09.2021,
16:30 - 18:00 Uhr, 5 Nachmittage
vhs, virtueller Klassenraum
50,00 Euro
Kleingruppe

21H30109

Antonia Kaps
donnerstags, 13.01.2022,
16:30 - 18:00 Uhr, 5 Nachmittage
vhs, virtueller Klassenraum
50,00 Euro
Kleingruppe





Foto: Eva Munkelt

Yoga

Slow Flow Yoga

Yoga gibt uns die Möglichkeit, unseren Körper zu spüren und zu kräftigen. Der Geist wird ruhig und unsere Selbstwahrnehmung geschärft. In Zeiten von Hektik, medialer Überlastung und Entfremdung steht Yoga für eine verbindende Qualität, die als wunderbare Basis für einen rücksichtsvollen Umgang mit uns selbst sowie mit anderen dienen kann. Yoga im Slow Flow verknüpft dynamische sowie entschleunigende Elemente und eröffnet dabei Möglichkeiten zur Kräftigung sowie zum bewussten Innehalten und Nachspüren in den Asanas (Körperpositionen). Durch die Synchronität von Bewegung und Atemfluss und die Anwendung verschiedener Atemtechniken, den Pranayamas, richtet sich der Fokus der Aufmerksamkeit nach innen und bildet die Basis für kleine Ausflüge in die Meditation.

21H30120

Nadine Knutti
dienstags, 09.11.2021, 17:00 - 18:30 Uhr,
10 Abende
Familienzentrum, Dornburger Str. 26,
2. OG
95,00 Euro
Kleingruppe



Was ist
Yoga?



BreathWalk® Das LaufYoga im Freien

BreathWalk wird zu deutsch als LaufYoga bezeichnet, da es eine einzigartige Yoga-Technik als auch Fitnessmethode ist, die bewusstes Gehen, Atmen und Achtsamkeitsübungen miteinander kombiniert. Die Breathwalks werden zu jeder Jahreszeit in der freien Natur, umgeben von frischem Sauerstoff, ausgeübt. Es gibt 16 verschiedene BreathWalk-Programme, welche immer in fünf Phasen ablaufen: Aufwecken – Ausrichten – Vitalisieren – Balancieren – Integrieren.

Mit LaufYoga beleben Sie Ihren Körper, Geist und Sinne und verschaffen sich gleichzeitig wohltuende Entspannung und eine bewusste Auszeit vom stressigen Alltag. Breathwalk fördert die Gesundheit von Herz und Kreislauf, erhöht die Konzentrationsfähigkeit und stärkt die Rückenmuskulatur. Zudem können die Spaziergänge dabei helfen, z.B. Ängste zu überwinden, Energiereserven zu regenerieren oder den Geist zu zentrieren. In jedem Fall wirken sich die Bewegung im Freien und die effektiven Atemmuster positiv auf das Immunsystem und die Widerstandskraft aus. Die gelernten Techniken lassen sich zudem leicht in den Alltag integrieren und können so jederzeit zu einem Energie-Kick verhelfen. Oder Sie finden nach einem anstrengenden Tag zu der notwendigen Entspannung. Es braucht dafür keine Vorkenntnisse.

Mitzubringen: Feste Laufschuhe (regensicher) und bequeme Kleidung; bei Regen: Regencap
Die Walkings finden bei jedem Wetter statt, außer es gibt Glatteis oder Gewitter.

21H30121

Sandra Stock
montags, 04.10.2021, 16:00 - 17:30 Uhr,
12 Nachmittage
Treffpunkt: vhs-Gebäude, Grietgasse 17a
113,00 Euro
Kleingruppe

Yoga

Dieser Yogakurs lädt Sie ein, Körper, Atem und Geist in Einklang zu bringen und so bewusst im Moment zu sein, da, wo das Leben stattfindet: Zu sich kommen, sich spüren, ganz bei sich sein. Die Dozentin schöpft aus mehr als 20-jähriger Yoga-Erfahrung und begleitet einfühlsam durch fließende Bewegungsabläufe und kräftigende, vitalisierende Haltungen. Dabei passt sie die Übungen entsprechend Ihrer Möglichkeiten individuell an und möchte weg von Leistungsdruck und erfolgsorientiertem Denken führen. Durch befreiende Dehnungen der Muskeln, Faszien und Nervenbahnen werden mit der Zeit einschränkende Spannungen abgebaut, und die verfügbare Energiereserve steigt. Sie lernen, belastende Bewegungsmuster zu erkennen und den Körper im Alltag in gesunder Weise zu gebrauchen. Eine Eingangsmeditation sowie eine angeleitete Entspannung am Ende rahmen die Yogastunden ein, bringen Körper und Geist zur Ruhe und helfen so bei der Stressbewältigung.

Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse nötig.

Mitzubringen: bequeme Sportkleidung

21H30122

Dr. Ines Wendler
mittwochs, 22.09.2021, 19:45 - 21:15 Uhr,
18 Abende
Familienzentrum, Dornburger Str. 26,
2. OG
138,20 Euro

Und was ist BreathWalk®?

BreathWalk wird zu deutsch als LaufYoga bezeichnet, da es eine einzigartige Yoga-Technik als auch Fitnessmethode ist, die bewusstes Gehen, Atmen und Achtsamkeitsübungen miteinander kombiniert. Die BreathWalks werden zu jeder Jahreszeit in der freien Natur, umgeben von frischem Sauerstoff ausgeübt. Es gibt 16 verschiedene BreathWalk-Programme, welche immer in fünf Phasen ablaufen: Aufwecken – Ausrichten – Vitalisieren – Balancieren – Integrieren.



Was sind eigentlich QiGong, Taiji oder Lach-Yoga?



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 weiterverfolgt werden.

21H30124

Klaus König
donnerstags, 09.09.2021,
16:30 - 18:00 Uhr, 12 Nachmittage
Raum für Yoga, Camsdorfer Str. 22
(Geleitshaus)
93,80 Euro

21H30125

Klaus König
dienstags, 07.09.2021, 16:30 - 18:00 Uhr,
12 Nachmittage
Raum für Yoga, Camsdorfer Str. 22
(Geleitshaus)
93,80 Euro

Lach-Yoga – Ein intensives Heiterkeitstraining

Durch Lach-Yoga können Sie die positiven Kräfte des Lachens besonders effektiv nutzen. Es ist ein selbstbestimmtes Lachen, welches die Selbstheilungskräfte und den Zugang zur eigenen Kreativität aktiviert sowie Atem und Interaktivität trainiert. Glückshormone werden ausgeschüttet: Sie fühlen sich energiegeladener und Stressbewältigung gelingt Ihnen leichter.

Die Methode wurde 1995 von dem Arzt Dr. Madan Kataria in Indien entwickelt und ist von Lachübungen, körperlicher Aktivität, Yoga-Atemtechniken und Tiefenentspannung gekennzeichnet.

Es bedarf keiner Vorkenntnisse, nur der Bereitschaft, das Lachen wieder in das Leben zu holen.

Mitzubringen: Decke, bequeme Kleidung, Socken, Getränk

21H30143

Mona Deibele
Samstag, 04.12.2021, 17:30 - 20:30 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
20,30 Euro

TaijiQuan / Qigong

Qi Gong – Übungen der chinesischen Heilkunde zur Stärkung und Entfaltung der Lebenskraft

Die Qi-Gong-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 Ruhehaltungen wird die Wahrnehmung für innere Bewegung geschaffen. So fördern die Übungen Heilungsprozesse, mobilisieren ungenutzte Kräfte und harmonisieren Körper und Geist.

21H30162

Dr. Carmen Neubauer
donnerstags, 16.09.2021,
16:45 - 18:15 Uhr, 12 Nachmittage
Familienzentrum, Dornburger Str. 26,
1. Etage (PEKIP-Raum)
93,80 Euro

Taiji Qi Gong Yangsheng – Übungssystem zur Verbesserung der Lebensqualität

Taiji Qi Gong Yangsheng gehört zu den bewegungsorientierten Heilmethoden der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und wird seit Jahrhunderten vor allem in China und Japan erfolgreich zur Therapie und Prophylaxe eingesetzt. Charakteristisch ist das langsame Bewegungstempo. Es erleichtert das Erlernen der Übungen und schult das Bewegungsgefühl. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden, aufbauend auf Basisübungen (Atmung, Selbstmassage, Bewegungsbesonderheiten), mit kleinen Übungsreihen für das sanfte Muskel- und Gelenktraining zu arbeiten.

Die Teilnehmenden werden auf das Spiel der Tiere – den wichtigsten bewegungsorientierten Inhalten der TCM vorbereitet – essenzielle Bestandteile der Traditionellen Chinesischen Medizin.

Dieser Kurs ist offen für Neuzugänge und kann bei größerer Nachfrage für weitere Teilnehmende geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen.

Bei einer Gruppe ab acht Teilnehmenden beträgt das Entgelt 79,50 €.

21H30165

Dr. Karin Berkes
mittwochs, 15.09.2021,
09:00 - 10:00 Uhr, 15 Vormittage
ADTV-Tanzschule führbar,
Am Alten Güterbahnhof 1
95,50 Euro
Kleingruppe*



Effektive Entspannungsübungen in der Mittagspause mit Taiji / Qigong

Entspannen Sie mit ausgewählten Übungen aus dem Tai Chi / Qigong. Durch die ruhigen und langsamen Bewegungen kommen Sie zu innerer Ruhe. Eine entspannte Bewegung wird trainiert. Tai Chi wirkt sich positiv auf Körper, Geist und Seele aus. Auf körperlicher Ebene werden eine aufrechte und bewegliche Wirbelsäule gefördert, Füße und Beine gekräftigt sowie Herz und Kreislauf gestärkt. Die Übungen führen zudem zu Ausgeglichenheit, Gelassenheit und Konzentrationsfähigkeit, können leicht in den Alltag integriert werden und so kurzzeitig für Entspannung und mehr Gelassenheit sorgen.

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

Bei einer Gruppe ab acht Teilnehmenden beträgt das Entgelt 43,00 €.

21H30166

Monika Wohlgezogen
montags, 18.10.2021, 12:15 - 13:00 Uhr,
10 Nachmittage
ADTV-Tanzschule Näder, Engelplatz 8
51,00 Euro
Kleingruppe*

Taiji / Qigong

Tai Chi ist eine chinesische Bewegungskunst und hat ihre Wurzeln in der „Traditionellen Chinesischen Medizin“ (TCM), in der Meditation und in der Kampfkunst. Dabei werden langsame, fließende und harmonische Bewegungen zu einer Form, die gelaufen wird, zusammengefügt.

Tai Chi wirkt sich positiv auf Körper, Geist und Seele aus. Auf körperlicher Ebene werden eine aufrechte und bewegliche Wirbelsäule gefördert, Füße und Beine gekräftigt sowie Herz und Kreislauf gestärkt. Es führt zudem zu Ausgeglichenheit, Gelassenheit und Konzentrationsfähigkeit.

Mit ausgewählten Tai Chi- und Qigongübungen erhalten Sie einen Einblick in die Bewegungsprinzipien sowie theoretisches Wissen über Tai Chi.

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

Bei einer Gruppe ab acht Teilnehmenden beträgt das Entgelt 80,00 €.

21H30167

Monika Wohlgezogen
dienstags, 19.10.2021, 16:30 - 18:00 Uhr,
10 Nachmittage
Sportpark Lobeda, Parkettraum,
Alfred-Diener-Straße 2
96,00 Euro
Kleingruppe*

Pilates

Pilatesworkout und Entspannung

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tiefliegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen vom Beckenboden, Bauch und Rücken angesprochen werden, welche für eine gesunde Körperhaltung sorgen. Pilates umfasst Kräftigung, Stretching und Entspannung durch bewusste Atmung. Die Übungen werden auf der Matte mit und ohne Kleingeräte durchgeführt. Dieser Kurs ist auch für Einsteigende geeignet.

Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, dicke Socken und Getränk

21H30172

Rena Fritsch
dienstags, 14.09.2021, 17:00 - 18:00 Uhr,
12 Abende
Jenaer Tanzhaus e.V., Camsdorfer Ufer 17
64,20 Euro

Mit Pilates zu einem neuen Lebensgefühl

Pilates macht Spaß!

Pilates hilft Ihnen, mit einer gesunden Haltung und Kräftigung der Tiefenmuskulatur Ihre Tagesziele problemlos zu erreichen. Sie glauben das nicht? Dann besuchen Sie die Kurse des Dozenten, der Diplomsporthelehrer und zertifizierter DTB-Pilatestrainer ist und überzeugen Sie sich selbst.

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

Bei einer Gruppe ab acht Teilnehmenden beträgt das Entgelt 79,00 €.

Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk

21H30177

Yukhim Peskin
donnerstags, 07.10.2021,
08:00 - 09:00 Uhr, 15 Vormittage
Sportpark Lobeda, Parkettraum, Alfred-Diener-Straße 2
95,10 Euro
Kleingruppe*

21H30180

Yukhim Peskin
montags, 04.10.2021, 08:00 - 09:00 Uhr,
15 Vormittage
ADTV-Tanzschule Näder, Engelplatz 8
95,10 Euro
Kleingruppe*

Was ist eigentlich Pilates?



Rückenurse

Rücken – kräftig und agil (hybrid)



Achtung: Dieser Kurs wird in Präsenz geplant und vor Ort starten. Wenn die aktuelle Lage es jedoch erneut erfordert, kann der Dozent den Kurs auch unkompliziert in digitaler Form über die vhs.cloud fortsetzen. (Dazu die technischen Voraussetzungen beachten)

Rückenschmerzen zählen zu den häufigsten gesundheitlichen Beschwerden in der Bevölkerung und gehören scheinbar zum Leben dazu wie graue Haare oder Schnupfen. Jedoch besitzt jeder Mensch Kompetenzen, die dabei helfen, den Rücken gesund zu erhalten, mit Rückenschmerzen umzugehen und sie möglichst nicht zu behalten. Dieser Kurs vermittelt Grundübungen für ein eigenständiges Training sowie Übungen mit Kleingeräten für eine abwechslungsreiche und fordernde Kurseinheit.

Mitzubringen: großes Handtuch, Wasser

21H30211

Felix Starke
freitags, 10.09.2021, 16:00 – 17:00 Uhr,
15 Abende
Kita „Regenbogen“, Fregestraße 3,
Multifunktionsraum 00_33, EG
95,00 Euro
Kleingruppe

ZirkelFit – Ganzkörpertraining (hybrid)



Achtung: Dieser Kurs wird in Präsenz geplant und vor Ort starten. Wenn die aktuelle Lage es jedoch erneut erfordert, kann der Dozent den Kurs auch unkompliziert in digitaler Form über die vhs.cloud fortsetzen. (Dazu die technischen Voraussetzungen beachten)

ZirkelFit, auch Kreistraining genannt, beinhaltet Übungen für ein vielseitiges und abwechslungsreiches Training mit dem eigenen Körpergewicht oder Kleingeräten. Neben der Verbesserung der Kraft können gleichzeitig auch die Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Stabilität mit wenig Zeitaufwand verbessert werden. Die Übungen passen sich an jedes Leistungsniveau

an und werden im Laufe des Kurses kontinuierlich und individuell gesteigert.

Mitzubringen: großes Handtuch, Wasser

21H30310

Felix Starke
freitags, 10.09.2021, 17:15 - 18:15 Uhr,
15 Abende
Kita „Regenbogen“, Fregestraße 3,
Multifunktionsraum 00_33, EG
95,00 Euro
Kleingruppe

Rückenfit

Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule gewinnen und dabei 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. Ideal 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.

21H30221

René Friebe
dienstags, 16.11.2021, 18:30 - 20:00 Uhr,
10 Abende
Sportpark Lobeda, Parkettraum,
Alfred-Diener-Straße 2
79,00 Euro

21H30233

René Friebe
donnerstags, 18.11.2021, 17:00 - 18:30
Uhr, 10 Abende
Sportpark Lobeda, Parkettraum,
Alfred-Diener-Straße 2
79,00 Euro

Fitness / 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, sodass gezielt die Kraftausdauer trainiert und dadurch auch die Fettverbrennung vermehrt aktiviert wird. Mit abschließenden Dehnungs- und Entspannungsübungen klingt der Kurs aus.

21H30235

René Friebe
mittwochs, 17.11.2021, 17:00 - 18:30 Uhr,
10 Abende
Sportpark Lobeda, Parkettraum,
Alfred-Diener-Straße 2
79,00 Euro

21H30236

René Friebe
donnerstags, 18.11.2021,
19:00 - 20:30 Uhr, 10 Abende
Sportpark Lobeda, Parkettraum,
Alfred-Diener-Straße 2
79,00 Euro

Stabiler Rumpf

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

21H30242

René Friebe
dienstags, 16.11.2021, 20:30 - 22:00 Uhr,
10 Abende
Sportpark Lobeda, Parkettraum,
Alfred-Diener-Straße 2
79,00 Euro

21H30244

René Friebe
mittwochs, 17.11.2021, 19:00 - 20:30 Uhr,
10 Abende
Sportpark Lobeda, Parkettraum,
Alfred-Diener-Straße 2
79,00 Euro



Gesund und bunt Gemischtes

Gesund und entspannt – Raus in die Natur

Waldbaden – Achtsamkeit im Wald

Einfach mal raus, eins sein mit der Natur, zu sich kommen. Ganz leicht? Für alle, die sich dabei etwas Begleitung und Anleitung wünschen, wird dieser meditative Wald-aufenthalt zum Schnuppern angeboten. Gemeinsam tauchen wir zu verschiedenen Tageszeiten in die wohlthuende Atmosphäre des Waldes ein: mit allen Sinnen, mit leichten Atem-, Bewegungs- und Achtsamkeitsübungen, mit kleinen Gedichten und Gedanken. Körper, Seele und Geist balancieren sich aus, und auch das Immunsystem wird positiv beeinflusst. Gestärkt und gelassen kehren wir in den Alltag zurück. Wir sind ca. 5 km im Wald unterwegs, meist sehr langsam – und bei fast jedem Wetter (für eine Absage bei Sturm und Starkregen geben Sie bei Anmeldung bitte eine Telefonnummer an, unter der Sie auch kurz vorher erreichbar sind).

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

Bei einer Gruppe ab acht Teilnehmenden beträgt das Entgelt 27,20 €.

Mitzubringen: feste Schuhe, warme, wetterangepasste Kleidung, Sitzunterlage, Getränk, Snack

Bitte nicht mitbringen: alles, was die Aufmerksamkeit ablenkt, wie Hund, Kamera, eingeschaltetes Telefon

21H30401

Angelika Böhm

Samstag, 25.09.2021, 09:00 - 11:15 Uhr

Sonntag, 26.09.2021, 17:00 - 19:15 Uhr

Kursort wird noch bekannt gegeben

32,00 Euro

Kleingruppe*

21H30402

Angelika Böhm

Samstag, 16.10.2021, 09:00 - 11:15 Uhr

Sonntag, 17.10.2021, 16:00 - 18:15 Uhr

Kursort wird noch bekannt gegeben

32,00 Euro

Kleingruppe*

21H30403

Angelika Böhm

Samstag, 06.11.2021, 09:00 - 11:15 Uhr

Sonntag, 07.11.2021, 14:00 - 16:15 Uhr

Kursort wird noch bekannt gegeben

32,00 Euro

Kleingruppe*

Wildkräuterwanderung in unserer Umgebung

Auf einer Wanderung im schönen Orchideental lernen wir essbare Wildkräuter von Wiese, Wald und Wegesrand kennen, die sie zu Hause zu einem leckeren Salat oder Smoothie anrichten können. Erfahren Sie Näheres zum Sammeln, Erkennen, zu den Inhaltsstoffen und Heilwirkungen der Pflanzen, die sehr schmackhaft sind, viele Vitamine und Mineralstoffe geben und direkt vor unserer Haustür wachsen.

Mitzubringen: Kamera, Zettel, Stift, Sitzunterlage und ein kleiner Snack

21H30418

Heike Kastner

Montag, 18.10.2021, 16:00 - 19:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz oberhalb der Waldorfschule

18,60 Euro



Foto: Eva Munkelt

Gesundheit nachgedacht – Interaktive Reihe

Gemeinsam werden Sie mit Ina Fritzsche auf thematische Spurensuche gehen, verschiedenste Informationen näher beleuchten und alternative Denk-Wege entdecken! Ina Fritzsche ist erfahrene Physiotherapeutin und Beckenbodentherapeutin sowie dreifache Mutter. Sie möchte Sie gern mit viel Gefühl und Freude auf die spannende Reise durch diese Themen mitnehmen und ist dabei sehr gespannt auf die Sicht der Teilnehmenden und auf ihre Fragen. Ziel der Kursreihe ist es, eine eigene Meinung zu finden, hin zu einem aktiven, selbstbestimmten Leben, denn nur jeder selbst ist in der Lage etwas zu verändern, wenn etwas nicht mehr stimmig erscheint!



Foto: Eva Munkelt

Menschen(s)-kinder, alles hat seine Zeit?

Jede Generation hat ihre kollektiven Herausforderungen zu meistern, doch jede(r) Einzelne von uns wird dadurch anders geprägt in seiner/ihrer ganz persönlichen Entwicklung und für sein/ihr weiteres Leben. Die Dozentin geht mit den Teilnehmenden auf Spurensuche, von prägenden Kindheitserinnerungen durch den Wandel der Generationen, um dabei sich selbst bzw. das Kind in sich und die eigenen Träume wieder zu entdecken. Denn am Ende sind es die kleinen Dinge im Leben, die so viel Großes hervorbringen können!

Mitzubringen: Schreibzeug

21H30430

Ina Fritzsche

Samstag, 23.10.2021, 09:00 - 12:00 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,

Vortragsraum

19,80 Euro

Beckenboden – eine wahrlich faszinierende Struktur

Jeder hat ihn, und doch wissen wir alle viel zu wenig über diese liebens- und lebenswerte Region unseres Körpers. Und auch ganz unscheinbar funktioniert das alles so für, und vor sich hin. Im Kurs wird einmal genauer hingeschaut und Sie werden erstaunt sein, wie einfach wir die Funktionen ganz nebenbei schulen und trainieren können!

Mitzubringen: Schreibzeug

21H30431

Ina Fritzsche

Samstag, 13.11.2021, 09:00 - 12:00 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,

Walter-Dexel-Raum

19,80 Euro

Wege aus der Krise – ich, du, wir können es schaffen!

Eine Krise bedeutet auch immer eine Chance für einen Neubeginn durch Umdenken ob nun Corona, Midlife, Burnout oder Pubertät. Das Schwierige dabei ist, dies selbst erkennen zu können. Wir besprechen, wie ein veränderter Blickwinkel auch die Krise verändern und verwandeln kann.

Mitzubringen: Schreibzeug

21H30432

Ina Fritzsche
Samstag, 18.12.2021, 09:00 - 12:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
19,80 Euro

Ernährung – und was essen Sie denn so?

Vegan, Rohkost oder doch lieber Eiweißdiät? So viele Möglichkeiten und doch wieder nicht richtig? An diesem Nachmittag geht es darum, was für jeden das Richtige ist. Denn vor lauter Theorie vergessen wir ganz oft unser BAUCH-Gefühl. Und dies ist so individuell wie wir selbst!

Mitzubringen: Schreibzeug

21H30433

Ina Fritzsche
Samstag, 08.01.2022, 09:00 - 12:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
19,80 Euro

Wut und was fange ich damit an?

Kennen Sie das Gefühl auch, wenn man gleich aus allen Nähten platzt und einfach nicht mehr weiß, wohin mit seinen Gefühlen? Erst manche große Herausforderungen bzw. Krisen lehren uns im Leben, mit der konstruktiven Kraft von Wut umzugehen, hinzuhören und anzunehmen. Lassen Sie uns da etwas genauer hinschauen, denn es kann so einfach sein!

Mitzubringen: Schreibzeug

21H30434

Ina Fritzsche
Samstag, 29.01.2022, 09:00 - 12:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Walter-Dexel-Raum
19,80 Euro
Zur Vertiefung siehe Kurs 21H30605.

Achtsam und dankbar durch das Leben schweben

Kennen Sie noch das Kaninchen aus Alice im Wunderland? „Keine Zeit, keine Zeit, keine Zeit!“ und schon hetzt es weiter durch sein Leben. Wir wollen für diesen Nachmittag die Zeit anhalten und schauen, wo wir stehen, wo wir wollen hin, und wie wir Momente im Alltag nutzen können, um zur Ruhe zu finden. Körper, Geist und Psyche werden es uns danken für ein glückliches und zufriedenes Leben miteinander!

Mitzubringen: Schreibzeug

21H30435

Ina Fritzsche
Samstag, 26.02.2022, 09:00 - 12:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
19,80 Euro

Gesundheit / Psyche

Innere Kinder, die jüngsten Teile unserer Seele

Unsere äußeren Kinder sind unsere Zukunft, unsere Inneren Kinder sind unsere Vergangenheit. Diese jungen Teile unserer Psyche leben weiter in uns, egal wie alt wir sind. Aus dem Unbewussten bestimmen unsere kindlichen Anteile unser Leben. Dabei gibt es bedürftige Anteile genauso wie tyrannische und kreative. Da wir in unserer Entwicklung nur so weit gehen können wie das schwächste Glied in der Kette, ist es sinnvoll, uns mit diesen Anteilen zu beschäftigen. Wenn sie im Unbewussten wirken, können sie Ursache sein für zahlreiche Probleme in unserem Leben. In diesem Seminar wenden wir uns durch Übungen und Selbsterfahrung dem jüngsten Teil unserer Psyche zu, durch Bewusstwerden kann Veränderung geschehen. Wie äußere Kinder Aufmerksamkeit brauchen und gesehen werden wollen, hilft auch hier oft ein offener Blick für unser eigenes Inneres Kind.

Die Mittagspausen sind in freier Gestaltung bereits eingeplant.

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

Bei einer Gruppe ab acht Teilnehmenden beträgt das Entgelt 81,30 €.

Mitzubringen: Schreibzeug

21H30602

Antje Turre
samstags, 13.11.2021, 10:00 - 18:00 Uhr,
2 Tage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
96,50 Euro
Kleingruppe*

21H30602A

Antje Turre
samstags, 19.02.2022,
10:00 - 18:00 Uhr, 2 Tage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
96,50 Euro
Kleingruppe*

Das Enneagramm Teil 1 – Neun verschiedene Schleier vor unserer Seele (Einführungsworkshop)

In diesem Einführungsseminar werden wir einzelne Fixierungen untersuchen. Dadurch werden Gedanken- und Gefühls-Gefängnisse sichtbar. Aber was ist mit unserer Einzigartigkeit? Die Persönlichkeit ist einzigartig – sie liegt an der Oberfläche. Charakterfixierung hingegen findet auf einer tieferen Ebene statt. Wenn wir an der Oberfläche bleiben, können wir deshalb manches in unserem Leben trotz aller Anstrengung nicht verändern. Erst wenn die tiefere Dynamik der Fixierung bewusst wahrgenommen wird, kann sie sich entwickeln. Wirklicher Wandel geschieht von Innen.

Die Mittagspausen sind in freier Gestaltung bereits eingeplant.

Mitzubringen: Schreibzeug, warme, dicke Socken

21H30603

Antje Turre
Samstag, 15.01.2022, 10:00 - 18:00 Uhr
Sonntag, 16.01.2022, 10:00 - 18:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
92,50 Euro
Kleingruppe





Foto: Eva Munkelt

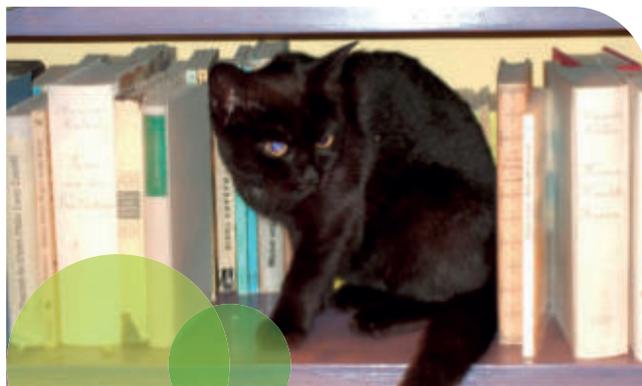


Foto: Eva Munkelt

Das Enneagramm Teil 2 – Neun verschiedene Schleier vor unserer Seele – (Vertiefungsworkshop)

Das Besondere am Enneagramm ist die spannende Dynamik darin: Sie ist sichtbar im Symbol durch die Verbindungen innerhalb des Kreises. So ist jeder Enneagrammtyp mit zwei anderen Enneagrammpunkten verbunden.

Die eine Verbindung führt uns zum sogenannten Stresspunkt und damit einhergehend ist die Frage und Bewusstwerdung: Wie verhalten wir uns, wenn wir in Situationen/Begegnungen mit jenen kommen, welche uns Stress bereiten?

Die andere Verbindung führt uns zum Herzpunkt. In diesen Kontakten liegt unser Entwicklungspotential! So wie in jedem Samen die ganze Pflanze enthalten ist, bringt unsere Psyche ihr Potential mit, welches sich nach Entfaltung sehnt. In diesem Vertiefungskurs untersuchen wir beide Bewegungen und das Geschenk, das eine Bewusstwerdung mit sich bringt.

Neuzugänge sind willkommen: Wenn Vorkenntnisse vorhanden sind, ist der 1. Teil vom Enneagramm nicht zwingend nötig.

Die Mittagspausen sind in freier Gestaltung bereits eingeplant.

Mitzubringen: Schreibzeug, dicke Strümpfe

21H30604

Antje Turre

Samstag, 29.01.2022, 10:00 - 18:00 Uhr

Sonntag, 30.01.2022, 10:00 - 18:00 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,

Vortragsraum

92,50 Euro

Kleingruppe

Aus dem wütenden Widerstand in ein kraftvolles Leben

NEU

Für viele Menschen ist Wut tabuisiert. Sie durfte nicht sein in unserer Kindheit, ist gesellschaftlich nicht akzeptiert. Wir haben oft keinen guten Umgang mit Wut gelernt. Anderen ist Wut auf ungute Weise im Außen begegnet, und sie haben sich geschworen, dass sie das auf keinen Fall wollen. Aggression stammt vom lateinischen Wort „aggredi“ ab. Es wird auch mit „in Angriff nehmen“ übersetzt. Wenn wir die Wut unterdrücken, steht uns die Handlungskraft nicht zur Verfügung.

Unterdrückte Aggression führt zu Depression oder zeigt sich im Körper als Krankheit. An diesem Wochenende wollen wir unsere Glaubenssätze über Wut anschauen und die Wut-Kräfte in uns untersuchen, um einen guten Umgang damit zu finden.

Mitzubringen: Schreibzeug, dicke Strümpfe

21H30605

Antje Turre

Samstag, 05.02.2022, 10:00 - 18:00 Uhr

Sonntag, 06.02.2022, 10:00 - 18:00 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,

Vortragsraum

92,50 Euro

Kleingruppe



Das Enneagramm ist ein uraltes Symbol, ein Spiegel menschlichen Seins in allen positiven und negativen Facetten. Die Geschichte des Enneagramms liegt im Dunkeln. Durch Gurdjieff, einen russischen Mystiker, wurde es bekannt. Von Claudio Naranjo, einem chilenischen Psychiater, wurde es weiterentwickelt, die meisten Schulen gehen von seiner Sichtweise aus. Das Enneagramm der Charakterfixierungen bietet eine Beschreibung von verschiedenen Charaktertypen.

Zuversicht. Von der wichtigsten Energie in Krisenzeiten (online)



Livestream der Reihe Smart Health aus der vhs Hamburg mit Referent Ulrich Schnabel, Buchautor und Wissenschaftsjournalist bei DIE ZEIT und Moderatorin Anette Borkel, vhs Hamburg

Wir leben in herausfordernden Zeiten, neue Denk- und Verhaltensmuster sind gefragt. Das erfordert Energie – nicht nur praktische, ökonomische oder politische, sondern auch seelische Energie.

Wir benötigen innere Widerstandskraft, um Schwierigkeiten zu trotzen, und kreative Imagination, um neue Ideen zu entwickeln. Was zeichnet eine solch zuversichtlich-widerständige Haltung aus, welche Faktoren fördern sie? Diesen Fragen geht Ulrich Schnabel anhand von wissenschaftlichen Erkenntnissen, persönlichen Schicksalen und erhellenden Geschichten nach.

Sie nehmen online an der Live-Übertragung teil, können über den Chat Fragen zum Thema stellen und damit die Diskussion mit den Expert*innen beeinflussen. Hinweise zum Zugang erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung.

21H30615

Ulrich Schnabel

Donnerstag, 30.09.2021,

19:00 – 20:30 Uhr

Digital - Die Veranstaltung wird über Zoom gestreamt.

Das Angebot ist kostenfrei.



Foto: Eva Munkelt

HAPPY FOR NO REASON: **NEU** Die Sieben Schritte, um ein glückliches Leben zu kreieren – (Infoveranstaltung)

Wer auf der Suche nach einem Inneren Glücks- und Zufriedenheitsgefühl ist – findet in dieser Impulsveranstaltung unzählig viel Inspiration! Dagmar Spantzel – eine Dozentin voller authentischer Lebensweisheit und mit reichem, internationalem Fachwissen - lehrt eine positive Denkweise zu kultivieren und wertvolle Glücksmomente in unverhofft kleinen und alltäglichen Erlebnissen zu erschaffen.

Wer Interesse hat, die „Sieben Schritte des Glücks ohne Grund“ zu vertiefen, kann sich zusätzlich im eintägigen Workshop am Samstag, 20.11.2021 bzw. dann im Frühjahrsemester 2022 anmelden.

21H30620

Dagmar Spantzel
Mittwoch, 06.10.2021, 17:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
16,10 Euro

21H30622

Dagmar Spantzel
Mittwoch, 02.02.2022, 17:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
16,10 Euro

HAPPY FOR NO REASON: **NEU** Glücklich ohne Grund Ein 7-stufiges ganzheitliches Trainings-Programm zum Aufbau des eigenen Hauses zum inneren Glück (Workshop)

Stellen Sie sich vor, Ihr Glück hängt nicht von Ihren Leistungen, Ihrem Job, Ihrem Geld, Beziehungen, Status, Schönheit oder anderen Umständen ab!

Mit der zertifizierten Happy For No Reason-Trainerin, Gesundheitspraktikerin, Meditationslehrerin und Achtsamkeitstrainerin Dagmar Spantzel erwarten Sie in diesem eintägigen, inspirierenden Workshop folgenden Themen:

- Die Gestaltungsfreiheit über Ihr persönliches Glück - seien Sie selbst der Meister Ihres Glücks. (Selbst)Verantwortung zu übernehmen - das bringt Sie auf den Fahrersitz.
- Unsere Zellen glücklich machen - Sie erlernen, wie man Ernährung und Bewegung für mehr Glück und verbesserte Gesundheit verwendet.
- Entdecken Sie, wie Sie Ihre Gedanken zum Verbündeten machen können, lernen Sie, was Mann/Frau tun kann, um die automatischen negativen Gedanken, die wir regelmäßig haben, zu reduzieren.
- Lassen Sie die Liebe in Ihrem Leben führen - Sie werden kraftvolle Techniken erforschen, um aus Ihrem Herzen heraus zu leben.
- Ihr ureigenes Leben leben, das vom Ziel inspiriert ist - Entdecken Sie Techniken, um Ihre Leidenschaft zu finden.
- Beziehungen pflegen und entwickeln - Lernen Sie, wie Sie Ihre Netzwerke von Menschen erweitern können, die unterstützen und stärken. Denn das Leben ist zu kurz, um auch nur eine Minute ohne Freude das Glück zu verschwenden, welches Sie verdient haben!

Die Teilnahme an der Infoveranstaltung ist freigestellt und hier im Workshop nicht Grundvoraussetzung!

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

Bei einer Gruppe ab acht Teilnehmenden beträgt das Entgelt 34,60 €.

21H30621

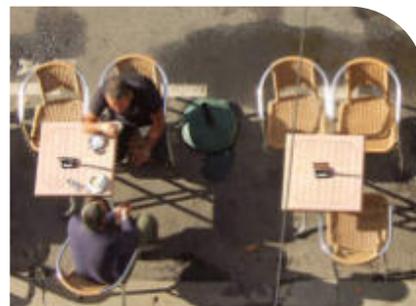
Dagmar Spantzel
Samstag, 20.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
41,00 Euro
Kleingruppe*

HAPPY FOR NO REASON - **NEU** information event in english

Anyone looking for an inner feeling of happiness and satisfaction will find innumerable amounts of inspiration in this impulse event! Dagmar Spantzel - a lecturer full of authentic wisdom and with rich, international specialist knowledge - teaches how to cultivate a positive mindset and create valuable moments of happiness in unexpectedly small and everyday experiences. Anyone interested in deepening the Seven Steps of Happiness for no reason can also attend the one-day workshop on the 12th of February 2022.

21H30623

Dagmar Spantzel
Mittwoch, 09.02.2022, 17:00 - 20:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
16,10 Euro



Fotos: Eva Munkelt



HAPPY FOR NO REASON: one-day workshop in english

Imagine your happiness doesn't depend on your accomplishments, your job, your money, relationships, status, beauty or any other circumstance! The certified „Happy For No Reason“ trainer, health practitioner, meditation and mindfulness trainer Dagmar Spantzel will inspire you during this one-day workshop. It covers the following topics:

- The freedom to design your personal happiness
- be the master of your happiness yourself. Taking (self) responsibility
- this puts you in the driver's seat - making our cells happy
- you learn how to use diet and exercise for better happiness and improved health
- discover how you can make your thoughts an ally - Learn what you can do to reduce the automatic negative thoughts we have on a regular basis
- Let love guide you in your life
- You will explore powerful techniques to live from your heart
- Your very own Live a life inspired by the goal
- discover techniques to find your passion
- cultivate and develop relationships
- learn how to expand your networks of people who support and strengthen. Because life is too short to waste even a minute without the joy and happiness you deserve!

Participation in the information event is optional and not a basic requirement here in the workshop! If there is greater demand, the course can be opened to more participants! You are therefore welcome to register on the waiting list. For a group of eight or more participants, the fee is € 34.60

21H30624

Dagmar Spantzel
Samstag, 12.02.2022, 10:00 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
41,00 Euro
Smallgroup*

Gesunde und gewaltfreie, herzliche Kommunikation (GfK)

Legen Sie die Basis einer gesunden Kommunikation. Lernen Sie die Grundhaltung sowie die vier Schritte der gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg näher kennen. Erfahren Sie anhand selbsteingebrachter Konfliktbeispiele und in praktischen Übungen, dass es auch in heiklen Situationen

- hilfreicher ist, sich auf beobachtbare Fakten zu beziehen, als zu urteilen oder moralisch zu bewerten
- bereichernder ist, Vorwürfe und Urteile in Gefühle und Bedürfnisse zu übersetzen
- erfolversprechender ist, klare Bitten auszusprechen, statt zu drohen, zu strafen oder zu manipulieren!

Auf der Basis von Empathie, gemeinsamen Bedürfnissen und mit Blick auf den Aufbau einer guten Beziehungsebene sind auch neue Strategien in der Bewältigung von herausfordernden Situationen eher möglich.

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

Bei einer Gruppe ab acht Teilnehmenden beträgt das Entgelt 42,30 €.

21H30691

Dr. Kerstin Ramm
Sonntag, 07.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
49,50 Euro
Kleingruppe*

Vertiefungs- und Übungstag zur gesunden, gewaltfreien Kommunikation (GfK)

An diesem Tag sind alle herzlich eingeladen, welche die Grundlagen der Kommunikation nach M. B. Rosenberg bereits kennen gelernt haben. Es ist die Sprache des Herzens und ihre Grundhaltung, in die wir nun etwas tiefer gehen sowie uns an eigenen Beispielen mehr üben. Wir wollen uns im praktischen Ausprobieren besser kennen lernen und üben, uns gewaltfrei und empathisch auf uns selbst und andere einzulassen. Wir sehen, wie z.B. Wut entsteht und wie wir damit umgehen können.

Foto: Eva Munkelt



21H30692

Dr. Kerstin Ramm
Samstag, 13.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Seminarraum
49,50 Euro
Kleingruppe

Einführung zum Resilienztraining / Selbsthilfe im Stress

Was lässt uns gesund und erfolgreich sein, die Widrigkeiten des Lebens meistern? Oftmals wissen wir sehr genau, was wir nicht wollen, was wir ablehnen. Aber wissen wir auch, was wir wollen, was uns gut tut und wohin unser tiefer innerer Zug geht? Wie gut kennen Sie sich? Der Blick in diesem Seminar richtet sich auf das, was gesund macht, was uns im Leben unterstützt – was stimmig für uns ist – und schafft damit eine Alternative zur Konzentration auf den Stress im Kampf gegen Unerwünschtes und Krankheit. Ausstieg aus unseren stressenden „Hamsterrädern“! Es werden in einfacher Weise Wahrnehmen, Handeln und Lernen verknüpft und neue Handlungsorientierungen eröffnet. Salutogenese ist weit mehr als nur ein Konzept, es ist ein Wechsel der eigenen Ausrichtung, der Sicht auf unser Leben!

In dem Tagesseminar werden die Grundlagen dazu vorgestellt und erste persönliche, praktische Erfahrungen ermöglicht. Hilfreiche Körperübungen sowie Meditationen runden den Workshop ab.

21H30694

Dr. Kerstin Ramm
Samstag, 08.01.2022, 10:00 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Seminarraum
49,50 Euro
Kleingruppe

Resilienztraining – Die psychische Widerstandskraft stärken (online)



Tiefpunkte und Herausforderungen im Leben kommen und gehen. Wie wir mit ihnen um- und aus ihnen hervorgehen, darüber entscheidet unsere psychische Widerstandskraft – unsere Resilienzfähigkeit. Im Allgemeinen verstehen wir unter Resilienz, dass Menschen in Krisensituationen psychisch stabil und auch bei langanhaltender Belastung sowohl körperlich als auch geistig gesund bleiben. Diese wunderbare (trainierbare) Eigenschaft ermöglicht uns so einiges auszuhalten: Schicksalsschläge und (persönliche) Katastrophen, schwere Krankheit, Verlust des Arbeitsplatzes oder schlimmer noch Verlust eines geliebten Menschen. Das Resilienztraining stellt einen dynamischen Prozess zur Ressourcenstärkung dar. Die verschiedenen Fähigkeiten und Verhaltensweisen, die wir benötigen, um Krisen zu bewältigen, werden aufgezeigt und angewendet, sodass es Ihnen später gelingt, die verschiedenen (Schutz-) Faktoren selbstständig und anforderungsbezogen in persönlichen Krisensituationen anzuwenden.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Ist die Mindestteilnehmerzahl (fünf Personen) erreicht, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login per E-Mail.

Mitzubringen: Schreibzeug

Voraussetzungen: Mikrofon und Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert ist auch eine Webcam.

21H30698

Marlin Parrau
dienstags, 09.11.2021, 16:00 - 17:30 Uhr,
10 Nachmittage
vhs, virtueller Klassenraum
95,00 Euro
Kleingruppe



Ausgeglichen und gelassen im Beruf und Alltag: Burnout-Prävention

NEU

Brenne für Dich und Dein Leben, aber ohne auszubrennen! Kleingruppe (online)

Es kann jeden von uns treffen – sich ausgebrannt, gestresst oder kraftlos zu fühlen. In der heutigen Zeit stehen wir unterschiedlichsten Herausforderungen, Anforderungen und Veränderungen gegenüber, gleichzeitig haben wir oft nur wenige Ruhe- und Erholungsphasen. So individuell die Ursachen von dauerhafter Erschöpfung oder Burnout sein können, so individuell ist die Prävention. Nehmen Sie es selbst in Ihre Hand und schützen Sie sich vor dem Gefühl, kraftlos und ausgebrannt zu sein. In diesem als online-Webinar konzipierten Kurs lernen Sie die typischen Ursachen, Symptome und Verlaufsformen des Erschöpfungs- und Burnout-Syndroms kennen. Neben der Früherkennung und wirksamen Gegenmaßnahmen geht es zudem darum, wie Sie Ihre Rahmenbedingungen in Beruf und Alltag präventiv gestalten können. Weiterhin erfahren Sie, welche Rolle Achtsamkeit und Eigenverantwortung spielen, damit Erschöpfung oder Burnout erst gar nicht entstehen und Sie dauerhaft Leistung bringen können, ohne dabei auszubrennen.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Ist die Mindestteilnehmerzahl (fünf Personen) erreicht, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login per E-Mail.

Mitzubringen: Schreibzeug

Voraussetzungen: Mikrofon und Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert ist auch eine Webcam.

21H30699

Kerstin Fussan
montags, 14.02.2022, 17:15 - 21:00 Uhr,
3 Abende, vhs, virtueller Klassenraum
81,50 Euro, Kleingruppe



Fotos: Eva Munkelt

Klarheit – Orientierung – höhere Ordnung

Einführung in systemische Aufstellungsarbeit

Was ist Aufstellungsarbeit? Worum geht es dabei? An diesem Informations- und Workshop-Tag beschäftigen wir uns mit den Grundlagen dieser Methode und können erste Einblicke gewinnen.

Jeder steht in vielfältigen Beziehungen, in seiner Familie, im Beruf, mit seinen eigenen inneren Anteilen. Oft können wir den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr erkennen und wissen nicht, wie wir Verstrickungen oder festgefahrene Situationen oder auch körperliche Beschwerden lösen können. Wo wollen wir gerade wirklich hin? Dann kann uns die Aufstellungsarbeit einen Blick aus einem anderen Blickwinkel verschaffen, und das untersuchte System kann sich wieder ordnen. Die Liebe und Lebenskraft können wieder mehr fließen. Wir können besser erkennen, worum es geht und was es braucht zur Heilung und zum Vertrauen ins Leben. Eine kraftvolle Methode für Veränderungen.

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

Bei einer Gruppe ab acht Teilnehmende beträgt das Entgelt 42,30 €.

21H30695

Dr. Kerstin Ramm
Sonntag, 14.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Seminarraum
49,50 Euro
Kleingruppe*



Was ist Resilienz?



Training der gesunden Selbstregulation (TSF) aus dem Salutogenesezentrum Bad Gandersheim

NEU

Das bereits bewährte, und von einigen Krankenkassen als ganzheitliche Präventionsmaßnahme unterstützte Training der gesunden Stressregulation (TSF) – Rundum stimmig und gesund führt Sie TSF in 8 Schritten an 8 Abenden in ein neues Erleben Ihres Alltags, zu mehr Stimmigkeit und Glücksempfinden.

21H30697

Dr. Kerstin Ramm
dienstags, 25.01.2022, 18:00 - 21:00 Uhr,
8 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Seminarraum
153,00 Euro
Kleingruppe

Ernährung / Kochkunst

Brotbacken – Genuss für Gaumen und Seele

Wer kennt ihn nicht, den Duft von frischem Brot, der uns das Wasser im Munde zusammen laufen lässt? Ein Brot selbst zu backen erfordert erstaunlicherweise wenig Aufwand und Mühe und kann in geselliger Runde sehr anregend sein. Die Grundlage bilden Getreide, Wasser, Salz und Triebmittel. Wir zaubern daraus ein würziges Vollkornbrot auf Sauerteigbasis, das wir uns mit selbst zubereiteten Brotaufstrichen köstlich schmecken lassen. Eine Kostprobe vom wohlschmeckenden Brot gibt es für die Daheimgebliebenen mit. Sie erfahren, wie sich die Qualität der LEBENSmittel (aus biologischem Anbau) auf unsere eigene Lebensqualität auswirkt. Es gibt viele Anregungen, wie die Rezepte zu Hause leicht und schnell im eigenen Backofen ausprobiert und variiert werden können.

Mitzubringen: ein Stoffbeutel, Behälter für Nahrungsmittel, Schürze und Schreibzeug
Die Kosten für Lebensmittel in Höhe von ca. 6,00 € sind im Kurs zu entrichten.

21H30714

Heike Kastner
Montag, 04.10.2021, 17:00 - 21:30 Uhr
Küchenstudio Walther, Saalstraße 6
87,10 Euro
Kleingruppe



Foto: Eva Munkelt

21H30715

Heike Kastner
Montag, 21.02.2022, 17:00 - 21:30 Uhr
Küchenstudio Walther, Saalstraße 6
87,10 Euro
Kleingruppe

Indonesische Küche mit Fleisch

Java, Sumatra, Bali – Indonesien ist nicht nur ein beliebtes Reiseziel, sondern auch die Heimat zahlreicher asiatischer Köstlichkeiten. Nasi Goreng und Bami Goreng findet man mittlerweile auch in unseren Supermärkten. Aber wussten Sie, dass diese exotischen Namen wörtlich übersetzt einfach nur Gebratener Reis und Gebratene Nudeln bedeuten? Was die Namen nicht verraten, sind die dazugehörigen Gewürzmischungen. Lernen Sie ein paar davon bei der Zubereitung einiger nicht so bekannter Spezialitäten der indonesischen Küche wie zum Beispiel Gule Kambing (Lamm-Curry) und Soto Ayam (Hühnersuppe) kennen.

Mitzubringen: Schreibzeug, Geschirrtuch, Schürze, Plastikbehälter, scharfes Messer
Die Kosten für Lebensmittel von ca. 10,00 € sind im Kurs zu entrichten.

21H30750

Kartini Spröde
Dienstag, 19.10.2021, 17:00 - 21:30 Uhr
Küchenstudio Walther, Saalstraße 6
63,70 Euro

Indonesische vegetarische Küche

Kommen Sie mit auf eine kulinarische Reise durch den indonesischen Archipel. Aus Tofu, Tempe (Sojabohnenpaste) und verschiedenen Gemüsen und Gewürzen kreieren wir gemeinsam ein paar Leckereien, die auch Ihrem Gaumen schmecken werden. Achtung: Vegetarisch legen wir etwas großzügig aus, damit Sie bei dieser Gelegenheit auch in den Genuss von Sambal-Eiern (Eier in einer scharfen Chilisauce) kommen.

Mitzubringen: Schreibzeug, Geschirrtuch, Schürze, Plastikbehälter, scharfes Messer
Die Kosten für Lebensmittel von ca. 8,00 € sind im Kurs zu entrichten.

21H30751

Kartini Spröde
Dienstag, 16.11.2021, 17:00 - 21:30 Uhr
Küchenstudio Walther, Saalstraße 6
63,70 Euro

Indonesische vegane Küche

Eine Reise durch die indonesische Inselwelt für Liebhaber veganer Gerichte. Lange Zeit haben sich viele Indonesier (aus ökonomischen Gründen) überwiegend vegan ernährt. Dementsprechend gibt es eine große Vielfalt gesunder veganer Gerichte, die zudem noch köstlich schmecken, von denen wir einige in diesem Kurs gemeinsam zubereiten werden.

Mitzubringen: Schreibzeug, Geschirrtuch, Schürze, Plastikbehälter, scharfes Messer
Die Kosten für Lebensmittel von ca. 8,00 € sind im Kurs zu entrichten.

21H30752

Kartini Spröde
Dienstag, 18.01.2022, 17:00 - 21:30 Uhr
Küchenstudio Walther, Saalstraße 6
63,70 Euro

Weitere neue Angebote
finden Sie unter
www.vhs-jena.de

Grün hinter den Ohren? Wie der Einstieg in die Vegane Ernährung gelingt inkl. Ideen für einen Veganen Adventskalender (online)



Der erste Schritt ist getan, die Bereitschaft zur Ernährungsumstellung vorhanden, aber... ob das alles so richtig ist? Was gehört zur veganen Lebensweise dazu? Worauf ist zu achten? Denn: Ja, es geht um das Wohl der Tiere, aber die eigene Gesundheit sollte nicht unter der veganen Ernährung leiden.

Sie erfahren im Kurs, wie der 'häppchenweise' Einstieg in die vegane Ernährung gelingt, wie die eigene Motivation dabei hochgehalten und dem eigenen Körper mit der pflanzlichen Kost etwas richtig Gutes getan werden kann!

Machen Sie sich doch im Vorfeld einmal motivierende Gedanken hierzu: Welches

ist Ihr Lieblingsgericht? Wie liebe es sich veganisieren?

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmendenzahl (fünf Personen) erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtisches unter "Meine Kurse" den Link zum Kurs.

Voraussetzungen: Mikrofon und Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert ist auch eine Webcam.

21H30760

Cathrin Umlauf

Dienstag, 02.11.2021, 18:00 - 20:15 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

18,50 Euro

Kleingruppe

Tomaten auf den Augen? Wie eine alltagstaugliche pflanzenbasierte Ernährung aussieht inkl. Ideen für eine "gesunde Adventszeit" (online)



"Die Zukunft der Ernährung ist pflanzlich, oder es gibt keine Zukunft" (Christina Ledermann, Menschen für Tierrechte e.V.)

Die Planetary Health Diet (2019) kommt zum Schluss, dass wir deutlich pflanzlicher essen und tierische Produkte drastisch reduzieren müssen, um die Weltbevölkerung bis 2050 nachhaltig und gesund zu ernähren. Ohne Zweifel: Das Bewusstsein um die Notwendigkeit einer Ernährungsumstellung ist in der Bevölkerung ebenso die Ablehnung von Massentierhaltung mehrheitlich vorhanden. Parallel dazu kommen immer mehr pflanzliche Alternativen auf den Markt, um es den Konsument:innen zu vereinfachen, auf Produkte tierischen Ursprungs zu verzichten. Wo liegt aber der Knackpunkt in der Umsetzung einer pflanzenbasierten Ernährungsweise - für die auch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) plädiert? Wie sollte eine gesunde, pflanzenbasierte Ernährung aussehen? Worauf ist zu achten? Wie lassen sich Mahlzeiten zubereiten, ohne dass es der Ausbildung zum Koch/zur Köchin bzw. Ernährungswissenschaftlerin bedarf? Die Ernährungsberaterin und Immun- und Fitnesstrainerin Cathrin Umlauf, lädt jede:n Teilnehmende:n, im Vorfeld dazu ein, an 2 beispielhaften Tagen zu notieren, wie die eigene Ernährung durchschnittlich aussieht und sich Gedanken über Stolpersteine zu machen. Im Kurs können Sie direkt auf Ihre individuellen Beispiele eingehen. Werden Sie Teil des Wandels unseres globalen Ernährungssystems!

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmendenzahl (fünf Personen) erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtisches unter "Meine Kurse" den Link zum Kurs.

Voraussetzungen: Mikrofon und Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert ist auch eine Webcam.

21H30761

Cathrin Umlauf

Dienstag, 07.12.2021, 18:00 - 20:15 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

18,50 Euro, Kleingruppe

**JENÄER
BÜCHER
STUBE**

PERSÖNLICH **Johannisplatz 28**

MÜNDLICH **03641-444294**

ONLINE **www.jenbuch.de**



Sprachen und Integration



Sprachen und Integration

85	Sprachenzertifikate	99	Polnisch
85	Einstufungsabend	99	Portugiesisch
86	Deutsch als Fremd- und Zweitsprache	99	Russisch
90	Deutsch im Alltag	100	Schwedisch
92	Arabisch	100	Spanisch
93	Chinesisch	103	Tschechisch
93	Englisch	103	Türkisch
95	Französisch	103	Ungarisch
96	Italienisch	103	Koreanisch
98	Japanisch	103	Rumänisch
99	Norwegisch	103	Gebärdensprache

Liebe Teilnehmende und Interessierte,

die Planung der Veranstaltungen für das Herbstsemester stand noch immer im Kontext von Corona. Daher haben wir viele Kurse vorsorglich mit weniger Teilnehmenden als Kleingruppen geplant. Sollte die Situation es zulassen, werden diese Kurse selbstverständlich auch wieder geöffnet für die normale Gruppenstärke. Damit würde sich auch der Preis verringern. Es gibt aber auch Kurse, die wir aufgrund des Infektionsschutzes im Fall weiterer Einschränkungen verkleinern müssten. Dann würde sich der Preis erhöhen. Natürlich werden alle angemeldeten Teilnehmenden rechtzeitig informiert.

Ihr vhs-Team



Fachbereichsleiterin
Fremdsprachen | DaF | DaZ
Aglaya Weidner
Telefon 03641 498211
aglaya.weidner@jena.de



Mitarbeiterin Sprachen
Nicole Bergmann
Telefon 03641 498216
nicole.bergmann@jena.de



Mitarbeiterin Sprachen | DaF/DaZ
Susanne Baldrich
Telefon 03641 498217
susanne.baldrich@jena.de



Sachbearbeiterin
Sabine Schuldes
Telefon 03641 498223
sabine.schuldes@jena.de

Kursgrößen und Bezeichnungen:

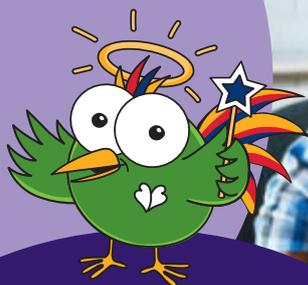
VHeSpresso: 2 - 4 Teilnehmende. Durchführungsgarantie ab 2 Teilnehmenden, wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Minigruppe: 2 - 4 Teilnehmende. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als Kleingruppe oder als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend. Keine Ermäßigung.

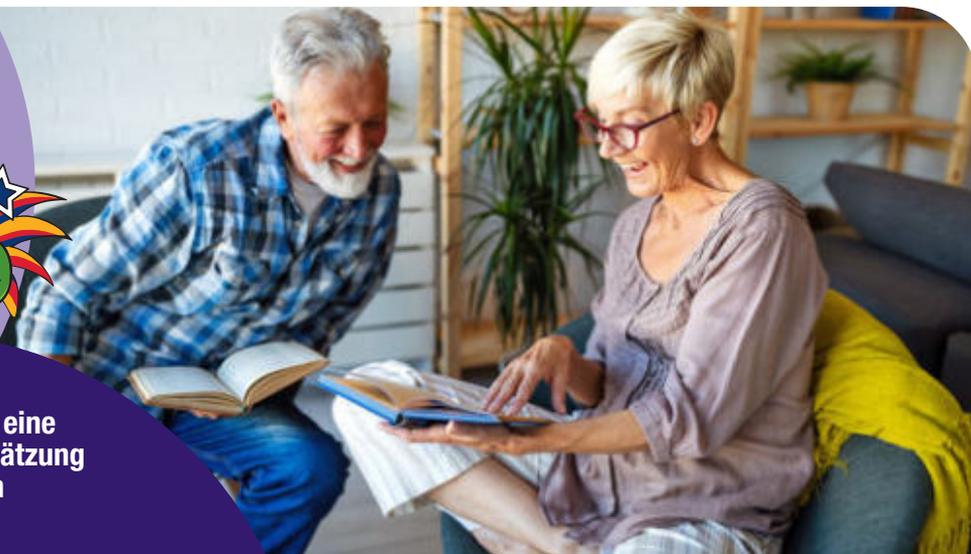
Kleingruppe: 5 - 7 Teilnehmende. Wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe*: 5 - 7 Teilnehmende. Keine Ermäßigung. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend, und Ermäßigungen sind möglich.

Regulärer Kurs: ab 8 Teilnehmende. Ermäßigung möglich. Bei geringer Nachfrage kann der reguläre Kurs zu einer Kleingruppe verkleinert werden. Der Preis erhöht sich und / oder die Stundenanzahl verringert sich entsprechend. Wir nehmen in diesem Fall vor Kursbeginn mit allen Teilnehmenden Kontakt auf.



Hier können Sie eine erste Selbsteinschätzung durchführen



SPRACHNIVEAU entsprechend dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen

	Stufe A1	Stufe A2	Stufe B1
Hören	Ich kann alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen, wenn deutlich und langsam gesprochen wird.	Ich kann einfache Informationen zu Themen wie Beziehung, Familie, persönliche Interessen, Arbeit, Wohnen und Umgebung verstehen. Lautsprecherdurchsagen (Flughafen, Bahnhof) verstehe ich, wenn kurz und klar gesprochen wird.	Ich kann das Wesentliche verstehen, wenn es um Themen geht, die mir vertraut sind und klare Standardsprache verwendet wird. Bei Radio- und Fernsehsendungen verstehe ich das Wesentliche, wenn mich die Themen interessieren und langsam und deutlich gesprochen wird.
Lesen	Ich kann vertraute Namen, Wörter und einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern, Plakaten, Speisekarten oder in Prospekten.	Ich kann in kurzen Texten (Anzeigen, Prospekte, Faxe, E-Mails, Fahrpläne usw.) das Wichtigste verstehen.	Ich kann längere Texte verstehen, in denen überwiegend solche Sprache vorkommt, die in Alltag und Beruf häufig verwendet wird.
An Gesprächen teilnehmen	Ich bin darauf angewiesen, dass meine Gesprächspartner sehr langsam sprechen und sich darauf einstellen, dass ich die Sprache noch nicht lange kenne.	Ich kann mich in Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten, direkten Austausch von Informationen geht. Ich verstehe aber noch nicht genug, um selbst ein Gespräch länger in Gang zu halten.	Ich kann die meisten Situationen sprachlich bewältigen, denen man auf Reisen begegnet. Ich kann ohne Vorbereitung an Gesprächen über Themen teilnehmen, die mir vertraut sind oder die mich interessieren.
Zusammenhängend sprechen	Ich kann einfache Wendungen und Sätze gebrauchen, um anderen z.B. mitzuteilen, was ich möchte und was mich interessiert.	Ich kann in einigen Sätzen und mit einfachen Worten z.B. meine Familie, andere Leute, meine Ausbildung, meine Interessen, meine berufliche Tätigkeit beschreiben.	Ich kann Erfahrungen und Ereignisse, Wünsche und Ziele zusammenhängend beschreiben. Ich kann meine Meinungen und Pläne erklären und begründen.
Schreiben	Ich kann eine kurze Postkarte, z.B. mit Ferngrüßen, schreiben. Ich kann auf Formularen, z.B. auf Reisen, Namen, Adresse, Nationalität usw. eintragen.	Ich kann kurze Notizen und kurze persönliche Briefe verfassen.	Ich kann einen zusammenhängenden Text über mir vertraute Themen schreiben. Ich kann persönliche und formelle Briefe schreiben.



Stufe B2	Stufe C1	Stufe C2
----------	----------	----------

<p>Ich kann im Alltag und Beruf längeren Redebeiträgen folgen, wenn mir die Thematik einigermaßen vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen und Reportagen verstehen.</p>	<p>Ich kann längeren Berichten, ausführlichen Gesprächen, Präsentationen usw. auch im Detail folgen. Ich bin vertraut mit Umgangssprachen sowie mit anderen Sprachstilen.</p>	<p>Ich habe keinerlei Schwierigkeit gesprochene Sprache zu verstehen, sowohl „live“ als auch in den Medien, auch wenn es schnell gesprochen wird. Ich komme dabei mit einer Vielzahl von Akzenten zurecht.</p> <p style="text-align: right;">Hören</p>
--	---	---

<p>Ich kann Artikel und Berichte lesen, auch in Fachzeitschriften zu mir vertrauten beruflichen Themen. Ich verstehe literarische Texte wie z.B. Kurzgeschichten und Krimis.</p>	<p>Ich kann lange und komplexe Texte verstehen, auch zu Themen die nicht zu meinem persönlichen Interessensgebiet zählen.</p>	<p>Ich lese ohne besondere Mühe Texte aller Art z.B. Sachbücher, Handbücher, Verträge, Unterhaltungsliteratur etc.</p> <p style="text-align: right;">Lesen</p>
--	---	---

<p>Ich kann mich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne besondere Anstrengung für die Gesprächspartner oder für mich möglich ist.</p>	<p>Ich kann mich in Alltag und Beruf beinahe mühelos spontan und fließend verständigen.</p>	<p>Ich kann mich an Gesprächen mühelos beteiligen und bin dabei auch mit umgangssprachlichen und idiomatischen Wendungen bestens vertraut.</p> <p style="text-align: right;">An Gesprächen teilnehmen</p>
---	---	--

<p>Ich kann mich zu sehr vielen Themen ausführlich äußern. Ich kann dabei Standpunkte erklären und Argumente ausführlich abwägen.</p>	<p>Ich kann komplexe Sachverhalte darstellen und erörtern und dabei flexibel auf Nachfragen reagieren.</p>	<p>Ich kann Vorträge halten, Besprechungen und Diskussionen leiten, dabei mühelos zwischen Sprachen wechseln und spontan und flexibel auf Redebeiträge reagieren.</p> <p style="text-align: right;">Zusammenhängend sprechen</p>
---	--	---

<p>Ich kann ausführliche, verständliche Texte über eine Vielzahl von privaten und beruflichen Themen schreiben.</p>	<p>Ich kann mich schriftlich klar, strukturiert und ausführlich ausdrücken und dabei meinen Stil adressatenbezogen ändern.</p>	<p>Ich kann Artikel und Berichte zu komplexen Fragestellungen ohne besondere Mühe klar und flüssig verfassen.</p> <p style="text-align: right;">Schreiben</p>
---	--	--

Welche Inhalte werden in der Regel in den Sprachkursen auf den jeweiligen Niveaustufen vermittelt?

Beschreibung der Kursinhalte

In den Sprachkursen werden gleichermaßen alle vier Fertigkeiten (Hör- und Leseverstehen, Sprechen und Schreiben) trainiert sowie Grammatik, Wortschatz und Aussprache.

A1.1

- Begrüßung / Abschied
- Vorstellung / Personenangaben / Befragung
- Wiedergabe einfacher Informationen über Familie, Freunde, Hobbys, Beruf, Alltag
- Äußerung von Befinden, Meinung, Vorlieben
- Orientierung und Einkauf im Supermarkt
- Wegbeschreibung / Terminvereinbarung
- Reaktion auf Einladungen

A2.1

- Schriftverkehr in einfacher Form (offizielle E-Mails, Briefe, etc.)
- Smalltalk zu vertrauten Themen
- Formulierung von Begründungen mündlich, als auch schriftlich
- Äußerung von Wünschen, Vorschlägen, Hoffnungen, Ängsten
- Berichten über alltägliche Lebensbereiche (Orte, Erfahrungen, Ereignisse)
- Formulierung von Vorschlägen
- Sprechen über berufliche Pläne oder zukünftige Pläne
- Verfassen von Anfragen
- ggf. Anfertigung von kurzen Bewerbungsschreiben
- Telefonisches Erfragen von Informationen
- Organisation, z.B. einer Feier

B1.1

- Verständnis längerer Informationstexte
- Weitergabe von Informationen
- Erfahrungsberichte / Ereignisberichte
- Erteilung von Anweisungen
- Teilnahme an Diskussionen über vertraute Themen
- Schilderung und Benennung von Problemen
- Ausdruck / Rechtfertigung eigener Meinung (mit einfachen Wendungen)
- Durchführung vorbereiteter und unkomplizierter Präsentationen zu Themen aus dem Interessengebiet
- schriftliche Produktion von Texten aus Interessengebiet
- unvorbereitete Teilnahme an Gesprächen über vertraute Themen
- Ausdruck von Gefühlen / Reaktion auf Gefühlsäußerung

B2.1

- Verständnis von Hauptinhalten komplexer, abstrakter Texte und Themen
- spontane und fließende Teilnahme an Diskussionen vertrauter Themen oder Themen aus dem eigenen Interessengebiet
- klare und detaillierte Beschreibung und Darstellung komplexer Sachverhalte, mündlich als auch schriftlich, z.B. Arbeitsvorgänge, Protokolle, bestimmte Ereignisse
- flüssige, spontane und korrekte mündliche Produktion
- detaillierte schriftliche Produktion von offiziellen Schreiben, z.B. Kündigung, Motivationsschreiben

C1.1

- Verständnis nicht vertrauter und komplexer Themen in einem Gespräch
- Teilnahme an Vorlesungen, Debatten, Diskussionen zu bekannten sowie unbekanntem Themenbereichen
- schriftliche Produktion eines Fachartikels, einer wissenschaftlichen Arbeit
- Verständnis und Verwendung fachsprachlicher Wendungen
- Präsentationen von Themen eines bestimmten fachlichen Kontextes
- leichtes Verständnis fachlicher Dokumentationen, Spielfilme, Videos sowie umgangssprachlicher Konversationen



Auf unserer Website
finden Sie Einstufungstests
für verschiedene Sprachen.

SPRACHENZERTIFIKATE

Benötigen Sie ein Zertifikat, das Ihre Sprachkenntnisse auf einem bestimmten Niveau bescheinigt?

Alle Informationen rund um das Thema Sprachprüfungen erhalten Sie beim Thüringer Volkshochschulverband e. V. (TVV e.V.) oder unter:
www.vhs-th.de/themen/sprachpruefungen/

A 1

telc*: Deutsch, Englisch, Spanisch
Elementare Sprachverwendung

A 2

telc: Deutsch, Englisch, Spanisch
Cambridge Certificate: Englisch
Elementare Sprachverwendung

B1

telc: Deutsch, Englisch, Spanisch
Cambridge Certificate: Englisch
Goethe-Zertifikat: Deutsch
Selbstständige Sprachenverwendung

B2

telc: Deutsch, Englisch, Spanisch
Cambridge Certificate: Englisch
Goethe-Zertifikat: Deutsch

Selbstständige Sprachenverwendung

C1

telc: Deutsch, Englisch
Cambridge Certificate: Englisch
Goethe-Zertifikat: Deutsch

Kompetente Sprachverwendung

C2

telc: Deutsch, Englisch
Cambridge Certificate: Englisch

Kompetente Sprachverwendung

*telc: The European Language Certificates

WICHTIGE HINWEISE FÜR TEILNEHMENDE

Wir bieten verschiedene Gruppengrößen an, die Informationen finden Sie auf Seite 81.

Einzelschulung
Firmenschulung
Angebotserstellung auf Anfrage

Lehrbuch:

Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst, wenn der Kurs sicher stattfindet.



Servicetelefon

Telefon 03641 53423-14

E-Mail: pruefungszentrale@vhs-th.de

Aktuelle Prüfungstermine und nähere Informationen finden Sie unter:

www.vhs-th.de/themen/sprachpruefungen



Einstufungsabend Sprachen



Kostenfreie Sprachberatung an der vhs Jena durch die Mitarbeiterinnen des Fachbereiches Sprachen.

Wenn Sie gern eine Sprache (weiter-)lernen möchten und unsicher sind, welches Niveau zu Ihnen passt, dann laden wir Sie herzlich zu unserem kostenfreien Einstufungsabend ein.

Nutzen Sie die Möglichkeiten einer individuellen Einstufung

- für Deutsch mit Susanne Baldrich, Mitarbeiterin Deutsch als Fremd- und Zweitsprache
- für Englisch, bei unserem Dozent Mark Hargrave
- für Spanisch mit Aglaya Weidner, Fachbereichsleiterin Sprachen sowie eine
- persönliche Beratung für alle anderen Sprachen durch die Fachbereichsleitung und die Pädagogische Mitarbeiterin Nicole Bergmann.

Wir freuen uns über eine Voranmeldung, da wir Ihnen so ein Zeitfenster reservieren können. Dies kann per E-mail an volkshochschule@jena.de oder telefonisch unter +49 3641 49-8200 erfolgen.

21H401000

Mark Hargrave | Nicole Bergmann | Susanne Baldrich | Aglaya Weidner
Dienstag, 07.09.2021,
17:30 - 19:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a
kein Entgelt

Die Volkshochschule Jena bietet Kurse für Deutsch als Fremd- und Zweitsprache vom Anfängerniveau A1 bis zum fortgeschrittenen Niveau C1 an. Die Lernstufen unserer Sprachkurse orientieren sich am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen. Die Kurse stehen allen Interessierten offen, die die deutsche Sprache von Anfang an lernen oder ihre Sprachkenntnisse verbessern möchten. Die Kurse sind nach Bedarf geplant und an die Zielgruppen angepasst. Die Lehrkräfte der vhs Jena sind im Bereich Deutsch als Fremd- und Zweitsprache ausgebildet und verwenden in ihrer Arbeit aktuelle Lehrwerke und Methoden der DaF/DaZ-Didaktik.

Wenn Sie nicht wissen, welches Sprachniveau das richtige für Sie ist, können Sie in der vhs Ihre Sprachkenntnisse kostenlos testen lassen. Die Bezahlung der Kurse erfolgt entweder mit EC-Karte, per SEPA-Lastschriftmandat oder in bar. Eine Ermäßigung der Kursgebühr kann durch Vorlage eines Nachweises erfolgen.

Alle Deutschkurse finden in Kleingruppen statt. Bei mehr als 8 Teilnehmenden vor dem dritten Kurstag kann der Kurs als regulärer Kurs stattfinden. In diesem Fall sind Ermäßigungen möglich.

Eine Anmeldebestätigung zur Erlangung eines Visums bzw. zur Visaverlängerung kann nicht ausgestellt werden.

Am Ende der Deutschkurse finden keine Sprachprüfungen statt. Die Prüfungen (telc oder Goethe-Institut) können jedoch extern abgelegt werden. Informationen dazu erhalten Sie beim Thüringer Volkshochschulverband:



Aktuelle Informationen zu den Prüfungsmöglichkeiten in Thüringen werden im Laufe des Kurses von den Dozenten bekannt gegeben.

Die vhs Jena stellt keine Lehr- und Lernmaterialien zur Verfügung. Die Lehrwerke werden am Anfang des Kurses bekannt gegeben und müssen von den Teilnehmenden eigenständig im Handel erworben werden. Für das Herbstsemester werden allgemein als auch spezielle Deutschkurse der Niveaus A1 bis B2/C1 angeboten. Die Kurse finden am Vormittag und am Abend statt, online und in Präsenz. Unsere Kursräume befinden sich im vhs-Hauptgebäude (Grietgasse 17a), in der Paradiesstraße 6 oder in der Berufsschule „Karl-Volkmar-Stoy“ (Paradiesstraße 5).

Auf dieser Seite sind alle Angebote zum Thema Deutsch als Fremd- und Zweitsprache der vhs Jena zusammengefasst:



**Ansprechpartnerin:
Frau Susanne Baldrich
Tel. +49 (0) 3641 49-8217
susanne.baldrich@jena.de**

The Volkshochschule Jena (Adult Education Center) offers courses for German as a foreign and second language from beginner level A1 to the advanced level C1. The levels of our language courses correspond to the Common European Framework of Reference for Languages. The courses are open to all people who would like to begin to learn German or to improve their language skills. The courses are planned as needed and adapted to the target groups. The teachers of the vhs Jena are qualified to teach German as a foreign and second language. They use in their work current textbooks and methods of DaF/DaZ didactics.

If you do not know which language level is right for you, you can test your language skills online or in the vhs for free. The payment of the courses takes place either by debit card, by SEPA-Mandate or in cash. A reduction of the course fee can be made by presenting a proof.

All German courses take place in small groups. A discount is only possible if there are 8 or more registrations after the first three sittings of the course.

A registration confirmation to obtain a visa or a renewal of a visa can not be issued.

At the end of the German courses there will be no language examination. However, examinations (telc or Goethe-Institut) can be taken externally. Information can be obtained from the Thuringian Adult Education Association:

The current information on the examination options in Thuringia will be announced by our teachers during the course.



The vhs Jena does not provide teaching and learning materials. The textbook will be announced at the beginning of the course and must be acquired by the participant independently.

General German courses from level A1 to B2/C and specialized German courses are offered in Autumn Semester as well. These courses take place two to four times a week in the morning and evening. Our classrooms are located in the vhs main building (Grietgasse 17a), in Paradiesstr. 6 or in the vocational school "Karl-Volkmar-Stoy" (Paradiesstr. 5).

Here you'll find a summary of all offers about German as a foreign and second language courses at vhs Jena in english as well:



**Contact Person:
Ms. Susanne Baldrich
Tel. +49 (0) 3641 49-8217
susanne.baldrich@jena.de**

A1-Kurse

Deutsch A1.1 Intensivkurs – am Vormittag

Voraussetzungen: Sie haben keine Vorkenntnisse in Deutsch.

21H404002

Zichun Huang
montags bis donnerstags
13.09.2021 - 29.09.2021
08:45 - 12:45 Uhr
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3
181,50 Euro

Deutsch A1.2 Intensivkurs – am Vormittag

Voraussetzungen: Sie haben Kenntnisse in Deutsch auf dem Niveau A1.1.

21H404002A

Zichun Huang
montags bis donnerstags
30.09.2021 - 18.10.2021
08:45 - 12:45 Uhr
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3
181,50 Euro

Deutsch A1.1 – am Abend

Voraussetzungen: Sie haben keine Vorkenntnisse in Deutsch.

21H404001

Selma Hot
montags und mittwochs
04.10.2021 - 29.11.2021
18:00 - 21:00 Uhr
Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_11
188,50 Euro

Deutsch A1.2 – am Abend

Voraussetzungen: Sie haben Kenntnisse in Deutsch auf dem Niveau A1.1.

21H404001A

Selma Hot
mittwochs und montags
01.12.2021 - 19.01.2022
18:00 - 21:00 Uhr
Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_11
188,50 Euro

A2-Kurse

Deutsch A2.1 Intensivkurs – am Vormittag

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A1

21H404011

Zichun Huang
montags bis donnerstags
30.09.2021 - 18.10.2021
08:45 - 12:45 Uhr
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3
181,50 Euro

Deutsch A2.2 Intensivkurs – am Vormittag

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Niveau A2.1

21H404011A

Zichun Huang
montags bis donnerstags
10.11.2021 - 25.11.2021
08:45 - 12:45 Uhr
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3
181,50 Euro

Deutsch A2.1 – am Abend

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A1

21H404012

Charlotte Liebsch
montags und donnerstags
04.10.2021 - 13.12.2021
18:00 - 20:15 Uhr
Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_07
181,50 Euro

Deutsch A2.2 – am Abend

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Niveau A2.1

21H404013

Charlotte Liebsch
montags und donnerstags
10.01.2022 - 14.03.2022
18:00 - 20:15 Uhr
Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_07
181,50 Euro

B1-Kurse

Deutsch B1.1 Intensivkurs – am Vormittag

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2

21H404011B

Zichun Huang
montags bis donnerstags
06.12.2021 - 21.12.2021
08:45 - 12:45 Uhr
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3
181,50 Euro

Deutsch B1.2 Intensivkurs – am Vormittag

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1.1

21H404011C

Zichun Huang
montags bis donnerstags
03.01.2022 - 18.01.2022
08:45 - 12:45 Uhr
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3
181,50 Euro

Deutsch B1.1 – am Abend

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2

21H404022

Simone Eliseo Astolfi
dienstags, mittwochs und donnerstags
12.10.2021 - 21.12.2021
17:30 - 19:00 Uhr
Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_08
181,50 Euro

Deutsch B1.2 – am Abend

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1.1

21H404023

Simone Eliseo Astolfi
dienstags, mittwochs und donnerstags
04.01.2022 - 08.03.2022
17:30 - 19:00 Uhr
Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_08
181,50 Euro



Bei uns können Sie innerhalb
von einem Semester Deutsch
lernen vom Niveau A1 bis zum
Niveau C1.

B2-Kurse

Deutsch B2.1 Intensivkurs – am Vormittag

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau B1

21H404011D

Zichun Huang
montags bis donnerstags
24.01.2022 - 08.02.2022
08:45 - 12:45 Uhr
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3
181,50 Euro

Deutsch B2.2 Intensivkurs – am Vormittag

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Niveau B2.1

21H404011E

Zichun Huang
montags bis donnerstags
14.02.2022 - 08.03.2022
08:45 - 12:45 Uhr
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3
181,50 Euro

Deutsch B2.1 – am Abend

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau B1

21H404031

Martino Pietrini
montags, mittwochs und freitags
11.10.2021 - 20.12.2021
18:00 - 20:15 Uhr
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_10
181,50 Euro



Wichtige Information für alle Kurse!

Kurse, die als Präsenzkurse ausgeschrieben sind und in Präsenz beginnen, können bei veränderter Inzidenzlage online fortgeführt werden.



Spezielle Kurse

Deutsch A1: Aussprachetraining (online)



Eine gute Aussprache ist Voraussetzung für eine gelungene Kommunikation in der Fremdsprache. Deshalb ist Phonetik ein wichtiger Teil des Sprachunterrichts und das am besten von Anfang an, um sich keine falschen Aussprachemuster anzuewöhnen. Angepasst an das Sprachniveau A1 sollen die Ausspracheregeln des Deutschen kennengelernt und geübt werden. Der Kurs wird speziell auf die Kursteilnehmenden und deren Schwierigkeiten bei der Aussprache ausgerichtet und angepasst. Der Kurs eignet sich als Begleitkurs für einen A1-Kurs und findet online in der vhs.cloud statt.

Voraussetzungen: Sie haben keine Vorkenntnisse in Deutsch.

21H404052

Melina Luise Koch
dienstags und donnerstags
14.09.2021 - 07.10.2021
18:30 - 20:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
93,00 Euro

Deutsch A2/B1: Aussprachetraining (online)



Eine gute Aussprache ist Voraussetzung für eine gelungene Kommunikation in der Fremdsprache. Deshalb ist Phonetik ein wichtiger Teil des Sprachunterrichts. Im Laufe des Fremdspracherwerbs können spezifische Ausspracheprobleme auffallen und Schwierigkeiten bereiten. Angepasst an das Sprachniveau A2/B1 sollen die Ausspracheregeln des Deutschen wiederholt und geübt werden. Der Kurs wird speziell auf die Kursteilnehmenden und deren Schwierigkeiten bei der Aussprache ausgerichtet und angepasst. Der Kurs eignet sich als Begleitkurs und findet online in der vhs.cloud statt.

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A1

21H404053

Melina Luise Koch
dienstags und donnerstags
02.11. - 25.11.2021
18:30 - 20:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
93,00 Euro

Deutsch A2/B1: Grammatik & Konversation

Verfügen Sie über Deutschkenntnisse im Bereich A2/B1, hatten aber noch wenige Möglichkeiten sie außerhalb des Kurses anzuwenden? Oder möchten Sie einfach die Grammatik wiederholen und vertiefen? Dann ist dieser Grammatik- und Konversationskurs genau das Richtige für Sie. Sie üben das freie Sprechen im privaten und beruflichen Kontext anhand von aktuellen Themen. Außerdem erweitern Sie Ihren Wortschatz und verbessern Ihre Grammatikkenntnisse, um Sicherheit in der deutschen Sprache zu gewinnen. Dieser Kurs ist eine gute Ergänzung zu einem allgemeinen Sprachkurs A2/B1.

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Niveau A2

21H404050

Zichun Huang
dienstags und donnerstags
12.10. - 25.11.2021
17:30 - 19:00 Uhr
Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 01_08
76,50 Euro

Deutsch B1/B2: Grammatik & Konversation

Verfügen Sie über Deutschkenntnisse im Bereich B1/B2, hatten aber noch wenige Möglichkeiten sie außerhalb des Kurses anzuwenden? Oder möchten Sie einfach die Grammatik wiederholen und vertiefen? Dann ist dieser Grammatik- und Konversationskurs genau das Richtige für Sie. Sie üben das freie Sprechen im privaten und beruflichen Kontext anhand von aktuellen Themen. Außerdem erweitern Sie Ihren Wortschatz und verbessern Ihre Grammatikkenntnisse, um Sicherheit in der deutschen Sprache zu gewinnen. Dieser Kurs ist eine gute Ergänzung zu einem allgemeinen Sprachkurs A2/B1.

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1

21H404051

Zichun Huang
dienstags und donnerstags
11.01. - 10.02.2022
17:30 - 19:00 Uhr
Berufsschulzentrum „Karl Volkmars Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 01_08
76,50 Euro

Deutsch B2: Wissenschaftliches Schreiben fürs Studium (online)



Der Kurs bereitet Sie auf das wissenschaftliche Schreiben im Studium in Deutschland vor und gibt nützliche Praxistipps für das Studium. Sie lernen, wie eine wissenschaftliche Arbeit aufgebaut ist, welche Strukturen und Redemittel wichtig sind und wie Sie die einzelnen Teile verbinden können. Wir arbeiten mit Beispieltexten, aber auch gern an Ihren eigenen Texten mit Ihren konkreten Fragen.

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau B1

21H404036

Claudia Petermann
montags, dienstags und mittwochs
01.09. - 05.10.2021
08:30 - 10:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
170,00 Euro

Deutsch Prüfungsvorbereitung: telc B2 Teil 1 (Kleingruppe)

Das Prüfungstraining B2 bereitet gezielt auf die Prüfungsaufgaben des telc B2 Zertifikats vor. Schwerpunkte des Teils 1 sind die Prüfungsteile Leseverstehen und Sprachbausteine.

Vorsetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Niveau B2 sowie Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit, auch in Form von Hausaufgaben (schriftliche Übungen, Lesetexte, Präsentationen)

21H404033

Dr. Cinzia Minonne
montags und mittwochs,
13.09.2021 - 18.10.2021
18:00 - 20:15 Uhr
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3
176,00 Euro

Deutsch Prüfungsvorbereitung: telc B2 Teil 2 (Kleingruppe)

Das Prüfungstraining B2 bereitet gezielt auf die Prüfungsaufgaben des telc B2 Zertifikats vor. Schwerpunkte des Teils 2 sind die Prüfungsteile Hörverstehen, schriftlicher Ausdruck und die mündliche Prüfung.

Vorsetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Niveau B2 sowie Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit, auch in Form von Hausaufgaben (schriftliche Übungen, Lesetexte, Präsentationen)

21H404034

Dr. Cinzia Minonne
montags und mittwochs
08.11.2021 - 08.12.2021
18:00 - 20:15 Uhr
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3
176,00 Euro

Deutsch B2+/C1: Brückenkurs

Der Brückenkurs soll sprachliche Lücken schließen und so auf einen erfolgreichen Besuch der weiteren Sprachkurse vorbereiten. Er wiederholt und festigt den Stoff der Niveaustufe B2 und führt in die Niveaustufe C1 hinein.

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen B2 Niveau

21H404035

Dr. Cinzia Minonne
montags und mittwochs
10.01.2022 - 09.02.2022
17:30 - 19:45 Uhr
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3
116,00 Euro

Once in-classroom lessons begin and if the epidemiology of Covid-19 at the local level does not allow the vhs Jena to conduct in-classroom lessons, they will have to be conducted as remote learning lessons.



Deutsch im Alltag

NEU

In der neuen Themenreihe „Deutsch im Alltag“ lernen Sie, sich in verschiedenen Alltagssituationen besser sprachlich auszudrücken. Sie bekommen Hintergrundwissen über die deutsche Kultur in unterschiedlichen Situationen.

In kurzen, intensiven Kursen bildet ein Thema den Schwerpunkt. Je nach Thema liegt der Fokus auf der mündlichen oder schriftlichen Kommunikation. Dabei erweitern Sie Ihren Wortschatz, verbessern Ihre Sprachkenntnisse und stärken Ihre interkulturelle Kompetenz. Sie erhöhen Ihr Selbstvertrauen und entwickeln Sprachfertigkeiten für den deutschen Alltag.

Die einzelnen Kurse finden auf unterschiedlichen Sprachniveaus in lockerer Atmosphäre statt. Die Kurse bauen nicht aufeinander auf. Sie können nach Ihrem persönlichen Interesse an einem Kurs oder an mehreren Kursen teilnehmen.



Check out our website for the English version.

Offen für alle Sprachniveaus

Willkommen in Jena! Stadtrundgang und Kennenlernen

Sind Sie neu in Jena und kennen die Stadt noch nicht? Dann sind Sie herzlich eingeladen, an unserem Stadtrundgang teilzunehmen. Wir zeigen Ihnen interessante Orte in der Innenstadt, die Sie unter anderem für bürokratische Angelegenheiten, aber auch für Ihre Freizeit kennen sollten. Lernen Sie dabei neue Leute kennen und erleben Sie gemeinsam einen schönen Nachmittag in lockerer und freundlicher Atmosphäre.

Voraussetzungen: Es sind keine Deutschkenntnisse notwendig. Der Stadtrundgang findet bei Bedarf mehrsprachig auf Deutsch, Englisch und Französisch statt.

21H11016

Lisann Worch
Samstag, 18.09.2021, 15:00 - 18:00 Uhr
Treffpunkt: vhs-Gebäude, Grietgasse 17a
13,00 Euro

21H11017

Lisann Worch
Samstag, 09.10.2021, 15:00 - 18:00 Uhr
Treffpunkt: vhs-Gebäude, Grietgasse 17a
13,00 Euro

Deutsch im Alltag A1-C1: Aussprachetraining

Eine neue Sprache zu erlernen kann schwierig sein, vor allem wenn die neue Sprache Laute und Buchstabenkombinationen aufweist, die einem unbekannt sind. Dieses Angebot richtet sich an alle Lernenden jeden Sprachniveaus, die gerne ihre Aussprache des Deutschen verbessern möchten. Wir werden die Unterscheidung und Aussprache der Umlaute (ä, ö, ü) trainieren, aber auch das Rhythmusgefühl für die deutsche Sprache und deren Betonung, denn eine korrekte und deutliche Aussprache trägt maßgeblich zu erfolgreicher Kommunikation im Alltag bei.

Achtung: In den Sitzungen werden keine neuen Inhalte vermittelt, das Motto lautet: viel üben.

Voraussetzungen: Alle, die Freude am Deutsch lernen und sprechen haben.

21H404056

Lisann Worch
mittwochs
01.12., 08.12. & 15.12.2021
17:30 - 19:00 Uhr
Berufsschulzentrum "Karl Volkmarm Stoy"
Paradiesstraße 5, R. 02_02
27,50 Euro

Bei DaF-Kursen sind Änderungen vorbehalten.



A1-Kurse

Deutsch im Alltag A1.1: Deutsch auf dem Spielplatz (online)



Kinder sind neugierig und haben keine Vorurteile. Sie und Ihr Kind können auf dem Spielplatz andere Eltern kennenlernen.

Hallo? Wie geht es Ihnen? Wie heißt Ihr Kind? – Das ist Smalltalk. In dem Kurs lernen Sie Smalltalk mit anderen Eltern zu machen.

Sie sind mit Ihrem Kind alleine auf dem Spielplatz? Auf dem Spielplatz können Sie und Ihr Kind viel sprechen. Sie können auf dem Spielplatz Deutsch lernen und üben. Welche Vokabeln sind auf dem Spielplatz wichtig? Das lernen Sie in dem Kurs.

Der Kurs kann eine Ergänzung zu Ihrem A1 Kurs sein.

Voraussetzungen: Sie haben Kenntnisse in Deutsch auf dem Niveau A1.1.

21H404065

Melina Luise Koch

Mittwoch, 15.09.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
38,00 Euro

Deutsch im Alltag A1.1: Unterwegs mit Bus und Bahn in Thüringen (online)



Sind Sie neu in Thüringen? Wollen Sie einen Ausflug in Thüringen machen? Thüringen hat viele schöne Orte. Sie können mit dem Bus und der Bahn reisen. Der Zoo in Erfurt ist ein Beispiel für ein schönes Ziel in Thüringen.

Wo finden Sie Informationen für Ihren Ausflug? Im Internet, auf Apps oder Sie fragen andere Menschen? In dem Kurs lernen Sie, einen Ausflug zu planen und nach Informationen zu fragen.

Der Kurs kann eine Ergänzung zu Ihrem A1 Kurs sein.

Voraussetzungen: Sie haben Kenntnisse in Deutsch auf dem Niveau A1.1.

21H404066

Melina Luise Koch

mittwochs, 13.10.2021 & 20.10.2021
18:30 - 20:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
38,00 Euro

A2-Kurse

Deutsch im Alltag A2.1: Deutsch beim Arzt und in der Apotheke

In dem Kurs "Deutsch beim Arzt und in der Apotheke" geht es um die Themen Arztbesuch, Apotheke, Krankheit und Gesundheit. Sie bekommen Informationen über Ärzte und Apotheken in Jena. Welche Sprachen außer Deutsch sprechen Ärzte in Jena? Sie lernen neue Wörter und reden über sich selbst: Wo habe ich Schmerzen? Wie beschreibe ich Symptome? Wie lese ich ein Rezept? Wie frage ich nach Hilfe? Wie mache ich telefonisch einen Arzttermin? Was mache ich, wenn mein Arzt/meine Ärztin mich nicht versteht?

Auch fortgeschrittene Lerner:innen sind herzlich willkommen, um neue Inhalte zu lernen und anderen Teilnehmer:innen zu helfen.

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Niveau A2.1

21H404060

Lisann Worch

13.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr
21.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr
27.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr
ThEKiZ "Anne Frank", Martin-Niemöller-Straße 7
Entgeltfrei Dank Unterstützung durch den Ortsteilrat Lobeda

Deutsch im Alltag A2.1: Deutsch im Kindergarten

In dem Kurs "Deutsch im Kindergarten" geht es um die deutsche Sprache im Kindergarten. Der Kurs ist für Eltern und Interessierte. Im Kurs bekommen Sie Informationen über Kindergärten in Jena und allgemeine Informationen: Wie bekomme ich einen Kita-Platz? Wann bringe ich mein Kind zum Kindergarten? Wann hole ich mein Kind ab? Was müssen Eltern machen? Wir lernen auch, was für Sie und Ihr Kind wichtig ist. Zum Beispiel: Wie schreibe ich für mein Kind eine Entschuldigung? Wie lese ich einen Elternbrief? Wie spreche ich über mein Kind? Mein Kind ist krank: Was mache ich? Ihre Erfahrungen sind wichtig. Sie können gerne Ihre Themen und Fragen im Kurs sagen.



Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Sprachniveau A2.1

21H404062

Lisann Worch

17.09.2021, 09:30 - 11:45 Uhr
24.09.2021, 09:30 - 11:45 Uhr
ThEKiZ "Anne Frank", Martin-Niemöller-Straße 7
Entgeltfrei Dank Unterstützung durch den Ortsteilrat Lobeda

Deutsch im Alltag A2.1: Deutsch in der Schule

In dem Kurs "Deutsch in der Schule" geht es um die deutsche Sprache in der Schule. Der Kurs ist für Eltern und Interessierte. Im Kurs bekommen Sie Informationen über: Welche Schularten gibt es? Wie sind die deutschen Noten? Wie lese ich ein Zeugnis? Was müssen Eltern machen? Was machen die Lehrer:innen?

Sie lernen auch über Ihr Kind und den Alltag in der Schule zu sprechen. Wie schreibe ich für mein Kind eine Entschuldigung? Was ist ein Elternabend? Muss ich zum Elternabend gehen? Ihre Erfahrungen sind wichtig. Sie können gerne Ihre Themen und Fragen sagen.

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Sprachniveau A2.1

21H404061

Lisann Worch

01.10.2021, 09:30 - 11:45 Uhr
08.10.2021, 09:30 - 11:45 Uhr
ThEKiZ "Anne Frank", Martin-Niemöller-Straße 7
Entgeltfrei Dank Unterstützung durch den Ortsteilrat Lobeda

Deutsch im Alltag A2: Über aktuelle Probleme diskutieren (online)



„Herzlich Willkommen in unserer schönen neuen Welt“ - Ist unsere Welt wirklich so schön? Das Lied „Schöne neue Welt“ von Culcha Candela hilft uns dabei über die Themen Klimaschutz, Medienkonsum und Konsumverhalten zu sprechen. Sie lernen, eine eigene Meinung zu den Themen zu formulieren und auf die Meinung von anderen zu reagieren.

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2

21H404064

Melina Luise Koch
mittwochs
27.10.2021 & 03.11.2021
18:30 - 20:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
38,00 Euro

Deutsch im Alltag A2.1:

Deutsch draußen – Lernen an verschiedenen Orten

Der Kurs besteht aus 3 Teilen. Die 3 Teile finden abwechselnd statt. Im ersten Teil lernen Sie wichtige Sprachbausteine und Grammatikstrukturen, die Sie für eine erfolgreiche Kommunikation im Alltag brauchen. Im zweiten Teil machen Sie zusammen mit Ihrer Dozentin Ausflüge an verschiedene Orte Jenas: zum Beispiel in einen Supermarkt, an einen Bahnhof, in ein Restaurant, in einen Baumarkt, in den Paradiespark und in die Goethe Galerie. Sie lernen in authentischen Situationen Ihren Wortschatz unmittelbar anzuwenden. Der dritte Teil findet in einer Kneipe in Jena statt. Sie spielen Spiele auf Deutsch und reden in lockerer Atmosphäre über verschiedene Themen miteinander. Sie können gerne Ihre Ideen, Wünsche und Fragen einbringen. Ziel des Kurses ist, dass Sie im Alltag an unterschiedlichen Orten und in verschiedenen Situationen angstfrei Deutsch sprechen lernen.

Dieser Kurs ist eine gute Ergänzung zu einem regulären Deutschkurs.

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Sprachniveau A1



21H404067

Lisann Worch
donnerstags
16.09.2021 – 16.12.2021
17:30 – 19:45Uhr
Treffpunkt am 1.Kurstag: vhs Gebäude,
Grietgasse 17a
123,50 Euro

B1-Kurse

Deutsch im Alltag B1.2: Über Rassismus sprechen (online)



Mit Musik soll über das Thema Rassismus gesprochen werden. Das Lied „Bunt und nicht braun“ von Schandmaul hilft uns dabei. Im Kurs sprechen Sie auch über Ihre Erfahrungen und diskutieren mit anderen Lernenden.

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1.2

21H404063

Melina Luise Koch
mittwochs
22.09.2021, 29.09.2021 & 29.09.2021
18:30 - 20:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
38,00 Euro

Weitere Kurse
sind in Planung und
werden auf unserer
Homepage fortlaufend
aktualisiert.

Lehrmaterial
wird im Kurs
bekannt gegeben

Arabisch

Arabisch A1

Arabisch A1 – 1. Semester

NEU

21H401002

Dr. Mohammad Hajouz
freitags, 08.10.2021, 16:45 - 18:15 Uhr,
10 Nachmittage
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2
116,50 Euro
Kleingruppe*

Arabisch A1 – 2. Semester

21H401003

Dr. Mohammad Hajouz
freitags, 08.10.2021, 15:00 - 16:30 Uhr,
10 Nachmittage
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2
92,50 Euro
Kleingruppe*

Arabisch A2

Arabisch A2 – 1. Semester

NEU

21H401013

Dr. Mohammad Hajouz
freitags, 08.10.2021, 18:30 - 20:00 Uhr,
10 Abende
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2
116,50 Euro
Kleingruppe*

Arabisch A2 – 2. Semester

21H401036

Dr. Mohammad Hajouz
mittwochs, 06.10.2021,
18:30 - 20:00 Uhr, 10 Abende
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2
116,50 Euro
Kleingruppe*



Chinesisch

Chinesisch A1

Chinesisch A1 – 1. Semester – Einführung in die chinesische Schrift und Aussprache

Als Blended-Learning konzipiert, kombiniert dieser Kurs Präsenz- und Online- Lehrveranstaltung. Zu jedem zweiten Termin findet der Kurs als Präsenz-Veranstaltung statt. Ggf. kann dieses Angebot komplett als Online-Format gestaltet werden.

21H402000

Zichun Huang
montags, 27.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
10 Abende
vhs, Paradiesstr. 6, SR 1
116,50 Euro
Kleingruppe*

Chinesisch A1 – 4. Semester

21H402003

Zhen Tan
freitags, 17.09.2021, 19:15 - 20:45 Uhr,
10 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminar-
raum
116,50 Euro
Kleingruppe*

Chinesisch A1 - A2

Dieser Kurs vermittelt Ihnen grundlegende Kenntnisse für das Pinyin-System als auch das schriftliche System. Teilnehmende können am Ende Small Talk miteinander führen.

21H402010

Yu Hu
dienstags und donnerstags, 14.09.2021 -
18.01.2022, 17:30 - 19:00 Uhr, 30 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-De-
xel-Raum
264,50 Euro
Kleingruppe*

Chinesisch A1 – 3. Semester

21H402011

Zhen Tan
freitags, 17.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
10 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Seminarraum
116,50 Euro
Kleingruppe*

Chinesisch A2

Chinesisch A2 - B1

21H402020

Yu Hu
mittwochs, 10.11.2021, 16:30 - 18:00 Uhr,
30 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-De-
xel-Raum
264,50 Euro
Kleingruppe*

Englisch

Englisch A1

Englisch A1 – 1. Semester

NEU

21H406000

Anja Kirschner
dienstags, 14.09.2021, 19:15 - 20:45 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 01_10
97,50 Euro

Englisch A1 – 2. Semester

21H406002

Heike Veit
donnerstags, 11.11.2021,
10:00 - 11:30 Uhr, 10 Vormittage
Stadtteilbüro Lobeda-West, Karl-Marx-Al-
lee 28
117,50 Euro
Kleingruppe*

Englisch A1 – 3. Semester

21H406001

Anja Kirschner
dienstags, 14.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 01_10
97,50 Euro

Englisch A1 – 4. Semester

21H406011

Ljuba Jurkowski
montags, 13.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 01_08
97,50 Euro

Englisch A1 – Für mich

21H406022

Heike Veit
mittwochs, 10.11.2021, 16:30 - 18:00 Uhr,
10 Nachmittage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortrags-
raum
67,50 Euro

Lehrmaterial
wird im Kurs
bekannt gegeben





Greenwich, Großbritannien | C. Ziege



Ausblick von der Tate Modern, London, Großbritannien | N. Bergmann

Englisch A1 – Für mich – Englisch für die Reise – Wiedereinsteigende – Vormittagskurs

21H406025

Mark Hargrave
montags, 13.09.2021, 09:00 - 10:30 Uhr,
15 Vormittage
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2
97,50 Euro

Englisch A2

Englisch A2 – 1. Semester

NEU

21H406030

Isabell Marion Hausmann
montags, 13.09.2021, 19:15 - 20:45 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_13
97,50 Euro

Englisch A2 – 3. Semester

21H406032

Dylan Paul Lewis
mittwochs, 22.09.2021,
19:15 - 20:45 Uhr, 15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_02
97,50 Euro

Englisch A2/B1 – Auffrischkurs – Vormittagskurs

21H406041

Ingrid Wipf
montags, 27.09.2021, 09:00 - 10:30 Uhr,
15 Vormittage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortrags-
raum
97,50 Euro

Englisch B1

Englisch B1 Vormittagskurs

21H406050

Marc-Dirk Harzendorf
dienstags, 14.09.2021, 10:00 - 11:30 Uhr,
10 Vormittage
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2
117,50 Euro
Kleingruppe*

Englisch B1/B2 – Vormittagskurs

21H406051

Ingrid Wipf
montags, 27.09.2021, 10:45 - 12:15 Uhr,
15 Vormittage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortrags-
raum
97,50 Euro

Englisch B1/B2 – Vormittagskurs

21H406052

Ingrid Wipf
donnerstags, 30.09.2021,
10:45 - 12:15 Uhr, 15 Vormittage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortrags-
raum
97,50 Euro

Englisch B1 – Vormittagskurs

21H406053

Ingrid Wipf
dienstags, 28.09.2021,
09:00 - 10:30 Uhr, 15 Vormittage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminar-
raum
97,50 Euro

Englisch B1 – Vormittagskurs

21H406054

Mark Hargrave
dienstags, 14.09.2021, 10:00 - 11:30 Uhr,
15 Vormittage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortrags-
raum
97,50 Euro

Englisch B1

NEU

21H406056

Mark Hargrave
montags, 13.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_01
97,50 Euro

Englisch B1 – 2. Semester

21H406057

Dylan Paul Lewis
dienstags, 21.09.2021, 19:15 - 20:45 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_07
97,50 Euro

Englisch B1/B2 – Conversation for Social and Everyday Use

The course will be 50% in the classroom
and 50% in a pub to put our practical Eng-
lish into a social context.

21H406058

Mark Hargrave
mittwochs, 15.09.2021,
17:00 - 18:30 Uhr, 15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_04
97,50 Euro

Im Entgelt enthalten ist das Recht auf
den kostenfreien Besuch der neuen
Vortragsreihe „Alle guten Dinge sind drei“
– Kostenfreie Bonusvorträge (in diesem
Semester für Teilnehmende an
Englisch-Kursen).



Englisch B1/B2 – Conversation in the Morning – Vormittagskurs

Lehrmaterial wird von der Kursleiterin gestellt!

21H406060

Nina Schwöbel
mittwochs, 15.09.2021,
09:00 - 10:30 Uhr, 10 Vormittage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminar-
raum
122,00 Euro
Kleingruppe*

Englisch B2 Englisch B2 – Vormittagskurs

21H406062

Ingrid Wipf
donnerstags, 30.09.2021,
09:00 - 10:30 Uhr, 15 Vormittage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,
Vortragsraum
97,50 Euro
Englisch B2 - Vormittagskurs

21H406063

N. N.
donnerstags, 16.09.2021,
10:45 - 12:15 Uhr, 15 Vormittage
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal
97,50 Euro

Englisch B2

21H406065

Mark Hargrave
montags, 13.09.2021, 19:15 - 20:45 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_01
97,50 Euro

Englisch C1

Englisch C1

21H406078

Dylan Paul Lewis
donnerstags, 23.09.2021,
19:30 - 21:00 Uhr, 15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 01_08
102,00 Euro

Französisch

Französisch A1

Französisch A1 – 1. Semester

NEU

21H408002

Martino Pietrini
donnerstags, 23.09.2021,
19:15 - 20:45 Uhr, 10 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_04
116,50 Euro
Kleingruppe*

Französisch A1 – 2. Semester

21H408003

Renate Still
mittwochs, 15.09.2021,
17:30 - 19:00 Uhr, 15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_07
96,50 Euro

Französisch A1 – Auffrischung

Wiederholung und Aktivierung der Niveau-
stufe A1.

21H408017

Catherine Abratis
montags, 13.09.2021, 19:00 - 20:30 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_07
96,50 Euro



Casino Monte-Carlo, Monaco | C. Ziege

Lehrmaterial
wird im Kurs
bekannt gegeben

Französisch A2

Französisch A2

NEU

21H408020

Nadia Selahmi
donnerstags, 16.09.2021,
19:15 - 20:45 Uhr, 15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_01
96,50 Euro

Französisch A2 – 5. Semester Senioren – Vormittagskurs

21H408037

Renate Still
freitags, 17.09.2021, 09:00 - 10:30 Uhr,
15 Vormittage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortrags-
raum
96,50 Euro

Französisch A2 – Festigung und Konversation

21H408041

Nadia Selahmi
donnerstags, 16.09.2021,
17:30 - 19:00 Uhr, 15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_01
96,50 Euro

Französisch B1

Französisch B1 – Festigung und Konversation

21H408047

Nadia Selahmi
dienstags, 14.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_10
96,50 Euro

Französisch B1

21H408048

Nadia Selahmi
dienstags, 14.09.2021, 19:15 - 20:45 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_01
96,50 Euro

NEU

Italienisch

Italienisch A1

Italienisch A1 – 1. Semester

NEU

21H409001

Dr. Anna Ciepielewska-Janoschka
mittwochs, 29.09.2021,
19:00 - 20:30 Uhr, 10 Abende
vhs, Paradiesstr. 6, SR 1
116,50 Euro
Kleingruppe*

Italienisch A1 – 1. Semester (online)



21H409002

Francesco Cavassa
donnerstags, 16.09.2021,
17:30 - 19:00 Uhr, 15 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
134,00 Euro

Italienisch A1 – 2. Semester (online)



21H409004

Francesco Cavassa
dienstags, 14.09.2021, 19:15 - 20:45 Uhr,
15 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
134,00 Euro



Lehrmaterial wird
im Kurs bekannt
gegeben

Modica auf Sizilien, Italien | C. Ziege

Italienisch A2

Italienisch A2 – 1. Semester

21H409014

Francesco Cavassa
montags, 13.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_05
96,50 Euro

Italienisch A2

21H409032

Martino Pietrini
donnerstags, 23.09.2021, 17:30 - 19:00
Uhr, 15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_04
96,50 Euro

Italienisch A2 – Endlich Zeit für Italienisch – Vormittagskurs

21H409033

Dr. Anna Ciepielewska-Janoschka
dienstags, 14.09.2021,
10:00 - 11:30 Uhr, 10 Vormittage
vhs, Paradiesstr. 6, SR 1
116,50 Euro
Kleingruppe*

Italienisch A2 – Spätkurs

21H409034

Dr. Anna Ciepielewska-Janoschka
dienstags, 14.09.2021, 19:30 - 20:45 Uhr,
10 Abende
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2
189,90 Euro
Minigruppe

Italienisch A2

21H409035

Dr. Cinzia Minonne
montags, 27.09.2021, 19:15 - 20:45 Uhr,
10 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 01_04
116,50 Euro
Kleingruppe*

Italienisch B1

Italienisch B1 – Auffrischung

21H409038

Dr. Cinzia Minonne
donnerstags, 23.09.2021,
18:00 - 19:30 Uhr, 15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_02
96,50 Euro

Italienisch B2

Italienisch B2

21H409048

Simone Eliseo Astolfi
montags, 04.10.2021, 18:00 - 19:30 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_01
96,50 Euro

Once in-classroom lessons
begin and if the epidemiol-
ogy of Covid-19 at the local
level does not allow the vhs
Jena to conduct in-class-
room lessons, they will have
to be conducted as remote
learning lessons.

» Interview mit Francesco Cavassa

Seit wann sind Sie Dozent an der vhs Jena?

Ich bin seit April 2019 Dozent an der vhs Jena. Ich war anfänglich nur im Bereich der Lernförderung bzw. im DaZ Bereich in verschiedenen Schulen Jenas tätig, seit September 2019 unterrichte ich jedoch dazu noch im Fremdsprachenbereich sowohl in Präsenz als auch online auf der VHS Cloud.

Welche Sprache/n unterrichten Sie an der vhs Jena?

Ich unterrichte Italienisch, meistens in Anfängerniveaus A1-A2.

Welche Erfahrungen haben Sie an der vhs Jena im Bereich des Online-Unterrichtens im letzten Jahr gesammelt?

Meine Erfahrungen im Bereich des online Unterrichtens waren von Anfang an überraschend positiv. Obwohl manche Teilnehmer anfänglich ein bisschen skeptisch hinsichtlich des neuen Formats waren, insbesondere aufgrund der mangelnden „Technik-Kenntnisse“ und allgemein der Vertrautheit mit der Online-Welt, liefen alle Kurse gut und unproblematisch. Dies ist natürlich nicht nur meiner Lehrfähigkeiten zu danken, die ja sowieso noch nicht groß entwickelt sind bzw. sein können, sondern gerade der funktionalen Mittel, die für den Online Unterricht von der VHS zur Verfügung gestellt wurden. Die VHS Cloud war nach meiner Erfahrung immer eine zuverlässige Plattform für den Unterricht, woran sich die Teilnehmer auch schnell gewöhnt haben, weil diese auch gut übersichtlich und einfach zu nutzen ist, und gerade diese Qualitäten sind aus meiner Sicht für die meisten Teilnehmer die wichtigsten. Auch mit Edudip, das in der VHS Cloud integrierte Programm für die Videositzungen, habe ich insgesamt gute Erfahrungen auch im Vergleich zu anderen Standardprogrammen wie Zoom, MS-Teams oder Skype sammeln können... also online Unterricht an der VHS? Alles Top!

Welche Rückmeldungen haben Ihnen die Teilnehmenden gegeben?

Tatsächlich waren manche Teilnehmer, insbesondere die älteren, erstmal ein bisschen skeptisch hinsichtlich dieser ganzen

„online Geschichte“. Schon von Anfang an war es allen klar, dass der online Unterricht als Format an sich auch eine „Geschmacksache“ ist, weshalb manche, die in Präsenz teilgenommen haben, sich für die online Variante nicht mehr angemeldet haben. Die meisten, die geduldig genug blieben, haben mir jedoch immer sehr gute Rückmeldungen gegeben, insbesondere, wenn die Gruppe klein war (so zwei bis fünf Teilnehmer ungefähr). Manche haben sich außerdem unter anderem an die Flexibilität des online Formates so gewöhnt, dass sie sich für das kommende Semester auch ein online Angebot gewünscht haben, auch wenn der „normale“ Präsenzunterricht eventuell möglich wäre. Viele vorher unsichere Teilnehmer sind sich aus meiner Sicht zum Glück davon bewusst geworden, dass „Online“ nicht unbedingt böse und unverständliche dunkle Magie ist.

Da quando siete docente alla vhs Jena?

Da Aprile del 2019 sono docente alla vhs Jena. Ho iniziato a lavorare come assistente all'apprendimento („Lernförderer“), nel ambito del tedesco come seconda lingua (Deutsch als Zweitsprache), in diverse scuole a Jena, però lavoro anche, da Settembre dello stesso anno, nel reparto di lingue straniere, sia in presenza che online sulla vhs Cloud.

Quali lingue insegna alla vhs Jena?

Insegno italiano, soprattutto a livelli per principianti A1 e A2.

Quali esperienze ha fatto lo scorso anno nell'ambito dell'insegnamento online?

Le mie esperienze nell'ambito dell'insegnamento online sono state da subito inaspettatamente positive. Nonostante alcuni partecipanti fossero inizialmente scettici riguardo al nuovo formato, soprattutto a causa delle scarse conoscenze „tecniche“ e in generale della scarsa familiarità con il mondo online, i corsi sono andati tutti bene. Ciò non è ovviamente solo dovuto alle mie abilità di insegnamento, che non sono, e non possono essere così sviluppate, ma specialmente ai mezzi che sono



stati messi a disposizione dalla vhs per la lezione online. La vhs Cloud è stata, nel mio caso, una piattaforma sempre affidabile, alla quale anche i partecipanti si sono abituati in fretta, poiché chiara e semplice da usare e proprio queste qualità sono secondo me le più importanti per la maggior parte dei partecipanti. Anche con Edudip, il programma per le videolezioni integrato nella vhs Cloud, l'esperienza è stata positiva, anche se confrontata con quelle fatte con altri programmi standard come Zoom, MS-Teams o Skype... riassumendo, lezione online alla vhs? Tutto perfetto!

Quale Feedback Le è stato dato dai Suoi partecipanti?

Effettivamente alcuni corsisti, soprattutto quelli di età maggiore, erano un po' scettici rispetto a tutta questa storia dell'„Online“. Già da subito era chiaro a tutti che la lezione online come formato in sé fosse anche una questione di gusto, e di conseguenza, alcuni che in un primo momento hanno partecipato in presenza, non si sono più iscritti alla variante online. La maggior parte dei corsisti rimasti pazienti mi hanno però dato sempre ottimi feedbacks, soprattutto se in gruppo ristretto (in particolare dai due ai cinque corsisti circa). Alcuni si sono così abituati alla flessibilità del formato online che hanno espresso il desiderio di continuare nella stessa modalità anche il prossimo semestre, nonostante la disponibilità della lezione in presenza. Molti partecipanti inizialmente insicuri si sono resi conto secondo me, per fortuna, che l'„online“ non è per forza magia oscura e malvagia.

Japanisch

Japanisch A1

Japanisch A1 – 1. Semester

21H410000

Kei Hasegawa
donnerstags, 21.10.2021,
17:00 - 18:30 Uhr, 15 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortrags-
raum
96,50 Euro

Japanisch A1 – 4. Semester

21H410004

Kei Hasegawa
dienstags, 19.10.2021, 19:00 - 20:30 Uhr,
15 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-De-
xel-Raum
96,50 Euro

Japanisch A1 – 6. Semester

21H410012

Kei Hasegawa
freitags, 22.10.2021, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-De-
xel-Raum
96,50 Euro

Japanisch A2

Japanisch A2 – 1. Semester

21H410017

Kei Hasegawa
freitags, 22.10.2021, 18:45 - 20:15 Uhr,
15 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-De-
xel-Raum
96,50 Euro

Japanisch A2 – 8. Semester

21H410034

Kei Hasegawa
dienstags, 19.10.2021, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-De-
xel-Raum
96,50 Euro

vhs.Einblicke: Online-Unterricht

Deutsch/Norwegisch

» Interview mit Marcus Großkopf

Seit wann sind Sie Dozent an der vhs Jena?

Ich bin seit 2005 Dozent an der VHS in Jena.

Siden 2005 underviser jeg på folkehøyskolen i Jena.

Welche Sprache/n unterrichten Sie an der vhs Jena?

Ich unterrichte Norwegisch.

Jeg underviser norsk.

Welche Erfahrungen haben Sie an der vhs Jena im Bereich des Online-Unterrichtens im letzten Jahr gesammelt?

Als die Frage des Onlineunterrichts aufkam, war ich durchaus nicht abgeneigt. Ich wohne nicht mehr in Jena und die Form des digitalen Unterrichts gab mir und gibt mir die Möglichkeit trotzdem meinen Kurs zu geben.

In Zusammenarbeit mit der Fachbereichsleitung Sprachen, Frau Weidner, entstand die Idee, wieder einen Anfängerkurs, und zwar digital, anzubieten. Die Teilnehmenden kommen aus Jena und Umgebung, Norwegen selbst, sowie von der Insel Helgoland. Die Erfahrungen, die ich sammeln durfte, waren sehr gut. Online zu unterrichten bietet viele Möglichkeiten, wird aber den Präsenzunterricht nicht ersetzen können. Eine Mischung wäre wünschenswert. Da spørsmålet om nettundervisning kom opp, var jeg interessert.

Jeg bor ikke lengre i Jena og da er det en fin mulighet til å undervise digitalt. I samarbeid med språkavdelingslederen, fru Weidner, kom ideen opp for et nybegynnerkurs i norsk, men digitalt. Deltakerne kommer fra nærområdet,



Norge og også fra øya Helgoland. Mine erfaringene, som jeg kunne få, var utmerket. Å undervise digitalt byr på mange muligheter, men erstatter ikke den vanlige undervisningen. En blanding hadde vært ønskelig.

Welche Rückmeldungen haben die Teilnehmenden Ihnen geben?

Die Teilnehmenden waren vom Format begeistert. Die Teilnehmenden des Anfängerkurses haben sich bereits im Vorfeld mit dem Medium auseinandergesetzt und sich bewusst für diese Art Unterricht entschieden. Die Teilnehmenden aus dem Wochenendkurs, wo der 2. Teil online stattfinden musste, waren erfreut über die Vielfalt der Möglichkeiten.

Alle sind sich jedoch in dem Punkt einig, online kann eine Ergänzung sein, jedoch bieten persönliche Treffen andere Möglichkeiten.

Deltakerne var begeistret. De som valgte det nybegynnerkurset visste helt fra begynnelsen at alt skal forgå digitalt. De i det videregående kurset hadde, gledet seg masse over mangfoldet av mulighetene. Men alle var seg enig i at nettundervisningen skal være et tillegg. En blanding av tradisjonell og digital undervisning hadde vært ønskelig.



Norwegisch

Norwegisch A1

Norwegisch A1

21H415000

Jörn Serrer

mittwochs, 10.11.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
10 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 00_10

116,50 Euro

Kleingruppe*

Norwegisch A1. – 2. Semester (online)



21H415062

Marcus Großkopf

mittwochs, 29.09.2021,
18:30 - 20:00 Uhr, 10 Abende

vhs, virtueller Klassenraum

121,00 Euro

Norwegisch B2/C1

Norwegisch B2/C1 – Kommunikations- und Kompaktkurs

Bitte Kurstage beachten!

21H415061

Marcus Großkopf

Freitag, 05.11.21, 18:15 - 20:30 Uhr

Samstag, 06.11.21, 09:00 - 15:30 Uhr

Freitag, 21.01.22, 18:15 - 20:30 Uhr

Samstag, 22.01.22, 09:00 - 15:30 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,

Seminarraum

79,00 Euro

Polnisch

Polnisch A1

Polnisch A1 – 1. Semester

NEU

21H417000

Dr. Anna Ciepielewska-Janoschka

montags, 27.09.2021, 19:15 - 20:45 Uhr,
13 Abende

vhs, Paradiesstr. 6, SR 1

135,50 Euro

Kleingruppe*

Polnisch A1/A2

21H417015

Dr. Anna Ciepielewska-Janoschka

donnerstags, 16.09.2021,
19:15 - 20:45 Uhr, 10 Abende

vhs, Paradiesstr. 6, SR 1

116,50 Euro

Kleingruppe*

Portugiesisch

Portugiesisch

Portugiesisch EU A 1

1. Semester

NEU

Sie möchten Grundkenntnisse der portugiesischen Sprache für eine Reise erwerben? Der Kurs bietet einen entspannten und unterhaltsamen Einstieg mit einem optimalen Minimum an Grammatik und Theorie und einem Maximum an Redewendungen zur sprachlichen Bewältigung der wichtigsten Reisesituationen. Überdies erhalten Sie interessante Einblicke in die Alltagskultur der portugiesischsprachigen Welt. Der Fokus liegt auf dem europäischen Portugiesisch. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Entdecken der Schönheit der portugiesischen Sprache!

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

21H418001

Dr. Hans-Jürgen Meyer

dienstags, 09.11.2021, 17:30- 19:00 Uhr,
10 Abende

Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"

Paradiesstraße 5, R. 01_07

116,50 Euro

Kleingruppe

Russisch

Russisch A2

Russisch A2

21H419035

Dr. Christine Glybowskaja

mittwochs, 15.09.2021,
17:00 - 18:30 Uhr, 15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01_08

96,50 Euro

Russisch A2/B1

21H419046

Dr. Christine Glybowskaja

donnerstags, 16.09.2021,
17:00 - 18:30 Uhr, 15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01_07

96,50 Euro

Russisch B1

Russisch B1 – Auffrischung

21H419047

Dr. Christine Glybowskaja

dienstags, 14.09.2021,
17:30 - 19:00 Uhr, 15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 00_10

96,50 Euro

Russisch B1

21H419048

Dr. Christine Glybowskaja

donnerstags, 16.09.2021,
18:45 - 20:15 Uhr, 15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01_07

96,50 Euro

Russisch B2

Russisch B2 – Konversation

21H419061

Dr. Christine Glybowskaja

mittwochs, 15.09.2021,
18:45 - 20:15 Uhr, 15 Abende

Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“

Paradiesstraße 5, R. 01_08

101,00 Euro



Dalslandkanal, Schweden | N. Bergmann

Spanisch A2

Spanisch A2 – 2. Semester

21H422011

Carlos Alberto Prieto Valero
dienstags, 14.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"
Paradiesstraße 5, R. 01_04
96,50 Euro

Spanisch A2 – 3. Semester

21H422012

Carlos Alberto Prieto Valero
donnerstags, 16.09.2021, 17:00 - 18:30
Uhr, 15 Nachmittage
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"
Paradiesstraße 5, R. 01_04
96,50 Euro

Spanisch A2 – 4. Semester

21H422031

Ingrid Vega Chaves
montags, 13.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
15 Abende
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortrags-
raum
96,50 Euro

Spanisch A2 – 5. Semester

21H422036

Ingrid Vega Chaves
dienstags, 14.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 01_11
96,50 Euro

Schwedisch

Schwedisch A1

Schwedisch A1 – 1. Semester

NEU

21H420000

Mandy Strecker
dienstags, 14.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
10 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_04
116,50 Euro
Kleingruppe*

Schwedisch Lektürekurs (online)



21H420002

Mandy Strecker
mittwochs, 15.09.2021,
17:30 - 19:00 Uhr, 10 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
115,00 Euro
Kleingruppe*

Schwedisch A1 – 2.Semester

21H420011

Mandy Strecker
dienstags, 14.09.2021,
19:15 - 20:45 Uhr, 10 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_04
92,50 Euro
Kleingruppe*

Spanisch

Spanisch A1

Spanisch A1 – 1. Semester

NEU

21H422000

Sonja Quesada
mittwochs, 29.09.2021,
14:00 - 15:30 Uhr, 15 Abende
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2
96,50 Euro

Spanisch A1 – 3. Semester

21H422006

Ingrid Vega Chaves
donnerstags, 16.09.2021,
17:00 - 18:30 Uhr, 15 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
96,50 Euro

Spanisch A1/A2 – Brückenkurs (online)



21H422010

Ingrid Vega Chaves
donnerstags, 16.09.2021,
19:15 - 20:45 Uhr, 15 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
134,00 Euro



Lehrmaterial
wird im Kurs
bekannt gegeben

» Interview mit Ingrid Vega

Jena, 10 de junio de 2021

¡Hola!, ¿qué tal estimado lector?

Desde hace cinco años enseño español en la VHS Jena. Y este último año ha sido muy desafiante ya que he tenido que aprender mucho sobre la enseñanza virtual. He participado de varios webinarios que las editoriales han ofrecido, también me han ayudado colegas y especialmente mis participantes. En todos mis cursos nos hemos divertido con esta nueva forma de enseñanza.

Recursos como Mentimeter, el visionar videos, o hacer juegos en línea con el Kahoot, la audición de canciones, así como la interacción a través del monitor han sido valiosos y muy divertidos. La enseñanza en línea permitió a los alumnos participar desde el lugar donde estaban disfrutando sus vacaciones o viajes de trabajo. Lo cual demuestra una de sus fortalezas: la flexibilidad. Algunos participaron desde Creta, Cusco u otras ciudades.

Por otra parte, también hubo algunas desventajas, por ejemplo, cuando la plataforma o la conexión con el internet no fue óptima. Pero todo fue superado y ahora no queda más que decir: GRACIAS por mantener el interés, la motivación al idioma español y a mis cursos. Igualmente, GRACIAS a todo el equipo de la VHS Jena por el apoyo y la oportunidad.

Docente: Ingrid Vega Chaves

Wie war das letzte Jahr für Sie als Dozentin?

Ich unterrichte seit fünf Jahren Spanisch an der VHS Jena. Und dieses letzte Jahr war sehr herausfordernd, da ich viel über virtuelles Lehren lernen musste. Ich habe an mehreren Webinaren teilgenommen, die von Verlagen angeboten wurden, mir wurde auch von Kollegen und insbesondere meinen Teilnehmern geholfen. In all meinen Kursen hatten wir Spaß an dieser neuen Art zu unterrichten.

Ressourcen wie Mentimeter, das Ansehen von Videos oder das Spielen von Online-Spielen mit Kahoot, das Anhören von Liedern sowie die Interaktion per Kamera waren wertvoll und haben großen Spaß gemacht. Der Online-Unterricht ermöglichte es den Schülern, von überall aus teilzuneh-

men, wo sie Urlaub oder Geschäftsreisen machten. Was eine seiner Stärken zeigt: Flexibilität. Einige nahmen aus Kreta, Cusco oder anderen Städten teil.

Andererseits gab es auch einige Nachteile, wenn beispielsweise die Plattform oder die Anbindung an das Internet nicht optimal war. Aber alles ist überstanden, und jetzt gibt es nur noch zu sagen: DANKE für das anhaltende Interesse, die Motivation an der spanischen Sprache und an meinen Kursen. Auch DANKE an das gesamte Team der VHS Jena für die Unterstützung und diese Möglichkeit.

Dozentin: Ingrid Vega Chaves

Einige Kommentare meiner geschätzten Schüler*innen:

„Seit einigen Monaten trifft sich unser Spanischkurs immer montags im virtuellen Klassenraum.“

Unsere Lehrerin Ingrid Vega hat sich auf die neue Technik sehr gut eingestellt und erklärt jedem bei Bedarf geduldig die Toolbox.

Jedes Mal freue ich mich auf den Unterricht, weil er gut strukturiert und abwechslungsreich gestaltet wird.

Sehr hilfreich sind die digitalen Unterlagen nach jedem Kurs.

Zudem gibt das Forum eine gern genutzte Möglichkeit, sich direkt mit den anderen Teilnehmern auszutauschen.

Leider ist in der Konferenz keine Partnerarbeit möglich, um z.B. einen Dialog zu erarbeiten oder mit einem Spiel zu zweit unser Spanisch zu verbessern“. (Herr Heineck)

„Am Anfang ging ich mit sehr gemischten Gefühlen und viel Skepsis in den Online-Sprachkurs. Ich bin wirklich positiv überrascht, wie gut die Umstellung von Präsenz zu Online funktioniert hat. Die Kurse sind sehr abwechslungsreich gestaltet - neben den Einheiten im Lehrbuch gibt es kleine Spiele, kurze Dialoge unter den Teilnehmern, Videos, Hörübungen und vieles mehr. Zu jeder Unterrichtsstunde gibt es eine Präsentation, die man sich herunterladen und somit nacharbeiten kann. Ein großes Lob an unsere Dozentin, Ingrid Vega, die sich immer etwas Neues einfallen lässt



und mir die anfängliche Befangenheit am Online-Kurs genommen hat“ ¡Muchas gracias! (Frau Leiteritz)

„Der Online-Spanisch-Unterricht an der Volkshochschule Jena ist sehr gut organisiert. Die Cloud funktioniert gut und hat viele nützliche Funktionen. Dem Unterricht kann man durch die Konferenz-Funktion gut folgen und die Vorlesungsfolien können heruntergeladen werden. Außerdem kann man auch im Urlaub weiterhin am Unterricht teilnehmen und verpasst somit weniger. Allerdings braucht man selbstverständlich eine gute Internetverbindung und gut funktionierende Technik. Leider sind die Online-Stunden teurer als der Präsenzunterricht, und es gibt auch keine Ermäßigung. (Frau Plesske)

„Ich besuche bei Ingrid den Spanischkurs A2, welcher wegen Corona derzeit nur online stattfinden kann. Die Nutzung der VHS-Cloud ist einfach und intuitiv. Technisch hatte ich noch nie Probleme. Der Onlinekurs ist jedoch anders als der Präsenzunterricht. Es fehlt der persönliche Kontakt zu den Mitschülern; Gruppenarbeiten und Sprachübungen mit den Mitschülern sind nur eingeschränkt möglich. Zudem ist es eine Herausforderung, rechtzeitig zu Kursbeginn zu Hause zu sein. Auf der anderen Seite bietet der Online-Kurs auch neue Möglichkeiten. So werden von der Dozentin die Möglichkeiten, welche das Internet bietet, genutzt. Neben der verstärkten Einbindung von Videos können auch Online-Umfragen oder Online-Lernspiele integriert werden, welche den Kurs sehr interessant gestalten. Ein weiterer Pluspunkt ist die Einstellung der Kursunterlagen in die VHS-Cloud, sodass man auch später noch einmal nachlesen oder das Forum für schriftliche Übungen / Aufgaben nutzen kann. Der Onlinekurs ist somit anders als Präsenzunterricht, aber weder besser noch schlechter“. (Herr Milker)



Liftstation Schneekoppe, Tschechische Republik | C. Ziege



Karawanserei, Nikosia (türk. Teil), Zypern | N. Bergmann

Club de conversación en español – Spanish Konversation Club

Der Spanisch Club ist ein Treffpunkt für Alle, die gerne in einer entspannten und authentischen Atmosphäre das Sprechen auf Spanisch üben möchten. Wir werden über aktuelle Themen und alles, was Sie interessiert sprechen. Die Dozentin (spanische Muttersprachlerin) hilft Ihnen Ihre mündlichen Kompetenzen zu entwickeln und zu erweitern. Es wird auf Satzbau, Grammatik und Vokabeln geachtet, aber alles in lockeren Gesprächen. Es wird eine sehr entspannte Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen oder Tapas sein. El Club de español trifft sich mittwochs zweimal im Monat. Die Sitzungen bauen nicht aufeinander auf, Sie können nach Ihren persönlichen Interessen an einem Termin oder an mehreren Treffen teilnehmen. Jeder ist herzlich willkommen ab Sprachkenntnissen auf A2 Niveau.

21H422100

mittwochs, zweimal im Monat zwischen 17:30 - 19:00 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum
Beginn 15.09.2021

Dozent: Aglaya Weidner

Das Entgelt in Höhe von 5,00 Euro versteht sich pro Veranstaltungstag und wird vor Ort entrichtet.

Spanisch B1 – Grammatikkurs

21H422058

Sonja Quesada
freitags, 01.10.2021, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Abende
vhs, Paradiesstr. 6, SR 1
134,00 Euro

Spanisch B1

Spanisch B1 – Grammatikkurs

21H422059

Sonja Quesada
dienstags, 28.09.2021, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_01
96,50 Euro

Spanisch B2

Spanisch B2 – Auffrischkurs

21H422062

Sonja Quesada
montags, 27.09.2021, 17:00 - 18:30 Uhr,
15 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5
96,50 Euro

Spanisch B2 – 1. Semester – Vormittagskurs

21H422063

Sofía Boscá Cortés
donnerstags, 16.09.2021,
09:00 - 10:30 Uhr, 10 Vormittage
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Walter-De-
xel-Raum
116,50 Euro
Kleingruppe*

Spanisch C1

Spanisch C1 – Grammatikkurs

21H422076

Sonja Quesada
dienstags, 28.09.2021, 18:45 - 20:15 Uhr,
10 Abende
vhs, Paradiesstr. 6, SR 1
116,50 Euro
Kleingruppe*

Wichtige Information für alle Kurse!

Kurse, die als Präsenzkurse ausgeschrieben sind und in Präsenz beginnen, können bei veränderter Inzidenzlage online fortgeführt werden.



Tschechisch

Tschechisch A1

Tschechisch A1 – 1. Semester

21H423000

Lucie Hernandez
mittwochs, 15.09.2021,
19:15 - 20:45 Uhr, 10 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_13
121,00 Euro
Kleingruppe*

Tschechisch A2

Tschechisch für Fortgeschrittene A2

21H423035

Lucie Hernandez
mittwochs, 15.09.2021,
17:30 - 19:00 Uhr, 12 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_10
114,20 Euro
Kleingruppe*

Türkisch

Türkisch A1

Türkisch für unterwegs A1 – 1. Semester

NEU

21H424000

Havva Kaplan
donnerstags, 16.09.2021,
17:30 - 19:00 Uhr, 12 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_13
138,50 Euro
Kleingruppe*

Türkisch für unterwegs A1 – 2. Semester

21H424002

Havva Kaplan
donnerstags, 16.09.2021,
19:15 - 20:45 Uhr, 12 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_04
138,50 Euro
Kleingruppe*



Ungarisch

Ungarisch A1

Ungarisch A1 – 1. Semester

NEU

21H425000

Dr. Helmut Stauche
dienstags, 14.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
10 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_04
116,50 Euro
Kleingruppe*

Ungarisch für Fortgeschrittene

NEU

21H425010

Dr. Helmut Stauche
donnerstags, 16.09.2021,
17:30 - 19:00 Uhr, 10 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_04
116,50 Euro
Kleingruppe*

Koreanisch

Koreanisch A1

Koreanisch A1 – 2. Semester



21H426001

Joo Young Lee
dienstags, 14.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
10 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
118,00 Euro
Kleingruppe*

Rumänisch

Rumänisch A1

Rumänisch A1 – 1. Semester

NEU

21H426020

Larisa Gheorghită
donnerstags, 16.09.2021,
19:15 - 20:45 Uhr, 5 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 02_04
136,50 Euro
Minigruppe

Gebärdensprache

Gebärdensprache A1 – 1. Semester

NEU

Sie lernen bei einem Dozenten, der selbst
gehörlos ist, die Gebärden der Deutschen
Gebärdensprache (DGS), um sich mit Ge-
hörlosen verständigen zu können.

21H428001

Rainer Weber
montags, 13.09.2021, 17:30 - 19:00 Uhr,
10 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_02
71,00 Euro

Gebärdensprache für Fortgeschrittene

NEU

Weiterführung vom Anfängerkurs HS 21,
21H428001

21H428010

Rainer Weber
montags, 10.01.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,
5 Abende
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“
Paradiesstraße 5, R. 00_02
41,00 Euro



Beruf – IT – Digitale Kompetenzen



Beruf – IT – Digitale Kompetenzen

Liebe Teilnehmende und Interessierte,

die Planung der Veranstaltungen für das Herbstsemester stand noch immer im Kontext von Corona. Daher haben wir viele Kurse vorsorglich mit weniger Teilnehmenden als Kleingruppen geplant. Sollte die Situation es zulassen, werden diese Kurse selbstverständlich auch wieder geöffnet für die normale Gruppenstärke. Damit würde sich auch der Preis verringern. Es gibt aber auch Kurse, die wir aufgrund des Infektionsschutzes im Fall weiterer Einschränkungen verkleinern müssten. Dann würde sich der Preis erhöhen. Natürlich werden alle angemeldeten Teilnehmenden rechtzeitig informiert.

Ihr vhs-Team

Kursgrößen und Bezeichnungen:

VHeSpresso: 2 - 4 Teilnehmende. Durchführungsgarantie ab 2 Teilnehmenden, wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Minigruppe: 2 - 4 Teilnehmende. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als Kleingruppe oder als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe: 5 - 7 Teilnehmende. Wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe*: 5 - 7 Teilnehmende. Keine Ermäßigung. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend, und Ermäßigungen sind möglich.

Fachbereichsleiter

Christian Ziege

Telefon 03641 498213

christian.ziege@jena.de



Sachbearbeiterin

Sybille Zeise

Telefon 03641 498215

sybille.zeise@jena.de



Bildung mit beruflicher Relevanz



JenaKultur | A. Hub

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil des Volkshochschul-Angebotes. Berufliche Weiterbildung setzt an bei Kompetenzen wie Lernfähigkeit und Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien ist

ein Schwerpunkt des Programmbereichs „Beruf – IT – Digitale Kompetenzen“.

Ebenfalls stark vertreten sind Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen im kaufmännischen und betriebswirtschaftlichen Bereich sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Angebote zu Querschnittsthemen, wie Rhetorik, Selbstorganisation und Kommunikation stärken berufliche und persönliche Kompetenzen. Beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse finden sich auch im Angebot anderer Programmbereiche: zum Beispiel Angebote der Betrieblichen Gesundheitsvorsorge oder berufsbezogene Sprachkurse.

Wir bieten Ihnen Möglichkeiten, sich Ihr erworbenes Wissen auch zertifizieren zu lassen. Ihre Leistungen können durch bundesweite bzw. europäische Zertifikate bestätigt werden. In zahlreichen Kursen bietet die vhs die Möglichkeit, einzelne Themen durch Prüfungen abzulegen, abzuschließen, aber auch gesamte Weiterbildungssysteme zu durchlaufen und einen

Weiterbildungsabschluss, wie z.B. Finanzbuchhalter, Lohnbuchhalter oder Fachkraft für Büromanagement, zu erlangen.

Aber auch Menschen, die bereits aus der aktiven Arbeitswelt heraus sind, können sich in den Angeboten umschauen, um digitale Kompetenzen aufzubauen bzw. zu erweitern. Denn in der heutigen Gesellschaft ist es von herausragender Bedeutung, den digitalen Anschluss zu halten und grundlegende Kompetenzen zu erwerben.

Wenn Sie hierzu Informationsbedarf haben, scheuen Sie sich nicht, uns zu kontaktieren. Auch können wir als Beratungsstelle für die Bildungsprämie Hinweise zu Fördermöglichkeiten für die einzelnen Weiterbildungen geben.

Kontakt:

Christian Ziege
Tel.: 03641 498213 oder
E-Mail: christian.ziege@jena.de



Bildnachweis: AdobeStock: Sergey Novikov (Giraffe), Brad Pict (Schild)



Perspektivwechsel?

Bis zu 500 Euro für Deine berufsbezogene Weiterbildung. Informiere Dich jetzt in Deiner Beratungsstelle oder unter www.bildungspraemie.info



Das Bundesprogramm Bildungsprämie wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und des Europäischen Sozialfonds gefördert.



Zusammen.  Zukunft.  Gestalten.

Online-Besprechungstools - NEU

MS Teams für Online-Veranstaltungen nutzen

E-Learning ist momentan in aller Munde. Dabei spielen die unterschiedlichsten Plattformen eine wichtige Rolle: ob Zoom, edudip, BigBlueButton ... es gibt zahlreiche Werkzeuge auf dem Markt, die für erfolgreiche Online-Lehre genutzt werden. Auch Microsoft besitzt dieses Tool: MS TEAMS In dieser Veranstaltung wollen wir Ihnen die Möglichkeiten und Handhabung des Tools von Microsoft 365 vorstellen, an praktischen Beispielen üben und zeigen, welche Formate über die Plattform durchzuführen sind:

- Allgemeine Übersicht
- News Feed, Chat
- Teams – Erstellen, Bearbeiten, Einstellungen, Kanäle
- Unterhaltungen, Anrufe, Kontakte
- Kalender: Besprechungen und Videochat planen und durchführen
- Dateien: Hochladen, Erstellen und bearbeiten, verwalten

Anmeldeschluss: 01.10.2021

21H50140

Francesco Cavassa
Freitag, 08.10.2021, 09:00 - 14:30 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
50,00 Euro
Kleingruppe

Zoom – Online-Meetings professionell organisieren.

(Kooperationsveranstaltung mit dem Beutenberg-Campus e.V.)

In diesem Workshop geht es praxisnah um die erfolgreiche Strukturierung von Zoom-Meetings und deren Moderation. Wir zeigen Ihnen, was ein produktives Zoom-Meeting ausmacht und mit welchen Kommunikationstechniken Sie dies erreichen.

Inhalte:

- Zoom-Meetings schnell und erfolgreich starten
- Kommunikationstechniken für Besprechungen über Zoom
- Technische Voraussetzungen für Zoom-Meetings
- Wichtige Regeln für Zoom-Meetings
- Rollenverteilung
- Hilfsmittel
- Präsenz und Feedback
- Virtuelle Teamarbeit und Interaktion mit Zoom
- Tipps und Tricks (z.B. Einbindung von Umfragen etc.)

21H52005

Francesco Cavassa
Dienstag, 09.11.2021, 09:00 - 14:30 Uhr
Technologie- und Innovationspark Jena, Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum
150,00 €

Die vhs.cloud: die Lernplattform der vhs

Die vhs.cloud ist die Lernplattform für Volkshochschulen in Deutschland. Volkshochschulen können in der vhs.cloud „virtuelle“ Kurse einrichten. Dabei kann es sich um Kurse handeln, die Präsenzkurse um einige Online-Angebote ergänzen oder auch um Kurse, die überwiegend oder ausschließlich online durchgeführt werden.

Der Kurs in der vhs.cloud ersetzt somit in den meisten Fällen nicht das gemeinsame Lernen in der Volkshochschule. Je nach den Zielsetzungen Ihrer Kursleitung ergänzt dieser zumeist Ihren Präsenzkurs: Beispielsweise erhalten Sie in der vhs.cloud Zugriff auf Kursmaterialien und Inhalte, Möglichkeiten zur Vertiefung von Lerninhalten oder zum Austausch mit Ihren Mitlernenden. Nach dem Login gelangen Sie direkt in Ihren persönlichen Arbeitsbereich, Ihren Schreibtisch. Welche Möglichkeiten Sie hier haben, welche Funktionen Ihnen zur Verfügung stehen oder wie Sie die Online-Konferenztools nutzen, wird Ihnen in dieser Einführung gezeigt und geübt.

21H50141

David Möhlenkamp
27.09.2021, 16:00 - 18:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a
entgeltfrei

21H50142

David Möhlenkamp
28.09.2021, 12:00 - 14:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a
entgeltfrei

21H50143

David Möhlenkamp
27.10.2021, 16:00 - 18:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a
entgeltfrei

21H50144

David Möhlenkamp
28.10.2021, 12:00 - 14:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a
entgeltfrei



Unsere Infektionsschutzregeln

Die vhs Jena hat für alle Unterrichtsräume ein Infektionsschutzkonzept erarbeitet. Dieses wird am ersten Kurstag vorgestellt. Alle Teilnehmenden unterschreiben, dass sie dieses zur Kenntnis genommen haben und einhalten werden. Wir bitten um Ihr Verständnis und die konsequente Einhaltung der Regeln.

Offene Angebote

PC-Café –

zuhören, mitreden, genießen!

Haben Sie 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 zu entwickeln. Wir freuen uns auf Ihren Besuch im PC-Café der Volkshochschule. Gern können Sie tragbare Geräte mitbringen.

Mittwochs, wöchentlich
zwischen 13:30 - 15:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
Beginn: 15.09.2021

Donnerstags, 14-tägig
zwischen 14:45 - 16:15 Uhr
Stadtteilbüro Lobeda, Karl-Marx-Allee 28
Beginn: 16.09.2021

Dozent: Frank Rutkowski
Das Entgelt in Höhe von 5,00 Euro versteht sich pro Veranstaltungstag und wird vor Ort entrichtet.

Mobiles Café – Smartphone, Tablet und Co.

Bei der Nutzung Ihres Smartphones oder Tablets ergeben sich immer wieder Fragen und Probleme, bei denen Sie nicht wissen, wie Sie weiterkommen? Unser Mobiles Café kann Ihnen hierbei helfen. Kommen Sie einfach unverbindlich in unser offenes Angebot und lassen Sie sich fachkundig Ihre Fragen beantworten. Ob es die grundlegende Bedienung der Android-Geräte oder spezielle Einstellungen für Sicherheit, Konten oder Kontakte betrifft – Lösungen gibt es für (fast) alle Probleme. Ihre Mobilgeräte bringen Sie zu dieser Veranstaltung bitte mit.

Mittwochs, einmal im Monat
zwischen 14:00 - 15:30 Uhr
Beginn: 15.09.2021
Stadtteilbüro Lobeda, Karl-Marx-Allee 28
Das Entgelt in Höhe von 5,00 Euro versteht sich pro Veranstaltungstag und wird vor Ort entrichtet.

Angebote am Vormittag / Nachmittag

Basiskurs:

Erste Schritte mit dem PC, Laptop oder Windows Tablet

- Orientierung auf dem PC, Laptop, Tablet
- Start mit dem PC – Fenstertechnik, Maus, Tastatur
- Orientierung im Word
- Einen Brief mit Word verfassen
- Ansichtsmanagement, Ordner erstellen
- Dateien kopieren / verschieben
- Erste Schritte im Internet

Anmeldeschluss: 02.11.2021
Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50010

Norbert Iffland
dienstags und donnerstags,
09.11.2021 - 02.12.2021,
09:00 - 11:15 Uhr, 8 Vormittage
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
99,50 Euro



Mit dem Android-Smartphone unterwegs

- Allgemeine Einstellungen und Internetnutzung
- App Store
- Kommunikationsmöglichkeiten
- Fotografie
- Unterwegs und Sicherheit

Das eigene Smartphone ist mitzubringen!
Anmeldeschluss: 21.09.2021
Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50015

N. N.
dienstags und donnerstags,
28.09.2021 - 14.10.2021,
09:00 - 11:15 Uhr, 6 Vormittage
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
95,50 Euro
Kleingruppe

Anmeldeschluss: 04.01.2022
Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50015A

N. N.
dienstags und donnerstags, 11.01.2022 -
27.01.2022, 09:00 - 11:15 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
95,50 Euro
Kleingruppe

Mit dem iPhone unterwegs

- Allgemeine Einstellungen und Internetnutzung
- App Store
- Kommunikationsmöglichkeiten
- Fotografie
- Unterwegs und Sicherheit

Das eigene iPhone ist mitzubringen!
Anmeldeschluss: 01.02.2022

21H50016

Patrizia Kramer
dienstags und donnerstags,
08.02.2022 - 24.02.2022,
13:30 - 15:45 Uhr, 6 Nachmittage
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
95,00 Euro
Kleingruppe

vhsBASICS: Grundlagen Windows / Office-Anwendungen

Windows 10 und Office 2016 – Basiswissen für den Büroalltag (online)

Lernen Sie, wie Sie mit den allgemeinen Office-Anwendungen Ihren Büroalltag effizient und erfolgreich meistern. Anhand von praxisnahen Beispielen und durch einfach nachvollziehbare Schritt-für-Schritt-Anleitungen wird Ihnen das erforderliche Wissen zu Dateimanagement, Textverarbeitung, Tabellenkalkulation und Präsentation vermittelt.

- Dateiverwaltung: Grundlegende Arbeit mit Windows 10
- Texteingabe und Seitenlayoutgestaltung in Word so wie Tabellen, Seriendruck
- Dateneingabe, Formatierung, einfache Formeln in Excel
- Diagramme und Druckoptimierung
- Schnelle Präsentationen in PowerPoint mit Tabellen und Diagrammen erstellen
- Präsentationen steuern

Anmeldeschluss: 27.09.2021

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50101

Kevin Klein

montags und mittwochs,
04.10.2021 - 08.12.2021,
18:00 - 19:30 Uhr, 20 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
199,30 Euro
Kleingruppe

Word-Express

- Textfassung, -bearbeitung und -korrektur
- Textgestaltung mit individuellen Zeilen- und Seitenwechseln
- Aufzählungen und Nummerierungen
- Grafiken im Text
- Kopf- und Fußzeile
- Drucken

Anmeldeschluss: 09.11.2021

21H50102

Carola Lück

Dienstag, 16.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
128,00 Euro
VHeSpresso



Excel – Grundlagen

- Schnelleinstieg
- Dateneingabe und Formatierung
- Arbeit mit Mappen
- Zusammenfassen mit Formeln
- Einstellungen und Druck für große Tabellen

Anmeldeschluss: 02.11.2021

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50120

Kevin Klein

dienstags und donnerstags, 09.11.2021 -
23.11.2021, 18:00 - 21:00 Uhr, 5 Abende
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
89,20 Euro

Anmeldeschluss: 04.01.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50121

Kevin Klein

dienstags und donnerstags, 11.01.2022 -
25.01.2022, 18:00 - 21:00 Uhr, 5 Abende
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
89,20 Euro

Excel – Express

- Schnelleinstieg
- Arbeit mit Tabellenblättern / Mappen
- Formatierungen
- Einstellungen und Druck

Anmeldeschluss: 14.09.2021

21H50122

Carola Lück

Dienstag, 21.09.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
128,00 Euro
VHeSpresso

PowerPoint-Express

Schnell Präsentationen erstellen mit Hilfe von:

- Vorlagen, Folienlayouts und Textformatierungen
- Objekte formatieren, anordnen, ausrichten, gruppieren
- Präsentationen animieren und vorführen
 - manuell und automatisch
- Kopf- und Fußzeilen bearbeiten
- Begleitmaterialien erstellen und drucken

Anmeldeschluss: 07.12.2021

21H50130

Carola Lück

Dienstag, 14.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
128,00 Euro
VHeSpresso

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 Datendateien
- Kalender und Terminplanung und deren Ansichten
- E-Mail-Management
- Aufgaben und Kontakte

Anmeldeschluss: 08.10.2021

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50135

Carola Lück

Freitag, 15.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 16.10.2021, 09:00 - 15:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
199,20 Euro
VHeSpresso

Fortführende Office-Angebote

Word – Fortgeschrittene Techniken

- Autokorrektur und Schnellbausteine nutzen und anpassen
- Dokumentvorlagen und Formatvorlagen nutzen und anpassen
- Serienbriefe und Etiketten

Voraussetzung: Solide Kenntnisse in Standardformatierungen
Anmeldeschluss: 30.11.2021

21H50103

Carola Lück
Dienstag, 07.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
139,20 Euro
VHeSpresso

Word – Große Dokumente erstellen und managen

- Formatvorlagen nutzen und anpassen
- Verzeichnisse erstellen und Querverweise nutzen
- Unterschiedliche Kopf- und Fußzeilen, Seitenzahlen
- Quellen managen
- Große Elemente auf Querseiten

Voraussetzung: Word-Grundlagen
Anmeldeschluss: 04.01.2022

21H50104

Carola Lück
Dienstag, 11.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
139,20 Euro
VHeSpresso

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

Voraussetzung: Excel-Grundlagen
Anmeldeschluss: 05.10.2021

21H50123

Carola Lück
Dienstag, 12.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
128,00 Euro
VHeSpresso

Pivot-Tabellen

Große und kleine Datenmengen schnell und ohne Formeln auswerten mit interaktiven Tabellen und Diagrammen. Zusammenfassung mehrerer Tabellen.

Voraussetzung: Excel-Grundlagen
Anmeldeschluss: 23.11.2021

21H50125

Carola Lück
Dienstag, 30.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
141,50 Euro
VHeSpresso

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 außerdem, wie man Zellen- und Tabellenblätter anspricht.

Voraussetzung: Excel-Grundlagen
Anmeldeschluss: 07.01.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50126

Carola Lück
Freitag, 14.01.2022, 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 15.01.2022, 09:00 - 15:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
206,80 Euro
VHeSpresso

Vhs-DOnline / Online-Angebote am Donnerstag

In dieser Rubrik bieten wir Ihnen kleine und kompakte Einheiten aus der Office-Anwenderwelt. Ob grundlegende Kenntnisse oder Spezialwissen zur Tabellenkalkulation – alle finden im breitgefächerten Online-Angebot ihr Wissen.

Diese Kurse werden in der vhs.cloud durchgeführt.

vhs-DOnline:

Word – Tipps und Tricks

1. Autokorrektur bewusst nutzen, Einzige und Tabulatoren Kleine Helfer (Text diktieren, Änderungen nachverfolgen, Dokumente vergleichen)
2. Tipps und Tricks für Bilder im Text
3. Tipps und Tricks für Tabellen

21H51110

Carola Lück
Donnerstag, 30.09.2021,
08:30 - 12:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
35,00 Euro
Kleingruppe

vhs-DOnline:

Word – Große Dokumente

1. Navigation, Formatvorlagen nutzen und anpassen, speichern (separat und in Vorlagen)
2. Automatische Beschriftungen und Verzeichnisse, Überschriften nummerieren, Querverweise
3. Arbeit mit Abschnitten (Unterschiedliche Kopf- und Fußzeilen / Seitenzahlen)

21H51111

Carola Lück
Donnerstag, 14.10.2021,
08:30 - 12:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
35,00 Euro
Kleingruppe

vhs-DOnline: Word – Automatisierung

1. Autokorrektur und Schnellbausteine, eigene Kopf- / Fußzeile speichern, Dokumentvorlagen und Formatvorlagen
2. Serienbriefe (Grundlagen und Individualisierung)
3. Tipps & Tricks für Serienbriefe (Etiketten, Listen / Kataloge, Spezielle Felder)

21H51112

Carola Lück

Donnerstag, 11.11.2021, 08:30 - 12:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

35,00 Euro

Kleingruppe

vhs-DOnline: Word – Formulare mit Word

Nutzung von Formularelementen, Schutz von Word-Dokumenten, Dokumentvorlagen, Spezielle Felder zur Dokumentautomatisierung

21H51113

Carola Lück

Donnerstag, 09.12.2021,

08:30 - 11:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

27,50 Euro

Kleingruppe

vhs-DOnline: PowerPoint – Präsentation schnell erstellt

1. Schnelle Erstellung von Präsentationen mit Text, von Bild-Präsentationen, Texte in graphische Darstellung wandeln
2. Individuelle Hintergrund- und Farboptionen, Schriftart festlegen / austauschen
3. Schnelle Formatierung durch Anpassen der Master

21H51115

Carola Lück

Donnerstag, 30.09.2021,

13:30 - 17:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

35,00 Euro

Kleingruppe

vhs-DOnline: PowerPoint – Tipps und Tricks

1. Verschiedene Möglichkeiten für Handouts, Audio- und Video- Optionen
2. Einrichtung selbstablaufender Präsentationen, Standzeiten automatisch aufzeichnen
3. Zielgruppenorientierte Präsentationen
4. Möglichkeiten mit ausgeblendeten Folien und Hyperlinks, PowerPoint als Info-System – Nutzung von Triggern

21H51116

Carola Lück

Donnerstag, 14.10.2021, 13:30 - 17:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

35,00 Euro

Kleingruppe

vhs-DOnline: Outlook – Grundlagen

1. Kurzüberblick über alle Bereiche und Ansichtseinstellungen (Ordner, Kategorien, Nachverfolgung)
2. E-Mail: Optionen, Regeln, Vorlagen, Schnellbausteine, Quicksteps
3. Kontakt-Management, Verteilerlisten...
4. Termine und Aufgaben (Besprechungen, Serien-Termine und wiederkehrende Aufgaben, Termine senden)

21H51118

Carola Lück

Donnerstag, 07.10.2021,

08:30 - 15:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

50,00 Euro

Kleingruppe

vhs-DOnline: Excel – Tipps und Tricks

1. Umgang mit großen Tabellen (Ansicht, Druck, Sortieren, Filtern)
2. Druckoptimierung
3. Einrichtung einfacher Drop-Down-Listen, Vorlagen erstellen und nutzen, Schutz von Formeln

Vorkenntnisse: Grundkenntnisse Excel

21H51120

Carola Lück

Donnerstag, 18.11.2021, 08:30 - 11:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

27,50 Euro

Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Tipps und Tricks II

1. Nutzung von Namen zur vereinfachten Handhabung von Zellen und Zellbereichen
2. Bedingtes Format
3. Intelligente Tabellen

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, absolute Zellbezüge (\$)

21H51121

Carola Lück

Donnerstag, 25.11.2021,

08:30 - 11:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

27,50 Euro

Kleingruppe

vhs-DOnline: Excel – Pivot-Tabellen und -Charts

1. Schnelle interaktive Auswertung von langen Listen ohne Formeln, Grundeinstellungen
2. Filtermöglichkeiten (Filteroptionen, Datenschnitte, Zeitleisten)
3. Automatische Monatsauswertung (ab Excel 2013)
4. Darstellungsmöglichkeiten / Layoutvarianten, Teilergebnisse beeinflussen, Erstellung zugehöriger filterbarer Diagramme

Vorkenntnisse: Grundlagen (Tipps und Tricks II empfohlen)

21H51122

Carola Lück

Donnerstag, 02.12.2021,

08:30 - 11:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

27,50 Euro

Kleingruppe



vhs-DOnline: Excel – Pivottabellen aus mehreren Tabellen

1. Erweiterte Auswertungen, eigene Berechnungen innerhalb Pivot-Tabellen
2. Gruppierungen automatisch und manuell
3. Erstellung unabhängiger Pivot-Tabellen für veränderte Einstellungen, Auswertung mehrerer ähnlicher Tabellen

Vorkenntnisse: Pivot-Grundlagen

21H51123

Carola Lück
Donnerstag, 16.12.2021,
08:30 - 11:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe

vhs-DOnline: Excel – Datenmanagement mit Excel

1. Eingabehilfen (Maske, Drop-Down-Felder, Eingabeeinschränkung)
2. Import externer Daten, Aufbereitung und Umwandlung, Verknüpfungen zu externen Datenquellen (Datenbank, csv-Dateien, Internet)
3. Gruppierung und Gliederung, Teilergebnisse automatisch erzeugen

Vorkenntnisse: Grundlagen (Tipps und Tricks II empfohlen)

21H51124

Carola Lück
Donnerstag, 03.02.2022,
13:30 - 17:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
35,00 Euro
Kleingruppe

vhs-DOnline: Excel – Diagramme (intensiv)

1. Erstellung und Formatierung verschiedener Diagrammtypen, Einstellungen, Achsenformatierungen, zusätzliche Daten
2. Spezielle Diagramme, Zusätzliche Möglichkeiten durch AddIns (People, Maps)

Vorkenntnisse: Grundlagen

21H51125

Carola Lück
Donnerstag, 02.12.2021,
13:30 - 16:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe

vhs-DOnline: Excel – Einfache Makros aufzeichnen

1. Schnelles Aufzeichnen einfacher Makros für wiederkehrende Vorgänge oder
2. Nutzung in Formularen (ohne Programmierung)

Vorkenntnisse: Grundlagen

21H51126

Carola Lück
Donnerstag, 18.11.2021, 13:30 - 16:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe

vhs-DOnline: Excel – Arbeit mit häufigen Funktionen

1. Allgemeine Syntax und Eingabemöglichkeiten, Autofunktionen, laufende Summe
2. Unterschied Runden und Formatieren, verschiedene Rundungsmöglichkeiten
3. Fehlersuche und Fehlerbehandlung, Arbeit mit geschachtelten Funktionen

Vorkenntnisse: Grundlagen, Formeln kopieren

21H51127

Carola Lück
Donnerstag, 06.01.2022,
08:30 - 15:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
50,00 Euro
Kleingruppe

vhs-DOnline: Excel – WENN-Funktion

1. Nutzung der WENN-Funktion mit Einblick in verschiedene Funktionsgruppen, die für die Formulierung der Bedingung in der Wenn-Funktion nötig sein können
2. Mehrere Bedingungen, Geschachtelte Wenn-Funktion zur Prüfung von mehr als zwei Fällen
3. WENN-verbundene Funktionen

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, absolute Zellbezüge (\$), Funktionen allgemein, (Tipps und Tricks II empfohlen)

21H51128

Carola Lück
Donnerstag, 13.01.2022,
08:30 - 14:15 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
42,50 Euro
Kleingruppe

vhs-DOnline: Excel – SVERWEIS

1. Automatisches Suchen von genauen Werten aus einer Tabelle; Einordnen von Daten, Bereichen
2. Tipps & Tricks für SVERWEIS, WVERWEIS, Was ist ein XVERWEIS? SVERWEIS mit intelligenten Tabellen

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, absolute Zellbezüge (\$), Funktionen allgemein, (Tipps und Tricks II empfohlen)

21H51129

Carola Lück
Donnerstag, 20.01.2022,
13:30 - 16:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe



Kleingruppe
5 - 7 Teilnehmende.
Wird nicht geöffnet.
Keine Ermäßigung.



vhs-DOnline: Excel – Datums- und Zeitfunktion intensiv

1. Rechnen mit Datum und Uhrzeit, Benutzerdefinierte Formatierung von Zeitangaben
2. Spezielle Funktionen zur Analyse bzw. Erstellung von Zeitangaben, Arbeitszeit-Berechnungen

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, absolute Zellbezüge (\$), Funktionen allgemein

21H51130

Carola Lück
Donnerstag, 27.01.2022,
13:30 - 16:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe

vhs-DOnline: Excel – Textfunktionen intensiv

1. Import von Texten, Möglichkeiten der nachträglichen Aufteilung bzw. Verkettung
2. Funktionen zur Analyse und Bearbeitung von Texten

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, Funktionen allgemein

21H51131

Carola Lück
Mittwoch, 03.02.2021, 08:30 - 11:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe

vhs-DOnline: Excel – Datenbankfunktionen und Spezialfilter

1. Funktionen zur Datenbankanalyse mittels Formeln und komplexer Kriterien
2. Spezielle Filter mit komplexen Kriterien zur Erstellung von Datenbanksauszügen

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, absolute Zellbezüge (\$), Funktionen allgemein, Namen, intelligente Tabellen

21H51132

Carola Lück
Donnerstag, 10.02.2022,
08:30 - 11:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe

vhs-DOnline: Excel – Prognosen und Trends

1. Verschiedene Möglichkeiten der Trendberechnung, Trendlinien in Diagrammen
2. Zielwertsuche und Solver, Szenarien anlegen und managen

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, Funktionen allgemein

21H51133

Carola Lück
Donnerstag, 16.12.2021,
13:30 - 16:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe

vhs-DOnline: Excel – Professionelle Formulare

1. Nutzung von professionellen Formularelementen und deren Ansteuerung über Excel
2. Funktionen zur Auswertung, Druckeinstellungen, Einstellungen für den Schutz und Nutzung als Excel-Vorlage

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, Funktionen allgemein

21H51134

Carola Lück
Donnerstag, 20.01.2022,
08:30 - 11:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
27,50 Euro
Kleingruppe

vhs-DOnline: Excel – Workshop Intelligente Tabellen – Excel als Datenbankersatz

Am praktischen Beispiel wird eine Lösung mit mehreren Tabellen erstellt

1. Warum Aufteilung in mehrere Tabellen? Nutzung von intelligenten Tabellen, die mittels Drop-Down-Feldern und Namen untereinander verbunden sind
2. Nutzung von SVERWEIS, ZÄHLENWENNS, SUMMEWENNS ... zur Datenübernahme und Auswertung von verbundenen Tabellen
3. Auswertung mit Pivot-Tabellen, Beziehungen zwischen Tabellen

Vorkenntnisse: Absolute Zellbezüge, Namen, intelligente Tabellen, Pivot-Tabellen

21H51135

Carola Lück
Donnerstag, 21.10.2021,
08:30 - 16:00 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
50,00 Euro
Kleingruppe



Adobe InDesign – Einführungskurs

Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse im Umgang mit InDesign und das nötige gestalterische und typografische Hintergrundwissen. Vom Entwurf einseitiger Layouts bis zum Satz mehrseitiger Druckprodukte lernen Sie die Stärken des Programms kennen:

- Arbeitsbereiche in InDesign
- Layoutdokumente einrichten, (Muster) Seiten und Druckbögen
- Textfunktionen, Absatz- und Zeichenformate
- Tabellen
- Einsatz von Farben, Farbverläufen, Konturen und Füllungen
- Bilder und Grafiken, Verknüpfungen erstellen
- Transformieren und Ausrichten von Objekten
- Arbeiten mit Ebenen
- Buchfunktion
- Ausgabeoptionen

Anmeldeschluss: 02.10.2021

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50162

Patrizia Kramer

dienstags und donnerstags, 12.10.2021 - 21.10.2021, 18:00 - 21:00 Uhr, 4 Abende
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
265,60 Euro
VHeSpresso



Adobe InDesign – Aufbaukurs

Der Aufbaukurs basiert auf den erarbeiteten Materialien aus dem Einsteigerkurs. Bereits erwähnte Programmfunktionen werden hier vertieft. Dazu gehören u.a.:

- Tabellen
- Detailtypographie
- Verzeichnisse
- Farben
- Ausgabeoptionen

Weitere Schwerpunkte ergeben sich aus der individuellen Fragestellung der Teilnehmenden.

Anmeldeschluss: 30.10.2021

21H50162A

Patrizia Kramer

dienstags, 09.11.2021, 18:00 - 21:00 Uhr, 3 Abende
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
185,00 Euro
VHeSpresso

Adobe Illustrator – Einführungskurs

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:

- Arbeitsbereich und Bedienfelder von Illustrator
- Pfade und Formen
- Konturen und Flächen
- Objekte und Transformationen
- Farben, Muster, Verläufe
- Effekte und Grafikstile
- Arbeiten mit Text
- Ebenen
- Schnittmasken
- Arbeiten mit Bildern
- Ausgabeoptionen, Exportieren und Speichern

Anmeldeschluss: 03.01.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50163

Patrizia Kramer

dienstags und donnerstags, 11.01.2022 - 20.01.2022, 18:00 - 21:00 Uhr, 4 Abende
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
265,60 Euro
VHeSpresso



VHeSpresso
2 - 4 Teilnehmende.
Durchführungsgarantie ab
2 Teilnehmenden, wird nicht
geöffnet. Keine Ermäßigung.

Affinity Publisher – eine professionelle Alternative zu Adobe InDesign – Einführungskurs

NEU

In diesem Kurs wird das neue Layout-Programm Affinity Publisher von Serif vorgestellt. Die Vorteile der Software gegenüber InDesign sind vor allem die Geschwindigkeit und der vergleichsweise günstige Erwerb ohne Abo-Zwang.

An einem Beispielprojekt werden die Basisfunktionen von Affinity Publisher gemeinsam erarbeitet. Der Kurs ist geeignet sowohl für Einsteiger, die ein neues Layout-Programm erlernen wollen als auch für Umsteiger, die herausfinden wollen, ob sich schon jetzt der Wechsel von Adobe InDesign lohnt und dadurch der individuelle Arbeitsprozess erleichtert wird.

Die optimale Voraussetzung für diesen Kurs ist der sichere Umgang mit Windows oder MacOS.

Inhalt

- Import-Möglichkeiten bestehender InDesign-Dokumente
- Erklärungen zur Oberfläche von Affinity Publisher
- Master-Seiten erzeugen
- Rahmentext und Grafiktext
- Absatzformate und Textumbruch
- Bilder und andere Dateien platzieren
- Arbeiten mit Ebenen
- Bildbearbeitung innerhalb Affinity Publisher via Studiolink
- Affinity Publisher in Kombination mit Adobe Photoshop und Adobe Illustrator
- Daten sammeln und weitergeben
- PDF-Ausgabe

Anmeldeschluss: 27.11.2021

21H50164

Patrizia Kramer
dienstags und donnerstags, 07.12.2021 - 16.12.2021, 18:00 - 21:00 Uhr, 4 Abende
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
250,00 Euro
VHeSpresso

Adobe Photoshop – Einführungskurs

In diesem Kurs erlernen Sie die Grundlagen für den Einstieg in die digitale Bildbearbeitung. Die wichtigsten Funktionen und Photoshop-Werkzeuge werden vorgestellt, um Bilder zu optimieren und kreativ zu bearbeiten:

- Arbeitsoberfläche und Werkzeuge
- Bildgröße, Auflösung und Farbmodi
- Retusche und Kolorierung von Fotos
- Auswählen und Freistellen, Maskentechnik
- Arbeiten mit Farben
- Ebeneneffekte und -stile
- Korrektur von Farbe, Helligkeit, Kontrast, Sättigung und Schärfe
- Integration von Text
- Dateiformate, Ausgabe für die Anwendung in Print und Web, Komprimierung sinnvoll anwenden

Anmeldeschluss: 15.01.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50165

Patrizia Kramer
dienstags und donnerstags, 25.01.2022 - 03.02.2022, 18:00 - 21:00 Uhr, 4 Abende
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
265,60 Euro
VHeSpresso

Bildbearbeitung – Gestalten mit Ebenen in Photoshop und Gimp

Ebenen sind in der digitalen Bildbearbeitung nicht mehr weg zu denken. Sie bilden die Grundlage für Bildmontagen, für das Erstellen von Collagen und für die Kombination mehrerer Elemente wie Bild und Text. Wir schauen uns an, wie Ebenen in Photoshop und Gimp funktionieren. Wir schauen uns Techniken an, mit denen man Bilder ineinander fließen lassen kann und kunstvolle Effekte erzeugt. Wir erstellen mit Hilfe von Text und Grafiken eine Visitenkarte, einen Flyer oder ein kunstvolles Plakat. Mit dieser praktischen Anwendung wird das Arbeiten mit Ebenen verdeutlicht.

Anmeldeschluss: 16.10.2021

21H50166

André Helbig
Samstag, 23.10.2021, 10:00 - 18:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
58,00 Euro, Kleingruppe

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, kennen und wie Sie Ihrem Foto das gewisse Etwas verleihen. Lightroom vereint damit alle wichtigen Werkzeuge zur Verwaltung, Bearbeitung und zur Präsentation Ihrer Fotos.

Folgende Themen werden behandelt:

- Voreinstellungen des Programms, Fotos importieren und organisieren
- Metadaten und Kataloge, Grundlagen der Bildbearbeitung (Tonwertkorrektur, Farbverbesserung, Schärfen, Rauschreduzierung etc.)
- Kreative Bildlooks, Ausarbeitungen von Portraits, Landschafts- oder Nachtaufnahmen, HDR Look, Colorkey, Belichtungsprobleme
- von Farbe zu Schwarzweiß – Grundoptimierungen
- Export der bearbeiteten Fotos

Voraussetzungen: PC Kenntnisse, eigene Fotografien können mitgebracht werden
Anmeldeschluss: 26.11.2021

21H50167

Ivonne Peupelmann
Freitag, 08.10.2021, 17:00 - 20:00 Uhr
Samstag, 09.10.2021, 09:00 - 15:00 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
80,00 Euro
Kleingruppe



Bessere Fotos mit der Systemkamera

Üben Sie den richtigen Umgang mit einer digitalen Spiegelreflexkamera, einer digitalen Systemkamera oder einer digitalen Bridgekamera! Sie werden kompetent in Bildgestaltung, Bildaufbau und in die Einschätzung von Lichtverhältnissen eingeführt. Nach diesem Kurs fühlen Sie sich absolut vorbereitet für die professionelle Fotografie von Menschen, die Fotografie im Alltag, zu Familienfesten, unter Freunden, auf der Straße oder in der Natur. Auf einer Fotoexkursion wird das Besprochene in der Praxis geübt, die entstandenen Aufnahmen werden anschließend ausgewertet.

Mitzubringen: digitale Kamera und vorhandenes Zubehör

21H50180

André Helbig

Samstag, 25.09.2021, 10:00 - 17:30 Uhr

Sonntag, 26.09.2021, 10:00 - 17:30 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

108,00 Euro

Kleingruppe

21H50182

André Helbig

Samstag, 22.01.2022, 10:00 - 17:30 Uhr

Sonntag, 23.01.2022, 10:00 - 17:30 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum

108,00 Euro

Kleingruppe

Internetseitengestaltung

Internetseitengestaltung mit WordPress

Lernen Sie schnell und ohne Ballast, wie Sie mit WordPress moderne Websites erstellen, verwalten und für Suchmaschinen optimieren. Unterstützt mit leicht verständlichen, praxisnahen Beispielen und Tipps, zeigen wir Ihnen, wie Sie clever und zielorientiert mit WordPress innerhalb kurzer Zeit über Ihre eigene Website verfügen.

Sie lernen, wie in WordPress ansprechende Websites erstellt und bearbeitet werden. Von der WordPress-Installation über die Erstellung verschiedenster Inhalte mit dem neuen Gutenberg-Editor über das Design bis hin zur Auswahl von Plugins und der Anpassung der Website erfahren Sie alles Wissenswerte.

Aus dem Inhalt:

- WordPress installieren
- das Dashboard
- Blogbeiträge und Seiten mit dem Gutenberg-Editor erstellen und verwalten
- Bilder, Audio, Video
- Plugins und Widgets nutzen
- Themes nutzen und anpassen
- Suchmaschinenoptimierung

Anmeldeschluss: 12.03.2022

21H50301

Patrizia Kramer

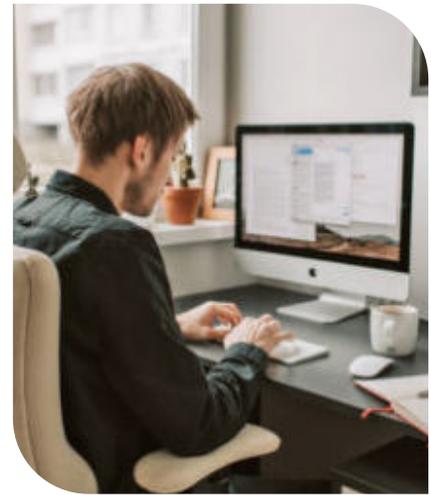
dienstags und donnerstags, 22.03.2022 -

31.03.2022, 18:00 - 21:00 Uhr, 4 Abende

vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

268,00 Euro

VHeSpesso



Webseiten ins Internet bringen

WordPress ist auch 2021 noch das Content-Management-System (CMS) der Wahl für kleine und mittelgroße Webseiten. Es ist ohne Programmierkenntnisse leicht zu bedienen und zu erlernen. Wir schauen uns gemeinsam an, was rund um die Installation und Pflege der eigenen Webseite beachtet werden sollte. Im Mittelpunkt stehen Fragen, die beim Aufbau einer Webseite mit WordPress immer wieder auftauchen.

- Was ist bei der Auswahl des Hosters zu beachten?
- Wie funktioniert die Installation?
- Welche Pflichtangaben gehören auf eine gute Website?
- Welches Theme eignet sich für die Website?
- Auf welche Plugins sollte nicht verzichtet werden?
- Welche Rolle spielt Suchmaschinenoptimierung?

Anmeldeschluss: 29.03.2022

21H50302

Patrizia Kramer

Dienstag, 05.04.2022, 18:00 - 21:00 Uhr

vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

65,00 Euro

VHeSpesso



Besuchen Sie die
kostenfreien Fotoworkshops,
welche Herr Helbig im Rahmen der
BUGA 2021 auf den
Dornburger Schlössern anbietet.
Termin: 19.09.2021 – siehe Seite 14.

Tastschreiben aktiv – Sicher und einfach schreiben lernen (online)

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. Der Kurs ist perfekt für Sie, wenn Sie:

- das Zehnfingerschreiben am PC systematisch, sicher und auf abwechslungsreiche Weise erlernen möchten
- Ihre vorhandenen Kenntnisse vertiefen und erweitern möchten
- in Ihrem Beruf auf den schnellen Umgang mit dem PC angewiesen sind
- sich als Schüler*innen und Berufseinsteiger*innen sowie als Studierende auf Ihre Berufstätigkeit vorbereiten möchten
- auch außerhalb des Berufs schnell und sicher Texte verarbeiten möchten

Dieser Kurs wird in der vhs.cloud durchgeführt.

Unmittelbar nach diesem Kurs kann ein Aufbautraining zur Steigerung der Schreibgeschwindigkeit besucht werden. Es findet im selben Rhythmus wie der Grundkurs statt. Dieser Aufbaukurs in Kleingruppe umfasst 4 Abende mit insgesamt 12 UE. Entgelt: 60,00 € (Mindestteilnehmendenzahl: 5)

Anmeldeschluss: 01.11.2021

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50401

Heidrun Rau
montags und mittwochs, 08.11.2021 - 08.12.2021, 18:00 - 19:30 Uhr, 10 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
95,00 Euro

Tastschreiben aktiv – Sicher und einfach schreiben lernen

Inhalte siehe Kurs 21H50401

Anmeldeschluss: 03.01.2022

21H50402

Heidrun Rau
montags und mittwochs, 10.01.2022 - 31.01.2022, 17:00 - 19:15 Uhr, 7 Abende
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
95,00 Euro

Tastschreiben aktiv – Trainingskurs

Aufbautraining zur Steigerung der Schreibgeschwindigkeit mit internem Test in einer 10-Minuten Abschrift.

21H50402A

Heidrun Rau
Termin: im Anschluss an die Grundkurse
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
60,00 Euro
Kleingruppe

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 5 bis 7, Sekundarstufe I

Anmeldeschluss: 18.10.2021
Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50410

N. N.
montags - freitags,
25.10.2021 - 29.10.2021,
09:00 - 14:30 Uhr, 5 Tage
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
99,50 Euro (bereits ermäßigtes Entgelt)

Berufliche Korrespondenzen nach DIN

Der Kurs vermittelt die grundlegenden Regeln beim Verfassen von geschäftlichen 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 und E-Mails nach DIN 5008
- Gestaltung von Briefen
- Zeichensetzung, Zahlen und Abkürzungen
- Silbentrennung, Trennstriche und Gedankenstriche
- Klar und verständlich kommunizieren

Anmeldeschluss: 08.11.2021

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50420

Carola Lück
montags und mittwochs, 15.11.2021 - 29.11.2021, 17:00 - 19:15 Uhr, 5 Abende
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum
240,00 Euro
VHeSpresso

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.

Anmeldeschluss: 02.11.2021

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

21H50421

Angelika Riedl
dienstags und donnerstags, 09.11.2021 - 23.11.2021, 17:00 - 19:15 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a
230,00 Euro, VHeSpresso



XPERT Business Akademie Thüringen



Ihr kaufmännisches Schulungsangebot in Thüringen mit Durchführungsgarantie! Ein Kooperationsprojekt von Volkshochschulen in Thüringen unter der Leitung der vhs Jena.

Sie suchen eine qualifizierte kaufmännische Weiterbildung vor Ort, dann ist das Angebot der „Xpert Business Akademie Thüringen“ genau richtig für Sie.

Buchen Sie Ihre Weiterbildung über Ihre Volkshochschule vor Ort. Die Veranstaltungen finden als online-Seminar sog. „Webinar“ statt. Ein zubuchbares persönliches Coaching in Ihrer vhs rundet die Qualifizierung ab und bereitet Sie professionell auf Ihre Prüfung vor.



Die Weiterbildung können Sie mit folgenden Abschlüssen beenden:

- **Zertifikat** für den einzelnen Kurs (Fachthema)
- **Fachkraft** (Finanzbuchführung, Internes und Externes Rechnungswesen, Lohn und Gehalt, Büromanagement)
- **Buchhalter** (Finanzen, Personal und Lohn, Finanzen und Lohn)
- **Manager Betriebswirtschaft** (Rechnungswesen und Controlling, Rechnungswesen, Lohn, Controlling)



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	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vortragen								●



Mehr Informationen erhalten Sie im Internet und auf der Informationsveranstaltung.



Xpert Business Akademie Thüringen

Xpert Business LernNetz – Infoveranstaltung und Techniktest in Jena

21H50500

Christian Ziege

Montag, 11.10.2021, 18:00 - 19:30 Uhr
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum
entgeltfrei

Xpert Business LernNetz – Infoveranstaltung (online)

21H50500A

Christian Ziege

Montag, 18.10.2021, 18:00 - 19:30 Uhr
vhs, virtueller Klassenraum
entgeltfrei

Xpert Business LernNetz – 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 sind nicht erforderlich.

21H50501

Webinar

dienstags und donnerstags, 09.11.2021 - 27.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50530

Intensivlehrgang – Webinar

montags - freitags,
07.09.2021 – 24.09.2021,
10:00 - 13:00 Uhr, 14 Vormittage
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50550

Videolehrgang – Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden,
20 Einheiten zu je 120 Minuten
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro



Xpert Business LernNetz – 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.

Voraussetzung: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

21H50502

Webinar

dienstags und donnerstags, 09.11.2021 - 27.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50532

Intensivlehrgang – Webinar

montags-freitags,
28.09.2021 – 15.10.2021,
10:00 - 13:00 Uhr, 14 Vormittage
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50551

Videolehrgang – Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden,
20 Einheiten zu je 120 Minuten
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

Xpert Business LernNetz – 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 sind nicht erforderlich.

21H50503

Webinar

dienstags und donnerstags, 09.11.2021 - 27.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50531

Intensivlehrgang – Webinar

montags-freitags,
07.09.2021 – 24.09.2021,
10:00 - 13:00 Uhr, 14 Vormittage
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50552

Videolehrgang – Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden,
20 Einheiten zu je 120 Minuten
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

Xpert Business LernNetz – 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.

Voraussetzung: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1“ vermittelt.

21H50504

Webinar
dienstags und donnerstags, 09.11.2021 - 27.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50533

Intensivlehrgang – Webinar
montags-freitags,
28.09.2021 – 15.10.2021,
10:00 - 13:00 Uhr, 14 Vormittage
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50553

Videolehrgang – Webinar
Der Kurs kann individuell gestartet werden,
20 Einheiten zu je 120 Minuten
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

Xpert Business LernNetz – Einnahmen-Überschuss-Rechnung

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 sind nicht erforderlich.

21H50505

Webinar
dienstags und donnerstags, 09.11.2021 - 14.12.2021, 18:30 - 20:30 Uhr, 11 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
185,00 Euro

21H50554

Videolehrgang – Webinar
Der Kurs kann individuell gestartet werden,
11 Einheiten zu je 120 Minuten
vhs, virtueller Klassenraum
185,00 Euro

Xpert Business LernNetz – 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.

Voraussetzung: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

21H50506

Webinar
dienstags und donnerstags, 09.11.2021 - 27.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50555

Videolehrgang – Webinar
Der Kurs kann individuell gestartet werden,
20 Einheiten zu je 120 Minuten
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

Xpert Business LernNetz – 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.

Voraussetzung: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

21H50507

Webinar
dienstags und donnerstags, 09.11.2021 - 27.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50556

Videolehrgang – Webinar
Der Kurs kann individuell gestartet werden,
20 Einheiten zu je 120 Minuten
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

Xpert Business LernNetz – 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.

Voraussetzung: Kenntnisse, wie in den Kursen „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.

21H50508

Webinar
dienstags und donnerstags, 09.11.2021 - 27.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50557

Videolehrgang – Webinar
Der Kurs kann individuell gestartet werden,
20 Einheiten zu je 120 Minuten
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro



Xpert Business LernNetz – 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 Controllinginstrumente 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 und Gegenmaßnahmen zu entwickeln.

Voraussetzung: Kenntnisse, wie in den Kursen „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.

21H50509

Webinar
dienstags und donnerstags, 09.11.2021 - 27.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50558

Videolehrgang – Webinar
Der Kurs kann individuell gestartet werden, 20 Einheiten zu je 120 Minuten
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

Xpert Business LernNetz – 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 sind nicht erforderlich.

21H50510

Webinar
dienstags und donnerstags, 09.11.2021 - 27.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50559

Videolehrgang – Webinar
Der Kurs kann individuell gestartet werden, 20 Einheiten zu je 120 Minuten
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

Xpert Business LernNetz – Personalwirtschaft

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen insbesondere kleine und mittelgroße Unternehmen die Vorteile, ihre Mitarbeitenden zielgerichtet einzusetzen und leiten zu können. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeitenden auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmenden berücksichtigt werden.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

21H50511

Webinar
dienstags und donnerstags, 09.11.2021 - 25.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50560

Videolehrgang – Webinar
Der Kurs kann individuell gestartet werden, 20 Einheiten zu je 120 Minuten
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

Xpert Business LernNetz – Finanzbuchführung 3 DATEV

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Voraussetzung: Kenntnisse, wie in den Kursen „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt!

21H50512

Webinar
dienstags und donnerstags, 23.11.2021 - 27.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 16 Abende
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro

21H50561

Videolehrgang – Webinar
Der Kurs kann individuell gestartet werden, 16 Einheiten zu je 120 Minuten
vhs, virtueller Klassenraum
295,00 Euro



Xpert Business LernNetz – Lohn und Gehalt 3 DATEV

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter*innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Voraussetzung: Kenntnisse, wie in den Kursen „Lohn und Gehalt 1 und 2“ vermittelt!

21H50513

Webinar

dienstags und donnerstags, 23.11.2021 - 27.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 16 Abende vhs, virtueller Klassenraum 295,00 Euro

21F50562

Videolehrgang – Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden, 16 Einheiten zu je 120 Minuten vhs, virtueller Klassenraum 295,00 Euro

Xpert Business LernNetz – Finanzbuchführung 3 LEXWARE

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware Lexware anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen, wie z.B. Summen und Saldenlisten, OP-Listen und USt-Voranmeldung zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Kursinhalte:

- Eingabe/Übernahme von Eröffnungsbilanzen
- Buchen der täglichen Geschäftsvorfälle
- Drucken von Auswertungen
- Mahnwesen und Zahlungsvorschlag
- Periodenabschluss

Voraussetzung: Kenntnisse, wie in den Kursen „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt!



21H50514

Webinar

dienstags und donnerstags, 23.11.2021 - 27.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 16 Abende vhs, virtueller Klassenraum 295,00 Euro

Xpert Business LernNetz – Lohn und Gehalt 3 LEXWARE

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software Lexware anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter*innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Kursinhalte:

- Institutionsdaten verwalten
- Anlegen von Lohnarten
- Anlegen von Firmen- und Mandantenstammdaten
- Durchführen von Lohn- und Gehaltsabrechnungen
- Ausgeben von Auswertungen
- Lohnjournale
- Bescheinigungen erstellen

Voraussetzung: Kenntnisse, wie in den Kursen „Lohn und Gehalt 1 und 2“ vermittelt!

21H50515

Webinar

dienstags und donnerstags, 23.11.2021 - 27.01.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 16 Abende vhs, virtueller Klassenraum 295,00 Euro

Softskills – Berufliche Grundkompetenzen

Angebote der Marke „Xpert personal business skills“

Ihre Vorteile:

- Xpert personal business skills bringen Sie beruflich und privat weiter.
- Sie erlernen genau die Fähigkeiten, die der Arbeitsmarkt fordert.
- Sie begeistern, motivieren und überzeugen Ihre Gesprächspartner:innen.
- Der Umgang mit anderen verbessert sich und Sie kommunizieren geschickter im Team.
- Sie gewinnen an Souveränität.
- Ihre Arbeit gewinnt an Qualität.

Unsere Qualität:

- Anerkannte Module mit verbindlichen Zielen und Inhalten.
- Bundesweit einheitliche Prüfungen.
- Aktuelle Seminarunterlagen (Lehrbücher) zu jedem Modul.
- Online-Prüfung liefert sofortige Prüfungsergebnisse.
- Erhalt der Zertifikate nach 14 Tagen.
- Die Kombination aus theoretischer Prüfung und praxisnahem Kurs überzeugt Unternehmen.

Prüfungsmöglichkeiten:

Sie können jeden Kurs mit einer eigenen Prüfung abschließen.

In Verbindung mit einer qualifizierten Teilnahmebescheinigung der vhs haben Sie einen wertvollen Nachweis über Ihre theoretischen Kenntnisse und praktischen Fähigkeiten in der Hand.

Die Online-Prüfung findet unter Aufsicht in Ihrer Volkshochschule statt und dauert 45 Minuten. Preisinformationen erhalten Sie in der vhs.

Projekte organisieren – Projektmanagement

Phasen eines Projektes mit den jeweiligen Aufgaben der Projektplanung

- Sicher umgehen mit Planungsinstrumenten (z.B. Balkendiagramm, Meilensteinplanung)
- Projekte erfolgreich aufsetzen und starten
- Eigene Projekte strukturieren und koordinieren
- Projektphasen und Schwerpunkte planen, steuern und kontrollieren
- Projektwerkzeuge kennen
- Den kritischen Pfad eines Projektes erkennen
- Teams bilden und Rollen zuweisen
- Im Projektteam kommunizieren und zusammenarbeiten

Anmeldeschluss: 20.11.2021

21H50601

René Knizia

Samstag, 27.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 28.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

266,00 Euro

VHeSpresso

Zeit optimal nutzen - Zeitmanagement

Den Selbstmanagement-Regelkreislauf verinnerlichen

- Ziele setzen nach smart
- Verständnis für den Zusammenhang zwischen Selbst-, Zeit- und Stressmanagement bekommen
- Den zielgerichteten bzw. bewussten und praktischen Einsatz von Prioritätenmodellen (z.B. ABC-Analyse; Eisenhower Prinzip oder Pareto-Prinzip) und Planungsregeln erlernen
- Den bewussten Umgang mit Fremd- und Selbstbestimmung trainieren
- Gegenstrategien für Zeitdiebe und Zeitfresser entwickeln

Anmeldeschluss: 02.10.2021

21H50602

René Knizia

Samstag, 09.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 10.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

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

266,00 Euro

VHeSpresso

Wirksam vortragen

Aufbau und Funktionsweise von Kommunikation in Vortragssituationen

- Verschiedene Arten der Informationsvermittlung
- Visualisierung und anschaulicher Redeaufbau
- Training des zielgerichteten bzw. bewussten und praktischen Einsatzes von Fünf-Satz als Strukturmittel und Körpersprache im Vortrag
- Aufbau von Spannungsbögen
- Effiziente Vorbereitung
- Lampenfieber überwinden

Anmeldeschluss: 04.12.2021

21H50603

René Knizia

Samstag, 11.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 12.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

266,00 Euro

VHeSpresso

Erfolgreich verhandeln

Aufbau und Funktionsweise von Kommunikation

- Zielgerichteter bzw. bewusster und praktischer Einsatz von Körpersprache, aktivem Zuhören und Fragetechniken
- Aufbau von Verhandlungen
- Aufbau von Argumentationsstrategien
- Bewertung und Entkräftung von Argumenten

Anmeldeschluss: 06.11.2021

21H50604

René Knizia

Samstag, 13.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 14.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

vhs, Paradiesstr. 6, SR 2

266,00 Euro

VHeSpresso



Konflikte lösen – Konfliktmanagement

Aufbau und Funktionsweise von Kommunikation – Wie kommt es zu Konflikten?

- Praktischer Einsatz von deeskalierenden Gesprächstechniken
- Aufbau von Konfliktlösungsgesprächen (z.B. nach KAUB)
- Ich-Botschaften
- Kritikregeln
- Aufbau von Konfliktspiralen und Deeskalationsstrategien
- Den Umgang mit Toleranz und Akzeptanz verinnerlichen
- Kreative Konfliktlösungen entwickeln
- Win-Win-Gedanke

Anmeldeschluss: 15.01.2022

21H50605

René Knizia

Samstag, 22.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 23.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Seminarraum

266,00 Euro, VHeSpresso



Unsere Infektionsschutzregeln

Die vhs Jena hat für alle Unterrichtsräume ein Infektionsschutzkonzept erarbeitet. Dieses wird am ersten Kurstag vorgestellt. Alle Teilnehmenden unterschreiben, dass sie dieses zur Kenntnis genommen haben und einhalten werden. Wir bitten um Ihr Verständnis und die konsequente Einhaltung der Regeln.

Bitte beachten Sie:

Die Anmeldung und die Rechnungslegung zu diesen Kursen erfolgt direkt über den Beutenberg Campus e.V. (weiterbilden@beutenberg.de) oder im Internet unter <https://www.beutenberg.de/karriere/weiterbildung/>



Digitale Fotografie

Hier geht es ganz praktisch um das professionelle Arbeiten mit einer digitalen Spiegelreflexkamera.

Erweiterte Grundlagen

- Gestaltungsoptionen mit einer digitalen Spiegelreflexkamera (DSLR)
- Begriffe derameratechnik und Gestaltung ordnen
- Technische Parameter bestimmten visuellen Effekten zuordnen
- Grundlagen der Bildgestaltung
- Gemeinsame technische Umsetzung auf dem Gelände des Beutenberg Campus'

21H52001

Jonas Tegtmeyer

Dienstag, 14.09.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Technologie- und Innovationspark Jena,
Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum
170,00 €

Excel – Datenbankfunktionalitäten

Hier geht es ganz praktisch um das effiziente Arbeiten mit dem MS Office-Programm Excel, insbesondere um die Nutzung der Datenbankfunktionalitäten des Programms.

- Import und Export von Daten, Einbindung von Web-Daten
- Teilergebnisse automatisch und manuell
- Gliederung und Gruppierung
- Ansicht und Druck großer Tabellen
- Eingabehilfen (Dropdownfelder, Kommentare)
- Datenaufteilung oder Zusammenführung
- Management der Datenverbindungen

21H52002

Carola Lück

Dienstag, 28.09.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Technologie- und Innovationspark Jena,
Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum
170,00 €

Adobe Photoshop CS6

In diesem Workshop geht es ganz praktisch um die professionelle Bearbeitung digitaler Bilder.

Erweiterte Grundlagen

- Übersicht über Bilddatenformate
- Überblick über verfügbare Werkzeuge
- Prinzipien der Bildoptimierung
- Umgang mit Ebenen und Ebenenmasken
- Nutzung von Auswahl- und Klonwerkzeugen

21H52003

Jonas Tegtmeyer

Dienstag, 21.09.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Technologie- und Innovationspark Jena,
Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum
170,00 €

Excel – Pivot-Tabellen zur Datenauswertung

In diesem Workshop stellen wir Ihnen die Nutzung der Auswertefunktion mittels Pivot-Tabellen vor.

- Schnelle interaktive Auswertung von langen Listen ohne Formeln
- Einstellungen und spezielle Filtermöglichkeiten
- Erstellung zugehöriger filterbarer Diagramme
- Erstellung unabhängiger Pivot-Tabellen für veränderte Einstellungen
- Auswertung mehrerer ähnlicher Tabellen

21H52004

Carola Lück

Dienstag, 05.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Technologie- und Innovationspark Jena,
Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum
170,00 €

Zoom – Online-Meetings professionell organisieren

In diesem Workshop geht es praxisnah um die erfolgreiche Strukturierung von Zoom-Meetings und deren Moderation. Wir zeigen Ihnen, was ein produktives Zoom-Meeting ausmacht und mit welchen Kommunikationstechniken Sie dies erreichen.

- Zoom-Meetings schnell und erfolgreich starten
- Kommunikationstechniken für Besprechungen über Zoom
- Technische Voraussetzungen für Zoom-Meetings
- Wichtige Regeln für Zoom-Meetings
- Rollenverteilung
- Hilfsmittel
- Präsenz und Feedback
- Virtuelle Teamarbeit und Interaktion mit Zoom
- Tipps und Tricks (z.B. Einbindung von Umfragen etc.)

21H52005

Francesco Cavassa

Dienstag, 09.11.2021, 09:00 - 14:30 Uhr
Technologie- und Innovationspark Jena,
Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum
150,00 €

Word – Große Dokumente erstellen und managen

Sie schreiben an einem Bericht, einer wissenschaftlichen Arbeit oder ähnlichem und wollen diese erfolgreich aber vor allem effizient strukturieren. Dieser Workshop stellt Ihnen die diversen Möglichkeiten der Arbeit mit großen Dokumenten vor.

- Nutzung und Anpassung von Formatvorlagen
- Erstellen und Bearbeiten von verschiedenen Verzeichnissen und Indizes
- Abschnitte erstellen und managen
- Komplexe Kopf- und Fußzeilen, komplexe Gliederungen
- Arbeit mit der Gliederungsansicht
- Fuß- und Endnoten erstellen und bearbeiten
- Textmarken und Querverweise erstellen und bearbeiten
- Arbeiten im Team
- Tipps & Tricks

Carola Lück

Dienstag, 23.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Technologie- und Innovationspark Jena,
Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum
170,00 €

Excel – Tipps und Tricks

Verschaffen Sie sich einen Überblick über effizientes und zeitsparendes Arbeiten mit MS Excel. In diesem Workshop zeigen wir Ihnen zahlreiche Tricks und Kniffe für den alltäglichen Gebrauch.

- Umgang mit großen Tabellen (Ansicht, Druck, Sortieren, Filtern)
- Druckoptimierung
- Einrichtung einfacher Drop-Down-Listen
- Vorlagen erstellen und nutzen, Schutz von Formeln
- Nutzung von Namen zur vereinfachten Handhabung von Zellen und Zellbereichen
- Bedingtes Format
- Intelligente Tabellen

21H52007

Carola Lück

Dienstag, 22.02.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Technologie- und Innovationspark Jena,
Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum
170,00 €

Formulare mit Word und Excel erstellen

In diesem Workshop wird Ihnen gezeigt, welche Möglichkeiten Sie zur Formularerstellung in der Textverarbeitung bzw. Tabellenkalkulation besitzen und wie Sie es professionell zum Einsatz bringen.

Word:

- Erstellung und Nutzung von Vorlagen in Word und Excel
- Nutzung von Formularelementen und Schutz von Dokumenten
- Spezielle Felder zur Dokumentautomatisierung

Excel

- Nutzung von professionellen Formularelementen und deren Ansteuerung über Excel
- Druckeinstellungen und Funktionen zur Auswertung von Formulareingaben
- Möglichkeiten zum Schutz von Blättern und Mappen

21H52008

Carola Lück

Dienstag, 08.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Technologie- und Innovationspark Jena,
Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum
170,00 €



Affinity Publisher – Ein professionelles Layout-Programm

In diesem Workshop wird das neue Layout-Programm Affinity Publisher von Serif vorgestellt. Die Vorteile der Software gegenüber InDesign sind vor allem die Geschwindigkeit und der vergleichsweise günstige Erwerb ohne Abo-Zwang. An einem Beispielprojekt werden die Basisfunktionen von Affinity Publisher gezeigt, welche den Wechsel von Adobe InDesign erleichtern.

Voraussetzungen für diesen Workshop sind der sichere Umgang mit Windows oder MacOS sowie Grundkenntnisse in Adobe InDesign oder einem anderen Layout-Programm.

- Import-Möglichkeiten bestehender InDesign-Dokumente
- Erklärungen zur Oberfläche von Affinity Publisher
- Master-Seiten erzeugen
- Rahmentext und Grafiktext
- Absatzformate und Textumbruch
- Bilder und andere Dateien platzieren
- Arbeiten mit Ebenen
- Bildbearbeitung innerhalb Affinity Publisher via Studiolink
- Affinity Publisher in Kombination mit Adobe Photoshop und Adobe Illustrator
- Daten sammeln und weitergeben
- PDF-Ausgabe

Vorab können gern Fragen eingereicht werden, um Ablauf und Inhalt des Workshops teilnehmendengerechter zu planen.

21H52009

Patrizia Kramer

Dienstag, 15.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Technologie- und Innovationspark Jena,
Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum
170,00 €

Excel – Häufig genutzte Funktionen

Die Vielfalt der Funktionen im Tabellenkalkulationsprogramm Excel ist enorm. Viele Arbeitsschritte lassen sich bei einem professionellen Einsatz erleichtern. Die häufigsten Funktionen und deren Einsatzmöglichkeiten wollen wir in diesem Workshop aufzeigen.

- Allgemeine Syntax und Eingabemöglichkeiten
- Autofunktionen, laufende Summe
- Unterschied von Runden und Formatieren, verschiedene Rundungsmöglichkeiten
- Fehlersuche und Fehlerbehandlung
- Arbeit mit geschachtelten Funktionen
- Kurzeinblick in Datums- und Zeitfunktionen sowie Textfunktionen

21H52010

Carola Lück

Dienstag, 22.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Technologie- und Innovationspark Jena,
Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum
170,00 €

Excel – Wenn-Funktion und Sverweis

In diesem Workshop zeigen wir Ihnen praxisnah den Einsatz von zwei speziellen Funktionen für die Datenanalyse und Auswertung.

Voraussetzung: Sicherer Umgang mit verschiedenen Zellbezügen (\$)

- Nutzung der WENN-Funktion mit Einblick in verschiedene Funktionsgruppen, die für die Formulierung der Bedingung in der Wenn-Funktion nötig sein können
- Verkettung von mehreren Bedingungen, geschachtelte Wenn-Funktion zur Prüfung von mehr als zwei Fällen
- Automatisches Suchen von genauen Werten aus einer Tabelle oder Einordnen von Daten in Bereiche mit dem SVERWEIS

21H52011

Carola Lück

Dienstag, 05.04.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Technologie- und Innovationspark Jena,
Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum
170,00 €





Grundbildung | Schulabschlüsse



Grundbildung | Schulabschlüsse

128 Alphabetisierung | Grundbildung

129 Schulabschlüsse

130 Vorbereitungskurse für Schulabschlüsse

Liebe Teilnehmende und Interessierte,

die Planung der Veranstaltungen für das Herbstsemester stand noch immer im Kontext von Corona. Daher haben wir viele Kurse vorsorglich mit weniger Teilnehmenden als Kleingruppen geplant. Sollte die Situation es zulassen, werden diese Kurse selbstverständlich auch wieder geöffnet für die normale Gruppenstärke. Damit würde sich auch der Preis verringern. Es gibt aber auch Kurse, die wir aufgrund des Infektionsschutzes im Fall weiterer Einschränkungen verkleinern müssten. Dann würde sich der Preis erhöhen. Natürlich werden alle angemeldeten Teilnehmenden rechtzeitig informiert.

Ihr vhs-Team



Leiterin der vhs
Dr. Angela Anding
Fachbereichsleiterin Alphabetisierung
Telefon 03641 498210
angela.anding@jena.de



Fachbereichsleiter
Christian Ziege
Telefon 03641 498213
christian.ziege@jena.de



Sachbearbeiterin
Sybille Zeise
Telefon 03641 498215
sybille.zeise@jena.de

Kursgrößen und Bezeichnungen:

VHeSpresso: 2 - 4 Teilnehmende. Durchführungsgarantie ab 2 Teilnehmenden, wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Minigruppe: 2 - 4 Teilnehmende. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als Kleingruppe oder als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe: 5 - 7 Teilnehmende. Wird nicht geöffnet. Keine Ermäßigung.

Kleingruppe*: 5 - 7 Teilnehmende. Keine Ermäßigung. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend, und Ermäßigungen sind möglich.

Regulärer Kurs: ab 8 Teilnehmende. Ermäßigung möglich. Bei geringer Nachfrage kann der reguläre Kurs zu einer Kleingruppe verkleinert werden. Der Preis erhöht sich und / oder die Stundenanzahl verringert sich entsprechend. Wir nehmen in diesem Fall vor Kursbeginn mit allen Teilnehmenden Kontakt auf.

Alphabetisierung / Grundbildung

Allein in Thüringen leben ca. 160.000 deutschsprachige Erwachsene, die nicht oder nur sehr wenig lesen und schreiben können. Bedenklich ist auch die Tatsache, dass in Deutschland jährlich fast 50.000 junge Menschen die Schule ohne Abschluss verlassen und somit vom Erwerb berufsbezogener Grundkompetenzen so gut wie ausgeschlossen sind.

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.



Weiterführende Links zum Thema:

Menschen mit deutscher Muttersprache, die Schwierigkeiten mit dem Lesen und Schreiben haben, erhalten im „vhs-Lernzentrum Lesen und Schreiben“ eine zweite Chance, sich diese Grundkompetenz anzueignen.

www.alphabetisierung.de
www.mein-schlüssel-zur-welt.de
www.vhs-lernportal.de
www.ichance.de
www.alphabuendnis.de
www.grundbildung.de
www.alphabund.de (AlphaKommunal – Kommunale Strategie für Grundbildung)
<https://www.alphagrund-projekt.de/> (Arbeitsplatzbezogene Grundbildung für Unternehmen) <https://blogs.epb.uni-hamburg.de/leo/> (Hier finden Sie die Ergebnisse der leo-Studie 2018 zum Thema: »Literalität von Erwachsenen auf den unteren Kompetenzniveaus«)

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. Bei der Beratung wird selbstverständlich die volle Anonymität gewahrt, sie ist vertraulich und kostenfrei! Wenn Sie Personen aus Ihrer Bekanntschaft, Verwandtschaft oder aus Ihrem Arbeitsumfeld kennen, die nicht ausreichend lesen und schreiben können, dann ermutigen Sie diese doch, sich an der vhs beraten zu lassen.

Ansprechpartnerin: Dr. Angela Anding
Telefon 03641 498210
E-Mail: angela.anding@jena.de

Weitere Informationen erhalten Sie unter:
www.vhs-th.de/alphabetisierung



Lernen am Telefon

Besser Lesen, Schreiben und Rechnen für Erwachsene

So funktioniert es:

1. Rufen Sie die kostenfreie Telefonnummer 0800 89 89 789 an.
2. Sie bekommen eine persönliche Lehrkraft, mit der Sie abstimmen, was und wie häufig Sie lernen wollen.
3. Anschließend erhalten Sie Übungen über Internet, E-Mail und Post. Diese bearbeiten Sie alleine oder gemeinsam am Telefon.
4. Sie erhalten ein regelmäßiges Feedback und führen Gespräche zu Ihrem Lernfortschritt.

Kosten?

Lernen am Telefon ist ein kostenfreies Lernangebot und wird durch den Thüringer Volkshochschulverband e.V. koordiniert.

Wer?

Erwachsene, die Schwierigkeiten mit dem Lesen, Schreiben und Rechnen haben.

Thüringer Grundbildungshotline: 0800 89 89 789

Machen Sie den ersten Schritt!

Sie möchten besser lesen, schreiben, rechnen können oder sicherer am Computer bzw. Smartphone werden? In Thüringen gibt es zahlreiche Lernangebote – auch in Ihrer Nähe. Informationen erhalten Sie bei der Thüringer Grundbildungshotline.

Beratungszeiten:

Dienstag, Mittwoch und Donnerstag von 10:00 – 15:00 Uhr

Kostenfreie Hilfen:

Telefonberatung, Kurse, Lern-Café, Lernen am Telefon, Online-Lernen

Alphabetisierung für Anfänger und Fortgeschrittene

Einstieg laufend möglich

21H607001

Marita Reinhardt, dienstags und donnerstags, 21.09.2021 - 18.01.2022, 16:00 - 17:30 Uhr, 30 Nachmittage, vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum, 65,50 Euro



Schulabschlüsse

Allgemeine Hinweise

Die vhs bereitet Sie mit ihren Kursen für den Erwerb eines externen Schulabschlusses nur auf die Prüfungen vor! Sie erhalten das Zeugnis von einer staatlichen Schule (vollwertiger Abschluss). Es gibt keine Vornoten: Prüfungsnoten = Endnoten!

- Unterricht: Montag - Donnerstag ab 17:00 Uhr / teilweise freitags
- Unterrichtsort: Staatliches Gymnasium oder Gemeinschaftsschule
- Kosten: ca. 1.100,00 € pro Schuljahr
- Achtung: Das Lehrmaterial wird als e-Book zur Verfügung gestellt. Ein mobiles Endgerät (Laptop, Tablet) ist hierfür erforderlich!

Bei der Anmeldung sind bitte vorzulegen:

- Kopie des letzten Zeugnisses der allgemeinbildenden Schule (Zeugnis 8. Klasse oder Hauptschulabschluss oder Realschulabschluss)
- Formloser Antrag mit Anschrift, E-Mail und Telefonnummer
- Tabellarischer Lebenslauf mit Passbild

Erwerb des Hauptschulabschlusses – Vorbereitungskurs*

Zugangsvoraussetzungen:

Vollendung des 16. Lebensjahres
Sie sind nicht Schüler*in einer Regelschule, einer Gemeinschaftsschule, eines Gymnasiums, einer Gesamtschule, einer Förderschule, einer Berufsschule oder einer Berufsfachschule.

Sie haben Ihre 10-jährige Schulpflicht absolviert.

Unterrichts- / Prüfungsfächer sind:

im schriftlichen Teil Deutsch, Mathematik, Englisch
im mündlichen Teil eine Naturwissenschaft sowie Sozialkunde
im praktischen Teil: Wirtschaft-Recht-Technik

Kursdauer:

ein Schuljahr
4 Abende wöchentlich
17:00 - 21:00 Uhr

Erwerb des Realschulabschlusses (Mittlere Reife) – Vorbereitungskurs*

Zugangsvoraussetzungen:

Vollendung des 16. Lebensjahres
Sie sind nicht Schüler*in einer Regelschule, einer Gemeinschaftsschule, eines Gymnasiums, einer Gesamtschule, einer Förderschule, einer Berufsschule oder einer Berufsfachschule.

Sie haben Ihre 10-jährige Schulpflicht absolviert.

Unterrichts- / Prüfungsfächer sind:

im schriftlichen Teil: Deutsch, Mathematik, Englisch, eine Naturwissenschaft
im mündlichen Teil 1: zwei Fächer aus der Auswahl der schriftlichen Prüfungen
im mündlichen Teil 2: Sozialkunde und Geographie

Anzahl der Prüfungen zusammengefasst:

4 schriftliche Prüfungen,
4 mündliche Fächer

Kursdauer:

ein Schuljahr
4 Abende wöchentlich
Jeweils 17:00 - 21:00 Uhr



* Die Kurse zur Vorbereitung auf den Haupt- und Realschulabschluss werden als sogenannter Kombikurs durchgeführt. Wie das funktioniert, erläutern wir ausführlich in der Informationsveranstaltung Ende August.

Ein vorheriges Beratungsgespräch ist empfehlenswert! Anmeldung für das Schuljahr 2022/23 bis 31. Juli 2022 möglich!

Erwerb des Abiturs – Vorbereitungskurs

Zugangsvoraussetzungen:

Vollendung des 19. Lebensjahres zu Beginn der zweiten Teilprüfung
Wohnsitz in Thüringen seit mind. 12 Monaten zu Beginn der zweiten Teilprüfung
Sie sind nicht Schüler*in eines Gymnasiums, einer Gemeinschaftsschule, einer Gesamtschule, eines beruflichen Gymnasiums oder Kollegs.
Sie haben nicht mehr als einmal eine Prüfung zum Erwerb der allgemeinen Hochschulreife erfolglos abgelegt

Unterrichts- / Prüfungsfächer sind:

im schriftlichen Teil 1 (erhöhtes Anforderungsniveau): Deutsch, Englisch
im schriftlichen Teil 2 (grundlegendes Anforderungsniveau): Mathematik, Geschichte
im mündlichen Teil: 2. Fremdsprache, Chemie, Biologie, Physik

Kursdauer:

zwei Schuljahre
4 Abende wöchentlich, einmal monatlich auch freitags
17:00 - 20:10 Uhr / z. T. bis 21:00 Uhr

Der Einstieg ist jährlich möglich.

Informationsabende

Erwerb des Haupt- und Realschulabschlusses - Infoabend

Christian Ziege
Dienstag, 31.08.2021, 17:00 - 18:30 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum
entgeltfrei

Erwerb des Abiturs - Infoabend

Christian Ziege
Dienstag, 31.08.2021, 19:00 - 20:30 Uhr
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum
entgeltfrei



Vorbereitungskurse für Schulabschlüsse

Sie möchten im kommenden Schuljahr 2022/23 Ihren Haupt- oder Realschulabschluss bzw. das Abitur nachholen. Kein Problem – wir bereiten Sie fachlich auf die Anforderungen des externen Schulabschlusses professionell vor. Das Einzige, was Sie tun müssen: hohe Motivation und einen festen Willen mitbringen. Dann können wir es auch gemeinsam schaffen.

In diesen Vorbereitungskursen möchten wir Ihnen in drei wichtigen schriftlichen Prüfungsfächern eine Starthilfe bieten. Wiederholen Sie die wichtigsten Formeln und Rechenarten der Mathematik, üben Sie Vokabeln in Englisch oder steigen Sie ein in Interpretationen, Erörterungen und das Schreiben von deutschen Texten.

Deutsch – Vorbereitungskurs

21H60220

montags und dienstags, 30.05.2022 - 11.07.2022, 17:00 - 18:30 Uhr, 12 Abende
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2
33,80 Euro

In diesem Kurs können wir Ihnen keine Ermäßigung gewähren.

Englisch – Vorbereitungskurs

21H60221

mittwochs, 01.06.2022,
17:00 - 19:15 Uhr, 7 Abende
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2
30,20 Euro

In diesem Kurs können wir Ihnen keine Ermäßigung gewähren.

Mathe – Vorbereitungskurs

21H60222

donnerstags, 02.06.2022,
17:00 - 19:15 Uhr, 7 Abende
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2
30,20 Euro

In diesem Kurs können wir Ihnen keine Ermäßigung gewähren.

MACH, WAS DU LIEBST

www.vhs-kursleiter-werden.de

Werde auch du
Kursleiter*in an deiner
Volkshochschule!



Erlebe Dich neu!

Suchen, finden, buchen.
Mit dem vhs-Kursfinder auf
www.volkshochschule.de

Mehr als
500.000 Kurse.
Jetzt
entdecken!

vhs 

Volkshochschule Jena | Grietgasse 17a | 07743 Jena

JenaKultur
Volkshochschule Jena
Grietgasse 17a
07743 Jena

JenaKultur. Ein Eigenbetrieb der Stadt Jena.
Besucheradresse: Grietgasse 17a | 07743 Jena

Ansprechpartnerin: Dr. Angela Anding
Tel. 03641 49-8210
Fax 03641 49-8205
angela.anding@jena.de
www.vhs-jena.de

22. April 2020

Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE02ZZZ00000116042

Ihre Mandatsreferenznummer wird Ihnen mit der ersten Vorabankündigung zum tatsächlichen Lastschrifteinzug noch mitgeteilt.

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Volkshochschule der Stadt Jena Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule der Stadt Jena auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

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

Vorname und Name (Kontoinhaber)

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

Kreditinstitut (Name und BIC)

DE / / / / /
IBAN

Datum, Ort und Unterschrift

Entgeltordnung und Teilnahmebedingungen der vhs Jena

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 16.10.2019 (GVBl. S. 429, 433), hat der Stadtrat der Stadt Jena in der Sitzung am 20.05.2020 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. Als Veranstaltungen werden alle Durchführungsformate verstanden, die digital, online und/oder in direkter Präsenz stattfinden.

2. Es besteht kein Anspruch darauf, dass Veranstaltungen durch bestimmte Dozenten durchgeführt werden.

3. Die vhs kann aus sachlichem Grund Ort, Teilnehmendenzahl und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.

§ 2 Anmeldung, Zahlungspflicht und Teilnehmendenzahl

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 Teilnehmendenzahl je Veranstaltung beträgt in der Regel mindestens acht. Ebenso können Veranstaltungen in Klein- und Kleinstgruppen sowie als Einzelschulungen stattfinden.

3. Zur Zahlung der Entgelte sind die Teilnehmenden einer Veranstaltung verpflichtet, bei Minderjährigen deren gesetzliche Vertreter.

4. Die Entgelte werden mit der verbindlichen Anmeldung zu einer Veranstaltung fällig. Die Anmeldung kann online über die Internetseite der vhs, schriftlich, per Fax, per E-Mail, telefonisch oder persönlich erfolgen und führt auch bei Nichtteilnahme zur Zahlungspflicht. Eine Anmeldebestätigung erfolgt nur bei Anmeldung mit Angabe der E-Mail-Adresse.

5. Die Zahlungspflicht entsteht auch ohne Anmeldung durch die – auch teilweise – Teilnahme an einer Veranstaltung.

6. Teilnehmende, die in eine bereits laufende Veranstaltung einsteigen, haben das volle Entgelt zu entrichten. In begründeten Ausnahmefällen kann hiervon abgewichen werden.

§ 3 Höhe der Entgelte für Veranstaltungen

1. Für Veranstaltungen wird ein Entgelt von 2,00 € bis 50,00 € je Unterrichtseinheit erhoben. Für jeden Kurs wird zusätzlich ein einmaliger Verwaltungsbetrag in Höhe von 5,00 € erhoben. Für Veranstaltungen mit überdurchschnittlich hohem Kostenaufwand können höhere Entgelte verlangt werden.

2. Für Einzelveranstaltungen werden Entgelte von 3,00 € bis 20,00 € erhoben. Für Einzelveranstaltungen mit überdurchschnittlich hohem Kostenaufwand können höhere Entgelte verlangt werden. Von der Erhebung eines Entgeltes kann abgesehen werden, wenn es sich um Veranstaltungen von besonderer Bedeutung handelt oder diese durch Drittmittel finanziert werden.

3. Für eine Unterrichtseinheit 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 Klein- und Kleinstgruppen unter acht Teilnehmenden sowie für einzelne Personen als Einzelschulungen zu erhöhten Entgelten

anbieten. Soll eine Veranstaltung unterhalb der Mindestteilnehmendenzahl stattfinden, kann entweder das Entgelt entsprechend erhöht oder die Zahl der Unterrichtseinheiten reduziert werden. 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 veröffentlichten Programm der vhs.

§ 4 Entgelte für sonstige Leistungen, Bescheinigungen

1. Die Entgelte für Prüfungen werden kostendeckend berechnet und nicht ermäßigt. Für Prüfungen im Auftrag Dritter gelten deren Allgemeine Geschäftsbedingungen.

2. Aufwendungen für Lern- und Arbeitsmaterialien sind von den Teilnehmenden zu tragen und werden gesondert abgerechnet.

3. Bescheinigungen jeglicher Art werden den Teilnehmenden für Veranstaltungen der letzten beiden Semester gegen ein Entgelt von 2,00 € in der Geschäftsstelle ausgehändigt oder auf Wunsch per Mail als pdf-Dokument kostenfrei versendet. Für Bescheinigungen vor diesem Zeitraum wird generell ein Entgelt in Höhe von 5,00 € erhoben. Die Ausstellung einer Bescheinigung über die Teilnahme setzt voraus, dass 80% der Veranstaltung wahrgenommen wurden.

§ 5 Ermäßigungen

1. Das Entgelt für Veranstaltungen wird für Inhabende von JENABONUSKarten, für Vollzeitstudierende, Schülerinnen und Schüler, Auszubildende, Schwerbehinderte, Empfangende von Leistungen nach dem SGB II oder III, Teilnehmende an Freiwilligendiensten um 30 Prozent, für Personen mit Altersbezügen 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, Veranstaltungen zur Vorbereitung von Schulabschlüssen und Veranstaltungen in Klein- und Kleinstgruppen oder Einzelschulungen werden keine Ermäßigungen gewährt.
4. Die vhs kann kundenorientiert und zeitlich befristet weitere Ermäßigungen gewähren. Die Ermäßigungstatbestände werden in geeigneter Weise bekannt gemacht.
5. Ausgewiesene Begleitpersonen behinderter Teilnehmender können kostenfrei an Veranstaltungen teilnehmen.

§ 6 Zahlungsmodalitäten

1. Die Entgelte sind in bar oder per EC-Karte in der Geschäftsstelle der vhs zu entrichten oder unbar im SEPA-Lastschriftverfahren. Ein gültiges SEPA-Lastschriftmandat muss schriftlich erteilt und kann persönlich, postalisch oder per E-Mail übergeben werden. Entgelte für Einzelveranstaltungen werden an der Kasse (Einlass) gezahlt.
2. Für Mahnungen wird eine Gebühr in Höhe von 3,00 € erhoben.
3. Bei Rücklastschriften, die von der vhs nicht zu vertreten sind, haben Teilnehmende die von den Banken verlangten Gebühren zu tragen.

§ 7 Abmeldung und Erstattungen

1. Findet eine Veranstaltung aus von der vhs zu vertretenden Gründen nicht, nur teilweise oder in einer gegenüber der An-

kündigung wesentlich veränderten Form statt, werden bereits gezahlte Entgelte dem Ausfall entsprechend ganz oder teilweise erstattet. Weitere Ansprüche können nicht geltend gemacht werden. Der Wechsel eines Dozenten ist keine wesentliche Änderung.

2. Eine Abmeldung ist bis zehn Kalendertage vor dem Veranstaltungsbeginn ohne Angabe von Gründen kostenfrei möglich.

3. Erfolgt die Abmeldung später als zehn Kalendertage vor Veranstaltungsbeginn, sind 50% des Entgeltes zu entrichten. Darüber hinaus sind der vhs gegebenenfalls bereits entstandene Sachkosten zu erstatten.

4. Ab dem Tag des Veranstaltungsbeginns 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. Ein Fernbleiben von der Veranstaltung oder eine Mitteilung an die Dozenten gelten nicht als Abmeldung.

5. Über Anträge auf Entgelterstattungen aus einem anderen wichtigen Grund als dem unter 4. Genannten, entscheidet im Einzelfall die Leitung der vhs.

6. Fallen Unterrichtseinheiten aus, werden ggf. Nachholtermine angeboten. Können Teilnehmende diese Termine nicht wahrnehmen, besteht 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 Schulabschlusskursen und anderen Lehrgangsformen gelten abweichende Regelungen, die in einem gesonderten Vertrag vereinbart werden.

10. Für Studienreisen und Exkursionen gelten die Stornierungsfristen und Entgeltregelungen des Reiseveranstalters. Für

Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit einem Drittanbieter gelten ggf. dessen Allgemeine Geschäftsbedingungen.

11. Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird von diesen Regelungen nichtberührt.

§ 8 Haftung

1. Bei Verlust oder Beschädigung von Einrichtungsgegenständen hat der Verursacher bzw. sein gesetzlicher Vertreter Schadensersatz zu leisten.

2. Die vhs haftet nicht für gestohlene, verlorengegangene oder andere Sachschäden der Teilnehmenden, 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. Alle Teilnehmenden können dieses Recht allgemein (schriftlich) oder im konkreten Einzelfall ausschließen.

2. Mitschnitte durch die Teilnehmenden sind nichtgestattet. Ausgegebenes Lehrmaterial darf nicht vervielfältigt oder auf elektronischem Wege weitergegeben werden.

§ 10 Inkrafttreten

Diese Ordnung tritt am Tag nach ihrer Veröffentlichung im Amtsblatt der Stadt Jena in Kraft. Zugleich tritt die Entgeltregelung der Volkshochschule Jena vom 10.07.2013, veröffentlicht im Amtsblatt Nr. 36/13 vom 04.09.2013, S. 291 außer Kraft.

Jena, den 20.05.2020

Stadt Jena
DER OBERBÜRGERMEISTER

gez. Dr. Thomas Nitzsche

ANMELDEKARTE



Kurs Kursgeld

Kurs Kursgeld

Name Vorname

Straße

PLZ, Wohnort

Telefon privat Telefon mobil

E-Mail

Geburtsdatum Geschlecht weiblich männlich divers

Bezahlung Barzahlung EC-Karte

Ermäßigungsberechtigt JA NEIN

Grund arbeitslos Rentner Schwerbeh. Student Azubi/Schüler Freiw.dienst Jenabonus-Karte

Datum Unterschrift Kursteilnehmende bzw. Erziehungsberechtigte (bei unter 18-Jährigen)

Name, Vorname (Druckbuchstaben) Geburtsdatum

Newsletter der VHS

- Ich bestelle den kostenlosen E-Mail-Newsletter der VHS und erkläre mich damit einverstanden, dass meine persönlichen Daten für die Zustellung des Newsletters gespeichert und elektronisch verarbeitet, nicht aber Dritten zugänglich gemacht werden. Der Newsletter kann über die Abmelderfunktion im unteren Teil jedes Newsletters abbestellt werden.

Entgeltordnung

- Es gilt die Entgeltordnung für die VHS Jena in der zuletzt gültigen Fassung. Diese liegt in der VHS aus und ist im Programmheft und im Internet nachzulesen.

Datenschutz

- Ich willige ein, dass die VHS Jena meine oben eingetragenen Daten zum Zwecke der Kursanmeldung und Kommunikation speichert und verarbeitet. Die Verarbeitung erfolgt ausschließlich im Zusammenhang mit allen zur Abwicklung meiner Kursteilnahme erforderlichen Vorgänge (Art. 6 Abs. 1 b DSGVO). Im Übrigen gilt die Datenschutzerklärung, die in der VHS Jena ausliegt, im Programmheft abgedruckt und im Internet nachzulesen ist. Diese Einwilligung erfolgt auf freiwilliger Basis. Ich kann sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Ab Zugang der Widerrufserklärung dürfen meine Daten nicht weiter verarbeitet werden. Sie sind unverzüglich zu löschen. Durch den Widerruf meiner Einwilligung wird die Rechtmäßigkeit der bis dahin erfolgten Verarbeitung nicht berührt. Meine Widerrufserklärung kann ich an die VHS Jena, Griefgasse 17a, 07743 Jena (Fax: 0364 1 49-8205) oder volkshochschule@jena.de richten.

Datum, Unterschrift Kursteilnehmende

ANMELDEKARTE



Kurs Kursgeld

Kurs Kursgeld

Name Vorname

Straße

PLZ, Wohnort

Telefon privat Telefon mobil

E-Mail

Geburtsdatum Geschlecht weiblich männlich divers

Bezahlung Barzahlung EC-Karte

Ermäßigungsberechtigt JA NEIN

Grund arbeitslos Rentner Schwerbeh. Student Azubi/Schüler Freiw.dienst Jenabonus-Karte

Datum Unterschrift Kursteilnehmende bzw. Erziehungsberechtigte (bei unter 18-Jährigen)

Name, Vorname (Druckbuchstaben) Geburtsdatum

Newsletter der VHS

- Ich bestelle den kostenlosen E-Mail-Newsletter der VHS und erkläre mich damit einverstanden, dass meine persönlichen Daten für die Zustellung des Newsletters gespeichert und elektronisch verarbeitet, nicht aber Dritten zugänglich gemacht werden. Der Newsletter kann über die Abmelderfunktion im unteren Teil jedes Newsletters abbestellt werden.

Entgeltordnung

- Es gilt die Entgeltordnung für die VHS Jena in der zuletzt gültigen Fassung. Diese liegt in der VHS aus und ist im Programmheft und im Internet nachzulesen.

Datenschutz

- Ich willige ein, dass die VHS Jena meine oben eingetragenen Daten zum Zwecke der Kursanmeldung und Kommunikation speichert und verarbeitet. Die Verarbeitung erfolgt ausschließlich im Zusammenhang mit allen zur Abwicklung meiner Kursteilnahme erforderlichen Vorgänge (Art. 6 Abs. 1 b DSGVO). Im Übrigen gilt die Datenschutzerklärung, die in der VHS Jena ausliegt, im Programmheft abgedruckt und im Internet nachzulesen ist. Diese Einwilligung erfolgt auf freiwilliger Basis. Ich kann sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Ab Zugang der Widerrufserklärung dürfen meine Daten nicht weiter verarbeitet werden. Sie sind unverzüglich zu löschen. Durch den Widerruf meiner Einwilligung wird die Rechtmäßigkeit der bis dahin erfolgten Verarbeitung nicht berührt. Meine Widerrufserklärung kann ich an die VHS Jena, Griefgasse 17a, 07743 Jena (Fax: 03641 49-8205) oder volkshochschule@jena.de richten.

Datum, Unterschrift Kursteilnehmende

Datum, Unterschrift Erziehungsberechtigte

Datenschutzbestimmungen

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Jena ist eine Einrichtung des Eigenbetriebes JenaKultur der Stadt Jena (nachfolgende „vhs“ oder „wir“ genannt) und Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsdatum) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. für Kinder und Jugendliche, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer sowie Ihrer E-Mailadresse erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet. Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags entsprechend der Entgeltordnung der vhs Jena veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten

werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der vhs zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung.

Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Bezug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr, Telefonnummer und E-Mailadresse (sofern angegeben)) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

5. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die vhs die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der vhs gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren. Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten: datenschutz@jena.de

Impressum

Herausgeber

JenaKultur
Volkshochschule Jena
Grietgasse 17a
07743 Jena
Telefon 03641 498200
Fax 03641 498205
volkshochschule@jena.de
www.vhs-jena.de

Gestaltung

oker11 media house by
Ideaal Werbeagentur und Verlag GmbH
Juliusstraße 11
38118 Braunschweig
Telefon 0531 220010
info@ok11.de
www.ok11.de

Produktion

pva, Druck und
Medien-Dienstleistungen GmbH
Klaus-von-Klitzing-Straße 2
76829 Landau/Pfalz
Telefon 06341 1420
info@pva.de

Auflage: 4.000 Exemplare
© Volkshochschule Jena 2021

**EIN JOB SO
FLEXIBEL
WIE DU!**

www.vhs-kursleiter-werden.de

Werde auch du
Kursleiter*in an deiner
Volkshochschule!

vhs 

Mehr als
500.000 Kurse.
Jetzt
entdecken!

Lass Dich mitreißen!

Suchen, finden, buchen.
Mit dem vhs-Kursfinder auf
www.volkshochschule.de

vhs 



Volkshochschule Jena

Eine Einrichtung von JenaKultur

Grietgasse 17a

07743 Jena

Telefon 03641 498200

Telefax 03641 498205

volkshochschule@jena.de

www.vhs-jena.de

... ANALOGITAL ... online, hybrid oder präsent ...