

# vhs



FRÜHJAHR | SOMMER

PROGRAMM

# 2024



mit komplettem  
Kursangebot der  
Erzieherweiter-  
bildung

Die nachfolgend aufgeführten Öffnungszeiten gelten während der Schulferien nur eingeschränkt.

## VHS in Annaberg-Buchholz

Hans-Witten-Straße 5  
09456 Annaberg-Buchholz  
Tel. 03733 5062890  
Fax 03733 5062899  
E-Mail: [annaberg@vhs-erz.de](mailto:annaberg@vhs-erz.de)

### Kontakte:

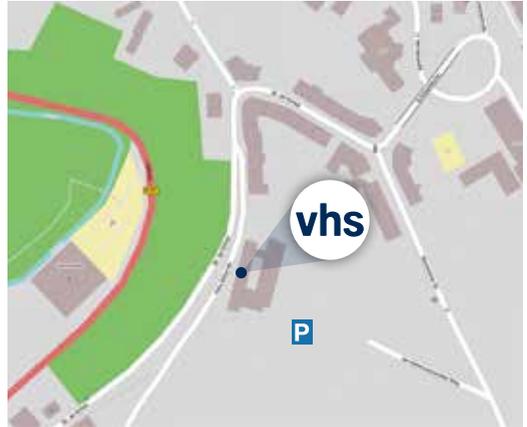
Annett Keck: [keck@vhs-erz.de](mailto:keck@vhs-erz.de)  
Jessica Peter: [peter@vhs-erz.de](mailto:peter@vhs-erz.de)

### Sprechzeiten:

Mo – Do 08:00 – 12:00 Uhr und 13:00 – 16:00 Uhr

### Parkplatz:

Zufahrt über Bärensteiner Straße  
und Am Kleinrückerswalder Weg



## VHS in Aue-Bad Schlema

Rudolf-Breitscheid-Straße 28  
08280 Aue-Bad Schlema  
Tel. 03771 5655800  
Fax 03771 5655838  
E-Mail: [aue@vhs-erz.de](mailto:aue@vhs-erz.de)

### Kontakte:

Andrea Feig: [feig@vhs-erz.de](mailto:feig@vhs-erz.de)  
Ines Göbel: [gobel@vhs-erz.de](mailto:gobel@vhs-erz.de)  
Ivonne Kittig: [kittig@vhs-erz.de](mailto:kittig@vhs-erz.de)  
Isa Rothe: [rothe@vhs-erz.de](mailto:rothe@vhs-erz.de)

### Sprechzeiten:

Mo – Do 08:00 – 12:00 Uhr und 13:00 – 16:00 Uhr

### Parkplatz:

Zufahrt über Gerberstraße und Mittelstraße



## VHS in Olbernhau

Jagdweg 1  
09526 Olbernhau  
Tel. 037360 72770  
Fax 037360 3047  
E-Mail: [olbernhau@vhs-erz.de](mailto:olbernhau@vhs-erz.de)

### Kontakte:

Ingo Haubold: [haubold@vhs-erz.de](mailto:haubold@vhs-erz.de)  
Manuela Jäkel: [jaekel@vhs-erz.de](mailto:jaekel@vhs-erz.de)  
Jens Kaltfofen: [kaltfofen@vhs-erz.de](mailto:kaltfofen@vhs-erz.de)  
Steffen Wöß: [woess@vhs-erz.de](mailto:woess@vhs-erz.de)

### Sprechzeiten:

Mo – Do 08:00 – 12:00 Uhr und 13:00 – 16:00 Uhr  
Fr 08:00 – 12:00 Uhr



Für persönliche Beratungstermine stehen wir Ihnen auch gern außerhalb der angegebenen Zeiten nach Voranmeldung zur Verfügung.

## VHS in Schwarzenberg

Schloss Schwarzenberg  
Obere Schloßstraße 36  
08340 Schwarzenberg  
Tel. 03774 178648  
Fax 03771 5655838  
E-Mail: aue@vhs-erz.de

### Sprechzeiten:

Di 13:00 – 16:00 Uhr



## VHS in Stollberg

Parkstraße 8  
09366 Stollberg  
(Zufahrt über Seminarstraße)  
Tel. 037296 5911663  
Fax 037296 5911658  
E-Mail: stollberg@vhs-erz.de

### Kontakte:

Kati Klaba: klaba@vhs-erz.de  
Katrin Wagenknecht: wagenknecht@vhs-erz.de

### Sprechzeiten:

Mo – Do 08:00 – 12:00 Uhr und 13:00 – 16:00 Uhr



## VHS in Zschopau

Johannisstraße 58 A  
09405 Zschopau  
Tel. 03725 347510  
Fax 03725 347512  
E-Mail: zschopau@vhs-erz.de

### Kontakte:

Beate Kaden: kaden@vhs-erz.de  
Anett Konieczny: konieczny@vhs-erz.de  
Florian Raschke: raschke@vhs-erz.de

### Sprechzeiten:

Mo – Do 08:00 – 12:00 Uhr und 13:00 – 16:00 Uhr





## POLITIK | GESELLSCHAFT | UMWELT.....8

### Pädagogik | Erziehung | Familie

Aggressionen – "Angriff oder in Angriff nehmen von Beziehung?" – Mit kindlichen Aggressionen spielerisch umgehen".....	10
Aggressive, herausfordernde Kinder und Kinder als Außenseiter .....	11
Aggressives, störendes und extremes Verhalten – Was kann, sollte, muss ich tun?.....	11
Auditive Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörungen in der Kita.....	12
Auf den guten Start kommt es an – Betreuung von Kindern unter 3 Jahren (zweitägige Fortbildung).....	12
Autismus-Spektrum-Störungen im Kita- und Grundschulalter .....	12
Autorität durch Beziehung.....	13
Autorität durch Beziehung.....	13
Berufliche Selbstfürsorge .....	14
Besondere Anforderungen bei der Arbeit mit Hortkindern .....	14
Bildungsraum Garten – naturnahe Freiraumgestaltung in Kitas.....	15
Das „Tautziehen“ macht müde – konstruktiver Umgang mit Konflikten.....	15
Der ewige Tanz aus Nähe und Distanz in der Beziehungsgestaltung.....	16
Der Wald als Labor – Naturexperimente mit Kindern .....	16
Du schaffst das! – Steigerung des Selbstbewusstseins durch Bewegungsförderung, Spiel und Spaß .....	17
Elternabende, die Spaß machen .....	17
Erfahrungsaustausch „Stärkung von Leitungskompetenzen...“.....	18
Essen, Schlafen, Windeln – den Alltag von Kindern unter drei Jahren achtsam begleiten.....	18
Fit für die Schule – das letzte Jahr im Kindergarten .....	19
Förderplangestaltung unter Anwendung der ICF-CY in der Kita (5-tägige Qualifizierung).....	20
Grenzen: ja – Strafen: nein .....	21
Herausfordernde Situationen strukturiert und systematisch meistern – Kollegiale Beratung bringt Kompetenz, Erfahrung und Teamgeist zusammen .....	21
Hochsensibilität – erkennen und verstehen .....	22
Hort als Vorrat/Schatz verstehen?! – spezielle Erfahrungen der Hortarbeit.....	23
Humor – Chancen und Grenzen im pädagogischen Alltag.....	23
ICF-CY Trainingsseminar (individuelles, komplexes Training in der Anwendung) – Teil 1 .....	24



ICF-CY Trainingsseminar (individuelles, komplexes Training in der Anwendung) – Teil 2.....	24
ICF-CY Trainingsseminar (individuelles, komplexes Training in der Anwendung) – Teil 3.....	24
Kinder in Trennungssituationen .....	25
Kita-Leitung fordert – manchmal mehr, als man leisten kann .....	25
Kommunikation mit Eltern in besonderen Problemlagen.....	26
Körperliche Interventions- und Schutztechniken bei aggressiven Übergriffen / Deeskalationsstrategien .....	26
Lebenskompetenzförderung in der Kita (FREUNDE-Programm).....	26
Leiten mit (mehr) Leichtigkeit! – Modul 1: Haltung zeigen! Professioneller Umgang mit schwierigen Eltern .....	27
Leiten mit (mehr) Leichtigkeit! – Modul 2: Hart in der Sache, fair zu den Menschen! Konfliktmanagement im Team.....	28
Leiten mit (mehr) Leichtigkeit! – Modul 3: Widerstandsfähigkeit ausbauen: Selbstmanagement als Führungskraft.....	29
Leiten mit (mehr) Leichtigkeit! – Modul 4: Praxisreflexion: kollegiale Beratung für Leitungsverantwortliche.....	30
Lernen aus Geschichte(n) – Beobachtung / Dokumentation mit Lerngeschichten .....	31
Lernlust statt Lernfrust: Wie geht das? Was bedeutet das für Pädagogen?.....	31
Mathematische Angebote, die alle ansprechen .....	32
Meister/-in von Grenzsituationen – Ausdruck von Professionalität .....	32
Methodenkiste für Kinder unter 3 Jahren.....	33
Mit Begeisterung lernen .....	33
Mit Kindern zur Stille kommen – Entspannungsrückens im Kita-Alltag.....	34
Mit leichtem Rucksack unterwegs – Naturpädagogik aus dem Stegreif .....	34
Mit Sport durch die Jahreszeiten .....	35
Mitarbeiterführung als Leitungsaufgabe.....	35
Miteinander in (Ver-)Bindung – Kinder bindungs- und bedürfnisorientiert in der außerfamiliären Betreuung begleiten .....	36
Mundmotorik in Krippe und Kindergarten – Deutliches Sprechen will gelernt sein!.....	37
Musik geht immer – praktische Anregungen für den pädagogischen Alltag mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter .....	38
Natur (be)greifen – Naturpädagogik mit den Kleinsten.....	38
Nichts ist, wie es scheint?! – Mit dem systemischen Führungsansatz hinter die Kulissen schauen.....	39



Professionelle Gelassenheit .....	39
Qualitätsentwicklung in Kindertages- einrichtungen mit „Quik“ .....	40
Reflexionstag für Multiplikatoren „Qualitätsentwicklung mit Quik“ .....	41
Religion und Kinderschutz: Wie geht das zusammen? Religionspädagogische Aspekte im Schutzkonzept.....	41
Resilienz im Alltag fördern – Kinder stark machen für stürmische Zeiten.....	42
Schnupfennase, Kratzehals, rote Punkte oder Durchfall – Umgang mit Erkrankungen und Infektionsschutz in der Kita .....	42
Sexualität im Kinderalter – „Wo gibt’s denn so was?“ .....	43
Sozial-emotionale Störungen als Sammelbegriff für Schwierigkeiten?! – Egoisten, Unbändige,... bis „Systemsprenger“ .....	43
Spaß und Freude an Bewegung für Kinder im Alter von 0 bis 3.....	44
Sprachentwicklung in der Krippe und Kindergarten – „Das verwächst sich schon noch – oder doch nicht?“ .....	44
Sprachkompetenztrainer in der Kita.....	45
Störendes Verhalten als Problem(-lösung)?! .....	46
Über Stock und Stein – Motorik- und Wahrnehmungsförderung in der Natur.....	46
Umgang mit „stillen“ Störungen im Kindesalter.....	47
Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten und Verhaltensstörungen in Gruppen.....	47
Umgehen mit Trotz und anderem Problemverhalten .....	48
Unser Freund, der Wald: Projektarbeit leicht gemacht.....	48
Väter .....	49
Vielfalt und Interkulturalität – eine religions- pädagogische Aufgabe für Kitas .....	49
Vor lauter Wald die Bäume sehen – der Wald als kreativer Ort für Kinder .....	50
Wahrnehmen, Fühlen, Entscheiden = Entschleunigen? .....	50
Wahrnehmungs- und Lernstörungen früh erkennen .....	51
Was brauchen Kinder? – Bedarf und Anspruch pädagogischen Handelns.....	51
Was kann ich tun, damit meine blöde Wut weggeht? – Gefühle authentisch fühlen, interpretieren und integrieren.....	52
Wenn Kinder uns an Grenzen bringen.....	52
Wenn nicht die Kinder „das Problem“ sind – erfolgreiches Arbeiten und Umgehen mit Eltern .....	53



Wie funktioniert Gruppe im Zusammenspiel trotz ODER unter Berücksichtigung der Individualität? – Herausforderung in sozialen Gemeinschaften .....	53
Wo bleibst du am Ende des Tages? – Selbstwert und Selbstfürsorge im pädagogischen Alltag.....	54
Zauberkunst in Kita, Schule und Hort .....	54
Zu viel des Guten? – Überbehütung als Entwick- lungsschwierigkeit.....	55

**Persönlichkeitsentwicklung | Psychologie**

Stress und Burnout – was tun, wenn der Job zur Last wird? .....	55
--	----

**Geschichte | Zeitgeschichte**

Auf den Spuren der Blaufarbenwerker – Entdeckertour in Niederpfannenstiel .....	56
--	----

**Ökonomie | Recht | Finanzen**

Die Pflegezeit finanziell planen.....	56
Erben und Vererben.....	57
Gut vorgesorgt mit Vollmachten und Verfügungen.....	57
Im Alltag sicher bezahlen .....	58
Mieterhöhung rechtssicher durchsetzen – Orts- übliche Vergleichsmiete und Modernisierung .....	58
Betriebskostenabrechnung: Leitfaden für die formell wirksame Erstellung und für die Durchführung der Belegprüfung.....	59
Wissen ist Geld – Verbraucherrechte kennen und nutzen.....	59

**Länder- und Heimatkunde | Stadtkultur**

Eine Liebesbeziehung: Bebauung – Begrünung – BevölkerungDas Glück wächst aus dem Boden des respektvollen Miteinanders.....	60
--	----

**Naturwissenschaften**

Familienexpedition Naturtag .....	62
Obstbaumschnitt.....	62
Wir Naturforscher – Natur hautnah erleben.....	62

**Kommunikation | Medien**

Mediensprechstunde – persönliche Beratung und individuelle Gespräche.....	63
--	----



**KULTUR | GESTALTEN.....64**

**Tanzpraxis**

Ballett – Aufbaukurs .....	66
Ballett – Grundkurs.....	66
Kindertanz .....	67



## Malen | Zeichnen | Drucktechnik

Acryl- und Aquarellmalkurs für jedes Alter .....	67
Aquarellmalerei – eine Phantasiereise der Farben .....	67
Die Deutsche Schreibschrift lesen und schreiben lernen .....	68
Die Magie der Farben und Formen: Mixed-Media-Kunst .....	68
Grafik .....	68
Spiele mit Farben und Formen: Mixed-Media-Kunst .....	69
Zeichnen – Bleistiftzeichnen für Anfänger .....	69

## Plastisches Gestalten

Floristik .....	70
Keramisches Gestalten .....	70
Scrapbook – Grundkurs .....	71
Töpfern .....	72

## Textiles Gestalten

Erlernen Ihres persönlichen Stils – Workshop .....	72
Hardanger-Stickerei .....	73
Klößeln .....	73
Nähen – Grundkurs .....	74
Nähkurs Änderungen und Reparaturen .....	74
Nähkurs für Anfänger .....	74
Patchwork-Nähkurs für Einsteiger .....	75
Schneidern .....	75
Schneidern – Aufbaukurs .....	76
Schneidern – Grundkurs .....	76

## Handwerk | Kunsthandwerk

Insektenfreundliche Wiesenpflege – Mähen mit der Sense .....	77
--	----

## Foto-, Film-, Audio- und sonstige Medienpraxis

Besser fotografieren .....	77
Fotografieren – Grundlagen Spiegelreflex- und Systemkameras .....	78
Fotografieren statt Knipsen .....	78

## Musikalische Praxis

Gitarre – Grundkurs .....	78
Mundharmonika für Anfängerinnen und Anfänger – Online .....	79
Mundharmonika-Crashkurs .....	79



## GESUNDHEIT.....80

### Entspannung | Stressbewältigung

(M)ein Ausflug in die Achtsamkeit .....	82
Autogenes Training .....	83
Autogenes Training – eine Anleitung zur Entspannung .....	83
Hatha Yoga .....	84
Hatha Yoga (Anfänger) .....	86
Hatha Yoga .....	86
Hatha Yoga für Fortgeschrittene oder Wiedereinsteiger .....	87
Kundalini-Yoga .....	88
Mit Atemtechniken zu einem leichteren Alltag .....	89
Progressive Muskelentspannung .....	90
Qi Gong .....	90

### Bewegung | Fitness

Aqua-Fitness (Bewegungstraining im Wasser) .....	91
Herz-aktiv (Indoor-Ausdauertraining für Herz & Kreislauf) .....	91
Bauch-Beine-Po Workout .....	92
Body Styling Mix .....	92
BodyBalancePilates (R) .....	93
Body-Fit – Das Ganzkörper Workout .....	93
Body-Style .....	94
Body-Workout .....	94
Fit für den Alltag – Herz-Kreislauf-Training .....	95
„Fit ins/im Alter“ (Senioren-Gymnastik) .....	95
Fit mit Freude bis ins hohe Alter .....	96
Herz-aktiv (Indoor-Ausdauertraining für Herz & Kreislauf) .....	96
Hip Hop .....	97
Junge Familie – Baby aktiv .....	98
BabySteps® für junge Eltern mit Baby .....	98
Leichtigkeit im Sein – Energiefluss durch leichte Bewegung .....	99
„Me-Time“ – einfach mal bewusst Zeit für DICH ...	99
Mit Erfolg wehren – Selbstverteidigungskurs für Frauen .....	100
Bewegungssteigerung durch Bellydance (Orientalischer Bauchtanz) – Modul 1 .....	100
Bewegungssteigerung durch Bellydance (Orientalischer Bauchtanz) – Modul 2 .....	101
Bewegungssteigerung durch Bellydance (Orientalischer Bauchtanz) – Modul 3 .....	101
Bewegungssteigerung durch Bellydance (Orientalischer Bauchtanz) – Modul 4 .....	101



Orientalische Gymnastik – Grundkurs.....	102
Orientalische Gymnastik – Aufbaukurs .....	102
Orientalische Gymnastik für Kinder.....	103
Pilates.....	103
Rücken-fit.....	103
Rückhalt (neue Rückenschule nach KddR).....	104
Sport für Mäuse.....	104
Stepp-Aerobic .....	104
WOBBEL-Turnen für Kinder (im Alter 2-3 Jahre)..	105
WOBBEL-Turnen (für Kinder im Alter 4-6 Jahre)..	105
YoungMamaFit – Mehr Kraft und Fitness für Mütter dank funktionellem Ganzkörpertraining .....	105
ZUMBA ®.....	106
ZUMBA ®.....	106

**Prävention | Krankheit | Gesundheit**

AROHA .....	107
Erste Hilfe – Grundausbildung.....	107

**Gesundheitspflege**

Heil- und Küchenpflanzen zur Selbstheilung – mit Anregung für Ihre kleine Kräuter-Hausapotheke ..	108
Raus aus dem Lernstress – rein in die Freude Hilfe zur Selbsthilfe mit den 26 Brain-Gym-Übungen ..	109
Schönheit für mich – Schmink- und Pflegekurs... ..	110

**Essen und Trinken | Ernährung**

Die Geheimnisse der chinesischen Küche.....	110
Workshop Ernährung.....	111

**Gesundheit und Psyche**

Natur-Resilienz-Training .....	111
Waldbaden .....	112



**SPRACHEN..... 114**

**Deutsch als Fremdsprache bzw. Zweitsprache**

Deutsch lernen .....	119
Allgemeiner Integrationskurs.....	119
Integrationskurs-Alphabetisierung .....	119
Einbürgerungstest .....	120
Prüfung telc Deutsch Stufe A2-B1 .....	120
Prüfung telc Deutsch Stufe B1.....	120
Prüfung telc Deutsch Stufe B2.....	121
Prüfungsvorbereitung Deutsch C1 – Online.....	121

**Englisch**

1. Semester (Niveau A1).....	122
------------------------------	-----



1. Semester für Senioren (Niveau A1).....	123
2. Semester (Niveau A1).....	123
2. Semester für Senioren (Niveau A1).....	123
3. Semester (Niveau A1).....	123
3. Semester für Senioren (Niveau A1).....	124
4. Semester (Niveau A1).....	124
6. Semester (Niveau A1).....	124
8. Semester (Niveau A2) – Online.....	125
9. Semester (Niveau B1).....	125
10. Semester (Niveau A2).....	125
11. Semester (Niveau A2/B1) .....	125
12. Semester (Niveau B1).....	125
12. Semester für Senioren (Niveau A2).....	126
13. Semester (Niveau A2).....	126
14. Semester (Niveau B1) – Online.....	126
15. Semester (Niveau B1).....	126
21. Semester für Senioren (Niveau A2).....	127
30. Semester für Senioren (Niveau A2).....	127
Auffrischkurs (Niveau A1) Wiederholen-Aktivieren-Kommunizieren .....	128
Auffrischkurs für Senioren (Niveau A1) Wiederholen-Aktivieren-Kommunizieren .....	128
Auffrischkurs (Niveau A2) Wiederholen-Aktivieren-Kommunizieren .....	128
Auffrischkurs für Senioren (Niveau A2) Wiederholen-Aktivieren-Kommunizieren .....	128
Einstiegs- und Auffrischkurs (Niveau A1) .....	129
Auffrischkurs (Niveau A2/B1).....	129
Auffrischkurs (Niveau B1) – Online Wiederholen – Aktivieren – Kommunizieren .....	129
Auffrischkurs (Niveau B1/B2) Wiederholen-Aktivieren-Kommunizieren .....	130
Auffrischkurs (Niveau C1).....	130
Konversation (Niveau A2) .....	130
Konversation (Niveau A2/B1).....	130
Konversation (Niveau B2) .....	131
Englisch für die Reise (Niveau A1).....	131
Englisch für Wiedereinsteiger.....	131
Let’s speak English and have fun.....	131

**Französisch**

1. Semester (Niveau A1).....	132
2. Semester (Niveau A1).....	132
6. Semester (Niveau A1).....	132
Aufbaukurs (Niveau A1).....	132
Aufbaukurs (Niveau A2).....	133
Entdeckungsreise durch die französische Kultur (Niveau A2) .....	133



## Italienisch

2. Semester (Niveau A1).....	134
Italienisch für die Reise (Niveau A1) .....	134
Entdeckungsreise durch die italienische Sprache (Niveau A2) .....	134
Parlare l'italiano (Niveau A1).....	134

## Spanisch

1. Semester (Niveau A1).....	135
2. Semester (Niveau A1).....	135
4. Semester (Niveau A1).....	135
Auffrischkurs (Niveau A1) .....	136
Spanisch für die Reise (Niveau A1) .....	136
Eine Reise auf dem Jakobsweg .....	136
Spanisch für Fortgeschrittene (Niveau B1/B2).....	137
Spanisch fürs Leben (Niveau A2) .....	137

## Tschechisch – Präsenzkurse

1. Semester (Niveau A1).....	138
1. Semester (Niveau A1) – Online .....	139
2. Semester (Niveau A1).....	140
2. Semester (Niveau A1).....	140
3. Semester (Niveau A1)– Online.....	141
4. Semester (Niveau A1)– Online.....	142
6. Semester (Niveau A2).....	142
7. Semester (Niveau A2).....	142
8. Semester (Niveau A2)– Online.....	143
10. Semester (Niveau B1).....	143



## ARBEIT & BERUF ..... 144

### IT- I Medien-Grundlagen I allgemeine Anwendungen

3D-Druck ist kein Hexenwerk.....	146
Mach was mit 3D-Druck!.....	146
ChatGPT im Alltag – wie Sie die künstliche Intelligenz als Assistenz nutzen können.....	146
CorelDraw Grundkurs.....	147
Einstieg in die Fotobearbeitung.....	147
Einstieg in PowerPoint .....	147
Excel Aufbaukurs.....	148
Excel Grundkurs.....	148
Excel kompetent nutzen.....	148
Excel Tageskurs.....	149
Excel Übersichtskurs.....	149
Fit im Beruf – Word, Excel und Outlook im Büro ...	150
Ihr eigenes Heimnetzwerk und smarte Geräte – Alexa, Siri und weitere Helfer .....	150



Keine Scheu vor PC und www – Computer Grundkurs.....	151
Präsentationen mit PowerPoint.....	152
Smartphone und Tablet sicher nutzen (Android).....	152
Smartphone und Tablet sicher nutzen (Android) Aufbaukurs.....	153
Word Grundkurs.....	153
Word Tageskurs.....	154
Word Übersichtskurs.....	154

### Kaufmännische Grund- und Fachlehrgänge I Rechnungswesen

Kaufmännische Buchführung.....	154
Kaufmännische Buchführung am PC .....	155
Bauwesenorientierte Lehrgänge / Speziallehrgänge.....	155
Hebebühnen-Schein.....	156
Stapler-Schein-Ausbildung .....	156
Erwerb Kranschein .....	156
Ladekran-Schein .....	156
Minibagger-Schein .....	157
Kettensäge-Schein für Privatpersonen / Kleinunternehmen / Firmen .....	157
Radlader-Schein.....	157
Erwerb Zertifikat zu Ladungssicherungsarbeiten .....	157

### Berufliche Orientierung und Vorbereitung

Berufliche Zukunft ist kein Glücksspiel – Informationsveranstaltung mit Workshop.....	158
Mediensprechstunden .....	159
Berufsberatung für Erwachsene.....	160

### ALLGEMEINE INFOS

Bildungsaspekte in den Gesundheitskursen der Volkshochschulen .....	113
Sprachniveau entsprechend des Europäischen Referenzrahmens .....	116
Prüfungsmöglichkeiten an den Volkshochschulen (Auswahl).....	117
Allgemeine Geschäftsbedingungen.....	162
Widerrufsbelehrung .....	163
Kursanmeldungen .....	164
Anmeldung – SEPA Lastschriftmandat.....	171
Antrag auf Ermäßigung für einen Kurs .....	172
Infos zum Datenschutz.....	173
Kalender 2024 .....	174
Leitbild VHS (Auszug).....	176

## Volkshochschule: Wo Bildung nicht nur eine Möglichkeit ist, sondern eine Tür zu neuen beruflichen Chancen öffnen kann



Bildung ist der Schlüssel zur persönlichen und beruflichen Entfaltung. In einer sich rasch verändernden Arbeitswelt wird die Bedeutung von kontinuierlichem Lernen immer deutlicher.

Die Volkshochschule hat sich stets dem Ziel verschrieben, Menschen aller Altersgruppen und Hintergründe Bildungschancen zu bieten und neues Wissen für alle zugänglich zu machen. Unser breites Spektrum an Kursen umfasst nicht nur Sprachen, Kreativfächer und Gesundheitskurse in großem Umfang, sondern auch gezielte Angebote zur beruflichen Weiterentwicklung und den Erwerb von Zusatzqualifikationen.

Unsere Kurse sind darauf ausgerichtet, Ihnen die notwendigen Fähigkeiten und Qualifikationen zu vermitteln, damit Sie in der modernen Arbeitswelt erfolgreich sein können. Als Beispiele sind hier der Motorkettensägeschein und der Staplerschein (Flurförderschein) zu nennen – Qualifikationen, die sich nach wie vor einer regen Nachfrage und großen Beliebtheit erfreuen. Bei Interesse finden Sie diese Kursangebote auf den Seiten 156 und 157.

Trotz der Bedenken, die mit der Entwicklung von Künstlicher Intelligenz (KI) verbunden sind, gibt es auch zahlreiche positive und faszinierende Aspekte sowie zukunftsweisende Potenziale. So hat die fortschreitende Entwicklung von KI in viele Bereiche unseres Lebens Einzug gehalten, spätestens mit der Veröffentlichung von ChatGPT auch in die Bildung in allen Alters- und Lebensbereichen.

In einem neuen Kursangebot an der Volkshochschule möchten wir Ihnen den Einstieg in die faszinierende Welt von ChatGPT und die Grundlagen der KI-Kommunikation näherbringen! Dieser Kurs ist für alle gedacht, die mehr über die Funktionsweise von ChatGPT erfahren und die Anwendungsmöglichkeiten von Künstlicher Intelligenz in der Kommunikation entdecken möchten. Im vorliegenden Programmheft ist dieser Kurs auf Seite 146 zu finden.

Ingo Haubold  
Fachbereich berufliche Bildung

**ANSPRECHPARTNER  
DER VHS**

*Jens Kaltofen*



*Kati Klaba*

The background of the page is a photograph of two children running through a field of tall grass at sunset. A girl in the foreground is running towards the camera with her mouth open in a joyful shout. Behind her, another girl is running away from the camera, holding a colorful kite with long orange streamers. The sky is filled with soft, golden light from the setting sun. Large, semi-transparent orange and yellow circles are overlaid on the image, framing the portraits and the main text.

**POLITIK  
GESELLSCHAFT  
UMWELT**



### **Demokratische Orte des Lernens**

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



## Fortbildungsangebote für pädagogische Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

In der Kindertagesbetreuung ist die kontinuierliche Fortbildung eine wichtige Voraussetzung für die Erhaltung und Verbesserung der Qualität. Im Hinblick auf die stetig steigenden Anforderungen und Veränderungen haben sich die pädagogischen Fachkräfte u. a. mit neuen rechtlichen Grundlagen, wissenschaftlichen Erkenntnissen, pädagogischen Methoden und Inhalten sowie aktuellen gesellschaftlichen und sozialpolitischen Entwicklungen auseinanderzusetzen.

Durch die kooperative Zusammenarbeit zwischen dem Referat Jugendhilfe und der Volkshochschule Erzgebirgskreis konnte gemeinsam ein bedarfsgerechtes und ortsnahe Angebot entwickelt werden.

## Pädagogik | Erziehung | Familie

### Aggressionen - “Angriff oder in Angriff nehmen von Beziehung?” – Mit kindlichen Aggressionen spielerisch umgehen“

Aggressives Verhalten ist oft schon im Kindergartenalter zu beobachten und hat sich zu einem Dauerthema entwickelt, das nicht selten Eltern und pädagogische Fachkräfte vor Schwierigkeiten stellt. Einerseits gehören Aggressionen und der Umgang damit zur kindlichen Entwicklung. Andererseits entsteht das Empfinden, dass es immer mehr aggressive Kinder gibt. Im Seminar soll herausgearbeitet werden, was entwicklungsbedingt „normal“ ist und wie man Kindern helfen kann, ihre Aggressionen zu kontrollieren. Welche Spiele (auch Kampfspiele) helfen dabei? Ein zweiter Schwerpunkt des Seminars wird die Suche nach einer Erklärung sein, weshalb vielen Kindern Selbststeuerung (auch bei Aggressionen) so schwer fällt.

#### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Entwicklungsmodelle aggressiven Verhaltens
- Ursachen und Erscheinungsformen
- Wo sind Grenzen und wie erkenne ich sie?
- Wie kann ich in konkreten Situationen handeln?
- pädagogische Handlungsoptionen

#### Kurs-Nr. 224H15J29

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **02.12.2024** | Kurszeit: 09:00 - 12:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Martina Meixner | Kursentgelt: 35,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

#### Kurs-Nr. 424H15J14

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **23.09.2024** | Kurszeit: 09:00 - 12:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Martina Meixner | Kursentgelt: 35,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe



## Aggressive, herausfordernde Kinder und Kinder als Außenseiter

In dieser Veranstaltung wird auf die Thematik von aggressiven und störenden Kindern sowie Einzeltägern in Gruppen eingegangen. Solche Kinder verhalten sich abweichend, problematisch, oft „einfach anders“.

Hierzu werden Vorschläge und Verhaltensmöglichkeiten zum professionellen Umgang mit solchen Kindern vorgestellt und in systematischer Form zusammengefasst. Zusätzlich wird ein Modell erarbeitet, mit dessen Hilfe sich die Auswahl der richtigen Intervention oder Verhaltensweise, Selbstbehauptung und das Durchsetzen von pädagogischen Einflüssen und Interessen besser erreichen lassen. Die entsprechenden Möglichkeiten werden an konkreten Beispielen aus Ihrer Arbeit geübt und vertieft.

### Kurs-Nr. 524F15J265

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 310**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.04.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Holger Müller | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

## Aggressives, störendes und extremes Verhalten – Was kann, sollte, muss ich tun?

Und oft kommt man schnell an seine Grenzen! Je länger es geht, umso schwieriger wird es, souverän damit umzugehen. In der Veranstaltung stehen praktische Ideen und Hinweise für konkrete Gewalt- und Aggressionssituationen im Vordergrund. Immer wieder vertieft durch Einsichten der Aggressionsforschung und Psychologie.

Ihnen wird ein Modell an die Hand gegeben, das Ihnen künftig die Auswahl der „passenden“ Interventionen und Verhaltensweisen bei Aggressionsproblemen erleichtern wird. Wie das funktioniert, wird im Seminar an Ihren Fragen und konkreten Beispielfällen herausgearbeitet. So bleiben Sie souverän und können sich auch in schwierigen Situationen und bei „extrem herausfordernden Kindern“

### Kurs-Nr. 224F15J131

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Holger Müller | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe





## Auditive Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörungen in der Kita

Auditive Wahrnehmungs- und Verarbeitungsstörungen sind gerade im Kindergarten-, Schul- und Hortalltag zu beobachten und stellen Erzieher und Lehrer teilweise vor bestimmte Herausforderungen. Vielleicht beobachten Sie u. a. Folgendes:

- Kinder, die Probleme haben, sich in lauten Situationen auf das Hören zu konzentrieren
- Kinder, die Buchstaben oder Wortendungen weglassen und/oder ähnlich klingende Worte vertauschen
- Sobald ein anderes Geräusch kommt oder sie etwas auditiv ablenkt, können sich Kinder nicht mehr auf Ihre Stimme konzentrieren
- Kinder, die bei rein auditiv gestellten Aufgaben schnell ermüden
- Kinder, die nicht zuordnen können, aus welcher Richtung ein Geräusch kommt

In diesem Seminar erfahren Sie, was mit auditiven Verarbeitungs- u. Wahrnehmungsstörungen gemeint ist und wie Sie mit betroffenen oder vermeintlich betroffenen Kindern noch besser umgehen können.

### Kurs-Nr. 124F15J39

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstage: Freitag | Kurstermin: **31.05.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Michael Rustler | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

## Auf den guten Start kommt es an – Betreuung von Kindern unter 3 Jahren (zweitägige Fortbildung)

Die Bedeutung der ersten Lebensjahre für die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder kann nicht genug betont werden. In dieser Zeit werden Grundlagen gelegt, die für den Erfolg oder Misserfolg (sowohl im schulischen als auch im privaten Kontext) bestimmend sein können. Pädagogen, die mit dieser Altersgruppe arbeiten, sollten daher besonders über die entwicklungspsychologischen Aspekte dieser sensiblen Lebensphase Bescheid wissen. Diese Fortbildung besteht aus zwei aufeinander aufbauenden Modulen.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Vorgeburtliche Entwicklung • Meilensteine der Entwicklung
- Regulationsstörungen und Entwicklungskrisen

### Kurs-Nr. 224F15J23

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstage: **Samstag – 16.03.2024** und **Freitag – 25.05.2024** (Die Veranstaltung besteht aus 2 Seminartagen.) | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr | Kursdauer: 2 Lehrveranstaltung

Dozent: Herr Olav Schwarz M.SC. | Kursentgelt: 150,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen Kindertagespflegepersonen

## Autismus-Spektrum-Störungen im Kita- und Grundschulalter

In den letzten Jahren hat die Zahl der Kinder mit Autismus-Spektrum-Störungen zugenommen. Die Betroffenen wirken oft „seltsam“, haben Probleme im interaktionellem Verhalten und fallen durch ungewöhnliche Sonderinteressen auf. Dadurch gelingt es ihnen häufig nicht, Freundschaften zu anderen aufzubauen und nicht selten stehen auch Pädagogen ratlos vor diesem Kind. Die Weiterbildung vermittelt einen Überblick zur pädagogischen Perspektive zu dieser Störung. Es werden Möglichkeiten vorgestellt, wie man diesen Kindern helfen kann, weniger „anzuecken“. Auch dem Erfahrungsaustausch wird viel Platz eingeräumt.



### Kurs-Nr. 524F15J07

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 303**

Kurstag: Dienstag | **Kursbeginn: 30.01.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz M.SC. | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

## Autorität durch Beziehung

Der Alltag in Kita und Hort wird von pädagogischen Fachkräften heute zunehmend als herausfordernd und belastend erlebt. Das schließt vor allem auch das erlebte Verhalten der anvertrauten Kinder und die Frage nach Kooperation mit Eltern und im eigenen Team ein. Weder die in der Vergangenheit praktizierte herkömmliche Form der Autorität, noch eine verweigerte Autorität scheinen geeignet, um das Miteinander so zu gestalten, dass Kinder im Sinne einer bezogenen Individuation heranwachsen. Damit ist die Entwicklung individueller Kompetenzen und Lebensfreude bei gleichzeitig praktizierter Verantwortung für die Gemeinschaft gemeint.

Präsenz und Achtsamkeit in der pädagogischen Arbeit zu kultivieren bedeutet, durch eine Haltung der Gegenwärtigkeit, empathischen Gelassenheit, sowie verbesserte Stressregulierung, eine angemessene Authentizität und professionelle Beziehungsgestaltung zu ermöglichen. Dafür gilt es insbesondere auch ein echtes solidarisches Miteinander in der Einrichtung und die Kooperation mit den Eltern weiter zu entwickeln, so dass die Erfahrung wachsen kann, auch schwierige Situationen selbst aktiv gestalten und beeinflussen zu können, anstelle sich dem Geschehen einseitig ausgeliefert zu fühlen. Dieses Seminar vermittelt einen Eindruck von Perspektiven und Wegen aus dem Konzept der „Neuen Autorität“ im Sinne von „Stärke, statt (Ohn) Macht“ das von Haim Omer und Arist von Schlippe u.a. entwickelt wurde.

### Kurs-Nr. 224F15J421

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **12.06.2024** | Kurszeit: 09:30 - 16:15 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Petrun Grafe | Kursentgelt: 75,- €

Bemerkung: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen; weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

## Autorität durch Beziehung

Was brauchen Kinder, von deren Verhalten wir Erwachsenen uns herausgefordert fühlen, die sich Regeln oder Abläufen in der Kita verweigern, Kinder, die es Erwachsenen und anderen Kindern mitunter schwer machen, Beziehungen positiv zu gestalten? In der Weiterbildung soll das Augenmerk auf die grundlegenden sozialen Bedürfnisse der Kinder gelenkt, der Hintergrund einiger Verhaltensweisen beleuchtet und Schritte für eine nachhaltige Unterstützung der Kinder, hin zu einer Verbesserung der Beziehungen, zu Kooperation und der Fähigkeit Verantwortung zu übernehmen, erarbeitet werden.

Dafür benötigen die begleitenden Fachkräfte auch eigene Ressourcen und Wege, um mit den starken Emotionen aller Beteiligten in herausfordernden Situationen umzugehen. Der tragende Zusammenhalt im Team ist dabei unerlässlich. Die Fortbildung möchte die Teilnehmer/innen auch in ihrem Selbstmanagement und dem Weg zu einer nachhaltig unterstützenden Teamarbeit stärken.

### Kurs-Nr. 224H15J19

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **22.10.2024** | Kurszeit: 09:30 - 16:15 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Petrun Grafe | Kursentgelt: 75,- €

Bemerkung: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen; weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe



## Berufliche Selbstfürsorge

Pädagogische Fachkräfte kümmern sich um die ihnen anvertrauten Minderjährigen mit viel Engagement. Doch wer kümmert sich eigentlich um sie? Die jeweiligen Arbeitgeber haben eine Verantwortung, aber wenn das ausreichen würde - woher kommt dann die steigende Zahl der Fälle von Burnout oder von anderen gesundheitlichen Problemen? Es liegt also zu einem großen Teil an uns selbst, ob wir mit unseren Kräften pfleglich umgehen und auf uns selbst achten. Die Weiterbildung gibt Denkanstöße dazu und vermittelt eine Übersicht zu sinnvollen Handlungsoptionen. Damit wir uns auch in Zukunft mit Freude um Kinder und Jugendliche kümmern können!

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- wesentliche Belastungen
- Stressreaktionen und Stressbewältigungsstrategien
- Ressourcen und Handlungsoptionen für die beruflichen Herausforderungen

### Kurs-Nr. 424H15J30

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **03.12.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz M.SC. | Kursentgelt: 75,- €

Bemerkung: pädagogische Fachkräfte in Kitas, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

## Besondere Anforderungen bei der Arbeit mit Hortkindern

Der Erfolg pädagogischen Handelns ist unter anderem auch davon abhängig, was Pädagogen über die Besonderheiten des einzelnen Kindes und der Altersklasse insgesamt wissen. Dabei stellt die wachsende Zahl von Kindern mit problematischen Erlebens- und Verhaltensweisen eine besondere Herausforderung dar. Die Veranstaltung vermittelt Wissen auf entwicklungspsychologischem Gebiet, verknüpft dies mit Informationen zu verschiedenen „Auffälligkeiten“ und gibt schließlich Tipps für den Umgang mit betroffenen Kindern.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Meilensteine in der Entwicklung von Kindern im Grundschulalter
- Begrifflichkeit und Abgrenzung von „Auffälligkeit“ und „Störung“
- Übersicht über die häufigsten Verhaltensauffälligkeiten in dieser Altersgruppe
- Möglichkeiten und Grenzen der pädagogischen bzw. therapeutischen Intervention

### Kurs-Nr. 124F15J31

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **18.04.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz M.SC. | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Horten und Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte der Kinder- und Jugendhilfe

### Kurs-Nr. 524H15J17

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 310**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **24.09.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz M.SC. | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe



## Bildungsraum Garten – naturnahe Freiraumgestaltung in Kitas

Ein Kita-Gelände, das naturnah und damit vielseitig, veränderbar und herausfordernd angelegt ist, regt die Kinder an, es zu entdecken und zu erforschen, selbst und mit anderen aktiv zu werden und die Umwelt mit allen Sinnen zu erfahren. Eine naturnahe Kita-Freiraumgestaltung trägt somit zur Umsetzung des Sächsischen Bildungsplans bei und ist gleichzeitig ein Baustein, um Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) im Kita-Alltag mit Leben zu füllen.

In der Fortbildung werden Zusammenhänge zwischen frühkindlicher Entwicklung und Naturerlebnissen aufgezeigt und daraus Schlussfolgerungen für die Gestaltung von Kita-Außenanlagen gezogen. Es werden Beteiligungsmöglichkeiten für Kinder, Team und Eltern an Planung und Umsetzung sowie Sicherheitsaspekte und Finanzierungsquellen vorgestellt. Bereichert werden die Inhalte mit Erfahrungen und Beispielen guter Praxis aus sächsischen Kitas.



### Kurs-Nr. 324F15J317

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **23.04.2024** | Kurszeit: 10:00 - 13:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Eileen Hornbostel | Kursentgelt: 35,- €

Zielgruppe: Kita-Leitungen, Kita-Träger

## Das „Tauziehen“ macht mürbe – konstruktiver Umgang mit Konflikten

Wie schön wäre es doch, wenn wir mal an einem Strang ziehen würden. Stattdessen hat man das Gefühl, jeden Tag aufs Neue in den Kampf gehen zu müssen. Ist das wirklich so?

Eigentlich ist der Mensch harmoniebedürftig und geht Konflikten meistens aus dem Weg. Wenn aber ein Konflikt in der Luft liegt und nicht gelöst wird, kämpft man trotzdem. Denn man kämpft mit sich selbst und versucht, irgendwie mit der schwierigen Situation klarzukommen. Wir können es drehen und wenden, wie wir wollen – Dauerstreitigkeiten und Wegschauen vor Konflikten tragen nicht gerade zu einer konstruktiven Arbeitsatmosphäre bei. Ein gesundes Maß von allem scheint die Lösung zu sein. Denn das offene Ansprechen eines Konfliktes birgt ein Geschenk in sich, wenn man ein paar Dinge dabei beachtet. In diesem Seminar geht es darum, die eigene Sichtweise auf Konflikte zu hinterfragen sowie sich mit deren Entstehung und Lösung zu beschäftigen. Darüber hinaus erfahren Sie, wie schwierige Situationen so kommuniziert werden können, dass die Beziehung erhalten bleibt.

### Ziele:

Die Teilnehmenden sollen befähigt werden, herausfordernde Situationen gelassener zu bewältigen. Dabei soll die eigene Konfliktlösungskompetenz ausgebaut werden, so dass es leichter gelingt, souveräner und entspannter in spannungsgeladenen Situationen zu reagieren.

### Inhalte:

- konstruktives Konfliktverhalten, Konfliktlösungsstrategien und Konfliktursachen
- vier Schritte der Problemansprache nach M. Rosenberg
- Arbeiten an mitgebrachten Fallbeispielen

### Kurs-Nr. 324F15J38

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **30.05.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Katja Wagner | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: Mitarbeitende und Führungskräfte



## Der ewige Tanz aus Nähe und Distanz in der Beziehungsgestaltung

Nähe und Distanz sind eine wesentliche pädagogische Dimension und wichtiger Bestandteil jeder Beziehungsgestaltung. Der angemessene Umgang mit Nähe und Distanz im Alltag mit Kindern, Eltern und im Team ist ein Balanceakt. Ein gesundes und situationsangemessenes Maß zu finden, ist für die professionelle Arbeit notwendig. Dafür gibt es kein Rezept, welches auf alle Bereiche und Personen übertragbar ist, sondern es bedarf einer reflexiven Haltung und des sensiblen Umgangs mit Grenzen.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Nähe und Distanz in Theorie und Praxis
- eigene Wünsche, Bedürfnisse und Grenzen erkennen
- Umgang mit Grenzüberschreitungen

### Kurs-Nr. 124H15J01

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **13.08.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

## Der Wald als Labor – Naturexperimente mit Kindern

Einfache Experimente verdeutlichen den Kindern Zusammenhänge aus der Natur und regen sie an, ihre Umwelt neugierig und bewusst wahrzunehmen. Wie ist das eigentlich mit den Himmelsrichtungen? Und wie finde ich sie heraus? Kann man messen, wie hoch ein Baum ist, ohne hochzuklettern? Wie bestimme ich ohne Labor die Wasserqualität eines Baches?

In dieser Fortbildung wollen wir die Natur als „großes Labor“ begreifen und uns damit beschäftigen, wie wir mit Kindergruppen die ersten Schritte auf dem Gebiet der Naturwissenschaften machen können. Im Mittelpunkt stehen dabei das Entdecken und Erfahren der Phänomene der belebten und der unbelebten Natur, dazu gibt es Praxistipps und Hintergrundwissen.

### Mitzubringen sind:

- wettergerechte und robuste Kleidung, Sonnen- bzw. Regenschutz
- Verpflegung für den ganzen Tag (eventuell hat der Imbiss auch am Stollen wieder geöffnet)
- Sitzunterlage

### Kurs-Nr. 324H15J08

Kursort: **Greifensteingebiet, Rezeption Campingplatz Stauweiher Geyer**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **23.08.2024** | Kurszeit: 09:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Lohr | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe, Lehrer





## Du schaffst das! – Steigerung des Selbstbewusstseins durch Bewegungsförderung, Spiel und Spaß

Die Wichtigkeit von Bewegung für die körperliche Gesundheit ist hinlänglich bekannt, eher weniger aber, wie bedeutend Bewegung für die Psyche und den Geist sind. Inwiefern sich speziell das Selbstwertgefühl durch sportliche Erfolge steigern lässt, kann jeder selbst erfahren, wenn er seinen inneren Schweinehund einmal überwunden hat, um sich körperlich zu betätigen. Da das Selbstbewusstsein in direktem Zusammenhang mit der Persönlichkeitsentwicklung steht, sollte die Bewegung als Möglichkeit genutzt werden, um dies positiv zu fördern.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Positive Auswirkungen von Bewegung
- Reflexion eigener Bewegungserfahrungen
- Rolle der Bewegung bei der Persönlichkeitsentwicklung
- Bewegungsideen und -spiele zur Steigerung des Selbstbewusstseins

### Mitzubringen ist:

- bewegungsfreundliche Kleidung

### Kurs-Nr. 224H15J25

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Staße 28, Aula**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **09.11.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 7 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Alexander Keßler | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe, Lehrer/innen

## Elternabende, die Spaß machen

Elternabende an Kindertageseinrichtungen und Schulen haben den Anspruch, sowohl anregend als auch nützlich zu sein und sich an den Bedürfnissen der Eltern zu orientieren. Voraussetzung dafür ist, dass die Elternabende so angelegt sind, dass sie sowohl den Eltern als auch den Pädagogen Spaß bereiten. Besonders wichtig ist es, den Eltern die Möglichkeit zu geben, sich untereinander kennenzulernen und mit den Pädagogen in Austausch zu treten.

In diesem Zusammenhang stellt die Weiterbildung neue Formen des Elternabends vor und vermittelt zentrale Gestaltungsgrundlagen für Elternabende. Weiterhin möchte der Kurs den Teilnehmern Mut machen, die aufgezeigten Methoden in Zukunft proaktiv zur Gestaltung von Elternabenden einzusetzen.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Formen von Elternabenden
- Vorbereitung und Planung von Elternabenden
- Kreative Ideensammlung
- Praxisbeispiele und Gruppenarbeit

### Kurs-Nr. 224H15J11

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.08.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Jacqueline Hofmann | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen; Lehrerinnen und Lehrer



## Erfahrungsaustausch „Stärkung von Leitungskompetenzen...“

Für interessierte Leitungsfachkräfte. Moderierter Erfahrungsaustausch unter Fachkräften zur Stärkung der Leitungskompetenzen, je nach aktueller Situation der teilnehmenden Einrichtungen und Personen.

### Kurs-Nr. 324F15J332

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **07.05.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: Zielgruppe: Leitungen und stellvertretende Leitungen von Kitas

### Kurs-Nr. 324H15J26

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Dienstag | Kurstermine: **12.11.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: Leitungen und stellvertretende Leitungen von Kitas

## Essen, Schlafen, Windeln – den Alltag von Kindern unter drei Jahren achtsam begleiten

Kinder im Alter unter drei Jahren achtsam in alltäglichen Situationen zu begleiten, ist ein sehr wichtiges Anliegen der pädagogischen Arbeit. Dies betrifft im Alltag insbesondere die immer wiederkehrenden Situationen im Tagesablauf wie z. B. Essen, Schlafen und Windeln. Gerade dort müssen wir sensibel und angemessen auf die Signale der Kinder antworten und unser Verhalten diesbezüglich reflektieren. Gemeinsam wollen wir in der Fortbildung unsere pädagogische Arbeit unter die Lupe nehmen und Überlegungen für konkrete Gestaltungsmöglichkeiten für die Praxis erarbeiten.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gestaltung und Begleitung von Mahlzeiten, Schlaf- sowie Pflegesituationen
- achtsame Begleitung durch Beziehung und Organisation

### Kurs-Nr. 424F15J28

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **13.04.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Itta Schmidt | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte der Kinder- und Jugendhilfe





**Melden Sie sich  
vor Kursbeginn an,  
so verpassen Sie  
kein Wissen!  
Buchen Sie noch heute  
Ihren Platz und  
sichern Sie sich  
den Kurs.**

## Fit für die Schule – das letzte Jahr im Kindergarten

Dies ist ein Thema, das vielen pädagogischen Fachkräften immer wieder Kopfzerbrechen bereitet. Die Kinder sollen im Sinne des Sächsischen Bildungsplans gut auf die Schule vorbereitet werden. Die unterschiedliche Entwicklung der Kinder stellt uns jedoch nicht selten vor große Herausforderungen. Ebenso die Frage, was heute für morgen gelernt werden muss. Was kann das einzelne Kind, und ist es in der Lage, sein Wissen in der Schule gut anzuwenden? Was brauchen Kinder, um sich gut in der neuen Umgebung zurechtzufinden? Gemeinsam wollen wir diesen Fragen nachgehen und Überlegungen anstellen, wie eine gute Vorbereitung aussehen kann, damit die Kinder den Übergang in die Schule mit Selbstsicherheit bewältigen.

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Anforderungen des Sächsischen Bildungsplans und des Lehrplans der Grundschule
- Transitionsforschung
- Lernanlässe
- Entwicklungsanforderungen
- Spiel als Form des Lernens

### **Kurs-Nr. 224F15J25**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **23.03.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Itta Schmidt | Kursentgelt: 75,- €



## Förderplangestaltung unter Anwendung der ICF-CY in der Kita (5-tägige Qualifizierung)

Das Referat Soziale Hilfen hat als örtliche Träger der Eingliederungshilfe ein einheitliches, ICF-CY-basiertes Förderplanformular für alle Kindertageseinrichtungen eingeführt, dass für alle Kinder mit Anspruch auf Eingliederungshilfe nach dem SGB IX – Teil 2 verbindlich anzuwenden ist. Mit dieser 5-tägigen Zusatzqualifizierung erhalten Sie sowohl die theoretischen als auch die praktischen Grundlagen für die Arbeit mit der ICF-CY.

### Modul 1: Einführung in die Struktur und das Anliegen der ICF-CY

Grundlagen und Struktur der Internationalen Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen - ICF-CY:

- Anliegen/Motivation
- Buchaufbau: Die Komponenten der ICF-CY und deren Kontext
- Komponente „Aktivitäten und Partizipation“ am Beispiel der Lebensbereiche Selbstversorgung und Interpersonelle Interaktionen und Beziehungen
- Entwicklungsanforderungen
- Reflexion komplexer Handlungsabläufe

### Modul 2: Die Anwendung der Beurteilungsmerkmale der ICF-CY

- Die ICF-CY als Klassifikation: Die Komponenten und ihre Klassifikationen
- Ressourcen und Einschränkungen
- Die Beurteilungsmerkmale
- Die Anwendung der Beurteilungsmerkmale im Rahmen der Eingliederungshilfe

### Modul 3: Pädagogische und heilpädagogische Ziele SMART formulieren

S – spezifisch /detailliert, auf die Person bezogene Ziele formulieren

M – messbar / Festlegen von objektiven Kriterien zum Überprüfen der Ziele

A – angemessen / Reflexion über die Eignung und Verhältnismäßigkeit von Zielen

R – realistisch / sachliches, klares, wirklichkeitsentsprechendes Formulieren von Zielen

T – terminiert / prozessorientierte Zeitrahmen für pädagogische Ziele

- Einführung – Aktivität und Partizipation als handlungsleitende Zielvorstellung
- Theoretische Grundlagen zum Formulieren von Zielen im pädagogischen Kontext
- Die Anwendung – praktische Übungen zur Anwendung der SMART-Formel beim Erstellen von pädagogischen Zielen
- Kontext zur qualifizierten Förderplangestaltung auf der Grundlage der ICF-CY

### Modul 4: Die Reflexion der Umweltfaktoren und ihre Auswirkung auf die Teilhabe der Kinder

Die ICF-CY als Instrument im Arbeitsalltag

- Theoretische Grundlagen zu den Kontextfaktoren
- Die Anwendung der Umweltfaktoren
- Schlussfolgerungen für die Förderplangestaltung

### Modul 5: Zusammenfassung der vorangegangenen Fortbildungsabschnitte am Förderplan

- Zusammenfassung der vorangegangenen Fortbildungsabschnitte
- Gesetzliche Grundlagen zur Erstellung eines Förderplanes
- Im Ergebnis erarbeiten Sie einen eigenen Förderplan.

### Kurs-Nr. 324F15J394

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstage: **Montag – 03.06.2024 bis Freitag – 07.06.2024**

Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr | Kursdauer: 32 Unterrichtseinheiten,

5 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Jacqueline Klengel | Kursentgelt: 387,50 €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Erzieher mit abgeschlossener HPZ, Heilpädagogen | Bemerkung: ICF – CY mitbringen. Die Termine sind nicht einzeln buchbar.



## Grenzen: ja – Strafen: nein

Strafen sind seit Jahrhunderten eine alltägliche Form von Einflussnahme auf andere Menschen - in der Familie, in pädagogischen Einrichtungen, im Bereich der organisierten Kriminalität und schließlich in der Strafgerichtsbarkeit. Heißt das, dass Strafen so etwas wie ein Naturgesetz sind? Geht es nicht ohne?!

Diese Frage stellt sich, da Strafen viele nachteilige Folgen für die Entwicklung von Kindern haben können. Strafen folgen als Reaktion auf Grenzverletzungen. Die Frage ist: Wie können Grenzen auch anders geschützt und deutlich gemacht werden?

Kinder lernen am Modell. Erziehen bedeutet, als Führungskraft voranzugehen und sich immer wieder zu fragen: Was will ich den Kindern vorleben und vermitteln? Tue ich es auch? Wo ist meine Grenze, die ich deutlich machen will? Wie greife ich ein, wenn meine Verantwortung für Schutz und Fürsorge gefragt ist?

Anhand realer Beispiele aus Ihrem Erziehungs-Alltag erproben und reflektieren Sie, welchen Unterschied ein fürsorglicher Gebrauch von Macht gegenüber einer strafenden Haltung macht.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Was ist eine Strafe?
- Lernen Kinder aus Strafen? Und wenn ja: Was?
- Wirkungen von Strafen auf die Psyche der Kinder
- Grenzen und Grenzverletzungen im pädagogischen Alltag
- Beschützender im Unterschied zu bestrafendem Einsatz von Macht
- Nach welchen Werten und Kriterien nutzen wir unsere Macht und greifen ein?
- Die sogenannten „Konsequenzen“ ? – bei Licht betrachtet

### Kurs-Nr. **224F15J082**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **01.02.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Ariane Brena | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen,  
Kindertagespflegepersonen

## Herausfordernde Situationen strukturiert und systematisch meistern – Kollegiale Beratung bringt Kompetenz, Erfahrung und Teamgeist zusammen

Schnell auf dem Gang oder am Ende der Dienstberatung werden schwierige Situationen oder unangenehme Vorkommnisse thematisiert und versucht im Eilverfahren zu lösen. Dabei können meist die Komplexität und die Auswirkungen in der Kürze der Zeit kaum überblickt werden. Nichts desto trotz werden die gefundenen Lösungen vielleicht sogar mit einem mulmigen Gefühl umgesetzt. Spätestens im Alltag zeigt sich, ob die Lösung der Realität standhalten kann. In der Praxis wird oftmals deutlich, welche Korrekturen man sich hätte ersparen können, wenn man sich vorher die Zeit genommen hätte, in Ruhe über potentielle Lösungsmöglichkeiten nachzudenken.

Eine Methode, Lösungen strukturiert, allumfassend und zielorientiert zu finden, ist die „Kollegiale Beratung“. In einer Gruppe von ca. 5 bis 10 Mitarbeitenden werden Handlungsoptionen für ein berufliches Thema entwickelt. Dabei nutzt die Methode systematisch die verschiedenen Kompetenzen und Erfahrungen der Gruppenmitglieder.

In dem Workshop sollen die Teilnehmenden die Möglichkeit erhalten, die Methode auf ein konkretes Anliegen anzuwenden, um deren Wirksamkeit zu erfahren.

**Ziele:**

Die Teilnehmenden lernen die theoretischen Hintergründe und den Ablauf der kollegialen Beratung kennen. Sie wenden die „Kollegiale Beratung“ praktisch an.

Durch die Anwendung der Methode erweitern die Teilnehmenden ihre Reflexions-, Beratungs- und Problemlösungskompetenz. Sie sollen dabei den Nutzen der kollegialen Beratung erkennen, um sie als festen Bestandteil in ihren Berufsalltag integrieren zu können.

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Vorstellung der Methode kollegiale Beratung
- Verdeutlichen einer förderlichen inneren Haltung im Prozess der Lösungsfindung
- Erläuterung wichtiger Techniken für die Moderation
- Anwendung der kollegialen Beratung auf reale Anliegen der Teilnehmenden

**Kurs-Nr. 224F15J26**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **09.04.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Katja Wagner | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Leitungskräfte in Kitas und anderen Bereichen

**Hochsensibilität – erkennen und verstehen**

Im Seminar werden Grundlagen und die verschiedenen Begriffe geklärt. Eine Grundübersicht über die verschiedenen Persönlichkeitsstrukturen und die Einflüsse der Hochsensibilität im Alltag, Symptome und Auswirkungen sowie mögliche Über- und Unterforderung dadurch werden ebenso Thema sein wie die Abgrenzung der Hochsensibilität zu AD(H)S und zum Asperger Autismus. Praxistaugliche Tests und Fragebögen werden verständlich erklärt und angewendet.

**Kurs-Nr. 224F15J37**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **29.05.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 7 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Antje Stock | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe, Interessierte



## Hort als Vorrat/Schatz verstehen?! – spezielle Erfahrungen der Hortarbeit

In der Praxis gestaltet sich die Hortarbeit offensichtlich nach wie vor schwierig. Viele Sachverhalte, die sich aus den gesellschaftlichen Anforderungen und Strukturen und aus der besonderen Stellung des Hortes im Gegensatz zur Schule oder zum Kindergarten ergeben, führen zu einer „bunten“ Hortlandschaft mit unterschiedlichen Rahmenbedingungen. Trotzdem arbeiten alle Horteinrichtungen an dem gleichen Ziel: Unterstützung der gesunden Entwicklung von Kindern im Grundschulalter, vor allem im außerschulischen Bereich. Dieses Seminar dient dem Erfahrungsaustausch zu speziellen Aufgaben des Hortes, will Mut machen und will Anregungen geben. Die konkreten Inhalte sind von den anwesenden Personen abhängig.

### Die Erfahrung zeigt folgende Problemfelder:

- Struktur und Aufgaben des Hortes
- Mitwirkung der Kinder
- Kooperation mit der Schule und den Eltern

### Kurs-Nr. 124F15J36

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **28.05.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte im Hort

## Humor – Chancen und Grenzen im pädagogischen Alltag

Lachen im Alltag hat viele positive Aspekte auf das Gesundheitssystem des Menschen. Es bietet ebenfalls viele Möglichkeiten der Einbeziehung in die Konfliktlösung und birgt Chancen für einen ausgeglichenen Erzieher-Alltag. Lassen Sie sich ein auf ein Seminar rund ums Thema Humor und dessen positive Aspekte, Chancen und Grenzen.

### Inhaltliche Schwepunkte:

- Einführung zum Thema Humor
- Lachen und Humor im pädagogischen und Erziehungsalltag
- Entwicklung von Humor und Fantasie bei Kindern
- Tipps für eine humorvolle Erziehung in Kita und Familie
- Humor in der Schule
- Methode: das Humortagebuch
- Die Rolle von Humor in der Teamentwicklung
- Humor in der Elternarbeit
- Schwierige Situationen im Kita-/Schulalltag humorvoll meistern

### Kurs-Nr. 324F15J32

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **24.04.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Marcus Hofmann | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Lehrerinnen und Lehrer





## ICF-CY Trainingsseminar (individuelles, komplexes Training in der Anwendung) – Teil 1

Voraussetzung für die Teilnahme an den Aufbau Seminaren ist die Absolvierung der mehrtägigen Fortbildung zur „Qualifizierten Förderplangestaltung mit der ICF-CY“.

Die Arbeit mit der ICF-CY erfordert Übung. Eine „Sprache“, nennen wir sie „icf-isch“, lernt man am besten, wenn man sie liest, spricht, schreibt, hört - also anwendet. Sie festigen Ihr Wissen zur ICF-CY. Sie erhalten Antworten auf Fragen und können somit Ihre Praxis reflektieren und verbessern. Sie erlangen Sicherheit in der praktischen Anwendung der ICF-CY anhand von Fallbeispielen.

### Kurs-Nr. 324F15J17

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **11.03.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Jacqueline Klengel | Kursentgelt: 87,50 €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Erzieher mit abgeschlossener HPZ, Heilpädagogen | Bemerkung: Bitte bringen Sie die ICF-CY mit zum Kurs.

Voraussetzung: Sie arbeiten mit der ICF-CY und verfügen über Grundlagenwissen.

## ICF-CY Trainingsseminar (individuelles, komplexes Training in der Anwendung) – Teil 2

Voraussetzung für die Teilnahme an den Aufbau Seminaren ist die Absolvierung der mehrtägigen Fortbildung zur „Qualifizierten Förderplangestaltung mit der ICF-CY“, dass Sie über Grundlagenwissen verfügen und mit der ICF-CY arbeiten.

### Die thematischen Schwerpunkte des Trainingsseminares Teil 2 sind:

- erwartungswidriges Verhalten ICF-CY -basiert beobachten, dokumentieren und begleiten
- praktische Anwendung des Lebensbereiches 7 – interpersonelle Interaktionen und Beziehungen
- Schlussfolgerungen für die Förderplangestaltung

### Kurs-Nr. 324F15J18

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **12.03.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Jacqueline Klengel | Kursentgelt: 87,50 €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Erzieher mit abgeschlossener HPZ, Heilpädagogen | Bemerkung: Bitte bringen Sie die ICF-CY mit zum Kurs.

## ICF-CY Trainingsseminar (individuelles, komplexes Training in der Anwendung) – Teil 3

Voraussetzung für die Teilnahme an den Aufbau Seminaren ist die Absolvierung der mehrtägigen Fortbildung zur „Qualifizierten Förderplangestaltung mit der ICF-CY“, dass Sie über Grundlagenwissen verfügen und mit der ICF-CY arbeiten.

### Die thematischen Schwerpunkte des Trainingsseminares Teil 3 sind:

- individuelles Training zur Anwendung der ICF-CY
- praktische Anwendung des Lebensbereiches 1 – Lernen und Wissensanwendung
- Schlussfolgerungen für die Förderplangestaltung

### Kurs-Nr. 324F15J19

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **13.03.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Jacqueline Klengel | Kursentgelt: 87,50 €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Erzieher mit abgeschlossener HPZ, Heilpädagogen | Bemerkung: Bitte bringen Sie die ICF-CY mit zum Kurs.



## Kinder in Trennungssituationen

Wenn die Eltern sich trennen, bricht für Kinder eine Welt zusammen. Sie werden in ihrem Selbst- und Weltverständnis tief erschüttert und suchen nach Antworten und Perspektiven. Pädagogen sind unsicher, weil sie nicht wissen, wie weit sie sich in die Thematik einlassen können, und nicht selten auch persönlich betroffen sind. Die Veranstaltung gibt Hintergrundinformationen und vermittelt Wissen zu Handlungsoptionen im pädagogischen Alltag.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Trennung aus den verschiedenen Perspektiven der Beteiligten
- Wie sagen wir es unserem Kind?
- mögliche Folgen für betroffene Kinder
- Trennung als Trauma

### Kurs-Nr. 324H15J23

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **05.11.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz M.SC. | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

### Kurs-Nr. 124F15J35

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **27.05.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz M.SC. | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

## Kita-Leitung fordert – manchmal mehr, als man leisten kann

Pädagogischer Alltag, Probleme, Bürokratie, Planung und natürlich die Kinder! Ganz oft geht es auch um die Kolleginnen! Wie kann ich meine Erzieher/innen führen, sie unterstützen, motivieren, ein gutes Teamklima schaffen, für eine zielgerichtete und passende Kommunikation sorgen und dafür, dass wir einen optimalen Rahmen für unsere Arbeit entwickeln?

Vieles davon gehört zu den Leitungsaufgaben und muss manchmal „nebenbei“ erledigt werden. Wir werden uns in der Veranstaltung mit den wichtigen Führungsaufgaben für Kita-Leitungen und Stellvertreter/innen beschäftigen. Dazu lernen Sie kennen, wie Sie die Dinge in Ihrem Haus und Ihrem Team wunschgemäß beeinflussen können und gewinnen dazu eine gewisse Gelassenheit für den Umgang mit den Kolleginnen und Kollegen und ihren Aufgaben.

### Kurs-Nr. 424F15J423

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **13.06.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Holger Müller | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Leitungskräfte in Kitas





## Kommunikation mit Eltern in besonderen Problemlagen

Wer Kinder gut betreuen will, muss auch deren Eltern erreichen. Die Zusammenarbeit mit den Eltern ist ein ganz wichtiger Punkt für eine qualitativ gute Arbeit in der Kindertagesbetreuung, um die Entwicklung des Kindes gemeinsam zu unterstützen und positiv zu beeinflussen. Dabei ist eine gelingende Kommunikation von entscheidender Bedeutung, die aber in der Praxis oft nicht leicht umsetzbar ist. Gibt es in der Zusammenarbeit mit einigen Eltern noch besondere Probleme, bekommt man schnell das Gefühl, gegen „Wände zu reden“ oder vielleicht sogar mehr gegeneinander statt miteinander zu arbeiten. In diesem Seminar sollen u. a. praxisnah Kommunikationsformen und Gesprächsstrategien erarbeitet werden.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Welche besonderen Herausforderungen müssen Eltern heute bewältigen?
- Mit welchen Eltern könnte sich die Zusammenarbeit schwierig gestalten?
- Kommunikative Grundlagen
- Frage- statt Sagetechnik
- Tipps und Tricks im Umgang mit schwierigen Eltern

### Kurs-Nr. 524F15J29

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 303**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **15.04.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Martina Meixner | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

## Körperliche Interventions- und Schutztechniken bei aggressiven Übergriffen / Deeskalationsstrategien

Im Alltag werden pädagogische Fachkräfte nicht selten mit aggressivem Verhalten der Kinder und Jugendlichen konfrontiert. Dabei können die Formen sehr vielschichtig sein. In bestimmten sozialen Kontexten kommen durchaus Übergriffe von Klienten vor. Es soll geklärt werden, wie man präventiv wirksam werden kann und wie man sich selbst schützt. Auch rechtliche Aspekte werden beleuchtet. Die Teilnehmer üben einfache Schutztechniken und entwickeln eine entsprechend gewaltfreie Einrichtungskultur.

### Kurs-Nr. 324H15J24

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **08.11.2024** | Kurszeit: 09:00 - 12:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Martina Meixner | Kursentgelt: 35,- €

Zielgruppe: Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

## Lebenskompetenzförderung in der Kita (FREUNDE-Programm)

FREUNDE ist ein langfristiges und nachhaltiges Programm zur Lebenskompetenzförderung von Kindern in Kindertageseinrichtungen. Es ist darauf ausgerichtet, Kinder bereits im frühen Alter in ihrer Persönlichkeit zu stärken und Kompetenzen zu fördern. Fünf pädagogische Vorhaben bilden das Programmkonzept, um die Inhalte spielerisch und interaktiv zu transportieren:

- „Mit viel Gefühl“
- „Kinder reden mit“
- „Ein Platz zum Streiten“
- „Selber mach Tag“
- „Inseln der Ruhe“





Die pädagogischen Vorhaben beeinflussen den Entwicklungsprozess der Kinder positiv. Der Entstehung von Sucht- und Gewaltproblematiken kann auf diese Weise vorgebeugt werden.

Die drei tierischen Freunde „Franz von Hahn“, „Johnny Mauser“ und „Der dicke Waldemar“ verkörpern die Programmideen und stärken Kompetenzen wie Selbstwahrnehmung, Kommunikations- und Konfliktlösefähigkeit. Das FREUNDE-Programm knüpft an vorhandene Ressourcen der Kindertageseinrichtung an und kann mit wenig Aufwand in den Alltag integriert werden.

Das zweitägige Basisseminar richtet sich an pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen. Neben theoretischem Grundwissen zur Lebenskompetenzförderung werden altersgemäße Methoden für die Umsetzung in der Praxis vermittelt. Die Teilnehmer erhalten eine umfangreiche Teilnehmermappe mit Programmkonzept, Methodenvorschlägen und Umsetzungsideen.

### Kurs-Nr. **224H15J27**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstage: **Montag – 18.11.2024 und Montag – 25.11.2024**

(Die Veranstaltung besteht aus 2 Seminartagen.) | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Sophia Kümmeritz, Sächs.

LV f. Gesundheitsförd. e.V. | Kursentgelt: 120,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

## Leiten mit (mehr) Leichtigkeit! – Modul 1: Haltung zeigen! Professioneller Umgang mit schwierigen Eltern

Die zwei Jahre der Coronapandemie veränderte die Arbeit in den Tageseinrichtungen für Kinder nachhaltig. Personalnotstand, Krankheitswellen, Krisenmanagement, Bürokratie und bisher nicht gekannte Auseinandersetzungen mit Eltern und Teammitgliedern sind nur einige Herausforderungen, die Leitungsverantwortliche in dieser Zeit bewältigen mussten. Doch jeder Herausforderung liegt auch die Chance inne, die Erfahrungen als Lern- und Entwicklungsmöglichkeit zu nutzen.

Die Seminarreihe nimmt zentrale Themen wie Elternarbeit, Mitarbeiterführung und Selbstmanagement als Leitungsverantwortlicher in den Blick. Gemeinsamer Austausch und inhaltliche Impulse sollten den Teilnehmenden neue Perspektiven auf die Gestaltung ihrer Führungsverantwortung in Kita und Hort aufzeigen.

Die vier Module können sowohl einzeln als auch als Seminarreihe gebucht werden.

Der Referent Andreas Reupert ist Leiter einer Kindertagesstätte im Landkreis Bautzen. Seit mehr als 20 Jahren arbeitet er als Fortbildungsreferent und Dozent in der Erwachsenenbildung und begleitet als systemischer Coach Leitungsverantwortliche aus Kita und Hort bei der Reflexion ihres Alltages in der Kita und beim Einstieg ins Berufsleben. Mehr Informationen: [www.reupert.de](http://www.reupert.de)

Wer mit Kindern in Krippe, Kindergarten oder Hort arbeiten möchte, kommt um den Kontakt mit Eltern nicht herum. Was sich mit zugewandten Eltern leicht anfühlt, kann sich mit schwierigen Erziehungsberechtigten schnell zur Belastung bis hin zur Frustration entwickeln. Im Seminar sollen typische knifflige Situationen mit Eltern aus der Kita-Praxis analysiert und neue Techniken und Methoden der Gesprächsführung ausprobiert werden. Ziel ist es dabei, die eigene Professionalität aufrechtzuerhalten, das eigene Gesicht als Fachkraft zu wahren und Haltung in konfliktbehafteten Situationen zu zeigen.

**Seminar setzen Sie sich u.a. mit folgenden Themen auseinander:**

- schwierige Botschaften verpacken und gut und sicher vermitteln
- Gesprächsführung in Konfliktsituationen
- Umgang mit Aggressionen und Übergriffigkeiten im Elternkontakt
- Umgang mit Emotionalität im Gespräch
- Reaktionsmöglichkeiten auf Killerphrasen und Totschlagargumente
- professioneller Umgang mit Schuld und eigenen Fehlern
- Kommunikation mit Elternvertretern

**Kurs-Nr. 324F15J01**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.01.2024** | Kurszeit: 08:30 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Andreas Reupert | Kursentgelt: 90,- €

Zielgruppe: pädagogische Leitungsfachkräfte von Kindertageseinrichtungen

## Leiten mit (mehr) Leichtigkeit! – Modul 2: Hart in der Sache, fair zu den Menschen! Konfliktmanagement im Team

Die zwei Jahre der Coronapandemie veränderte die Arbeit in den Tageseinrichtungen für Kinder nachhaltig. Personalnotstand, Krankheitswellen, Krisenmanagement, Bürokratie und bisher nicht gekannte Auseinandersetzungen mit Eltern und Teammitgliedern sind nur einige Herausforderungen, die Leitungsverantwortliche in dieser Zeit bewältigen mussten. Doch jeder Herausforderung liegt auch die Chance inne, die Erfahrungen als Lern- und Entwicklungsmöglichkeit zu nutzen.

Die Seminarreihe nimmt zentrale Themen wie Elternarbeit, Mitarbeiterführung und Selbstmanagement als Leitungsverantwortlicher in den Blick. Gemeinsamer Austausch und inhaltliche Impulse sollten den Teilnehmenden neue Perspektiven auf die Gestaltung ihrer Führungsverantwortung in Kita und Hort aufzeigen.

Die vier Module können sowohl einzeln als auch als Seminarreihe gebucht werden.

Der Referent Andreas Reupert ist Leiter einer Kindertagesstätte im Landkreis Bautzen. Seit mehr als 20 Jahren arbeitet er als Fortbildungsreferent und Dozent in der Erwachsenenbildung und begleitet als systemischer Coach Führungsverantwortliche aus Kita und Hort bei der Reflexion ihres Alltages in der Kita und beim Einstieg ins Berufsleben. Mehr Informationen: [www.reupert.de](http://www.reupert.de)

Stetigkeit in der Personalbesetzung ist ein wichtiger Faktor für die Qualität einer Kindertagesstätte. Jede Einarbeitung neuer Erzieherinnen und Erzieher kostet Zeit und Kraft, jeder Personalwechsel bringt neue Unruhe in das Team. Doch was bindet Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter langfristig an eine Kindertageseinrichtung? Wie können Leitungsverantwortliche ein Arbeitsklima der Wertschätzung, Lernbereitschaft und Fehlerfreundlichkeit gestalten? Und wie können Konflikte im Team konstruktiv bearbeitet werden?

**Im Seminar setzen Sie sich u.a. mit folgenden Themen auseinander:**

- emotionale Bindung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern an die Einrichtung
- Persönlichkeitstypologie (DISG®-Modell)
- Motivation von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern
- wertschätzende Feedbackkultur innerhalb der Kita
- konstruktiver Umgang mit Mitarbeiterkonflikten
- gewaltfreie Kommunikation in Konfliktsituationen
- Methoden der Mitarbeiterentwicklung

**Kurs-Nr. 324F15J11**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **08.02.2024** | Kurszeit: 08:30 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Andreas Reupert | Kursentgelt: 90,- €

Zielgruppe: pädagogische Leitungsfachkräfte von Kindertageseinrichtungen



## Leiten mit (mehr) Leichtigkeit! – Modul 3: Widerstandsfähigkeit ausbauen: Selbstmanagement als Führungskraft

Die zwei Jahre der Coronapandemie veränderte die Arbeit in den Tageseinrichtungen für Kinder nachhaltig. Personalnotstand, Krankheitswellen, Krisenmanagement, Bürokratie und bisher nicht gekannte Auseinandersetzungen mit Eltern und Teammitgliedern sind nur einige Herausforderungen, die Leitungsverantwortliche in dieser Zeit bewältigen mussten. Doch jeder Herausforderung liegt auch die Chance inne, die Erfahrungen als Lern- und Entwicklungsmöglichkeit zu nutzen.

Die Seminarreihe nimmt zentrale Themen wie Elternarbeit, Mitarbeiterführung und Selbstmanagement als Leitungsverantwortlicher in den Blick. Gemeinsamer Austausch und inhaltliche Impulse sollten den Teilnehmenden neue Perspektiven auf die Gestaltung ihrer Führungsverantwortung in Kita und Hort aufzeigen.

Die vier Module können sowohl einzeln als auch als Seminarreihe gebucht werden.

Der Referent Andreas Reupert ist Leiter einer Kindertagesstätte im Landkreis Bautzen. Seit mehr als 20 Jahren arbeitet er als Fortbildungsreferent und Dozent in der Erwachsenenbildung und begleitet als systemischer Coach Führungsverantwortliche aus Kita und Hort bei der Reflexion ihres Alltages in der Kita und beim Einstieg ins Berufsleben. Mehr Informationen: [www.reupert.de](http://www.reupert.de)

Die professionelle Leitung einer Kindertagesstätte ist idealerweise eine Balance aus Management und Personalführung. In der Praxis sieht dies jedoch oft ganz anders aus: Büroarbeit und Kommunikation mit Kunden und externen Partnern bestimmen den Tagesinhalt. Darüber hinaus verleiten Personalengpässe viele Leitungsverantwortliche, sich im Gruppendienst aufzuopfern. Im Seminar sollen Methoden zur professionellen Gestaltung einer Leiterrolle in Krippe, Kindergarten und Hort diskutiert und reflektiert werden. Bewährte Elemente aus der Mitarbeiterführung, dem Zeitmanagement und der Organisationsentwicklung werden dabei vorgestellt, diskutiert und erprobt.

### Im Seminar setzen Sie sich u.a. mit folgenden Themen auseinander:

- Standortbestimmung als Führungskraft: vor, neben oder hinter dem Team?
- Zeitmanagement im Leitungsalldag
- Delegationsfähigkeit als eine Grundfähigkeit der Leitung
- die sieben Quellen der Resilienz als Führungskraft
- Achtsamkeit und Selbstfürsorge in Konfliktsituationen
- Psychohygiene in der Führungsverantwortung
- Umgang mit Energiesaugern im Team

### Kurs-Nr. **324F15J20**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **14.03.2024** | Kurszeit: 08:30 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Andreas Reupert | Kursentgelt: 90,- €

Zielgruppe: pädagogische Leitungsfachkräfte von Kindertageseinrichtungen





## Leiten mit (mehr) Leichtigkeit! – Modul 4: Praxisreflexion: kollegiale Beratung für Leitungsverantwortliche

Die zwei Jahre der Coronapandemie veränderte die Arbeit in den Tageseinrichtungen für Kinder nachhaltig. Personalnotstand, Krankheitswellen, Krisenmanagement, Bürokratie und bisher nicht gekannte Auseinandersetzungen mit Eltern und Teammitgliedern sind nur einige Herausforderungen, die Leitungsverantwortliche in dieser Zeit bewältigen mussten. Doch jeder Herausforderung liegt auch die Chance inne, die Erfahrungen als Lern- und Entwicklungsmöglichkeit zu nutzen.

Die Seminarreihe nimmt zentrale Themen wie Elternarbeit, Mitarbeiterführung und Selbstmanagement als Leitungsverantwortlicher in den Blick. Gemeinsamer Austausch und inhaltliche Impulse sollten den Teilnehmenden neue Perspektiven auf die Gestaltung ihrer Führungsverantwortung in Kita und Hort aufzeigen.

Die vier Module können sowohl einzeln als auch als Seminarreihe gebucht werden.

Der Referent Andreas Reupert ist Leiter einer Kindertagesstätte im Landkreis Bautzen. Seit mehr als 20 Jahren arbeitet er als Fortbildungsreferent und Dozent in der Erwachsenenbildung und begleitet als systemischer Coach Führungsverantwortliche aus Kita und Hort bei der Reflexion ihres Alltages in der Kita und beim Einstieg ins Berufsleben. Mehr Informationen: [www.reupert.de](http://www.reupert.de)  
Leiterinnen und Leiter von Kindertagesstätten sind häufig „strukturell einsam“: Es fehlen die Kolleginnen und Kollegen, mit denen sie Fragen zur Zusammenarbeit mit Eltern, zu Teamkonflikten oder eigenen Belastungen thematisieren können. Die kontinuierliche Reflexion der eigenen Arbeit ist jedoch ein wichtiger Beitrag zur eigenen Psychohygiene. Durch die kollegiale Beratung erhalten Leitungsverantwortliche einen Rahmen, um problematische Situationen aus dem Arbeitsalltag zu bearbeiten und langfristig tragfähige Lösungen zu entwickeln.

Das Seminar führt in die Grundlagen dieser professionellen Beratungsform ein. Anhand von Fallbeispielen der Teilnehmer werden Techniken und Methoden der Praxisreflexion vorgestellt und im Seminar erprobt. In einer Gruppe mit Leitungskollegen aus anderen Einrichtungen erhalten die Teilnehmer so Hinweise und Anregungen für ihre individuellen Fragestellungen.

### Kurs-Nr. **324F15J27**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.04.2024** | Kurszeit: 08:30 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Andreas Reupert | Kursentgelt: 90,- €

**SCHNELL UND  
KOMFORTABEL  
ANMELDEN:**

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





## Lernen aus Geschichte(n) – Beobachtung/Dokumentation mit Lerngeschichten

Eine Lerngeschichte dokumentiert die individuellen Lernprozesse eines Kindes durch Text- und Bildmaterial und ermöglicht es pädagogischen Fachkräften, Eltern und Kindern, miteinander in Austausch zu treten. Der gemeinsame Austausch und die Reflexion der Lernprozesse bilden die Grundlage für die Planung nächster Schritte unter Berücksichtigung der persönlichen Anliegen und Interessen des Kindes. Aber wie setzen wir dieses Beobachtungs- und Dokumentationsinstrument in der Praxis sinnvoll um? Wie gestalte ich die Lerngeschichten ressourcenorientiert? Diese und andere Fragen sollen in dem Seminar beantwortet werden.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Entstehung einer Lerngeschichte, Varianten der Dokumentation
- Lerngeschichten in Elterngesprächen
- Übungen und Diskussionen zu Lerngeschichten

### Kurs-Nr. 324F15J31

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **16.04.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

## Lernlust statt Lernfrust: Wie geht das? Was bedeutet das für Pädagogen?

Lernen beginnt mit L wie Lust. Diese Lust auf Neues ist uns angeboren. Was macht den Unterschied zwischen lustvollem Lernen und frustriertem Fähigkeitserwerb aus? Lernen bedeutet Entwicklung, Veränderung, Anpassung und nicht Schule. Unser ganzes Leben wird von unseren Lernprozessen bestimmt. Lernen ist somit allgegenwärtig. Wir lernen lebenslang. Jede Entwicklung erfordert und bringt die Anpassung unserer vorhandenen Erfahrungen (oft Wissens genannt) an neue Erlebnisse. Aber, was ist Lernen? Wie funktioniert Lernen? Was bestimmt den Lernerfolg? Was meinen Bücher wie „Jedes Kind kann Schule“?

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Begriffe Lernen, Lernvoraussetzungen, Lernstadien
- Intelligenz – Lernen, Basis des Lernens
- Lernstrategien/-formen, Lerntypen, Lernhilfen

### Kurs-Nr. 524H15J04

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 310**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **20.08.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 7 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen



## Mathematische Angebote, die alle ansprechen

Ich kann später gut rechnen, weil ich nicht nur zähle, sondern Zusammenhänge bereits eher verstanden habe.

Um kleineren Kindern das Rechnen verständlich zu vermitteln, sind Handlungen der Schlüssel zum Erfolg. Erleben Sie, wie mathematische Grundlagen „begreifbar“ werden.

### Inhalte der Fortbildung:

- Spiralprinzip im arithmetischen Bereich von den Bildungsinhalten in den Kindertagesstätten bis zur Schuleingangsphase in Mathematik Klasse 1
- Vorstellen verschiedener praktischer Möglichkeiten und methodischer Vorgehensweise im Vorschuljahr
- Tipps für die Gliederung und Auflockerung während eines Angebotes

### Kurs-Nr. 324F15J258

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **08.04.2024** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Antje Schmid | Kursentgelt: 20,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Lehrer, Interessierte

## Meister/-in von Grenzsituationen – Ausdruck von Professionalität

Jeder Mensch gerät einmal an seine Grenzen. Das heißt, intensive Gefühle wie Ärger, Verzweiflung, Hilflosigkeit usw. werden ausgelöst und beeinträchtigen unser Denken und Handeln. Der Wunsch nach Lösungen und Unterstützung ist groß. Dennoch gibt es keine Patentrezepte. Wie können wir diese Grenzsituationen professionell meistern?

„Meister/-in“ bedeutet die Qualifikation zur Aufsicht und Weitergabe einer Sache, die man gelernt hat. Es schwingt in diesem Wort als weiterer Aspekt mit, eine tiefe Einsicht gewonnen zu haben, diese täglich in seinem Leben unter Beweis zu stellen und zu erweitern. Das bedeutet nicht, unfehlbar und vollkommen zu sein, diesem Bild kann niemand genügen. Es bedeutet Hingabe zu den mir Anvertrauten, das Verstehen-Wollen, die Besinnung auf mich und die eigenen Erfahrungen, um Perspektiven zu wechseln, Zusammenhänge zu beleuchten, die Rolle zu hinterfragen und das eigene Denken und Handeln zu verändern - kurz gesagt: Professionalität zu entwickeln.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Schwierige Situationen, Grenzverletzungen (Wer verletzt wann, was, wen ...?)
- Gefühle, Verhalten versus Handeln
- Professionelle Einsichten und alltägliche Tücken

### Kurs-Nr. 224F15J15

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **05.03.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen





## Methodenkiste für Kinder unter 3 Jahren

Die Arbeit in der Krippe oder Kindertagespflege stellt eine wichtige Grundlage für die Entwicklung von Kindern dar. Hier bauen sie wichtige Bindungen auf und erleben an sie gestellte Anforderungen in alltagsnahen Situationen. Diese Entwicklungsschritte zu begleiten, stellt für pädagogische Fachkräfte eine zentrale Aufgabe dar.

In diesem Seminar erhalten Sie viele Anregungen für die Arbeit mit Kindern unter 3 Jahren. Dabei stehen die Entwicklungsräume, besondere Anforderungen und der Umgang mit schwierigen Situationen im Vordergrund.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Entwicklungsschritte • Spracherwerb
- Gestaltung von Angeboten • Bindungen
- Rahmenbedingungen im Alltag • Raumgestaltung

### Kurs-Nr. 224F15J41

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **07.06.2024**

Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr | Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten

Dozent: Frau Jacqueline Hofmann | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, Fachkräfte in der Familienbildung

## Mit Begeisterung lernen

„Begeisterung ist wie eine Gießkanne fürs Gehirn“, sagt der Hirnforscher Gerald Hüther. Wenn Kinder von einer Sache fasziniert sind, können sie buchstäblich stundenlang dabei bleiben. Lernen geschieht dabei ganz von selbst und in ganzheitlicher Weise.

Auf immer neue Weise betrachten, untersuchen, experimentieren und probieren sie: Was kann ich alles mit diesem Ding anfangen? Wie funktioniert dieser Bewegungsablauf? Wie kann ich ihn mir zu eigen machen? Wie kann ich mich verbessern? Welche Variationen desselben Spiels fallen mir ein? Muskeln, Gehirn, Sinnesorgane, Sprache - alles fließt in einem fortwährenden Lern- und Integrationsprozess zusammen.

### Wir reflektieren die Fragen:

- Welche Rolle spielt die Beziehung zwischen Kind und LernbegleiterIn?
- Wie können LernbegleiterInnen den Lernprozess unterstützen - und möglichst wenig stören?
- Wie viel Angebot, Anleitung oder Vorbereitung bedarf es?
- Wie viel Zurückhaltung ist förderlich?
- Wie kann eine Lernumgebung gestaltet werden, in der Kinder begeistert lernen?

### Kurs-Nr. 524F15J325

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 406**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **29.04.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Ariane Brena | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen



## Mit Kindern zur Stille kommen – Entspannungsübungen im Kita-Alltag

Kinder brauchen Stille. In ihrer hektischen Alltagswelt finden sie aber nur selten die Gelegenheit dazu. In dieser Fortbildung soll die große Bedeutung der Stille für die Entwicklung des Kindes behandelt werden. Dazu werden zahlreiche Praxismethoden vorgestellt und ausprobiert, um mit einer Kindergruppe zur Stille und auch wieder hinauszufinden. Gleichzeitig gibt es Impulse für die pädagogischen Fachkräfte, selbst zu sich und zur Stille zu finden.



### Inhalte:

- Bedeutung der Stille und Entspannung für die Entwicklung des Kindes
- Methodische Herausforderungen an Stille - Umgang mit Kindern, die nur schwer zur Ruhe kommen
- Vorstellung und Ausprobieren verschiedener Entspannungsmethoden
- Materialempfehlungen, Buchvorstellung

### Kurs-Nr. 324F15J305

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **17.04.2024** | Kurszeit: 13:00 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Julie Eggers | Kursentgelt: 35,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

### Kurs-Nr. 224F15J322

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **24.04.2024** | Kurszeit: 13:00 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Julie Eggers | Kursentgelt: 35,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

## Mit leichtem Rucksack unterwegs – Naturpädagogik aus dem Stegreif

Mit Kindern unterwegs! Wir stellen Spiele und Aktivitäten für altersgerechte Naturerfahrung und fächerübergreifenden Unterricht im Grundschulbereich vor - und probieren natürlich alle Experimente und Aktivitäten selbst aus. Dazu stellen wir das Konzept des FLOWLEARNING vor, der sofort umsetzbaren und praktischen Methode des Naturpädagogen Joseph Cornell. Weniger ist dabei manchmal mehr. Wir zeigen, wie es geht, und entwickeln eigenes Handwerkszeug ... Naturerfahrung zum Selberbauen. Handlich, praktisch, gut. Wir probieren die speziell auf die Altersgruppe Grundschule zugeschnittenen Aktivitäten aus, reflektieren sie, ergänzen so Ihren reichhaltigen Erfahrungsschatz und versetzen Sie sofort in die Lage, ein praxisnahes Unterrichtsangebot in Ihrer eigenen Arbeit durchzuführen.



### Mitzubringen sind:

- wettergerechte und robuste Kleidung, Sonnen- bzw. Regenschutz
- Sitzunterlagen
- Verpflegung für den ganzen Tag (eventuell hat der Imbiss auch am Stollen wieder geöffnet)



### Kurs-Nr. **324H15J06**

Kursort: **Greifensteingebiet, Rezeption Campingplatz Stauweiher Geyer**  
 Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **22.08.2024** | Kurszeit: 09:00 - 16:00 Uhr  
 Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Oliver Mehl | Kursentgelt: 75,- €  
 Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen  
 weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe, Lehrer

## Mit Sport durch die Jahreszeiten

Kinder nehmen aktiv ihre Umwelt wahr. Speziell die verschiedenen Jahreszeiten faszinieren Kinder ungemein und bieten in Verbindung mit Bewegung eine Vielzahl an Möglichkeiten. Sport treibt man in jeder Jahreszeit und passend dazu gibt es jede Menge Spielideen, welche sich ohne großen Aufwand umsetzen lassen. Das Seminar ist sehr praxisnah angelegt und konzentriert sich insbesondere auf die Arbeit mit Kindern im Kindergarten- und Hortalter.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Sport und Bewegung in den 4 Jahreszeiten
- Spielideen für jede Jahreszeit (Draußen und Draußen) kreatives Gestalten eigener Spielideen
- Jahreszeiten und die passenden Sportfeste

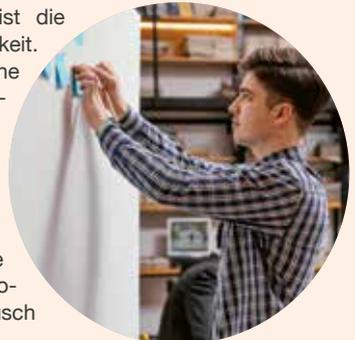


### Kurs-Nr. **224F15J14**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 1**  
 Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **02.03.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr  
 Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Alexander Keßler | Kursentgelt: 75,- €  
 Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen (Altersbereich Kindergarten und Hort), weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe  
 Bemerkung: Bitte bringen Sie bewegungsfreundliche Kleidung mit.

## Mitarbeiterführung als Leitungsaufgabe

Für pädagogische Fachkräfte mit Leitungsverantwortung ist die Mitarbeiterführung ein wichtiger Bestandteil ihrer Tätigkeit. Neben fachlicher Souveränität spielt soziale Kompetenz eine wichtige Rolle und das besonders im Umgang mit „besonderen“ Kolleginnen oder Kollegen. Diese Weiterbildung vermittelt Hintergrundwissen zur Führung von Streithanseln, Schwarzsehern und Leistungsverweigerern. Wie gelingt eine gute Balance zwischen Führung, Verständnis und Unterstützung? Wann sollte der Träger eingebunden werden, und wo liegen die Grenzen von Toleranz und Empowerment? Die Veranstaltung bietet neben der Vermittlung von personalpsychologischem Know-how genügend Raum für Erfahrungsaustausch und Best-Practice-Beispiele.



### Kurs-Nr. **324H15J02**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**  
 Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **14.08.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr  
 Kursdauer: 7 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz M.SC. | Kursentgelt: 75,- €  
 Zielgruppe: pädagogische Leitungskräfte in Kitas



**SCHNELL UND  
KOMFORTABEL  
ANMELDEN:**

**www.vhs-  
erzgebirgskreis.de**

## **Miteinander in (Ver-)Bindung – Kinder bindungs- und bedürfnisorientiert in der außerfamiliären Betreuung begleiten**

Ein achtsamer und gewaltfreier Umgang mit Kindern ist das, was sich sowohl Eltern als auch pädagogische Fachkräfte in der Betreuung wünschen und was sie erwarten. Dennoch geschieht es immer wieder, dass Pädagogen an Grenzen geraten und sich fragen, wie dies im Sinne der Bindungs- und Bedürfnisorientierung funktionieren kann. Denn es gibt viele Hürden und offene Fragestellungen: Was ist das? Wie kann ich das umsetzen? Wie gehe ich mit Grenzsituationen um? Geht es wirklich nur um die individuelle innere Haltung?

Ziel des Seminars soll es sein, mit wissenschaftlich fundierten Grundlagen einen neuen, achtsamen Blickwinkel auf die Arbeit mit Kindern zu gewinnen. Viele Impulse, kreative Strategien und der fachliche Austausch ermöglichen das Betrachten der eigenen pädagogischen Arbeit durch die Brille der Bedürfnis- und Bindungsorientierung.

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- entwicklungspsychologische Grundlagen (besonders im Bereich der emotionalen Entwicklung)
- Grundlagen zur aktuellen Bindungsforschung
- Bedürfnisse und Gefühle von Kindern verstehen
- Einblick in die gewaltfreie Kommunikation
- Grundsätze zum bindungs- und bedürfnisorientierten Begleiten
- (Selbst-)Reflexion im fachlichen Austausch

### **Kurs-Nr. 324F15J05**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **27.01.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:30 Uhr

Kursdauer: 7 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Christin Unger | Kursentgelt: 50,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen



## Mundmotorik in Krippe und Kindergarten – Deutliches Sprechen will gelernt sein!

Schlaffe Zunge, müdes Gesicht, Speichelfluss, verwaschene Aussprache und vielleicht noch ein Schnuller dazu... Kinder mit einer schwachen Mundmuskulatur sind häufig eine „Blickdiagnose“ für Menschen, die mit Kindern arbeiten.

Die Mundmotorik an sich ist ein Teilgebiet der Feinmotorik. Beim Sprechen ist schließlich eine feine Steuerung der Artikulationsorgane notwendig. Dafür ist die komplizierte Abstimmung einer Vielzahl von Muskeln notwendig. Die lebenswichtigen Funktionen wie Essen, Schlucken und Erbrechen sind ebenfalls von essenzieller Bedeutung. Eine funktionale Mundbeweglichkeit ist unter anderem auch für die angemessene Strömung des Atems nötig. Eine myofunktionelle Störung beschreibt eine Beeinträchtigung oder auch Schwächung der Muskeln der Mundmotorik oder einfach ein Muskelungleichgewicht im Gesichtsbereich (und meist auch darüber hinaus). Das Gleichgewicht aller an einem mundmotorischen Prozess beteiligten Strukturen ist nicht mehr gegeben und behindert koordinierte Bewegungen im Mund und weiterführend auch im Gesichtsbereich. Der komplizierte Vorgang des Formens eines Lautes durch die Sprechmotorik kann bereits durch die Fehlfunktion eines kleinen Bereiches gestört werden. Eine undeutliche Aussprache ist dann meist eine hörbare Folge.

Seminarinhalte sind neben der Vermittlung grundlegender anatomischer und physiologischer Grundlagen aus sprachtherapeutischer Sicht vor allem die Auseinandersetzung mit Habits (Gewohnheiten wie bspw. Daumenlutschen, Nägelkaugen) und Schnullergebrauch. Des Weiteren sind diverse Möglichkeiten der Unterstützung und Förderung sowie der Elternarbeit für Erzieher im Bereich Krippe und Kindergarten wesentlicher Seminarbestandteil.

Im Seminarverlauf erhalten alle Teilnehmer eine Materialauswahl für den Selbstgebrauch bzw. zur Nutzung in der Kindereinrichtung. Für das Material inkl. Kopiererlaubnis und den Kostenaufwand der Therapiemittel ist pro Teilnehmer vor Ort ein Beitrag von 15 € zu entrichten.

### Kurs-Nr. **424F15J12**

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **09.02.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Rustler | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Heilerziehungspfleger, Ergotherapeuten, Motopäden, andere soziale Berufe mit Zielgruppe im Elementarbereich





## Musik geht immer – praktische Anregungen für den pädagogischen Alltag mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter

Musik und Rhythmik faszinieren Kinder und machen Spaß und den Kita-Alltag lebendiger. Musik gibt Kindern ein eigenes Ausdrucksmittel und regt mit Liedern, Klang- und Bewegungsspielen dazu an, sich zu artikulieren. Fähigkeiten wie Selbstwahrnehmung, Perspektivwechsel, Emotionalität und Ausdrucksfähigkeit werden ausgebildet und unterstützt. Zu Beginn der Fortbildung erhalten Sie einen Überblick über die „musikalische“ Entwicklung vom Säugling bis zum Schulkind, mit besonderem Schwerpunkt vom vierten bis zum zehnten Lebensjahr. Im praktischen Teil werden Möglichkeiten der Liedauswahl und -gestaltung als Angebote für unterschiedliche Anlässe im Kindergarten- und Hortalltag praktisch erarbeitet. Musizieren mit elementaren Instrumenten (Bodypercussion, Spielen auf Alltagsmaterialien), Tanz und Bewegung, aber auch einfache Begleitung mit Instrumenten (z.B. auf Gitarre) werden eine Rolle spielen.

**Hinweise:** Bitte bringen Sie (soweit vorhanden) ein persönliches Instrument (Gitarre, Akkordeon, Blockflöte usw.) mit. Es kommt nicht auf „perfekte Instrument-Beherrschung“ an. Auch Notenkenntnisse sind nicht zwingend notwendig.

Es entstehen MP3-Aufnahmen. Bei Interesse können Sie sich die unbearbeiteten Tonaufnahmen per USB-Stick oder SD-Card im Anschluss an den Workshop gleich mitnehmen. Dazu ist es erforderlich, dass Sie einen USB-Stick oder SD-Card mitbringen.

### Kurs-Nr. 224F15J414

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **10.06.2024** | Kurszeit: 09:30 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Ernst Gert Zuckerriedel | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe, Interessierte

### Kurs-Nr. 424H15J13

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **12.09.2024** | Kurszeit: 09:30 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Ernst Gert Zuckerriedel | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe, Interessierte

## Natur (be)greifen – Naturpädagogik mit den Kleinsten

In der Natur gibt es kein Spielzeug, aber jede Menge Zeug zum Spielen. Deswegen ist die Natur für Kinder ein ganz besonderer Entwicklungsraum, und das gilt natürlich auch für „die Kleinen“. Im Wald findet sich eine reiche Auswahl an Materialien und Reizen, so dass für Kinder jeder Entwicklungsstufe und jeden Alters etwas dabei ist. Diese Fortbildung soll Anregungen geben, wie die Natur mit jungen Kindern bewusst erlebt und phantasievoll in die tägliche Arbeit eingebunden werden kann. Wir werden Aktionen ausprobieren, die ganz ohne Material auskommen und fast überall aus dem Stegreif gespielt werden können, aber auch einige, die etwas mehr Vorbereitung und Ausrüstung erfordern.

### Mitzubringen sind:

- wettergerechte und robuste Kleidung, Sonnen- bzw. Regenschutz • Sitzunterlagen
- Verpflegung für den ganzen Tag (eventuell hat der Imbiss auch am Stollen wieder geöffnet)

### Kurs-Nr. 324H15J10

Kursort: **Greifensteingebiet, Rezeption Campingplatz Stauweiher Geyer**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **24.08.2024** | Kurszeit: 09:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Oliver Mehl; Herr Michael Lohr | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe



## Nichts ist, wie es scheint?! – Mit dem systemischen Führungsansatz hinter die Kulissen schauen

Nichts ist so, wie es scheint. Das ist eher eine Haltung, wenn es um systemisches Führen geht. Sie glauben, dass ein Konflikt zwischen zwei Mitarbeitenden entsteht, weil die Chemie zwischen ihnen nicht stimmt oder das Konkurrenzgefühl Machtspiele auslöst? Es könnte jedoch auch sein, dass einer von beiden inoffiziell die Führungsrolle eingenommen hat und der andere darauf, eher unbewusst, ärgerlich reagiert und daraus der Konflikt resultiert. Der Konflikt ist nichts anderes als ein Ausdruck dafür, dass eine bestimmte Gesetzmäßigkeit des Systems missachtet wird. Mitarbeitende spüren, wenn auch meist unbewusst, was gut tut und stärkt und was stört und schwächt.

Lernen Sie in diesem Seminar ganzheitliche und lösungsorientierte Betrachtungsweisen sowie die (verborgenen) Systemdynamiken kennen und wie sich deren Missachtung auf Mitarbeitende und das Unternehmen auswirkt.

### Ziele:

Die Teilnehmenden lernen Arbeitssysteme unter systemischen Gesichtspunkten zu betrachten und die systemischen Ordnungsprinzipien kennen. Daraus erwächst ein Perspektivwechsel auf Zusammenhänge, Abhängigkeiten und Beziehungen, der wiederum nutzbringend bei Führungsaufgaben zum Tragen kommen kann.

### Inhalte:

- drei Säulen des systemischen Führens
- systemische Betrachtungsweise beruflicher Situationen
- praxisnahes Verdeutlichen der systemischen Ordnungsprinzipien und deren Auswirkungen bei Missachtung
- Reflexion von realen Anliegen der Teilnehmenden und Erarbeitung von Lösungsmöglichkeiten

### Kurs-Nr. 524F15J16

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 303**

Kurstage: **Dienstag – 05.03.2024** und **Mittwoch – 06.03.2024**

(Die Veranstaltung besteht aus 2 Seminartagen.) | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Katja Wagner

Kursentgelt: 150,- € | Zielgruppe: pädagogische Leitungskräfte in Kitas und anderen Bereichen

## Professionelle Gelassenheit

Manche Schicksale und Probleme von Kindern gehen einem sehr nahe, und man ist massiv betroffen. In anderen Situationen ist man „abgebrüht“, hat manches schon zu oft gesehen und gehört. Insgesamt ist der Beruf der Erzieher/-innen massiv mit Belastung und oft auch Überlastung verbunden.

Als Erzieher/-in ist man fast immer emotional beteiligt. Deshalb ist es hierzu extrem wichtig, das richtige Maß zwischen Distanz zum Job auf der einen und Engagement auf der anderen Seite zu finden. Man muss sich engagieren, aber auch abschalten und sich erholen können, sollte Probleme nicht mit sich „herumschleppen“ sowie die richtige Balance zwischen Arbeit und Leben bzw. zwischen Spannung und Entspannung finden.

### Kurs-Nr. 124H15J15

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **24.09.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Holger Müller | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe



## Qualitätsentwicklung in Kindertageseinrichtungen mit „QuiK“

Die Gestaltung der pädagogischen Arbeit in Kitas für Kinder stellt hohe Anforderungen an Teams und pädagogische Fachkräfte. Der Nationale Kriterienkatalog gibt hierfür eine umfassende Orientierung. In 20 Qualitätsbereichen - von der Ästhetischen Bildung bis zur Zusammenarbeit mit Familien - wird gute Fachpraxis lebendig. Der Nationale Kriterienkatalog macht Qualität konkret beschreibbar und bietet eine wissenschaftlich fundierte Basis für die pädagogische Qualitätsentwicklung in Kindertageseinrichtungen, unabhängig von Konzeption und Trägerschaft.

In dieser sechstägigen Fortbildung lernen die Teilnehmer/-innen die Arbeit mit dem Nationalen Kriterienkatalog (NKK) kennen. Darüber hinaus erlangen die Teilnehmer/-innen Kompetenzen, systematische Qualitätsentwicklung in ihren Teams und Einrichtungen umzusetzen. Die Fortbildung dient zugleich der Reflexion und Begleitung bei der Umsetzung von eigenen Qualitätsentwicklungsprozessen.

### Inhaltliche Schwerpunkte der einzelnen Termine:

#### Donnerstag, 22.08.24

- Einführung in Nationale Qualitätsinitiative (NQI) & NKK
- Qualitätsverständnis • Übersicht über das Modell und Instrument Quik
- Erwartungen an den Kurs • Sieben Schritte der Qualitätsentwicklung Teil 1
- Individuelle Ziele

#### Donnerstag, 16.09.24

- Arbeit mit den Leitgesichtspunkten Teil 1
- Selbstverständnis als Multiplikator/in reflektieren
- Einführung eigene Praxisprozesse

#### Mittwoch, 21.10.24

- Sieben Schritte der Qualitätsentwicklung Teil 2
- Methoden und Materialien zur Anwendung von Quik kennenlernen
- Planung und Begleitung von Entwicklungsprozessen

#### Dienstag, 25.11.24

- Arbeit mit den Leitgesichtspunkten Teil 2
- Weiterentwicklung der Moderationskompetenzen
- Umgang mit Konflikten, Störungen und Widerständen
- Motivation der Mitarbeiter/innen • Präsentation und Reflexion der Praxiserfahrungen

#### Dienstag, 09.01.25

- Vertiefung der Arbeit mit Quik
- Handwerkszeug für die Multiplikatoren-Tätigkeit erweitern
- Präsentation und Reflexion der Praxiserfahrungen
- Entwicklungsprozesse lebendig halten und wachsen lassen

#### Dienstag, 10.02.25

- QUIK im pädagogischen Alltag verankern
- Sicherung der Nachhaltigkeit von begleiteten Prozessen
- Präsentation und Reflexion der Praxiserfahrungen
- Vertiefung spezifischer Themen • Bearbeiten individueller Fragen
- Abschluss der Fortbildung

### Kurs-Nr. 224H15J07

Kursort: Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula

Kurstag: Donnerstag + Montag | Kursbeginn: 22.08.2024 | Kurszeit: 09:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 48 Unterrichtseinheiten | Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Bernhard Vetter

Kursentgelt: 590,- € | Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kitas, die als interne Multiplikator/in für Qualitätsentwicklung arbeiten wollen oder dies bereits tun



## Reflexionstag für Multiplikatoren „Qualitätsentwicklung mit QuiK“

Qualitätsentwicklung in Kindertageseinrichtungen bietet gute Möglichkeiten zur kontinuierlichen Reflexion und Verbesserung pädagogischer Arbeit. Hierfür hat sich Begleitung durch einen Multiplikator als hilfreich erwiesen. Für alle, die als Multiplikator mit dem Instrument QuiK des PädQuis-Institutes tätig sind, dient dieser Reflexionstag der Vertiefung und Weiterentwicklung der eigenen Kompetenzen als Multiplikator. Dabei werden individuelle Fragen aus der Multiplikatortätigkeit in den Mittelpunkt gestellt.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Handwerkszeug für die Arbeit als Multiplikator erweitern
- Entwicklung voranbringen: Begleitung von Entwicklungsprozessen
- Herausforderungen in der Arbeit mit Teams: Was tun?
- Alltagsintegration von Qualitätsentwicklung

### Kurs-Nr. 324F15J037

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **22.01.2024** | Kurszeit: 09:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Bernhard Vetter | Kursentgelt: 125,- €

Zielgruppe: Multiplikatorinnen für Qualitätsentwicklung in Kitas

## Religion und Kinderschutz: Wie geht das zusammen? Religionspädagogische Aspekte im Schutzkonzept

Fördert Religion den Kinderschutz, oder steht sie ihm im Weg? Welche Haltung braucht es? Wo kann es zu Grenzüberschreitungen oder Übergriffen kommen? Wie können wir sensibel auf diese Punkte in unserer religionspädagogischen Praxis schauen? Wo können wir Kinder in Bezug auf unsere religionspädagogischen Angebote gut beteiligen? Wie gehen wir damit um, wenn Kinder oder Eltern wollen, dass gebetet wird, und wie handhaben wir das? Wo können die Kinder entscheiden, ob Sie z.B. beim Morgenkreis mitmachen wollen oder nicht? Wo machen Glaube und Religion Kinder stark, und was braucht es dafür? Wie erzählen wir angemessen Geschichten aus der Bibel? Und was passiert mit dem Grundrecht der Kinder auf Religionsfreiheit, wenn überhaupt nicht über Religion und Glauben gesprochen wird? All diese Fragen und Aspekte sollen zum Seminar bearbeitet werden. Zudem möchten wir uns anschauen, an welchen Punkten religiöse Bildung im Schutzkonzept der Kita bedacht und mit aufgenommen werden kann.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Ein Glaube, der stark macht: Glaube und Spiritualität als Resilienzfaktor
- Religiöse Fragestellungen und Einsichten im Schutzkonzept
- Let's talk about Sex: sexualpädagogische Konzepte vs. Sexualmoral der Kirche
- Geistlicher Missbrauch: Wie davor schützen?
- Das Kinderrecht auf Glaubensfreiheit
- Rituale: Eine heikle Angelegenheit!

### Kurs-Nr. 524F15J01

Kursort: **Zschopau,VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 406**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **14.03.2024** | Kurszeit: 09:30 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 7 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Agnes Bost | Kursentgelt: 35,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe; Interessierte



## Resilienz im Alltag fördern – Kinder stark machen für stürmische Zeiten

Kinder brauchen innere Stärke, um mit Herausforderungen, Enttäuschungen oder Verletzungen umgehen zu können. Das Thema Resilienz als Widerstandsfähigkeit für schwierige Zeiten rückt in den pädagogischen Fokus – aber was genau ist das eigentlich? Und was kann die Kita dazu beitragen, Kinder für ihr Leben zu stärken? In dieser Fortbildung soll die Resilienz des Kindes genau betrachtet werden. Neben einer theoretischen Auseinandersetzung gibt es vor allem Zeit für praktische Ideen und methodische Überlegungen.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Resilienz des Kindes und Resilienzförderung
- Eigene Reflexion – die pädagogische Fachkraft als stabilisierender Faktor
- Vorstellung und Ausprobieren zahlreicher Praxisideen
- Materialempfehlungen und Buchvorstellung

### Kurs-Nr. 424F15J337

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **15.05.2024** | Kurszeit: 13:00 - 17:00 Uhr

Kursdauer: 5,3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Julie Eggers | Kursentgelt: 35,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Lehrerinnen und Lehrer, weitere Interessierte

## Schnupfennase, Kratzehals, rote Punkte oder Durchfall – Umgang mit Erkrankungen und Infektionsschutz in der Kita

Fast täglich sind Kitas damit konfrontiert, dass Eltern kranke Kinder in die Einrichtung bringen. Pädagoginnen und Pädagogen, aber auch Kita-Leitungen fühlen sich häufig mit dieser Situation überfordert, da sie sich nicht sicher sind, wie sie angemessen und v. a. rechtssicher damit umgehen können. Zu Verunsicherungen führen insbesondere die Empfehlungen über die Wiederezulassungsrichtlinien in Schulen oder sonstigen Gemeinschaftseinrichtungen in den einzelnen Bundesländern, die von verschiedenen Beteiligten wie Kinderärzten oder den Gesundheitsämtern nicht immer einheitlich verwendet werden.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- typische Infektionskrankheiten in der Kita sowie deren Übertragungswege
- spezifische Regelungen des Infektionsschutzes für Gemeinschaftseinrichtungen (Infektionsschutzgesetz, Präventionsgesetz, Arbeitsschutzgesetz)
- praktische Lösungsmöglichkeiten für Kita-Träger und -Leitungen für den Umgang mit Erkrankungen in der Kita (z.B. Infektionsschutz für das Personal, Reflexion zur Haltung des Teams, Einbeziehung der Eltern)

Die Referentin gehört zu den Autoren des Buches „Gesund arbeiten in der Kita“ - Handbuch für Kita-Träger und Kita-Leitungen zum Arbeitsschutz und zur betrieblichen Gesundheitsförderung im Freistaat Sachsen.

### Kurs-Nr. 424F15J09

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **02.02.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Marleen Jacobi | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen und Lehrer, Beratungslehrerinnen und Lehrer



## Sexualität im Kinderalter – „Wo gibt’s denn so was?“

Sexuelle Entwicklung ist ein Teil der Persönlichkeitsentwicklung und beginnt natürlich im frühen Kindesalter. Auch in diesem Bereich erleben wir gesellschaftliche Veränderungen, die uns manchmal irritieren und die Einschätzung des Erlebten erschweren. Dieser sensible Bereich der Entwicklung wird in den Kitas im Bereich der sozial-emotionalen und auch körperlichen Bildung begleitet und stellt uns oft vor Herausforderungen. Es gilt ebenso, sexuelle Grenzverletzungen unter Kindern oder gar Auffälligkeiten zu erkennen bzw. im Vorfeld zu verhindern. Dieses Seminar widmet sich somit einem sehr intimen Thema.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Sexuelle Entwicklung, kindliche Sexualität und kindliche sexuelle Aktivitäten
- Sexuelle Übergriffe unter Kindern und deren Folgen
- Symptome sexueller Auffälligkeiten und Umgang damit im Alltag

### Kurs-Nr. 424F15J08

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**

Kurstag: **Mittwoch** | Kursbeginn: **31.01.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte der Kinder- und Jugendhilfe

## Sozial-emotionale Störungen als Sammelbegriff für Schwierigkeiten?! – Egoisten, Unbändige,... bis „Systemsprenger“

Sozial-emotionale Entwicklung ist ein klassisches frühpädagogisches Thema. Teilen, abwechseln, streiten, traurig, eifersüchtig, ängstlich oder stolz sein, gehören als soziale Situationen und Emotionen selbstverständlich zum Alltag von Kindern. Derartige Erfahrungen zu bewältigen, ist eine wichtige Entwicklungsaufgabe der Kindheit und die Basis unserer psychosozialen Gesundheit. Immer häufiger wird aber von sozial-emotionalen Störungen gesprochen. Diese werden zum Thema von Integration / Inklusion und stellen uns in den Einrichtungen auf eine (Gedulds-)Probe. Störungen und ein „schwieriges“ Verhalten bedeuten nicht, dass die Kinder ärgern möchten, „nur Aufmerksamkeit wollen“, „einfach schlecht erzogen sind“ oder „sich nur mal mehr anstrengen müssten“. Stattdessen gilt: Diese Kinder können es (noch) nicht. Sie haben aus den verschiedensten Gründen die wichtigen sozial-emotionalen Kompetenzen nicht erworben.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- sozial-emotionale Störungen - Begriff, Erscheinungsbilder, Ursachen
- Entwicklungsaufgaben im sozial-emotionalen Bereich in der Kindheit
- Handlungsansätze und Hilfen in der Förderung

### Hinweis:

Dieses zweitägige Seminar kann bei vorliegender HPZ-Zusatzqualifikation als Ergänzungsmodul zur HPZ genutzt und bescheinigt werden.

### Kurs-Nr. 424F15J10

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum**

Kurstage: **Dienstag - 06.02.2024, Mittwoch - 28.02.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Kirsten Fischer

Kursentgelt: 150,- € | Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe



## Spaß und Freude an Bewegung für Kinder im Alter von 0 bis 3

Schon im Mutterleib ist der natürliche Bewegungsdrang des Kindes deutlich spürbar und wird bei Neugeborenen mit zunehmendem Alter immer sichtbarer. Schnell erkunden die „Kleinen“ krabbelnd ihre Umgebung und halten alles und jeden auf Trapp. Getreu dem Motto „Aus den wildesten Fohlen werden die besten Pferde.“ beeinflusst eine gesunde Bewegung die Entwicklung des Kindes positiv. Die Grundlage dazu bildet der natürliche Bewegungsdrang, den es gilt, frühzeitig und stetig zu fördern. Welche Möglichkeiten es bereits im frühen Kindesalter gibt, soll dieses Seminar zeigen.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Bewegungsentwicklung von 0- bis 3-jährigen Kindern
- Bedeutung von Bewegungserfahrungen in der frühen Kindheit
- Bewegungsspiele und Spielideen • Spiel- und Bewegungsräume für Kleinkinder

### Kurs-Nr. 124H15J20

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **26.10.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Alexander Keßler | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe | Bemerkung: Bitte bringen Sie bewegungsfreundliche Kleidung mit.

### Kurs-Nr. 424F15J33

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Yogaraum**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **04.05.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Alexander Keßler | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe | Bemerkung: Bitte bringen Sie bewegungsfreundliche Kleidung mit.

## Sprachentwicklung in der Krippe und Kindergarten - „Das verwächst sich schon noch – oder doch nicht?“

Sie lernen in diesem Seminar die wichtigsten Inhalte der kindlichen Sprachentwicklung in praktischer Weise aufbereitet. Erfahren Sie, wie die kindliche Sprachentwicklung optimalerweise verläuft und welche Meilensteine der Sprache für den Beruf des Erziehers von entscheidender Wichtigkeit sind. Erhalten Sie praktisches Wissen, welches Sie direkt im Beruf sicher anwenden können. Des Weiteren werden Sie an diesem Tag lernen, wie Sie Sprachentwicklungsstörungen erkennen und welche Möglichkeiten Sie als Erzieher haben, um diese festzustellen und passende Empfehlungen auszusprechen. Sie werden sicherer im Umgang mit sprachauffälligen Kindern und erhalten Anregungen, wie eine gezielte Förderung in den verschiedenen Sprachentwicklungsbereichen aussehen kann.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Erfahren Sie die wirklich wichtigen Details zur Sprachentwicklung und erhalten Sie eine praktische Zusammenfassung für Ihren Arbeitsalltag.
- Lernen Sie, welche Sprachstörungen es gibt und vor allem, wie man diese sicher erkennt.
- Neben Videobeispielen und Fallbeispielen aus Ihrer Praxis werden Sie sicherer in der Sprachstandsbeurteilung.
- Erfahren Sie grundlegende Herangehensweisen im Rahmen der Sprachförderung und erhalten Sie einen noch besseren Bezug zur logopädischen Arbeit.
- Erfahren Sie, wie Sie Eltern in diesem Zusammenhang eventuelle Entwicklungsrückstände im Rahmen eines Gesprächsmodells vermitteln können.



### Kurs-Nr. 224F15J03

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **19.01.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Rustler | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen Kindertagespflegepersonen

## Sprachkompetenztrainer in der Kita

Diese Ausbildung befähigt Erzieher und andere Sozial- bzw. Gesundheitsberufe in der Kita, die Sprache des Kindes fachlich kompetent einzuschätzen und fachlich fundierte Aussagen über einen eventuellen Therapiebedarf zu treffen. Des Weiteren werden standardisierte und nicht standardisierte Methoden angeboten, welche bei der Einschätzung behilflich sind. Außerdem ist die Sprachförderung in Anlehnung an die logopädische Arbeit Bestandteil der Ausbildung.

### Seminarinhalte:

- Verlauf der kindlichen Sprachentwicklung und wichtige Meilensteine, die man im Arbeitsalltag eines Erziehers beobachten und einschätzen kann. Hierbei erfolgt eine enge Anlehnung auch an logopädisch relevante Inhalte. Dies soll den Teilnehmern ein umfangreiches fachliches Wissen ermöglichen, um in jeder Situation gezielt richtig einschätzen und entscheiden zu können.
- Die Teilnehmer kennen alle wesentlichen Störungsbereiche kindlicher Sprach-, Sprech-, Hör- und Stimmstörungen und erlernen ebenfalls grundlegende Kompetenzen in Bezug auf myofunktionelle Störungen.
- Die Teilnehmer werden in die Anwendung aussagekräftiger standardisierter und nicht standardisierter Testverfahren herangeführt, sodass sie diese später auch eigenständig kompetent anwenden und auswerten können. Der Schwerpunkt der angebotenen Testverfahren liegt auf einer möglichst schnellen Durchführung im Arbeitsalltag und soll dennoch hoch aussagekräftige Ergebnisse liefern.
- Sprachförderung und Abgrenzung zur Sprachtherapie: Die Teilnehmer setzen sich unter einem logopädischen und einem erzieherischen Blickwinkel mit dem Aufbau einer möglichst individuellen Sprachförderung auseinander.
- Elternanleitung: Die Teilnehmer erlernen, welche Abfolgen und Themen im Beratungsgespräch mit Eltern (oder im interdisziplinären Team mit Therapeuten, etc.) besprochen und vermittelt werden können. Des Weiteren erlernen die Teilnehmer mehr darüber, wie und mit welchen Maßnahmen Eltern gezielt zum häuslichen Üben unterstützt werden können.
- Die Teilnehmer reflektieren das erlernte Wissen im Rahmen eines dokumentierten Projekts, welches im Arbeitsalltag begleitend durchgeführt wird. (Die Dauer / Umfang des Projekts umfasst insg. 2 – 4 Stunden, sodass keine Mehrbelastung im Rahmen der Ausbildung für die Teilnehmer entsteht.)
- Die Teilnehmer festigen ihre erworbenen Kompetenzen durch gemeinschaftliche Auswertung von Videobeispielen und auf Wunsch mit Hilfe von Fallbesprechungen aus dem eigenen Arbeitsumfeld.

Im Abschlussblock erfolgt gemeinschaftliche Reflexion zum erworbenen Wissen.

Im Seminarverlauf erhalten alle Seminarteilnehmer eine Materialauswahl für den Selbstgebrauch bzw. zur Nutzung in der Kindereinrichtung. Für das Material ist pro Teilnehmer vor Ort ein Betrag von 20 € zu entrichten.

### Kurs-Nr. 424F15J22

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**

Kurstage: **Freitag – 15.03.2024, Samstag – 16.03.2024, Freitag – 22.03.2024, Samstag – 23.03.2024, Freitag – 19.04.2024, Samstag – 20.04.2024** (Die Veranstaltung besteht aus 6 Seminartagen.)

Kurszeit: 08:30 - 15:00 Uhr | Kursdauer: 48 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Michael Rustler | Kursentgelt: 530,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Heilerziehungspfleger, Ergotherapeuten, Motopäden, andere soziale Berufe mit Zielgruppe im Elementarbereich



## Störendes Verhalten als Problem(-lösung)?!

Kinder und Jugendliche entwickeln oft aus verschiedensten Gründen (Entwicklungsabweichungen, genetische und soziale Dispositionen) „störendes Verhalten“ im Alltag. Wie wir als professionelle Erzieher und Lehrer damit umgehen können, vor allem den Kindern und Jugendlichen behilflich sein können, ist eine Herausforderung der heutigen Zeit.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Bedeutung von Verhalten und Verhaltensmodifikation
- Präventive Maßnahmen und Unterstützung durch Erzieher
- Hinweise auf pathologische Trauer Analyse von Verhalten, Zielbestimmung und Strategien im Umgang

### Hinweis:

Dieses Seminar kann bei vorliegender HPZ-Zusatzqualifikation als Ergänzungsmodul zur HPZ genutzt und bescheinigt werden.

### Kurs-Nr. 324H15J18

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Berufliches Schulzentrum, Hans-Witten-Str. 5, Zimmer 301**

Kurstage: **Dienstag – 01.10.2024** und **Dienstag – 08.10.2024**

(Die Veranstaltung besteht aus 2 Seminartagen.) | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Kirsten Fischer

Kursentgelt: 150,- € | Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Erzieher mit abgeschlossener HPZ, Heilpädagogen

## Über Stock und Stein – Motorik- und Wahrnehmungsförderung in der Natur

Der Wald mit holperigen Wegen, unwegsamem Unterholz, Bäumen, die zum Klettern einladen, aber auch mit seiner Ruhe bietet ideale Voraussetzungen, um mit Kindern Wahrnehmung und Motorik zu trainieren. Neben all der Entwicklung, die in der Natur „nebenbei“ mit passiert, beschäftigen wir uns in dieser Fortbildung mit Bewegungs- und Wahrnehmungsspielen, mit denen die kindliche Entwicklung gezielt unterstützt werden kann. Wir werden Aktionen ausprobieren, die ganz ohne Material auskommen und aus dem Stegreif gespielt werden können, und wir werden die Feinmotorik beim Schnitzen schulen. Den Nachmittag widmen wir der Arbeit mit Seilen, aus denen wir mobile Kletterelemente (Niedrigseilelemente) wie z. B. eine einfache Schaukel oder eine Seilbrücke bauen werden.

### Mitzubringen sind:

- wettergerechte und robuste Kleidung, Sonnen- bzw. Regenschutz
- Verpflegung für den ganzen Tag (eventuell hat der Imbiss auch am Stollen wieder geöffnet)
- Sitzunterlage

### Kurs-Nr. 324H15J05

Kursort: **Greifensteingebiet, Rezeption Campingplatz Stauweiher Geyer**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **22.08.2024** | Kurszeit: 09:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Lohr | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe, Lehrer



## Umgang mit „stillen“ Störungen im Kindesalter

Kinder mit lautem und aggressivem Verhalten können auf sich und ihre Probleme aufmerksam machen. Kinder mit sogenannten stillen Störungen (z. B. Ängste, Mutismus, Autismus, Tics, Einnässen, Depressionen) fallen weniger auf, werden in ihren Problemlagen weniger wahrgenommen und bekommen dadurch häufig erst relativ spät Hilfe. Die häufigsten Störungen werden erklärt, pädagogische Hilfsansätze gesucht sowie weitere Hilfeformen und Hilfsangebote vorgestellt.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Erkennen der verschiedenen „stillen“ Störungen an ihren Symptomen
- Kommunikation mit den Eltern
- Präventions- und Hilfemöglichkeiten
- Behandlungsbedürftigkeit

### Kurs-Nr. 224F15J02

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **15.01.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Martina Meixner | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: Personenkreis:pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

## Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten und Verhaltensstörungen in Gruppen

Es gibt Kinder, die fordern die pädagogischen Fachkräfte massiv heraus. Sie sind z. T. laut, impulsiv, zappelig, streitlustig und aggressiv. Diese Verhaltensweisen sind insbesondere dort sehr schwierig, da sie die Arbeit mit der ganzen Gruppe stark beeinträchtigen. Im Seminar sollen die häufigsten Verhaltensauffälligkeiten, Ursachen und Einflussfaktoren thematisiert werden. Was ist verhaltensauffällig und wo beginnt eine Verhaltensstörung? Darüber hinaus geht es um praktische Tipps und Tricks im Erziehungsalltag.

### Schwerpunkte:

- Informationen über häufige Verhaltensauffälligkeiten
- Ursachen und Einflussfaktoren für Verhaltensauffälligkeiten
- Abgrenzung von Verhaltensauffälligkeiten und Verhaltensstörungen
- Handlungsmöglichkeiten im pädagogischen Alltag

### Kurs-Nr. 124F15J34

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **17.05.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Martina Meixner | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe





## Umgehen mit Trotz und anderem Problemverhalten

Einsteigend mit dem Verhalten der Kinder in der Trotzphase werden weitere problematische Verhaltensweisen analysiert. Nachfolgend wird gemeinsam erarbeitet (und ausprobiert), welche Erzieherinterventionen in solchen Situationen Erfolg versprechen oder von Vorteil sein können. Zur Systematisierung entsprechender Verhaltensweisen und Interventionen wird ein Modell vorgestellt, das eine Ordnung zu pädagogischen Interventionen in unterschiedlichen Problemphasen vornimmt. Das Vertrautmachen mit dem Modell bietet die Chance, bei auffälligem Verhalten über einen schnellen Zugang zu möglichem Erziehungsverhalten zu verfügen.

### Kurs-Nr. 124F15J273

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.04.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Holger Müller | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen; Kindertagespflegepersonen; weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

## Unser Freund, der Wald: Projektarbeit leicht gemacht

### Teil 1: Einführung

**Donnerstag, 11.01.2024** | 18:00 - 20:30 Uhr | Institut 08344 Grünhain- Beierfeld Pestalozzistraße 14

Interessantes und neue Erkenntnisse über den Wald, praktische Übung, Projekte erfolgreich?

- Wie geht das? – pädagogische Situationen finden
- Gruppenarbeit praktisch,
- Was erwarte ich? - Qualitätsstandards

### Teil 2: Mit dem Wald in Kontakt kommen

**Samstag, 12.01.2024** | 08:30 - 13:00

Institut 08344 Grünhain- Beierfeld Pestalozzistaße. 14 / Spiegelwald

Welche Gruppenarbeiten sind vor Ort möglich? Ideen und gleich ausprobieren

- Erfahrungen aus erster Hand: Feuer- Wasser- und?
- Rückwanderung zum Institut mit fachübergreifenden Möglichkeiten
- Auswertung im Institut

### Kurs-Nr. 224F15J011

Kursort: **Institut 08344 Grünhain- Beierfeld Pestalozzistraße 14**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.01.2024** | Kurszeit: 18:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Jens Bitterlich

Kursentgelt: 75,- € | Zielgruppe: (Zielgruppe Kinder KL.1-6) für Erzieher und Erzieherinnen Hort, Lehrer und Lehrerinnen Grundschule/ Orientierungsstufe, interessierte Eltern die mit Kindern Sinnvolles unternehmen wollen





## Väter

Die Bedeutung der Eltern für eine gesunde Entwicklung eines Kindes steht außer Frage. Oft aber steht die Rolle der Mutter im Mittelpunkt. In dieser Weiterbildungsveranstaltung geht es um die Rolle der Väter. Welche Entwicklungsimpulse setzen sie? Welche Bedeutung haben sie für die Mädchen und Jungen? Was machen sie im Erziehungsalltag vielleicht nicht besser, aber anders. Über die Schwerpunkte „Männlichkeit“, „Bindung zum Vater“, „Geschlechterrollen“ und „Einfluss auf spezielle Entwicklungsbereiche“ wird ein großer Bogen gespannt, um die besonderen Möglichkeiten von engagierten Vätern zu verdeutlichen.

### Kurs-Nr. 424F15J21

Kursort: **Stollberg, Medienpädag. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **14.03.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz M.SC. | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte der Kinder- und Jugendhilfe

## Vielfalt und Interkulturalität – eine religionspädagogische Aufgabe für Kitas

Nicht erst seit der sog. Flüchtlingskrise 2015 und der aktuellen Situation der ukrainischen Flüchtlinge in unseren Gemeinden und Städten hat sich das Thema Interkulturalität zu einem der wichtigsten Fragestellungen auch in den Kitas entwickelt. Das zeigt sich nicht nur daran, ob und wie wir religiöse Feste feiern, ob wir einen Gebetsraum einrichten, wie wir mit Eltern sprechen, die eine andere Sprache sprechen. Wir erleben auch bei den Kindern, die erst einmal Neugier und Offenheit für die Welt mitbringen, dass es befremdliche Situationen im Kita-Alltag gibt, dass Kinder und Erzieher überfordert sind. Was wissen wir von den Kindern, die einen anderen religiösen und kulturellen Hintergrund haben? Die evtl. Flucht- und Verlusterfahrungen haben? Wie gehen wir mit den unterschiedlichen Kulturen in unseren Städten und Gemeinden um, die sich nicht ausschließlich an den Trennlinien Migration festmachen? Welches Verständnis von Kultur und von Religion haben wir selbst verinnerlicht, und was setzen wir im Gespräch bei unserem Gegenüber voraus? Wir erleben aber auch in den Kitas, dass es ganz selbstverständlich und leicht sein kann, über Kultur- und Religionsgrenzen hinweg in ein gelingendes Miteinander zu finden. Wie gelingt das? Und was können evtl. Erwachsene diesbezüglich von den Kindern lernen?

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Was ist Interkulturalität? Was ist Interreligiosität?
- Minikurs: Basiswissen zu den Weltreligionen
- Interkulturelle Kommunikation kann gelingen. Nur wie? – ein ressourcenorientierter Blick auf das Thema
- Kinder sind interkulturell - eine zu überprüfende These
- Milieus in unserer Gesellschaft - eine Bestandsaufnahme
- konkrete Ideen für die Praxis

### Kurs-Nr. 324H15J03

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **16.08.2024** | Kurszeit: 09:30 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 7 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Agnes Bost | Kursentgelt: 35,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe; Interessierte



## Vor lauter Wald die Bäume sehen – der Wald als kreativer Ort für Kinder

Überall in unserer Umgebung begegnen Kinder Bäumen: neben dem Haus, am Straßenrand, im Park, auf der Wiese und im Wald. Sie werden zu etwas Vertrautem für Kinder in einer sich schnell verändernden Welt. Der Baum als Lebewesen, seine Gestalt, seine Vielfältigkeit, seine Standfestigkeit begeistern Kinder – ebenso wie Geschichten und Brauchtum rund um die Bäume.

Diese Fortbildung stellt die einheimischen Bäume wie Birke, Buche, Kiefer, Eiche ... im Mittelpunkt. Bei unserem Draußen-Tag mit heimatkundlichen und sachkundlichen Lernthemen spüren wir der Waldgeschichte nach: Wo verbergen sich Urwaldriesen und Krüppelkiefern, und wer wohnt im Totholz? Wir laden Sie zu einem Sprachkurs der besonderen Art ein: Bäume verstehen! Wir suchen Fragen und Antworten und stellen Wege des Lernens vor, die nicht nur wissensvermittelnd sind, sondern auch Raum für sinnliches Erfassen, Neugier und fächerübergreifendes Lernen bieten.

### Mitzubringen sind:

- wettergerechte und robuste Kleidung, Sonnen- bzw. Regenschutz
- Verpflegung für den ganzen Tag (eventuell hat der Imbiss auch am Stollen wieder geöffnet)
- Sitzunterlage

### Kurs-Nr. 324H15J09

Kursort: **Greifensteingebiet, Rezeption Campingplatz Stauweiher Geyer**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **23.08.2024** | Kurszeit: 09:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Oliver Mehl | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe, Lehrer

## Wahrnehmen, Fühlen, Entscheiden = Entschleunigen?

Kinder entwickeln sich in ihrem eigenen Tempo. Kinder lernen mit allen Sinnen. Kinder brauchen Anerkennung und Zeit. Wir leben mit unseren Kindern in einer schnellen und flexiblen Zeit. Wie können wir diese wichtigen Aspekte verbinden und somit den Kindern nachhaltig die notwendigen „Überlebensstrategien“ für diesen Sauseschritt vermitteln? Ist es damit getan, Müßiggang zu üben, Auszeiten zu organisieren, das Leben zu entschleunigen? Was braucht es, um in einer schnellen Welt Schritt halten zu können? Mit diesen Fragen beschäftigt sich das Seminar.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Grundlagen unserer Entwicklung, unseres Handelns
- Basiskompetenzen einer gesunden Persönlichkeit
- Möglichkeiten und Umsetzung in der Kita

### Kurs-Nr. 124F15J24

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **19.03.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 75,- € | Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe





## Wahrnehmungs- und Lernstörungen früh erkennen

Wahrnehmungsstörungen können zu verschiedenen (auffälligen) Verhaltensweisen, Entwicklungsstörungen und Lernschwierigkeiten führen. Im Seminar wird ein Überblick vermittelt, welche Wahrnehmungs- und Lernstörungen es gibt und woran man erkennt, wenn diese in der Entwicklung von Kindern auftreten und wie Wahrnehmungskompetenzen überhaupt entstehen. Der aktuelle Forschungsstand zu den möglichen Ursachen und Verstärkern wird ein weiterer Schwerpunkt der Fortbildung sein. Natürlich sollen auch mögliche Hilfen besprochen sowie Tipps und Tricks für die betroffenen Kinder im Alltag gegeben werden.

### Kurs-Nr. 124H15J21

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **28.10.2024**

Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr | Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten

Dozent: Frau Martina Meixner | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe



## Was brauchen Kinder? – Bedarf und Anspruch pädagogischen Handelns

Die Zukunft eines Kindes wird grundlegend durch seine Erfahrungen in den ersten Lebensjahren bestimmt. In einer veränderten Umwelt bedeutet das, die Sichtweise und die eigene Rolle im Umgang mit dem Kind zu überdenken. Das gilt in immer stärkerem Maße für die Betreuung von Kindern in Kitas und Kindertagespflegestellen, die sich dieser Herausforderung professionell stellen. Deshalb bilden die Bedürfnisse der Kinder unter Berücksichtigung der derzeitigen gesellschaftlichen Veränderungen und Rahmenbedingungen sowie die angemessene Reaktion von Erwachsenen auf diese Bedürfnisse den Mittelpunkt dieser Fortbildung.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Bild vom Kind, Bild von den Familien
- Erzieherselbstverständnis entwickeln
- Entwicklung fördern, fordern und wahrnehmen

### Kurs-Nr. 224F15J43

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **15.06.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen Kindertagespflegepersonen



## Was kann ich tun, damit meine blöde Wut weggeht? – Gefühle authentisch fühlen, interpretieren und integrieren

Überall dort, wo Menschen zusammenarbeiten, entstehen Gefühle. Menschen freuen sich, wenn es gut läuft, sie werden wütend, wenn etwas schief läuft, werden traurig, wenn sie Verluste erleiden, haben Angst vor Veränderungen und schämen sich, wenn sie Fehler machen. Freude, Wut, Trauer, Angst und Scham gelten als die Grundgefühle, die sich im Laufe der Evolution entwickelt haben, um uns zu befähigen, mit einer Situation angemessen umzugehen. Seine eigenen Gefühle zu fühlen und auf sie zu reagieren, versetzt uns auch in die Lage, mit anderen empathisch umzugehen. Wer jedoch seine Gefühle leugnet oder gar verdrängt, verliert den Kontakt zu sich selbst und kann krank werden. Doch wie gelingt es, in der entsprechenden Situation angemessen zu reagieren? Der Workshop lädt ein, als erstes zu erkennen, ob es sich um Freude, Wut, Trauer, Angst oder Scham handelt. Es wird aufgezeigt, wie mit den Grundgefühlen kompetent umgegangen wird und dass jedes Gefühl eine konstruktive Kraft sowie einen unverwechselbaren Charakter besitzt.

### Ziele:

- Die Teilnehmenden lernen den Charakter der fünf Grundgefühle anhand des Gefühlskompasses kennen.
- Sie erfahren, wie die Gefühle so erkannt werden, dass sie eine konstruktive Kraft entfalten.
- Die Teilnehmenden sollen sich bewusst werden, dass Gefühle auch im Arbeitskontext eine entscheidende Rolle spielen.
- Im Sinne der Gesunderhaltung sollen sie sich erlauben, ihre Gefühle zu leben und zu ihnen zu stehen.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Vorstellung des Gefühlskompasses
- Auswirkungen unterdrückter Gefühle auf den Körper
- Handlungsstrategien/Methoden, um mit Gefühlen angemessen umzugehen

### Kurs-Nr. 424F15J40

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **06.06.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Katja Wagner | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe, Beratungslehrerinnen und Lehrer

## Wenn Kinder uns an Grenzen bringen

Diese Weiterbildung kombiniert zwei Themen miteinander, die oft in der Diskussion mit pädagogischen Fachkräften oder Eltern auftauchen: Die „Schimpfwortphase“ und die „Beißphase“. Beides sind typische Phänomene im Verlauf der frühen Kindheit und bereiten den Erwachsenen oft Sorgen. Häufig fragen sie sich, was sie falsch gemacht haben könnten oder ob das Kind eventuell eine Verhaltensstörung hat. In dieser Weiterbildung werden beide Themen entwicklungspsychologisch eingeordnet und Handlungsoptionen vorgestellt. Darüber hinaus gibt es genug Raum für Austausch und Fallbeispiele.

### Kurs-Nr. 324F15J13

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz M.SC. | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe



### Kurs-Nr. 124H15J12

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **10.09.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz M.SC. | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

## Wenn nicht die Kinder „das Problem“ sind – erfolgreiches Arbeiten und Umgehen mit Eltern

Mit vielen Eltern kann man gut im Sinne ihrer Kinder zusammenarbeiten. Aber: Andere sind schwierig, uneinsichtig,... können kränken, nerven oder schrecklich unkooperativ sein! Zudem: Manchmal schaden sie dabei vielleicht auch noch ihren Kindern.

Fragen sind dann: Wie kann ich mich durchsetzen? Warum lasse ich mir das gefallen? Wie kann ich Wichtiges „überbringen“...?

In der Veranstaltung wird vermittelt, wie man in Gesprächen auf angemessene Weise seinen Standpunkt vertreten kann. Sie lernen wichtige Techniken kennen, üben den Einsatz und verbessern das eigene Gesprächsverhalten. Das hilft dabei eigene Positionen wirksamer zu vertreten und auch in schwierigen Gesprächen erfolgreich zu sein.

### Kurs-Nr. 224H15J22

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **29.10.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Holger Müller | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

## Wie funktioniert Gruppe im Zusammenspiel trotz ODER unter Berücksichtigung der Individualität? - Herausforderung in sozialen Gemeinschaften

Soziale Gruppen unterliegen stets einer Dynamik, welche Balance zwischen der Zugehörigkeit zum kollektiven Wir und der Individualität des Einzelnen sucht. Dieses Gleichgewicht ist für den persönlichen und sozialen „Frieden“, das Miteinander bedeutsam. Kinder kommen mit sozialen Vorerfahrungen und schaffen sich für die Konstruktion ihrer Welt sowie Bewertung ihrer Wahrnehmung ein System von Gemeinsamkeiten und Unterschieden. Das begründet sowohl die persönliche Identität der einzelnen Gruppenmitglieder (ICH) als auch die soziale Identität der Gruppe (WIR). Kinder lernen mit und von anderen, begreifen sich in Abgrenzung zu anderen und entwickeln in der sozialen Gemeinschaft ihre Identität. Dieser Prozess ist hoch emotional, konflikt- und energiegeladen. Pädagogische Arbeit in Gruppen unterliegt dieser Dynamik zwischen individuellen und sozialen Bedürfnissen, die es als konstruktive Kraft zu nutzen gilt. Dabei stellt die Steuerung der Gruppe unter Berücksichtigung des Einzelnen eine pädagogische Herausforderung dar

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Merkmale und Arten von Gruppen
- Gruppendynamische Prozesse kennen, analysieren und steuern
- Pädagogischer Handlungsspielraum und Interventionsansätze in Gruppen

### Kurs-Nr. 424H15J28

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **26.11.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen



## Wo bleibst du am Ende des Tages? – Selbstwert und Selbstfürsorge im pädagogischen Alltag

Kinder wollen die Welt entdecken und sich ausleben, sollen aber gezielt lernen, um einen entsprechenden Entwicklungsstand zu erreichen. Eltern wollen Individualität für ihr Kind, in der Einrichtung gibt es jedoch Regeln, die für alle gelten. Träger sowie Leitung erwarten Einsatzbereitschaft und Engagement, die Kolleg/innen wünschen gegenseitige Unterstützung und Flexibilität und im Hintergrund gilt es auch privat noch Pflichten und Herausforderungen zu meistern. In diesem Kurs geht es ausschließlich um dich!

- Wie steht es um deine Energie und dein Nervenkostüm?
- Woher kommt es, dass du bereit bist, so an deine eigenen Grenzen zu gehen?
- Wie gehst du mit deinen eigenen Bedürfnissen um?
- Selbstfürsorge im beruflichen Alltag, wie kann das gehen?

### Kurs-Nr. **124F15J039**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **23.01.2024** | Kurszeit: 10:00 - 14:30 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Claudia Plutzkat | Kursentgelt: 50,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

## Zauberkunst in Kita, Schule und Hort

Schon Goethe erkannte die Kraft, die im Zaubern liegt. Als er 1831 seinen Enkeln einen Zauberkasten schenkte, merkte er an: „Ich habe nichts darwider, dass die Knaben ihre müßigen Stunden mit solchen Thorheiten ausfüllen. Es ist ein herrliches Mittel zur Übung in freier Rede und Erlangung einiger körperlicher und geistiger Gewandtheit.“ Zaubern begeistert und Begeisterung ist die Grundvoraussetzung für das Lernen. Danach kommt der Wille zum Lernen; das Bedürfnis auch zaubern zu können.

Zauberkunst bedient die Feinmotorik und es schärft die Sinne, es erhöht die Aufmerksamkeit und regt das Denken an. Das Erlernen von Kunststücken ist höchst selbstwirksam. Zaubern ist kommunikativ, Zaubern ist kreativ, Zaubern stärkt das Selbstbewusstsein und die Persönlichkeit. Zauberkunst hinterfragt Realität und Naturgesetze und ist damit ein perfektes Mittel für naturwissenschaftliche Bildung, aber auch für die Auseinandersetzung mit philosophischen und ethischen Fragestellungen unserer Zeit. Die Auseinandersetzung mit dem Kunststück schult Sprache und Ausdrucksfähigkeit sowie die Körperwahrnehmung.

In lockerer Atmosphäre werden Kunststücke vorgestellt und einstudiert. An den geübten Beispielen formulieren wir die pädagogischen Möglichkeiten und entwerfen Einsatzmöglichkeiten in der Arbeit mit Kindern bzw. auch im Unterrichtsalltag entsprechend dem Lehrplan.

Diese Fortbildung ist praxisnah, unglaublich spannend und wird auch Sie zum Zaubern bringen. Angeleitet wird sie von Zauberer Olivier - freiberuflicher Zauberkünstler und Pädagoge sowie Inhaber der Zauberschule Dresden.

### Kurs-Nr. **324F15J06**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 206**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **30.01.2024** | Kurszeit: 09:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Oliver Mehl | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe; Lehrer/innen



## Zu viel des Guten? – Überbehütung als Entwicklungsschwierigkeit

Begriffe wie „Helikopter-Eltern“, „Rasenmäher-Eltern“ oder „Curling-Eltern“ hat wohl jeder schon mal gehört. Was steckt dahinter? Welche Ursachen gibt es? Welche Rolle spielen Übertragungsprozesse (z. B. von Ängsten, gesellschaftlichen Erscheinungen)? Überbehütung schränkt Kinder in ihrer Autonomieentwicklung massiv ein und gefährdet somit ihre Entwicklung. Wie können wir als Kita und Gesellschaft gegensteuern?

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Allgemeine Grundlagen der kindlichen Entwicklung und des Kindeswohles
- Verständnis der Formen der Überbehütung
- Interventionsansätze und Hilfen

### Kurs-Nr. **524F15J04**

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 303**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **23.01.2024** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

## Persönlichkeitsentwicklung | Psychologie

### Stress und Burnout – was tun, wenn der Job zur Last wird?

Jedem ist klar, was Stress bedeutet. Hektik, Panik, Wahnsinn – am Ende sein, nicht mehr können. Pädagogische Berufe gehören zu den besonders gefährdeten Berufen! Was ist zu tun?

Sie werden kennenlernen, wer und was besonders Stress auslöst. Was sind Ihre Stressoren.

Andere Themen dieser Veranstaltung: Was hilft Ihnen schon momentan gegen Stress? Wo haben Sie Probleme, wo bekommen Sie Ihre Stressoren nicht in den Griff? Was verschärft Ihren Stress? Wann werden Stressoren zur Gefährdung? Welche Rolle spielen Sie selbst bei Ihrer persönlichen Stressentstehung? Welche Techniken und Strategien zur Stressvermeidung und -verringern gibt es? Welche Übungen helfen dabei, Stress zu reduzieren oder besser zu bewältigen. Was ist Burnout und wie kann ich mich am besten schützen?

Selbst wenn es nicht gelingen wird, Ihnen einen stressfreien Berufsalltag zu verschaffen, kann fast mit Sicherheit jeder der Teilnehmer dieser Veranstaltung für den Bereich seiner Probleme Anregungen und Lösungen mitnehmen! Nutzen Sie dieses Angebot zur Stressreduktion!

### Kurs-Nr. **324H15J16**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 203**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **25.09.2024** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Holger Müller | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe, Interessierte



## Geschichte | Zeitgeschichte

### Auf den Spuren der Blaufarbenwerker- Entdeckertour in Niederpfannenstiel

Die heutige Nickelhütte Aue ging in direkter Linie aus dem 1635 gegründeten Blaufarbenwerk Niederpfannenstiel hervor. Der erste Teil der Veranstaltung findet im historischen Hüttenlaboratorium (im Volksmund „Kapelle“ genannt) statt, in dem sich auch eine sehenswerte Ausstellung zum sächsischen Blaufarbenwesen befindet. Ein Einführungsvortrag gibt einen Überblick über die Thematik. Anschließend erfolgt ein Rundgang in der „Kapelle“ und eine Spurensuche nach Relikten des historischen Blaufarbenwerks Niederpfannenstiel auf dem Gelände der heutigen Nickelhütte Aue und angrenzenden Gemarkungen.

**Samstag, 15.06.2024** | Kapelle, Niederpfannenstiel 1, 08280 Aue-Bad Schlema

**Mittwoch, 19.06.2024** | Herrenhaus, Schindlerswerk 9, 08321 Zschorlau

**Kurs-Nr. 224F1902**

Kursort: **Aue, Niederpfannenstiel 1**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **15.06.2024** | Kurszeit: 09:30 - 12:45 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Dr. rer. nat. habil. Mike Hausteil | Kursentgelt: 30,40 €

Bemerkung: festes Schuhwerk

## Ökonomie | Recht | Finanzen

### Die Pflegezeit finanziell planen

Gute Betreuung im Alter kann teuer werden. Deshalb ist es wichtig, sich rechtzeitig mit dem Thema Unterstützung und Pflege zu befassen. Denn vieles lässt sich frühzeitig regeln. Welche Leistungen übernimmt die gesetzliche Pflegeversicherung im Pflegefall? Was muss selbst bezahlt werden? Der Vortrag gibt Antworten auf die wichtigsten Fragen rund um finanzielle Aspekte der Pflegezeit.

#### Inhalte:

- Vorausschauende Planung fürs Älterwerden
- Unterstützung für Pflegebedürftige und für Pflegenden
- Überblick über Wohnformen im Alter
- Leistungen der gesetzlichen Pflegeversicherung
- Pflegeleistungen beantragen
- Mit privater Vorsorge Versorgungslücken schließen

**Kurs-Nr. 424F1301**

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1+2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **20.03.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Mandy Turreck

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig





## Erben und Vererben

Der Wunsch, beim Erbe Streitigkeiten zu vermeiden, ist für viele ein Grund, schon zu Lebzeiten die Vermögensübertragung - insbesondere bei Immobilien - festzulegen. Die Möglichkeiten sind vielfältig. Wer nicht möchte, dass die gesetzliche Erbfolge eintritt, sollte mit einem Testament seine Wünsche regeln. Doch wie macht man das am besten? Und wie beteiligt sich der Staat am Erbe? Wer sich auskennt, kann die rechtlichen Möglichkeiten ausschöpfen und seine Erben begünstigen.

### Inhalte:

- Gesetzliche Erbfolge, Erbvertrag, Testament
- Der letzte Wille: Form, Inhalt, Wirkung
- Das Pflichtteilsrecht bedenken
- Den Nachlass prüfen, verwalten und teilen
- Erbschaftssteuer
- Schenken statt vererben: wie oft, wie viel, an wen?
- Die Erbschaft ausschlagen
- Den digitalen Nachlass regeln

### Kurs-Nr. 524F1301

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 311**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **20.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Rechtsanwalt Olaf Schrodi

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig.

## Gut vorgesorgt mit Vollmachten und Verfügungen

Ob bei Krankheit oder im Alter, bestmöglich versorgt möchten alle sein. Damit das auch gewährleistet ist, gilt es, sich bereits frühzeitig mit seinen Wünschen und Bedürfnissen im Ernstfall auseinanderzusetzen. Wer soll mich vertreten? Wer kann sich um mich kümmern? Mithilfe von Verfügungen und Vollmachten können medizinische, betreuende und finanzielle Regelungen im eigenen Sinne festgehalten werden.

### Inhalte des Vortrags:

- Die eigenen Interessen wahren: Vorsorgemöglichkeiten im Überblick
- Vollmachten und Vorsorge: mögliche Regelungen im Alltag
- Form und Wirksamkeit von Vollmachten
- Vermögensangelegenheiten rechtzeitig regeln
- Patientenverfügung – Was soll mit mir passieren, wenn ich nicht mehr allein entscheiden kann?
- Vorsorgevollmacht, Bankvollmacht, Patienten-, Sorgerechts- und Betreuungsverfügung: Wirkung, Inhalt, Form
- Kurzer Einblick in die Sorgerechts- und Betreuungsverfügung
- Erstellung, Aufbewahrung, Widerruf von Verfügungen und Vollmachten

### Kurs-Nr. 224F1300

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **12.06.2024** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Rechtsanwalt Andrej Greif

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig

**Kurs-Nr. 424F1302**

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1+2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **17.04.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Rechtsanwalt Andrej Greif

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig

**Kurs-Nr. 524F1302**

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 311**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.04.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Rechtsanwalt Andrej Greif

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig

## Im Alltag sicher bezahlen

Ob im Internet oder beim Einkauf im Supermarkt: Im Alltag begegnen uns viele unterschiedliche Bezahlmöglichkeiten, die eine schnelle Entscheidung erfordern. Welche Möglichkeiten gibt es? Was ist in welchem Moment die passende Bezahlart? Ist das, was modern und angesagt ist, auch sicher? Der Basisvortrag gibt einen Überblick über alle traditionellen und digitalen Bezahlmöglichkeiten.

**Inhalte:**

- Bezahlfverfahren im Überblick
- Rund um Konto und Karten
- Online- und Mobile Banking
- Im Internet sicher bezahlen

**Kurs-Nr. 324F1301**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **16.04.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Mandy Turreck

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig.

## Mieterhöhung rechtssicher durchsetzen – Ortsübliche Vergleichsmiete und Modernisierung

Um Mieterhöhungen korrekt umsetzen zu können, müssen Sie als Vermieter bestimmte Regeln einhalten. Ich erkläre Ihnen, welche das sind und lege Ihnen Ihre Möglichkeiten nach § 558 und § 559 dar. Zur Veranschaulichung bringe ich Praxisfälle und die dazugehörigen Urteile mit.

**Folgende Themen werden unter anderem besprochen:**

- Mieterhöhung nach § 558 BGB • Inhalt eines Mieterhöhungsschreibens
- Fristberechnung • Begründungsmöglichkeiten
- Kappungsgrenze • Gerichtliches Zustimmungsverfahren
- Mieterhöhung nach § 559 BGB • Modernisierungsbegriff
- Modernisierungskatalog • Berechnungsbeispiel

Sie erhalten ein Zertifikat gem. §34c Abs. 2a GewO i. V. m. § 15b MaBV | über 90 min

**Kurs-Nr. 224F1305**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Str. 28, Zimmer 1.8**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **15.01.2024** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Grit Johné

Kursentgelt: 11,40 €



## Betriebskostenabrechnung: Leitfaden für die formell wirksame Erstellung und für die Durchführung der Belegprüfung

Was??? 245,45 Euro Betriebskosten-Nachzahlung? Das kann doch gar nicht sein!“ Die Mieterin Blaumeise ist entsetzt. Da muss ein Fehler vorliegen. Sie verlangt von der Vermieterin die Vorlage aller Belege...

Dafür nehme ich die Sicht der Mieter ein und stelle dar, welche Prüfungsschritte Mieter durchführen, um Fehler in der Betriebskostenabrechnung aufzudecken. Auf diese Weise können Vermieter ersehen, wo die Hauptfehlerquellen liegen und wie diese vermieden werden können. Neben den Grundsätzen zur Erstellung einer formell wirksamen Betriebskostenabrechnung werden die Regeln aufgezeigt, die von Vermietern zur Vorbereitung und Durchführung der Belegprüfung durch die Mieter zu beachten sind.

### Folgende Themen werden unter anderem besprochen:

- Grundsätze für die Erstellung von Betriebskostenabrechnungen
- Fehlerquellen bei der Erstellung der Betriebskostenabrechnung
- Hilfestellung zur Vermeidung dieser Fehlerquellen
- Regelungen für die Belegprüfung

### Kurs-Nr. 224F1306

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1.8**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **08.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Grit Johnhe

Kursentgelt: 11,40 €

## Wissen ist Geld – Verbraucherrechte kennen und nutzen

Als Verbraucherinnen und Verbraucher treffen wir jeden Tag eine Vielzahl von Entscheidungen. Doch was ist, wenn die Ware nicht einwandfrei ist und man reklamieren möchte? Welche Rechte habe ich bei Verträgen, die zum Beispiel an der Haustür oder am Telefon abgeschlossen werden und was kann ich gegen ungewollte Gewinnmitteilungen tun?

Wie steht es um mein Recht, wenn auf der Bahn-, Flug- oder Pauschalreise etwas schiefgeht? Mit dem Wissen aus diesem Vortrag können Sie sich gestärkt dem Markt stellen. Wer sich rechtzeitig informiert, kann kompetent und selbstbewusst Entscheidungen treffen.

### Kurs-Nr. 224F1302

Kursort: **Aue, BSZ für Technik, R.-Breitscheid-Straße 27, Aula**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **20.03.2024** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Rechtsanwalt Andrej Greif

Bemerkung: Vortrag ist entgeltfrei



**Melden Sie sich vor Kursbeginn an, so verpassen Sie kein Wissen! Buchen Sie noch heute Ihren Platz und sichern Sie sich den Kurs.**



## Länder- und Heimatkunde | Stadtkultur

### Eine Liebesbeziehung: Bebauung – Begrünung – Bevölkerung Das Glück wächst aus dem Boden des respektvollen Miteinanders

Jeder ist der Gestalter und Verwalter, auch Hausmeister und Planer seines Lebens(t)raumes. Jeder kann, darf und sollte seinen Aktionsbereich positiv beeinflussen. Diese Selbstwirksamkeit kann glückliche Gefühle erzeugen – eine innere Freude, die bleibt. Anerkennung kommt dann nicht von den anderen, sondern vom Ergebnis selbst.

Der Vortrag möchte sensibilisieren für das, was jeder SELBST TUN kann, damit es bunter, grüner, schöner wird. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie wir PRAKTISCH HANDELN können, damit es UM UNS immer lebenswerter wird. Die Teilnehmer bekommen anhand anschaulicher Beispielen einen Einblick in die städtebauliche Wirkung durch die Umgestaltung „toter“ Bereiche.

Die Fragen dazu lauten: Wie stellen wir uns unser bebautes Umfeld vor? Welche Visionen haben wir für unsere Stadt? Wohin möchten wir uns in unserer Nachbarschaft entwickeln? Wie viel Grün und Bunt brauchen wir zum Wohlfühlen?

Es macht Spaß zu begreifen und zu verstehen, wie wenig notwendig ist, damit unsere Seele blüht. Möglichkeiten für Haus und Hof sowie die Belegung innerstädtischer gemeinschaftlicher, sozialer, infrastruktureller Bereiche sind in großer Fülle da.

#### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Der Lebensraum als lebendiger Organismus – alles greift ineinander, jeder ist ein Teil davon
- Wie viel (Wohn-)Raum und wie viel Natur braucht der Mensch?
- Unsere Wahrnehmungen beeinflussen unser Gemüt
- Die Natur in der ständigen Veränderung
- Die bleibende Bebauung in der Starre: Was können wir tun, um der Gleichförmigkeit und Tristheit entgegenzuwirken?

#### Kurs-Nr. **324F1600**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **21.03.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Susann Schramm | Kursentgelt: 10,- €

Zielgruppe: Alle Interessierten, die offen sind für die Wirkprinzipien des Zusammenlebens

Bemerkung: Weiterführende Kurse sind möglich.





**vhs**  Deutscher  
Volkshochschul-Verband

# vhs to go!

Mobile Kurssuche mit der vhsApp  
oder [www.volkshochschule.de](http://www.volkshochschule.de)

Kostenlos erhältlich in den App-Stores



© Foto: Antonio Gallenigh/istock.com



## Naturwissenschaften

### Familienexpedition Naturtag

#### Expedition Vater – Mutter – Kinder

Der Natur auf die Spur kommen- orientieren lernen und sich in der Natur zurechtfinden, Uraltes Wissen mit neuesten Forschungen kombiniert, Heilkräften nachspüren, Kaffeepause- unsere Küche bleibt nicht kalt

**Ort/Treff:** Parkplatz alter Bahnhof 08344 Beierfeld (Stadt Grünhain-Beierfeld)  
Straße: am Bahnhof – unterhalb des Spiegelwaldes

#### Kurs-Nr. 224F1A13

Kursort: **Grünhain-Beierfeld, Parkplatz alter Bahnhof Beierfeld**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **11.05.2024**

Kurszeit: 09:00 - 13:00 Uhr | Kursdauer: 5,3 Unterrichtseinheiten

Dozent: Herr Jens Bitterlich | Kursentgelt: 23,61 €

### Obstbaumschnitt

Apfel, Birne, Kirsche, Pflaume - wie schneidet man einen Obstbaum richtig aus? Welche Werkzeuge und Geräte benötigt man zum Obstbaumschnitt? Welche Obstbaumkrankheiten gibt es und kann man diese durch den richtigen Schnitt entfernen? Unser erfahrener Dozent führt Sie in die „Geheimnisse“ des Obstbaumschnitts ein. In der ersten Veranstaltung (Theorie) erhalten Sie einen Einblick in den Lebenskreislauf eines Obstbaumes und lernen den Obstbaumschnitt per Fotovortrag kennen. Wertvolle Tipps zum Obstbaumkauf in unserer Region runden das Thema ab. In der zweiten Veranstaltung (Praxis) begeben wir uns in den Garten eines oder mehrerer Kursteilnehmer und wenden das erworbene Wissen unter fachlicher Anleitung praktisch an.



#### WICHTIG!

Der Termin für die zweite Veranstaltung wird in der ersten Veranstaltung mit den Teilnehmern besprochen und festgelegt.

#### Kurs-Nr. 224F1A12

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1.1**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **noch nicht festgelegt, Anmeldungen sind möglich**

Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr | Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Eckhard Ahnert | Kursentgelt: 17,72 €

### Wir Naturforscher- Natur hautnah erleben

Expeditionen, Naturgeheimnisse erforschen, sich orientieren können, Feuer selber schlagen, Spuren und Zeichen lesen lernen, vom Wissen alter Heilkundiger lernen, Leben im Wassertropfen.

#### Kurs-Nr. 224F1A14

Kursort: **Grünhain-Beierfeld, Institut NaturErleben, Pestalozzistraße 14**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **15.04.2024**

Kurszeit: 16:00 - 18:00 Uhr | Kursdauer: 11 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Jens Bitterlich | Kursentgelt: 48,73 € | Zielgruppe: Kinder ab 6 Jahren



## Kommunikation | Medien

### Mediensprechstunde – persönliche Beratung und individuelle Gespräche

Wir bieten Ihnen individuelle Gespräche und persönliche Beratung rund um Medien, Medienerziehung und Medienbildung. Die Mediensprechstunden sind ein offenes, kostenfreies Angebot für alle mit Problemen und Fragen zu

- kompetentem Umgang mit Smartphone, PC, Konsole oder TV
- altersgerechter Mediennutzung
- (kinder)sicherer Einrichtung von Geräten
- Datenschutz • Gefahren im Netz
- Cybermobbing/Cybergrooming
- Werbung und Influencer in Sozialen Medien
- uvm.

Wir unterstützen individuell, hören zu, geben praktische Tipps oder zeigen Ihnen die digitale Spielwelt und Jugendschutzstellungen der Spielekonsole. (Keine Technik-/Kaufberatung!) Die Mediensprechstunde wird im Rahmen des Projektes hiER-Zulande Medienbildung der VHS Erzgebirgskreis angeboten. Das Projekt wird gefördert durch die Sächsische Landesanstalt für privaten Rundfunk und neue Medien.



#### Kurs-Nr. 324F1B05

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 203**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **29.04.2024** | Kurszeit: 14:30 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 5,3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Marsel Krause

Bemerkung: Dieser Kurs ist kostenfrei.

#### Kurs-Nr. 224F1B03

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zmmer. 1**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **25.03.2024** | Kurszeit: 14:30 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 5,3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Marsel Krause

Bemerkung: Dieser Kurs ist kostenfrei.

#### Kurs-Nr. 124F1B04

Kursort: **Theater Variabel Olbernhau**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **22.04.2024** | Kurszeit: 15:00 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 5,3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Marsel Krause

Bemerkung: Dieser Kurs ist kostenfrei.

#### Kurs-Nr. 524F1B06

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 302**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **13.05.2024** | Kurszeit: 14:30 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 5,3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Marsel Krause

Bemerkung: Dieser Kurs ist kostenfrei.

**ANSPRECHPARTNER  
DER VHS**

Florian Raschke



Isa Rothe



**KULTUR | GESTALTEN**



### **Kultur macht stark**

In unseren Angeboten der kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit spielerisch und mit Mitteln der Kunst.

Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden.

Im Bereich der kulturellen Medienbildung finden Sie Angebote, in denen Sie lernen, sich den vielfältigen Herausforderungen im Prozess der Digitalisierung der Gesellschaft zu stellen und sich in allen Lebensbereichen zu orientieren. Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. „Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont etwa auch die Enquete-Kommission „Kultur in Deutschland“ in ihrem Abschlussbericht.





## Tanzpraxis

### Ballett – Aufbaukurs

Kinder lieben Musik und Bewegung. Im Ballettunterricht sind diese Bewegungen zielgerichtet, um zu lernen, die eigenen Körperbewegungen selbst zu kontrollieren. Gleichzeitig wird das Bewusstsein für eine gute Körperhaltung gestärkt (für Mädchen und Jungen ab 10 Jahre).

**Kurs-Nr. 524F2504**

Kursort: **Zschopau, Volkshochschule, Johannisstraße 58A, Zimmer 402**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.01.2024** | Kurszeit: 15:00 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 40 Unterrichtseinheiten | 20 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Rosmarie Huszar | Kursentgelt: 70,- €

**Kurs-Nr. 524F2505**

Kursort: **Zschopau, Volkshochschule, Johannisstraße 58A, Zimmer 403**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **12.01.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 40 Unterrichtseinheiten | 20 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Rosmarie Huszar | Kursentgelt: 70,- €

### Ballett – Grundkurs

Kinder lieben Musik und Bewegung. Im Ballettunterricht sind diese Bewegungen zielgerichtet, um zu lernen, die eigenen Körperbewegungen selbst zu kontrollieren. Gleichzeitig wird das Bewusstsein für eine gute Körperhaltung gestärkt (für Mädchen und Jungen ab 6 Jahre).

**Kurs-Nr. 524F2502**

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 403**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 40 Unterrichtseinheiten | 20 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Anja Kolditz | Kursentgelt: 70,- €

**Kurs-Nr. 524F2503**

Kursort: **Zschopau, Volkshochschule, Johannisstraße 58A, Zimmer 403**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 15:30 - 17:00 Uhr

Kursdauer: 40 Unterrichtseinheiten | 20 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Anja Kolditz | Kursentgelt: 70,- €



## Kindertanz

Unsere Kleinen erlernen spielerisch die Anfänge des Balletts. Durch kreative Übungen wollen wir auch den ganz Kleinen schon die Freude am Tanz vermitteln (für Mädchen und Jungen ab 4 Jahre).

**Kurs-Nr. 524F2501**

Kursort: **Zschopau, Volkshochschule, Johannisstraße 58A, Zimmer 403**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **01.03.2024** | Kurszeit: 15:30 - 16:45 Uhr

Kursdauer: 40 Unterrichtseinheiten | 20 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Anja Kolditz | Kursentgelt: 70,- €

## Malen | Zeichnen | Drucktechnik

### Acryl- und Aquarellmalkurs für jedes Alter

Materialkunde, kleine Farblehre, richtige Stifthalterung, Zeichnen eines Gegenstandes in Acryl und Aquarell, Zeichnen mit Hilfe eines Rasters, Erkennen von Licht und Schatten, Beobachten und Sehen lernen, um das Bild realistischer zu zeichnen.

**Neu:**

Kreidomalerei – Grundkurs

**Kurs-Nr. 524H2705**

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 304**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **07.11.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Kerstin Petzold

Kursentgelt: 70,- € | Bemerkung: Zeichenblock, Bleistifte

### Aquarellmalerei – eine Phantasiereise der Farben

Bereits vertraut mit der Aquarelltechnik, merkt man nach einiger Zeit, dass es zur künstlerischen Weiterentwicklung neuer Malimpulse bedarf. Diese erhalten Sie in vielfältiger Weise in diesem Kurs. In jeder Unterrichtseinheit wird ein markanter Themenschwerpunkt vorgestellt und besprochen.

**Kurs-Nr. 524F2703**

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 304**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **12.04.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Christine Wertzner

Kursentgelt: 40,- € | Bemerkung: Aquarellblock DIN A3 oder A4, Aquarellpinsel 1 x Größe 10 oder 12 und 1 x Größe 6 oder 8, Aquarellfarbkasten und ein kleiner Schwamm.





## Die Deutsche Schreibschrift lesen und schreiben lernen

Ahnenforschung, alte, handgeschriebene Rezepte, Briefwechsel mit Gleichgesinnten: es gibt zahlreiche Gründe, sich mit der Deutschen Schreibschrift zu befassen. Ausgehend von der Deutschen Schulschreibschrift nach Ludwig Sütterlin wird die Kurrentschrift, wie sie um 1900 geschrieben wurde, lesen und schreiben gelernt.

### Kurs-Nr. 224F2711

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.1**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **15.05.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Ingolf Adner | Kursentgelt: 37,30 €

Bemerkung: Bitte einen Füller, Kalligrafie-Füller oder Bleistift mitbringen.

## Die Magie der Farben und Formen: Mixed-Media-Kunst

Lassen Sie sich auf ein spannendes Abenteuer und auf vielfältige Möglichkeiten der Mixed-Media-Kunst ein. In Kombination von unterschiedlichen Maltechniken (Aquarell, Acryl, Kohle oder Pastell etc.) auf ebenso unterschiedlichen Maluntergründen (Papier, Leinwand, Holz etc.) entstehen nach genauer Schritt-für-Schritt-Anleitung in kurzer Zeit wunderschöne Bilder. Mixed-Media -Kunst bietet eine interessante Art, um neue Materialien und Stile zu erkunden, Ihrer Arbeit mehr Dimension zu verleihen.

Erlaubt ist, was gefällt! Für Mixed-Media-Art gibt es keine festen Regeln. Nach wenigen Stunden mit vielen Tipps, wie sich Materialien und Farben verhalten, halten Sie bald glücklich Ihr Werk in den Händen.

### Kurs-Nr. 224F2705

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Kreativraum**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **07.02.2024** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kerstin Lungmuss | Kursentgelt: 64,- €

Bemerkung: Bitte mitbringen: Aquarell- und Acrylfarben, Bleistift, Pinsel, Papier, Skizzenbuch

## Grafik

Lassen Sie sich auf alte aber auch interessante Arbeitstechniken ein. In der Galerie in Beierfeld soll mit Hochdruck (Linolschnitt) und Tiefdruck (Radierung) gearbeitet werden. Dazu gibt es heute sehr moderne Materialien die die Arbeit enorm erleichtern. Die entstandenen Motive werden mittels Druckerpresse gedruckt. Verschiedene Papiere als Untergrund lassen die Motive immer wieder anderes aussehen.

Radierungen oder Linoldrucke können mit Maltechniken wie Aquarell oder Acryl verbunden werden.

### Kurs-Nr. 224F2709

Kursort: **Grünhain-Beierfeld, Galerie für Märchen und Kunst, Pestalozzistraße 14**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **01.03.2024** | Kurszeit: 16:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 11 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Bärbel Bitterlich | Kursentgelt: 41,03 €

Bemerkung: Es werden bei Bedarf zusätzliche Materialkosten erhoben.



## Spiele mit Farben und Formen: Mixed-Media-Kunst

Lassen Sie sich auf ein spannendes Abenteuer und auf vielfältige Möglichkeiten der Mixed-Media-Kunst ein. In Kombination von unterschiedlichen Maltechniken (Aquarell, Acryl, Kohle oder Pastell etc.) auf ebenso unterschiedlichen Maluntergründen (Papier, Leinwand, Holz etc.) entstehen nach genauer Schritt-für-Schritt-Anleitung in kurzer Zeit wunderschöne Bilder. Mixed-Media - Kunst bietet eine interessante Art, um neue Materialien und Stile zu erkunden, Ihrer Arbeit mehr Dimension zu verleihen. Erlaubt ist, was gefällt! Für Mixed-Media-Art gibt es keine festen Regeln. Nach wenigen Stunden mit vielen Tipps, wie sich Materialien und Farben verhalten, halten Sie bald glücklich Ihr Werk in den Händen.

### Kurs-Nr. **224F2706**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1.8**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **08.02.2024** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kerstin Lungmuss | Kursentgelt: 64,- €

## Zeichnen – Bleistiftzeichnen für Anfänger

Kursinhalt ist das Zeichnen inszenierter Kompositionen, die Kursteilnehmer zeichnen Stillleben mit Alltagsgegenständen. Sie bekommen einen Einblick in: Schraffur, perspektivisches Zeichnen, Zusammensetzung, Beleuchtung und Rand einer Zeichnung.

### Kurs-Nr. **524F2704**

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 304**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **08.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christine Werzner | Kursentgelt: 40,- €

Bemerkung: Zeichenblock, Bleistifte

**Sie können  
leider nicht am  
gebuchten  
Kurs teilnehmen?  
Dann müssen Sie eine  
schriftliche Kündigung  
an die VHS  
schicken.**





## Plastisches Gestalten

### Floristik

Im Kurs fertigen wir passend zur Jahreszeit Frühjahrs- und Ostergestecke und vieles mehr. Wir arbeiten mit verschiedenen Naturmaterialien, Pflanzenteilen, Keramik und verschiedenen Accessoires – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

#### Kurs-Nr. 224F2809

Kursort: **Schwarzenberg, BSZ, Steinweg 10 (Am Hofgarten), Zimmer 116**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **06.03.2024** | Kurszeit: 18:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 15 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Grit Schubert | Kursentgelt: 48,- €

Bemerkung: MBitte Gartenschere, Haushaltsschere, Messer, Drahtzange und Pappe als Unterlage mitbringen. Wenn vorhanden, bitte auch Klebepistole mitbringen. zzgl. Materialkosten

### Keramisches Gestalten

Neueinsteigern und noch nicht ganz sicheren Hobbykeramikern wird der Einstieg bzw. das Weiter-töpfeln in diesem Kurs leicht gemacht. Unter handwerklicher und gestalterischer Anleitung können Sie verschiedene Techniken erlernen und selbst ausprobieren. Alle Aufbautechniken und das Gießen von Ton werden besprochen und können ideenreich umgesetzt werden. Zusammen mit eigenen Ideen und Anregungen zur Gestaltung entstehen so zahlreiche Werkstücke. Alles ist möglich und einen Versuch auf jeden Fall wert!

Nach handwerklichen Gesichtspunkten werden alle Werkstücke schadstofffrei glasiert und anschließend dicht gebrannt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

#### Kurs-Nr. 224F2807

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Kreativraum**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.02.2024** | Kurszeit: 15:00 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Thomas Toß | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Material- und Brennkosten sind je nach individuellem Verbrauch im Kurs zu bezahlen.

#### Kurs-Nr. 224F2808

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Kreativraum**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Thomas Toß | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Material- und Brennkosten sind je nach individuellem Verbrauch im Kurs zu bezahlen.





**SCHNELL UND  
KOMFORTABEL  
ANMELDEN:**

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

## Scrapbook – Grundkurs

Kennen Sie das Gefühl, wenn Sie nach vielen Jahren des Erwachsenen-Alltages ein Märchenbuch mit 3D-Elementen öffnen. Und schon sind Sie wieder ein kleines Kind, das an Wunder und Zauber glaubt! Scrapbook ist gerade das Handwerk, das uns eine Möglichkeit gibt, zum Autor von eigenen Papiermärchen zu werden. Die 3D-Elemente und dekorativen Techniken, die wir erlernen, werden zu 3D-Karten, Notizbüchern und Alben, die jedem, der sie sieht, Ihre eigene Geschichte von Liebe, Fantasie und Geschick erzählt.

In der Veranstaltung lernen Sie, wie man Bücher und Alben bindet, 3D-Konstruktionen, sogenannte Pop-Ups entwirft und verschiedene dekorative Techniken, wie Stempeln, Stanztechniken, Embossing, Serviettentechniken und vieles mehr.

### **Kurs-Nr. 224F2810**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Kreativraum**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **05.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Liudmyla Möckel | Kursentgelt: 74,60 € | Materialkosten: 10,- €

Bemerkung: Bitte mitbringen: Cutter, Schere, Schneidematte A3, Stahllineal 30cm.



## Töpfern

Mit Ton und den verschiedensten Dekortechniken können Sie eigene Werke schaffen, sowohl robuste Gebrauchskeramik als auch hübsche Unikate. Sie arbeiten mit Plattentechnik und Aufbaukeramik, beschäftigen sich mit der Oberflächengestaltung und können sogar kleine Plastiken gestalten. Die fertigen Stücke werden echte Hingucker in Ihrem Zuhause oder sind die perfekten, ganz persönlichen Geschenke!

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Kurs richtet sich sowohl an Einsteiger, die noch Anleitung benötigen, als auch an Fortgeschrittene, die lieber selbstständig arbeiten wollen.

### Kurs-Nr. 124F2616

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 5**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **05.03.2024** | Kurszeit: 19:00 - 22:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christina Friedrich | Kursentgelt: 51,20 €

### Kurs-Nr. 124F2617

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 5**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **09.04.2024** | Kurszeit: 19:00 - 22:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christina Friedrich | Kursentgelt: 51,20 €

## Textiles Gestalten

### Erlernen Ihres persönlichen Stils – Workshop

Sind Sie manchmal unsicher, was wirklich zu Ihnen passt?

Ständig wechselnde Modefarben, Schnittformen und Suggestierung von angeblichen „Must-Haves“ das alles macht die Findung eines individuellen Stils nicht einfach.

Nach diesen interessanten Stunden wissen Sie besser, wie Sie Ihre Ausstrahlung optimal unterstreichen können, wie Sie gezielter Garderobe und Accessoires wählen, demzufolge auch Fehlkäufe verhindern und den Inhalt Ihres Kleiderschranks neu kombinieren können.

Sie werden die Wirkung von typgerechten Farben erfahren, Ihre einzig wahren Schnittformen kennen lernen, den Effekt eines dezenten Make-up erleben, vielleicht auch endlich die richtige Frisur finden.

### Kurs-Nr. 524F2904

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 304**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **20.04.2024** | Kurszeit: 08:30 - 14:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Christine Werzner | Kursentgelt: 50,- €



## Hardanger-Stickerei

Eine Stickerei, die im Wesentlichen aus verschiedenen Varianten des Plattstiches und Durchbrüchen besteht. Die einst im Orient entwickelte Methode fand vor Jahren ihre Liebhaber in Norwegen und erhielt dort ihren Namen von dem Hardanger Fjord. Später entdeckten deutsche Frauen den Reiz der einfach zu erlernenden Stickerei.

### Kurs-Nr. 124F2904

Kursort: **Marienberg, KFZ, Anton-Günther-Weg 4**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **08.01.2024** | Kurszeit: 17:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 14 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Helga Uhlig | Kursentgelt: 3,- € pro Veranstaltungstag

### Kurs-Nr. 124F2905

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 5**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.01.2024** | Kurszeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 14 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Helga Uhlig | Kursentgelt: 3,- € pro Veranstaltungstag

## Klöppeln

Erlernen und Weitergabe von Kenntnissen und Fähigkeiten des Klöppelns: Grundschnitte (Leinen-, Halb-, Ganzschlag); Anfertigung von Deckchen und Bildern, farbige Gestaltung mit verschiedenen Garnen

### Kurs-Nr. 124F2903

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.01.2024** | Kurszeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Dozent: Frau Marlis Mehlhorn | Kursentgelt: 3,- € pro Veranstaltungstag

### Kurs-Nr. 524F2901

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 203**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **08.01.2024** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 18 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Ursula Schaarschmidt | Kursentgelt: 26,- €

Bemerkung: Klöppelsack, Klöppel, Garn, Stecknadeln, 1 Häkelnadel Stärke 1,0 und eine kleine Schere

### Kurs-Nr. 524F2902

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 203**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **25.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 18 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Ursula Schaarschmidt | Kursentgelt: 26,- €

Bemerkung: Klöppelsack, Klöppel, Garn, Stecknadeln, 1 Häkelnadel Stärke 1,0 und eine kleine Schere

### Kurs-Nr. 524H2901

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 203**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **04.09.2023** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 18 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Ursula Schaarschmidt | Kursentgelt: 30,- €

Bemerkung: Klöppelsack, Klöppel, Garn, Stecknadeln, 1 Häkelnadel Stärke 1,0 und eine kleine Schere



## Nähen – Grundkurs

Umgang mit der Nähmaschine

Ihr Wunsch ist es, etwas Eigenes an der Nähmaschine zu nähen? Hier ist der richtige Ort. In entspannter Atmosphäre erlernen Sie den Umgang mit der Nähmaschine, die einzelnen Funktionen und ganz wichtig das Beheben von Fehlerquellen. Danach sind Sie fit für unser gemeinsames Nähprojekt.

### Kurs-Nr. 224F2900

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Kreativraum**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **20.01.2024** | Kurszeit: 10:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kathrin Maczeizik | Kursentgelt: 56,- €

Bemerkung: Bitte Nähmaschine mit Zubehör, Nähwerkzeug: Schere; Stecknadeln, Maßband, Garn; Nahttrenner mitbringen

## Nähkurs Änderungen und Reparaturen

Die Teilnehmenden lernen, wie sie selbst Textilien fachgerecht ändern und reparieren können.

Der Kurs ist für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse geeignet.

### Kurs-Nr. 424F2902

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 17:30 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Gudrun Pötzsche | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Wer eine eigene Nähmaschine zum Kurs mitbringt, sollte unbedingt das vorhandene Zubehör wie Nähfüße, Anbauteile, Bedienungsanleitung usw. vollständig mit einpacken.

Wer noch keine eigene Nähmaschine besitzt, kann ein Modell ausleihen.

## Nähkurs für Anfänger

Hauptziel dieses Kurses ist die umfangreiche Beherrschung der Nähmaschine durch die Teilnehmenden. Sie lernen die umfangreichen Einsatzmöglichkeiten und technischen Voraussetzungen kennen. Sie beherrschen am Ende des Kurses die richtige Bedienung, Einstellungsmöglichkeiten und die Handhabung der Zubehörteile ebenso wie Erste Hilfe bei kleineren Fehlfunktionen.

Die folgenden Nähtechniken werden an einigen Projekten erlernt, die dann fertig direkt zum Einsatz kommen können:

- Gerade Nähte in gleichmäßigen Abständen mit Hilfe verschiedener Hilfsmittel
- Einnähen eines Reißverschlusses
- Stretchnähte mit Kantenversäuberung
- Knopfloch nähen
- Knopf annähen mit Maschine
- Materialkosten von ca. 10,00 € sind im Kurs an die Dozentin zu zahlen.

### Kurs-Nr. 424F2901

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.04.2024** | Kurszeit: 17:30 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Gudrun Pötzsche | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Wer eine eigene Nähmaschine zum Kurs mitbringt, sollte unbedingt das vorhandene Zubehör wie Nähfüße, Anbauteile, Bedienungsanleitung usw. vollständig mit einpacken.

Wer noch keine eigene Nähmaschine besitzt, kann ein Modell ausleihen.



## Patchwork-Nähkurs für Einsteiger

Im Kurs wird Patchwork mit der Nähmaschine genäht. Die Teilnehmenden lernen die notwendigen Werkzeuge und Hilfsmittel zum Messen und Zuschneiden der Stoffteile und deren einfache Verarbeitung kennen.

Der Kurs ist sowohl für Nähanfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet, die sich mit Patchwork beschäftigen möchten.

Im Verlauf des Kurses entstehen ein Kissenbezug, ein Deckchen in Blockhaustechnik und ein Tischset.

### Kurs-Nr. 424F2903

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.01.2024** | Kurszeit: 17:30 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Gudrun Pötzschke | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Zum Einsatz kommen Rollschneider, Schneidunterlage und Patchworklineal. Wer diese Werkzeuge sowie eine eigene Nähmaschine besitzt, bringt dies bitte zum Kurs mit. Es besteht zusätzlich die Möglichkeit der Ausleihe vor Ort.

## Schneidern

Anfänger erlernen die richtige Handhabung einer Nähmaschine, den Umgang mit einem Schnittmusterbogen und den Zuschnitt eines Kleidungsstückes. Erste erworbene Kenntnisse werden bei der Herstellung von Rock und Bluse sowie bei einfachen Reparaturen praktisch erprobt. Die Fortgeschrittenen können ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Durch das kreative Miteinander von Anfängern und Fortgeschrittenen können die Teilnehmer unter Anleitung unserer erfahrenen Kursleiterin manchen Trick und Kniff lernen.

### Kurs-Nr. 124F2901

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 5**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **07.03.2024** | Kurszeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 27 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Eva Wächtler | Kursentgelt: 86,40 €

Bemerkung: Stoff, Schere, Garn und eigene Ideen

Bitte bringen Sie zum Kurs Ihre eigene Nähmaschine mit.

**Melden Sie sich vor Kursbeginn an, so verpassen Sie kein Wissen! Buchen Sie noch heute Ihren Platz und sichern Sie sich den Kurs.**





## Schneidern – Aufbaukurs

Nähen Sie Ihr eigenes Designerkleidungsstück mit 100-prozentiger Passform. Die Beratung erfolgt zu Stoffauswahl und Schnittgestaltung, Maßnahmen am Körper und Arbeiten mit Schnittmusterbögen. Dieser Grundschnitt wird nach eigenen Körpermaßen abgewandelt und dient als Vorlage für weitere Modellierungen.

Die Teilnehmer bekommen einen Einblick in die Theorie des Stils und lernen dabei auch einige „Stillegeheimnisse“ kennen. Unter Anleitung nehmen Sie Maß, konstruieren einen Schnitt, schneiden den Stoff zu und nähen ein eigenes Kleidungsstück.

Im Verlauf des Kurses entsteht eine einfache Hose auf Gummizug ohne komplizierten Verschluss. Zu jedem Kurstermin gehört eine 5-minütige Theorie-Einheit. Entsprechende Unterrichtsunterlagen werden verteilt.

**Benötigte Arbeitsmaterialien:** Papier 1 x 2 Meter für den Schnitt, Geodreieck, Bleistift, Taschenrechner, Maßband, Papierschere, Lineal, Stoff, Garn, Nähmaschine, Stecknadeln, Nähnadeln, Gummi für den Bund (2,5-3 cm breit), Stoffschere.

### Kurs-Nr. 324F2901

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 305**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **22.01.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Oksana Grenz | Kursentgelt: 64,- €

Bemerkung: Bitte bringen Sie Ihre eigene Nähmaschine mit.

### Kurs-Nr. 524F2905

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 302**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **16.05.2024** | Kurszeit: 18:00 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christine Wertzner | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: Bitte bringen Sie Ihre eigene Nähmaschine mit. Nähmaschine, Schere, Stoffe, Nähgarn, Stecknadeln, Maßband, Dreieck, Lineal, Winkel, Schneiderkreide. Material kann bei Bedarf bei der Dozentin erworben werden.

## Schneidern – Grundkurs

Schritt für Schritt lernen Sie Nähen, Schneidern und das selbstständige Gestalten von Mode. Vom Maßnehmen, dem individuellen Umgang mit verschiedensten Schnittmustern über das Aufspüren des perfekten Stoffes für Ihre Ideen bis hin zum Ausführen unterschiedlicher Nähte und Stiche.

Reißverschluss kaputt? Jeans zu lang? Loch in der Kinderhose? Für Sie schon bald kein Grund mehr, Ihre Garderobe reparieren zu lassen. Lernen Sie, Kleidungsstücke in Windeseile selbst qualitativ auszubessern.

### Kurs-Nr. 524F2903

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 302**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christine Wertzner | Kursentgelt: 72,- €

Bemerkung: Bitte bringen Sie Nähmaschine, Schere, Stoffe, Nähgarn, Stecknadeln, Maßband, Dreieck, Lineal, Winkel, Schneiderkreide mit.





## Handwerk | Kunsthandwerk

### Insektenfreundliche Wiesenpflege – Mähen mit der Sense

Immer mehr Menschen beschäftigen sich wieder mit traditionellen Handwerkstechniken. Dazu gehört auch das Mähen mit der Sense, das nicht etwa altmodisch, sondern zukunftsweisend ist. Das Mähen mit der Sense hat viele Vorteile: für den Erhalt der Artenvielfalt, für die eigene Gesundheit und sogar für die Nachbarn, die nicht vom Motorlärm belästigt werden. Außerdem kann auch hohes Gras problemlos gemäht werden. Und wenn man einige grundlegende Dinge beachtet, ist das Sensen kein Hexenwerk und gut zu erlernen.

Der Kurs vermittelt, wie einfach und entspannt das Mähen mit der Sense sein kann. Im ersten Teil erhalten Sie theoretisches Wissen und lernen die Grundlagen, die verschiedenen Arten des Dengelns und das richtige Einstellen der Sense kennen.

Der zweite Teil gehört den praktischen Übungen unter Anleitung des anerkannten Sensenlehrers der Sensenvereine Deutschland und Österreich. Es werden außerdem verschiedene Sensentypen vorgestellt, die auch in schwierigen Mähsituationen gute Erfolge bringen und die Arbeit erleichtern.

#### Kurs-Nr. **424F2904**

Kursort: **Dorfweg 12, 09235 Burkardtsdorf**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **04.05.2024** | Kurszeit: 10:00 - 13:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 1 Lehrveranstaltung

Dozent: Herr Manfred Schönherr | Kursentgelt: 20,- € | Bemerkung: Die eigene Sense kann mitgebracht werden. Bitte achten Sie auf einen gefahrlosen Transport.

## Foto-, Film-, Audio- und sonstige Medienpraxis

### Besser fotografieren

Lernen Sie Ihre Kamera beherrschen und nutzen Sie das ganze Potential!

Neben der Vermittlung theoretischer Grundkenntnisse und gestalterischer Schwerpunkte stehen praktische Übungen in der Handhabung Ihrer Kamera im Mittelpunkt. Sie erhalten wertvolle Tipps für die Aufnahme von Porträts, Landschaften, Gebäuden, Stilleben u. a. Sie trainieren Aufnahmen von bewegten Objekten, testen die Möglichkeiten von Nahaufnahmen und üben die Nutzung der Kamera in Innenräumen...

#### Kurs-Nr. **224F2B00**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **16.04.2024** | Kurszeit: 18:30 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 13,3 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Andreas Stopp | Kursentgelt: 42,66 €

**Sie können  
leider nicht am  
gebuchten  
Kurs teilnehmen?  
Dann müssen Sie eine  
schriftliche Kündigung  
an die VHS  
schicken.**



## Fotografieren – Grundlagen Spiegelreflex- und Systemkameras

Lernen Sie Ihre Kamera beherrschen und nutzen Sie das ganze Potential!

Neben der Vermittlung theoretischer Grundkenntnisse und gestalterischer Schwerpunkte stehen praktische Übungen in der Handhabung Ihrer Kamera im Mittelpunkt. Sie erhalten wertvolle Tipps für die Aufnahme von Porträts, Landschaften, Gebäuden, Stilleben u. a. Sie trainieren Aufnahmen von bewegten Objekten, testen die Möglichkeiten von Nahaufnahmen und üben die Nutzung der Kamera in Innenräumen...

### Kurs-Nr. 524F2B01

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 310**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **16.04.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 50,- €

## Fotografieren statt Knipsen

Der Grundkurs für Einsteiger richtet sich an Hobbyfotografen, die eine digitale Spiegelreflexkamera, eine Bridgekamera oder eine Systemkamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten besitzen und noch keine oder wenig Erfahrung mit der Fotografie haben.

Die heutige Fototechnik ist inzwischen sehr ausgereift und die aktuellen Modelle qualitativ auf einem sehr hohen Niveau. Das Fotografieren mit einer Kamera mit manuellen Einstellungen bringt der Kreativität und Bildqualität sehr viele Möglichkeiten. Die Einstellmöglichkeiten dieser Kameras sind sehr vielfältig und für den Einsteiger oft sehr unübersichtlich.

In diesem Kurs werden die Grundlagen der Fotografie, wie z.B. das Zusammenspiel von ISO, Blende und Belichtungszeit, was es mit der Brennweite auf sich hat und wie sie eingesetzt wird und viel nützliches Hintergrundwissen erklärt und mit den Kursteilnehmern praktisch umgesetzt.

### Kurs-Nr. 124F2B01

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **12.04.2024** | Kurszeit: 18:00 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Kristian Hahn | Kursentgelt: 45,60 €

## Musikalische Praxis

### Gitarre – Grundkurs

Der Kurs richtet sich an Anfänger, die keine Vorkenntnisse haben. Auch Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen können diesen Kurs besuchen.

### Kurs-Nr. 324F2D01

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 206**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **18.03.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Alejandro Ramirez Paez | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Bitte Gitarre und Schreibzeug mitbringen.

**SCHNELL UND  
KOMFORTABEL  
ANMELDEN:**

**www.vhs-  
erzgebirgskreis.de**



## Mundharmonika für Anfängerinnen und Anfänger – Online

Spielen(d) lernen ohne Noten- und Theoriekenntnisse.

Gelehrt wird das Spielen der Bluesharp/Mundharmonika, welche häufig im Blues, Pop, Rock, Country und in der Volksmusik gespielt wird. Klein, vielfältig einsetzbar und oft unterschätzt. Ein vollwertiges Instrument für die Hosentasche.

Am ersten Tag lernen Sie Wissenwertes zur Entwicklung der Bluesharp und Grundtechniken wie das Halten des Instruments, das „richtige“ Atmen und das Einzeltonspielen kennen. Außerdem wird Ihnen gezeigt wie Sie die Töne ohne Noten aufschreiben können. Ziel ist hier das Spielen der Tonleiter in der zweiten Oktave. Am zweiten Tag wird das „Bending“ erklärt und geübt. Abschließend wird gemeinsam die Tonleiter in der ersten Oktave aufgeschrieben, welche Sie dann bis zum nächsten Termin üben können. An den weiteren Tagen lernen Sie das Bluesschema und weitere Spieltechniken kennen.

**Mitzubringen:** eine diatonische Richter-Mundharmonika in „C“, auch Bluesharp genannt. Dabei handelt es sich um eine diatonische Mundharmonika in „Richterstimmung“, die über zehn Kanzellen/Blasöffnungen verfügt. z.B. von „Seydel“.

### Kurs-Nr. 224F2D01

Kursort: **Online-Seminar**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.04.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Kay Steffens

Kursentgelt: 29,84 € | Bemerkung: diatonische Richter-Mundharmonika in „C“

## Mundharmonika-Crashkurs

Der Mundharmonika-Crashkurs für Anfängerinnen und Anfänger, die herausfinden möchten, ob man in 3 Stunden ein Instrument erlernen kann.

Der Kurs vermittelt praktische und theoretische Grundlagen für das Spielen der Mundharmonika als Begleit- und Soloinstrument, vorrangig im Bereich Blues und Folk. Notenkenntnisse und instrumentale Erfahrungen sind nicht notwendig. Im Kurs kann eine Mundharmonika für maximal 15 Euro erworben werden.

### Kurs-Nr. 224F2D02

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **09.03.2024** | Kurszeit: 10:00 - 13:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Sven Enger | Kursentgelt: 39,90 €

## ANSPRECHPARTNER DER VHS

Beate Kaden



Annett Keck



# GESUNDHEIT



### **VHS macht gesünder!**

Das belegt eine bundesweite Studie des Universitätskrankenhauses Eppendorf zur Wirksamkeit von Entspannungskursen an Volkshochschulen. Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden ... all das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.

Der Hirnforscher Gerald Hüther ist überzeugt, dass „Begeisterung Dünger für das Gehirn“ ist, und weist in seinen Schriften immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen berücksichtigen seit langem diese Erkenntnis: hier werden Sachinformation und Lernen mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte ... wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.





## Entspannung | Stressbewältigung

### (M)ein Ausflug in die Achtsamkeit

Sie sind gestresst vom Alltag und suchen nach ein bisschen Ruhe? Dann herzlich willkommen in Ihrer kleinen Oase der Achtsamkeit. Durch verschiedene, ganz unkomplizierte Atem- und Bewegungsübungen gelangen Sie zu ihrer inneren Ruhe und Gelassenheit. Zudem werden wir ein bisschen in die Welt der (Selbst-) Hypnose schnuppern. Lauschen Sie dabei den sanften Klängen der Klangschalen und begeben sich auf eine Reise zu Ihrem Geist.

#### Kurs-Nr. **224F3163**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **13.03.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Nancy Bauer | Kursentgelt: 15,20 €

#### Kurs-Nr. **224F3164**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.04.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Nancy Bauer | Kursentgelt: 15,20 €

#### Kurs-Nr. **224F3165**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **15.05.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Nancy Bauer | Kursentgelt: 15,20 €

#### Kurs-Nr. **224F3166**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **05.06.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Nancy Bauer | Kursentgelt: 15,20 €





## Autogenes Training

Stress im Beruf und Alltag. Die Familie soll nicht zu kurz kommen. Sie hetzen von Termin zu Termin. Kennen Sie das auch?

Die Welt ist schnelllebig und hektisch geworden. Immer muss und will man sein Bestes geben. Meistens kommt man dabei selbst zu kurz. Oft sind Unausgeglichenheit, Gereiztheit, Schlaflosigkeit und Angespanntheit die Folgen. Dies kann bis zum Ausgebranntsein führen.

Wenn Sie diesem Zustand entgegenwirken oder ihm vorbeugen möchten, ist das Autogene Training die richtige Entspannungsmethode für Sie. Sie erlernen Techniken zur Stressbewältigung, um (wieder) zur inneren Ruhe zurückzufinden und entspannter mit verschiedenen Stresssituationen umzugehen.

### Kurs-Nr. 324F3161

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 335**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **04.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 9 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Annekatrin Groß | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen!

### Kurs-Nr. 224F3161

Kursort: **Aue, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **05.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 9 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Annekatrin Groß | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen!

### Kurs-Nr. 424F3163

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Yogaraum**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **06.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 9 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Annekatrin Groß | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen!

## Autogenes Training – eine Anleitung zur Entspannung

In diesem Kurs erlernen Sie die Grundtechniken des Autogenen Trainings (AT), was es Ihnen ermöglicht, in Stresssituationen gezielt zu entspannen, in kurzer Zeit zu mehr Ruhe und Gelassenheit zu finden, zu starke Emotionen (z. B. Aufregung, Ärger, Aggressionen) besser zu regulieren, die Konzentrationsfähigkeit zu fördern oder auch besser ein- und durchzuschlafen.

### Kurs-Nr. 524F3160

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 402**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **15.01.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Bettina Hofmann | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Bitte warme Socken, großes Handtuch/Badetuch, kleine Decke, bequeme Kleidung, ein Getränk mitbringen.



## Hatha Yoga

Ausgewählte Übungen dehnen und kräftigen schonend die Muskulatur und stärken das Herz-Kreislauf-System. Spezielle Atem- und Entspannungsübungen verbessern die Fähigkeit zur Stressbewältigung im Alltag, fördern das Konzentrationsvermögen und wirken sich positiv auf Körperwahrnehmung und Empfindung aus. Yoga in der angebotenen Form hat nichts mit „Körperverrenkung“ oder „esoterischer Abgehobenheit“ zu tun, sondern ist eine unseren wesentlichen Lebensverhältnissen angepasste und moderne Form zur Gesundheitspflege.

### Kurs-Nr. 124F3120

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **08.01.2024** | Kurszeit: 15:15 - 16:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Lutz Zetzsche

Kursentgelt: 110,- € | Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Wolldecke

### Kurs-Nr. 124F3121

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **08.01.2024** | Kurszeit: 17:15 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Lutz Zetzsche

Kursentgelt: 110,- € | Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Wolldecke

### Kurs-Nr. 124F3122

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **08.01.2024** | Kurszeit: 19:15 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Lutz Zetzsche

Kursentgelt: 110,- € | Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Wolldecke

### Kurs-Nr. 124F3125

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.01.2024** | Kurszeit: 17:15 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Lutz Zetzsche

Kursentgelt: 110,- € | Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Wolldecke

### Kurs-Nr. 124F3126

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.01.2024** | Kurszeit: 19:15 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Lutz Zetzsche

Kursentgelt: 110,- € | Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Wolldecke

### Kurs-Nr. 124F3128

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **12.01.2024** | Kurszeit: 17:15 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Lutz Zetzsche

Kursentgelt: 110,- € | Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Wolldecke

### Kurs-Nr. 124F3129

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **12.01.2024** | Kurszeit: 19:15 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Lutz Zetzsche

Kursentgelt: 110,- € | Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Wolldecke



### Kurs-Nr. 424F3101

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Yogaraum**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Margitta Hähle | Kursentgelt: 108,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.

### Kurs-Nr. 424F3102

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Yogaraum**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Margitta Hähle | Kursentgelt: 108,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.

### Kurs-Nr. 424F3103

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Yogaraum**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Margitta Hähle | Kursentgelt: 108,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.

### Kurs-Nr. 424F3104

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Yogaraum**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Margitta Hähle | Kursentgelt: 108,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.

### Kurs-Nr. 524F3106

Kursort: **Zschopau, Volkshochschule, Johannisstraße 58A, Zimmer 403**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **29.01.2024** | Kurszeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

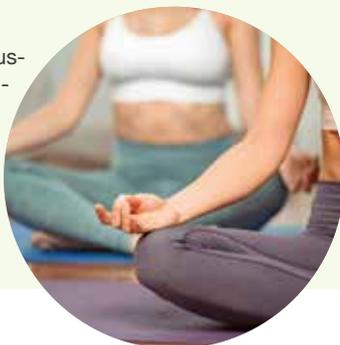
Dozent: Frau Christin Meyer | Kursentgelt: 132,- €

Bemerkung: Bitte bequeme Kleidung, eventuell Anti-Rutsch-Socken/warme Socken, ein kleine Decke mitbringen.



## Hatha Yoga (Anfänger)

Ausgewählte Übungen dehnen und kräftigen schonend die Muskulatur und stärken das Herz-Kreislauf-System. Spezielle Atem- und Entspannungsübungen verbessern die Fähigkeit zur Stressbewältigung im Alltag, fördern das Konzentrationsvermögen und wirken sich positiv auf Körperwahrnehmung und Empfindung aus. Yoga in der angebotenen Form hat nichts mit „Körperverrenkung“ oder „esoterischer Abgehobenheit“ zu tun, sondern ist eine unseren wesentlichen Lebensverhältnissen angepasste und moderne Form zur Gesundheitspflege.



### Kurs-Nr. 124F31000

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.01.2024** | Kurszeit: 15:15 - 16:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetzsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

## Hatha Yoga

Ausgewählte Übungen dehnen und kräftigen schonend die Muskulatur und stärken das Herz-Kreislauf-System. Spezielle Atem- und Entspannungsübungen verbessern die Fähigkeit zur Stressbewältigung im Alltag, fördern das Konzentrationsvermögen. In diesem - seit Jahren quartalsweise fortführenden - Kurs werden Ihre im Anfänger- und Aufbaukurs praktizierten Übungselemente des Yoga, durch ständig neue Elemente und Übungskombinationen ergänzt und erweitert. (Einstieg für Interessierte in den laufenden Kurs jederzeit nach Voranmeldung möglich)

### Kurs-Nr. 124F3123M

Kursort: **Marienberg, Lebenshilfwerk ME e.V., Industriestraße 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **09.01.2024** | Kurszeit: 17:15 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetzsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

### Kurs-Nr. 124F3127M

Kursort: **Marienberg, Lebenshilfwerk ME e.V., Industriestraße 1**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.01.2024** | Kurszeit: 17:15 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetzsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

### Kurs-Nr. 124F3124M

Kursort: **Marienberg, Lebenshilfwerk ME e.V., Industriestraße 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **09.01.2024** | Kurszeit: 19:15 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetzsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke



## Hatha Yoga für Fortgeschrittene oder Wiedereinsteiger

Ausgewählte Übungen dehnen und kräftigen schonend die Muskulatur und stärken das Herz-Kreislauf-System. Spezielle Atem- und Entspannungsübungen verbessern die Fähigkeit zur Stressbewältigung im Alltag, fördern das Konzentrationsvermögen und wirken sich positiv auf Körperwahrnehmung und Empfindung aus.

### Kurs-Nr. 324F3104

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 001**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **22.01.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Eckhard Bronsch | Kursentgelt: 91,20 €

Bemerkung: Bitte zum Kurs bequeme Kleidung und warme Socken sowie eine Decke oder ein großes Handtuch mitbringen!

### Kurs-Nr. 324F3105

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 001**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **22.01.2024** | Kurszeit: 19:45 - 21:15 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Eckhard Bronsch | Kursentgelt: 91,20 €

Bemerkung: Bitte zum Kurs bequeme Kleidung und warme Socken sowie eine Decke oder ein großes Handtuch mitbringen!

### Kurs-Nr. 324F3106

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 001**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **25.01.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Eckhard Bronsch | Kursentgelt: 91,20 €

Bemerkung: Bitte zum Kurs bequeme Kleidung und warme Socken sowie eine Decke oder ein großes Handtuch mitbringen!

### Kurs-Nr. 324F3107

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 001**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **25.01.2024** | Kurszeit: 19:45 - 21:15 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Eckhard Bronsch | Kursentgelt: 91,20 €

Bemerkung: Bitte zum Kurs bequeme Kleidung und warme Socken sowie eine Decke oder ein großes Handtuch mitbringen!





## Kundalini-Yoga

Kundalini-Yoga ist eine Yogaart, die viele bewegte Übungen enthält. Die Übungsreihen sind auf die zehn wichtigsten Organsysteme angelegt. Eine Yogastunde beginnt mit der Einstimmung und der Erwärmung, danach folgt die Übungsreihe, eine Entspannung und zum Schluss die Meditation.

### Kurs-Nr. 224F3103

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 1**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.01.2024** | Kurszeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kerstin Holtfreter | Kursentgelt: 76,- €

### Kurs-Nr. 224F3104

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 1**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.01.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kerstin Holtfreter | Kursentgelt: 76,- €

**SCHNELL UND  
KOMFORTABEL  
ANMELDEN:**

**www.vhs-  
erzgebirgskreis.de**





## Mit Atemtechniken zu einem leichteren Alltag

„Je freier man atmet, desto mehr lebt man“ Theodor Fontane

Unsere Atmung ist das kraftvollste und eines der einfachsten Werkzeuge für mehr Wohlbefinden und Gesundheit. Die bewusste Arbeit mit dem Atem ermöglicht eine nachhaltige Verbesserung unserer Lebensqualität.

Sie möchten Ihre Atmung bewusst erleben und zu mehr innerem Gleichgewicht finden? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Neben praktischen Übungen zur Atemregulierung erhalten alle Teilnehmenden ebenfalls eine Reihe von theoretischen Hintergrundinformationen über Zusammenhänge zwischen Atmung, körperlicher Gesundheit und seelischem Wohlbefinden.

### Warum ist die Arbeit mit unserer Atmung so wichtig?

- stärkt das Immunsystem und entgiftet unseren Körper
- erhöht körperliche Energie, Ausdauer und Leistungsfähigkeit
- fördert Stressabbau und mentale Klarheit
- unterstützt Bewältigung von Angst, Depressionen und emotionalen Blockaden

### Kurs-Nr. 124F3180

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **16.01.2024** | Kurszeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Susann Ihle | Kursentgelt: 85,- €

Bemerkung: Anmeldungen sind jederzeit möglich - Kurs startet bei ausreichender Teilnehmerzahl!

### Kurs-Nr. 124F3181

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **17.01.2024** | Kurszeit: 09:30 - 11:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Susann Ihle | Kursentgelt: 85,- €

Bemerkung: Anmeldungen sind jederzeit möglich - Kurs startet bei ausreichender Teilnehmerzahl!



## Progressive Muskelentspannung

Die Muskelentspannung ist ein leicht erlernbares Verfahren, das durch aktive Anspannung und Entspannung der Muskulatur zu einer tiefen Entspannung führt.

Sie gelangen zu einer bewussteren Körperwahrnehmung, können Stress-Situationen entgegenwirken und so ein körperliches und psychisches Gleichgewicht erhalten.

### Kurs-Nr. 324F3162

Kursort: **Annaberg-B., Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 335**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **04.03.2024** | Kurszeit: 18:15 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 9 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Annekatriin Groß | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Bitte warme, bequeme Kleidung, Socken, Handtuch mitbringen!

### Kurs-Nr. 224F3162

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Str. 28, Sportraum 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **05.03.2024** | Kurszeit: 18:15 - 19:15 Uhr

w: 12 Unterrichtseinheiten | 9 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Annekatriin Groß | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Bitte warme, bequeme Kleidung, Socken, Handtuch mitbringen!

### Kurs-Nr. 424F3164

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Yogaraum**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **06.03.2024** | Kurszeit: 18:15 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 9 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Annekatriin Groß | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Bitte warme, bequeme Kleidung, Socken, Handtuch mitbringen!

## Qi Gong

Die Teilnehmenden lernen eine der ältesten Qi Gong-Reihen kennen. Die Bewegungen sind leicht zu erlernen und wirken insbesondere auf die Muskulatur und das Skelett einschließlich der Wirbelsäule. Regelmäßiges, korrektes Üben fördert u.a. die Stabilität sowie die Beweglichkeit und kann Fehlhaltungen der Wirbelsäule korrigieren.

### Kurs-Nr. 424F3182

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Yogaraum**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **15.04.2024** | Kurszeit: 15:45 - 17:15 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Brigitte Ebert | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen.

Der Kurs ist auch für Seniorinnen und Senioren gut geeignet.





## Bewegung | Fitness

### Aqua-Fitness (Bewegungstraining im Wasser)

Gezieltes Bewegungstraining im Wasser, abgestimmt auf die Individualanforderungen der Teilnehmer zur Erhaltung der körperlichen Fitness des Einzelnen.

**Kurs-Nr. 124F3225**

Kursort: **Olbernhau, Schwimmhalle, Brandauer Straße 16**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **29.01.2024** | Kurszeit: 16:00 - 17:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Physiotherapie Thierfelder Praxisteam | Kursentgelt: 146,- €

### Herz-aktiv (Indoor-Ausdauertraining für Herz & Kreislauf)

In diesem Kurs werden Elemente des Trainings zur gezielten Stärkung des Herz-Kreislaufsystems erlernt. Sie erhalten Kenntnisse zur Vermeidung von Überbelastungen Ihres Körpers und steigern unter Anleitung schrittweise Ihre individuelle Leistungsfähigkeit durch gezielte Belastungsübungen. In diesem Kurs werden Sie unter Anleitung einer erfahrenen Physiotherapeutin an Ihre individuelle Belastungsgrenze geführt. Damit gelingt es Ihnen, Ihren Stoffwechsel zur optimalen Fettverbrennung („Fatburning“) in Schwung zu bringen. Auf individuellen Antrag wird der Kurs von Krankenkassen gefördert!

**Kurs-Nr. 124F3240**

Kursort: **Olbernhau, Goethe-Turnhalle, Goethestraße 3, Bewegungsraum**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.01.2024** | Kurszeit: 19:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stephanie Methusalem | Kursentgelt: 132,- €

**Sie können  
leider nicht am  
gebuchten  
Kurs teilnehmen?  
Dann müssen Sie eine  
schriftliche Kündigung  
an die VHS  
schicken.**





## Bauch-Beine-Po Workout

Gezielte Ausgleichsgymnastik mit Kräftigungsübungen für alle Problemzonen des Körpers wie Po, Rücken und Arme, geeignet für alle, die Spaß am Bewegen haben, ob Jung oder Alt, ob Frau oder Mann, auch für sportliche Einsteiger.

### Kurs-Nr. 224F3207

Kursort: **Aue, Turnhalle „E.-Kästner-Schule“, R.-Luxemburg-Straße**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.01.2024** | Kurszeit: 19:30 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 23 Unterrichtseinheiten | 17 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Cornelia Müller | Kursentgelt: 87,40 €

Bemerkung: Bitte Turnschuhe, eine Gymnastikmatte, Handtuch, Theraband und bequeme Kleidung mitbringen.

## Body Styling Mix

Zu motivierender Musik erlernst du in diesem Kurs verschiedene Schrittkombinationen, vor allem am und um das Step-Brett. Bei Spaß und Bewegung bringst du dein Herz-Kreislauf-System in Schwung. Mit verschiedenen Kräftigungsübungen werden sämtliche Muskelgruppen des Körpers trainiert und sorgen für Gewebestraffung. Gelegentlich wird eine Intervall-Stunde oder auch Circle-Training im Kurs angeboten. Dies sorgt für eine gelungene Abwechslung und steigert dein Fitnesslevel. Mit Stretching und Entspannung endet jede Kurseinheit und sorgt für dein persönliches Wohlbefinden.

### Kurs-Nr. 524F3234

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 402**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **09.01.2024** | Kurszeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Simone Fleischer | Kursentgelt: 91,20 €





## BodyBalancePilates (R)

Pilates ist eine ganzheitliche Trainingsmethode, die durch Aktivierung, Stabilisierung und Dehnung vor allem der Tiefenmuskulatur den Körper von innen her aufbaut. Der gesamte Körper wird vitalisiert, stark und geschmeidig. Die Wirbelsäule wird aufgerichtet, flexibilisiert und der Rücken gekräftigt. Pilates-Training kann altersunabhängig von jedem durchgeführt werden.

### Kurs-Nr. 424F3212

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Yogaraum**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.02.2024** | Kurszeit: 17:30 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 13,3 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Anne Baberske | Kursentgelt: 66,65 €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.

## Body-Fit – Das Ganzkörper Workout

Fitness-Bewegungstraining in Kombination mit lateinamerikanischen Tanzschritten – feurige, lateinamerikanische Rhythmen und Ganzkörperbewegungen mit heißen Tanzschritten (Salsa, Samba, Calypso etc.), erfassen Ihren Körper von Kopf bis Fuß – ohne dass Sie das Gefühl eines intensiven Trainings verspüren. Lassen Sie sich von dem einmaligen und anregenden Takt der Musik infizieren und genießen Sie die pausenlosen Hüftschwünge, Schulterbewegungen und die fantastische Fußarbeit. Ihr Taillenumfang wird reduziert, Ihre Hüften, der Po und die Oberschenkel gleichzeitig geformt. Mit gezielt eingebauten Aerobic-Einlagen erhält der Kurs zusätzliche Powerelemente. (Achtung: entsprechend des Kurskonzeptes ist der Einstieg in einen laufenden Kurs jederzeit möglich)

### Kurs-Nr. 124F3270

Kursort: **Olbernhau, Goethe-Turnhalle, Goethestraße 3, Gymnastikraum**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **16.01.2024** | Kurszeit: 18:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Mandy Walther | Kursentgelt: 66,- €

**Melden Sie sich  
vor Kursbeginn an,  
so verpassen Sie  
kein Wissen!  
Buchen Sie noch heute  
Ihren Platz und  
sichern Sie sich  
den Kurs.**





## Body-Style

In diesem Kurs erlernen Sie ein Ganzkörpertraining für straffe Arme und Beine, feste Pomuskeln und einen flachen Bauch. Das Bodystyling erhöht den Anteil der Muskelmasse (im Verhältnis zu Fett und Wasser) im Körper. Das steigert den Kalorienverbrauch, das Abnehmen fällt leichter und es tritt eine spürbare Verbesserung der körperlichen Fitness ein.

### Kurs-Nr. 424F3231

Kursort: **Stollberg, Gymnasium, Parkstr. 8, Dreifeldhalle, Hallenschiff 2**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **01.02.2024** | Kurszeit: 19:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Sylke Frünke | Kursentgelt: 76,- €

Bemerkung: Bitte Turnschuhe und bequeme Kleidung tragen und Ihre eigene Matte mitbringen.

## Body-Workout

Der Kurs beinhaltet ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit Elementen aus dem Aerobic-Bereich. Bei leichten Choreographie- und Belastungsübungen kommen auch Kleingeräte (z.B. Hanteln) zum Einsatz. Ziel ist es, den gesamten Körper zu straffen sowie Haltung und Koordination zu verbessern. Dabei werden die Muskeln von Nacken, Schultern, Armen, Rücken, Bauch, Po und Beinen trainiert. Jede Kurseinheit endet mit Dehnungsübungen zu den beanspruchten Muskelpartien. Die Übungen sind leicht nachvollziehbar und dienen der Verbesserung der persönlichen Kondition des Teilnehmers. Zur rhythmischen Umsetzung der Bewegungen werden die Übungen unter Einsatz von Musik ausgeführt. Dieses Ganzkörpertraining ist sowohl für Einsteiger und Geübte gleichermaßen geeignet und macht durch den zu den Übungen jeweils passend ausgesuchten Musikeinsatz auch jede Menge Spaß.

**Achtung:** entsprechend des Kurskonzeptes ist der Einstieg in einen laufenden Kurs jederzeit möglich

### Kurs-Nr. 124F3275

Kursort: **Olbernhau, Goethe-Turnhalle, Goethestraße 3, Bewegungsraum**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.01.2024** | Kurszeit: 18:15 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kathrin Freyer | Kursentgelt: 66,- €





## Fit für den Alltag – Herz-Kreislauf-Training

### Ziele:

- Schulung der sportlichen Fähigkeiten: Ausdauer, Kraft, Koordination, Beweglichkeit und Schnelligkeit
- Stressbewältigung
- Steigerung der Alltagsbelastbarkeit
- Haltungsprävention und -verbesserung

### Inhalte:

Kombinationen aus: Herz- Kreislauftraining, Bewegungsförderung durch Nordic Walking, Haltungsschulung, Kraft- und Ausdauertraining, Beweglichkeitstraining, Koordinationstraining, Dehntechniken

### Kurs-Nr. 224F3240

Kursort: **Schwarzenberg, Turnhalle BSZ, Steinweg 10 (Am Hofgarten)**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.02.2024** | Kurszeit: 18:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Diana Kovács | Kursentgelt: 75,- €

Zielgruppe: Alle, die sich etwas Gutes tun wollen, egal ob Frau oder Mann.

### Kurs-Nr. 224F3241

Kursort: **Eibenstock, Oberschule“Glück auf“, Turnhalle, Schulstraße 1**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Diana Kovács | Kursentgelt: 75,- € | Bemerkung: Eigene Matte bitte mitbringen

Zielgruppe: Alle, die sich etwas Gutes tun wollen, egal ob Frau oder Mann.

## „Fit ins/im Alter“ (Senioren-Gymnastik)

Sie finden in diesem Kurs Anschluss an eine bestehende Gymnastikgruppe von Senioren. Der Kurs zielt darauf ab, einfache Bewegungsübungen, entsprechend Ihrer persönlichen Anforderungen, entweder mit oder ohne die Zuhilfenahme von ausgewählten Gymnastikgeräten oder -hilfsmitteln auszuführen. Mit diesen Übungen kann sowohl einer Muskulaturrückbildung entgegengewirkt, als auch Ihr Herz- Kreislauf-System in Schwung gehalten werden.

### Kurs-Nr. 124F3260

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **15.01.2024** | Kurszeit: 10:00 - 11:00 Uhr

Kursdauer: 13,3 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Physiotherapie Thierfelder Praxisteam | Kursentgelt: 110,- €



## Fit mit Freude bis ins hohe Alter

Der Kurs ist für jeden geeignet, der Spaß an Bewegung hat und gern mit anderen Menschen zusammen ist.

### Ziele:

- körperliche Fitness erhalten
- Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems
- Stärkung der Gelenke, Sehnen, Knochen und Muskulatur (Vorbeugung von Unfällen)
- Verbesserung der Beweglichkeit
- Verbesserung der Koordination und des Gleichgewichts (Förderung des Gedächtnisses)

### Womit:

Musik aus alten Zeiten, Übungsreihen/ Körperübungen, Kleingeräte wie Bänder, Kleingewichte, Stühle, Bälle, Atemübungen, Entspannungsübungen, mit allen Sinnen

### Nebenbei:

Kontakte knüpfen und Austausch, Lebensfreude und Selbstvertrauen, jede Menge Spaß

### Kurs-Nr. 124F3295

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **18.01.2024** | Kurszeit: 15:30 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Mandy Walther | Kursentgelt: 66,- €

## Herz-aktiv (Indoor-Ausdauertraining für Herz & Kreislauf)

In diesem Kurs werden Elemente des Trainings zur gezielten Stärkung des Herz-Kreislaufsystems erlernt. Sie erhalten Kenntnisse zur Vermeidung von Überbelastungen Ihres Körpers und steigern unter Anleitung schrittweise Ihre individuelle Leistungsfähigkeit durch gezielte Belastungsübungen. ( !!! Achtung: jeweils mittwochs Auskünfte zu aktuellen Terminen unter 037361/4451 erhältlich !!! )

### Kurs-Nr. 124F3235

Kursort: **Heidersdorf, Turnhalle, Olbernhauer Straße 7**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.01.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Physiotherapie Thierfelder Praxisteam | Kursentgelt: 120,- €





## Hip Hop

Ihr seid tanzbegeistert und möchtet euch gern bewegen?

Dann seid ihr in unserem Kurs genau richtig!

Unser Hip Hop Kurs für Kinder bietet euch die Möglichkeit, coole Moves zu lernen und dabei eine Menge Spaß zu haben. Ihr werdet speziell auf euer Alter abgestimmte Choreografien einstudieren und eure Koordination, Musikalität und Kondition verbessern. Aber das ist noch nicht alles! Beim Tanzen in der Gruppe stärkt ihr auch euer Selbstbewusstsein durch positive Gruppenerlebnisse.

Ihr könnt jederzeit in unseren Kurs einsteigen und sogar eine „Schnupperstunde“ nehmen, um zu sehen, ob es euch gefällt. Also, worauf wartet ihr? Kommt vorbei und zeigt uns eure Moves! Wir freuen uns auf euch!

### Kurs-Nr. 524F3224

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 402**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **18.01.2024** | Kurszeit: 16:00 - 16:45 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen | Dozent: Firma Tanzschule Riedel

Kursentgelt: 80,- € | Bemerkung: für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahre

### Kurs-Nr. 524F3223

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 402**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **18.01.2024** | Kurszeit: 15:00 - 15:45 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen | Dozent: Firma Tanzschule Riedel

Kursentgelt: 80,- € | Bemerkung: für Kinder von 6 – 9 Jahre



## Junge Familie – Baby aktiv

Ihr Baby befindet sich im Alter von ca. 5-18 Monaten. Sie möchten, dass sich Ihr Baby durch aktive Bewegung am Boden und im Wasser weiterhin gesund entwickelt. Sie als Betreuungsperson Ihres Kindes erhalten in diesem Kurs unter Anleitung einer erfahrenen Kursleiterin viele nützliche Hinweise und Anregungen für die individuelle Beschäftigung mit Ihrem Kind zur gezielten Herausbildung von Bewegungsgewohnheiten, welche unter anderem auch zur familiären Stressbewältigung beitragen werden.

Der Kurs wird **7 x dienstags | 13:30-14:30 Uhr** in der Schwimmhalle-Olbernhau und **3 x mittwochs 9:30-11:00 Uhr** in der VHS-Olbernhau durchgeführt.

**Kurs-Nr. 124F3250**

Kursort: **Olbernhau, Schwimmhalle, Brandauer Str. 16**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **16.01.2024** | Kurszeit: 13:30 - 14:45 Uhr

Kursdauer: 16,7 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Frau Kerstin Gogulski | Kursentgelt: 150,- €

## BabySteps® für junge Eltern mit Baby

BabySteps® ist „mehr als nur ein Babykurs“! Der Kurs beruht auf einem bindungsorientierten Konzept für die Gruppenarbeit mit Eltern und ihren Säuglingen ab den ersten Lebenswochen. Die BabySteps®-Kursleiterinnen sind speziell auf den Gebieten Eltern-Kind-Bindung; Stillen/Fläschchen; Schlafen; Tragen; Beikost; Kommunikation und Babymassage geschult, um den Eltern fundierte Antworten auf ihre vielfältigen Fragen geben zu können. BabySteps® legt mit seinen Kursinhalten großen Wert auf eine undogmatische Sensibilisierung in diesen Themengebieten. Gleichzeitig wird der Säugling in seiner individuellen Entwicklung durch verschiedene begleitende Sing- und Spielangebote innerhalb der Gruppe unterstützt. Der Fokus bei BabySteps® liegt auf der seelischen und motorischen Entwicklung der Babys und dient der Stressprävention bei den Eltern.

**Kurs-Nr. 124F3255**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **18.01.2024** | Kurszeit: 10:30 - 11:30 Uhr

Kursdauer: 13,3 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Stephanie Methusalem  
Kursentgelt: 125,- €

**Sie können  
leider nicht am  
gebuchten  
Kurs teilnehmen?  
Dann müssen Sie eine  
schriftliche Kündigung  
an die VHS  
schicken.**





## Leichtigkeit im Sein – Energiefluss durch leichte Bewegung

Du hast Lust etwas für dich zu tun, willst aber nicht ins Fitness-Studio? Du willst dich gezielt bewegen ohne große Anstrengung oder Power? Du fühlst, dass du mal wieder starten solltest, etwas Gutes für Leib und Seele zu tun? Entspannen? Runterfahren? Entschleunigen? Dann könnte das hier etwas für dich sein! In diesem Bewegungskurs für Jung und Alt findest du eine Auszeit für dich. Leichte Übungen schulen die Konzentration, die Merkfähigkeit, sie verbessern die Selbstwahrnehmung, fördern den Gleichgewichtssinn sowie die Beweglichkeit.

### Kurs-Nr. 124F3205

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **16.01.2024** | Kurszeit: 18:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Claudia Plutzkat | Kursentgelt: 66,- €

Bemerkung: bequeme Kleidung, (dicke) Socken oder Schuhe mit dünner Sohle.

Anmeldungen sind jederzeit möglich - Kurs startet bei ausreichender Teilnehmerzahl!

## „Me-Time“ – einfach mal bewusst Zeit für DICH

Oft sind wir im Alltag mit Arbeit, Pflichten, Haushalt, Terminen und Familie im Dauerstress - am Ende fehlt Zeit und Energie für uns selbst. Lass dich in diesem Kurs mit 7 Impulsen inspirieren, DIR SELBST wieder Aufmerksamkeit und Wertschätzung zu schenken. Durch Meditation, Natur-Inspiration, Spiel, Visionsarbeit, Bewegung, Impulsen zu Themen wie Weiblichkeit, Selbstliebe, Ziele, Wünsche und durch Kreativitätsangebote findest du allmählich wieder Zugang zu dir, zu deinen Werten, Sehnsüchten und Bedürfnissen.

### Kurs-Nr. 124F3200

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **18.01.2024**

Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr | Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 7 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Claudia Plutzkat | Kursentgelt: 66,- €

Bemerkung: Angebot für Frauen – ein Termin im Freien

Anmeldungen sind jederzeit möglich - Kurs startet bei ausreichender Teilnehmerzahl!



## Mit Erfolg wehren – Selbstverteidigungskurs für Frauen

Die Teilnehmerinnen lernen in 2 kompakten Veranstaltungen die Grundsätze der Selbstverteidigung kennen. Dabei sollen sie ihre eigenen körperlichen Möglichkeiten erkennen. Erfolgreich wehren beinhaltet neben dem Lösen von Hand- oder Körperumklammerung ebenfalls das gezielte Austeilen von Schlägen und Tritten gegen den Angreifer. Mit bereitgestellter Schutzausrüstung wird paarweise unter Kontakt geübt.

### Kurs-Nr. 324F3251

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 335**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **27.04.2024** | Kurszeit: 09:00 - 12:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Daniel Schwarz | Kursentgelt: 32,- €

Bemerkung: Der Kurs ist geeignet für Teilnehmerinnen von 14 bis 70 Jahren.

Bitte Trainingssachen mitbringen.

### Kurs-Nr. 224F3281

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 1**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **06.04.2024** | Kurszeit: 09:00 - 12:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Daniel Schwarz | Kursentgelt: 32,- €

Bemerkung: Der Kurs ist geeignet für Teilnehmerinnen von 14 bis 70 Jahren.

Bitte Trainingssachen mitbringen.

## Bewegungssteigerung durch Bellydance (Orientalischer Bauchtanz) – Modul 1

Der Bauchtanz ist ein uralter Tanz, ein Ausdruck von Körperkunst, der durch den Austausch kultureller Einflüsse zwischen den alten Zivilisationen der östlichen Region, dem Orient, entstanden ist. Er ist ein Tanz voller weiblicher, sinnlicher Ausdruckskraft, der von Frauen jeden Alters erlernt und praktiziert werden kann.

Die Hauptmerkmale des Bauchtanzes sind isolierte und koordinierte Bewegungen des Rumpfes und der Hüften zu den Klängen von Trommeln und Melodien orientalischer oder modernere Musik. Durch eine Kombination aus aufwändigen Bewegungen und dem Rhythmus des Musik verbindet es diejenigen mit ihrem Inneren und fördert so das Selbstwertgefühl und das Wohlbefinden. Der Kurs ist für Mädchen und Frauen ab 14 Jahren geeignet.

### Bauchtanz kann viele gesundheitliche Vorteile mit sich bringen, wie zum Beispiel:

- verbesserte Körperhaltung • erhöhte Flexibilität
- Stressreduzierung • verbessertes Selbstwertgefühl
- erhöhtes Selbstvertrauen • Entwicklung der motorischen Koordination

In diesem Modul werden die Teilnehmer ihr Körperbewusstsein stärken, fühlen und lernen, wie die Isolation vom Rumpf- und Hüftbewegung funktioniert, Rahmen und Körperhaltung für Arm- und Handbewegung erstellen. Sie erlernen dabei die Grundbewegungen des Bauchtanzes.

### Kurs-Nr. 124F3231

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Adriana Feltrin da Silva | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: bequeme Sportkleidung, Socken/Schuhe



## Bewegungssteigerung durch Bellydance (Orientalischer Bauchtanz) – Modul 2

In diesem Modul erlernen die Teilnehmer Variationen der im Modul erlernten Grundbewegungen durch kleine choreografische Sequenzen.

### Kurs-Nr. 124F3232

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **30.04.2024** | Kurszeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Adriana Feltrin da Silva | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: bequeme Sportkleidung, Socken/Schuhe, ein leichter Schal oder ein Tuch zum Binden um die Hüften in der Größe 2,50 x 1,20 m

## Bewegungssteigerung durch Bellydance (Orientalischer Bauchtanz) – Modul 3

Die Teilnehmer lernen, die Geschwindigkeit und die Intensität der Bewegungen entsprechend dem Rhythmus der Musik zu steuern. Neue Hüftbewegungen und deren Variationen werden erlernt und trainiert.

### Kurs-Nr. 124H3233

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **13.08.2024** | Kurszeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Adriana Feltrin da Silva | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: bequeme Sportkleidung, Socken/Schuhe, ein leichter Schal oder ein Tuch zum Binden um die Hüften in der Größe 2,50 x 1,20 m

## Bewegungssteigerung durch Bellydance (Orientalischer Bauchtanz) – Modul 4

Die Teilnehmer setzen einen Schal ein und erlernen die Schal-/Schleier-Grundbewegungen und Erarbeitung kleinerer, choreografischer Sequenzen.

### Kurs-Nr. 124H3234

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **22.10.2024** | Kurszeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Adriana Feltrin da Silva | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: bequeme Sportkleidung, Socken/Schuhe, ein leichter Schal oder ein Tuch zum Binden um die Hüften in der Größe 2,50 x 1,20 m





## SCHNELL UND KOMFORTABEL ANMELDEN:

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



### Orientalische Gymnastik – Grundkurs

Im Kurs lernen Sie das „Einmaleins“ der Schritte und Hüftbewegungen der Orientalischen Gymnastik. Der Unterricht umfasst Erwärmungs- und Dehnübungen, Isolations- und Koordinationsübungen, Basistechniken, kleine Schrittfolgen und Kombinationen. Wir achten besonders auf eine korrekte Haltung und beziehen auch Elemente aus Yoga und Meditation mit ein, damit Rückenschmerzen gar nicht erst aufkommen bzw. bekämpft werden. Trotz aller Anstrengung - der Spaß soll nicht zu kurz kommen!

#### Kurs-Nr. 224F3204

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **07.03.2024** | Kurszeit: 17:45 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 18 Unterrichtseinheiten | 13 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Angela Schoppe | Kursentgelt: 68,40 €

Bemerkung: Bitte bringen Sie Trainingskleidung, dicke Socken oder Gymnastikschuhe und ein Tuch oder einen Schal zur Betonung der Hüfte mit.

### Orientalische Gymnastik – Aufbaukurs

Im Kurs festigen und erlernen wir neue Schritte und Hüftbewegungen der Orientalischen Gymnastik. Der Unterricht umfasst Erwärmungs- und Dehnübungen, Isolations- und Koordinationsübungen, Basistechniken, kleine Schrittfolgen und Kombinationen. Wir achten besonders auf eine korrekte Haltung und beziehen auch Elemente aus Yoga und Meditation mit ein, damit Rückenschmerzen gar nicht erst aufkommen bzw. bekämpft werden. Trotz aller Anstrengung - der Spaß soll nicht zu kurz kommen!

#### Kurs-Nr. 224F3205

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Str. 28, Sportraum 1**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **07.03.2024** | Kurszeit: 19:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 18 Unterrichtseinheiten | 13 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Angela Schoppe | Kursentgelt: 64,60 €

Bemerkung: Bitte bringen Sie Trainingskleidung, dicke Socken oder Gymnastikturmschuhe und ein Tuch oder einen Schal zur Betonung der Hüfte mit.



## Orientalische Gymnastik für Kinder

### Orientalische Gymnastik für Kinder fördert auf spielerische Art und Weise:

- Umsetzung von Bewegungen zur Musik • Erlernen von Musik und Rhythmik
- Training von Grob- und Feinmotorik und Gedächtnis • soziales Verhalten in Gruppen
- Förderung der Gesundheit: Körperhaltung, Muskulatur, Herz-/Kreislaufsystem und natürlich Spaß an Bewegung und Musik

### Kurs-Nr. 224F3206

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 1**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **07.03.2024** | Kurszeit: 16:45 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Angela Schoppe | Kursentgelt: 15,- €

Bemerkung: Der Kurs eignet sich für Kinder von 6 bis 12 Jahren.

## Pilates

Das ästhetische Gymnastikprogramm verbindet in fließenden Bewegungsabläufen Übungen zur Kräftigung und Dehnung der gesamten Körpermuskulatur. Langsame Bewegungsabläufe verbessern Ihre Körperkontrolle, -beweglichkeit und -balance. Pilates ist eine ganzheitliche Trainingsmethode, die durch Aktivierung, Stabilisierung und Dehnung vor allem der Tiefenmuskulatur den Körper von innen her aufbaut. Der gesamte Körper wird vitalisiert, stark und geschmeidig.

### Kurs-Nr. 124F3215

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.01.2024** | Kurszeit: 17:15 - 18:15 Uhr

Kursdauer: 13,3 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stephanie Methusalem | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung, Gymnastikschuhe oder dicke Socken

### Kurs-Nr. 524F3211

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 406**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **07.02.2024** | Kurszeit: 16:45 - 17:45 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stephanie Methusalem | Kursentgelt: 110,- €

## Rücken-fit

Durch langes Sitzen, einseitige Belastungen oder falsche Haltung können Rückenschmerzen entstehen. Dieser Kurs soll dazu beitragen, dem entgegen zu steuern. Im ersten Teil werden gezielte Kräftigungsübungen für die Rumpfmuskulatur durchgeführt. Anschließend folgen Dehnungs- und Entspannungsübungen, um verkürzte Muskulatur zu lockern und ein besseres Körpergefühl zu bekommen. Dieser Kurs ist ein erster Schritt, etwas für die Gesundheit des Rückens zu tun.

### Kurs-Nr. 124F3210

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **09.01.2024** | Kurszeit: 19:30 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 10,7 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Alexandra Kolberg

Kursentgelt: 66,- € | Bemerkung: Die Kursteilnehmer sollten sich eine Matte als Unterlage mitbringen.



**Sie können  
leider nicht am  
gebuchten  
Kurs teilnehmen?  
Dann müssen Sie eine  
schriftliche Kündigung  
an die VHS  
schicken.**

## Rückhalt (neue Rückenschule nach KddR)

In diesem Kurs werden die Elemente des Trainings zur gezielten Stärkung der Rückenmuskulatur erlernt. Sie erhalten Kenntnisse zur Vermeidung von Fehlhaltungen sowie falschen Bewegungsabläufen im Alltagsgeschehen.

### **Kurs-Nr. 124F3220**

Kursort: **Deutscheinsiedel, Turnhalle, Neuhausener Straße 17**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.01.2024** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Physiotherapie Thierfelder Praxisteam | Kursentgelt: 120,- €

## Sport für Mäuse

Als Teilnehmer werden Kinder im Vorschulalter angesprochen und für sportliche Bewegungsübungen in spielerischer Art begeistert. (Achtung: entsprechend des Kurskonzeptes ist der Einstieg in einen laufenden Kurs jederzeit möglich)

### **Kurs-Nr. 124F3280**

Kursort: **Olbernhau, Goethe-Turnhalle, Goethestraße 3, Bewegungsraum**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **09.01.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Mandy Walther | Kursentgelt: 66,- €

## Stepp-Aerobic

Ein ideales Herz-Kreislauf-Training, welches auch die Fettverbrennung ankurbeln kann. Nachdem Sie die Grundschritte gelernt haben, gibt es zu jeder Stunde eine neue Choreografie. Die richtige sportliche Ausarbeitung für jeden, der sich gern zu mitreißender Musik bewegt. Günstig sind Aerobic-Vorkenntnisse.

### **Kurs-Nr. 224F3202**

Kursort: **Aue, Turnhalle „E.-Kästner-Schule“, R.-Luxemburg-Straße**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.01.2024** | Kurszeit: 18:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 23 Unterrichtseinheiten | 17 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Cornelia Müller

Kursentgelt: 87,40 € | Bemerkung: Bitte ein Steppbrett, Turnschuhe, eine Gymnastikmatte, Handtuch und bequeme Kleidung mitbringen.



## WOBBEL-Turnen für Kinder (im Alter 2-3 Jahre)

Hier bist Du ON BOARD! WOBBEL-Turnen ist eine tolle Kombination aus spielerischen Bewegungs- & Gleichgewichtsübungen, Koordinationsspielen, fantastischen Fantasiewelten, Qualitytime mit Deiner Begleitperson und vielem Wobbeltastischen mehr. Alles auf und mit dem original „Wobbelboard“ in kleinen Gruppen.

### Kurs-Nr. 124F3285

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **16.01.2024** | Kurszeit: 15:15 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 5 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stephanie Methusalem | Kursentgelt: 50,- €

## WOBBEL-Turnen (für Kinder im Alter 4-6 Jahre)

Hier bist Du ON BOARD! WOBBEL-Turnen ist eine tolle Kombination aus spielerischen Bewegungs- & Gleichgewichtsübungen, Koordinationsspielen, fantastischen Fantasiewelten, Qualitytime mit Deiner Begleitperson und vielem Wobbeltastischen mehr. Alles auf und mit dem original „Wobbelboard“ in kleinen Gruppen.

### Kurs-Nr. 124F3290

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **16.01.2024** | Kurszeit: 16:00 - 16:45 Uhr

Kursdauer: 5 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stephanie Methusalem | Kursentgelt: 50,- €

## YoungMamaFit – Mehr Kraft und Fitness für Mütter dank funktionellem Ganzkörpertraining

Die körperliche Fitness und hier im Speziellen das Kraftniveau ist maßgeblich am eigenen Wohlbefinden beteiligt. Das Training hin zur persönlichen Fitness und Wohlbefinden kommt für Mütter jedoch in den ersten Lebensjahren oft zu kurz.

Die Übungsinhalte können dann Zuhause gemeinsam mit Ihrem Baby durchgeführt werden. Hauptaugenmerk in den 10 Kurseinheiten liegt im funktionellen Ganzkörpertraining. Im Gegensatz zu geführten sportlichen Bewegungen wie zum Beispiel beim Krafttraining an einer Maschine arbeiten wir im funktionellen Training mit komplexen Übungen, bei denen natürliche und komplexe Bewegungsabläufe geschult und gestärkt werden. Dies macht es zum effektiven Ganzkörpertraining, denn auch im Alltag arbeitet der Körper mit seinen Muskelketten und Zusammenschlüssen und nicht isoliert mit nur einem Muskel. Das Konzept wurde von Müttern für Mütter entwickelt.

### Kurs-Nr. 124F3245

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **18.01.2024** | Kurszeit: 09:00 - 10:00 Uhr

Kursdauer: 13,3 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen |

Dozent: Frau Stephanie Methusalem | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: 3,00 € für Skript mit Rezeptvorschlägen





## ZUMBA®

ZUMBA® Fitness ist ein vom Latino-Lebensgefühl inspiriertes Tanz- und Fitnessprogramm. Es verbindet Training, Entertainment und Kultur zu einem einzigartigen Erlebnis. Bei ZUMBA® Fitness verbinden sich mitreißende World-Rhythmen wie Merengue, Salsa, Cumbia und Reggaeton und einfach zu erlernende Choreographien zu einem Workout für den ganzen Körper, das sich wie eine rauschende Feier anfühlt. ZUMBA macht Spaß! ZUMBA ist anders! ZUMBA ist leicht zu erlernen! Und ZUMBA ist effektiv!

### Kurs-Nr. 524F3235

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 402**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **06.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Ute Schindler-Große | Kursentgelt: 76,- €

### Kurs-Nr. 524F3236

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 402**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **23.04.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Ute Schindler-Große | Kursentgelt: 76,- €

## ZUMBA®

ZUMBA® Fitness ist ein vom Latino-Lebensgefühl inspiriertes Tanz- und Fitnessprogramm. Es verbindet Training, Entertainment und Kultur zu einem einzigartigen Erlebnis. Bei ZUMBA® Fitness verbinden sich mitreißende World-Rhythmen wie Merengue, Salsa, Cumbia und Reggaeton und einfach zu erlernende Choreographien zu einem Workout für den ganzen Körper, das sich wie eine rauschende Feier anfühlt. ZUMBA macht Spaß! ZUMBA ist anders! ZUMBA ist leicht zu erlernen! Und ZUMBA ist effektiv!

### Kurs-Nr. 224F3203

Kursort: **Aue, Turnhalle „E.-Kästner-Schule“, R.-Luxemburg-Straße**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **12.02.2024** | Kurszeit: 19:15 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 26,7 Unterrichtseinheiten | 20 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Sandy Geisler-Hähnel | Kursentgelt: 101,35 €

Bemerkung: Bitte Turnschuhe, Trinkflasche, Handtuch und bequeme Kleidung mitbringen.

### Kurs-Nr. 124F3265

Kursort: **Olbernhau, OT Dörnthal, Turnhalle der Grundschule, Schulstraße**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **09.01.2024** | Kurszeit: 18:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 23,3 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Corina Kluge | Kursentgelt: 75,- €





## Prävention | Krankheit | Gesundheit

### AROHA

#### **Aroha – ein Ganzkörpertraining für Körper, Geist und Seele:**

- ist ein effektiver und unkomplizierter Gesundheitskurs im ¼ Takt
- festigt Gesäß, Oberschenkel, Bauch und führt zu innerer Ausgeglichenheit
- bietet ständig wechselnde spannungsvolle und entspannende Elemente, die verborgene Energien freisetzen und der Seele ein Wohlbefinden bereiten
- ist ein Kurs, an dem jede(r) ohne Vorkenntnisse und in jedem Alter und Trainingszustand teilnehmen kann

#### **Ziele:**

- Verbesserung der Ausdauer und Stärkung des Herz-Kreislauf Systems
- Verbesserung des Körpergefühls, der Balance und der Muskelflexibilität
- Stressabbau, Gefühl von Entspannung und Mobilität.
- Förderung des Selbstbewusstseins und Spüren der körperlichen und geistigen Kraft

#### **Kurs-Nr. 424F3232**

Kursort: **Stollberg, Gymnasium, Parkstraße 8, Dreifeldhalle, Hallenschiff 2**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **01.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Sylke Frünke | Kursentgelt: 76,- €

### Erste Hilfe – Grundausbildung

In diesem Kurs lernen Sie, Notfallsituationen zu erkennen, die Gefahren einzuschätzen und die richtigen Maßnahmen zu ergreifen. Themen sind u. a. Bewusstseins-, Atem- und Kreislaufstörungen, Herz-Lungen-Wiederbelebung, Wunden, Knochenbrüche, Verbrennungen und Vergiftungen. Die schnelle Hilfe in den ersten Minuten nach einem Vorfall entscheidet häufig über den Erfolg aller weiteren Bemühungen. So kann rechtzeitige Erste Hilfe die Zeit bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes überbrücken.

#### **Die Erste Hilfe Grundausbildung erfüllt die Voraussetzung für:**

- den Erwerb aller Führerscheinklassen, insbesondere der Klasse A, A1, B, BE, L, M oder TC, C1, CE, C1E, D, D1, DE, oder D1E und für den Personenbeförderungsschein
- Übungsleiter, Trainer, usw.
- Ersthelfer in Betrieben und Verwaltungen (Diese Ausbildung ist als „Betriebshelferausbildung“ bei den Berufsgenossenschaften anerkannt)
- Arzt- und Apothekenhelfer(innen)

Beachten Sie bitte, dass diese Weiterbildung in Kooperation mit dem Arbeiter-Samariter-Bund Erzgebirge e.V. durchgeführt wird.

#### **Kurs-Nr. 124F3301**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **09.03.2024** | Kurszeit: 08:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | Dozent: Arbeiter-Samariter-Bund gGmbH ASB

Kursentgelt: 50,- € | Bemerkung: für Führerschein, zur Auffrischung, für Betriebe und Einrichtungen und für Interessenten



## Kurs-Nr. 124F3302

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **25.05.2024** | Kurszeit: 08:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | Dozent: Arbeiter-Samariter-Bund gGmbH ASB

Kursentgelt: 50,- € | Bemerkung: für Führerschein, zur Auffrischung, für Betriebe und Einrichtungen und für Interessenten

## Kurs-Nr. 124H3303

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **07.09.2024** | Kurszeit: 08:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | Dozent: Arbeiter-Samariter-Bund gGmbH ASB

Kursentgelt: 50,- € | Bemerkung: für Führerschein, zur Auffrischung, für Betriebe und Einrichtungen und für Interessenten

## Kurs-Nr. 124H3304

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **30.11.2024** | Kurszeit: 08:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | Dozent: Arbeiter-Samariter-Bund gGmbH ASB

Kursentgelt: 50,- € | Bemerkung: für Führerschein, zur Auffrischung, für Betriebe und Einrichtungen und für Interessenten

## Gesundheitspflege

### Heil- und Küchenpflanzen zur Selbstheilung – mit Anregung für Ihre kleine Kräuter-Hausapotheke

Im Kurs lernen Sie für Ihre eigene „Grüne Hausapotheke“ eine Handvoll häufig vorkommender, meist essbarer Wildpflanzen kennen, die mit ihren immunstärkenden und keimhemmenden Kräften selbst bei noch unbekanntem Mikroorganismen vorbeugende bzw. heilsame Wirkungen entfalten können. Weiterhin werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie die eigenen Selbstheilungskräfte gefördert werden und damit Erkrankungen des gesamten menschlichen Körpers samt Psyche heilsam behandelt werden können. Dabei wird auf den unschätzbaren Vorteil pflanzlicher Heilkräfte eingegangen, die sie ohnehin besitzen: Genuss (Essen und Trinken), Schönheit und Naturnähe zur Gesundheit.

Hinweise zu schul- und alternativmedizinischen Behandlungen, schöne Bilder, Heil- und Küchenrezepte sowie allerlei amüsante Geschichten lockern den Kurs auf.

Gern wird auf Ihre Fragen eingegangen.

Ein kleiner Kräuterspaziergang in die Umgebung (jahreszeit- und witterungsabhängig) ist möglich.

#### Kursaufbau:

- Wanderung in Bildern zu Standorten, Aussehen/Erkennen, Vorkommen und Besonderheiten
- Vorstellen der Heilpflanzenkunde zu Geschichte, Varianten, Ernte, Lagerung und Anwendungen (Tee, Tinkturen, Öl usw.)
- Vorstellen von Heilpflanzenprofilen mit praktischen Hinweisen, Wirkungsweisen (stofflich, energetisch, geistig), Ernteteile und -zeiten
- Heilsignaturen (Zeichen), Haupteinsatzgebiete und -erkrankungen, Heil- und Küchenanwendungen sowie homöopathische Arzneimittelbilder

Der Ablauf kann entsprechend den konkreten Erfordernissen, Wünschen und Fragen der Teilnehmer variieren.



### Kurs-Nr. **324F3401**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 205**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **16.04.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hendrik Heidler | Kursentgelt: 55,- €

### Kurs-Nr. **224F3400**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1.8**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **23.01.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hendrik Heidler | Kursentgelt: 55,- €

### Kurs-Nr. **424F3402**

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **05.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hendrik Heidler | Kursentgelt: 55,- €

## Raus aus dem Lernstress – rein in die Freude Hilfe zur Selbsthilfe mit den 26 Brain-Gym-Übungen

### Kennen Sie das?

- Ihr Kind kann sich schlecht konzentrieren, hat Schwierigkeiten beim Lesen, Rechnen, Schreiben
- Ihr Kind kann schlecht zur Ruhe kommen, aktives Zuhören und die Umsetzung gestellter Aufgaben fällt nicht leicht
- Ihr Kind hat Schwierigkeiten, rechts und links zu unterscheiden und anderes...

### Gab es bereits in der Entwicklung ihres Kindes Herausforderungen?

- z. B. Schwierigkeiten in der Schwangerschaft und bei der Geburt
- Schreikind
- Verzögerte motorische Entwicklung, z. B. kein Krabbeln oder spätes Laufen
- Krankheiten, Traumata und andere Ereignisse

Dieser Vortrag kann Ihnen Tipps geben, um Ihr Kind gut auf die Schule vorzubereiten und aktiv beim Lernen zu unterstützen.

### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Die 26 Brain-Gym Übungen, Gehirngymnastik: Was ist das? Was ist das Ziel dieser Übungen? Wie können Sie diese Übungen spielerisch in den Alltag einbinden?
- Wie erkennt man Lernstörungen?
- Was bedeutet es, ein Rechts- oder Linkshirner zu sein?
- Welche Voraussetzungen sollte Ihr Kind für leichtes Lernen mitbringen?
- Praktische Übungen und Tipps zur Umsetzung

### Kurs-Nr. **324F3700**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **19.03.2024** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Mareike Maschke | Kursentgelt: 10,- €

### Kurs-Nr. **324F3701**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **14.05.2024** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Mareike Maschke | Kursentgelt: 10,- €



## Schönheit für mich – Schminke- und Pflegekurs

Tauchen Sie mit uns ein in die Welt der Schönheitspflege.

Wir führen Sie durch die Vielfalt von Pflegeprodukten, geben Ihnen Hinweise zur Anwendung und viele praktische Tipps.

Sie lernen, wie Sie selbst in wenigen Schritten ein gelungenes, typgerechtes Make-up für jeden Anlass auftragen können. Farbempfehlungen sind dabei genauso interessant wie Tipps für Ungeübte.

**1. Teil:** Theorie (2 UE) - **17:00 - 18.30 Uhr** in der VHS

**2. Teil:** Praxis (2 UE) - **18:00 - 19.30 Uhr** in der Parfümerie Aurel, Aue

### Kurs-Nr. **224F3410**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kerstin Plenzler | Kursentgelt: 15,20 €

## Essen und Trinken | Ernährung

### Die Geheimnisse der chinesischen Küche

Entdecken Sie die Geheimnisse der authentischen chinesischen Küche!

Unser exklusiver Kochkurs entführt Sie in die Welt der traditionellen chinesischen Gaumenfreuden. Lernen Sie von Frau Jiang die Kunst der Zubereitung von Gerichten, die die Essenz Chinas einfangen. Von duftendem Jasminreis bis hin zu delikaten Dim Sum - entfachen Sie Ihre Leidenschaft für echte chinesische Küche.

Begeben Sie sich auf eine kulinarische Reise, die Ihren Geschmackssinn verzaubern wird!

### Kurs-Nr. **224F3502**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Lehrküche**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **14.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 15,20 €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

### Kurs-Nr. **224F3503**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Lehrküche**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **20.04.2024** | Kurszeit: 14:00 - 17:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 15,20 €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel





## Workshop Ernährung

„Das perfekte Dinner“... gibt es hier nicht. Aber in geselliger Runde geht es nur ums Essen, um die Ernährung im Allgemeinen. Was, wieviel, warum darf, kann oder sollte ich essen? Bringen Sie Ihre Fragen und Erfahrungen mit.

Viele Köpfe, viele Fragen, viele Antworten und für jeden ist etwas dabei.

Und nach all dem Theoretischen kommt die Praxis. Dann wird gemeinsam gekocht und gegessen.

**1. Termin:** (Theorie) **15.04.2024 von 17:30 - 19:00 Uhr**

**2. Termin:** (Praxis) **22.04.2024 von 17:30 - 19:00 Uhr**

**Kurs-Nr. 224F3501**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Lehrküche**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **15.04.2024** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Silke Martine | Kursentgelt: 15,20 €

Dozent: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

## Gesundheit und Psyche

### Natur-Resilienz-Training

Bei einem Walk and Talk laufen wir paarweise in den Wald. Mithilfe von Naturmaterial und dem, was wir in der Umgebung vorfinden, versuchen wir, unsere Stärken und Schwächen zu finden. An manchen Standorten werden meditative Übungen oder auch Vertrauensaktionen durchgeführt. Ziel ist es, die Stärken jedes Einzelnen herauszuarbeiten und somit die Resilienz (psychische Widerstandskraft) zu stärken.

Ausgangspunkt: Naturhotel Forsthaus

Eine Vor- und Nachbesprechung ist möglich. Diese kann im Naturhotel Forsthaus bei einer Tasse Tee oder Kaffee stattfinden.

**Kurs-Nr. 324F3635**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Naturhotel Forsthaus, Schneeberger Straße 22**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **25.04.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Cathrin Lopenz-Faschian | Kursentgelt: 17,- €

Bemerkung: auch für Kinder und Teens geeignet

**Kurs-Nr. 324F3636**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Naturhotel Forsthaus, Schneeberger Straße 22**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **16.05.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Cathrin Lopenz-Faschian | Kursentgelt: 17,- €

Bemerkung: auch für Kinder und Teens geeignet

**Kurs-Nr. 324F3637**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Naturhotel Forsthaus, Schneeberger Straße 22**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **06.06.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Cathrin Lopenz-Faschian | Kursentgelt: 17,- €

Bemerkung: auch für Kinder und Teens geeignet



## Waldbaden

Wir gehen langsam, die Umgebung ganz bewusst wahrnehmend, evtl. schweigend in den Wald und suchen die Ruhe. An besonders schönen Orten werden meditative Einheiten eingebaut, z. B. eine Qigong-Atmungsübung, eine Indian-Balance-Übung oder eine Baummeditation.

Ziel ist es, den Kopf, den Körper zur Ruhe zu bringen, die Energien des Waldes über alle Sinne aufzunehmen, auf diese Weise Kraft zu tanken und die eigenen Akkus wieder aufzuladen. Wer möchte, kann den Weg auch barfuß laufen.

### Ausgangspunkt:

Naturhotel Forsthaus

Eine Vor- und Nachbesprechung ist möglich. Diese kann im Naturhotel Forsthaus bei einer Tasse Tee oder Kaffee stattfinden.

### Kurs-Nr. **324F3632**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Naturhotel Forsthaus, Schneeberger Straße 22**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **23.04.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Cathrin Lopenz-Faschian | Kursentgelt: 15,- €

Bemerkung: auch für Kinder und Teens geeignet

### Kurs-Nr. **324F3633**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Naturhotel Forsthaus, Schneeberger Straße 22**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **14.05.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Cathrin Lopenz-Faschian | Kursentgelt: 15,- €

Bemerkung: auch für Kinder und Teens geeignet

### Kurs-Nr. **324F3634**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Naturhotel Forsthaus, Schneeberger Straße 22**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **04.06.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Cathrin Lopenz-Faschian | Kursentgelt: 15,- €

Bemerkung: auch für Kinder und Teens geeignet

**SCHNELL UND  
KOMFORTABEL  
ANMELDEN:**

**www.vhs-  
erzgebirgskreis.de**





## Bildungsaspekte in den Gesundheitskursen der Volkshochschulen



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

Der Fachbereich Gesundheit behandelt alle Lernfelder, die gemäß der Definition der Weltgesundheitsorganisation formuliert sind: „Gesundheit ist der Zustand umfassenden körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen“.

Der Zusammenhang von Gesundheit und Umwelt, von physischem und psychischem Befinden, von individuellen und sozialen Lebensbedingungen wird in den Volkshochschul-Lernangeboten besonders angesprochen.

In den meisten Gesundheitskursen werden neben den Aktivitäten des Kurses auch – z. T. niederschwellig und aktivitätsbegleitend – verschiedene theoretische und praktische Bildungsinhalte vermittelt.

So erlangen Sie z. B. in den Kursen zur Entspannung und Körpererfahrung auch Kenntnisse über physiologische Zusammenhänge, eine bewusster Körperwahrnehmung oder die Steuerung der physiologischen Prozesse oder aber auch über die Anwendung westlicher Entspannungsmethoden und ihre Entwicklung bzw. die Anwendung der Methoden fernöstlicher Entspannungsmethoden und ihrer kulturellen Wurzeln.

In Bewegungskursen dagegen werden vor allem Grundlagen der Anatomie und Physiologie sowie

Informationen über die Wirkung von Belastungsmöglichkeiten und -grenzen sowie potenzielle Gefahren einzelner Übungen vermittelt.

Sie lernen die Voraussetzungen für die Entwicklung körperlicher Fähigkeiten und Fertigkeiten wie Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer, Koordination, Dehnung und Entspannung ebenso kennen wie die Möglichkeiten der Kontrolle und Dokumentation von Belastungsfaktoren zur individuellen Steuerung und Motivation.

In Ernährungskursen erfahren Sie viel u. a. über die Grundlagen einer gesundheitsbewussten Ernährung (Ernährungspyramide) und lernen die Lebensmittel und ihre ernährungsphysiologischen Werte kennen. In begleitenden Gesprächen mit dem Kursleiter oder anderen Teilnehmern können Sie in einen Austausch zu Genuss-, Kultur- und Lebensstilfragen treten und dadurch neue Erkenntnisse gewinnen. Bei der Demonstration und der angeleiteten Zubereitung der Lebensmittel unter Berücksichtigung gesundheitlicher Aspekte (z. B. unterschiedliche Gar- und Backtechniken) erfahren Sie ganz nebenbei viel über regionale, nationale und internationale Kochkulturen. Darüber hinaus erhalten Sie Hilfen zum Überprüfen Ihrer Ernährungsgewohnheiten und dem eigenen Ernährungsverhalten sowie bei der Berücksichtigung ökologischer und wirtschaftlicher Aspekte des Lebensmitteleinkaufs. Diese Aspekte werden in den einzelnen Kursen umgesetzt, aber aus Platz- und Marketinggründen nicht in den einzelnen Kursbeschreibungen dargestellt.

**Haben Sie Fragen? Rufen Sie einfach an – wir beraten Sie gern!**

## ANSPRECHPARTNER DER VHS

Ivonne Kittig



Ines Göbel



# SPRACHEN



### **In der Welt zu Hause**

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens. Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern. Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen. Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Das Thema Integration ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftspolitischen Auftrags der Volkshochschule. Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.



## Sprachniveau entsprechend des Europäischen Referenzrahmens

	Stufe A1	Stufe A2	Stufe B1	Stufe B2	Stufe C1	Stufe C2
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.	Ich kann in Alltag und Beruf längere Redebeiträgen folgen, wenn mir die Thematik einigermaßen vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen und Reportagen verstehen.	Ich kann längeren Berichten, ausführlichen Gesprächen, Präsentationen usw. auch im Detail folgen. Ich bin dabei vertraut mit Umgangssprachen sowie mit anderen Sprachstilen.	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.
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.	Ich kann Artikel und Berichte lesen, auch in Fachzeitschriften zu mir vertrauten beruflichen Themen. Ich verstehe literarische Texte wie z. B. Kurzgeschichten oder Krimis.	Ich kann lange und komplexe Texte verstehen, auch zu Themen, die nicht zu meinen persönlichen Interessengebieten zählen.	Ich lese ohne besondere Mühe Texte aller Art, z. B. Sachbücher, Handbücher, Verträge, Unterhaltungsliteratur etc.
An Gesprächen teilnehmen	Ich bin darauf angewiesen, dass meine Gesprächspartner sehr langsam sprechen und sich darauf einstellen, dass ich die Sprache noch nicht lange lerne.	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.	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.	Ich kann mich in Alltag und Beruf beinahe mühelos spontan und fließend verständigen.	Ich kann mich an Gesprächen mühelos beteiligen und bin dabei auch mit umgangssprachlichen und idiomatischen Wendungen bestens vertraut.
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.	Ich kann mich zu sehr vielen Themen ausführlich äußern. Ich kann dabei Standpunkte erklären und Argumente ausführlich abwägen.	Ich kann komplexe Sachverhalte darstellen und erörtern und dabei flexibel auf Nachfragen reagieren.	Ich kann Vorträge halten, Besprechungen und Diskussionen leiten, dabei mühelos zwischen Sprachen wechseln und spontan und flexibel auf Redebeiträge reagieren.
Schreiben	Ich kann eine kurze Postkarte, z. B. mit Feriengrüßen, schreiben. Ich kann auf Formularen, z. B. bei Reisen, Namen, Adresse, Nationalität usw. eintragen.	Ich kann kurze Notizen und kurze persönliche Briefe verfassen.	Ich kann einen zusammenhängenden Text über eine vertraute Themen schreiben. Ich kann persönliche und formelle Briefe verfassen.	Ich kann ausführliche, verständliche Texte über eine Vielzahl von privaten und beruflichen Themen schreiben.	Ich kann mich schriftlich klar, strukturiert und ausführlich ausdrücken und dabei meinen Stil adressatenbezogen verändern.	Ich kann Artikel und Berichte zu komplexen Fragestellungen ohne besondere Mühe klar und flüssig verfassen.



## Prüfungsmöglichkeiten an den Volkshochschulen (Auswahl)



nach dem Referenzrahmen für Sprachen des Europarates.  
Weitere Informationen erhalten Sie unter **www.telc.net**

Die Kursbezeichnungen im VHS-Programm orientieren sich an den Vorgaben des Europarats, dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“.

Die Länder in Europa haben sich auf eine Beschreibung von sechs Kenntnisstufen geeinigt. Diese dient allen Einrichtungen in Europa, die Sprachunterricht durchführen, als Grundlage.

Kompetente Sprachverwendung	<b>C 2</b> <b>Cambridge</b> Certificate of Proficiency in English Kleines Deutsches Sprachdiplom
	<b>C 1</b> <b>telc*</b> Deutsch C 1   Englisch C 1 <b>Goethe</b> Zertifikat C1 <b>Cambridge</b> Certificate in Advanced English
Selbstständige Sprachverwendung	<b>B 2</b> <b>telc*</b> Certificate in English – adVantage   for Business Purposes – ad Vantage <b>telc</b> English for Technical Purposes, Cambridge First Certificate in English <b>telc</b> Deutsch für den Beruf   Deutsch Plus   Russisch Plus
	<b>B 1</b> <b>telc</b> Prüfungen B 1 in zahlreichen Sprachen <b>telc</b> Certificate in English for Business Purposes – Intermediate <b>telc</b> School   <b>telc</b> Deutsch Test Zuwanderer (DTZ) B1   Deutsch B 1 + Beruf
Elementare Sprachverwendung	<b>A 2</b> <b>telc</b> Prüfungen auf dem Elementary Level in zahlreichen Sprachen <b>telc</b> Deutsch Test Zuwanderer (DTZ) A 2   Deutsch A 2 + Beruf <b>telc</b> A 2 für Schüler in Englisch, Französisch, Spanisch
	<b>A 1</b> <b>telc</b> Start-Prüfungen in zahlreichen Sprachen



**Melden Sie sich  
vor Kursbeginn an,  
so verpassen Sie  
kein Wissen!  
Buchen Sie noch heute  
Ihren Platz und  
sichern Sie sich  
den Kurs.**

## Wegweiser Sprachen

Bitte besuchen Sie einen Kurs nur nach Anmeldung. Die Kursbezeichnungen in unserem Programm orientieren sich am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (Niveaustufen siehe Seite 116).

Sie sollten eine persönliche Beratung mit der Möglichkeit eines Einstufungstests (vorhanden für Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch) wahrnehmen. Oder testen Sie Ihre Vorkenntnisse online auf unserer Homepage [www.vhs-erzgebirgskreis.de](http://www.vhs-erzgebirgskreis.de).

Schnupperstunden können in einzelnen Fällen vereinbart werden. Wenn Sie sich in Ihrem Kurs über- oder unterfordert fühlen, wenden Sie sich bitte persönlich oder schriftlich an uns. Wir sind Ihnen bei einem Kurswechsel gern behilflich. Ein Einstieg in bereits laufende Kurse mit noch freien Plätzen ist nach persönlicher Rücksprache möglich.





## Deutsch als Fremdsprache bzw. Zweitsprache

### Deutsch lernen

Dieser Kurs ist ein Einstieg in die deutsche Sprache und Kultur. In ungezwungener Atmosphäre wollen wir gemeinsam Wortfelder zu Alltagsthemen wie Einkaufen, Kleidung, sich vorstellen etc. erarbeiten. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf Hören und Sprechen.

Ziel ist es, einfache Alltagssituationen sprachlich zu meistern.

#### Kurs-Nr. 224F4443

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1.8**

Kurstage: Montag + Mittwoch | Kursbeginn: **05.02.2024** | Kurszeit: 16:00 - 18:15 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 7 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Britta Schott

Kursentgelt: 70,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch, Der Kurs eignet sich für Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

### Allgemeiner Integrationskurs

Dieser modulare Kurs ist entsprechend der Verordnung über die Durchführung von Integrationskursen für Ausländer und Spätaussiedler angelegt, die Anspruch auf einen vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) geförderten Sprachkurs haben.

Die Kursgebühr beträgt für nicht geförderte Teilnehmende 3,50 Euro/ UE. Bei Förderung durch das BAMF beträgt der Eigenanteil 2,29 Euro/ UE oder entfällt bei Kostenbefreiung ganz. Nach dem Sprachkurs findet die Prüfung Deutsch Test für Zuwanderer (DTZ) statt.

Gern sind wir Ihnen bei der Antragstellung behilflich. Auch externe Teilnehmende sind herzlich willkommen.

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Hans-Witten-Straße 5**

Kursort: **Aue, R.-Breitscheid-Straße 28**

Kursort: **Olbernhau, Jagdweg 1**

Kursort: **Zschopau, Johannisstraße 58A**

Kursbeginn: **Bitte erfragen Sie den Kursbeginn in Ihrer Volkshochschule.**

Kursdauer: 700 Unterrichtseinheiten (7 Module) | Kursentgelt: 350,- €/Modul | zzgl. Lehrbücher

### Integrationskurs-Alphabetisierung

Den Alphabetisierungskurs können Migrantinnen und Migranten besuchen, die gemäß § 4 Abs.1 IntV teilnahmeberechtigt sind und bei denen der Besuch eines allgemeinen Integrationskurses oder eines anderen Integrationskurses für spezielle Zielgruppen aufgrund fehlender oder ungenügend vorhandener schriftsprachlicher Kompetenzen nicht sinnvoll ist. Die Kursgebühr beträgt für nicht geförderte Teilnehmer 3,50 Euro/ UE. Bei Förderung durch das BAMF beträgt der Eigenanteil 2,29 Euro/ UE oder entfällt bei Kostenbefreiung ganz. Nach dem Sprachkurs findet die Prüfung Deutsch Test für Zuwanderer (DTZ) statt.

Gern sind wir Ihnen bei der Antragstellung behilflich. Auch externe Teilnehmende sind herzlich willkommen.

Kursort: **Aue, R.-Breitscheid-Straße 28**

Kursbeginn: **Bitte erfragen Sie den Kursbeginn in Ihrer Volkshochschule.**

Kursdauer: 1.000 Unterrichtseinheiten (10 Module)

Kursentgelt: 350,- €/Modul zzgl. Lehrbücher



## Einbürgerungstest

Wer die deutsche Staatsangehörigkeit beantragen möchte, muss unter anderem staatsbürgerliche Kenntnisse nachweisen. Nähere Auskünfte dazu erteilen die örtlichen Einbürgerungsbehörden. Der Einbürgerungstest beinhaltet 33 Testfragen, die in sechzig Minuten zu beantworten sind. Zu jeder Frage werden vier Antwortmöglichkeiten angeboten, von denen die richtige anzukreuzen ist. Bei mindestens 17 richtigen Antworten ist der Einbürgerungstest bestanden.

Bitte melden Sie sich unbedingt 4 Wochen vorher persönlich in der Geschäftsstelle der VHS an (gültiges Ausweisdokument und 25,00 Euro mitbringen).

Prüfungsort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Prüfungstage: **02.02.2024 / 22.03.2024 / 26.04.2024 / 07.06.2024**

Prüfungszeit: 10:00 - 11:00 Uhr

Prüfungsentgelt: 25,- €

## Prüfung telc Deutsch Stufe A2-B1

Die Modelltests zu allen Prüfungsformaten finden Sie unter [www.telc.net](http://www.telc.net).

Die Anmeldung zur Prüfung muss spätestens fünf Wochen vor dem Prüfungstermin erfolgt sein (bitte gültiges Ausweisdokument mitbringen). Mit der Anmeldung wird das Prüfungsentgelt fällig. Dieses können Sie in der Volkshochschule erfragen. Die AGB und die Prüfungsordnung sind in der Volkshochschule einzusehen.

Für weitere Fragen und zur Beratung stehen wir Ihnen gern zur Verfügung (Tel. 03771 5655801).

**Kurs-Nr. 224F4420**

Prüfungsort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Aula**

Prüfungstag: **09.02.2024**

Prüfungszeit: Prüfungsentgelt: 170,- €

## Prüfung telc Deutsch Stufe B1

Die Modelltests zu allen Prüfungsformaten finden Sie unter [www.telc.net](http://www.telc.net).

Die Anmeldung zur Prüfung muss spätestens fünf Wochen vor dem Prüfungstermin erfolgt sein (bitte gültiges Ausweisdokument mitbringen). Mit der Anmeldung wird das Prüfungsentgelt fällig. Dieses können Sie in der Volkshochschule erfragen. Die AGB und die Prüfungsordnung sind in der Volkshochschule einzusehen.

Für weitere Fragen und zur Beratung stehen wir Ihnen gern zur Verfügung (Tel. 03771 5655801).

Prüfungsort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1.8**

Prüfungstage: **09.02.2024 / 31.05.2024**

Prüfungszeit: Prüfungsentgelt: 170,- €





## Prüfung telc Deutsch Stufe B2

Die Modelltests zu allen Prüfungsformaten finden Sie unter [www.telc.net](http://www.telc.net).

Die Anmeldung zur Prüfung muss spätestens fünf Wochen vor dem Prüfungstermin erfolgt sein (bitte gültiges Ausweisdokument mitbringen). Mit der Anmeldung wird das Prüfungsentgelt fällig. Dieses können Sie in der Volkshochschule erfragen. Die AGB und die Prüfungsordnung sind in der Volkshochschule einzusehen.

Für weitere Fragen und zur Beratung stehen wir Ihnen gern zur Verfügung (Tel. 03771 5655801).

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1.1**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **08.03.2024 / 31.05.2024** | Kurszeit: 09:00 - 12:45 Uhr

Kursdauer: 5 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Ines Göbel | Kursentgelt: 170,- €

## Prüfungsvorbereitung: Deutsch C1 – Online

Dieser Kurs ist auf Interaktion ausgerichtet. Sie können nach Beendigung des Kurses anspruchsvolle, längere Texte verstehen und sich deutlich und fließend in Ihrem Alltag ausdrücken, ohne erkennbar nach Worten suchen zu müssen.

Sie erweitern Ihre Fertigkeiten im Hör- und Leseverstehen und Ihre Kompetenzen im mündlichen und schriftlichen Ausdruck. Der Kurs bereitet Sie intensiv auf die Prüfung C1 vor.

**Voraussetzungen:** mindestens Kenntnisse auf Stufe B2

**Kurs-Nr. 224F4431**

Kursort: **Online-Seminar**

Kurstag: Dienstag + Donnerstag | Kursbeginn: **12.03.2024** | Kurszeit: 18:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 150 Unterrichtseinheiten | 50 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Silke Graf | Kursentgelt: 525,- €

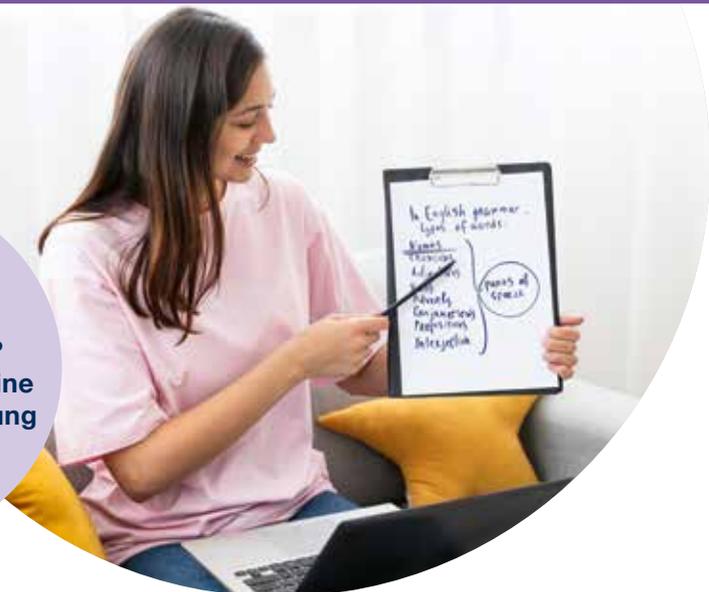
Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

**SCHNELL UND  
KOMFORTABEL  
ANMELDEN:**

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



**Sie können  
leider nicht am  
gebuchten  
Kurs teilnehmen?  
Dann müssen Sie eine  
schriftliche Kündigung  
an die VHS  
schicken.**



## Englisch

### Englisch – 1. Semester (Niveau A1)

Die hier aufgeführten Kurse eignen sich für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Sie erlernen einen Grundwortschatz und erwerben erste Grammatikkenntnisse. Wenn Sie schon einmal Englisch gelernt haben, aber glauben, alles vergessen zu haben, lassen Sie sich beraten. Wahrscheinlich können Sie gleich in ein höheres Semester oder einen Auffrischkurs einsteigen.

#### **Kurs-Nr. 324F4614**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **02.04.2024** | Kurszeit: 15:30 - 17:00 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Claudia von Sulecki | Kursentgelt: 84,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

#### **Kurs-Nr. 224F4601**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1.1**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **06.03.2024** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Judith Lorre | Kursentgelt: 56,- €

#### **Kurs-Nr. 124F4601**

Kursort: **Marienberg, Förderschule, Turnvater-Jahn Weg 6, Zimmer 203**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 20:00 - 21:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Johanna Preißler | Kursentgelt: 105,- €

#### **Kurs-Nr. 124F4600**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Johanna Preißler | Kursentgelt: 105,- €



## Englisch – 1. Semester für Senioren (Niveau A1)

Die hier aufgeführten Kurse eignen sich für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Sie erlernen einen Grundwortschatz und erwerben erste Grammatikkenntnisse.

Wenn Sie schon einmal Englisch gelernt haben, aber glauben, alles vergessen zu haben, lassen Sie sich beraten. Wahrscheinlich können Sie gleich in ein höheres Semester oder einen Auffrischungskurs einsteigen.

### Kurs-Nr. 124F4602

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 09:00 - 10:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Johanna Preißler | Kursentgelt: 105,- €

### Kurs-Nr. 224F4602

Kursort: **Schwarzenberg, Schloss, Obere Schlosstraße 36**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **07.03.2024** | Kurszeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Judith Lorre | Kursentgelt: 56,- €

## Englisch – 2. Semester (Niveau A1)

Die hier aufgeführten Kurse eignen sich für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Sie erlernen einen Grundwortschatz und erwerben erste Grammatikkenntnisse.

Wenn Sie schon einmal Englisch gelernt haben, aber glauben, alles vergessen zu haben, lassen Sie sich beraten. Wahrscheinlich können Sie gleich in ein höheres Semester oder einen Auffrischungskurs einsteigen.

### Kurs-Nr. 524F4602

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 203**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Gregor Feser | Kursentgelt: 105,- €

## Englisch – 2. Semester für Senioren (Niveau A1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 224F4610

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.3**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Neef | Kursentgelt: 70,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

## Englisch – 3. Semester (Niveau A1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 224F4612

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.3**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 22 Unterrichtseinheiten | 11 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Neef | Kursentgelt: 77,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch



## Englisch – 3. Semester für Senioren (Niveau A1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 224F4611

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 15:15 - 16:45 Uhr

Kursdauer: 26 Unterrichtseinheiten | 13 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christel Eberlein | Kursentgelt: 91,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

## Englisch – 4. Semester (Niveau A1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 324F4613

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **08.04.2024** | Kurszeit: 15:30 - 17:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Claudia von Sulecki | Kursentgelt: 70,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

### Kurs-Nr. 224F4614

Kursort: **Johanngeorgenstadt, Grundschule, Schulstraße 15**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 26 Unterrichtseinheiten | 13 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Josephine Burke | Kursentgelt: 91,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

## Englisch – 6. Semester (Niveau A1)

Die hier aufgeführten Kurse eignen sich für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Sie erlernen einen Grundwortschatz und erwerben erste Grammatikkenntnisse.

Wenn Sie schon einmal Englisch gelernt haben, aber glauben, alles vergessen zu haben, lassen Sie sich beraten. Wahrscheinlich können Sie gleich in ein höheres Semester oder einen Auffrischkurs einsteigen.

Der Kurs wird online über vhs.cloud, die Lernplattform des Deutschen Volkshochschulverbandes, durchgeführt. Nach der Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn weitere Informationen.

### Kurs-Nr. 524F4601

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 203**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **noch nicht festgelegt, Anmeldungen sind möglich**

Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr | Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Michelle Mai | Kursentgelt: 105,- €





## Englisch – 8. Semester (Niveau A2) – Online

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

Der Kurs wird online über vhs.cloud, die Lernplattform des Deutschen Volkshochschulverbandes, durchgeführt. Nach der Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn weitere Informationen.

### Kurs-Nr. 224F4615

Kursort: **Online** | Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr  
 Kursdauer: 26 Unterrichtseinheiten | 13 Lehrveranstaltungen  
 Dozent: Frau Gisela Grundmann | Kursentgelt: 91,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

## Englisch – 9. Semester (Niveau B1)

Dieser Kurs ist für Teilnehmer mit Vorkenntnissen geeignet. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 324F4610

Kursort: **Annaberg-B., Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 208**  
 Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr  
 Kursdauer: 32 Unterrichtseinheiten | 16 Lehrveranstaltungen  
 Dozent: Herr Stephan Kaspersky | Kursentgelt: 112,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch Easy English

## Englisch – 10. Semester (Niveau A2)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit vertieften Grundkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kursnr. 424F4603

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**  
 Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr  
 Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Veranstaltungen  
 Dozent: Frau Karin Uhle | Kursentgelt: 105,- €

## Englisch – 11. Semester (Niveau A2/B1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 224F4616

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.2**  
 Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr  
 Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen  
 Dozent: Frau Hannelore Hennig | Kursentgelt: 105,- €

## Englisch – 12. Semester (Niveau B1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 224F4617

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.3**  
 Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.02.2024** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr  
 Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen  
 Dozent: Frau Andrea Neef | Kursentgelt: 84,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch



## Englisch – 12. Semester für Senioren (Niveau A2)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 224F4618

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **19.02.2024** | Kurszeit: 15:00 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christel Eberlein | Kursentgelt: 105,- €

## Englisch – 13. Semester (Niveau A2)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 224F4619

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **22.02.2024** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 26 Unterrichtseinheiten | 13 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christel Eberlein | Kursentgelt: 91,- €

## Englisch – 14. Semester (Niveau B1) – Online

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

Der Kurs wird online über vhs.cloud, die Lernplattform des Deutschen Volkshochschulverbandes, durchgeführt. Nach der Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn weitere Informationen.

### Kurs-Nr. 224F4620

Kursort: **Online**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 28 Unterrichtseinheiten | 14 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Frau Gisela Grundmann | Kursentgelt: 98,- €

## Englisch – 15. Semester (Niveau B1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 324F4611

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 205**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 18:15 - 19:45 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Matthias Enderlein | Kursentgelt: 82,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch Easy English





**Sie können leider nicht am gebuchten Kurs teilnehmen? Dann müssen Sie eine schriftliche Kündigung an die VHS schicken.**

## Englisch – 21. Semester für Senioren (Niveau A2)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### **Kurs-Nr. 224F4624**

Kursort: **Schwarzenberg, Schloss, Obere Schlosstraße 36**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **06.03.2024** | Kurszeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Kursdauer: 26 Unterrichtseinheiten | 13 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Dieter Riegel | Kursentgelt: 91,- €

## Englisch – 30. Semester für Senioren (Niveau A2)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### **Kurs-Nr. 424F4618**

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 15:30 - 17:00 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Martina Hilbig | Kursentgelt: 84,- €



## Englisch – Auffrischkurs (Niveau A1) Wiederholen-Aktivieren-Kommunizieren

Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Englischkenntnisse auffrischen möchten. Grundlagen mindestens auf A1-Niveau sollten vorhanden sein.

Er ist für Teilnehmer, die gern reisen und die Welt entdecken, Freude an Natur, Kultur und Landeskunde haben und gern mit Menschen verschiedener Nationalitäten in Kontakt kommen möchten.

### Kurs-Nr. 324F4600

Kursort: **Oberschule Ehrenfriedersdorf, Schillerstraße 26**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.01.2024** | 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Anett Konieczny | Kursentgelt: 105,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

## Englisch – Auffrischkurs für Senioren (Niveau A1) Wiederholen-Aktivieren-Kommunizieren

### Kurs-Nr. 224F4626

Kursort: **Schwarzenberg, Schloss, Obere Schlosstraße 36**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Ines Göbel | Kursentgelt: 70,- €

## Englisch – Auffrischkurs (Niveau A2) Wiederholen-Aktivieren-Kommunizieren

Dieser Kurs eignet sich für diejenigen, die das Niveau A2 fast oder gänzlich abgeschlossen haben und nun ihre Kenntnisse festigen wollen, bevor sie einen B1-Kurs beginnen. Ideal auch für Wiedereinsteiger! Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 224F4621

Kursort: **Johanngeorgenstadt, Grundschule, Schulstraße 15**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Peggy Meysel | Kursentgelt: 84,- €

## Englisch – Auffrischkurs für Senioren (Niveau A2) Wiederholen-Aktivieren-Kommunizieren

### Kurs-Nr. 224F4625

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.3**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Neef | Kursentgelt: 70,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch



## Englisch – Einstiegs- und Auffrischkurs (Niveau A1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit und ohne Vorkenntnisse.

### Kurs-Nr. 324F4612

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 205**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 28 Unterrichtseinheiten | 14 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Matthias Enderlein

Kursentgelt: 98,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch (Easy English A1.1; ISBN: 978-3-06-520805-5)

## Englisch – Auffrischkurs (Niveau A2/B1)

Dieser Kurs wendet sich an Interessenten, die ihre fortgeschrittenen Englischkenntnisse festigen und vervollständigen wollen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 424F4633

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 09:30 - 11:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Bärbel Kinder | Kursentgelt: 70,- €

Bemerkung: Let's enjoy English A 2.2

### Kurs-Nr. 424F4634

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Bärbel Kinder | Kursentgelt: 70,- €

Bemerkung: Let's enjoy English A 2.2 / Wortschatz

### Kurs-Nr. 424F4635

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Bärbel Kinder | Kursentgelt: 70,- €

Bemerkung: Let's enjoy English A 2.2

## Englisch – Auffrischkurs (Niveau B1) – Online Wiederholen – Aktivieren – Kommunizieren

Dieser Kurs eignet sich für diejenigen, die das Niveau B1 fast oder gänzlich abgeschlossen haben und nun ihre Kenntnisse festigen wollen, bevor sie einen B2-Kurs beginnen. Ideal auch für Wiedereinsteiger! Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

Der Kurs wird online über vhs.cloud, die Lernplattform des Deutschen Volkshochschulverbandes, durchgeführt. Nach der Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn weitere Informationen.

### Kurs-Nr. 224F4623

Kursort: **Online**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 32 Unterrichtseinheiten | 16 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Gisela Grundmann | Kursentgelt: 112,- €



## Englisch – Auffrischkurs (Niveau B1/B2) Wiederholen-Aktivieren-Kommunizieren

Dieser Kurs eignet sich für diejenigen, die das Niveau B1 fast oder gänzlich abgeschlossen haben und nun ihre Kenntnisse festigen wollen, bevor sie einen B2-Kurs beginnen. Ideal auch für Wieder-einsteiger! Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 224F4622

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1.8**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 16:45 - 18:15 Uhr

Kursdauer: 22 Unterrichtseinheiten | 11 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Neef | Kursentgelt: 77,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

## Englisch – Auffrischkurs (Niveau C1)

Der Kurs eignet sich für Teilnehmende mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 424F4621

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kathrin Effenberger | Kursentgelt: 105,- €

## Englisch – Konversation (Niveau A2)

In diesem Kurs erlernen und vertiefen Sie die wichtigsten sprachlichen Grundlagen. Sie erproben zahlreiche Strategien, um eine Konversation am Laufen zu halten, und gewinnen so mehr Sicherheit in Gesprächen auf Englisch.

### Kurs-Nr. 324F4615

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **05.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Jack Lujan Bevacqua

Kursentgelt: 70,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch (Lets Talk Now; ISBN: 978-3-12-605555-0)

## Englisch Konversation (Niveau A2/B1)

In diesem Kurs erlernen und vertiefen Sie die wichtigsten sprachlichen Grundlagen. Sie erproben zahlreiche Strategien, um eine Konversation am Laufen zu halten, und gewinnen so mehr Sicherheit in Gesprächen auf Englisch.

### Kurs-Nr. 224F4628

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1.1**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **04.03.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Judith Lorre

Kursentgelt: 70,- €





## Englisch – Konversation (Niveau B2)

Sie möchten Ihre aktiven Kenntnisse pflegen und anwenden oder zu besonderen Schwerpunkten vertiefen. In diesem Kurs können Sie das freie Sprechen und verstehende Hören anhand vieler Übungen weiterentwickeln.

### Kurs-Nr. 524F4615

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 311**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **noch nicht festgelegt, Anmeldungen sind möglich**

Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr | Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Michelle Mai | Kursentgelt: 70,- €

## Englisch für die Reise (Niveau A1)

Einen schönen Urlaub

... können Sie noch besser genießen, wenn Sie sich im Urlaubsland auch sprachlich zurechtfinden. In diesem Kurs werden Sie mit viel Spaß und wenig Grammatikpaukerei nicht nur wichtige Alltagssituationen üben, sondern auch viel über Bräuche und Traditionen in Ihrem Reiseland kennenlernen. Ihr Lehrbuch ist auch nach dem Kurs ein praktischer Reisebegleiter!  
Geringe Vorkenntnisse sind erforderlich.

### Kurs-Nr. 224F4613

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.3**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Neef | Kursentgelt: 84,- €

## Englisch für Wiedereinsteiger

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten.

### Kurs-Nr. 124F4631

Kursort: **Marienberg, Förderschule, Turnvater-Jahn Weg 6, Zimmer 202**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Brigitte Schulz | Kursentgelt: 105,- €

### Kurs-Nr. 124F4630

Kursort: **Marienberg, Förderschule, Turnvater-Jahn Weg 6, Zimmer 203**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.02.2024** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Brigitte Schulz | Kursentgelt: 105,- €

## Let's speak English and have fun

Dieser Kurs wendet sich an Interessentinnen und Interessenten, die ihre fortgeschrittenen Englischkenntnisse festigen und vervollständigen wollen.

### Kurs-Nr. 424F4631

Kursort: **Neukirchen, Mittelschule, Hauptstraße 56, Zimmer 17**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Renate Schneider | Kursentgelt: 105,- €



## Französisch

### Französisch – 1. Semester (Niveau A1)

Dieser Kurs ist für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse geeignet. Im Kurs werden der Grundwortschatz, gängige Redewendungen und grammatikalische Grundstrukturen erarbeitet.

**Kurs-Nr. 124F4801**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Andrea Weghenkel | Kursentgelt: 105,- € | Bemerkung zzgl. Lehrbuch

### Französisch – 2. Semester (Niveau A1)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Sie erweitern Ihren Grundwortschatz und Ihre Grammatikkenntnisse.

**Kurs-Nr. 324F4810**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 205**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **13.03.2024** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Marianne Fournier-Roch | Kursentgelt: 70,- € | Bemerkung zzgl. Lehrbuch

**Kurs-Nr. 224F4810**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 17:45 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Ines Göbel | Kursentgelt: 84,- €

### Französisch – 6. Semester (Niveau A1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

**Kurs-Nr. 224F4811**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Ines Göbel | Kursentgelt: 84,- €

### Französisch – Aufbaukurs (Niveau A1)

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmer, die bereits ein bis zwei Semester Französisch gelernt haben und über entsprechende Vorkenntnisse verfügen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

**Kurs-Nr. 324F4811**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 205**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **14.03.2024** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Marianne Fournier-Roch | Kursentgelt: 70,- €

Bemerkung: zzgl. Lehrbuch (Voyages Neu A1; ISBN: 978-3-12-529412-7)



**SCHNELL UND  
KOMFORTABEL  
ANMELDEN:**

**www.vhs-  
erzgebirgskreis.de**

## Französisch – Aufbaukurs (Niveau A2)

Im Laufe der letzten Semester haben wir unsere Reise durch die französische Sprache gestartet. Dabei haben wir gute grammatische Grundlagen sowie einen vielfältigen Wortschatz erworben. Unser Ziel ist es jetzt, Sicherheit beim Reden zu gewinnen. Unsere Kenntnisse sollen gefestigt werden, indem wir das Erlernte gezielt beim Hören und vor allem beim Sprechen anwenden. Mit einfachen Redewendungen und Sätzen sollen wir in der Lage sein, uns leichter in alltäglichen Situationen zu verständigen. Bei Bedarf werden Wortschatz und Grammatik aufgefrischt und ergänzt. Dieser Kurs ist für Interessenten geeignet, die das Niveau A1 (ca. 100 UE) erreicht haben und Lust am Sprechen haben.

### **Kurs-Nr. 224F4813**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.2**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Caroline Francois | Kursentgelt: 70,- €

## Entdeckungsreise durch die französische Kultur (Niveau A2)

In einer entspannten Atmosphäre werden wir unsere Kenntnisse der französischen Sprache durch diverse kulturelle Medien auffrischen und festigen. Zu dem Programm gehören unter anderem Lieder von heute und damals, Filme... Neben der Erweiterung des Wortschatzes werden grammatische Strukturen bei Bedarf wiederholt und Redewendungen geübt. Hier gilt trotz alledem die goldene Regel, Vergnügen und Lernen zusammen zu verbinden.

Voraussetzung: gute Vorkenntnisse (ca. 120 UE)

### **Kurs-Nr. 224F4812**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.2**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Caroline Francois | Kursentgelt: 70,- €



## Italienisch

### Italienisch – 2. Semester (Niveau A1)

Die hier aufgeführten Kurse eignen sich für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Sie erlernen einen Grundwortschatz und erwerben erste Grammatikkenntnisse. Wenn Sie schon einmal Italienisch gelernt haben, aber glauben, alles vergessen zu haben, lassen Sie sich beraten. Wahrscheinlich können Sie gleich in ein höheres Semester oder einen Auffrischkurs einsteigen.

#### Kurs-Nr. 324F4900

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 208**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **31.01.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Gabriela Schleinitz | Kursentgelt: 82,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

### Italienisch für die Reise (Niveau A1)

Einen schönen Urlaub

... können Sie noch besser genießen, wenn Sie sich im Urlaubsland auch sprachlich zurechtfinden.

In diesem Kurs werden Sie mit viel Spaß und wenig Grammatikpaukerei nicht nur wichtige Alltagssituationen üben, sondern auch viel über Bräuche und Traditionen in Ihrem Reiseland kennenlernen. Ihr Lehrbuch ist auch nach dem Kurs ein praktischer Reisebegleiter!

Geringe Vorkenntnisse sind erforderlich.

#### Kurs-Nr. 224F4900

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **05.03.2024** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 28 Unterrichtseinheiten | 14 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Katrin Hernandez | Kursentgelt: 98,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

### Entdeckungsreise durch die italienische Sprache (Niveau A2)

In einer entspannten Atmosphäre werden wir unsere Kenntnisse der italienischen Sprache durch diverse kulturelle Medien auffrischen und festigen, u.a. durch das Lesen von Artikeln und Buchauszügen, durch Lieder und Filme. Neben der Erweiterung des Wortschatzes werden grammatische Strukturen wiederholt und Redewendungen geübt. Hier gilt trotz alledem die goldene Regel, Vergnügen und Lernen zu verbinden.

Voraussetzung: gute Vorkenntnisse (ca. 200 UE)

#### Kurs-Nr. 224F4911

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.2**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Caroline Francois | Kursentgelt: 70,- €

### Parlare l'italiano (Niveau A1)

Dieser Kurs ist für Teilnehmende geeignet, die Grundkenntnisse besitzen und diese auffrischen und vertiefen möchten.

#### Kurs-Nr. 424F4910

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8,**

**Schulungsraum 2** | Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.02.2024**

Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr | Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Katrin Hernandez | Kursentgelt: 105,- €

Bemerkung: Verwendetes Lehrbuch: Azzurro, Klett-Verlag





## Spanisch

### Spanisch 1. Semester (Niveau A1)

Die hier aufgeführten Kurse eignen sich für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Sie erlernen einen Grundwortschatz und erwerben erste Grammatikkenntnisse. Wenn Sie schon einmal Spanisch gelernt haben, aber glauben, alles vergessen zu haben, lassen Sie sich beraten. Wahrscheinlich können Sie gleich in ein höheres Semester oder einen Auffrischkurs einsteigen.

#### Kurs-Nr. 324F4M00

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **31.01.2024** | Kurszeit: 18:45 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Gabriela Schleinitz | Kursentgelt: 82,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

#### Kurs-Nr. 224F4M00

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.2**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **11.03.2024** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Olena Artemenko | Kursentgelt: 84,- €

### Spanisch – 2. Semester (Niveau A1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

#### Kurs-Nr. 224F4M11

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.02.2024** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 28 Unterrichtseinheiten | 14 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Olena Artemenko | Kursentgelt: 98,- €

#### Kurs-Nr. 524F4M01

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 302**

Kursbeginn: **Kursbeginn noch nicht festgelegt, Anmeldungen sind möglich**

Kurszeit: 17:15 - 18:45 Uhr | Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Dozent wird noch bekannt gegeben | Kursentgelt: 105,- €

#### Kurs-Nr. 224F4M10

Kursort: **Schwarzenberg, BSZ, Steinweg 10 (Am Hofgarten), Zimmer 004**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Sabine Müller | Kursentgelt: 70,- €

### Spanisch - 4. Semester (Niveau A1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

#### Kurs-Nr. 224F4M12

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Jana Tronnier-Günther | Kursentgelt: 105,- €



## Spanisch – Auffrischkurs (Niveau A1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 124F4M01

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Rafael Gamez | Kursentgelt: 105,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

## Spanisch für die Reise (Niveau A1)

Einen schönen Urlaub

... können Sie noch besser genießen, wenn Sie sich im Urlaubsland auch sprachlich zurechtfinden.

In diesem Kurs werden Sie mit viel Spaß und wenig Grammatikpaukerei nicht nur wichtige Alltagssituationen üben, sondern auch viel über Bräuche und Traditionen in Ihrem Reiseland kennenlernen.

Ihr Lehrbuch ist auch nach dem Kurs ein praktischer Reisebegleiter!

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

### Kurs-Nr. 224F4M01

Kursort: **Schwarzenberg, BSZ, Steinweg 10 (Am Hofgarten), Zimmer 004**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Sabine Müller | Kursentgelt: 70,- €

## Eine Reise auf dem Jakobsweg

Anhand der Texte des Lehrbuchs „El Camino de las Estrellas“ pilgern wir mit der Journalistin Amy Randall, die eine Reisereportage schreiben soll, den Jakobsweg entlang. Dabei entdecken wir die Sehenswürdigkeiten, die typische Gastronomie, Legenden und Volksfeste der bekanntesten Orte, die dem Pilgerer auf dem Jakobsweg in Spanien begegnen. Ganz nebenbei erweitern wir so unseren Wortschatz und üben uns darin, Textinhalte richtig zu erfassen.

Teilnahmevoraussetzung: Gute Grundkenntnisse Spanisch

### Kurs-Nr. 224F4M16

Kursort: **Schwarzenberg, BSZ, Steinweg 10 (Am Hofgarten), Zimmer 003**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Sabine Müller | Kursentgelt: 70,- €





## Spanisch für Fortgeschrittene (Niveau B1/B2)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer mit soliden Vorkenntnissen auf Niveau B1.

### Kurs-Nr. 224F4M15

Kursort: **Schwarzenberg, BSZ, Steinweg 10 (Am Hofgarten), Zimmer 003**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **11.03.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Anja Krasselt-Uhrner | Kursentgelt: 70,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

## Spanisch fürs Leben (Niveau A2)

„Spanisch fürs Leben“ – Was soll das für ein Kurs sein?

Wenn Sie sich das fragen, ist Ihr Interesse bereits geweckt. Wir sind eine lustige Truppe y para no nosotros el español no tiene prioridad. Wir lernen nicht nur spanische Vokabeln oder erfinden spanische Rätsel oder cantamos en español, wir tauschen uns auch gerne mal über die alltäglichen Widrigkeiten aus y disfrutamos un momento de alegría.

Wenn Sie bereits über spanische Grundlagen verfügen und diese spanischen Sätze verstehen, dann ¡Bienvenidos a la clase extraordinaria de español!

Wir freuen uns über jeden Quereinsteiger! ¡Hasta pronto!

### Kurs-Nr. 224F4M14

Kursort: **Schwarzenberg, BSZ, Steinweg 10 (Am Hofgarten), Zimmer 003**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 16:45 - 18:15 Uhr

Kursdauer: 26 Unterrichtseinheiten | 13 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Jana Tronnier-Günther | Kursentgelt: 91,- €

**SCHNELL UND  
KOMFORTABEL  
ANMELDEN:**

**www.vhs-  
erzgebirgskreis.de**

ESPAÑOL



## Tschechisch – Präsenzkurse

### Tschechisch – 1. Semester (Niveau A1)

Die hier aufgeführten Kurse eignen sich für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Sie erwerben einen Grundwortschatz und erste Grammatikkenntnisse.

Wenn Sie schon einmal Tschechisch gelernt haben, aber glauben, alles vergessen zu haben, lassen Sie sich beraten. Wahrscheinlich können Sie gleich in ein höheres Semester.



#### Kurs-Nr. **324F4N14**

Kursort: **Annaberg-B., Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 205**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 18:45 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Sarka Bouizem | Kursentgelt: 70,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

#### Kurs-Nr. **124F4N01**

Kursort: **Marienberg, Förderschule, Turnvater-Jahn Weg 6, Zimmer 205**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **04.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stepanka Fischerova | Kursentgelt: 105,- €

#### Kurs-Nr. **124F4N00**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **04.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Dr. Marie Svacinova | Kursentgelt: 105,- €

Sie können  
leider nicht am  
gebuchten  
Kurs teilnehmen?  
Dann müssen Sie eine  
schriftliche Kündigung  
an die VHS  
schicken.





## Tschechisch – 1. Semester (Niveau A1) – Online

Lernen Sie mit uns live im virtuellen Klassenzimmer, flexibel und interaktiv mit Ihrem persönlichen Sprachtrainer vom Büro aus oder von unterwegs - Sie benötigen dafür lediglich einen Laptop oder ein Tablet und eine schnelle Internetverbindung!

Mit der E-Learning-Methode bieten wir Privatpersonen als auch Firmen eine flexible und effiziente Möglichkeit zur Weiterbildung, die sie flexibel in ihren straff durchgeplanten (Berufs-)Alltag integrieren können. Unsere Dozentin sorgt dafür, dass Sie Ihr Sprachziel schnell und sicher erreichen. Sie können Ihre Sprachkenntnisse im Gruppentraining ortsungebunden ausbauen und sparen dabei wertvolle Zeit - mit dem Virtual Classroom bleiben Sie stets flexibel!

### Systemvoraussetzungen:

- Schneller Internetzugang
- Desktop-Computer oder Laptop (Windows, Mac)
- Alternativ Android/iOS-Tablet
- Webcam
- Headset oder Kopfhörer und Tischmikrofon

### Ihre Vorteile im Überblick:

- Zeitersparnis
- Flexibles und ortsunabhängiges Lernen
- Interaktives Lernen
- Verbessern Sie Ihre aktiven und passiven Sprachkenntnisse
- Qualifizierte, muttersprachliche Trainerin
- Digitale Lehrmaterialien
- Persönlicher Sprachunterricht
- Schnelle Lernfortschritte



### Der Unterricht beinhaltet:

- Maßgeschneiderten Live-Unterricht mit Echtzeit-Video-Kommunikation
- Unterstützende Lehrmaterialien, Präsentationen, Video- und Audiodateien
- Zwischen- und Abschlusstests, für messbaren Erfolg
- Ständiges Feedback von Ihrer Sprachtrainerin

Für die Verbindung zwischen Schüler und Lehrer sorgt die VHS-Cloud, die sie als Kursteilnehmer unserer VHS kostenfrei downloaden können!

### Kurs-Nr. 124F4N04

Kursort: **Online**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **07.03.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stepanka Fischerova | Kursentgelt: 105,- €

### Kurs-Nr. 224F4N00

Kursort: **Online**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **06.03.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 26 Unterrichtseinheiten | 13 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Monika Mastalirska | Kursentgelt: 91,- €



**SCHNELL UND  
KOMFORTABEL  
ANMELDEN:**

**www.vhs-  
erzgebirgskreis.de**

## Tschechisch – 2. Semester (Niveau A1)

Die hier aufgeführten Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnisse. Sie erwerben einen Grundwortschatz und erste Grammatikkenntnisse. Wenn Sie schon einmal Tschechisch gelernt haben, aber glauben, alles vergessen zu haben, lassen Sie sich beraten. Wahrscheinlich können Sie gleich in ein höheres Semester oder einen Auffrischkurs einsteigen.

### **Kurs-Nr. 324F4N15**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 18:45 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Sarka Bouizem | Kursentgelt: 70,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

## Tschechisch – 3. Semester (Niveau A1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### **Kurs-Nr. 124F4N07**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **04.03.2024** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Dr. Marie Svacinova | Kursentgelt: 105,- €



## Tschechisch – 3. Semester (Niveau A1) – Online

Lernen Sie mit uns live im virtuellen Klassenzimmer, flexibel und interaktiv mit Ihrem persönlichen Sprachtrainer vom Büro aus oder von unterwegs - Sie benötigen dafür lediglich einen Laptop oder ein Tablet und eine schnelle Internetverbindung!

Mit der E-Learning-Methode bieten wir Privatpersonen als auch Firmen eine flexible und effiziente Möglichkeit zur Weiterbildung, die sie flexibel in ihren straff durchgeplanten (Berufs-)Alltag integrieren können. Unsere Dozentin sorgt dafür, dass Sie Ihr Sprachziel schnell und sicher erreichen. Sie können Ihre Sprachkenntnisse im Gruppentraining ortsungebunden ausbauen und sparen dabei wertvolle Zeit - mit dem Virtual Classroom bleiben Sie stets flexibel!

### Systemvoraussetzungen

- Schneller Internetzugang
- Desktop-Computer oder Laptop (Windows, Mac)
- Alternativ Android/iOS-Tablet
- Webcam
- Headset oder Kopfhörer und Tischmikrofon

### Ihre Vorteile im Überblick:

- Zeitersparnis
- Flexibles und ortsunabhängiges Lernen
- Interaktives Lernen
- Verbessern Sie Ihre aktiven und passiven Sprachkenntnisse
- Qualifizierte, muttersprachliche Trainerin
- Digitale Lehrmaterialien
- Persönlicher Sprachunterricht
- Schnelle Lernfortschritte

### Der Unterricht beinhaltet:

- Maßgeschneiderten Live-Unterricht mit Echtzeit-Video-Kommunikation
- Unterstützende Lehrmaterialien, Präsentationen, Video- und Audiodateien
- Zwischen- und Abschlusstests, für messbaren Erfolg
- Ständiges Feedback von Ihrer Sprachtrainerin

Für die Verbindung zwischen Schüler und Lehrer sorgt die VHS-Cloud, die sie als Kursteilnehmer unserer VHS kostenfrei downloaden können!

### Kurs-Nr. 124F4N05

Kursort: **Online**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stepanka Fischerova | Kursentgelt: 105,- €





## Tschechisch – 4. Semester (Niveau A1) – Online

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

Der Kurs wird online über Google Meet mit Hilfe von Google Classroom durchgeführt. Nach der Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn eine Einladung zu Google Meet und den Zugangscode zu Google Classroom sowie weitere Informationen. Für Google Classroom brauchen Sie eine Gmail-Adresse, um deren Mitteilung wir Sie bitten.

Technische Voraussetzungen: Computer oder Laptop mit Internetzugang, Kamera, Mikrofon (Als Browser wird Chrome oder Firefox empfohlen).

### Kurs-Nr. 224F4N10

Kursort: **Online**

Kurstag: Montag + Donnerstag | Kursbeginn: **26.02.2024** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 56 Unterrichtseinheiten | 28 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Monika Mastalirska | Kursentgelt: 196,- €

## Tschechisch – 6. Semester (Niveau A2)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 324F4N11

Kursort: „**Gemeinsame Mitte**“ **Bärenstein-Vejprty, Grenzstraße 10, Bärenstein**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 16:15 - 17:45 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Jaroslava Vyborna | Kursentgelt: 120,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

### Kurs-Nr. 324F4N12

Kursort: „**Gemeinsame Mitte**“ **Bärenstein-Vejprty, Grenzstraße 10, Bärenstein**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Jaroslava Vyborna | Kursentgelt: 120,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

## Tschechisch – 7. Semester (Niveau A2)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

### Kurs-Nr. 224F4N11

Kursort: **Schwarzenberg, BSZ, Steinweg 10 (Am Hofgarten), Zimmer 115**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 26 Unterrichtseinheiten | 13 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Elena Blechschmidt | Kursentgelt: 91,- €





## Tschechisch – 8. Semester (Niveau A2) – Online

Lernen Sie mit uns live im virtuellen Klassenzimmer, flexibel und interaktiv mit Ihrem persönlichen Sprachtrainer vom Büro aus oder von unterwegs - Sie benötigen dafür lediglich einen Laptop oder ein Tablet und eine schnelle Internetverbindung!

Mit der E-Learning-Methode bieten wir Privatpersonen als auch Firmen eine flexible und effiziente Möglichkeit zur Weiterbildung, die sie flexibel in ihren straff durchgeplanten (Berufs-)Alltag integrieren können. Unsere Dozentin sorgt dafür, dass Sie Ihr Sprachziel schnell und sicher erreichen. Sie können Ihre Sprachkenntnisse im Gruppentraining ortsungebunden ausbauen und sparen dabei wertvolle Zeit - mit dem Virtual Classroom bleiben Sie stets flexibel!

### Systemvoraussetzungen

- Schneller Internetzugang
- Desktop-Computer oder Laptop (Windows, Mac)
- Alternativ Android/iOS-Tablet
- Webcam
- Headset oder Kopfhörer und Tischmikrofon

### Ihre Vorteile im Überblick:

- Zeitersparnis
- Flexibles und ortsunabhängiges Lernen
- Interaktives Lernen
- Verbessern Sie Ihre aktiven und passiven Sprachkenntnisse
- Qualifizierte, muttersprachliche Trainerin
- Digitale Lehrmaterialien
- Persönlicher Sprachunterricht
- Schnelle Lernfortschritte



### Der Unterricht beinhaltet:

- Maßgeschneiderten Live-Unterricht mit Echtzeit-Video-Kommunikation
- Unterstützende Lehrmaterialien, Präsentationen, Video- und Audiodateien
- Zwischen- und Abschlusstests, für messbaren Erfolg
- Ständiges Feedback von Ihrer Sprachtrainerin

Für die Verbindung zwischen Schüler und Lehrer sorgt die VHS-Cloud, die sie als Kursteilnehmer unserer VHS kostenfrei downloaden können!

### Kurs-Nr. 124F4N23

Kursort: **Online**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **01.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stepanka Fischerova | Kursentgelt: 105,- €

## Tschechisch – 10. Semester (Niveau B1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest

### Kurs-Nr. 124F4N24

Kursort: **Marienberg, Förderschule, Turnvater-Jahn Weg 6, Zimmer 205**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **04.03.2024** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stepanka Fischerova | Kursentgelt: 105,- €

# ANSPRECHPARTNER DER VHS

Ingo Haubold



Steffen Wöb



ARBEIT & BERUF



Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Sie setzt an bei Kompetenzen wie der Lernfähigkeit, den Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den neuen Medien stellt einen Schwerpunkt des Programmbereichs „Arbeit und Beruf“ dar.

Ebenfalls stark vertreten sind Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen in kaufmännischen, betriebswirtschaftlichen und technischen Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen.

Querschnittskompetenzen, die berufliche und persönliche Kompetenzen (Rhetorik, Selbstmarketing, Kreativitätstrainings) stärken, runden das Angebot ab. Beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse finden sich aber auch im Angebot anderer Programmbereiche: zum Beispiel interkulturelle Kompetenztrainings, Angebote der betrieblichen Gesundheitsvorsorge, berufsbezogene Sprachkurse oder Vortragsreihen.





## IT- | Medien-Grundlagen | allgemeine Anwendungen

### 3D-Druck ist kein Hexenwerk

3D-Druck ist eine faszinierende Technologie, die es Ihnen ermöglicht, fast alles zu erschaffen, was Sie sich vorstellen können.

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen des 3D-Drucks mit FDM (Fused Deposition Modeling), einer der beliebtesten und kostengünstigsten Methoden. Sie erfahren, wie Sie 3D-Modelle entwerfen, bearbeiten und drucken können, welche Einstellungen Sie verwenden sollten und wie Sie häufige Probleme vermeiden oder beheben können.

Der Kurs richtet sich an Anfänger oder Interessierte, die keine oder wenig Erfahrung mit 3D-Druck haben. Am Ende des Kurses werden Sie in der Lage sein, Ihre eigenen 3D-gedruckten Objekte mit nach Hause zu nehmen.

#### **Kurs-Nr. 324F5181**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 203**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **20.01.2024** | Kurszeit: 09:30 - 12:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Anton Peter

Kursentgelt: 48,- € | Bemerkung: USB-Stick (mind. 8 GB)

### Mach was mit 3D-Druck!

Entdecken Sie den Prozess des Designs und des 3D-Drucks, von der Idee bis zu dem Moment, in dem das Produkt Ihre Hände erreicht, einfach, schnell und für Jeden zugänglich, der Zugang zu einem Computer hat. Sie kombinieren Kreativität und Funktionalität, entwerfen und drucken 3D-Objekte, die Ihnen im Alltag helfen.

Der Kurs richtet sich an Interessierte, die erste Einblicke mit 3D-Druckern erhalten möchten. Sie benötigen keine Vorerfahrungen im Umgang mit CAD-Programmen und 3D-Druckern.

#### **Kurs-Nr. 124F5180**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **16.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Steffen Wöß | Kursentgelt: 48,- €

### ChatGPT im Alltag – wie Sie die künstliche Intelligenz als Assistenz nutzen können

ChatGPT ist seit seiner Veröffentlichung Ende 2022 in aller Munde. Der textbasierte Chatbot nutzt künstliche Intelligenz, um Texte zu verarbeiten und neue Inhalte zu produzieren. Durch sehr echt wirkende Gespräche ermöglicht er eine völlig neue Form der Kommunikation zwischen Mensch und Maschine. Die Nutzung von ChatGPT ist kostenlos und funktioniert ebenso auf Deutsch.

In diesem Kurs erhalten Sie ein tiefgründiges Verständnis für ChatGPT. Sie erfahren, wie er Texte generiert und verschiedene Aufgaben ausführt, wie z. B. Übersetzung, Zusammenfassung und Textvervollständigung. Außerdem lernen Sie Grenzen und Herausforderungen kennen.

Anhand verschiedener Übungen können Sie die Anwendung von ChatGPT direkt im Kurs ausprobieren. (Für diesen Teil des Kurses ist es notwendig, dass Sie sich unter [chat.openai.com](https://chat.openai.com) mit Name, E-Mail Adresse und Telefonnummer registrieren. Idealerweise erledigen Sie das bereits vor dem Kurs.) - Ansonsten steht es Ihnen frei, lediglich zuzuschauen.



### Kurs-Nr. 324F5150

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 203**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.04.2024** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Anton Peter

### Kurs-Nr. 124F5150

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kursbeginn: **04.04.2024** | Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Anton Peter

## CorelDraw Grundkurs

Wenn Sie etwas frei gestalten wollen, ist das ihr Kurs. Arbeiten mit Vektorgrafiken, bedeutet Objekte frei gestalten zu können. Ob Fotos oder Logos, Sie begnügen sich nicht mit dem Anordnen, sondern setzen eigene Ideen um. Mächtige Werkzeuge helfen Ihnen dabei, diese Wirklichkeit werden zu lassen. Grafische Objekte erstellen, bearbeiten und platzieren; Grafikelemente einfügen und verformen; Grafiktext erstellen und bearbeiten; Mengentext eingeben und bearbeiten; Arbeiten mit Ebenen; Umrisse und Füllungen.



### Kurs-Nr. 524F5170

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 310**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **05.03.2024** bis **19.03.2024**

Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr | Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 70,- €

## Einstieg in die Fotobearbeitung

Fotografieren ist anspruchsvoll. Es braucht nicht nur Kreativität, den richtigen Moment und ein gutes Auge für's Motiv, um überzeugende Ergebnisse zu erzielen. Sie sollten auch die moderne Technik beherrschen, zu der die digitale Bildbearbeitung gehört. In diesem Einsteigerkurs lernen Sie wichtige Tools kennen, mit denen Sie das Beste aus Ihren Fotos herausholen. Unser Kurs zeigt Ihnen, wie sie diese Werkzeuge anwenden und tolle Bilderergebnisse erzielen.

### Kurs-Nr. 224F5104

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **09.04.2024** | Kurszeit: 17:45 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hans-Jürgen Gruber | Kursentgelt: 18,- €

## Einstieg in PowerPoint

In diesem Anfängerkurs lernen Sie die Grundlagen der Foliengestaltung kennen. zu den Inhalten gehören u.a. Folien- und Textgestaltung, Grafiken und Medien einbinden, Diagramme erstellen und gestalten sowie die Steuerung von Präsentationen.

### Kurs-Nr. 224F5102

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße. 28, Zimmer 1**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **15.05.2024** | Kurszeit: 17:45 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hans-Jürgen Gruber | Kursentgelt: 18,- €



## Excel Aufbaukurs

In diesem Kurs werden die im Excel-Grundkurs erworbenen Fähigkeiten mit speziellen Übungen am Computer vertieft. Durch eigenes Arbeiten am Computer werden Unsicherheiten beseitigt. Dieser Kurs ist für Kursteilnehmer gedacht, die den Excel-Grundkurs besucht haben, oder über einen ähnlichen Kenntnisstand verfügen.

### Kurs-Nr. 524F5143

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 310**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Dozent wird noch bekannt gegeben | Kursentgelt: 84,- € | Bemerkung: Schreibmaterial

## Excel Grundkurs

Die Teilnehmer sollten Kenntnisse im Umgang mit dem Computer haben. Lernen Sie anhand anschaulicher Beispiele den Umgang mit dem Programm Excel kennen und für Ihre privaten und beruflichen Aufgabenstellungen nutzen. Tabellenaufbau und -gestaltung, Formeln, Funktionen, Namen, Tabellen, Arbeitsmappen, Grafiken und die Erstellung von Diagrammen.

### Kurs-Nr. 124F5140

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **05.03.2024** | Kurszeit: 17:30 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Ingo Haubold | Kursentgelt: 96,- €

### Kurs-Nr. 524F5140

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 310**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.01.2024** | Kurszeit: 18:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Dozent wird noch bekannt gegeben | Kursentgelt: 96,- €

## Excel kompetent nutzen

Täglich arbeiten tausende Menschen mit dem Tabellenkalkulationsprogramm Microsoft Excel. Vieles wird routinemäßig auf immer die gleiche, manchmal umständliche Art und Weise erledigt, ohne die vielfältigen Möglichkeiten dieser gigantischen „Toolsammlung“ zu kennen oder gar zu nutzen. Dieses Tagesseminar richtet sich an Menschen, die mit Excel arbeiten, aber nie eine professionelle Einführung bekommen haben und nun erfahren wollen, wie sie Excel effizienter und zeitsparender nutzen können und welche Möglichkeiten das Programm für fortgeschrittene Nutzer bietet.

### Kurs-Nr. 224F5103

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Str. 28, Zimmer 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **09.04.2024**

Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr | Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten

4 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Hans-Jürgen Gruber

Kursentgelt: 36,- €

**SCHNELL UND  
KOMFORTABEL  
ANMELDEN:**

**www.vhs-  
erzgebirgskreis.de**



**Melden Sie sich  
vor Kursbeginn an,  
so verpassen Sie  
kein Wissen!  
Buchen Sie noch heute  
Ihren Platz und  
sichern Sie sich  
den Kurs.**

## Excel Tageskurs

Täglich arbeiten tausende Menschen mit dem Tabellenkalkulationsprogramm Microsoft Excel. Vieles wird routinemäßig auf immer die gleiche, manchmal umständliche Art und Weise erledigt, ohne die vielfältigen Möglichkeiten dieser gigantischen „Toolsammlung“ zu kennen oder gar zu nutzen. Dieses Tagesseminar richtet sich an Menschen, die mit Excel arbeiten, aber nie eine professionelle Einführung bekommen haben und nun erfahren wollen, wie sie Excel effizienter und zeitsparender nutzen können und welche Möglichkeiten das Programm für fortgeschrittene Nutzer bietet.

### Kurs-Nr. 424F5140

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, PC-Kabinett**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **09.03.2024** | Kurszeit: 08:30 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 48,- €

Bemerkung: Der Besuch eines Computer-Grundkurses oder vergleichbare Kenntnisse werden vorausgesetzt.

## Excel Übersichtskurs

Täglich arbeiten tausende Menschen mit dem Tabellenkalkulationsprogramm Microsoft Excel. Vieles wird routinemäßig auf immer die gleiche, manchmal umständliche Art- und Weise erledigt, ohne die vielfältigen Möglichkeiten dieser gigantischen „Toolsammlung“ zu kennen oder gar zu nutzen. Dieses Tagesseminar richtet sich an Menschen, die mit Excel arbeiten, aber nie eine professionelle Einführung bekommen haben und nun erfahren wollen, wie sie Excel effizienter und zeitsparender nutzen können und welche Möglichkeiten das Programm für fortgeschrittene Nutzer bietet.

### Kurs-Nr. 324F5140

Kursort: **Annaberg-B., Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 203**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **04.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 72,- €

Bemerkung: Der Besuch eines Computer-Grundkurses oder vergleichbare Kenntnisse werden vorausgesetzt.



## Fit im Beruf – Word, Excel und Outlook im Büro

Sie möchten Briefe, Texte und Protokolle erstellen? Microsoft Word bietet Ihnen viele Möglichkeiten, Ihren täglichen Schriftverkehr schnell und effizient zu bewältigen. In diesem Kurs für Anfänger erlangen Sie die Fähigkeit, Ihre Texte und Briefe professionell zu erstellen und zu gestalten.

In Excel können Sie Tabellen selbst erstellen, Berechnungen durchführen, Tabellen formatieren, ausdrucken und die Zahlen grafisch darstellen.

Und in Outlook finden Sie sich nach dem Kurs in den Bereichen E-Mail, Kalender, Kontakte und Aufgaben gut zurecht und nutzen diese mit all ihren Möglichkeiten.

### Kurs-Nr. 224F5101

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 17:45 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hans-Jürgen Gruber | Kursentgelt: 65,- €

## Ihr eigenes Heimnetzwerk und smarte Geräte – Alexa, Siri und weitere Helfer

Neben Notebook, Tablet und Smartphone ziehen immer mehr internetfähige Haushaltsgeräte in unser Zuhause ein: Inzwischen sind auch Fernseher, Waschmaschine oder Saugroboter mit dem Internet verbunden. Diese Geräte mit Computer oder Tablet untereinander oder mit dem Internet zu verbinden, fällt Ihnen nach diesem Kurs leicht. Sie lernen die Funktionsweise von Heimnetzwerken mit ihren Möglichkeiten und Risiken kennen. Des Weiteren wird erklärt, wie diverse SmartHome-Geräte miteinander und mit Ihrem Heimnetz verbunden werden und über diverse Assistenten gesteuert werden. Bei allem Komfort, den das „Smart Living“ bietet, sollten aber auch Sicherheitsempfehlungen gegeben werden, denn es ist über verschiedene Methoden möglich, Accounts und/oder die Geräte zu übernehmen und für fremde Zwecke einzusetzen.

### Kurs-Nr. 224F5105

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **23.04.2024** | Kurszeit: 17:45 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hans-Jürgen Gruber | Kursentgelt: 18,- €

**Kurse mit  
zu wenigen  
Anmeldungen  
werden vor dem  
Kursbeginn abgesagt.  
Sie erhalten für diesen  
Fall von uns eine  
Information.**





## Keine Scheu vor PC und www – Computer Grundkurs

Der Kurs wendet sich vorwiegend an diejenigen, die Interesse am Umgang mit dem Computer haben, bisher aber noch wenig Gelegenheit dazu hatten. Sie erlernen die grundlegenden Fertigkeiten im Umgang mit dem Computer und dem Internet.

Neben den grundlegenden Sachkompetenzen stehen der reflektierte Umgang der Teilnehmenden mit digitaler Technik und deren kritische Nutzung im Hinblick auf die eigene Nachrichten- und Informationskompetenz im Mittelpunkt des Kurses:

- Sicherheitseinstellungen, Passwörter
- Software-Updates
- Identifikation von Einfallstoren für Schadsoftware
- Unterscheidung von Spam- und Phishing-Mails von seriösen Mails etc.
- fachkundige Informationsbeschaffung und -verarbeitung
- sichere Anwendung mit den entsprechenden Schutzfunktionen (Zugriffsbeschränkungen, Speicherschutz, begrenzte Benutzerrechte)
- Kennenlernen grundlegender Sachkompetenzen

Der Kurs wird im Rahmen des Projektes hiERZulande Medienbildung durch die VHS Erzgebirgskreis angeboten. Das Projekt wird gefördert durch die Sächsische Landesanstalt für privaten Rundfunk und neue Medien (SLM).

### Kurs-Nr. 324F5100

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 203**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **20.02.2024** | Kurszeit: 09:00 - 13:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 25,- €

### Kurs-Nr. 424F5101

Kursort: **Stollberg, Medienpädagog. Zentrum, Parkstraße 8, PC-Kabinett**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.02.2024** | Kurszeit: 09:00 - 13:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 25,- €

### Kurs-Nr. 224F5100

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hans-Jürgen Gruber | Kursentgelt: 25,- €

### Kurs-Nr. 124F5100

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **17.01.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Steffen Wöb | Kursentgelt: 25,- €



## Präsentationen mit PowerPoint

Das Programm PowerPoint bietet eine ideale Grundlage, um Präsentationen am Bildschirm oder Beamer wiederzugeben sowie Handouts für Besprechungen zu erstellen. Im Kurs lernen Sie das Erstellen und Gestalten von Folien, das Einbinden von Grafiken, Videos, Musik und das Anwenden von Animationen in einer Präsentation.

### Kurs-Nr. 524F5150

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 310**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **27.05.2024** | Kurszeit: 18:00 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Dozent wird noch bekannt gegeben | Kursentgelt: 54,- € | Bemerkung: Schreibmaterial

## Smartphone und Tablet sicher nutzen (Android)

Sie erlernen einfach und praxisorientiert den Umgang mit Ihrem Android-Smartphone bzw. Tablet. Erläuterung der Grundlagen, Telefonanrufe tätigen, Kontakte erstellen, SMS und E-Mails senden und empfangen, im Internet mit WLAN zu surfen, Umgang und Nutzung des digitalen Terminkalenders, eines Navigationsprogramms und der Kamera, die Nutzung weiterer Apps bzw. Widgets (Programme) auf Ihr Gerät wie u.a. für ÖPNV (Bahn, Bus), Mediatheken, Onlinemedien, Internet-Radio sowie viele nützliche Tools.

Brauchen Sie ein Diktiergerät? Sie möchten die Tankstelle mit dem günstigsten Preis wissen...? Nehmen Sie doch Ihr Smartphone. Bringen Sie bitte auch das Ladekabel und einen Netzstecker für Ihr Gerät mit. Dieser Kurs ist nur für Smartphones mit dem Betriebssystem „Android“ geeignet.

### Kurs-Nr. 324F5110

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 203**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **19.04.2024** | Kurszeit: 09:00 - 11:45 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Anton Peter | Kursentgelt: 25,- €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel.

### Kurs-Nr. 224F5110

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Constanze Möckel | Kursentgelt: 25,- €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel

### Kurs-Nr. 124F5110

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **05.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Ingo Haubold | Kursentgelt: 25,- €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel



### Kurs-Nr. 424F5113

Kursort: **Stollberg, Medienpädag. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **11.03.2024** | Kurszeit: 09:30 - 11:45 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hansjörg Hartzsch | Kursentgelt: 25,- €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel

### Kurs-Nr. 524F5111

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 310**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **noch nicht festgelegt, Anmeldungen sind möglich**

Kurszeit: 15:30 - 17:45 Uhr | Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Nils Schwabe | Kursentgelt: 25,- €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel

## Smartphone und Tablet sicher nutzen (Android) Aufbaukurs

Sie nutzen Ihr Smartphone/Tablet im täglichen Alltag schon vielfältig, haben aber noch Fragen zum Dokumentenmanagement (z. B. Texte, Bilder, Kalender) und zum Datenaustausch mit weiteren technischen Geräten (z. B. PC, Tablet/Smartphone, Fotostation)? Dafür lernen Sie im Kurs weitere sinnvolle Tools wie externe Speicherdienste, die Scanfunktion, Übersetzungstools, die Videotelefonie, das Smartphone als Hotspot, Bluetooth/NFC, kennen und anzuwenden. Außerdem beschäftigen Sie sich mit der Weiterverarbeitung ihrer Bilder und Videos, zum Beispiel in Form von Fotokalendern, Grußkarten und Filmsequenzen. Bringen Sie bitte auch das Ladekabel und einen Netzstecker für Ihr Gerät mit. Dieser Kurs ist nur für Smartphone mit dem Betriebssystem „Android“ geeignet.

### Kurs-Nr. 224F5111

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **08.04.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Constanze Möckel | Kursentgelt: 40,50 €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel

## Word Grundkurs

Die Teilnehmer sollten Kenntnisse im Umgang mit dem Computer haben. Grundlagen der Textverarbeitung, Texte überarbeiten und korrigieren, Texte formatieren, Tabellen, Abschnitte, Spalten, Kopf- und Fußzeilen, Zeichnungselemente und Grafiken, Dokumente verwalten und drucken, Texterstellung automatisieren.

### Kurs-Nr. 124F5130

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **04.03.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Steffen Wöß | Kursentgelt: 96,- €

### Kurs-Nr. 524F5141

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 310**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **17.04.2024** | Kurszeit: 18:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Dozent wird noch bekannt gegeben | Kursentgelt: 96,- €

Bemerkung: Schreibmaterial



## Word Tageskurs

Täglich arbeiten tausende Menschen mit dem Textprogramm Microsoft Word. Vieles wird routinemäßig auf immer die gleiche, umständliche Art und Weise erledigt, ohne auch nur annähernd die Möglichkeiten dieser gigantischen „Toolsammlung“ zu kennen oder gar zu nutzen. Dieses Tagesseminar richtet sich an Menschen, die mit Word arbeiten, aber nie eine professionelle Einführung bekommen haben und nun endlich wissen wollen, wie sie Word effektiver und zeitsparender nutzen können und welche Möglichkeiten das Programm für fortgeschrittene Nutzer bietet.

### Kurs-Nr. 424F5130

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, PC-Kabinett**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **02.03.2024** | Kurszeit: 08:30 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 48,- €

Bemerkung: Der Besuch eines Computer-Grundkurses oder vergleichbare Kenntnisse werden vorausgesetzt.

## Word Übersichtskurs

Täglich arbeiten tausende Menschen mit dem Textprogramm Microsoft Word. Vieles wird routinemäßig auf immer die gleiche, umständliche Art-und Weise erledigt, ohne auch nur annähernd die Möglichkeiten dieser gigantischen „wToolsammlung“ zu kennen oder gar zu nutzen. Dieses Tagesseminar richtet sich an Menschen, die mit Word arbeiten, aber nie eine professionelle Einführung bekommen haben und nun endlich wissen wollen, wie sie Word effektiver und zeitsparender nutzen können und welche Möglichkeiten das Programm für fortgeschrittene Nutzer bietet.

### Kurs-Nr. 324F5130

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 203**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **05.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 72,- €

Bemerkung: Der Besuch eines Computer-Grundkurses oder vergleichbare Kenntnisse werden vorausgesetzt.

## Kaufmännische Grund- und Fachlehrgänge | Rechnungswesen

### Kaufmännische Buchführung

Dieser Kurs gibt einen Einblick in die kaufmännische Buchführung. Er ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse konzipiert. Die Wissensvermittlung erfolgt auf der Grundlage der gesetzlichen Grundlagen aus dem HGB, AO, UStG, EStG. Zu jedem Teilgebiet erfolgen praxisbezogene Übungen, die gemeinsam gelöst und ausgewertet werden.

Im Vordergrund der Ausbildung stehen: Buchen aller laufenden und gängigen Geschäftsfälle über Bestands-, Erfolgs- und Privatkonten, Systematik der Umsatzsteuer, nichtabziehbare Betriebsausgaben, Inventur und Inventurverfahren, die Steuerarten und gesetzliche sowie organisatorische Grundlagen.

### Kurs-Nr. 124F5600

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **19.02.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 48 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Köhler | Kursentgelt: 216,- €



### Kurs-Nr. **524F5601**

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 310**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024** | Kurszeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 48 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Gregor Feser | Kursentgelt: 220,- €

## Kaufmännische Buchführung am PC

- Mandantenanlage
- Auswertungslisten
- Buchung von Geschäftsvorfällen
- Saldenvorträge
- AfA Buchungen
- Eigenverbrauch
- Gewinnermittlung

### Kurs-Nr. **124F5601**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **05.04.2024** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 48 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Köhler | Kursentgelt: 216,- €

## Branchenspezifische Fachlehrgänge

### Bauwesenorientierte Lehrgänge / Speziallehrgänge

Die Durchführung erfolgt durch zertifizierte Ausbildungsteams der Bauwirtschaft in Ausbildungszentren oder innerhalb von Projektmaßnahmen. Die Einordnung der Interessenten erfolgt auf spezielle Anfragen. (das zu entrichtende Entgelt richtet sich nach dem gewählten Ausbildungsgang und muss aktuell angefragt werden)

### Kurs-Nr. **124F5890**

Kursort: **nach Bedarf**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **noch nicht festgelegt, Anmeldungen sind möglich (Beratung/Vermittlung/Einordnung erfolgt nach Ihrem persönlichen Bedarf in ganz spezielle Ausbildungsrichtungen und mittels individueller Ausbildungsvereinbarungen)**

Kurszeit: 07:30 - 16:30 Uhr | Dozent: Herr Thomas Baader

Kursentgelt: variiert nach Wahl der speziellen Ausbildungsrichtung



## Hebebühnen-Schein

Der Teilnehmer erwirbt die Bedienberechtigung zum Führen von Hebebühnen.

**Kurs-Nr. 124F5870**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **30.03.2024**

Kurszeit: 07:30 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 17 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr René Köhler | Kursentgelt: 100,- €

## Stapler-Schein-Ausbildung

Der Teilnehmer erwirbt die Grundberechtigung zur Bedienung und Handhabung von Hebezeugen (Stapler-Schein). Das Vorliegen dieser beruflichen Qualifikation ist maßgebliche Grundlage der Bewertung von Arbeitsunfällen mit diesem Arbeitsmittel durch die Berufsgenossenschaften.

**Kurs-Nr. 124F5820**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **13.04.2024** | Kurszeit: 07:30 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 25 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr René Köhler | Kursentgelt: 180,- €

## Erwerb Kranschein

Der Teilnehmer erwirbt die Bedienberechtigung zum Führen Kranen (Kranschein). Das richtige Anschlagen von Lasten in verschiedenen Situationen wird in praktischen Übungen ausgeführt.

**Kurs-Nr. 124F5860**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **11.05.2024** | Kurszeit: 07:30 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 33 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr René Köhler | Kursentgelt: 250,- €

## Ladekran-Schein

Der Teilnehmer erwirbt die Bedienberechtigung für Ladekrananbauten an LKW.

**Kurs-Nr. 124F5830**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **20.04.2024** | Kurszeit: 07:30 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 25 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr René Köhler | Kursentgelt: 230,- €



## Minibagger-Schein

Der Teilnehmer erwirbt die Bedienberechtigung für Kleinbaggergeräte.  
Der Minibagger-Schein kann in Verbindung mit dem Radlader-Schein erworben werden.

### Kurs-Nr. 124F5840

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **23.03.2024** | Kurszeit: 07:30 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 25 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr René Köhler | Kursentgelt: 180,- €

## Kettensäge-Schein für Privatpersonen / Kleinstunternehmen / Firmen

Das Kursangebot richtet sich an Interessenten, die (z.B. wegen Einbau einer Holzheizung) künftig ihre Holzvorräte in Eigenwerbung bei/beim Waldgemeinschaften/Staatsforst oder Privatwaldbesitzer gewinnen möchten.

### Kurs-Nr. 124F5810

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **01.03.2024** | Kurszeit: 07:30 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 25 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Thomas Baader | Kursentgelt: 150,- €

## Radlader-Schein

Der Teilnehmer erwirbt die Bedienberechtigung für Radlader zur Bewegung von Schüttgütern.  
Der Radlader-Schein kann in Verbindung mit dem Minibagger-Schein erworben werden.

### Kurs-Nr. 124F5850

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **27.04.2024** | Kurszeit: 07:30 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 22 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr René Köhler | Kursentgelt: 120,- €

## Erwerb Zertifikat zu Ladungssicherungsarbeiten

Dem Teilnehmer werden Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten unter Anleitung eines erfahrenen Ladungssicherungsexperten für das ordnungsgemäße Beladen von Transportfahrzeugen vermittelt. Er lernt unterschiedliche situationsbezogene Möglichkeiten zur Ladungssicherung auf dem Fahrzeug in Theorie und Praxis kennen.

### Kurs-Nr. 124F5880

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **09.03.2024** | Kurszeit: 07:30 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 11 Unterrichtseinheiten

Dozent: Herr René Köhler | Kursentgelt: 60,- €



## Berufliche Orientierung und Vorbereitung

### Berufliche Zukunft ist kein Glücksspiel – Informationsveranstaltung mit Workshop

Ob Frauen und Männer in ihrem Job mehr Verantwortung übernehmen wollen, ihr berufliches Wissen auf den neuesten Stand bringen oder erweitern wollen oder sich beruflich neu orientieren möchten: Die Berufsberatung für Beschäftigte der Agentur für Arbeit unterstützt dabei gern in jeder Phase des Berufslebens.

In diesen Informationsveranstaltungen mit Workshop-Charakter können sich Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer gemeinsam mit Expertinnen und Experten der Arbeitsagentur näher mit Themenfeldern wie Karriere, Berufliche Zukunft und Weiterbildung beschäftigen. Neben Informationen und Hintergrundwissen zur beruflichen Veränderung erhalten die Teilnehmenden auch Tipps zu nützlichen Hilfsmitteln. Gemeinsam erfolgt eine Sensibilisierung, sich mit den konkreten beruflichen Rahmenbedingungen auseinanderzusetzen – für eine individuelle Berufswegplanung.

Aufgrund der begrenzten Plätze ist unbedingt eine vorherige Anmeldung über das Kurs-Portal der Volkshochschule (VHS) Erzgebirgskreis erforderlich.

#### Kurs-Nr. **324H7401**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 301**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **24.10.2024**

Kurszeit: 17:00 - 19:00 Uhr | Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten

Dozent: Dozententeam Arbeitsagentur | Kursentgelt: kostenfrei

#### Kurs-Nr. **224H7403**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **07.11.2024**

Kurszeit: 17:00 - 19:00 Uhr | Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten

Dozent: Dozententeam Arbeitsagentur | Kursentgelt: kostenfrei

#### Kurs-Nr. **524H7401**

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 311**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **26.09.2024**

Kurszeit: 17:00 - 19:00 Uhr | Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten

Dozent: Dozententeam Arbeitsagentur | Kursentgelt: kostenfrei

**SCHNELL UND  
KOMFORTABEL  
ANMELDEN:**

**www.vhs-  
erzgebirgskreis.de**





VOLKSHOCHSCHULE  
ERZGEBIRGSKREIS

## MEDIENSPRECHSTUNDEN

Wir beantworten kostenfrei individuelle medienbezogene Fragen und helfen rund um Themen wie Mediennutzung, Jugendmedienschutz, Medienpädagogik etc.

Die Mediensprechstunden sind ein offenes Angebot für alle mit Problemen und Fragen zu:

- kompetentem Umgang mit Smartphone, PC, Konsole oder TV
- altersgerechter Mediennutzung
- (kinder)sicherer Einrichtung von Geräten
- Datenschutz
- Gefahren im Netz
- Cybermobbing / Cybergrooming und vielem mehr.

### Wir sind jeweils vor Ort:

**Montag, 25.03.2024:**

#### **Volkshochschule in Aue**

Rudolf-Breitscheid-Straße 28, 08280 Aue-Bad Schlema

**Kurs-Nr. 224F1B03**

**Montag, 22.04.2024:**

#### **Theater Variabel Olbernhau**

Markt 5, 09526 Olbernhau

**Kurs-Nr. 124F1B04**

**Montag, 29.04.2024:**

#### **Volkshochschule in Annaberg-Buchholz**

Hans-Witten-Straße 5, 09456 Annaberg-Buchholz

**Kurs-Nr. 324F1B05**

**Montag, 13.05.2024:**

#### **Volkshochschule in Zschopau**

Johannisstraße 58A, 09405 Zschopau

**Kurs-Nr. 524F1B06**

Wir unterstützen individuell, hören zu, geben praktische Tipps oder zeigen Ihnen die digitale Spielwelt und Jugendschutzeinstellungen der Spielekonsole (keine Technik-/Kaufberatung).

**Um Anmeldung  
wird gebeten auf:  
[www.vhs-erzgebirgskreis.de](http://www.vhs-erzgebirgskreis.de)**

Gefördert durch:





## Berufsberatung für Erwachsene

Beschäftigte und Wiedereinsteigende mit Fragen zu ihrer individuellen Berufswegplanung können sich in der Volkshochschule Erzgebirgskreis, an den Standorten Aue, Olbernhau und Zschopau, beraten lassen. Dazu werden regelmäßig offene Sprechzeiten veröffentlicht. Die Berufsberatung der Arbeitsagentur für Menschen im Erwerbsleben berät in Sachen Weiterbildung, Arbeit, Beruf und Karriere. Außerdem gibt es Beratung zur Entwicklung auf dem Arbeitsmarkt sowie zu Wiedereinstiegsmöglichkeiten nach einer Eltern- oder Pflegezeit. Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.

Für Rückfragen steht Herr Wendrock telefonisch unter: 0371 567 1260 oder über die E-Mail-Adresse: Chemnitz.LBB@arbeitsagentur.de zur Verfügung.

Weitere Informationen zur Dienstleistung der Berufsberatung im Erwerbsleben sind hier zu finden: <https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/chemnitz/berufsberatung-im-erwerbsleben-sudwestsachsen/berufsberatung-im-erwerbsleben-annaberg-buchholz-erzgebirge>

**Die Volkshochschule Erzgebirgskreis ist im Internet hier vertreten:**

<https://www.vhs-erzgebirgskreis.de>

### **Kurs-Nr. 224F7401**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **16.01.2024**

Kurszeit: 16:00 - 18:00 Uhr | Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten

Dozent: Dozententeam Arbeitsagentur | Bemerkung: kostenfreies Angebot

### **Kurs-Nr. 224F7402**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **19.03.2024**

Kurszeit: 16:00 - 18:00 Uhr | Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten

Dozent: Dozententeam Arbeitsagentur | Bemerkung: kostenfreies Angebot

### **Kurs-Nr. 224H7401**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **17.09.2024**

Kurszeit: 16:00 - 18:00 Uhr | Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten

Dozent: Dozententeam Arbeitsagentur | Bemerkung: kostenfreies Angebot

### **Kurs-Nr. 224H7402**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **26.11.2024**

Kurszeit: 16:00 - 18:00 Uhr | Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten

Dozent: Dozententeam Arbeitsagentur | Bemerkung: kostenfreies Angebot



**Kurs-Nr. 124F7401**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.02.2024**

Kurszeit: 17:00 - 19:00 Uhr | Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten

Dozent: Dozententeam Arbeitsagentur | Bemerkung: kostenfreies Angebot

**Kurs-Nr. 124F7402**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **17.04.2024**

Kurszeit: 17:00 - 19:00 Uhr | Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten

Dozent: Dozententeam Arbeitsagentur | Bemerkung: kostenfreies Angebot

**Kurs-Nr. 124F7403**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 3**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **13.06.2024**

Kurszeit: 17:00 - 19:00 Uhr | Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten

Dozent: Dozententeam Arbeitsagentur | Bemerkung: kostenfreies Angebot

**Kurs-Nr. 524F7401**

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 303**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **18.01.2024**

Kurszeit: 17:00 - 19:00 Uhr | Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten

Dozent: Dozententeam Arbeitsagentur | Bemerkung: kostenfreies Angebot

**Kurs-Nr. 524F7402**

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 303**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **07.03.2024**

Kurszeit: 17:00 - 19:00 Uhr | Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten

Dozent: Dozententeam Arbeitsagentur | Bemerkung: kostenfreies Angebot

**Kurs-Nr. 524F7403**

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 303**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **22.05.2024**

Kurszeit: 17:00 - 19:00 Uhr | Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten

Dozent: Dozententeam Arbeitsagentur | Bemerkung: kostenfreies Angebot



**Sie können  
leider nicht am  
gebuchten  
Kurs teilnehmen?  
Dann müssen Sie eine  
schriftliche Kündigung  
an die VHS  
schicken.**

## Allgemeine Geschäftsbedingungen der Volkshochschule im Kulturellen Bildungsbetrieb Erzgebirgskreis

Die Betriebsleitung erlässt aufgrund von § 7 Abs. 2 S. 2 der Betriebsstatute des Eigenbetriebs Kultureller Bildungsbetrieb Erzgebirgskreis folgende Allgemeinen Geschäftsbedingungen:

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelten für alle Anmeldungen, die ab dem 01.01.2018 erfolgen. Sie werden durch die Anmeldung anerkannt. Für die Richtigkeit der im Programmкаталог abgedruckten Daten wird keine Gewähr übernommen.

### 1. Satzung der Volkshochschule

Die Satzung der Volkshochschule im Kulturellen Bildungsbetrieb Erzgebirgskreis und die Entgeltordnung der Volkshochschule im Kulturellen Bildungsbetrieb Erzgebirgskreis bilden die Grundlage der Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Die Satzung und die Entgeltordnung können in den Geschäftsstellen eingesehen werden und sind im Internet unter [www.vhs-erzgebirgskreis.de](http://www.vhs-erzgebirgskreis.de) zu finden.

### 2. Anmeldung und Vertragsschluss

Anmeldungen zu den Lehrgängen, Kursen und Einzelveranstaltungen sind an den Standorten der Volkshochschule persönlich, schriftlich per Post, per Fax oder über die Homepage der Volkshochschule möglich. Eine Eingangsbestätigung der Anmeldung erfolgt nicht.

Mit der Annahme der Anmeldung zu einer Veranstaltung durch die Volkshochschule kommt ein Vertrag zwischen Teilnehmer und Erzgebirgskreis zustande, der zur Zahlung des Entgelts verpflichtet. Die Teilnahme an einen Kurs erfolgt gemäß den bestehenden Kapazitäten der Volkshochschule in der Reihenfolge der Anmeldungen. Ein Rechtsanspruch auf Teilnahme besteht nicht. Sollte eine Veranstaltung ausfallen, bereits belegt sein oder sollten Termin- bzw. Ortsänderungen notwendig werden, erfolgt eine Benachrichtigung durch die Volkshochschule. Werden Kursbeginne verschoben, so erfolgt eine Einladung zum neuen Termin. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Einganges berücksichtigt.

### 3. Teilnahme an Veranstaltungen der VHS

Die Teilnahme an Kursen und Veranstaltungen der Volkshochschule ist grundsätzlich für jedermann möglich. Teilnehmer unter 18 Jahren sind durch den gesetzlichen Vertreter anzumelden.

### 4. Entgelte/Ermäßigungen

Die Entgelte werden bei Kursbeginn zur Zahlung fällig. Für das zu entrichtende Entgelt gelten die vom Kreistag des Erzgebirgskreises beschlossene und am 01.01.2018 in Kraft getretene Satzung der Volkshochschule im Kulturellen Bildungsbetrieb Erzgebirgskreis und die vom Betriebsausschuss des Erzgebirgskreises beschlossene und am 01.01.2018 in Kraft getretene Entgeltordnung der Volkshochschule im Kulturellen Bildungsbetrieb Erzgebirgskreis. Das jeweilige Kursentgelt ist im Programmкаталог angegeben bzw. bei der Anmeldung zu erfragen. Ermäßigungen für Schüler, Auszubildende, Studenten und soziale Härtefälle können bei Vorliegen der in der Entgeltordnung geregelten Voraussetzungen beantragt werden.

Die Volkshochschule akzeptiert in Verbindung mit der Anmeldung zu Kursen auch Gutscheine von Kooperationspartnern. Wenn die Abrechnung des Gutscheines vom Kooperationspartner zurückgewiesen wird, hat der Teilnehmer das Entgelt in voller Höhe zu entrichten.

### 5. Mindestteilnehmerzahl

Voraussetzung für die Durchführung eines Kurses ist im Regelfall das Erreichen der Mindestteilnehmerzahl vor Beginn des Kurses. Kurse, bei denen weniger Teilnehmer als die in der gültigen Fassung der Weiterbildungsverordnung des Freistaates Sachsen fest-

gelegte Personenzahl angemeldet sind, können durch die Volkshochschule abgesagt oder dann durchgeführt werden, wenn ein besonderes Weiterbildungsinteresse besteht. In diesem Fall kann die Volkshochschule höhere Entgelte festlegen. Die Entscheidung hierüber trifft die Volkshochschule.

### 6. Prüfungen

An der Volkshochschule werden auf Antrag Prüfungen gemäß den geltenden Richtlinien abgenommen. Auf Wunsch können auch Prüfungen von externen Teilnehmern abgenommen werden. Über das Ergebnis von Prüfungen werden Zeugnisse oder Zertifikate erteilt

### 7. Besondere Bedingungen für die Computernutzung

Verwendung von Software: Die im Rahmen des Kurses zugänglich gemachten Programme dürfen auf keine Weise verändert, vervielfältigt, verbreitet oder öffentlich zugänglich gemacht werden. Die Nutzung ist nur zum Zweck der Kursteilnahme zulässig. Bei Zuwiderhandlung haftet der Teilnehmer für die entstandenen Schäden. Internetzugang: Soweit die Volkshochschule einen Internetzugang zur Verfügung stellt, ist dessen Nutzung nur zum Zweck der Kursteilnahme zulässig. Internet-Seiten mit pornografischem, rassistischem oder diskriminierendem Inhalt dürfen nicht aufgerufen werden. Bei Zuwiderhandlung haftet der Teilnehmer für die entstandenen Schäden.

Datenverlust, Computerviren: Jeder Teilnehmer ist für die Sicherung seiner Daten selbst verantwortlich. Die Volkshochschule übernimmt keine Haftung für Datenverlust. Die Volkshochschule übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch die Anwendung erworbener Kenntnisse, oder durch die Nutzung erstellter oder veränderter Programme, oder durch Computerviren oder andere destruktive Programme verursacht werden.

### 8. Rücktritt/Rückzahlungen

a) Die Volkshochschule kann wegen zu geringer Beteiligung, Ausfall einer Dozentin/eines Dozenten oder aus anderen berechtigten Gründen vom Vertrag zurücktreten. In diesen Fällen werden bereits geleistete Zahlungen erstattet: Kursentgelte, die per SEPA-Lastschrift abgebucht wurden, werden in diesen Fällen zurück überwiesen. Weitergehende Ansprüche gegen die Volkshochschule im sind ausgeschlossen.

b) Der Rücktritt eines Teilnehmers muss bis zum Kursbeginn gegenüber der Volkshochschule erfolgen.

c) Der Rücktritt ist bis zum Kursbeginn kostenfrei möglich.

d) Bei Rücktritt nach Kursbeginn ist das anteilige Kursentgelt zu zahlen.

e) Bei Nichtteilnahme an jeweiligen Kurs ohne erfolgten rechtzeitigen Rücktritt wird das volle Entgelt fällig. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung. Entscheidend für die Einhaltung der Frist ist der Eingang des Rücktritts bei der Volkshochschule. Bei späterem Rücktritt erfolgt keine Rückerstattung der Kursgebühren. f) Laut Entgeltordnung ist von Einzelveranstaltungen oder Kursen mit einer Dauer von max. 2 Veranstaltungen grundsätzlich kein Rücktritt nach Veranstaltungsbeginn möglich.

g) Die Erklärung des Rücktritts gegenüber der/dem Dozentin/en ist unwirksam.

### 9. Urheberrechtsschutz

Aus urheberrechtlichen Gründen weisen wir darauf hin, dass Fotografieren, Filmen und Mitschneiden auf Band in den Veranstaltungen nicht gestattet sind. Lehrmaterial darf ohne Genehmigung der Volkshochschule auf keine Weise verwertet, insbesondere nicht vervielfältigt, verbreitet oder öffentlich wiedergegeben werden.

## 10. Datenschutz

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erklären sich mit der Verarbeitung personenbezogener Daten einverstanden, als dies im Rahmen der Anmeldung zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragsabwicklung selbst auf Grundlage des Art. 6 Abs. 1 lit. b der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) erforderlich ist. Die Angaben zu Geschlecht und Alter dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Sofern sie eine gesonderte Einwilligung erteilt haben, Ihre Daten zu bestimmten Zwecken zu verarbeiten, erfolgt eine entsprechende Verarbeitung auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO. Sämtliche dieser Daten werden elektronisch gespeichert und auf Grundlage der Bestimmungen der DSGVO verarbeitet. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können ihre Einwilligung jederzeit widerrufen, ohne dass dies die Rechtmäßigkeit der bisher erfolgten Verarbeitung berührt. Wenn die Einwilligung widerrufen wird, werden die entsprechenden Daten gelöscht, sofern diese nicht zur Vertragserfüllung oder zur Wahrung einer rechtlichen Verpflichtung erforderlich sind. Ausführliche Informationen zum Thema Datenschutz finden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in unserer Datenschutzerklärung unter: <https://www.vhs-erzgebirgskreis.de/datenschutz.php>.

## 11. Haftung und Versicherung

Für die Teilnehmer der Volkshochschule besteht Deckungsschutz für Unfallfolgen im Rahmen der Leistungskombination 5 des Kommunalen Schadensausgleichs der Länder Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen. Weitergehender Deckungsschutz besteht nicht. Die Haftung des Erzgebirgskreises beschränkt sich auf Fälle, bei denen grobe Fahrlässigkeit oder Vorsatz seitens der gesetzlichen Vertreter der Volkshochschule im Erzgebirgskreis oder ihrer Erfüllungsgehilfen vorliegt. Abweichend hiervon haftet der Erzgebirgskreis im Falle der Verletzung von Leben, Gesundheit oder Körper sowie bei Verletzung wesentlicher Vertragspflichten auch bei einfacher Fahrlässigkeit.

## 12. Schadensminderungspflicht

Die Teilnehmer sind verpflichtet, im Falle einer Störung oder eines Unglücksfalles alles Zumutbare zu tun, um zu einer Behebung der Störung beizutragen oder entstehende Schäden möglichst gering zu halten.

## 13. Hausordnung

In den Veranstaltungsgebäuden gelten die jeweiligen Hausordnungen der Veranstaltungsorte. Das Rauchen ist in den Gebäuden nicht gestattet. Parteipolitische, weltanschauliche oder wirtschaftliche Werbung in den Veranstaltungen der Volkshochschule ist nicht gestattet.

## 14. Ferien und Feiertage

Soweit nicht anders angegeben bzw. vereinbart, finden die Kurse an gesetzlichen Feiertagen und in der Regel während der Schulferien nicht statt. Änderungen bleiben vorbehalten. Das Programm der jeweiligen „Ferienakademie“ ist auf der Webseite: [www.vhs-erzgebirgskreis.de](http://www.vhs-erzgebirgskreis.de) zu entnehmen.

## 15. Schriftform

Abweichende Vereinbarungen bedürfen der Schriftform.

## 16. Schlussbestimmung

Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren ihre Gültigkeit.

## Widerrufsbelehrung nach Fernabsatzrecht

Für den Fall, dass die Anmeldung nach den Vorschriften über den Fernabsatz zustande kommt, finden Sie nachfolgend die gesetzlich vorgeschriebene Belehrung über das Widerrufsrecht und die Widerrufsfolgen:

### Widerrufsbelehrung

#### Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns

Volkshochschule Erzgebirgskreis  
Jagdweg 1, 09526 Olbernhau  
Tel.: 037360 72770  
Fax: 037360 3047  
E-Mail: [olbernhau@vhs-erz.de](mailto:olbernhau@vhs-erz.de)

mittels einer eindeutigen Mitteilung (z. B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren.

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

#### Folgen des Widerrufs

„Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.“

R. Anton  
Landrat

## Anmeldung für einen Kurs an der Volkshochschule im KBB Erzgebirgskreis

**Bitte schicken Sie diese ausgefüllte Anmeldekarte an den betreffenden Standort der Volkshochschule.**

### Anmeldung:

Unter Kenntnis der umseitig abgedruckten Widerrufsbelehrung und der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS im KBB Erzgebirgskreis melde ich mich verbindlich für nachfolgend aufgeführte Veranstaltung(en) an. Eine Bestätigung der Anmeldung seitens der VHS erfolgt nicht. Die Rechnungslegung erfolgt nach Kursbeginn.

### Veröffentlichung von Fotos:

Hiermit erteile ich uneingeschränkt meine Zustimmung zur Nutzung und Veröffentlichung von Fotos auf der Webseite bzw. im Internet-Auftritt der VHS Erzgebirgskreis sowie für jegliche Print-Nutzung durch die VHS Erzgebirgskreis und deren Partner, bei denen ich bzw. meine Kinder dargestellt sind.

\_\_\_\_\_

Kurs.-Nr.

\_\_\_\_\_

Kurstitel

\_\_\_\_\_

Kursentgelt

\_\_\_\_\_

Kurs.-Nr.

\_\_\_\_\_

Kurstitel

\_\_\_\_\_

Kursentgelt

\_\_\_\_\_

Name, Vorname Kursteilnehmer/in

\_\_\_\_\_

Geburtsdatum Teilnehmer/in

\_\_\_\_\_

Name, Vorname Erziehungsberechtigte/r

\_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer

\_\_\_\_\_

PLZ

\_\_\_\_\_

Ort

\_\_\_\_\_

Telefon

\_\_\_\_\_

E-Mail

\_\_\_\_\_

Rechnungsempfänger, falls abweichend

\_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer, PLZ, Ort

\_\_\_\_\_

Ort, Datum und Unterschrift Teilnehmer/in bzw. Erziehungsberechtigte/r

## Anmeldung für einen Kurs an der Volkshochschule im KBB Erzgebirgskreis

Bitte schicken Sie diese ausgefüllte Anmeldekarte an den betreffenden Standort der Volkshochschule.

### Anmeldung:

Unter Kenntnis der umseitig abgedruckten Widerrufsbelehrung und der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS im KBB Erzgebirgskreis melde ich mich verbindlich für nachfolgend aufgeführte Veranstaltung(en) an. Eine Bestätigung der Anmeldung seitens der VHS erfolgt nicht. Die Rechnungslegung erfolgt nach Kursbeginn.

### Veröffentlichung von Fotos:

Hiermit erteile ich uneingeschränkt meine Zustimmung zur Nutzung und Veröffentlichung von Fotos auf der Webseite bzw. im Internet-Auftritt der VHS Erzgebirgskreis sowie für jegliche Print-Nutzung durch die VHS Erzgebirgskreis und deren Partner, bei denen ich bzw. meine Kinder dargestellt sind.

---

 Kurs.-Nr.

---

 Kurstitel

---

 Kursentgelt

---

 Kurs.-Nr.

---

 Kurstitel

---

 Kursentgelt

---

 Name, Vorname Kursteilnehmer/in

---

 Geburtsdatum Teilnehmer/in

---

 Name, Vorname Erziehungsberechtigte/r

---

 Straße, Hausnummer

---

 PLZ

---

 Ort

---

 Telefon

---

 E-Mail

---

 Rechnungsempfänger, falls abweichend

---

 Straße, Hausnummer, PLZ, Ort

---

 Ort, Datum und Unterschrift Teilnehmer/in bzw. Erziehungsberechtigte/r

## Anmeldung für einen Kurs an der Volkshochschule im KBB Erzgebirgskreis

**Bitte schicken Sie diese ausgefüllte Anmeldekarte an den betreffenden Standort der Volkshochschule.**

### Anmeldung:

Unter Kenntnis der umseitig abgedruckten Widerrufsbelehrung und der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS im KBB Erzgebirgskreis melde ich mich verbindlich für nachfolgend aufgeführte Veranstaltung(en) an. Eine Bestätigung der Anmeldung seitens der VHS erfolgt nicht. Die Rechnungslegung erfolgt nach Kursbeginn.

### Veröffentlichung von Fotos:

Hiermit erteile ich uneingeschränkt meine Zustimmung zur Nutzung und Veröffentlichung von Fotos auf der Webseite bzw. im Internet-Auftritt der VHS Erzgebirgskreis sowie für jegliche Print-Nutzung durch die VHS Erzgebirgskreis und deren Partner, bei denen ich bzw. meine Kinder dargestellt sind.

\_\_\_\_\_

Kurs.-Nr.

\_\_\_\_\_

Kurstitel

\_\_\_\_\_

Kursentgelt

\_\_\_\_\_

Kurs.-Nr.

\_\_\_\_\_

Kurstitel

\_\_\_\_\_

Kursentgelt

\_\_\_\_\_

Name, Vorname Kursteilnehmer/in

\_\_\_\_\_

Geburtsdatum Teilnehmer/in

\_\_\_\_\_

Name, Vorname Erziehungsberechtigte/r

\_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer

\_\_\_\_\_

PLZ

\_\_\_\_\_

Ort

\_\_\_\_\_

Telefon

\_\_\_\_\_

E-Mail

\_\_\_\_\_

Rechnungsempfänger, falls abweichend

\_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer, PLZ, Ort

\_\_\_\_\_

Ort, Datum und Unterschrift Teilnehmer/in bzw. Erziehungsberechtigte/r

## Anmeldung für einen Kurs an der Volkshochschule im KBB Erzgebirgskreis

Bitte schicken Sie diese ausgefüllte Anmeldekarte an den betreffenden Standort der Volkshochschule.

### Anmeldung:

Unter Kenntnis der umseitig abgedruckten Widerrufsbelehrung und der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS im KBB Erzgebirgskreis melde ich mich verbindlich für nachfolgend aufgeführte Veranstaltung(en) an. Eine Bestätigung der Anmeldung seitens der VHS erfolgt nicht. Die Rechnungslegung erfolgt nach Kursbeginn.

### Veröffentlichung von Fotos:

Hiermit erteile ich uneingeschränkt meine Zustimmung zur Nutzung und Veröffentlichung von Fotos auf der Webseite bzw. im Internet-Auftritt der VHS Erzgebirgskreis sowie für jegliche Print-Nutzung durch die VHS Erzgebirgskreis und deren Partner, bei denen ich bzw. meine Kinder dargestellt sind.

---

 Kurs.-Nr.

---

 Kurstitel

---

 Kursentgelt

---

 Kurs.-Nr.

---

 Kurstitel

---

 Kursentgelt

---

 Name, Vorname Kursteilnehmer/in

---

 Geburtsdatum Teilnehmer/in

---

 Name, Vorname Erziehungsberechtigte/r

---

 Straße, Hausnummer

---

 PLZ

---

 Ort

---

 Telefon

---

 E-Mail

---

 Rechnungsempfänger, falls abweichend

---

 Straße, Hausnummer, PLZ, Ort

---

 Ort, Datum und Unterschrift Teilnehmer/in bzw. Erziehungsberechtigte/r

## Anmeldung für einen Kurs an der Volkshochschule im KBB Erzgebirgskreis

Bitte schicken Sie diese ausgefüllte Anmeldekarte an den betreffenden Standort der Volkshochschule.

### Anmeldung:

Unter Kenntnis der umseitig abgedruckten Widerrufsbelehrung und der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS im KBB Erzgebirgskreis melde ich mich verbindlich für nachfolgend aufgeführte Veranstaltung(en) an. Eine Bestätigung der Anmeldung seitens der VHS erfolgt nicht. Die Rechnungslegung erfolgt nach Kursbeginn.

### Veröffentlichung von Fotos:

Hiermit erteile ich uneingeschränkt meine Zustimmung zur Nutzung und Veröffentlichung von Fotos auf der Webseite bzw. im Internet-Auftritt der VHS Erzgebirgskreis sowie für jegliche Print-Nutzung durch die VHS Erzgebirgskreis und deren Partner, bei denen ich bzw. meine Kinder dargestellt sind.

\_\_\_\_\_

Kurs.-Nr.

\_\_\_\_\_

Kurstitel

\_\_\_\_\_

Kursentgelt

\_\_\_\_\_

Kurs.-Nr.

\_\_\_\_\_

Kurstitel

\_\_\_\_\_

Kursentgelt

\_\_\_\_\_

Name, Vorname Kursteilnehmer/in

\_\_\_\_\_

Geburtsdatum Teilnehmer/in

\_\_\_\_\_

Name, Vorname Erziehungsberechtigte/r

\_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer

\_\_\_\_\_

PLZ

\_\_\_\_\_

Ort

\_\_\_\_\_

Telefon

\_\_\_\_\_

E-Mail

\_\_\_\_\_

Rechnungsempfänger, falls abweichend

\_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer, PLZ, Ort

\_\_\_\_\_

Ort, Datum und Unterschrift Teilnehmer/in bzw. Erziehungsberechtigte/r

## Anmeldung für einen Kurs an der Volkshochschule im KBB Erzgebirgskreis

Bitte schicken Sie diese ausgefüllte Anmeldekarte an den betreffenden Standort der Volkshochschule.

### Anmeldung:

Unter Kenntnis der umseitig abgedruckten Widerrufsbelehrung und der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS im KBB Erzgebirgskreis melde ich mich verbindlich für nachfolgend aufgeführte Veranstaltung(en) an. Eine Bestätigung der Anmeldung seitens der VHS erfolgt nicht. Die Rechnungslegung erfolgt nach Kursbeginn.

### Veröffentlichung von Fotos:

Hiermit erteile ich uneingeschränkt meine Zustimmung zur Nutzung und Veröffentlichung von Fotos auf der Webseite bzw. im Internet-Auftritt der VHS Erzgebirgskreis sowie für jegliche Print-Nutzung durch die VHS Erzgebirgskreis und deren Partner, bei denen ich bzw. meine Kinder dargestellt sind.

---

 Kurs.-Nr.

---

 Kurstitel

---

 Kursentgelt

---

 Kurs.-Nr.

---

 Kurstitel

---

 Kursentgelt

---

 Name, Vorname Kursteilnehmer/in

---

 Geburtsdatum Teilnehmer/in

---

 Name, Vorname Erziehungsberechtigte/r

---

 Straße, Hausnummer

---

 PLZ

---

 Ort

---

 Telefon

---

 E-Mail

---

 Rechnungsempfänger, falls abweichend

---

 Straße, Hausnummer, PLZ, Ort

---

 Ort, Datum und Unterschrift Teilnehmer/in bzw. Erziehungsberechtigte/r

## Anmeldung für einen Kurs an der Volkshochschule im KBB Erzgebirgskreis

**Bitte schicken Sie diese ausgefüllte Anmeldekarte an den betreffenden Standort der Volkshochschule.**

### Anmeldung:

Unter Kenntnis der umseitig abgedruckten Widerrufsbelehrung und der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS im KBB Erzgebirgskreis melde ich mich verbindlich für nachfolgend aufgeführte Veranstaltung(en) an. Eine Bestätigung der Anmeldung seitens der VHS erfolgt nicht. Die Rechnungslegung erfolgt nach Kursbeginn.

### Veröffentlichung von Fotos:

Hiermit erteile ich uneingeschränkt meine Zustimmung zur Nutzung und Veröffentlichung von Fotos auf der Webseite bzw. im Internet-Auftritt der VHS Erzgebirgskreis sowie für jegliche Print-Nutzung durch die VHS Erzgebirgskreis und deren Partner, bei denen ich bzw. meine Kinder dargestellt sind.

\_\_\_\_\_

Kurs.-Nr.

\_\_\_\_\_

Kurstitel

\_\_\_\_\_

Kursentgelt

\_\_\_\_\_

Kurs.-Nr.

\_\_\_\_\_

Kurstitel

\_\_\_\_\_

Kursentgelt

\_\_\_\_\_

Name, Vorname Kursteilnehmer/in

\_\_\_\_\_

Geburtsdatum Teilnehmer/in

\_\_\_\_\_

Name, Vorname Erziehungsberechtigte/r

\_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer

\_\_\_\_\_

PLZ

\_\_\_\_\_

Ort

\_\_\_\_\_

Telefon

\_\_\_\_\_

E-Mail

\_\_\_\_\_

Rechnungsempfänger, falls abweichend

\_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer, PLZ, Ort

\_\_\_\_\_

Ort, Datum und Unterschrift Teilnehmer/in bzw. Erziehungsberechtigte/r

## Eigenbetrieb Kultureller Bildungsbetrieb Erzgebirgskreis

Eigenbetrieb des Erzgebirgskreises, Uhlmannstraße 1 - 3, 09366 Stollberg

Gläubiger-Identifikationsnummer DE02KBB00000298596

Mandatsreferenz wird Ihnen separat mitgeteilt. Die Mandatsreferenz ist identisch mit der Rechnungsnummer.

## SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige den Kulturellen Bildungsbetrieb Erzgebirgskreis, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Kulturellen Bildungsbetrieb Erzgebirgskreis 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.

### Datenschutz

Mit Erhalt des von Ihnen unterschriebenen SEPA-Lastschriftmandats werden die von Ihnen angegebenen personenbezogenen Daten (Gläubiger-ID, Name, Vorname Vertragspartner, ggf. Name, Vorname Kontoinhaber, Straße und Hausnummer, Postleitzahl und Ort, Name des Bankinstituts, BIC und IBAN) für die Abbuchung der vertraglich vereinbarten Entgelte verarbeitet. Die verarbeiteten Daten werden im Lastschriftverfahren per Datentransfer an das von Ihnen angegebene Bankinstitut übermittelt. Die Dauer der Speicherung Ihrer Bankdaten im Kulturellen Bildungsbetrieb Erzgebirgskreis bemisst sich nach den gesetzlichen Aufbewahrungsfristen.

Mit Ihrer Unterschrift bestätigen Sie, dass Sie die Hinweise zum Datenschutz und Ihre diesbezüglichen Rechte gelesen haben und in die Datenspeicherung einwilligen.

---

Name, Vorname (Kontoinhaber)

---

Straße, Hausnummer

---

PLZ Ort

---

Kreditinstitut (Name und BIC)

---

IBAN

---

Datum, Ort und Unterschrift

## Impressum:

### Herausgeber:

Volkshochschule im Kulturellen Bildungsbetrieb  
Erzgebirgskreis  
Jagdweg 1 | 09526 Olbernhau  
Telefon: 037360 72770 | Telefax: 037360 3047  
E-Mail: olbernhau@vhs-erzgebirgskreis.de

**Redaktion:** Volkshochschule im KBB Erzgebirgskreis

**Herstellung:** BUR Werbeagentur GmbH, Annaberg-Buchholz

**Auflage:** 8.703 Stück

**Fotos:** Titel – stock.adobe.com; freepik.com

Gefördert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushaltes

## Antrag auf Ermäßigung für einen Kurs an der Volkshochschule Erzgebirgskreis

Bitte schicken Sie diese ausgefüllte Ermäßigungskarte, auch per Fax, an den betreffenden Standort der Volkshochschule der VHS Erzgebirgskreis.

(Anschrift und Fax-Nr. siehe erste Umschlagseite und Seite 1 des Programmheftes).

### 1. Antragstellerin | Antragsteller

Kurs.-Nr.

Kurstitel

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ

Ort

Telefon

E-Mail

### 2. Ermäßigungsgrund (bitte ankreuzen – es kann nur eine Ermäßigung in Anspruch genommen werden)

Ermäßigung in sozialen Härtefällen  
Die Ermäßigung beträgt 20 % auf das jeweilige Kursentgelt. Ermäßigungsberechtigt sind Empfänger von Leistungen nach dem SGB II und Empfänger von Leistungen nach dem 3. und 4. Kap. SGB XII

Ermäßigung für Schüler, Auszubildende und Studenten  
Bei Vorlage eines entsprechenden Nachweises erhalten Schüler und Studenten eine Ermäßigung von 20% auf das jeweilige Kursentgelt. Dies gilt bis zur Vollendung des 25. Lebensjahres.

Als Nachweis hat vorgelegen \_\_\_\_\_

### Datenschutz

Die Hinweise zum Datenschutz und meine diesbezüglichen Rechte habe ich gelesen und willige in die Datenspeicherung ein.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum und Unterschrift Teilnehmer / in bzw. Erziehungsberechtigte / r

## Informationspflichten über die Erhebung personenbezogener Daten des Betroffenen nach Artikel 13 Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO)

### Verantwortlich für die Datenerhebung ist:

Volkshochschule im Kulturellen Bildungsbetrieb  
Erzgebirgskreis  
Name: Jens Kaltofen  
Straße, Hausnummer: Jagdweg 1  
Postleitzahl: 09526  
Ort: Olbernhau  
Telefon: 037360 72770  
E-Mail-Adresse: olbernhau@vhs-erzgebirgskreis.de  
Internet-Adresse: www.vhs-erzgebirgskreis.de

### Dienstliche Anschrift, E-Mail-Adresse und Telefonnummer des für die Volkshochschule zuständigen behördlichen Datenschutzbeauftragten

Landratsamt Erzgebirgskreis  
Datenschutzbeauftragter  
Straße, Hausnummer: Paulus-Jenisius-Straße 24  
Postleitzahl: 09456  
Ort: Annaberg-Buchholz  
Telefon: 03733 8311313  
E-Mail-Adresse: datenschutz@kreis-erz.de

### Zwecke, für die personenbezogene Daten verarbeitet werden

- Vertragserfüllung nach Annahme der Anmeldung zu einem Kurs / einer Veranstaltung durch die Volkshochschule
- Erfüllung vertraglicher und gesetzlicher Pflichten ggü. Behörden/Verbänden/Unternehmen
- Durchführung frei- und nebenberuflicher Beschäftigungsverhältnisse

### Rechtsgrundlage der Verarbeitung

Ihre Daten werden auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 DSGVO, ggf. in Verbindung mit spezialgesetzlichen Regelungen verarbeitet. Des Weiteren dienen als Rechtsgrundlage die Satzung, die Entgeltordnung wie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule im KBB Erzgebirgskreis .

### Empfänger oder Kategorien von Empfängern personenbezogener Daten

#### intern:

Betriebsleitung/Buchhaltung Kultureller Bildungsbetrieb Erzgebirgskreis sowie weitere Organisationseinheiten innerhalb des Landratsamtes, sofern die Weitergabe entsprechend der DSGVO bzw. einer spezialrechtlichen Regelungen zulässig ist.\*

#### extern:

Auftragsverarbeiter und Dritte, sofern auch diese Weitergabe entsprechend der DSGVO bzw. einer spezialrechtlichen Norm zulässig ist.\*

### Dauer der Speicherung der personenbezogenen Daten

Ihre Daten werden in der Volkshochschule im Kulturellen Bildungsbetrieb nach der Erhebung so lange gespeichert, wie dies unter Beachtung der gesetzlichen Aufbewahrungsfristen und gemäß Sächsischem Aktenplan für die jeweilige Aufgabenerfüllung erforderlich ist.\*

### Betroffenenrechte

Nach der Datenschutz-Grundschutzverordnung stehen Ihnen folgende Rechte zu:

Werden Ihre personenbezogenen Daten verarbeitet, so haben Sie das Recht Auskunft über die zu Ihrer Person gespeicherten Daten zu erhalten (Art. 15 DSGVO).

Sollten unrichtige personenbezogene Daten verarbeitet werden, steht Ihnen ein Recht auf Berichtigung zu (Art. 16 DSGVO).

Liegen die gesetzlichen Voraussetzungen vor, so können Sie die Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung verlangen sowie Widerspruch gegen die Verarbeitung einlegen (Art. 17, 18 und 21 DSGVO).

Wenn Sie in die Datenverarbeitung eingewilligt haben oder ein Vertrag zur Datenverarbeitung besteht und die Datenverarbeitung mithilfe automatisierter Verfahren durchgeführt wird, steht Ihnen gegebenenfalls ein Recht auf Datenübertragbarkeit zu (Art. 20 DSGVO).

Entsprechende Anträge sind an die Volkshochschule zu richten. Die Volkshochschule prüft, ob die gesetzlichen Voraussetzungen hierfür erfüllt sind.

Beschwerden hinsichtlich der Datenverarbeitung können bei der Volkshochschule, dem für die Volkshochschule zuständigen Datenschutzbeauftragten und beim Sächsischen Datenschutzbeauftragten eingereicht werden.

### Pflicht zur Bereitstellung der Daten

Personenbezogene Daten, die zur Erfüllung eines Vertrages notwendig sind, dürfen verarbeitet werden. Wenn Sie die erforderlichen personenbezogenen Daten nicht zur Verfügung stellen, kann Ihre Anmeldung ggf. nicht bearbeitet bzw. der Vertrag nicht erfüllt werden.

\*Eine Auskunft zu Ihren Fragen bei konkreten Vorgängen erteilt Ihnen der behördliche Datenschutzbeauftragte.

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
1 Neujahr Mo 1	1 Do	1 Fr	1 Oster- montag Mi 14	1 Mafieiertag Mi	1 Sa
2 Di	2 Fr	2 Sa	2 Di	2 Do	2 So
3 Mi	3 Sa	3 So	3 Mi	3 Fr	3 Mo 23
4 Do	4 So	4 Mo 10	4 Do	4 Sa	4 Di
5 Fr	5 Mo 6	5 Di	5 Fr	5 So	5 Mi
6 Sa	6 Di	6 Mi	6 Sa	6 Mo 19	6 Do
7 So	7 Mi	7 Do	7 So	7 Di	7 Fr
8 Mo 2	8 Do	8 Fr	8 Mo 15	8 Mi	8 Sa
9 Di	9 Fr	9 Sa	9 Di	9 Christi- Himmelfahrt Do	9 So
10 Mi	10 Sa	10 So	10 Mi	10 Fr	10 Mo 24
11 Do	11 So	11 Mo 11	11 Do	11 Sa	11 Di
12 Fr	12 Rosenmontag Mo 7	12 Di	12 Fr	12 Muttertag So	12 Mi
13 Sa	13 Fastnacht Di	13 Mi	13 Sa	13 Mo 20	13 Do
14 So	14 Aschermittwoch Mi	14 Do	14 So	14 Di	14 Fr
15 Mo 3	15 Do	15 Fr	15 Mo 16	15 Mi	15 Sa
16 Di	16 Fr	16 Sa	16 Di	16 Do	16 So
17 Mi	17 Sa	17 So	17 Mi	17 Fr	17 Mo 25
18 Do	18 So	18 Mo 12	18 Do	18 Sa	18 Di
19 Fr	19 Mo 8	19 Di	19 Fr	19 Pfingstsonntag So	19 Mi
20 Sa	20 Di	20 Mi	20 Sa	20 Pfingst- montag 21	20 Do
21 So	21 Mi	21 Do	21 So	21 Di	21 Fr
22 Mo 4	22 Do	22 Fr	22 Mo 17	22 Mi	22 Sa
23 Di	23 Fr	23 Sa	23 Di	23 Do	23 So
24 Mi	24 Sa	24 So	24 Mi	24 Fr	24 Mo 26
25 Do	25 So	25 Mo 13	25 Do	25 Sa	25 Di
26 Fr	26 Mo 9	26 Di	26 Fr	26 So	26 Mi
27 Sa	27 Di	27 Mi	27 Sa	27 Mo 22	27 Do
28 So	28 Mi	28 Do	28 So	28 Di	28 Fr
29 Mo 5	29 Do	29 Karfreitag Fr	29 Mo 18	29 Mi	29 Sa
30 Di		30 Sa	30 Di	30 Do	30 So
31 Mi		31 Ostersonntag So		31 Fr	

Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
1 Mo 27	1 Do	1 So	1 Di	1 Fr	1 So 1. Advent
2 Di	2 Fr	2 Mo 36	2 Mi	2 Sa	2 Mo 49
3 Mi	3 Sa	3 Di	3 Do Tag der Dt. Einheit	3 So	3 Di
4 Do	4 So	4 Mi	4 Fr	4 Mo 45	4 Mi
5 Fr	5 Mo 32	5 Do	5 Sa	5 Di	5 Do
6 Sa	6 Di	6 Fr	6 So	6 Mi	6 Fr
7 So	7 Mi neues VHS-Programm erscheint	7 Sa	7 Mo 41	7 Do	7 Sa
8 Mo 28	8 Do	8 So	8 Di	8 Fr	8 So 2. Advent
9 Di	9 Fr	9 Mo 37	9 Mi	9 Sa	9 Mo 50
10 Mi	10 Sa	10 Di	10 Do	10 So	10 Di
11 Do	11 So	11 Mi	11 Fr	11 Mo 46	11 Mi
12 Fr	12 Mo 33	12 Do	12 Sa	12 Di	12 Do
13 Sa	13 Di	13 Fr	13 So	13 Mi	13 Fr
14 So	14 Mi	14 Sa	14 Mo 42	14 Do	14 Sa
15 Mo 29	15 Do	15 So	15 Di	15 Fr	15 So 3. Advent
16 Di	16 Fr	16 Mo 38	16 Mi	16 Sa	16 Mo 51
17 Mi	17 Sa	17 Di	17 Do	17 So	17 Di
18 Do	18 So	18 Mi	18 Fr	18 Mo 47	18 Mi neues VHS-Programm erscheint
19 Fr	19 Mo 34	19 Do	19 Sa	19 Di	19 Do
20 Sa	20 Di	20 Fr	20 So	20 Mi Buß- und Betttag	20 Fr
21 So	21 Mi	21 Sa	21 Mo 43	21 Do	21 Sa
22 Mo 30	22 Do	22 So	22 Di	22 Fr	22 So 4. Advent
23 Di	23 Fr	23 Mo 39	23 Mi	23 Sa	23 Mo 52
24 Mi	24 Sa	24 Di	24 Do	24 So	24 Heiliger Abend
25 Do	25 So	25 Mi	25 Fr	25 Mo 48	25 Mi 1. Weihnachtsfeiertag
26 Fr	26 Mo 35	26 Do	26 Sa	26 Di	26 Do 2. Weihnachtsfeiertag
27 Sa	27 Di	27 Fr	27 So	27 Mi	27 Fr
28 So	28 Mi	28 Sa	28 Mo 44	28 Do	28 Sa
29 Mo 31	29 Do	29 So	29 Di	29 Fr	29 So
30 Di	30 Fr	30 Mo 40	30 Mi	30 Sa	30 Mo 1
31 Mi	31 Sa		31 Do Reformationstag		31 Di Silvester



### Identität und Auftrag

Die Volkshochschule Erzgebirgskreis entstand im Jahr 2009 durch Fusion der Volkshochschulen Annaberg-Buchholz, Aue-Schwarzenberg, Mittlerer Erzgebirgskreis und Stollberg; sie führt die über 100-jährige Tradition der Volkshochschulen im Erzgebirgskreis fort. Gemeinsam mit der Kreismusikschule Erzgebirgskreis, dem Medienpädagogischen Zentrum Erzgebirgskreis sowie dem Theaterpädagogischen Zentrum „Kindertheater Burattino“ in Stollberg bildet sie seit 2009 den „Kulturellen Bildungsbetrieb Erzgebirgskreis“, der sich in Trägerschaft des Landkreises Erzgebirgskreis befindet.

Die Volkshochschule Erzgebirgskreis arbeitet auf der Grundlage des Gesetzes über die Weiterbildung im Freistaat Sachsen und ist eine nach der Verordnung des Sächsischen Staatsministeriums für Kultus zur Förderung der Weiterbildung anerkannte Einrichtung der Weiterbildung. Sie ist konfessionell und parteipolitisch unabhängig. Als Zentrum für Bildung und Kommunikation erstellt und realisiert sie kontinuierlich ein umfangreiches, flächendeckendes und für alle offenes Weiterbildungsangebot.

### Werte

Die Volkshochschule ist eine bürgernahe und kompetente Einrichtung der Weiterbildung. Sie zeigt sich in der Kultur- und Wirtschaftsregion Erzgebirgskreis sowohl zukunftsorientiert als auch traditionsbewusst. Die Lernenden werden in ihren sozialen, kulturellen, beruflichen und privaten Lebensbezügen betrachtet. In der Arbeit mit den Lernenden besteht ein wesentliches Ziel darin, die Entfaltung der jeweiligen Persönlichkeit zu fördern und deren Kompetenzen auszuweiten.

### Kunden

Das Bildungsangebot richtet sich an alle Bildungsinteressierten, für die die Volkshochschule der verlässliche Partner ist, der sie beim lebensbegleitenden Lernen unterstützt und Maßstäbe für

selbstbewusste Zielstellungen im individuellen Handeln setzt. Die sozial ausgewogene Gestaltung der Entgelte ermöglicht einer großen Bevölkerungsschicht den Zugang zu diesen Angeboten. Für besondere Zielgruppen (Frauen, Senioren, Familien, Eltern und Kinder, Erzieher, Migranten, Vereine, Firmen) werden spezielle Angebote unterbreitet.

### Allgemeine Organisationsziele

Die Volkshochschule ist eine fundamentale, im Landesentwicklungsplan des Freistaates Sachsen geforderte Einrichtung des lebensbegleitenden Lernens. Sie ist ein unverzichtbarer Bestandteil im öffentlichen Leben des Erzgebirgskreises. Mit ihrem offenen Weiterbildungsangebot orientiert sie sich am Bildungsbedarf der Bevölkerung. Darüber hinaus schafft die Volkshochschule auch Bildungsangebote für Firmen, Institutionen, Verwaltungen und Vereine sowie spezifische Märkte, z. B. den Arbeitsmarkt. Wir wollen das lebensbegleitende Lernen und den Erwerb national und europäisch anerkannter Abschlüsse ermöglichen. Unser Ziel ist es, darauf in Weiterbildungsangeboten vorzubereiten.

Dieses Angebot wird auf der Internetseite der Volkshochschule, mit dem halbjährlich erscheinenden Programm katalog, zielgruppenspezifischer Werbung sowie Anzeigen und Beiträgen in Printmedien öffentlich gemacht. Nach Möglichkeit nutzt die Volkshochschule für diese Veröffentlichungen auch den Regionalfunk und das Regionalfernsehen.

### Fähigkeiten und Leistungen

Der an den Bedürfnissen der Lernenden ausgerichtete Unterricht an der Volkshochschule zeichnet sich durch eine große Vielfalt aus. So unterrichten wir an verschiedenen Kursorten, in verschiedenen Unterrichtsformen mit den unterschiedlichsten Lerninhalten. Die ansprechend eingerichteten Unterrichts räume bieten einen angemessenen Rahmen für das lebensbegleitende Lernen.

Um für unsere Kunden die Qualität kontinuierlich weiterzuentwickeln, nehmen die Mitarbeiter und Dozenten der lernenden Volkshochschule regelmäßig Weiterbildungsangebote wahr. Kundenorientierung und die Zufriedenheit der Kunden stehen im Mittelpunkt der Arbeit, denn die Volkshochschule versteht sich als Bildungsdienstleister. So werden den Weiterbildungsinteressierten bei speziellen Kursanfragen konkrete Angebote unterbreitet.

Die Bildungsberatung nimmt beim Finden des individuell passenden Angebotes einen wichtigen Stellenwert ein. Durch die Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern wie dem SMK, dem Landesamt für Schule und Bildung, dem Sächsischen Volkshochschulverband, Einrichtungen der Landkreisverwaltung, dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge, dem Diakonischen Werk, der AWO, dem ASB, der Kirchlichen Erwerbsloseninitiative Zschopau, der Euroregion Erzgebirge, dem Partnerschaftsverein Litvinov-Olbernhau und Firmen aus der Region versteht sich die Volkshochschule als wichtiger Teil des Netzwerkes für das lebensbegleitende Lernen im Erzgebirgskreis.

### **Ressourcen**

Qualifizierte Mitarbeiter mit hohem Engagement, mit hervorragenden individuellen und teambezogenen Fähigkeiten sind die wichtigste Ressource der Einrichtung für eine erfolgreiche Arbeit. Neben den festangestellten Mitarbeitern verfügt die Volkshochschule über einen umfangreichen Pool qualifizierter und praxisorientierter Dozenten. Kreiseigene und angemietete Gebäude mit zeitgemäßer technischer Ausstattung sichern die effektive Realisierung des Programmangebots in hoher Qualität. Die Zusammenarbeit mit den jeweiligen kommunalen Einrichtungen ermöglicht ein Durchführen der Kurse in vielen Orten des Landkreises. Die ökonomische Basis ergibt sich aus den Teilnehmerentgelten sowie den Zuschüssen von Land und Kreis wie auch Fördermitteln des Bundes und der Europäischen Union.

### **Definition gelungenen Lernens**

Gelungenes Lernen beginnt mit der Erarbeitung eines attraktiven Bildungsangebotes, mit sachkundiger, korrekter Beratung und Information über verschiedene Kanäle, insbesondere Programmheft, Internetauftritt und weitere Medien. Gelungenes Lernen ist, wenn die Erwartungen der Lernenden an das spezielle Bildungsangebot in einer ansprechenden Lernumgebung erfüllt sind oder sich die Lernenden auf einem guten Weg zur Realisierung ihrer Lernziele sehen. Die Lernenden sind zum Weiterlernen befähigt und können das Erlernte im persönlichen Umfeld anwenden. Sie nutzen vielfältige Möglichkeiten, um Leistungsüberprüfungen zu absolvieren und Fortbildungsnachweise zu erwerben, damit sie ihre Chancen am Arbeitsmarkt steigern.

Zwar sind die Motivation und das Engagement der Lernenden wichtige Voraussetzungen für gelungenes Lernen. Aber auch der Einsatz der Lehrenden trägt mit zum gelungenen Lernen bei, indem beispielsweise lernförderliche Prozesse gestaltet werden. Durch die Leistungsfähigkeit der Lehrenden wird dieser Prozess zusätzlich unterstützt.

ÜberweisungsService online oder per Telefon

# Aller Anfang ist *leicht!*



... wenn Sie Ihre Sparkasse beim Wechsel auf alternative Zahlungsmethoden von Anfang an begleitet. Denn die Vorteile liegen klar auf der Hand:

ÜberweisungsService online oder per Telefon ist bequem, sicher & schnell.

Wir beraten Sie gern.



Weil's um mehr als Geld geht.  
**Erzgebirgssparkasse**