

Mit komplettem
Kursangebot der
Erzieherweiterbildung

PROGRAMM

HERBST | WINTER 2026

NEUES
LERNEN.
NEUES
ERLEBEN.

Hello!

¡Hola!



vhs

 ERZGEBIRGSKREIS
MEIN ZUHAUSE – MEINE ZUKUNFT

SACHSEN



Diese Maßnahme wird
mitfinanziert durch Steuer-
mittel auf der Grundlage des
vom Sächsischen Landtag des
beschlossenen Haushaltes.

VOLKSHOCHSCHULE 
ERZGEBIRGSKREIS

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

Kontakte:

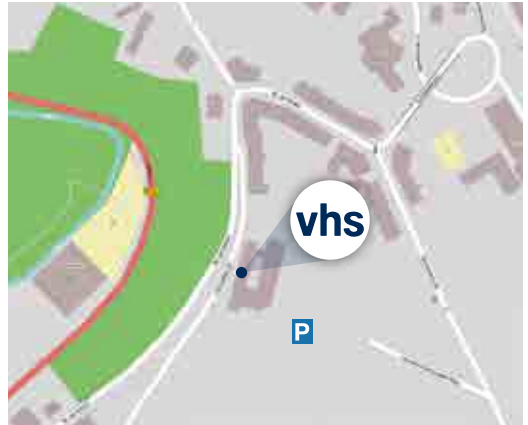
Jessica Peter: peter@vhs-erz.de
Florian Raschke: raschke@vhs-erz.de

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

Kontakte:

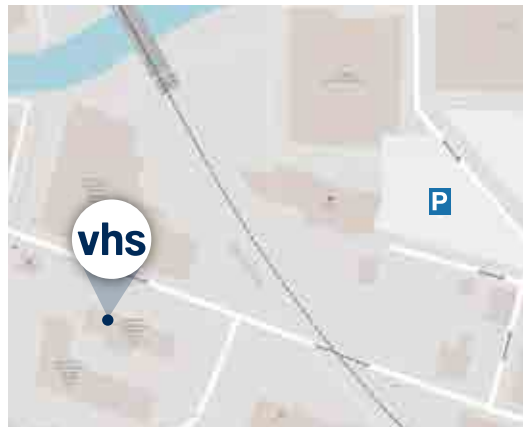
Andrea Feig: feig@vhs-erz.de
Ines Göbel: goebel@vhs-erz.de
Ute Gubick: gubick@vhs-erz.de
Ivonne Kittig: kittig@vhs-erz.de

Sprechzeiten:

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

Parkplatz:

Zufahrt über Gerberstraße und Mittelstraße



VHS in Olbernhau

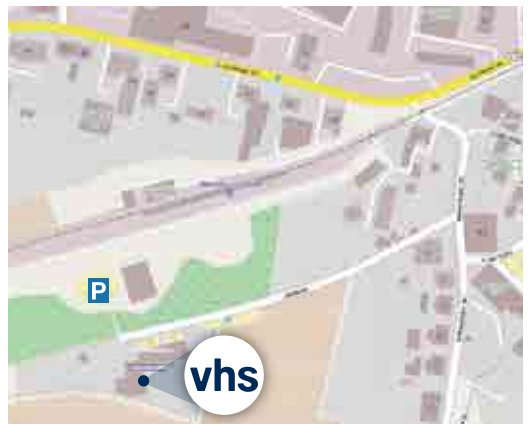
Jagdweg 1
09526 Olbernhau
Tel. 037360 72770
Fax 037360 3047
E-Mail: info@vhs-erz.de

Kontakte:

Ingo Haubold: haubold@vhs-erz.de
Manuela Jäkel: jaekel@vhs-erz.de
Jens Kaltfofen: kaltfofen@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
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

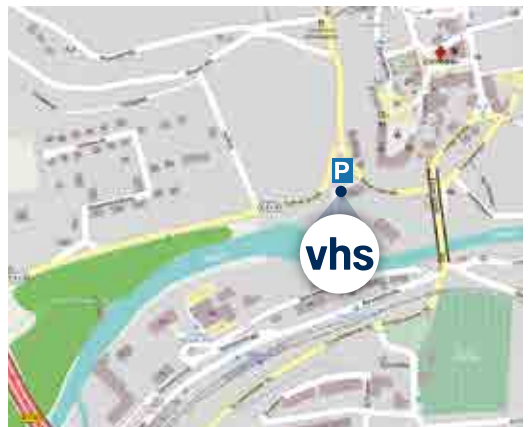
Johannisstraße 58 A
09405 Zschopau
Tel. 03725 347510
Fax 03725 347512
E-Mail: zschopau@vhs-erz.de

Kontakte:

Annett Keck: keck@vhs-erz.de
Anett Konieczny: konieczny@vhs-erz.de

Sprechzeiten:

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





POLITIK | GESELLSCHAFT | UMWELT 8

Fortbildungsangebote für pädagogische Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

Pädagogik | Erziehung | Familie

Abschied ist ein bisschen wie ... - Kindlicher Umgang (Trauer) mit den kritischen Lebensereignissen Verlust, Krankheit, Trennung, Tod	10
Aggressive, herausfordernde Kinder und Kinder als Außenseiter	11
Aggressives, störendes und extremes Verhalten - Was kann, sollte, muss ich tun?	11
Alles Trauma – oder was? (Grundinformationen zum Umgang mit Traumatisierten)	12
Alltagsintegrierte Sprachförderung in der Kita - Ideenseminar	12
An den Grenzen des Lebens - wenn Kinder trauern	13
Auditive Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörungen in der Kita	13
Autismus-Spektrum-Störungen im Kita- und Grundschulalter	14
Autorität durch Beziehung	14
Bewegungserziehung verhaltensauffälliger Kinder / Jugendlicher	15
Beziehungsgestaltung als Grundlage pädagogischer Qualität	16
Deeskalation im Hort	16
Der Wald als Atelier - ästhetische und kreative Bildung in der Natur	17
Deutsch als Zweitsprache bei Kindern - Sprachentwicklung verstehen, Auffälligkeiten erkennen	18
Die „Neue Autorität“ in der Kita - Herausfordernde Erziehungssituationen	18
Die Sprachentwicklung im letzten Kindergartenjahr - Warum Sprache für das Lesen und Schreiben so wichtig ist und welche Fördermöglichkeiten sinnvoll sind	19
Entwicklungsgespräche - „Wie sage ich es meinen Eltern?“	19
Entwicklungsgespräche sicher führen - vom Bauchgefühl zur Klarheit	20
Entwicklungsprobleme sicher erkennen	20
Erfahrungsaustausch „Stärkung von Leitungskompetenzen...“	21
Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen bzw. Erste Hilfe am Kind	21
Erzählwerkstatt - Übungssache Erzählen	21
Fachtagung zur frühkindlichen Bildung im Erzgebirgskreis Was brauchen Kinder heute? (Gelassen erziehen / stark begleiten - auch in herausfordernden Situationen)	22



Fit für U3 - Erfahrungsseminar - Mehr (von anderen) erfahren!	24
Fördern und Begleiten nach Montessori - Prinzipien für eine ganzheitliche Erziehung	25
Förderung von Kindern mit höherer Begabung	25
Ganzheitliche Bewegungsförderung	26
Grenzsteine richtig nutzen - Beobachtungen sicher einordnen - Aufbau-seminar	26
Hochsensibilität - erkennen und verstehen	27
Keine Angst vor dem Erziehen	27
Kinder brauchen Brücken statt Brüche - Übergänge und Kooperation der Beteiligten	28
Kita als Dienst-Leistungs-Qual(ität)?! - Eltern(mit)arbeit	28
KLARtext statt HERUMgerede - Schwierige Gespräche	28
Kommunikation mit Eltern in besonderen Problemlagen	29
Konflikte und Gewalt	30
Leben in einer „schnellen“ Welt - Was brauchen Kinder?	30
Mathematische Angebote, die alle ansprechen	31
Meine Gruppe verstehen - Aktivitäten beobachten und Teilhabe gestalten	31
Mit Kindern zur Stille kommen - Entspannungsübungen im Kita-Alltag	32
Mit Sport durch die Jahreszeiten	33
Musik & Rhythmik - Bodypercussion und Spielen auf Alltagsgegenständen	33
Musik geht immer - Singen und Musizieren mit Kindern im Alter von ca. 4 bis 10 Jahren	34
Natur erleben und verstehen - Naturpädagogik Grundlagen Teil 1	35
Partizipative Leitung im Kita-Alltag wirksam gestalten - zwischen Verantwortung, Beteiligung und Entscheidung Leitung zwischen Anspruch, Alltag und Aufbruch - Partizipation wirksam gestalten	35
Praxisanleiter-Aufbau-seminar - Praktisch in guten Händen - eine Herausforderung	36
Professionelle Gelassenheit	37
Raumkonzepte mit pädagogischer Tragweite Personal-mangel in der Kita - wie erfahren wir Unterstützung? - Der RAUM als dritter Erzieher - holen wir ihn bewusst in unser Team!	37
Raus aus der Rechtfertigung! - Als pädagogische Fachkraft klar, souverän und professionell auftreten	38
Reflexionsseminar zum FREUNDE-Programm (STARKE KINDER - GUTE FREUNDE)	39
Schutzkonzept? Haben wir! - Aber was davon lebt im Alltag?	39



Sie haben doch keine Ahnung! - Erfolgreiche Elternkommunikation gestalten 40

Sozial-emotionale Störungen als Sammelbegriff für Schwierigkeiten (Egoisten, Unbändige, ... bis „Systemsprenger“)?! - zweitägiges Seminar, nutzbar als HPZ-Ergänzungsmodul 41

Spaß und Freude an Bewegung für Kinder von 0 bis 3 42

Sprachentwicklung in der Krippe und im Kindergarten - Das verwächst sich schon 42

Sprachverständnisstörungen in der Kita 43

Stille Momente in der Kita - eine Sache der Übung 44

Stille Störungen bei Kindern 45

Trainingsseminar 10 - Fortschreiben von Zielen im Förderplan - Arbeit mit der Anlage Zielekontrolle..... 45

Umgang mit „stillen“ Störungen im Kindesalter 46

Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten und Verhaltensstörungen in Gruppen 46

Validierte Grenzsteine der Entwicklung 2025 - Beobachtung im pädagogischen Alltag 47

Vom ersten Wort zur ersten Geschichte - narrative Fähigkeiten bei Vorschulkindern 48

Wahrnehmung und Wahrnehmungsstörungen 49

Wahrnehmungsentwicklung bei Kindern 49

Was ist los mit Mama oder Papa? - Kinder psychisch kranker oder/und suchtkranker Eltern 50

Wenn kleine Kinder beißen 50

Wenn nicht die Kinder „das Problem“ sind - erfolgreiches Arbeiten und Umgehen mit „schwierigen“ Eltern 51

Wenn Verhalten mehr ist als Trotz - Entwicklung verstehen, Beziehung stärken 51

Wie funktioniert Gruppe im Zusammenspiel trotz ODER unter Berücksichtigung der Individualität? - Herausforderung in sozialen Gemeinschaften 52

Wie kann nonverbale Kommunikation und Körpersprache in der Kita die Kooperation verbessern? 53

Wie tickst Du denn? Persönlichkeit erkennen und verstehen 53

Geschichte | Zeitgeschichte

Geteilte Geschichte, gemeinsame Zukunft - Deutsche Einheit im Gespräch 55

Stadtgeschichte Aue: 850 Jahre Aue 56

Politik | Bürgerschaftliches Engagement

Basiskurs - Gästeführer in Annaberg-Buchholz 57

Vereinsgründung leicht gemacht 57

Ökonomie | Recht | Finanzen

Betrug rechtzeitig erkennen und rechtssicher handeln 58

Erben, vererben und die anderen 58



Ferienwohnung mit System - Mehr Buchungen bei minimalem Zeitaufwand 59

Ferienwohnung schön gestalten - mehr Gäste gewinnen 59

Haus-Aufwertung zum Bestpreis - Mit kleinen Mitteln den Verkaufswert maximieren 60

Im Alltag sicher bezahlen 60

Sorge- und Umgangsrecht 61

Trennung und Scheidung - ein Überblick 61

Unterhaltsrecht 62

Verbraucherrechte kennen und nutzen 62

Vorsorge zu Lebzeiten 63

Globales Lernen | Bildung für nachhaltige Entwicklung | Umweltb.

Obstbaumschnitt - Grundlagen und Praxis 63



KULTUR | GESTALTEN 64

Tanzpraxis

Ballett - Grundkurs 66

Ballett - Aufbaukurs 66

Kindertanz 4 - 5 Jahre 67

Kindertanz 7 - 8 Jahre 67

Malen | Zeichnen | Drucktechnik

Acryl- und Aquarellmalkurs für jedes Alter 67

Acryl-, Aquarell- und Kreidemalkurs für jedes Alter - Einsteiger 68

Kinderbuch-Werkstatt I - Geschichten erzählen 68

Kinderbuch-Werkstatt II - Kinderbuch illustrieren 68

Kreativer Feierabend - mit der eigenen Skizzenbuch-Routine zu Entspannung und Ausgeglichenheit 69

Kunstwerkstatt: Farben, Freude, Fantasie - Kunst- und Kreativkurs 69

Malabenteuer: Entdecke deinen Stil - Kunst- und Kreativkurs 70

Malerei und Grafik in der Galerie in Beierfeld 70

Pouring - Lass die Farben fließen! 71

Strichzeichnung: Schwarz-Weiß Line Art 71

Zentangle® - Kreativität & Entspannung durch Zeichnen 72

Vergangene Handschriften neu entdecken: Dein Schlüssel zur deutschen Schreibschrift für Einsteiger 72

Vergangene Handschriften neu entdecken: Dein Schlüssel zur deutschen Schreibschrift für Fortgeschrittene 72



Plastisches Gestalten

Floristik	73
Töpfern	73

Textiles Gestalten

Filzen für Anfänger: weihnachtliches Windlicht	74
Filzen für Anfänger: Zipfelmütze oder Lichterbaum	74
Häkeln leicht gemacht – Körbchen selbst gestalten	74
Hardanger-Stickerei	75
Klöppeln	75
Kreative Ohringe selber machen	76
Kreative Ohringe selber machen - Weihnachtsspecial	76
Kreative Schlüsselanhänger selber machen	76
Nähkurs für Einsteiger - Basics I	77
Nähkurs für Einsteiger - Basics II	77
Nähkurs für Fortgeschrittene	78
Schneidern	78
Schneidern für Einsteiger	78

Handwerk | Kunsthandwerk

Glaskunst - Tiffany für Einsteiger	79
Handlettering für Einsteiger: Kreative Weihnachtskarten	79
Intarsien - Einlegearbeiten aus Holz	80
Kreativer Trockenblumen-Loop selbst gestalten	80

Musikalische Praxis

Gitarre für Einsteiger	81
Gitarre für Fortgeschrittene	81
Mundharmonika-Crashkurs für Einsteiger	81



GESUNDHEIT 82

Entspannung | Stressbewältigung

Autogenes Training	84
Autogenes Training - Schnupperkurs	85
Autogenes Training - Ihr mentaler Ruhepol im Alltag ...	85
Funktionelles Bewegungstraining	85
Funktionelles Bewegungstraining für Fortgeschrittene	86
Gesund und fit mit Tai-Chi	87
Hatha Yoga	87 - 91
Hatha Yoga für Einsteiger	92
Hatha Yoga für Einsteiger und Fortgeschrittene	92
Hatha Yoga für Fortgeschrittene oder Wiedereinsteiger	93

Kundalini-Yoga	93
Mit Atemtechniken zu einem leichteren Alltag	94
PMR - Mit aktiver Entspannung zu neuer Energie - Schnupperkurs	95
PMR - Mit aktiver Entspannung zu neuer Energie	95
Die Kunst der Achtsamkeit	96
Qi Gong - Schnupperkurs	96
Qi Gong	97

Bewegung | Fitness

Aqua-Fitness (Bewegungstraining im Wasser)	98
Aqua-Gymnastik (Tiefwasser)	98
AROHA - Schnupperkurs	99
AROHA	99
Baguazhang: Die Kunst der Acht-Diagramme	99
Baguazhang: Die Kunst der Acht-Diagramme für Fortgeschrittene	100
Bauch-Beine-Po Workout	100
Body Styling Mix	101
BodyBalancePilates (R)	101
Body-Fit - Das Ganzkörper Workout	101
Body-Workout	102
Dehn- und Wirbelsäulengymnastik	102
Fit für den Alltag - Herz-Kreislauf-Training	102
„Fit ins/im Alter“ (Sen.-Gymn.)	103
Fit mit Freude bis ins hohe Alter	103
Indoor Cycling	104
Jonglieren lernen leicht gemacht: Einsteiger-Workshop mit Michael Schönfelder	104
Jonglieren mit Bällen leicht gemacht: Einsteiger-Workshop mit Michael Schönfelder	105
Junge Familie - Baby aktiv	105
Leichtigkeit im Sein - Energiefluss durch leichte Bewegung	105
Me-Time - einfach mal bewusst Zeit für DICH	106
Orientalische Gymnastik für Einsteiger	106
Orientalische Gymnastik für Fortgeschrittene	107
Pilates	107
Problemzone Spezial (Body-Style)	108
Rücken-fit	108
Rückhalt (neue Rückenschule nach KdDR)	109
Sicherheit durch Stärke - Selbstverteidigung für Frauen- Schnupperkurs	109
Sicherheit durch Stärke - Selbstverteidigung für Frauen	109
Sport für Mäuse für Kinder von 3 - 5 Jahren	110
Stepp-Aerobic	111





Yogilates: Balance und Stärke für Körper und Geist .. 111
 ZUMBA 112

Prävention | Krankheit | Gesundheit

Erschöpft und ausgebrannt? - Was Burnout bedeutet und wie man aus der Erschöpfungsfalle gelangt? 112
 Erste Hilfe - Fortbildung / betriebliche Erste-Hilfe-Fortbildung 113
 Erste Hilfe - Grundausbildung 113
 Erste Hilfe am Kind - FreshUp 114

Gesundheitspflege

Grüne Hausapotheke:
 Heilkräfte der Natur entdecken 115
 Krankheitssymptome erkennen und handeln 116
 Kräuterwanderung im Erzgebirge 116
 Pilzgeheimnisse entdecken:
 ein Naturkurs für Wissbegierige 117
 Vollwertkost und die Heilkraft von Obst und Gemüse 117

Essen und Trinken | Ernährung

Entdecke die Geheimnisse der chinesischen Küche mit Frau Jiang 118

Gesundheit und Psyche

Frauengesundheit und Energie 120
 Letzte Hilfe: Das kleine 1 x 1 der Sterbebegleitung ... 121
 Warum Mütter ständig erschöpft sind und der Kopf niemals Pause macht 121
 Wie Frauen im Alltag besser für sich sorgen - ohne Perfektionismus 122



SPRACHEN 124

Deutsch als Fremdsprache bzw. Zweitsprache

Einbürgerungstest 128
 Prüfung telc Deutsch Stufe B1 129
 Prüfung telc Deutsch Stufe B2 129
 Prüfungstraining Deutsch B1- Online 129
 Prüfungstraining Deutsch B2 - Online 130
 Prüfungstraining DTZ - Wiederholung 130
 Allgemeiner Integrationskurs 131
 Integrationskurs - Alphabetisierung 131

Englisch

Englisch - 1. Semester (Niveau A1) 132
 Englisch - 2. Semester für Senioren (Niveau A1) 133
 Englisch - 3. Semester (Niveau A1) 133
 Englisch - 5. Semester (Niveau A1) 133



Englisch - 7. Semester (Niveau A2) 133
 Englisch - 8. Semester für Senioren (Niveau A1) 133
 Englisch - 13. Semester (Niveau A2) - Online 134
 Englisch - 15. Semester (Niveau A2) 134
 Englisch - 16. Semester (Niveau A2) 134
 Englisch - 17. Semester für Senioren (Niveau A2) 135
 Englisch - 18. Semester für Senioren (Niveau A2) 135
 Englisch - 19. Semester (Niveau B1) - Online 135
 Englisch - Auffrischkurs (Niveau A2) 135
 Englisch - Auffrischkurs (Niveau A2/B1) 136
 Englisch - Auffrischkurs (Niveau B1) - Online 136
 Englisch - Auffrischkurs für Senioren (Niveau A1/A2)..... 136
 Englisch - Auffrischkurs für Senioren (Niveau A2) 137
 Englisch - Konversation (Niveau A2) 137
 Englisch - Konversation (Niveau A2/B1) 137
 Englisch - Konversation (Niveau B2) 138
 Englisch für die Reise (Niveau A1) 138
 Englisch für die Reise - 5. Semester (Niveau A1) 138
 Englisch für die Reise für Fortgeschrittene (Niveau A2) 139
 Englisch für Wiedereinsteiger - 5. Semester 139
 Englisch für Wiedereinsteiger (Niveau A2) 139
 English upgrade (Niveau A2) (Johanngeorgenstadt) .. 140
 Let's speak English and have fun 140

Französisch

Französisch - 1. Semester (Niveau A1) 140
 Französisch - 7. Semester (Niveau A1/A2) 140
 Französisch - 11. Semester (Niveau A2) 141
 Entdeckungsreise durch die französische Kultur (Niveau A2) 141
 Französisch - Aufbaukurs (Niveau A2) 142
 Französisch - Auffrischkurs (Niveau A2) 142

Italienisch

Italienisch - 1. Semester (Niveau A1) 143
 Italienisch - 2. Semester (Niveau A1) 143
 Italienisch für Wiedereinsteiger (Niveau A1) 143
 Entdeckungsreise durch die italienische Sprache (Niveau A2) 143

Spanisch

Spanisch für die Reise (Niveau A1) 144
 Spanisch für die Reise - 2. Semester (Niveau A1) 144
 Spanisch - 4. Semester (Niveau A1) 144
 Spanisch - 7. Semester (Niveau A1) 145



Spanisch - Auffrischkurs (Niveau A1)	145
Spanisch - Konversation (Niveau A1)	145

Tschechisch

Tschechisch - 1. Semester (Niveau A1)	146
Tschechisch - 1. Semester (Niveau A1) - Online	147
Tschechisch - 2. Semester (Niveau A1)	147
Tschechisch - 4. Semester (Niveau A1)	147
Tschechisch - 5. Semester (Niveau A1)	148
Tschechisch - 5. Semester (Niveau A1) - Online	148
Tschechisch - 8. Semester (Niveau A1)	148
Tschechisch - 9. Semester (Niveau A2) - Online	148
Tschechisch - 15. Semester (Niveau B1)	149



ARBEIT & BERUF 150

IT-/Medien-Grundlagen | allgemeine Anwendung

Computer-Kurs für Einsteiger	152
Computer-Kurs für Fortgeschrittene	153
CorelDraw für Einsteiger	154
Datensicherung: Den PC schützen, bevor es zu spät ist	154
Die Hacker kommen - Tatsachen, Technik und Tipps für jeden, der Computer nutzt	155
Excel für Einsteiger	155
Excel für Fortgeschrittene	156
Fit am PC - MS Office im Büroalltag (Word, Excel, Outlook)	157
Fotobearbeitung und Fotoverwaltung am PC	157
Gimp - Bildbearbeitung	158
Künstliche Intelligenz praktisch anwenden: ChatGPT verstehen und einsetzen	158
Künstliche Intelligenz im Alltag: ChatGPT und Co. kennenlernen	159
Speed-Dating mit KI - digitale Tools kennenlernen und reflektieren	160
LibreOffice für Einsteiger	160
Mediensprechstunde - persönlicher Beratungsnachmittag	161
Sicher und souverän im Netz: Ein Internetkurs für Senioren	162
Smartphone-Kurs für Einsteiger (Android)	162
Smartphone-Kurs für Einsteiger (iOS)	163
Smartphone-Kurs für Fortgeschrittene (Android)	165
Smartphones im Alltag - Austausch für Senioren	165
Von der Idee zum Objekt: 3D-Druck für Einsteiger	166
Word für Einsteiger	166
Word-Übersichtskurs	167



Kommunikation | Medien

Kreativ mit Canva - Flyer, Social Media & mehr	167
Mitreden & Mitgestalten - Social Media reflektiert nutzen	168
Wertpapier- und Börsen-Wissen für Anfänger und Neugierige	168

Digitale Kompetenz: Kaufmännische IT-/Medienanwendungen

Technische IT-/Medienanwendungen

Fotografieren - Grundlagen Spiegelreflex- und Systemkameras	169
Fotografieren statt Knipsen	169

Kaufmännische Grund- und Fachlehrgänge/ Rechnungswesen

Kaufmännische Buchführung	170
Kaufmännische Buchführung am PC	170
E-Commerce - Einführungsworkshop	170

Branchenspezifische Fachlehrgänge

bauwesenorientierte Lehrgänge / Speziallehrgänge	171
Hebebühnen-Schein	171
Stapler-Schein-Ausbildung	171
Erwerb Kranschein	172
Ladekran-Schein	172
Minibagger-Schein	172
Erwerb Zertifikat zu Ladungssicherungsarbeiten	172
Kettensägeführerschein	173

ALLGEMEINE INFOS

Bildungsaspekte in den Gesundheitskursen der Volkshochschulen	123
Sprachniveau entsprechend des Europäischen Referenzrahmens.....	126
Prüfungsmöglichkeiten an den Volkshochschulen (Auswahl).....	127
Infos zum Datenschutz.....	175
Kursanmeldungen	174 - 185
Allgemeine Geschäftsbedingungen.....	186
Widerrufsbelehrung	187
Antrag auf Ermäßigung für einen Kurs	188
Anmeldung - SEPA Lastschriftmandat.....	189
Kalender 2026	190 + 191
Leitbild VHS (Auszug).....	192

Liebe Freunde unserer Volkshochschule,

das neue Herbstsemester 2026 der Volkshochschule Erzgebirgskreis steht einmal mehr im Zeichen des aktiven Bildungshandelns. Wir alle erleben derzeit fundamentale gesellschaftliche Transformationen – von der Digitalisierung unserer Arbeitswelt bis hin zu tiefgreifenden ökonomischen und ökologischen Umbrüchen. Diese Veränderungen fordern uns heraus, bestehendes Wissen zu hinterfragen und neue Kompetenzen zu entwickeln.

Bildung ist in diesem Kontext kein statischer Zustand, sondern ein Werkzeug zur Selbstbestimmung. Unser Programmkatalog bietet Ihnen die konkreten Bildungsangebote dafür: Er verbindet praxisnahe berufliche Qualifizierung mit Angeboten zur politischen Teilhabe, zur Gesundheit und zum kulturellen Verständnis.

Einen besonderen Schwerpunkt unserer pädagogischen Arbeit setzt dieses Semester am 21. November in Annaberg-Buchholz. Die 7. Fachtagung für Erzieherinnen widmet sich gezielt den steigenden Anforderungen in der frühkindlichen Bildung und bietet Raum für fachliche Weiterentwicklung unter aktuellen Vorzeichen zum Thema: „Was brauchen Kinder heute?“. Mit Petrun Grafe und Jan-Uwe Rogge haben wir ganz hochkarätige Dozierende für den Tag gewinnen können.

Für Sie als Teilnehmende bedeutet das Angebot der VHS die Chance, den eigenen Handlungsspielraum zu erweitern. Ob Sie sich für den Arbeitsmarkt der Zukunft rüsten, neue Kommunikationstechnologien meistern oder im Diskurs mit anderen Ihren Standpunkt schärfen – Sie entscheiden, welche Impulse Sie für Ihre Bildungsbiografie nutzen.

Wir laden Sie ein, die Volkshochschule im Erzgebirgskreis als Ort des sachlichen Austauschs und der gezielten Weiterbildung zu nutzen und freuen uns auf Sie.



Jens Kaltoven
Leiter VHS Erzgebirgskreis



**ANSPRECHPARTNER
DER VHS**

Jens Kaltofen



Kati Klaba

A photograph of two children running in a field at sunset. In the foreground, a young girl with pigtails, wearing a pink long-sleeved shirt and denim overalls, is running and laughing. In the background, a young woman with long brown hair, wearing a light blue polo shirt and light blue pants, is running and holding a colorful kite with a long orange tail. The sky is filled with soft, golden light from the setting sun.

**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.



Alle
Erzieherweiter-
bildungen können
auch als
Inhouse-Schulung
in den Einrichtungen
durchgeführt
werden.

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

Abschied ist ein bisschen wie ... - Kindlicher Umgang (Trauer) mit den kritischen Lebensereignissen Verlust, Krankheit, Trennung, Tod

Verluste sind schmerzlich, trotzdem gehören sie zum Leben. Trennungen in Familien sind fast schon alltäglich. Trotzdem unterliegen Verluste, wie z. B. Krankheit, Tod und Sterben, in unserer Gesellschaft einem stark verinnerlichten Tabu. Eine angemessene Auseinandersetzung ist kaum möglich, da diese Elemente des Lebens oft verdrängt, vermieden, verleugnet werden. Findet jedoch eine Konfrontation mit diesen Themen statt, werden Gedanken an die eigene Verletzlichkeit und Endlichkeit wach. Die Tabuisierung und Angst vor kritischen Lebensereignissen erschwert den Umgang sowie die Bewältigung dieser schwierigen Situation und gefährdet besonders die Kinder.

Kurs-Nr. 326H15J09

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **08.09.2026** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen



Aggressive, herausfordernde Kinder und Kinder als Außenseiter

In dieser Veranstaltung wird auf die Thematik von aggressiven und störenden Kindern sowie Einzelgängern 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. 327F15J32

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **23.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Holger Müller | Kursentgelt: 80,- €

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

Kurs-Nr. 526H15J213

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **12.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Holger Müller | Kursentgelt: 80,- €

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

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“ behaupten!

Kurs-Nr. 427F15J35

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **20.05.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

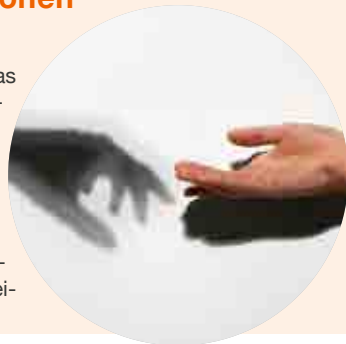
Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Holger Müller | Kursentgelt: 80,- €

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



Alles Trauma – oder was? (Grundinformationen zum Umgang mit Traumatisierten)

Trauma – ein zurzeit fast inflationär gebrauchtes Wort. Aber was kann ich konkret tun, um entsprechende Situationen zu erkennen und hilfreich zu handeln? Einfach und „gebrauchsfertig“ verpackt, geht es im Seminar neben den theoretischen Grundlagen (Definition / Was geht im Körper vor? / mögliche Auslöser / Symptomatik), über auftretende Verhaltensmustern im Alltag und deren pädagogische Bewältigung, bis hin zur Übertragung auf andere Beteiligte sowie das Thema Selbstschutz / Psychohygiene - und es gibt einen Blick auf Möglichkeiten der Begleitung, Beratung und Therapie.



Kurs-Nr. **327F15J38**

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **02.06.2027** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Antje Stock | Kursentgelt: 80,- €

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

Alltagsintegrierte Sprachförderung in der Kita - Ideenseminar

Sprachförderung ist ein wesentlicher Bestandteil der frühkindlichen Bildung und spielt eine entscheidende Rolle für die kognitive und soziale Entwicklung von Kindern. In diesem Seminar erfahren Erzieherinnen und Erzieher, wie sie Sprachförderung alltagsintegriert und spielerisch in den Kindergartenalltag einbinden können. Sie lernen Methoden und Techniken kennen, die ohne (oder mit wenig) zusätzlichen Aufwand die sprachliche Entwicklung der Kinder unterstützen. Alltagsintegrierte Sprachförderung bedeutet, dass die Sprachentwicklung der Kinder in alltäglichen Situationen gefördert wird – sei es beim Spielen, bei Routinetätigkeiten oder beim gemeinsamen Lesen. Ziel ist es, den natürlichen Sprachlernprozess der Kinder zu unterstützen und ihnen vielfältige Sprachanlässe zu bieten. Sofern sie bereits eigene Beispiele oder Materialien haben, können die Teilnehmenden diese gern mitbringen.



Inhaltliche Schwerpunkte:

- Einführung in die alltagsintegrierte Sprachförderung
- Sprachentwicklung im Kindesalter mit den Schwerpunkten (Krippe, Kindergarten und Vorschule)
- Sprachförderung im Freispiel und bei täglichen Routinen
- Einsatz von Bilderbüchern, Geschichten, Liedern und Reimen
- Sprachfördernde Kommunikationstechniken
- Praktische Übungen und Rollenspiele

Kurs-Nr. **126H15J15**

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **09.10.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Rustler | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen



An den Grenzen des Lebens - wenn Kinder trauern

Der Tod der Oma, der Verlust eines Freundes, ein totes Tier auf der Straße: Der Tod gehört zur kindlichen Lebenswelt dazu. Das Thema ist in unserer Gesellschaft jedoch tabuisiert. Eltern und Erziehende sind oft sprachlos, wenn sie in der Familie oder Kita mit Sterben, mit Abschiedssituationen und Trauer konfrontiert werden.

Die Fortbildung soll dabei helfen, zu einer Sprache im Kita – Kontext zu finden, um Kinder und Familien in der Ausnahmesituation eines Todesfalles nicht allein zu lassen. Ebenso soll es darum gehen, sich auf diese Situationen vorzubereiten: durch Selbstreflexion, Fachinformationen und konkrete pädagogische Ideen und Hintergründe, um trauernden Kindern professionell und angemessen begegnen und sie gut begleiten zu können. Anhand von Alltagssituationen in der Kita wollen wir üben, wie gutes pädagogisches Handeln während einer Trauerphase aussehen kann, und worauf besonders zu achten ist.

Ein weiterer inhaltlicher Schwerpunkt liegt auf dem eigenen Umgang mit Trauersituationen, und dem Entwickeln einer pädagogischen Haltung bei einem schwierigen Thema. Kurz streifen werden wir das Thema Ressourcen: „Was tut mir gut? Was hilft mir selbst in schwierigen Situationen?“

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Welche Vorstellungen haben Kinder vom Tod?
- Welche Trauersituationen erleben Kinder?
- Wie trauern Kinder? Woran erkenne ich, dass Kinder trauern?
- Trauer Willkommen: Pädagogisch adäquat handeln: Was ist wichtig?
- Einen Trauerfall in der Kita „managen“: Checklisten, Rituale, Handlungsempfehlungen und Ideen für Gespräche mit trauernden Kindern und Eltern: Was ist zu beachten? Konkrete Ideen und Materialien?

Kurs-Nr. 127F15J30

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **20.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Agnes Bost | Kursentgelt: 60,- €

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 weggelassen 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- und Wahrnehmungsstörungen gemeint ist und wie Sie mit betroffenen oder vermeintlich betroffenen Kindern noch besser umgehen können.

**Kurs-Nr. 327F15J29**

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **16.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Rustler | Kursentgelt: 80,- €

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

Kurs-Nr. 426H15J22

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **13.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Rustler | Kursentgelt: 80,- €

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

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 interaktionellen 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. 527F15J34**

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, 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, sich in eine Haltung der Gegenwärtigkeit, empathischen Gelassenheit sowie verbesserter Stressregulierung einzuüben. So kann mit angemessener Authentizität eine professionelle Beziehungsgestaltung wachsen.



Dafür gilt es auch ein echtes solidarisches Miteinander in der Einrichtung und die Kooperation mit den Eltern der Kinder weiterzuentwickeln. Daraus kann die Erfahrung wachsen, auch schwierige Situationen selbst aktiv mitgestalten und beeinflussen zu können, anstelle sich dem Geschehen einseitig ausgeliefert zu fühlen. Dieses Seminar vermittelt einen ersten 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.

Das Seminar steht in einem engen inhaltlichen Zusammenhang mit der Fortbildung „Herausfordernde Erziehungssituationen“ am 23.04.2027. Eine Teilnahme an beiden Seminaren wird empfohlen.

Kurs-Nr. **227F15J343**

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **30.04.2027** | Kurszeit: 09:30 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Petrun Grafe | Kursentgelt: 80,- €

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

Bewegungserziehung verhaltensauffälliger Kinder / Jugendlicher

Bewegung und Entspannung stehen im direkten Zusammenhang. Nur wer Muskeln angespannt hat, kann diese auch bewusst entspannen. Dieser Ansatz soll genutzt werden, um auf gesunde Art und Weise den Energieüberschuss durch Bewegung abzubauen. Zudem fördert ein ausreichendes Maß an Bewegung die Konzentrationsfähigkeit, was sich wiederum beispielsweise auf die schulischen Leistungen auswirkt.

Inhaltliche Schwerpunkte

- Zusammenhang Bewegung und Entspannung
- Bewegungsspiele zum Austoben
- Bewegungsspiele zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit

Kurs-Nr. **226H15J20**

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **07.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Alexander Keßler | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, weitere Fachkräfte in 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.**



Beziehungsgestaltung als Grundlage pädagogischer Qualität

Gelungene Beziehungsgestaltung ist die Basis jeder pädagogischen Arbeit – sie entscheidet darüber, wie Kinder sich entwickeln, wie Teams zusammenarbeiten und wie gut es uns selbst dabei geht. Denn Kinder lernen und entwickeln sich dort, wo sie sich sicher und verstanden fühlen. In achtsamen, verlässlichen Beziehungen entwickeln sie Vertrauen, Selbststeuerung und die Fähigkeit, mit anderen in Kontakt zu gehen – und genau darin liegt der Kern professioneller Pädagogik.

Dieses Seminar vermittelt einen Ansatz, der den Blick auf die Qualität der Beziehung richtet – zu den Kindern, zu Kollegen, Eltern und zu sich selbst. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie Beziehung im Alltag bewusst gestaltet werden kann, auch dann, wenn es herausfordernd wird. Teilnehmende erhalten Impulse, um das eigene Handeln besser zu verstehen und neue Wege der Begegnung zu erproben. Daneben bietet das Seminar Raum zur Reflexion und zum Austausch.

Ziele:

- eigene Reaktionen in Stress- und Konfliktsituationen verstehen
- Handlungssicherheit und Gelassenheit im Umgang mit herausforderndem Verhalten gewinnen
- Grenzen klar und wertschätzend kommunizieren
- Strategien für einen sicheren, beziehungsorientierten Umgang entwickeln
- Selbstfürsorge und emotionale Balance im Berufsalltag stärken

Kurs-Nr. 326H15J17

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.10.2026** | Kurszeit: 08:30 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Maria Mattukat | Kursentgelt: 80,- €

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



Deeskalation im Hort

Situationen, in denen Kinder die Fähigkeit zur Selbstkontrolle weitgehend verlieren, stellen für Pädagogen oft eine extreme Herausforderung dar. Um diese meistern zu können, ist es sinnvoll, Eskalation als Prozess zu verstehen und entsprechend des Verlaufs zu reagieren. In dieser Weiterbildung wird Wissen über den Aufschaukelungsprozess und pädagogische Interventionsmöglichkeiten vermittelt. Außerdem bietet sich Raum für Fallbeispiele und fachliche Diskussion.

Kurs-Nr. 227F15J04

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **01.02.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz | Kursentgelt: 80,- €

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





Werden Sie DOZENT!

Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!

Der Wald als Atelier - ästhetische und kreative Bildung in der Natur

Die in der Natur vorhandene Vielfalt an Materialien, Farben und Formen beeindruckt nicht nur Kinder immer wieder aufs Neue. In unserer Fortbildung wollen wir in die Welt der Kunst mit Naturmaterialien eintauchen und die Vielfalt der vorhandenen Ressourcen im Wald kennenlernen.

Durch eine Vielzahl von Methoden und Techniken entstehen nicht nur kleine Kunstwerke, es wird auch ein Raum für Entdeckung und Erfahrung eröffnet, der einen besonderen Zugang zur Natur bietet. Das Erleben und Gestalten fördert dabei nicht nur die Kreativität, sondern auch die sensorische Wahrnehmung, die Feinmotorik und vieles mehr.

Ziel dieser Fortbildung ist es, den Wald als einen Raum zu begreifen und zu nutzen, in dem sich kreative ästhetische Bildung mit Kindern hervorragend umsetzen lässt. Vielfältige Naturmaterialien wie Äste und Wurzeln, Blüten, Steine oder Laub regen zum Bauen, Basteln und Gestalten an. Dabei ist nicht die Vermittlung von Wissen vordergründig. Ziel ist es, wahrzunehmen, kreative Ideen zu entwickeln und diese an die Gegebenheiten vor Ort anzupassen.

Die Veranstaltung ist praxisnah angelegt und hat den Charakter einer Lernwerkstatt. Anhand vieler Beispielaktionen werden wir einen kompletten Walderfahrungstag durchlaufen, unterbrochen von einigen kleineren Theorieblöcken.

Kurs-Nr. **326H15J06**

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **20.08.2026** | Kurszeit: 09:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Lohr | Kursentgelt: 80,- €

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



Deutsch als Zweitsprache bei Kindern - Sprachentwicklung verstehen, Auffälligkeiten erkennen

Immer mehr Kinder wachsen mit mehreren Sprachen auf – sei es durch die Familie, die Herkunft oder das soziale Umfeld. In der Kita begegnen pädagogische Fachkräfte häufig sprachlichen Besonderheiten und fragen sich: Ist das noch normal oder schon auffällig? In diesem Seminar erhalten sie fachlich fundierte Orientierung zur Sprachentwicklung mehrsprachiger Kinder – jenseits von Mythen und Unsicherheiten. Sie lernen, typische Erwerbsverläufe einzuordnen und eventuelle Stolpersteine zu erkennen.

Kurs-Nr. 326H15J27

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 633**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **27.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Rustler | Kursentgelt: 80,- €

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

Kurs-Nr. 227F15J36

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **21.05.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Rustler | Kursentgelt: 80,- €

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

Die „Neue Autorität“ in der Kita - Herausfordernde Erziehungssituationen

Was brauchen Kinder, von deren Verhalten wir Erwachsenen uns herausgefordert fühlen, die sich Regeln oder Abläufen in der Kita verweigern und 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 Signal-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.



Das Seminar steht in einem engen inhaltlichen Zusammenhang mit der Fortbildung „Autorität durch Beziehung“ am 30.04.2027. Eine Teilnahme an beiden Seminaren wird empfohlen.

Kurs-Nr. 227F15J321

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **23.04.2027** | Kurszeit: 09:30 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Petrun Grafe | Kursentgelt: 80,- €

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



Die Sprachentwicklung im letzten Kindergartenjahr - Warum Sprache für das Lesen und Schreiben so wichtig ist und welche Fördermöglichkeiten sinnvoll sind

Im letzten Jahr vor der Einschulung benötigen Kinder unter anderem ein solides sprachliches Fundament, um erfolgreich in die Schule starten zu können. Neben Kompetenzen wie Sprachverstehen, Wortschatz, Grammatik und Aussprache sind insbesondere auch phonologische Kompetenzen von entscheidender Bedeutung. In diesem Seminar werden verschiedene relevante Entwicklungsbereiche angesprochen und aus therapeutischer Sicht für den Alltag von Erziehenden aufgearbeitet. Anschließend werden hierfür Beobachtungsmöglichkeiten und Impulse zur Förderung erarbeitet.

Kurs-Nr. 427F15J08

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **26.02.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Rustler | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

Entwicklungsgespräche - „Wie sage ich es meinen Eltern?“

Die Erziehung von Kindern ist von unterschiedlichen Meinungen und Standpunkten geprägt. Dabei ist es oft nicht leicht, wichtige Ergebnisse der täglichen Beobachtung der Kinder in der Kita und deren Konsequenzen den Eltern verständlich nahe zu bringen. Gerade in diesem Bereich bergen Entwicklungsgespräche jede Menge Potenzial für die Entwicklung einer gemeinsamen Erziehungsarbeit. Andererseits ist die Entwicklung des Kindes ein sehr sensibles Thema, auf welches Eltern unterschiedlich reagieren und das somit auch Konfliktpotenzial vorhanden ist.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Vorbereitung und Aufbau des Entwicklungsgespräches
- Probleme mit dem Kind / Probleme mit den Eltern - Wie gehe ich damit um?
- Aufgaben und Grenzen der pädagogischen Fachkräfte - Wie weit muss/darf ich gehen?

Kurs-Nr. 127F15J18

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **06.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen





Entwicklungsgespräche sicher führen - vom Bauchgefühl zur Klarheit

Diese Fortbildung richtet sich an pädagogische und heilpädagogische Fachkräfte, die Entwicklungsgespräche im Alltag strukturiert, wertschätzend und fachlich fundiert gestalten möchten.

Entwicklungsgespräche sind mehr als ein Austausch über den Entwicklungsstand eines Kindes – sie bieten die Möglichkeit, gemeinsam mit Eltern auf die Aktivitäten, Ressourcen und Teilhabemöglichkeiten eines Kindes zu schauen. Im Mittelpunkt steht dabei nicht die Bewertung von Fähigkeiten, sondern das konkrete Handeln des Kindes im Alltag.

Auf Grundlage der validierten Grenzsteine der Entwicklung (2025) und unter Anwendung der ICF-CY lernen die Teilnehmenden, Beobachtungen alltagsnah zu beschreiben und in eine dialogische Gesprächsführung zu überführen.

Inhalte:

- Bedeutung und Ziel von Entwicklungsgesprächen im pädagogischen Alltag
- Vorbereitung mit Aktivitätsprofil und Grenzsteinen
- Beobachtbare Aktivitäten beschreiben statt bewerten
- Strukturierte Gesprächsführung im Sinne der ICF-CY
- Einbindung der Elternperspektive („Elternblick“)
- Nutzung von Reflexionsscheiben zur Visualisierung von Teilhabe
- Ableitung alltagsnaher, teilhabeorientierter Ziele
- Vereinbarungen für den Alltag gemeinsam entwickeln

Ziel der Fortbildung:

Die Teilnehmenden gewinnen Sicherheit darin, Entwicklungsgespräche ressourcenorientiert zu führen, kindliche Teilhabe sichtbar zu machen und gemeinsam mit Eltern tragfähige Perspektiven für den Alltag zu entwickeln.

Kurs-Nr. 327F15J24

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **08.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Jacqueline Klengel | Kursentgelt: 95,- €

Zielgruppe: pädagogische und heilpädagogische Fachkräfte in Krippe, Kita und Hort

Entwicklungsprobleme sicher erkennen

Die Zahl der Kinder mit Entwicklungsverzögerungen oder -rückständen hat in den letzten Jahren zugenommen. Für fast alle betroffenen Bereiche gilt: je früher gegengesteuert werden kann, desto geringer der Aufwand und umso besser der Erfolg. Die Weiterbildung informiert über Anzeichen für Fehlentwicklungen, Instrumente zu deren Erkennung und stellt Formulierungshilfen für Entwicklungsgespräche oder -berichte vor. Breiten Raum nimmt auch der Erfahrungsaustausch ein.



Kurs-Nr. 326H15J14

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 633**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **08.10.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen



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. 326H15J19

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**
 Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **05.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr
 Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €
 Zielgruppe: Leitungen und stellvertretende Leitungen von Kitas

Kurs-Nr. 327F15J14

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 206**
 Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **17.03.2027** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr
 Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €
 Zielgruppe: Leitungen und stellvertretende Leitungen von Kitas

Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen bzw. Erste Hilfe am Kind

In dieser Schulung werden Mitarbeitende in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder binnen 9 Unterrichtseinheiten auf alle dort typischen (Not-) Fälle vorbereitet. Sie entspricht den Vorgaben der Unfallversicherungsträger (DGUV).

Beachten Sie bitte, dass diese Weiterbildung in Kooperation mit der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. durchgeführt wird.

Kurs-Nr. 426H15J18

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 2**
 Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **04.11.2026**

Kurszeit: 08:00 - 16:00 Uhr | Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten
 Dozent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Kursentgelt: 50,- €
 Zielgruppe: für Führerschein, zur Auffrischung, für Betriebe und Einrichtungen und für Interessenten



Erzählwerkstatt - Übungssache Erzählen

Die Menschheit hat ihr gesammeltes Wissen über viele Jahrhunderte hinweg weitergegeben, indem sie es weitererzählt hat. Auch heute kreieren Menschen Geschichten und erzählen sie weiter: am Gartenzaun, in Social Media, in der Familie, in der Gesellschaft. Eine gute Geschichte fesselt uns, bereichert unser Weltbild, unterhält und inspiriert zum Weiterdenken. Auch Kinder lieben Geschichten, sie lieben es, vorgelesen zu bekommen und Bücher anzuschauen. Doch fast noch mehr lieben sie es, wenn sie ihnen erzählt werden. Warum ist das so? Und was heißt das für uns Erwachsene? Was kann Erzählen, was vorlesen nicht kann? Und was macht eine gute Erzählung aus? Welche Hindernisse gibt es im Kita – Alltag, zu erzählen?

In der alltäglichen Praxis bleibt oft wenig Zeit, um sich intensiv auf das Erzählen vorzubereiten. Wie gelingt Erzählen auch mit wenig Aufwand?





Die Erzählwerkstatt soll ermutigen, das Erzählen wieder stärker in den Fokus zu rücken und richtet sich an alle, die wieder öfter erzählen möchten. Vor allem wird es darum gehen, sich erzählen zu trauen. Außerdem werden wir ausgehend von großen Erzähltraditionen wie den Märgchen oder biblischen Geschichten versuchen zu analysieren: Was macht die Kraft einer guten erzählten Geschichte aus?

Methodisch werden wir in einem ersten Schritt mit kreativen Methoden versuchen, ins Erzählen zu kommen. Im zweiten Teil bekommen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Möglichkeit, eine Geschichte unter „Laborbedingungen“ zu erzählen, und erhalten im Anschluss Feedback von der Gruppe.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Story - Cubes: Trau Dich!
- Die Person des Erzählers: Einige Ideen aus der Theaterpädagogik
- Welche Geschichte für welches Alter (pädagogische Aspekte)?
- Rahmenbedingungen: Raum, Visualisierungsmethoden, Zeit, Gruppengröße, Beziehung
- Regeln zum Erzählen: Für den Erzähler und die Zuhörer
- Exkurs: Märgchen/ Biblische Geschichten (Wahlangebot)
- Konkrete Ideen für die Praxis
- Methoden und Material zum Thema (Handout)



Kurs-Nr. 327F15J41

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **15.06.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Agnes Bost | Kursentgelt: 60,- €

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

Fachtagung zur frühkindlichen Bildung im Erzgebirgskreis Was brauchen Kinder heute? (Gelassen erziehen / stark begleiten - auch in herausfordernden Situationen)

Frühe Bildung und Förderung sind die Grundlage für Bildungsgerechtigkeit von Kindern. Dabei leistet die ganzheitliche Entwicklung der pädagogischen Praxis und Qualität in Kindertageseinrichtungen sowie Kindertagespflegestellen einen wichtigen Beitrag. Eine professionelle Qualifizierung, Unterstützung und Begleitung der pädagogisch tätigen Personen sowie das Schaffen von Gelingensbedingungen vor Ort sind dabei von besonderer Bedeutung. Der Sächsische Bildungsplan stellt die verbindliche pädagogische Grundlage für die Arbeit in den sächsischen Kindertageseinrichtungen und der Kindertagespflege dar. Er versteht sich als thematisch-methodische Orientierungshilfe und als ein Instrument für die Professionalisierung pädagogischer Fachkräfte sowie zur Ausgestaltung des Bildungsauftrages. In einem ganzheitlichen und demokratischen Bildungsverständnis steht dabei das Kind als Akteur seiner eigenen Entwicklung im sozialen Miteinander im Mittelpunkt der pädagogischen Prozesse. Es ist dabei zu unterstützen, zu motivieren und durch gezielte Anleitung beim Erwerb von Kompetenzen zu fördern.

Der Sächsische Bildungsplan in seiner vorliegenden Form berücksichtigt bereits jetzt die unterschiedlichen Bedingungen unter denen Kinder aufwachsen.

Gleichwohl hat u. a. durch gesellschaftliche, technische oder politische Entwicklungen auch in Sachsen die Heterogenität von Faktoren und Bezügen, die sich auf die frühkindliche Entwicklung auswirken, zugenommen. Aus diesem Grund wird der Sächsische Bildungsplan derzeit evaluiert und



fortgeschrieben. Ziel ist, pädagogischen Fachkräften und Kindertagespflegepersonen in Sachsen ein Instrument an die Hand zu geben, das sie in ihrer praktischen Arbeit unterstützt, um kindliche Bildungs-, Entwicklungs- und Lernprozesse ganzheitlich und kindorientiert zu begleiten.

Der Alltag von pädagogischen Fachkräften in der Kindertagesbetreuung wird 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.

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 den Vorträgen soll das Augenmerk auf die grundlegenden sozialen Bedürfnisse der Kinder gelenkt, der Hintergrund einiger Verhaltensweisen beleuchtet und Schritte für eine nachhaltige Unterstützung der Kinder aufgezeigt werden.

In herausfordernden Situationen mit Kindern scheinen weder die in der Vergangenheit praktizierte herkömmliche Form der Autorität, noch eine verweigerte Autorität geeignet. Es ist wichtig, Präsenz und Achtsamkeit in der pädagogischen Arbeit zu kultivieren. Dies bedeutet, eine Haltung der Gegenwartigkeit, empathischen Gelassenheit sowie verbesserte Stressregulierung einzuüben. So kann mit angemessener Authentizität eine professionelle Beziehungsgestaltung wachsen.

Dafür benötigen die begleitenden Fachkräfte auch eigene Ressourcen und Wege, um mit den starken Emotionen aller Beteiligten in herausfordernden Situationen umzugehen. Sie sollen in ihrem Selbstmanagement und dem Weg zu einer nachhaltigen unterstützenden Teamarbeit gestärkt werden.

Die Vorträge beinhalten insbesondere folgende Themen:

- Grundlegende soziale Bedürfnisse von Kindern, Hintergründe einiger Verhaltensweisen
- Handlungsmöglichkeiten, nachhaltige Unterstützung der Kinder, hin zu einer Verbesserung der Beziehung, zu Kooperation und der Fähigkeit, Verantwortung zu übernehmen
- Eigene Ressourcen und Wege der Fachkraft, um mit starken Emotionen aller Beteiligten in herausfordernden Situationen umzugehen, Kooperation mit Eltern und eigenem Team
- Bedürfnisorientiert Grenzen setzen
- Gelassen erziehen und mit guter Präsenz begleiten

Selbstverständlich stehen entsprechende Literaturempfehlungen und ausreichend Material zur Verfügung. Neben dem fachlichen Input und dem gemeinsamen Reflektieren der pädagogischen Arbeit soll der Austausch durch regionale Vernetzung angeregt und gefördert werden.

Tagungsablauf:

09:00 Uhr	Anmeldung, Stehkafee
09:30 Uhr	Begrüßung und Eröffnung
10:00 Uhr	Fachvortrag Teil 1
11:45 Uhr	Pause
12:30 Uhr	Fachvortrag Teil 2
14:10 Uhr	Abschluss, Ausblick
14:30 Uhr	Ende der Fachtagung

Kurs-Nr. 126H15J232

Kursort: **Annaberg-Buchholz, LRA ERZ, Paulus-Jenisius-Straße 24, Konferenzsaal**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **21.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Jan-Uwe Rogge; Frau Petrun Grafe

Kursentgelt: 20,- €



Fit für U3 - Erfahrungsseminar - Mehr (von anderen) erfahren!

Das hochtechnisierte Leben in unserer (Erwachsenen-)Welt bedarf zunehmend kindgerechter Angebote in Bildung, Erziehung und Betreuung, insbesondere für Kinder unter drei Jahren. Die ersten Jahre sind derart prägend, so dass die Kleinkindzeit einen besonderen Stellenwert für die Entwicklung der Kinder besitzt. Der Auftrag ist für alle Betreuungsformen gleich, die Bedingungen der Kinder und Einrichtungen sind dabei recht verschieden. Im Rahmen dieser Weiterbildung geben und erhalten Sie einen praxisnahen Einblick in die Arbeit der Einrichtungen und Fachkräfte. Die Erfahrungen werden mit aktuellen Erkenntnissen der pädagogischen Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren verknüpft. Die derzeitige Arbeit im Krippenalter wird reflektiert. Es werden Bestätigung Ihrer Arbeit und Anregungen für Veränderungen gegeben. Somit dient diese Fortbildung der Stärkung und dem Ausbau Ihrer Kompetenzen und Ressourcen. Besondere Schwerpunkte bilden:

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Lernfelder und -situationen der frühen Kindheit
- Eingewöhnung und Pflege
- Selbstständigkeitserziehung in der Kita (z. B. Sauberkeit)

Kurs-Nr. **327F15J37**

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **29.05.2027** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen

Werden Sie DOZENT!

Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!





Fördern und Begleiten nach Montessori - Prinzipien für eine ganzheitliche Erziehung

Die Montessori-Pädagogik ist ein weltweit anerkanntes Bildungskonzept, das sich auf die Förderung der Selbstständigkeit und die individuelle Entwicklung von Kindern fokussiert. In diesem Kurs lernen Sie die wesentlichen Prinzipien und Methoden der Montessori-Pädagogik kennen und erfahren, worauf es wirklich ankommt.

Der Kurs gibt Ihnen fundiertes Wissen zu den verschiedenen Aspekten der Montessori-Methode und ermöglicht es Ihnen, Ihre Handlungskompetenzen in der Betreuung von Kindern weiterzuentwickeln.

Erfahren Sie mehr über:

- Das kindliche Lernen aus der Perspektive der Montessori-Pädagogik
- Förderung von Selbstständigkeit und Eigenverantwortung
- Beobachtung als Grundlage für die individuelle Förderung
- Die Rolle des Erwachsenen: Balance zwischen Freiheit und Disziplin

Werden Sie Teil einer praxisorientierten Gruppe, die sich mit der Integration der Montessori-Pädagogik in den Alltag beschäftigt. Nutzen Sie den Austausch, um Ihre Handlungskompetenzen weiterzuentwickeln.

Die Fortbildung besteht aus 2 Seminartagen.

Kurs-Nr. 426H15J08

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

Kurstage: Freitag, **04.09.2026**, 17:00 - 20:30 Uhr, Samstag, **05.09.2026**, 10:00 - 16:30 Uhr

Kurszeit: 17:00 - 20:30 Uhr | Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Christinia Weihmann | Kursentgelt: 135,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, Interessierte

Förderung von Kindern mit höherer Begabung

Kinder mit höherem kognitivem Potenzial sind nur zum Glück auf der Welt! So oder ähnlich denken viele Menschen über Hoch- oder Höherbegabte. Dass dies nicht stimmen muss, weiß jeder Pädagoge, der schon eigene Erfahrungen mit solchen Kindern sammeln konnte. Interessant ist dabei, dass sich typische Anzeichen von Hochbegabung schon sehr früh zeigen, nämlich im Vorschulalter, dass aber selten auf diese Besonderheit individuell eingegangen wird. Die Weiterbildung bietet Hintergrundinformationen aus psychologischer und pädagogischer Perspektive und gibt Tipps, wie diese Kinder angemessen gefördert werden können.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Was ist eigentlich Hochbegabung?
- Woran erkennt man Hochbegabung?
- Wie wird Intelligenz gemessen, und wie verlässlich sind diese Verfahren?
- Wie kann man hochbegabte Kinder in Kita und Grundschule angemessen fördern?

Kurs-Nr. 226H15J03

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **18.08.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Lehrerinnen und Lehrer



Ganzheitliche Bewegungsförderung

Welche Rolle spielt Bewegung in der Entwicklung von Kindern und Jugendlichen? Warum ist Bewegung in jedem Alter wichtig und sollte täglich in die pädagogische Arbeit eingebaut werden? Im Mittelpunkt der Veranstaltung sollen die verschiedenen positiven Auswirkungen von Bewegung stehen. Leider wird die Bewegungsförderung als wichtige Ressource in der pädagogischen Arbeit immer noch vernachlässigt, oftmals verbunden mit kompletten Verzicht auf gezielte Bewegungsangebote.

Kurs-Nr. **326H15J24**

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **21.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Alexander Keßler | Kursentgelt: 80,- €

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

Grenzsteine richtig nutzen - Beobachtungen sicher einordnen - Aufbauseminar

Dieses Trainingsseminar baut auf grundlegenden Kenntnissen der validierten Grenzsteine auf und richtet sich an Fachkräfte, die ihre Beobachtungen fachlich fundiert einordnen möchten. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie Grenzsteine im pädagogischen Alltag sinnvoll genutzt werden können – nicht als Checkliste, sondern als fachliche Orientierung zur Beschreibung von Aktivitäten und Teilhabe.

Die Teilnehmenden lernen, Grenzsteine differenziert zu lesen, in beobachtbare Aktivitäten zu übersetzen und diese in den Kontext der ICF-CY einzuordnen.

Inhalte:

- Vertiefung der Arbeit mit den validierten Grenzsteinen
- Übersetzung von Grenzsteinaussagen in beobachtbare Aktivitäten
- Einordnung von Beobachtungen im Alltag
- Verknüpfung mit ICF-CY (Aktivität und Teilhabe)
- Typische Fehlinterpretationen und deren Vermeidung
- Transfer in Dokumentation und Förderplanung

Ziel der Fortbildung:

Die Teilnehmenden nutzen Grenzsteine sicher als fachliche Grundlage für Beobachtung, Einschätzung und Dokumentation.

Kurs-Nr. **327F15J21**

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **06.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Jacqueline Klengel | Kursentgelt: 95,- €

Zielgruppe: pädagogische und heilpädagogische Fachkräfte in Krippe, Kita und Hort



Hochsensibilität - erkennen und verstehen

Im Seminar werden die 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. Praxis-taugliche Tests und Fragebögen werden verständlich erklärt und angewendet.

Kurs-Nr. 227F15J26

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **14.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Antje Stock | Kursentgelt: 80,- €

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

Keine Angst vor dem Erziehen

Eine gelingende Erziehung scheint immer mehr Eltern, aber auch Pädagogen vor Probleme zu stellen. Was ist für das Kind förderlich? Wie viel Strenge oder Zuwendung ist gut? Müssen Kinder eigentlich erzogen werden, oder ist diese Vorstellung nicht eigentlich „altmodisch“?

Die Weiterbildung beleuchtet das Thema und stellt die Wirkmechanismen einer sinnvollen Erziehung dar. Schwerpunkte sind dabei die Lernerfahrungen der Kinder, die Vorbildrolle der Erwachsenen und die Beziehungsqualität. Die Faktoren werden an Beispielen verdeutlicht und in Relation gebracht. Ziel ist eine verbesserte Sicherheit in der Verwirklichung des elterlichen oder beruflichen Erziehungsauftrags.

Kurs-Nr. 326H15J11

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 633**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **22.09.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz | Kursentgelt: 80,- €

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

**Sie können
leider nicht am
gebuchten
Kurs teilnehmen?
Dann müssen Sie eine
schriftliche Kündigung
an die VHS
schicken.**





Kinder brauchen Brücken statt Brüche - Übergänge und Kooperation der Beteiligten

Das Leben in unserer Gesellschaft und somit auch das der Kinder hat sich gewandelt. Kinder müssen Übergänge bewältigen, leben häufig in zerrissenen Lebenswelten, erleben Beziehungsabbrüche. Das erschwert die kontinuierliche Bildung und Erziehung von Kindern. Familie, Kita, Schule und Hort bilden zentrale Lebens- und Entwicklungsräume und somit den Mittelpunkt des pädagogischen Handlungsraumes. Aufgrund dieser Tatsache sind der Übergang von Familie in die Kita oder aus der vorschulischen Einrichtung in das Bildungssystem Schule zu einem Schwerpunkt des Interesses der Frühpädagogik geworden.



Kurs-Nr. 326H15J21

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 633**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **11.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

Kita als Dienst-Leistungs-Qual(ität)?! - Eltern(mit)arbeit

„Es könnte so schön in der Kita sein, wenn bloß die Eltern ...! Die Kinder sind nicht das Problem ...!“ Die Heterogenität der Familien wächst. Der Erwartungsdruck ist groß. Die Kita als soziale Dienstleistung für Eltern und somit die pädagogischen Fachkräfte stoßen an Grenzen. Die Zusammenarbeit mit den Eltern bedarf neuer und unterschiedlicher Herangehensweisen. Wichtig ist, sich diesen Aspekten zu stellen, um fachliche Sicherheit zu finden und die Professionalität sowie Qualität der Kita-Arbeit zu bewahren. In wessen Dienst erbringen wir unsere Leistung? Wie gehen wir im Alltag mit Eltern um? Wie werden wir den Forderungen nach individueller Arbeit gerecht? Welche Chancen liegen in Problemen? Wie sichern wir unsere Qualität?

Kurs-Nr. 426H15J13

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **07.10.2026** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

KLARtext statt HERUMgerede - Schwierige Gespräche

In der Zusammenarbeit mit Menschen sind nicht nur sachliche und angenehme Gesichtspunkte, sondern ebenso schwierige und unangenehme Themen anzusprechen. Diese meist heiklen Aspekte sind nicht abstrakt, sondern haben mit Personen zu tun. Das Thema anzusprechen, bedeutet somit häufig eine Auseinandersetzung mit der oder den Personen einzugehen. Dazu benötigt man erstens Mut und zweitens die Fähigkeit, das Problem offen dem jeweiligen Mitmenschen deutlich zu machen, um dann gemeinsam nach Lösungen zu suchen.





**SCHNELL UND
KOMFORTABEL
ANMELDEN:**

**www.vhs-
erzgebirgskreis.de**

Dabei den Interessen und Bedürfnissen aller Beteiligten gerecht zu werden, geht weit über das Alltagsverhalten hinaus und stellt eine Herausforderung unserer fachlichen Arbeit dar. Wie es gelingt, einen guten Weg zu finden, zeigt das Seminar.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Probleme und Kritik als Unterschied und deren Veränderungspotential
- Offene Gespräche als Übernahme von Verantwortung
- Praktische Umsetzung

Kurs-Nr. 226H15J02

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **01.07.2026** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €

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

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. Kommunikationsformen und Gesprächsstrategien praxisnah 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. 127F15J22

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **07.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Martina Meixner | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen



Konflikte und Gewalt

Kindheit und Schulzeit war UND ist konfliktreich; dabei ist Gewalt (K)EINE Entwicklung?! In Gemeinschaften treten Konflikte auf, die uns als Menschen zusammen und voranbringen. Diese (normale) Entwicklungsaufgabe der Konflikte wird häufig von den Begriffen Angst, Gewalt und Aggression beherrscht. Doch Konflikte sind ein notwendiger Bestandteil des Zusammenlebens, die sowohl mit machtvollen als auch durch gewaltfreie Strategien bewältigt werden. Dabei steht insbesondere im Grundschulalter das Thema der Zusammenarbeit, der sozialen Gemeinschaft entwicklungspsychologisch auf dem „Plan“ der Kinder. Der Übergang zwischen „normalem Ärger“ im sozialen Umfeld und Krisen, Gewalt, Ausgrenzung bis hin zu Mobbing ist oft schleichend. Dieses Seminar stellt den kindlichen Umgang mit Konflikten in den Vordergrund, zeigt Anzeichen von Störungen in der sozialen Interaktion auf und bearbeitet Ansätze zum Training von Konfliktlösungen für das Kindesalter.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Begriffe/Zusammenhang Konflikt, Gewalt, Aggression
- Kindlicher Umgang mit Konflikten
- Konfliktbewältigung/ Bewältigungsstrategien
- Handlungsbedarf als Intervention und Prävention, Methoden



Kurs-Nr. 527F15J01

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **12.01.2027** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €

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

Leben in einer „schnellen“ Welt - Was brauchen Kinder?

Leben in einer „schnellen“, „vollen“ Welt – Luxus: Braucht das nicht mehr denn je den Umgang mit Verlusten und Entscheidungen? Kinder entwickeln sich in ihrem eigenen Tempo. Kinder lernen mit allen Sinnen. Kinder brauchen Anerkennung und Zeit. Wir leben mit unseren Kindern in einer schnelllebigen und flexiblen Welt. Wie können wir die Wahrnehmung der Kinder, die notwendige Entwicklungszeit gefühlvoll miteinander verbinden und somit den Kindern 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 als „kleiner“ Mensch in einer schnellen Welt Schritt halten zu können?

Mit diesen inhaltlichen Schwerpunkten beschäftigt sich das Seminar:

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

Kurs-Nr. 227F15J39

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **08.06.2027** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €

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



Mathematische Angebote, die alle ansprechen

Ich kann später gut rechnen, weil ich nicht nur zähle, sondern bereits eher Zusammenhänge 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 Bildungsinhalte:n in den Kindertagesstätten bis zur Schuleingangsphase in Mathematik Klasse 1
- Vorstellen verschiedener praktischer Möglichkeiten und methodische Vorgehensweise im Vorschuljahr
- Tipps für die Gliederung und Auflockerung während eines Angebotes

Kurs-Nr. 327F15J20

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **06.04.2027** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Antje Schmid | Kursentgelt: 25,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Lehrer, Interessierte

Kurs-Nr. 126H15J178

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **03.11.2026** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Antje Schmid | Kursentgelt: 25,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Lehrer, Interessierte

Meine Gruppe verstehen - Aktivitäten beobachten und Teilhabe gestalten

Dieses Seminar richtet sich an pädagogische und heilpädagogische Fachkräfte, die ihre Kindergruppe im Alltag differenzierter in den Blick nehmen möchten.

Viele Fachkräfte arbeiten gleichzeitig im Gruppenkontext und in der Einzelfallperspektive. Dabei ist es entscheidend, die gesamte Kindergruppe als Ausgangspunkt pädagogischen Handelns zu verstehen und nicht ausschließlich das einzelne Kind in den Fokus zu nehmen. Im Mittelpunkt steht die Frage, welche Aktivitäten sich in der Kindergruppe zeigen, welche Ressourcen vorhanden sind und wie Teilhabe für alle Kinder im Alltag ermöglicht werden kann. Die Teilnehmenden lernen, ihre Kindergruppe systematisch zu beobachten, Aktivitäten im Gruppenkontext einzuordnen und daraus Impulse für die pädagogische Gestaltung des Alltags abzuleiten. Ein besonderer Fokus liegt darauf, wie Ziele aus dem Förderplan sinnvoll in den Gruppenalltag integriert werden können.





Inhalte:

- Blick auf die gesamte Kindergruppe statt ausschließlich auf das einzelne Kind
- Beobachtung von Aktivitäten im Gruppenkontext
- Ressourcen der Kindergruppe erkennen und nutzen
- Teilhabemöglichkeiten und Barrieren im Alltag sichtbar machen
- Rolle der pädagogischen Fachkraft im Gruppengeschehen
- Integration von Förderzielen in den Gruppenalltag
- Einbindung von Kindern mit Unterstützungsbedarf in die Kindergruppe

Ziel der Fortbildung:

Die Teilnehmenden schärfen ihren Blick für die Kindergruppe als Ganzes und entwickeln ein besseres Verständnis dafür, wie Aktivitäten und Teilhabe im Alltag entstehen und gezielt gestaltet werden können.

Kurs-Nr. 327F15J23

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **07.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Jacqueline Klengel | Kursentgelt: 95,- €

Zielgruppe: pädagogische und heilpädagogische Fachkräfte in Krippe, Kita und Hort

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

Bitte eine Yoga- oder Isomatte mitbringen!

Kurs-Nr. 327F15J27

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **14.04.2027** | Kurszeit: 13:00 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Julie Eggers | Kursentgelt: 40,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

Kurs-Nr. 227F15J19

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **06.04.2027** | Kurszeit: 13:00 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Julie Eggers | Kursentgelt: 40,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen



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 (Drinnen und Draußen)
- kreatives Gestalten eigener Spielideen
- Jahreszeiten und die passenden Sportfeste

Kurs-Nr. 227F15J11

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **06.03.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Alexander Keßler | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

(Altersbereich Kindergarten und Hort); weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe. Bitte bringen Sie bewegungsfreundliche Kleidung mit.

Musik & Rhythmik - Bodypercussion und Spielen auf Alltagsgegenständen

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.

Gemeinsames Musizieren verbindet und macht Spaß. Musizieren kann man mit einfachsten Mitteln und auch ohne Notenkenntnisse. Mit Händen, Füßen und mit der Stimme lassen sich interessante Rhythmen erzeugen.

Musik ist aber auch ein wunderbares Mittel zur nonverbalen Kommunikation, auch in Umsetzung der sozialen Inklusion. Durch den Einsatz von Körperinstrumenten und Alltagsmaterialien erleben die Kinder die vielfältige Wirkung von Musik auf spielerische Weise, um sie später einmal auf „richtige“ Instrumente übertragen zu können. Dazu werden Sie durch diese Weiterbildungsveranstaltung befähigt.

Ziel ist es, verschiedene Methoden für den pädagogischen Alltag in den Einrichtungen kennenzulernen und auszuprobieren. Sie erhalten praktische Anregungen mit vielfältigen Materialien, z. B. Kopien, MP3-Audioaufnahmen usw.

Ggf. können Sie die unbearbeiteten Tonaufnahmen auch per USB-Stick oder SD-Card im Anschluss an den Workshop gleich mitnehmen. Dazu ist es erforderlich, dass sie einen USB-Stick oder eine SD-Card mitbringen.



Kurs-Nr. 426H15J181

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **06.10.2026** | Kurszeit: 09:30 - 13:30 Uhr

Kursdauer: 5 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Ernst Gert Zuckerriedel | Kursentgelt: 50,- €

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



Musik geht immer - Singen und Musizieren mit Kindern im Alter von ca. 4 bis 10 Jahren

Musik und Rhythmik faszinieren Kinder, 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 den Entwicklungsstand des musikalischen Vermögens der Kinder bis zum 10. Lebensjahr. Im praktischen Teil erfolgen das Kennenlernen und Ausprobieren der verschiedenen Möglichkeiten für den Alltag in der Kita. Durch den Einsatz des eigenen Körpers als Instrument (allein und zusammen) und verschiedener Alltagsgegenstände (Charivari) erleben Sie auf spielerische Weise die vielfältige Wirkung von Musik. Das Gestalten von Liedern und Musikstücken verschiedener Genres mit Elementarinstrumenten (Körperinstrumenten und Alltagsgegenständen), das Musizieren ohne Vorgaben, nach grafischen Zeichen und nach einfachen Notenwerten werden weiterhin Inhalte: der Fortbildung sein.

Sie können die unbearbeiteten Tonaufnahmen auch per USB-Stick oder SD-Card im Anschluss an den Workshop gleich mitnehmen. Dazu ist es erforderlich, dass Sie einen USB-Stick oder eine SD-Card mitbringen.

Kurs-Nr. **326H15J506**

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **09.10.2026** | Kurszeit: 09:30 - 13:30 Uhr

Kursdauer: 5 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Ernst Gert Zuckerriedel | Kursentgelt: 50,- €

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





Natur erleben und verstehen - Naturpädagogik Grundlagen Teil 1

Diese Fortbildung soll einen praxisnahen und niedrigschwelligen Einstieg in die Grundlagen der Naturpädagogik bieten. Im Mittelpunkt der Veranstaltung steht einerseits das Konzept des Flow Learnings nach Joseph Cornell, das seit vielen Jahren einen der Grundpfeiler von Naturpädagogik bildet. Dabei beschäftigen wir uns damit, wie man durch eine sinnvolle Abfolge von Aktivitäten Aufmerksamkeit aufbaut, vertieft und reflektiert, warum nicht jede Übung zu jeder Tageszeit und bei jedem Wetter funktioniert. Zudem lernen wir, die vielfältigen Bedingungen im Wald optimal zu nutzen, um eine Atmosphäre zu schaffen, die die Gruppen stärkt und gleichzeitig eine tiefgreifende Naturerfahrung ermöglicht.



Andererseits werden wir uns damit auseinandersetzen, wie sich Naturerfahrungen auch mit minimalem Materialeinsatz und ohne aufwendige Vorbereitungen wirkungsvoll gestalten lassen. Der Fokus liegt dabei auf einfachen, praxisnahen Methoden, die ganzheitliches Lernen fördern – durch direkte Sinneserfahrungen, bewusstes Erleben und spielerische Zugänge zur natürlichen Umgebung.

Diese Fortbildung verbindet Theorie und Praxis in einem ausgewogenen Verhältnis: Neben kurzen fachlichen Impulsen steht vor allem das eigene Erleben im Vordergrund. Die Teilnehmenden sollen die Möglichkeit haben, verschiedene Methoden selbst auszuprobieren und deren Wirkung direkt zu erfahren. Reflexionsphasen und der Austausch in der Gruppe unterstützen dabei, die gewonnenen Eindrücke auf die eigene berufliche Praxis zu übertragen und individuell passende Ansätze für unterschiedliche Zielgruppen und Rahmenbedingungen zu entwickeln.

Kurs-Nr. 326H15J05

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **19.08.2026** | Kurszeit: 09:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Lohr | Kursentgelt: 80,- €

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

Partizipative Leitung im Kita-Alltag wirksam gestalten - zwischen Verantwortung, Beteiligung und Entscheidung Leitung zwischen Anspruch, Alltag und Aufbruch - Partizipation wirksam gestalten

Kindertageseinrichtungen haben jeden Tag komplexe Herausforderungen zu bewältigen: steigende pädagogische Anforderungen, Personalengpässe und zunehmende Erwartungen von den Familien und der Politik. In diesem Spannungsfeld sind Leitungskräfte mehr denn je gefordert, die Einrichtung zu positionieren – und zugleich Beteiligung und Mitverantwortung im Team zu ermöglichen. Partizipative Führung ist ein Ausdruck dieser Handlungsstärke. Starke Führung zeigt sich inzwischen weniger im Durchsetzen, jedoch immer mehr in einer strukturierten Beteiligung – ohne den klaren Blick zu verlieren. Wenn partizipative Führung zur gelebten Leitungspraxis wird, dann sind Orientierung, transparente Rahmenbedingungen und echte Mitbestimmung in Ihrem Fachkräfte-Team möglich.

In diesem Seminar lernen die Teilnehmenden, wie sie ihr persönliches Leitungsverständnis mit dem Potenzial der partizipativen Führung erweitern können. Im Mittelpunkt steht die Frage: Wie kann Leitung partizipativ, wertebasiert und innovativ gestaltet werden – ohne sich selbst zu überfordern?



Über fachliche Impulse, Reflexion und intensiven kollegialen Austausch werden konkrete Umsetzungsschritte entwickelt, so dass in der Kita ein Umfeld geschaffen werden kann, in dem Beteiligung, Eigenverantwortung und Motivation wachsen können – immer mit der Perspektive, den Teamgeist zu fördern, die Resilienz im Team zu stärken und den Zufriedenheitsgrad als Kita-Leitung zu sichern.

Zentrale Inhalte:

- Leitungsaltag reflektieren – Selbstverständnis und Rollenklarheit schärfen
- Partizipation gestalten – Orientierung geben und Mitbestimmung zulassen
- Verantwortung fördern – durch Nähe, Distanz und agile Impulse
- Vertrauen stärken – durch Werte, Verlässlichkeit und klare Strukturen
- Konflikte klären – mit Haltung, Klarheit und dem Blick fürs Machbare
- Grenzen der Partizipation: Verantwortung übernehmen und Handlungsfähigkeit sichern

Kurs-Nr. 226H15J205

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **10.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Bernd R. Olma | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: Leitungen und stellvertretende Leitungen von Kitas; Fachberatung

Praxisanleiter-Aufbauseminar - Praktisch in guten Händen - eine Herausforderung

Die Anleitung der Praktikanten dient der schrittweisen, praktischen Heranführung der Auszubildenden an eine eigenständige Wahrnehmung beruflicher Aufgaben. Insofern ist dies eine sehr wichtige und komplexe Aufgabe, die der Praxis in Zusammenarbeit mit der ausbildenden Schule obliegt. Der Lernort „Arbeitsplatz“ dient dem Erwerb von Handlungskompetenzen auf der Grundlage des theoretisch erworbenen Wissens und Könnens. Diese „Feuerprobe“ stellt sich häufig als schwierig dar, da verschiedene Einsatzgebiete, verschiedene Ausbildungsstandards an den Schulen, die Individualität der Praktikanten und die konkreten Bedingungen der Praktikums Einrichtung beachtet werden müssen. Die Praktikanten sind eine zusätzliche Aufgabe, die im Alltag bewältigt werden muss. Aus dieser Tatsache heraus ergibt sich eine Reihe von Problemen. Erschwerend kommt hinzu, dass sich die Praktikanten häufig im schwierigen Alter der Pubertät befinden. Die Praxisanleiter/innen sind die „erste Hilfe“ für die Praktikanten auf dem Weg von der Theorie zur Praxis. Um diese Ersthilfe zu leisten, bedarf es wie in der Medizin nicht nur des Fachwissens, sondern auch der Übung und ständigen Reflexion.

Im Seminar werden herausfordernde Situationen aufgegriffen, analysiert und diagnostiziert sowie Lösungsansätze erarbeitet.

Kurs-Nr. 426H15J12

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **23.09.2026** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: Kita-Praxisanleiterinnen und -anleiter



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. 227F15J07

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **26.02.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Holger Müller | Kursentgelt: 80,- €

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

Kurs-Nr. 127F15J42

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **22.06.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Holger Müller | Kursentgelt: 80,- €

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

Raumkonzepte mit pädagogischer Tragweite Personalmangel in der Kita - wie erfahren wir Unterstützung? - Der RAUM als dritter Erzieher - holen wir ihn bewusst in unser Team!

Die pädagogische Tragweite des Raumkonzeptes wird z. B. durch Ausdrücke wie „der Raum als dritter Erzieher“ (Reggio) oder „Konzept der vorbereiteten Umgebung“ (Montessori) verdeutlicht. Der Ausdruck „Raum haben“ wird einerseits als Besitz „Platz, Fläche, Bereiche, Orte zu haben“ und andererseits als Verfügbarkeit „etwas in den Händen zu haben“ verstanden. Die Kita ist ein Lebens-, Spiel-, Gruppen-, Frei-, Schutz-, Bewegungs-, ... - Raum und demnach mehr als das Gebäude, die Zimmer, der Garten usw. und bietet verschiedene pädagogische Gestaltungsmöglichkeiten. Durch bewusste Raumgestaltung geben wir der pädagogischen Entwicklung und unserer Arbeit angemessenen Raum und hauchen der Immobilie die gewünschte Atmosphäre ein. Räume beeinflussen die Wahrnehmungsentwicklung, haben eine Wirkung auf uns und unser Verhalten, lösen Gedanken, Gefühle, Befinden in uns aus und hinterlassen somit Spuren. In diesem Seminar werden Ansätze betrachtet und Ideen gesammelt, um den Raum als Entwicklungselement für Kinder, ihre Bedürfnisse und Verhaltensweisen gezielt zu nutzen.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Spiel(t)räume – Orte von Kindheit
- Raumgestaltung – pädagogische Qualität mit Innen- und Außenwirkung
- Irrtümer, Hinweise und Ideen

Kurs-Nr. 427F15J31

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **20.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen



Raus aus der Rechtfertigung! - Als pädagogische Fachkraft klar, souverän und professionell auftreten

Pädagogische Fachkräfte in den Kitas leisten täglich hochprofessionelle Arbeit – und stehen dennoch immer wieder unter Rechtfertigungsdruck: „Warum machen Sie das so?“, „Mein Kind sagt...“, „In der anderen Kita...“. Oft folgt dann ein Reflex: erklären, begründen, verteidigen. Doch genau das führt langfristig zu einem schleichenden Autoritätsverlust. Denn Rechtfertigung signalisiert Unsicherheit in der pädagogischen Arbeit – auch dann, wenn fachlich alles in Ordnung ist.

Die zentrale Frage lautet daher nicht: Wie argumentiere ich besser? Sondern: Warum fühle ich mich in der Pflicht, mich zu rechtfertigen?

Dieses Seminar gibt die Antwort: Es geht nicht um bessere Argumente. Nicht um Schlagfertigkeit. Und auch nicht um Abgrenzung. Es geht darum, innerlich nicht mehr in die Defensive zu geraten. Ziel ist die Stärkung der professionellen Identität als pädagogische Fachkraft.

Das Seminar vermittelt praxisnah die folgenden Inhalte:

- Entstehung und Wirkung des systemischen Rechtfertigungsdrucks in Kitas
- Psychologische Reflexe wie Schuld und Harmoniebedürfnis
- Klärung der Rolle als pädagogischer Fachkraft zwischen Dienstleistung und Fachprofession
- Souveräne Reaktion in anspruchsvollen Gesprächssituationen
- Grenzen setzen als Ausdruck von Professionalität
- Transfer in den Alltag mit persönlichen Handlungsstrategien

Methodisch sorgen fachlicher Input, Reflexion, Austausch und situatives Coaching für einen größtmöglichen Nutzen. Die Teilnehmer/-innen erleben Entlastung und gewinnen innere Klarheit. Wenn Gespräche mehr Energie kosten als Klarheit schaffen und Verunsicherung die Freude an der Arbeit mindert, dann ist dieses Seminar der Schritt raus aus der Rechtfertigung – und hinein in eine klare, souveräne Haltung.

Kurs-Nr. 226H15J174

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.10.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Dr. Bernd R. Olma | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

Kurs-Nr. 426H15J228

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

Kurstag: Donnerstag, **19.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Bernd R. Olma | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen





Reflexionsseminar zum FREUNDE-Programm (STARKE KINDER - GUTE FREUNDE)

Zu diesem Fortbildungstag sind alle Teilnehmer/innen herzlichst eingeladen, die bereits das Basisseminar besucht haben. Neben dem Austausch über die Erfahrungen bei der praktischen Umsetzung der FREUNDE-Elemente im Alltag werden sie bei diesem Aufbauseminar in weitere FREUNDE-Bausteine eingeführt und können ihr Wissen mittels methodischer Übungssequenzen vertiefen. Mit der Stärkung der Lebenskompetenzen im Kindesalter wird ein wichtiger Beitrag zur Vorbeugung von Sucht- und Gewaltentwicklung geleistet. Das Programm FREUNDE ist ein Angebot, das die sozialen Kompetenzen und das Selbstbewusstsein der uns anvertrauten Kinder bereits in frühen Jahren gezielt mit seinen pädagogischen Vorhaben stärkt und somit die im Kita-Alltag angewendeten pädagogischen Möglichkeiten und Methoden der Erzieher/innen erweitert.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Erfahrungsaustausch über die praktische Umsetzung der FREUNDE-Elemente in der pädagogischen Praxis
- Einführung in weitere FREUNDE-Bausteine
- Vertiefung des Wissens durch methodische Übungssequenzen

Kurs-Nr. 526H15J122

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **24.09.2026** | Kurszeit: 09:00 - 13:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Sophia Kümmeritz | Kursentgelt: 50,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

Schutzkonzept? Haben wir! - Aber was davon lebt im Alltag?

(Wie aus Konzepten pädagogische Praxis und bewusster Kinderschutz wird.)

Kinderschutz bleibt für die pädagogische Arbeit in der Kita ein zentrales Thema. Doch wie viel davon wird im Alltag wirklich gelebt? Wie sichtbar sind Haltung, Achtsamkeit und Beteiligung im Miteinander mit Kindern, Eltern und im Team?

Dieses Seminar richtet sich einerseits an Kita-Leitungen, die Impulse benötigen, um (endlich) die Schutzkonzeptentwicklung abzuschließen. Aber auch Kita-Leitungen mit dem Anspruch, das bereits fertige Schutzkonzept in der täglichen pädagogischen Arbeit lebendig halten zu wollen, erhalten wertvolle Anregungen. Gemeinsam schauen wir auf Stolpersteine und Potenziale, auf die Frage, welche Herausforderungen konkret zu bewältigen sind – und wie die Leitung dabei Unterstützung geben kann.



Wenn Kinderschutz immer auch pädagogische Qualität bedeutet, dann gilt es, das bestehende Schutzkonzept, ob bereits fertig oder noch in Arbeit, mit Leben zu füllen. Mit fachlichem Input und mit kollegialem Austausch werden Ansätze entwickelt, wie der Kinderschutz zu einem selbstverständlichen und tragenden Element der pädagogischen Arbeit wird. Das hilft dann wiederum, die unfertigen Schutzkonzepte zügig fertigzustellen.

Ein Tag zum Innehalten, Austauschen, Klären – und praktische Anregungen bekommen.

**Seminarinhalte: auf einen Blick:**

- Reflexion der eigenen Schutzkonzepte: Was wirkt, was fehlt, was braucht's?
Kurz: Wo stehen wir gerade bei diesem Thema?
- Haltung, Beziehung, Beteiligung: Kinderschutz als gelebte Kultur im Alltag
- Verhaltenskodex & Beschwerdeverfahren: So werden sie praktisch und wirksam
- Kindeswohlgefährdung erkennen & handeln: Was braucht es für Klarheit und Sicherheit?
- Mit Haltung leiten, mit dem Team gestalten: So wird Kinderschutz vom Konzept zur gelebten Praxis

Kurs-Nr. 227F15J06

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **25.02.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Bernd R. Olma | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: Leitungen und stellvertretende Leitungen von Kitas; Fachberatung

Sie haben doch keine Ahnung! - Erfolgreiche Elternkommunikation gestalten

Elternarbeit gehört zum Alltag der pädagogischen Fachkraft in der Kita oder im Hort – und sie ist oft eine Herausforderung. Immer wieder sind ernste Anliegen mit Eltern zu besprechen. Und nicht immer zeigt sich eine positive Gesprächsbereitschaft. In einer Zeit zunehmender Vielfalt von Auffassungen, Ansprüchen und Erwartungen wird die Kommunikation mit Eltern zur Gratwanderung. Unterschiedliche Erwartungen oder hektische Situationen können schnell zur Belastung werden. Schnell entstehen Spannungen und Missverständnisse.

Doch genau hier liegt auch eine große Chance: Mit der richtigen Haltung und den passenden Methoden können Gespräche zu wertvollen Brücken werden. Dieses Seminar stärkt Sie und Ihr Team darin, Eltern sicher, gelassen und wertschätzend zu begegnen – auch wenn es mal schwierig wird. Gemeinsam entwickeln Sie konkrete Lösungen für Ihren beruflichen Alltag. So verlaufen Ihre Elterngespräche zukünftig erfolgreich.

Das Seminar gibt Antwort auf die folgenden Fragen:

- Was macht Eltern schwierig?
- Was brauchen Eltern, um zufrieden zu sein?
- Warum laufen Elterngespräche „aus dem Ruder“?
Worauf ist zu achten?
- Was ist hilfreich, wenn das Gespräch plötzlich eskaliert?
- Wie kann das Elterngespräch angelegt werden,
damit es zufriedenstellend verläuft?

Methodische Umsetzung:

- Impulsvorträge mit anschaulichen Beispielen
- Diskussion
- Kleingruppenarbeit
- Fallanalysen anhand realer Gesprächssituationen
- Praxisnahe Übungen und Gesprächssimulationen
- Situatives Coaching

**Kurs-Nr. 327F15J25**

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **13.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Bernd R. Olma | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen, Lehrer/innen



Sozial-emotionale Störungen als Sammelbegriff für Schwierigkeiten (Egoisten, Unbändige, ... bis „Systemsprenger“)?! - zweitägiges Seminar, nutzbar als HPZ-Ergänzungsmodul

Sozial-emotionale Entwicklung ist ein klassisches frühpädagogisches Thema. Teilen, abwechseln, streiten; traurig / eifersüchtig / ängstlich / 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: Die HPZ ist keine Voraussetzung zur Teilnahme. Dieses Seminar kann aber bei vorliegender HPZ-Zusatzqualifikation als Ergänzungsmodul zur HPZ genutzt und bescheinigt werden.

(Die Veranstaltung besteht aus 2 Seminartagen.)

Mittwoch, 19. August 2026 und Mittwoch, 16. September 2026

Kurs-Nr. **126H15J04**

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **19.08.2026** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Kirsten Fischer

Kursentgelt: 160,- € | Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, weitere Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

**Werden Sie
DOZENT!**

**Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!**





Spaß und Freude an Bewegung für Kinder 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. Bitte bringen Sie bewegungsfreundliche Kleidung mit.

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. 427F15J13

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **13.03.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Alexander Keßler | Kursentgelt: 80,- €

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

Sprachentwicklung in der Krippe und im Kindergarten - Das verwächst sich schon

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.



**SCHNELL UND
KOMFORTABEL
ANMELDEN:**

**www.vhs-
erzgebirgskreis.de**

Kurs-Nr. 227F15J03

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **29.01.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Rustler | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen; Kindertagespflegepersonen

Kurs-Nr. 127F15J15

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **19.03.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Rustler | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen

Sprachverständnisstörungen in der Kita

Es gibt Kinder, die (obwohl sie gut hören können) Schwierigkeiten haben, die Bedeutung von Wörtern und Sätzen zu lernen bzw. zu erkennen. Häufig zeigen diese Kinder auch Defizite in anderen Bereichen der Sprache. Beispielsweise kann es sein, dass diese Kinder im Altersvergleich über einen nur geringen Wortschatz verfügen, oftmals eine fehlerhafte Grammatik nutzen oder generell undeutlich sprechen.

Kinder mit einer sogenannten rezeptiven Sprachstörung haben folglich Probleme, den hochgradig komplexen Vorgang des Verstehens von sprachlichen Informationen vollständig zu erfassen. Oftmals zeigen Kinder schon frühzeitig Kompensationen, beispielsweise durch das Analysieren von Mimik und Gestik (und viele weitere Kompensationsstrategien). Die große Schwierigkeit liegt oft darin begründet, dass diese Störungsbilder häufig übersehen oder fehlinterpretiert werden (auch seitens der Eltern). So wurde u. a. bei einer Untersuchung herausgefunden, dass Eltern von Kindern (ab 2 Jahren aufwärts) das Sprachverständnis des eigenen Kindes häufig nicht mehr sicher beurteilen können.

Materialkosten: Zusätzlich zum Kursentgelt sind pro Teilnehmer 10,- € für ein lizenziertes Beobachtungsheft inkl. Kopiererlaubnis vor Ort an den Dozenten zu bezahlen.

Kurs-Nr. 326H15J10

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **25.09.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Rustler | Kursentgelt: 90,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

Materialkosten: Zusätzlich zum Kursentgelt sind pro Teilnehmer 10,- € für ein lizenziertes Beobachtungsheft inkl. Kopiererlaubnis vor Ort an den Dozenten zu bezahlen.



Stille Momente in der Kita - eine Sache der Übung

Kinder sind durch die schnell getaktete Zeit heute stark herausgefordert. In vielen Kitas erleben pädagogische Fachkräfte, dass es immer schwieriger wird, Kinder „zur Ruhe zu bringen“ oder dass Kinder sich selbst regulieren und auch einmal herunterfahren können. Viele Kinder sind heute im Dauer-Renn-Modus, was für die Abläufe in der Kita mit großen Herausforderungen verbunden ist und für die Kinder große Risiken birgt.

Doch sind es nur die Kinder, die diesen Modus leben? Häufig erleben Kinder zu Hause oder auch in anderen Kontexten, dass es kaum noch Ruhezeiten gibt und dass eine permanente Beschäftigung aller stattfindet. Die digitalen Medien tun ihr Übriges dazu. Stille- und Entspannungsmomente sind etwas, was wir im 21. Jahrhundert wieder neu lernen können.

Für die Kinder in einer Kita sind Entspannungsmomente von großer Bedeutung. Dabei geht es vor allem um ein gesundes Aufwachsen der Kinder. Mit Kindern „Stille Momente“ auszuprobieren und zu üben, kann sowohl den Alltag in der Kita entspannen als auch dazu beitragen, dass Kinder nicht in Dauerstress und Daueranspannung verharren.

In der Fortbildung werden wir hauptsächlich Selbsterfahrungsübungen zum Thema Entspannung und Stille durchführen. Diese Übungen werden wir für die pädagogische Praxis in der Kita reflektieren. Zusätzlich wird es einige Informationen zu Themen wie Stress, Stressabbau, Biorhythmus sowie Gesundheitsrisiken bei Daueranspannung geben, ebenso zu entwicklungspsychologischen und medizinischen Aspekten des Schlafes / der Ruhe. Anhand eines konkreten Tagesablaufes in einer Kita wollen wir schauen, wo „Stille Momente“ im Alltag ihren Platz haben können und was dafür erforderlich ist. Wenn gewünscht, können wir uns dazu insbesondere die Mittagsschlafsituation in der Kita anschauen.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Stille: Mehr als die Abwesenheit von Geräusch
- Stress, Anspannung und Entspannung: Wovon reden wir?
- Entspannungstechniken und Übungen für den Kita-Alltag
- Was tut mir selbst gut? Wo finde ich Entspannung?
- Stille als pädagogisches Übungsfeld: Kinder können Stille lernen
- Schlaf/ Ruhe/ Wachgruppen: einige pädagogische Ideen für Stille/Entspannung in der Schlafsituation der Kita

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, ggf. Matte zum Unterlegen

Kurs-Nr. 527F15J09

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **02.03.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Agnes Bost | Kursentgelt: 60,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen





Stille Störungen bei Kindern

Kinder mit stillen Störungen fallen weniger auf als impulsive Kinder. Sie rufen also nicht laut genug um Hilfe. Diese benötigen sie aber für die Sicherung einer gesunden Entwicklung. Auch hier geht es um das Erkennen dieser leisen Hilferufe und um Möglichkeiten, diese Kinder im pädagogischen Kontext zu stärken.

Kurs-Nr. 426H15J28

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **01.12.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Martina Meixner | Kursentgelt: 80,- €

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

Trainingsseminar 10 - Fortschreiben von Zielen im Förderplan - Arbeit mit der Anlage Zielekontrolle

Dieses Trainingsseminar baut auf grundlegenden Kenntnissen der ICF-CY sowie der Beobachtung kindlicher Aktivitäten auf und richtet sich an Fachkräfte, die Förderpläne prozessbegleitend weiterentwickeln. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie Ziele im pädagogischen Alltag überprüft, angepasst und fortgeschrieben werden können. Grundlage ist die Arbeit mit beobachtbaren Aktivitäten und die konsequente Ausrichtung auf Teilhabe. Die Teilnehmenden lernen, wie sie Zielverläufe systematisch dokumentieren und aus der Beobachtung heraus neue, passgenaue Ziele entwickeln.



Inhalte:

- Rückblick: SMART formulierte Ziele im Förderplan
- Beobachtung der Zielerreichung im Alltag
- Arbeit mit der Anlage „Zielkontrolle und prozessbegleitende Zielanpassung“
- Ableitung von Folge- und Alternativzielen
- Umgang mit nicht erreichten Zielen
- Verknüpfung von Aktivitätsprofil, Zielsetzung und Dokumentation

Die Fortschreibung erfolgt dabei in einem strukturierten Prozess, in dem erreichte und nicht erreichte Ziele dokumentiert und darauf aufbauend angepasst werden.

Ziel der Fortbildung:

Die Teilnehmenden reflektieren Förderprozesse auf Grundlage von Beobachtungen, passen Ziele gezielt an und dokumentieren die Entwicklung des Kindes nachvollziehbar im Förderplan.

Gern können eigene Praxisbeispiele (z. B. Förderpläne oder die Anlage Zielekontrolle) mitgebracht werden, um diese im Seminar gemeinsam zu reflektieren und weiterzuentwickeln.

Kurs-Nr. 326H15J172

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.10.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Jacqueline Klengel | Kursentgelt: 95,- €

Zielgruppe: pädagogische und heilpädagogische Fachkräfte mit Vorerfahrung in der Förderplanung (ICF CY)



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, Einlässen, Depressionen) fallen weniger auf, werden in ihren Problemlagen weniger wahrgenommen und bekommen dadurch häufig erst relativ spät Hilfe. Die häufigsten Störungen werden erklärt, pädagogische Hilfeansätze 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. **527F15J02**

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **27.01.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Martina Meixner | Kursentgelt: 80,- €

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

Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten und Verhaltensstörungen in Gruppen

Es gibt Kinder, die fordern die pädagogische Fachkräfte massiv heraus. Sie sind z. T. laut, impulsiv, zappelig, streitlustig und aggressiv. Diese Verhaltensweisen sind insbesondere dort besonders schwierig, wo 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.

Inhaltliche Schwerpunkte:

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

Kurs-Nr. **227F15J40**

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **09.06.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Martina Meixner | Kursentgelt: 80,- €

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



Validierte Grenzsteine der Entwicklung 2025 - Beobachtung im pädagogischen Alltag

Diese Fortbildung richtet sich an pädagogische und heilpädagogische Fachkräfte, die kindliche Entwicklung differenziert und alltagsnah beobachten möchten.

Die validierten Grenzsteine der Entwicklung (Michaelis, Berger 2025) bieten eine wissenschaftlich fundierte Orientierung, um Aktivitäten von Kindern im Alltag systematisch wahrzunehmen und einzuordnen. Im Mittelpunkt steht dabei nicht die Bewertung von Fähigkeiten, sondern die Frage, welche Aktivitäten ein Kind im Alltag zeigt und wie es am Gruppengeschehen teil hat.

Die Teilnehmenden lernen, Grenzsteine aus pädagogischer Perspektive zu lesen und für ihre Beobachtungsarbeit zu nutzen. Dabei wird der Blick konsequent auf beobachtbare Aktivitäten und Teilhabe im Sinne der ICF-CY gerichtet.

Inhalte:

- Einführung in die validierten Grenzsteine der Entwicklung 2025
- Unterschied zwischen medizinischer und pädagogischer Sichtweise
- Beobachtung von Aktivitäten im Alltag
- Einordnung von „selten oder noch nicht beobachtbar“ als pädagogischer Hinweis
- Transfer in Dokumentation und Elterngespräche
- Kontext zur ICF-CY – basieren Förderplangestaltung

Ziel der Fortbildung:

Die Teilnehmenden gewinnen Sicherheit darin, Entwicklung alltagsnah zu beobachten, fachlich zu beschreiben und erste Hinweise auf Unterstützungsbedarfe zu erkennen.

Kurs-Nr. 326H15J175

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.10.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Jacqueline Klengel | Kursentgelt: 95,- €

Zielgruppe: pädagogische und heilpädagogische Fachkräfte in Krippe, Kita und Hort

Kurs-Nr. 327F15J17

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **05.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Jacqueline Klengel | Kursentgelt: 95,- €

Zielgruppe: pädagogische und heilpädagogische Fachkräfte in Krippe, Kita und Hort





Vom ersten Wort zur ersten Geschichte – narrative Fähigkeiten bei Vorschulkindern

Erzählfähigkeiten sind eine zentrale sprachliche Kompetenz im Vorschulalter – und weit mehr als nur „Plauderei“! Kinder, die gut erzählen können, haben meist auch gute Voraussetzungen für den späteren Schriftspracherwerb, soziale Teilhabe und schulischen Erfolg. In diesem Seminar geht es um die Entwicklung narrativer Fähigkeiten, deren Beobachtung im Kita-Alltag und einfache Möglichkeiten zur gezielten Förderung. Auch wird beleuchtet, wie Sprachentwicklungsstörungen über narratives Erzählen erkannt werden können.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Was sind narrative Fähigkeiten – und warum sind sie wichtig?
- Sprachentwicklungsphasen im Vorschulalter
- Erzählen als Indikator für kognitive und sprachliche Entwicklung
- Strukturmerkmale guter Erzählungen (Makro- und Mikrostruktur)
- Wie sich Auffälligkeiten im Erzählen zeigen können (Hinweise auf SES, Grammatik, Lexikonlücken etc.)
- Alltagsintegrierte Impulse zur Förderung der Erzählfreude (z. B. Gesprächsführung, Bilderbücher, Impulskarten)
- Rollenspiele, Erzähltagbücher und kreative Methoden
- Reflexion: Wie spreche ich mit Eltern über erzählerische Schwächen?

Kurs-Nr. 527F15J10

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **05.03.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Rustler | Kursentgelt: 80,- €

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

Sie können leider nicht am gebuchten Kurs teilnehmen? Dann müssen Sie eine schriftliche Kündigung an die VHS schicken.





Wahrnehmung und Wahrnehmungsstörungen

Henne oder Ei: Schwierigkeiten im Alltag bedeuten meist schwierige Wahrnehmung, Gefühle, Verhaltensweisen oder umgekehrt oder ... Die Bedeutung der Wahrnehmung für die (kindliche) Entwicklung und das Leben ist unumstritten. Doch, was bedeutet das? Bringen Schwierigkeiten in der Wahrnehmung die Alltagsprobleme mit sich oder entwickelt sich durch erschwertes Alltagsleben eine Wahrnehmungsstörung? Wahrnehmung entwickelt sich auf der Basis unserer Sinne. Darüber hinaus bedeutet sie einiges mehr, wie z. B. die Verarbeitung und Speicherung der Reize, die wiederum - mit Gefühlen und Gedanken verbunden - stark auf unser Verhalten einwirken. Dabei beeinflusst die Umgebung unsere Wahrnehmung und somit unser Verhalten. Diese wechselwirkenden und komplexen Zusammenhänge thematisiert dieses Seminar, um Unterstützungsmöglichkeiten für die Alltagsbewältigung, insbesondere in der Kita (Krippe, Kindergarten und Hort), zu finden. Dabei stehen der Umgang mit Emotionen, sozialen Grenzen als Ausdruck von Nähe und Distanz sowie der Grenzerfahrungen als persönliche Wahrnehmung genauso wie durch die Teilnehmenden eingebrachte Erfahrungen bei alltäglichen Herausforderungen im Mittelpunkt.



Inhaltliche Schwerpunkte:

- Wahrnehmung fördern, fordern und Entwicklung wahrnehmen
- Verhalten versus Handeln, Professionelle Einsichten und alltägliche Tücken
- Professionelle Handlungsoptionen („Wie nehmen wir die Dinge WAHR? Wie ginge es ANDERS?“)
- Präventive Maßnahmen durch pädagogische Fachkräfte
- Fallbearbeitung (bei Bedarf möglich, Analyse von Verhalten und Wahrnehmung, Zielbestimmung und Strategien im Umgang)

Kurs-Nr. 427F15J05

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

Kurstage: Montag, **02.02.2027**, Montag, **23.02.2027** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 160,- €

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

Wahrnehmungsentwicklung bei Kindern

Wahrnehmungsdefizite und -probleme nehmen bei Kindern zu. Kinder erfahren die Welt über alle Sinne. Die Sinne sind die Fühler zur Umwelt. Gibt es hier Probleme, hat das Auswirkungen auf die gesamte Entwicklung. Es ist deshalb wichtig, Probleme rechtzeitig zu erkennen und für die Kinder die entsprechenden Hilfen zu organisieren.

Kurs-Nr. 426H15J23

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **20.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Martina Meixner | Kursentgelt: 80,- €

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



Was ist los mit Mama oder Papa? - Kinder psychisch kranker oder/und suchtkranker Eltern

Rund drei bis vier Millionen Kinder und Jugendliche in Deutschland wachsen mit einem psychisch kranken oder einem suchtkranken Elternteil auf, d.h. ca. jedes vierte Kind ist betroffen. Sie leben oft im Verborgenen, häufig ohne die notwendige Unterstützung sowie mit (zu) viel Verantwortung für sich und die Eltern. So können sie durch die Erkrankung ihrer Eltern vielfältigen Belastungen (z. B. Probleme in der Beziehungs- und Bindungsentwicklung, Überforderung, Parentifizierung, Scham- und Schuldgefühle sowie ein erhöhtes Risiko für Armut, fehlende Teilhabe, Misshandlung) ausgesetzt sein und haben statistisch gesehen ein 3- bis 4-fach erhöhtes Risiko, im Laufe ihres Lebens selbst psychisch krank zu werden. Besonders während und nach der Pandemie hat sich die Situation der Kinder durch die Kontaktbeschränkungen verschlechtert: Jedes vierte Kind zeigt Symptome psychischer Erkrankungen, während es vor der Pandemie nur etwa jedes sechste war. Dieses Risiko späterer Erkrankungen lässt sich reduzieren, wenn betroffene Kinder rechtzeitig begleitet und unterstützt werden.

Das Seminar bietet Informationen und Ansatzpunkte für Hilfe und Unterstützung für die betroffenen Kinder.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Familiäre Auswirkungen psychischer Erkrankungen und Suchtbelastungen
- Mögliche Folgen für die kindliche Entwicklung
- Unterstützungsmöglichkeiten durch Bezugspersonen

Kurs-Nr. 526H15J08

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **01.10.2026** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Kindertagespflegepersonen

Wenn kleine Kinder beißen

Auch die Jüngsten können schon auffällige Verhaltensweisen zeigen. Das tritt gehäuft dann auf, wenn sie in Gruppen interagieren und mit den vielfältigen Reizen umgehen müssen. Kleinkinder, die andere Kinder beißen, lösen bei Eltern und päd. Fachkräften oft Sorge oder Unmut aus. Die Weiterbildung ordnet das Beißen entwicklungspsychologisch ein und zeigt Handlungsoptionen auf. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit des fachlichen Austausches zu allen Fragen in Bezug auf die frühe Kindheit.



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. 427F15J12

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **11.03.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Olav Schwarz | Kursentgelt: 80,- €

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 „schwierigen“ 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. 127F15J16

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **24.03.2027** | Kurszeit: 09:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Holger Müller | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

Wenn Verhalten mehr ist als Trotz - Entwicklung verstehen, Beziehung stärken

In diesem Seminar wird praxisnah gearbeitet, mit direktem Bezug zum INPP-Konzept (neuromotorisch Unreife) und der PEP4KiDS-Methode (positives Erziehungsprogramm).

Es gibt Kinder, die in ihrer Entwicklung deutlich eingeschränkt sind. Sie haben echte Schwierigkeiten, sei es mit der Motorik, mit der Aufmerksamkeit, mit der Wahrnehmung oder auch im Verhalten. Wir wissen heute, dass Kinder mit enormen motorischen Problemen in der Schule schlechter abschneiden, trotz normaler Intelligenz. Sie können diese Intelligenz nur schwer umsetzen. Diese Kinder werden dann zum störenden Faktor, denn sie merken, dass sie Defizite haben, und kompensieren das, indem sie entweder herumzappeln, stören und überall auffallen oder gar das Gegenteil ist der Fall. Manche Kinder sind eher in sich gekehrt, ängstlich und trauen sich nichts zu. Es liegt daher nicht an mangelnder Intelligenz oder Motivation dieser Kinder, sondern daran, dass eine neuromotorische Unreife vorliegt. Wenn diese Probleme nicht erkannt werden, fällt diesen Kindern Schule sehr schwer, und sie laufen Gefahr, nicht nur in der Schule zu versagen, sondern auch zu frustrieren und sekundäre Verhaltensprobleme zu entwickeln. Somit wird dann die positive, wertschätzende Erziehung der Kinder oft eine große Herausforderung.

Kinder zu erziehen, gehört zu den schönsten und erfüllendsten Herausforderungen, die das Leben zu bieten hat. Es ist eine alltägliche und zentrale Aufgabe. Jeder, der Kinder hat, weiß aber auch, dass Erziehung von Kindern eine Herausforderung der eigenen Kompetenzen ist und nicht nur Erfolge, sondern auch Misserfolge mit sich bringt. Das positive Erziehungsprogramm PEP-4KiDS folgt dem Grundsatz: Erst Beziehung, dann Erziehung. Zahlreiche Beispiele aus dem Familienalltag erläutern diese Strategien und ermöglichen eine Übertragung auf die Alltagssituationen. Diese Grundlagen sind für Erzieher sehr hilfreich, da sie in alltäglichen Gruppensituationen sehr gut eingesetzt werden können und es ermöglichen, den Eltern auch alltagsnahe Empfehlungen zu vermitteln.



**Tag 1: „Kindliches Verhalten verstehen – Entwicklung als Grundlage“**

- Einführung in die neuromotorische Unreife und die INPP-Methode
- Auswirkungen auf Wahrnehmung, Verhalten und Lernen
- Alltagsbeispiele und Beobachtungsübungen
- körperorientierte Übungen & Alltagsunterstützung aus dem INPP-Ansatz

Tag 2: „Alltag mit Haltung – Erziehung neu denken mit PEP4KiDS“

- Vorstellung der PEP4KiDS-Methode nach Joachim Lask
- Anwendung der 4 Perspektiven: Kind – Eltern – Situation – Haltung
- Praktische Übungen zur Haltungsarbeit mit konkreter Anwendung auf Alltagssituationen
- Stresssituationen regulieren durch SOS-Übungen: 5-Finger-Atmung, klare Sprache, Co-Regulation

Kurs-Nr. 226H15J263

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **26.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Yvonne Bochmann | Kursentgelt: 160,- €

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

Kurs-Nr. 427F15J28

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

Kurstage: Donnerstag, **15.04.2027**, Freitag, **16.04.2027** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Yvonne Bochmann | Kursentgelt: 160,- €

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

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. 226H15J26

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **25.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kirsten Fischer | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen



Wie kann nonverbale Kommunikation und Körpersprache in der Kita die Kooperation verbessern?

In der pädagogischen Arbeit ist Kommunikation das Hauptarbeitsmittel. Wir kommunizieren immer, auch wenn wir nicht sprechen. Im Seminar soll es darum gehen, wie eine authentische Körpersprache zum Gelingen einer Verständigung beiträgt, ohne zu manipulieren. Wer Menschen besser verstehen möchte, sollte offen und sensibel auf allen Ebenen kommunizieren. Alle Aspekte der nonverbalen Kommunikation werden dabei besprochen.

Kurs-Nr. 426H15J16

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.10.2026** | Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Martina Meixner | Kursentgelt: 80,- €

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

Wie tickst Du denn? Persönlichkeit erkennen und verstehen

Jeder kleine und große Mensch hat seine ganz eigene Persönlichkeit. Hilfreiche und weniger hilfreiche Verhaltensmuster entwickeln sich. Geprägt durch verschiedene Faktoren hat jeder seine „eigene Art“ – manchmal wird daraus auch eine „Eigenart“. Diese Persönlichkeitsstruktur erkennen und verstehen – bei sich selbst und beim Gegenüber – lässt uns Situationen mit anderen Menschen und auch unser eigenes Handeln besser verstehen. Entwicklung der Persönlichkeit, Lebensstil, die verschiedenen Persönlichkeitstypen mit ihren Stärken und Schwächen, der Schutz der eigenen Persönlichkeit und Einfluss des Selbstbewusstseins sind Inhalte: der praxisnahen und durch viele Beispiele aufgelockerten Weiterbildung.



Kurs-Nr. 427F15J33

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.04.2027** | Kurszeit: 08:30 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 7 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Antje Stock | Kursentgelt: 80,- €

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



VOLKSHOCHSCHULE
ERZGEBIRGSKREIS

**Kostenfrei für
Kindertagesstätten,
Grundschulen und
5. bis 7. Klassen**

Digitale Medien in Kinderhand – Zwischen Faszination und Gefahr

Stehen Sie auch vor der Frage, wann und wie Sie Ihrem Kind ein Smartphone erlauben sollten? In unserer Veranstaltung für Eltern und Großeltern mit Kindern und Enkeln im Grundschulalter beleuchten wir genau dieses Thema. Wir sensibilisieren Sie für die Chancen und Risiken digitaler (Online-)Medien und bieten Ihnen aktuelle Daten zur kindlichen Mediennutzung. Gemeinsam werden wir Problemfelder aufzeigen, Ihre eigenen Erfahrungen diskutieren und konkrete Ansätze zur geregelten Mediennutzung in der Familie erarbeiten. Nutzen Sie die Gelegenheit, sich mit anderen Eltern auszutauschen und wertvolle Handlungsempfehlungen zu erhalten. Sind Sie bereit, Ihre Rolle in der digitalen Öffentlichkeit zu reflektieren und als Vorbild für Ihre Kinder zu agieren?

Inhalte:

- Chancen und Risiken digitaler (Online-)Medien
- Handlungsempfehlungen zur geregelten Mediennutzung
- Grundverständnis von der Vorbildwirkung für Kinder
- Eigene Rolle in digitalen Öffentlichkeiten
- Erfahrungsaustausch zur Medienerziehung in der Familie

Das Angebot wird begleitet von umfangreichem Informationsmaterial.

Nähere Informationen und Terminvereinbarung:

VHS Erzgebirgskreis
Standort Stollberg
Kati Klaba
037296 / 5911663
klaba@vhs-erz.de

**Thematische
Elternabende
direkt vor Ort**

Die Veranstaltung wird im Rahmen des Projektes Medienbildung hiERZulande der VHS Erzgebirgskreis angeboten. Das Projekt wird gefördert durch die Sächsische Landesmedienanstalt.





Geschichte | Zeitgeschichte

Geteilte Geschichte, gemeinsame Zukunft - Deutsche Einheit im Gespräch

Die Online-Reihe „Geteilte Geschichte, gemeinsame Zukunft. Deutsche Einheit im Gespräch“ wird vom Deutschen Volkshochschul-Verband (DVV) und dem Bundesarbeitskreis Politische Grundbildung (BAK PGU) in Kooperation mit der Bundesstiftung zur Aufarbeitung der SED-Diktatur durchgeführt. Die Reihe fragt nach den unterschiedlichen Erfahrungen und Perspektiven auf die deutsche Teilung und Wiedervereinigung. Dabei stehen auch die Folgen für Gegenwart und Zukunft im Fokus. In drei kompakten Online-Veranstaltungen bringen Expertinnen und Experten, Zeitzeuginnen und Zeitzeugen sowie Moderierende aus Zivilgesellschaft und Bildung unterschiedliche Blickwinkel zusammen: historische Einordnungen, persönliche Erinnerungen und aktuelle Debatten zur gesellschaftlichen und politischen Entwicklung seit 1990.

Angesprochen sind alle interessierten Bürgerinnen und Bürger. Ziel der Reihe ist es, Wissen zu vermitteln, Verständigung zwischen Ost und West zu fördern und Gesprächsangebote zu schaffen, die zur konstruktiven Auseinandersetzung über gemeinsame Herausforderungen der Gegenwart anregen.

Diese Veranstaltung ist kostenfrei.

Rechtzeitig vor Beginn der jeweiligen Veranstaltung erhalten die Teilnehmenden einen Link zur Kurs-Einwahl.

Bemerkung: Eigener PC oder Laptop mit Internetzugang erforderlich.

Die Veranstaltung ist kostenfrei. Jedes Modul kann einzeln besucht werden.

VA 1: Totaler Umbruch – Stasi, Neonazi, Neuanfang

Es gibt Umbrüche, die allumfassend sind, die etwas mit uns machen. Unsere Gesprächsgäste haben solche Umbrüche erlebt. Für Nadja Klier, Tochter einer DDR-Bürgerrechtlerin, war die Überwachung durch die Stasi Alltag. Ihre plötzliche Ausbürgerung 1988 aus der DDR erlebte die Jugendliche als Schock und existentiellen Umbruch. Ingo Hasselbach geriet schon früh in Konflikt mit dem DDR-Regime. Zunächst war er Punk, radikalisierte sich dann im Gefängnis und wurde Anfang der 1990er-Jahre zu einem der führenden Neonazis Ostdeutschlands. Er schaffte den gefährlichen Ausstieg aus der Szene und gründete ein Aussteigernetzwerk. Das Gespräch mit den Gästen bleibt nicht in der Vergangenheit stehen: Aufklärung über die Diktatur in der DDR und die erlebten Umbrucherfahrungen sind heute wichtiger denn je. Und auch Rechtsextremismusprävention bleibt ein zentrales Thema.

Moderation: Knut Elstermann | Gesprächsgäste: Nadja Klier, Ingo Hasselbach

Kurs-Nr. 226H1101

Kursort: **Online - Seminar Aue-Bad Schlema**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **16.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Knut Elstermann

Bemerkung: Eigener PC oder Laptop mit Internetzugang erforderlich. Die Veranstaltung ist kostenfrei.





VA 2: Eure Einheit, unsere Einheit – An wen erinnern wir?

Wenn wir über die Einheit Deutschlands sprechen, meinen wir oft die Erfahrungen der „Mehrheitsgesellschaft“. Doch wie erlebten Menschen mit Migrationsgeschichte die Umbrüche seit 1989/90? Ihre Geschichten erzählen nicht nur von Freude und Erleichterung, sondern auch von Unsicherheit, Ausgrenzung und Rassismus. Es ist höchste Zeit, sich diesen Leerstellen in unserer Erinnerungskultur zu widmen - seien Sie Teil davon!

Moderation: Nhi Le | Gesprächsgäste: Paulino José Miguel, Cahit Basar

Kurs-Nr. 226H1102

Kursort: **Online - Seminar Aue-Bad Schlema**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **08.10.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Nhi Le

Bemerkung: Eigener PC oder Laptop mit Internetzugang erforderlich. Die Veranstaltung ist kostenfrei.

VA 3: Jungsein in Demokratie & Diktatur

Was unterscheidet das Aufwachsen in einer Diktatur von dem in einer Demokratie? Was passierte, wenn Jugendliche in der DDR mit dem System in Konflikt gerieten? Gemeinsam gehen wir der Frage nach, was junge Menschen damals geprägt hat und was sie heute beschäftigt, wo Erfahrungen vergleichbar und wo Unterschiede entscheidend sind. Die Veranstaltung lädt dazu ein, Generationen ins Gespräch zu bringen und über das Leben von jungen Menschen in Umbruchszeiten nachzudenken.

Moderation: Miriam Menzel | Gesprächsgäste: Lisa Trebs, Tim Eisenlohr



Kurs-Nr. 226H1103

Kursort: **Online - Seminar Aue-Bad Schlema**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **10.11.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Miriam Menzel

Bemerkung: Eigener PC oder Laptop mit Internetzugang erforderlich. Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Stadtgeschichte Aue: 850 Jahre Aue

Rückblick auf 850 Jahre Aue: Im Jahr 2023 feierte die Stadt Aue-Bad Schlema das Jubiläum der Ersterwähnung ihres Ortsteils von 1173. Ein packender, zweiteiliger Vortrag beleuchtet die bewegte Historie und macht die Vergangenheit durch Bilder sowie persönliche Anekdoten für alle greifbar.

Kurs-Nr. 226H1903

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **23.11.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Heinz Poller | Kursentgelt: 5,- €

**Werden Sie
DOZENT!**

**Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!**



Politik | Bürgerschaftliches Engagement

Basiskurs - Gästeführer in Annaberg-Buchholz

Sie interessieren sich für Geschichte, kennen Annaberg-Buchholz und seine Sehenswürdigkeiten und möchten dieses Wissen gern an andere weitergeben? In diesem Basiskurs erhalten Sie eine fundierte Einführung in die Tätigkeit als Gästeführer.

Der Kurs richtet sich an alle Neugierigen, die sich vorstellen können, Besucher durch die Berg- und Adam-Ries-Stadt Annaberg-Buchholz sowie die umliegende Region zu begleiten. Sie erfahren, wie Gästeführungen aufgebaut werden, worauf es bei der Vermittlung von Inhalte:n ankommt und welche historischen Fakten verlässlich sind.

Erfahrene, zertifizierte Gästeführer vermitteln Ihnen Hintergrundwissen zur UNESCO-Welterberegion, geben praktische Tipps und stellen methodische Leitfäden für gelungene Führungen vor. Ergänzend dazu werden Übungen zum freien Sprechen durchgeführt.

Ein besonderer Bestandteil des Kurses ist die Möglichkeit, das Erlernte direkt anzuwenden: Sie entwickeln eine eigene Führung und präsentieren diese im Rahmen einer ersten Stadtführung vor Publikum.

Der Kurs ist geeignet für Schüler und Auszubildende ab 16 Jahren.

Kurs-Nr. **326H1200**

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **12.09.2026** | Kurszeit: 09:30 - 11:45 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Reinhild Becher; Herr Ralf Siegert; Frau Linda Mynett; Herr Matthias Enderlein;

Herr Rainer Eckel; Herr Lothar Sachs | Kursentgelt: 45,- €

Bemerkung: zzgl. Materialkosten: 10,- € (sind an den Kursleiter zu entrichten)

Vereinsgründung leicht gemacht

Ehrenamtliche Vereine – von der Gründung bis zur Gemeinnützigkeit - was bei der Vereinsarbeit zu beachten ist.

Ehrenamtlichkeit bedeutet: für Organisationen freiwillig und ohne Vergütung zu arbeiten. Vereine bilden für unsere Gesellschaft eine äußerst wichtige Säule im gesellschaftlichen Leben. Ob Sport-, Kulturvereine oder Bildungsangelegenheiten – viele Bürger sind ehrenamtlich integriert – ohne Vereine wäre vieles einfach nicht möglich. Dieser Kurs stellt die Vorgehensweise zur Vereinsgründung und Schwerpunkte der Vereinsarbeit in den Mittelpunkt – ideal für alle Interessenten, welche über eine Vereinsgründung nachdenken oder das Vereinsleben optimieren wollen.



Inhalte:

- Die Gründungsphasen werden detailliert herausgearbeitet und vorgestellt;
- Rechtliche Grundlagen, Gründungsversammlung, Erstellen der Vereinssatzung, Anmeldung beim Vereinsgericht zur Gemeinnützigkeit.

Außerdem betrachten wir wichtige Aspekte zur Verantwortung im Vorstand, der Kommunikation, der Mitgliederverwaltung und -gewinnung und geben praktische Tipps für die ehrenamtliche Vereinstätigkeit.

Kurs-Nr. **326H1201**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **12.09.2026** | Kurszeit: 09:00 - 10:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Ulrich Neubauer | Kursentgelt: 5,- €



Ökonomie | Recht | Finanzen

Betrug rechtzeitig erkennen und rechtssicher handeln

Haustür, Briefkasten, Telefon oder Internet: Nichts ist heutzutage mehr sicher. Ob falsche Polizeibeamte oder Handwerker, Schockanrufe, Gewinnversprechen, Enkeltrick, Fake-Shops oder gefälschte Nachrichten auf dem Smartphone – Betrüger werden immer professioneller und treffen längst nicht mehr nur ältere Menschen. Wer informiert ist, kann sich und andere besser schützen, Täuschungen im Alltag rechtzeitig erkennen, rechtssicher reagieren und Schaden verhindern.

In diesem kompakten Kurs erfahren Sie, wie moderne Betrugsmaschinen funktionieren, woran Sie Gefahren frühzeitig erkennen und wie Sie in kritischen Situationen richtig reagieren. Verständlich erklärt, praxisnah und mit vielen Beispielen aus unserem Alltag im Erzgebirge.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- wie Betrüger gezielt Vertrauen aufbauen und Druck erzeugen
- die häufigsten Betrugsmaschinen und wie man sie erkennt
- welche Fehler Betroffene besonders häufig machen
- wie Sie sich und andere vor Betrug schützen
- wie Sie rechtssicher reagieren
- was im Ernstfall sofort zu tun ist

Dieser Kurs ist ideal für alle, die sich und ihre Lieben besser schützen möchten. Mehr Rechtssicherheit im Alltag, mehr Schutz vor Täuschung und Manipulation

Kurs-Nr. 326H1305

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **30.11.2026** | Kurszeit: 18:00 – 20:00 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Norman Münzner

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig.

Erben, vererben und die anderen

Klug regeln, Streit vermeiden. Wer seinen letzten Willen rechtzeitig und klar festlegt, sorgt nicht nur für den geregelten Übergang seines Vermögens, sondern auch für Frieden unter den Hinterbliebenen. Wer gut informiert ist, kann seinen Nachlass gezielt gestalten, Erbstreitigkeiten vorbeugen und Nachteile vermeiden.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- gesetzliche Erbfolge und warum rechtzeitiges Handeln so wichtig ist
- verständlicher Überblick über die Möglichkeiten der selbstbestimmten Nachlassplanung
- rechtssichere Regelung Ihrer Vorstellungen und Wünsche für die Zeit nach dem Tod
- darauf kommt es bei Inhalt, Form und Wirksamkeit an
- Auseinandersetzung einer Erbengemeinschaft und Erbeilkauf
- Pflichtteil und Pflichtteilsergänzung
- Schenkungen zu Lebzeiten und vorweggenommene Erbfolge
- wie Sie ein unliebsames Erbe loswerden
- was Sie bei hohen Pflegekosten und Armut im Alter beachten müssen (keine steuerrechtliche Beratung möglich!)

Dieser Kurs ist ideal für alle, die sich Gedanken über ihre Erbfolge machen, ein Erbe erlangt haben oder demnächst erlangen werden, sowie für diejenigen, die in der Erbfolge leer ausgehen sollen.



Kurs-Nr. **326H1301**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **05.10.2026** | Kurszeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Norman Münzner

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig.

Ferienwohnung mit System - Mehr Buchungen bei minimalem Zeitaufwand

Die Verwaltung Ihrer Ferienwohnung kostet Sie Zeit und Nerven? Sie erhalten praktische digitale Tricks und Automatisierungen, mit denen Buchungen, Preise und Inserate im Hintergrund laufen. So wird es einfacher, die Ferienwohnung zu betreiben – mit mehr Gästen, besseren Preisen und weniger Aufwand.

Kurs-Nr. **226H1303**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **24.11.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Uta Heinzinger | Kursentgelt: 10,- €

Ferienwohnung schön gestalten - mehr Gäste gewinnen

Sie haben eine Ferienwohnung und möchten, dass sie öfter gebucht wird? In diesem Kurs erfahren Sie, wie kleine Änderungen in Einrichtung und Ausstattung schon große Wirkung zeigen. So ziehen Sie mehr Gäste an, die sich wohlfühlen, gerne wiederkommen – und Ihre Ferienwohnung wird zu einem beliebten Ziel.

Kurs-Nr. **226H1302**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.1**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **17.11.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Uta Heinzinger | Kursentgelt: 10,- €





Haus-Aufwertung zum Bestpreis - Mit kleinen Mitteln den Verkaufswert maximieren

Sie möchten Ihr Haus verkaufen? Sie erhalten [von der Kursleiterin] einfache Tipps und kleine Veränderungen, mit denen Sie Ihr Haus für die neuen Käufer vorbereiten. So fühlen sich Interessenten gleich wohl, schauen sich das Haus gerne an – und der Verkauf geht einfacher, schneller und vielleicht sogar zum Wunschpreis.

Kurs-Nr. **226H1301**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.1**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **09.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Uta Heinzinger | Kursentgelt: 10,- €

Im Alltag sicher bezahlen

Ob im Internet oder beim Einkauf im Supermarkt: Im Alltag begegnen uns viele unterschiedliche Bezahlmöglichkeiten, die eine schnelle Entscheidung erfordern. Was ist in welchem Moment die passende Bezahlart? Sind die angebotenen Bezahlverfahren auch sicher? Der Vortrag gibt einen Überblick über alle traditionellen und digitalen Bezahlmöglichkeiten und informiert zur sicheren Abwicklung von Online-Geschäften.

Inhalte:

- Bezahlverfahren im Überblick
- Rund um Konto und Karten
- Online- und Mobile-Banking
- Im Internet sicher bezahlen
- Rechte und Pflichten bei Onlinekäufen

Die Veranstaltung ist gebührenfrei.

Kurs-Nr. **226H1304**

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **10.11.2026** | Kurszeit: 14:30 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Mandy Turreck

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig





Sorge- und Umgangsrecht

Das Kindeswohl im Blick behalten und einvernehmliche Lösungen finden. Nach einer Trennung stehen viele Eltern vor der Herausforderung, das Leben ihrer Kinder trotz räumlichem Abstand weiterhin gemeinsam zu gestalten. Dieser Kurs beleuchtet die rechtlichen Grundlagen der Elterlichen Sorge und des Umgangsrechts. Er geht anhand von Praxisfällen auf häufige Streitpunkte ein und zeigt tragfähige Lösungen auf.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- das eigene Ego und die besondere Verantwortung den gemeinsamen Kindern gegenüber
- warum Kommunikation und Kontinuität so wichtig sind
- vertiefter Einblick in die gesetzlichen Regelungen zur Elterlichen Sorge und zum Umgang
- alleinige und gemeinsame Elterliche Sorge
- das Stufenmodell zur Ausübung der gemeinsamen elterlichen Sorge bei getrennt lebenden Eltern
- Vor- und Nachteile der einzelnen Umgangsmodelle
- was tun bei Meinungsverschiedenheiten und Konflikten
- das Familiengericht und warum Sie ohne besser dran sind

Dieser Kurs ist ideal für getrennt lebende Eltern, Großeltern, Interessierte und solche, die kurz vor der Trennung stehen. Er hilft, die besonderen Herausforderungen zu erkennen und im Alltag zu meistern - mit kindgerechten und rechtssicheren Lösungen, die im Blick haben, was Kinder wirklich brauchen.

Kurs-Nr. 326H1304

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **23.11.2026** | Kurszeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Norman Münzner

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig.

Trennung und Scheidung - ein Überblick

Rechtlich gut informiert in schwierigen Zeiten. Eine Trennung stellt das Leben oft auf den Kopf – emotional, organisatorisch und finanziell. Wer in dieser belastenden Phase den Überblick behält, schützt sich vor unangenehmen Überraschungen und kann faire Lösungen mitgestalten. Dieser Kurs bietet Ehegatten und Lebensgemeinschaften einen verständlichen Einstieg in die wichtigsten rechtlichen und praktischen Fragen rund um Trennung und Scheidung.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Trennung und wie man sie vermeiden kann
- ein verständlicher Überblick einmal quer durch den Gemüsegarten des Familienrechts (Ehe, Kinder, Wohnung, Haushalt, Gewaltschutz, Versorgungsausgleich, Unterhalt, Güterrecht, Vermögensauseinandersetzung)
- darauf kommt es bei der Trennung an und welche Fehler sollten nicht passieren
- das Familiengericht und warum Sie ohne besser dran sind
- auf was muss die Lebensgemeinschaft ohne Trauschein achten

Dieser Kurs ist ideal für alle, die sich informieren, orientieren und vorbereiten möchten oder als nahe Angehörige den Betroffenen rechtliche Hilfestellung geben wollen, um gut durch diese Lebensphase zu kommen.

Kurs-Nr. 326H1302

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.10.2026** | Kurszeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Norman Münzner

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig.



Unterhaltsrecht

Beim Geld muss die Freundschaft nicht aufhören. Ob für Kinder oder den Ehegatten – das Thema Unterhalt wirft bei Trennung und Scheidung viele rechtliche Fragen mit zumeist existenzieller Bedeutung auf. Wer muss an wen, wie lange und wie viel zahlen? Wie wird der Anspruch durchgesetzt und was tun, wenn sich was ändert? In diesem Kurs erhalten Sie eine praxisnahe Vertiefung speziell zum Thema Unterhalt.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Voraussetzungen und Grenzen des Unterhaltsanspruchs
- vertiefter Einblick in die einzelnen Unterhaltsarten
- welche Rolle spielen Einkommen, Bedürftigkeit und Leistungsfähigkeit bei der Unterhaltsberechnung nach den Unterhaltsleitlinien des OLG Dresden
- Selbstbehalt und Mangelfall
- Unterhaltsvorschuss und andere Sozialleistungen anstatt Unterhalt
- Titulierung und Vollstreckung von Unterhalt
- Abänderung bestehender Unterhaltstitel

Dieser Kurs ist ideal für alle, die es beim Thema Unterhalt genauer wissen wollen. Ob zahlungspflichtig oder -berechtigt, hier können Sie sich rechtlich orientieren, um im Einzelfall eine faire und tragfähige Regelung zu finden.

Kurs-Nr. **326H1303**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **09.11.2026** | Kurszeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Norman Münzner

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig.

Verbraucherrechte kennen und nutzen

Nicht immer bleibt man nach einem Kauf zufrieden zurück. Was ist der Unterschied zwischen Gewährleistung und Garantie und wie lässt sich richtig reklamieren? Welche Rechte gibt es bei Verträgen an der Haustür, am Telefon oder im Internet? Wer gut informiert ist, kann Ärger und Kosten gering halten. Anhand vieler Praxisbeispiele informiert der Vortrag darüber, wie man sich im Einzelfall verhalten sollte und wo es im Streitfall Hilfe gibt.

Inhalte des Vortrags:

- Regelungen des Kaufvertragsrechts
- Die Wirksamkeit von Verträgen, Klauseln und AGBs einfach erklärt
- Lockvogelangebote, Abos, „Enkeltricks“
- Verträge am Telefon und im Internet
- Verhalten bei mangelhafter oder defekter Ware
- Im Streitfall zu seinem Recht kommen

Die Veranstaltung ist gebührenfrei; eine Anmeldung ist notwendig

Kurs-Nr. **226H1300**

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **16.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Rechtsanwalt Andrej Greif

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig





Vorsorge zu Lebzeiten

Selbstbestimmt in jeder Lebenslage: Von Krankheit, Unfall oder Alter kann jeder betroffen sein. Wer frühzeitig vorsorgt, behält selbst die Kontrolle und stellt sicher, dass im Ernstfall nach den eigenen Vorstellungen und Wünschen gehandelt wird. Damit das eigene Leben in Würde endet. In diesem kompakten Kurs erfahren Sie alles, was Sie für Ihre individuelle Vorsorge bis zu Ihrem Tod brauchen.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- warum rechtzeitige Vorsorge so wichtig ist
- verständlicher Überblick über die wichtigsten Vorsorgemöglichkeiten (Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung, Bestattungsverfügung und Sorgerechtsverfügung)
- rechtssichere Regelung Ihrer Vorstellungen und Wünsche für die Zukunft
- Muster und warum sie alle wenig taugen
- darauf kommt es bei Inhalt, Form und Wirksamkeit an
- wie Sie sicherstellen, dass Ihre Dokumente im entscheidenden Moment auch gefunden und anerkannt werden
- Sonderfall Banken und Sparkassen

Dieser Kurs ist ideal für alle, die selbst Verantwortung übernehmen wollen – für sich selbst, ihre Familie und ihre Zukunft. Selbstbestimmt leben und selbstbestimmt das Leben beenden.

Kurs-Nr. **326H1300**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **21.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Norman Münzner

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Anmeldung notwendig.

Globales Lernen | Bildung für nachhaltige Entwicklung | Umweltb.

Obstbaumschnitt - Grundlagen und Praxis

In diesem praxisorientierten Kurs lernen Sie die Grundlagen des Obstbaumschnitts kennen und setzen diese direkt um.

Im Theorieteil werden Aufbau, Schnittarten und typische Fehler erklärt; im Praxisteil wenden Sie das Gelernte unter fachlicher Leitung an.

Der Kurs richtet sich an Einsteiger und Gartenbesitzer.

WICHTIG! Der Kursort für die zweite Veranstaltung wird in der ersten Veranstaltung am 25.08.2026 mit den Teilnehmern besprochen und festgelegt.

Kurs-Nr. **226H1A12**

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **25.08.2026** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Filip Blumenthal | Kursentgelt: 30,- €



**ANSPRECHPARTNER
DER VHS**

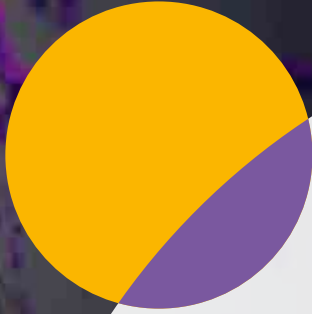
Jessica Peter



Ute Gubick



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 - 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. **526H2502**

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **12.08.2026** | Kurszeit: 15:30 - 17:00 Uhr

Kursdauer: 40 Unterrichtseinheiten | 20 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Anja Kolditz

Kursentgelt: 80,- €

Kurs-Nr. **526H2503**

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **13.08.2026** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 40 Unterrichtseinheiten | 20 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Anja Kolditz

Kursentgelt: 80,- €

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. **526H2504**

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **19.08.2026** | Kurszeit: 15:00 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 40 Unterrichtseinheiten | 20 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Rosmarie Huszar

Kursentgelt: 80,- €

Kurs-Nr. **526H2505**

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **21.08.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 40 Unterrichtseinheiten | 20 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Rosmarie Huszar | Kursentgelt: 80,- €



Kindertanz 4 - 5 Jahre

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. 526H2501

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **14.08.2026** | Kurszeit: 15:00 - 15:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 20 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Anja Kolditz

Kursentgelt: 40,- €

Kindertanz 7 - 8 Jahre

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 6 Jahre).

Kurs-Nr. 526H2506

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **14.08.2026** | Kurszeit: 15:45 - 17:15 Uhr

Kursdauer: 40 Unterrichtseinheiten | 20 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Anja Kolditz

Kursentgelt: 80,- €

Malen | Zeichnen | Drucktechnik

Acryl- und Aquarellmalkurs für jedes Alter

Materialkunde, kleine Farblehre, richtige Stifhaltung, 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.

Es fallen weitere 5,- € an, sollten Sie die Farben und Pinsel vor Ort nutzen wollen. Diese Gebühr wird bei Bedarf an die Dozentin des Kurses entrichtet.

Kurs-Nr. 526H2706

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **05.11.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kerstin Petzold | Kursentgelt: 35,- €

Bemerkung: Zeichenblock, Bleistifte, wenn vorhanden Farbkasten, Aquarellmalblock



**Werden Sie
DOZENT!**

**Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!**



Acryl-, Aquarell- und Kreidemalkurs für jedes Alter - Einsteiger

Materialkunde, kleine Farblehre, richtige Stifthaltung, 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.

Es fallen weitere 5,- € an, sollten Sie die Farben und Pinsel vor Ort nutzen wollen. Diese Gebühr wird bei Bedarf an die Dozentin des Kurses entrichtet.

Kurs-Nr. 526H2705

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **13.10.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kerstin Petzold | Kursentgelt: 46,66 €

Bemerkung: Zeichenblock (kann auch bei der Kursleiterin erworben werden); Farben

Kinderbuch-Werkstatt I - Geschichten erzählen

Du liebst es, dir Geschichten auszudenken und aufzuschreiben?

Dann bist du in der Kinderbuch-Werkstatt genau richtig.

Mit kreativen Schreibübungen entwickeln wir eine Idee für deine eigene Geschichte. Du hast bereits eine Idee im Kopf? Umso besser! Dann lass uns gemeinsam daran arbeiten.

Du lernst, worauf es beim Schreiben ankommt, wie du deine Geschichte aufbaust und zu Ende schreibst, ohne den Faden zu verlieren. Der Kurs ist unabhängig von der Kinderbuch-Werkstatt II (Schwerpunkt „Kinderbuch illustrieren“) buchbar.

Für Kinder ab 10 Jahren (4. Klasse)



Kurs-Nr. 126H2701

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **02.09.2026** | Kurszeit: 15:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 11 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Mandy Schlesinger | Kursentgelt: 40,- €

Bemerkung: USB-Stick, Schnellhefter, liniertes Papier, Stifte

Kinderbuch-Werkstatt II - Kinderbuch illustrieren

Du malst gern und liebst Geschichten? Dann komm in die Kinderbuch-Werkstatt.

Wähle eine meiner Geschichten aus und gestalte Schritt für Schritt dein eigenes Kinderbuch. Dabei erfährst du, wie ein Kinderbuch entsteht und was beim Illustrieren zu beachten ist. Zum Schluss erhältst du dein eigenes gebundenes Kinderbuch, das es so nur einmal gibt.

Für Kinder ab 8 Jahren (2. Klasse)

Kurs-Nr. 127F2702

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **24.02.2027** | Kurszeit: 15:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 13,3 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Mandy Schlesinger | Kursentgelt: 40,- €

Bemerkung: Zeichenmaterial, Zeichenpapier, Schnellhefter mit einer Prospekthülle

Es besteht die Möglichkeit, die fertige Geschichte zu einem Heft binden zu lassen. Materialkosten werden separat von der Kursleiterin berechnet.



Kreativer Feierabend - mit der eigenen Skizzenbuch-Routine zu Entspannung und Ausgeglichenheit

Gemeinsam schaffen wir eine entspannte Auszeit nach dem stressigen (Arbeits-) Alltag. Viele Menschen empfinden kreative Tätigkeiten als beruhigend und wohltuend. Indem der Fokus auf die Linien, Farben und Formen gelenkt wird, beruhigen sich die Gedanken. Dabei wird Stress abgebaut und das Wohlbefinden verbessert. Mit abwechslungsreichen Kreativtechniken entdecken wir verschiedene Möglichkeiten einer Skizzenbuch-Routine und finden so zu mehr Entspannung und Ausgeglichenheit. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.



Kurs-Nr. 126H2703

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **02.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Mandy Schlesinger | Kursentgelt: 75,- €

Bemerkung: Skizzenbuch (ideal ist A5, 180 g/m²), beliebiges Zeichenmaterial

Kunstwerkstatt: Farben, Freude, Fantasie - Kunst- und Kreativkurs

Entdecken Sie die Welt der Farben und lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf! Nutzen Sie die Möglichkeit, das Gedankenkarussell zu stoppen, der Langeweile und Einsamkeit zu entfliehen. Gemeinsam sagen wir der Inspiration Willkommen und fragen, was sie Schönes für uns bereithält. Genießen Sie es, Ihre Ideen auszutauschen und sich in Gemeinschaft künstlerisch auszudrücken.

Inhalte:

- Intuitives Malen
- Mut zur Farbe: Experimentieren mit verschiedenen Farbtönen und Materialien
- Kunst als Ausgleich zum Alltag
- Den eigenen künstlerischen Stil entdecken
- Farben erleben und fühlen

Kurs-Nr. 526H2709

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **22.09.2026** | Kurszeit: 09:30 - 11:45 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Antje van Doorn Buschmann | Kursentgelt: 33,- € | Bemerkung: für Senioren

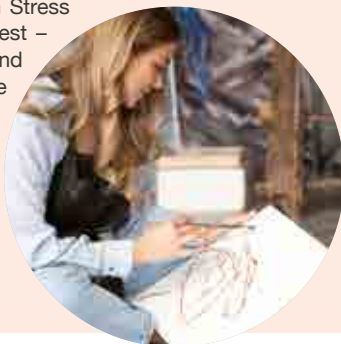


Malabenteuer: Entdecke deinen Stil - Kunst- und Kreativkurs

Entdecke die Welt der Farben und lasse deiner Fantasie freien Lauf! Unser Kunst- und Kreativkurs richtet sich an Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 16 Jahren. Über vier spannende Kurstage hinweg tauchst du ein in die bunte Welt des intuitiven Malens. Hast du Lust, den Alltag hinter dir zu lassen und einfach mal drauflos zu malen? Hier kannst du den Mut zur Farbe finden und deinen ganz eigenen Stil entdecken. Ob du Kunst als Ausgleich zum Stress suchst oder einfach nur die Freude an Farben spüren möchtest – dieser Kurs bietet dir die perfekte Gelegenheit, kreativ zu sein und dich künstlerisch auszudrücken. Bist du bereit, deine kreative Reise zu beginnen?

Inhalte:

- Intuitives Malen
- Mut zur Farbe: Experimentieren mit verschiedenen Farbtönen und Materialien
- Kunst als Ausgleich zum Alltagsstress
- Den eigenen künstlerischen Stil entdecken
- Farben erleben und fühlen



Kurs-Nr. **526H2707**

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **31.10.2026** | Kurszeit: 10:00 - 12:15 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Antje van Doorn Buschmann | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: für Kinder und Jugendliche (6 - 16 Jahre)

Malerei und Grafik in der Galerie in Beierfeld

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene. Wir erarbeiten uns verschiedene Techniken. Von der Skizze zum Bild. Ein Motiv der eigenen Wahl kann als Zeichnung umgesetzt werden, später als Druckerzeugnis (Linarschnitt, oder/und Radierung) und dann als Aquarell oder Acrylmalerei. Jedes Medium hat seinen eigenen Ausdruck. Es lohnt sich, verschiedene Möglichkeiten auszuprobieren. Geeignet für alle, die Lust und Interesse an der künstlerischen Arbeit haben.

Material kann in der Galerie erworben werden (Materialkosten werden vor Ort abgerechnet; ca. 8,- €), privat vorhandene Materialien können mitgebracht werden.

Kurs-Nr. **226H2709**

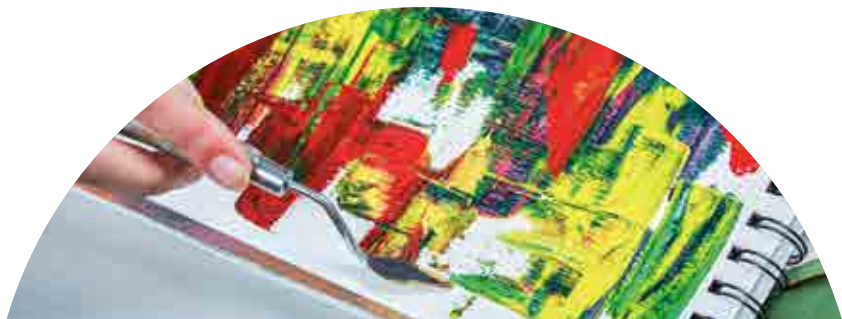
Kursort: **Grünhain-Beierfeld, Galerie für Märchen und Kunst, Pestalozzistraße 14**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **30.10.2026** | Kurszeit: 16:30 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Bärbel Bitterlich | Kursentgelt: 31,50 €

Bemerkung: Es werden bei Bedarf zusätzliche Materialkosten erhoben.





Pouring - Lass die Farben fließen!

Im Pouring-Kurs „zaubern“ wir mit flüssigem Acryl und kreieren faszinierende Farbverläufe auf Leinwand. Das Beste daran: Es werden keine Vorkenntnisse gebraucht. Egal ob Jung oder Alt – jeder ist im Kurs willkommen, um die Magie der Farben zu entdecken.

Kurs-Nr. 326H2700

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **21.09.2026**

Kurszeit: 10:00 - 13:00 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kerstin Petzold | Kursentgelt: 35,- €

Bemerkung: zzgl. Materialkosten (ab 6,- €), an die Kursleiterin zu entrichten; Bitte eine Schürze oder alte Kleidung mitbringen.



Kurs-Nr. 526H2704

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **02.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 11:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kerstin Petzold | Kursentgelt: 28,- €

Bemerkung: zzgl. Materialkosten (ab 6,- €), an die Kursleiterin zu entrichten; Bitte eine Schürze oder alte Kleidung mitbringen.

Strichzeichnung: Schwarz-Weiß Line Art

„Wenn schwarze Striche auf weißem Untergrund ein Bild ergeben.“ – Tauche ein in die faszinierende Welt des Zeichnens mit schwarzen Finelinern!

Aus scheinbar einfachen Linien entsteht Schritt für Schritt ein beeindruckendes Gesamtbild – durch das Spiel mit unterschiedlichen Strichstärken, Schattierungen und Strukturen sogar mit einer überraschenden 3D-Optik. Im Einführungskurs (60 Minuten) lernst du die Grundlagen dieser besonderen Zeichentechnik kennen. Du experimentierst mit Linienführung, Kontrasten und ersten Effekten – und setzt dein neu gewonnenes Wissen direkt in einer kleinen eigenen Zeichnung um. In den weiterführenden Kursen (à 90 Minuten) wird es kreativ und individuell:

Du wählst eines von drei spannenden Motiven und entwickelst dein eigenes Kunstwerk weiter. Dabei vertiefst du deine Technik und entdeckst, wie aus vielen kleinen Strichen lebendige, detailreiche Bilder entstehen.

Es gibt sogar die Möglichkeit noch farbige Fineliner für noch lebendigere Kunstwerke hinzuzunehmen. Die passenden Fineliner können direkt im Kurs erworben werden, sodass du sofort loslegen kannst.



Kurs-Nr. 326H2701

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **15.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christin Oeser | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Bitte bringen Sie einen Zeichenblock, Skizzenbuch, Bleistift und Radiergummi mit. zzgl. Materialkosten für Fineliner von 13 - 16,- € sind an den Kursleiter zu entrichten.



Zentangle® - Kreativität & Entspannung durch Zeichnen

Zentangle® ist mehr als Zeichnen – es ist eine kreative Entspannungsmethode, die Körper und Geist zur Ruhe bringt. Mit einfachen Strichen und Mustern entstehen ganz nebenbei kunstvolle Bilder, die jeden überraschen. Die Methode ist leicht verständlich, benötigt keinerlei Vorkenntnisse und eignet sich für alle, die Achtsamkeit üben, Stress abbauen oder einfach ihre kreative Seite entdecken möchten. Schritt für Schritt führt der Kurs in die Welt der Muster ein, sodass Sie am Ende nicht nur eigene kleine Kunstwerke mit nach Hause nehmen, sondern auch eine Technik, die sich wunderbar in den Alltag integrieren lässt. Bitte bringen Sie 5,- € zur Kostendeckung der Materialien mit.



Kurs-Nr. 526H2702

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.10.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Angela Dähnert | Kursentgelt: 75,- €

Bemerkung: Bleistifte; weitere Materialien werden durch die Kursleitung für 5,- € Gebühr gestellt

Vergangene Handschriften neu entdecken: Dein Schlüssel zur deutschen Schreibschrift für Einsteiger

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 lernen Sie die Kurrentschrift lesen und schreiben, wie sie um 1900 geschrieben wurde.

Kurs-Nr. 226H2711

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.1**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **04.11.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Ingolf Adner | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Bitte einen Füller, Kalligrafie-Füller oder Bleistift mitbringen.

Vergangene Handschriften neu entdecken: Dein Schlüssel zur deutschen Schreibschrift für Fortgeschrittene

Dieser Schreibkurs baut auf bereits erworbenes Wissen zur Deutschen Schreibschrift auf und vertieft die Kenntnisse in der Kurrentschrift, wie sie in Deutschland um 1900 üblich war.

Geplante Inhalte:

- Buchstaben und Schreibregeln
- Schreibtechnik mit Feder und Tinte
- Schreiben von Diktaten und Briefen
- Lesen alter Schriften

Kurs-Nr. 226H2710

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.1**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.10.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Ingolf Adner | Kursentgelt: 25,- €



Plastisches Gestalten

Floristik

Im Kurs fertigen wir passend zur Jahreszeit Herbstgestecke, Erntedank-Gebinde, Grabgestecke sowie Advents- und Weihnachtsschmuck und vieles mehr. Wir arbeiten mit verschiedenen Naturmaterialien, Pflanzenteilen, Keramik und verschiedenen Accessoires – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Die Materialkosten werden im Verlauf des Kurses mit der Kursleiterin abgerechnet.



Kurs-Nr. 226H2809

Kursort: **Schwarzenberg, BSZ, Steinweg 10 (Am Hofgarten), Zimmer 120**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **23.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 15 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Grit Schubert | Kursentgelt: 52,50 €

Bemerkung: Bitte eine Gartenschere, Haushaltsschere, Messer, Drahtzange und Pappe als Unterlage mitbringen und, wenn vorhanden, eine Klebepistole. Kursgebühr zzgl. Materialkosten

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. 126H2616

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 5**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **08.09.2026** | Kurszeit: 19:00 - 22:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christina Friedrich | Kursentgelt: 56,- €

Kurs-Nr. 126H2617

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 5**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **07.10.2026** | Kurszeit: 19:00 - 22:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christina Friedrich | Kursentgelt: 56,- €

Kurs-Nr. 126H2618

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 5**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **10.11.2026** | Kurszeit: 19:00 - 22:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christina Friedrich | Kursentgelt: 56,- €



Textiles Gestalten

Filzen für Anfänger: weihnachtliches Windlicht

Unser kompakter Samstags-Workshop richtet sich an alle ab 10 Jahren, die Freude daran haben, mit ihren Händen etwas Eigenes zu gestalten. Tauchen Sie ein in die vielseitige Welt des Filzens und entdecken Sie die kreativen Möglichkeiten des Naturmaterials Wolle. Unter Anleitung der Kursleitung lernen Sie verschiedene Techniken kennen und können Ihre eigenen Ideen individuell umsetzen. Dabei findet jeder die passende Gelegenheit, kreativ zu werden und neue Fertigkeiten zu entwickeln. Am Ende des Workshops nehmen Sie Ihr selbst gestaltetes Filzprojekt mit nach Hause.

Inhalte:

- Einführung in die Arbeit mit dem Naturmaterial Wolle
- Grundlagen des Nass- und Trockenfilzens
- Gestaltung und Umsetzung individueller Filzprojekte
- Tipps und Tricks für eigene kreative Arbeiten mit Filz

Kurs-Nr. **326H2901**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **07.11.2026** | Kurszeit: 10:00 - 13:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Christine Bergmann | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: zzgl. Materialkosten: 8 - 10,- € (sind an die Kursleiter zu entrichten);

Bitte bringen Sie 1 - 2 kleine Handtücher mit.

Filzen für Anfänger: Zipfelmütze oder Lichterbaum

Kursbeschreibung siehe Filzen für Anfänger: weihnachtliches Windlicht

Kurs-Nr. **326H2902**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **21.11.2026**

Kurszeit: 10:00 - 13:00 Uhr | Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten

Dozent: Frau Christine Bergmann | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: zzgl. Materialkosten: 8 - 10,- €

(sind an die Kursleiterin zu entrichten); Bitte bringen Sie 1 - 2 kleine Handtücher mit.



Häkeln leicht gemacht - Körbchen selbst gestalten

Möchten Sie die Kunst des Häkelns vertiefen und dabei ein nützliches und dekoratives Objekt schaffen? Unser Häkelkurs für Anfänger bietet Ihnen die ideale Gelegenheit, erste Techniken anzuwenden und in entspannter Atmosphäre ein charmantes Körbchen zu häkeln. In 5 Unterrichtseinheiten führen wir Sie Schritt für Schritt durch den gesamten Prozess. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit ersten Häkelkenntnissen. Grundlegende Kenntnisse – wie das Halten der Häkelnadel und einfache Maschen – sollten bereits vorhanden sein.





Gemeinsam lernen Sie weitere Techniken und hilfreiche Tipps, um Ihr erstes eigenes Projekt erfolgreich fertigzustellen. Entdecken Sie die Freude am kreativen Arbeiten mit Garn und gestalten Sie ein individuelles, praktisches Körbchen mit einem Durchmesser von ca. 20 cm.

Inhalte:

- Auffrischung und Vertiefung grundlegender Häkeltechniken
- Materialkunde: Auswahl der passenden Garne und Nadeln
- Schritt-für-Schritt-Anleitung zum Häkeln eines ca. 20 cm großen Körbchens
- Tipps zur individuellen Gestaltung und Veredelung des Körbchens

Kurs-Nr. 326H2900

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **21.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 12:45

Kursdauer: 5 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Nicole Dümichen | Kursentgelt: 25,- €

Bemerkung: zzgl. Materialkosten: 15,30 € mit Gravur // 12,30 € ohne Gravur (sind an den Kursleiter zu entrichten)

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. 126H2905

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 5**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **05.08.2026** | Kurszeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 27 Unterrichtseinheiten | 10 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. 126H2903

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **02.09.2026**

Kurszeit: 18:00 - 20:00 Uhr | Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten

Dozent: Frau Marlis Mehlhorn | Kursentgelt: 3,- € pro Veranstaltungstag

Kurs-Nr. 526H2901

Kursort: **Zschopau, VHS, Johannisstraße 58A, Zimmer 203**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 17:15 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kristin Wüstner | Kursentgelt: 46,- €

Bemerkung: Klöppelsack, Klöppel, Garn, Stecknadeln, 1 Häkelnadel Stärke 1,0 und eine kleine Schere





Kreative Ohrhinge selber machen

In diesem kreativen Workshop hast du die Gelegenheit, deine eigenen, einzigartigen Ohrhinge zu gestalten. Es stehen dir vorgefertigte Ohrhingeformen mit Edelstahl-Steckern und vergoldetem Edelstahl zur Verfügung. Zuerst schleifst du die Ohrhinge sorgfältig, um die gewünschte Form zu erzielen. Anschließend kannst du die Motive ganz nach deinen persönlichen Vorstellungen bemalen. Zum Abschluss ölst du die Ohrhinge, um ihnen den letzten Schliff zu verleihen und sie zu einem echten Unikat zu machen. Mit verschiedenen Materialien und Techniken kannst du verspielte, elegante oder moderne Designs kreieren. Am Ende des Kurses nimmst du ein wunderschönes, selbst gestaltetes Paar Ohrhinge mit nach Hause, das deinen Stil perfekt widerspiegelt.



Kurs-Nr. 326H2A00

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.10.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Carolin Kempe | Kursentgelt: 10,- €

Bemerkung: zzgl. Materialkosten: ab 5,- € (sind an den Kursleiter zu entrichten)

Kreative Ohrhinge selber machen - Weihnachtsspecial

Im festlichen Weihnachtsspecial hast du die Gelegenheit, deine eigenen, einzigartigen Ohrhinge mit weihnachtlichem Flair zu gestalten! Dir stehen vorgefertigte Ohrhingeformen mit Edelstahl- oder vergoldeten Steckern zur Verfügung. Zuerst schleifst du deine Ohrhinge in die gewünschte Form, bevor du sie mit stimmungsvollen Winter- und Weihnachtsmotiven bemalst – ob warme Rottöne und Goldakzente, zarte Schneeflocken, Tannenbäume, Sterne oder verspielte Weihnachtsdesigns – deiner Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Zum Abschluss werden die Ohrhinge geölt, um ihnen einen schönen Glanz und eine langlebige Oberfläche zu verleihen. Mit verschiedenen Materialien und Techniken gestaltest du dein ganz persönliches Schmuckstück – elegant, verspielt oder modern. Am Ende nimmst du ein wunderschönes, selbst gestaltetes Paar Ohrhinge mit nach Hause - das perfekte Accessoire für die Weihnachtszeit oder als liebevolles Geschenk unter dem Weihnachtsbaum.

Kurs-Nr. 326H2A01

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **28.11.2026** | Kurszeit: 09:30 - 11:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Carolin Kempe | Kursentgelt: 10,- €

Bemerkung: zzgl. Materialkosten: ab 5,- € (sind an den Kursleiter zu entrichten)

Kreative Schlüsselanhänger selber machen

In diesem kreativen Ferienkurs basteln Kinder ihre eigenen, individuellen Schlüsselanhänger! Ob mit bunten Perlen, Filz, Schrupffolie oder Paracord – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Die Kinder lernen spielerisch den Umgang mit verschiedenen Bastelmaterialien und gestalten einzigartige Anhänger, die sich perfekt als Geschenk oder persönliches Accessoire eignen.

Kurs-Nr. 326H2A02

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **28.11.2026** | Kurszeit: 11:15 - 12:45 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Carolin Kempe | Kursentgelt: 10,- €

Bemerkung: zzgl. Materialkosten: ab 5,- € (sind an den Kursleiter zu entrichten)



Nähkurs für Einsteiger - Basics I

Dein Wunsch ist es, etwas Eigenes an der Nähmaschine zu nähen? Dann bist du in diesem Kurs richtig!

In entspannter Atmosphäre erlernst du den Umgang mit der Nähmaschine und das Beheben von Fehlerquellen an der Maschine. Danach bist du fit für ein eigenes Nähprojekt.

Bring bitte Stecknadeln, Papierschere, Stoffschere, Nähgarn und eine eigene Nähmaschine (einschließlich Bedienungsanleitung und Zubehör) mit zum Kurs. Falls du keine Nähmaschine besitzt, vermerke dies bei der Anmeldung. Es können auch Modelle ausgeliehen werden.

Die Materialkosten für das Nähprojekt (ca. 10,- €) werden im Verlauf des Kurses mit der Dozentin abgerechnet.

Kurs-Nr. 226H2903

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.3**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **12.09.2026** | Kurszeit: 10:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kathrin Maczeizik | Kursentgelt: 49,- €

Bemerkung: Bitte mitbringen: Stecknadeln, Stoffschere, Nähgarn, eigene Nähmaschine (einschließlich Bedienungsanleitung und Zubehör)

Falls keine eigene Nähmaschine vorhanden ist, muss dies bei der Anmeldung vermerkt werden.

Nähkurs für Einsteiger - Basics II

Du bist vertraut im Umgang mit der Nähmaschine, benötigst aber eine kleine Auffrischung? Dann ist das der richtige Kurs für dich!

Anhand eines kleinen Nähprojektes erhältst du einen Einblick in Nähtechniken, Zuschnitt und Materialkunde. Du erarbeitest dir in diesem Kurs die Grundlagen für spätere größere Nähprojekte.

Die Materialkosten für das Nähprojekt (ca. 10 bis 15,- €) werden im Verlauf des Kurses bei der Dozentin abgerechnet.

Kurs-Nr. 226H2902

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **14.11.2026** | Kurszeit: 10:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kathrin Maczeizik | Kursentgelt: 49,- €

Bemerkung: Bitte mitbringen: Stecknadeln, Stoffschere, Nähgarn, eigene Nähmaschine (einschließlich Bedienungsanleitung und Zubehör)

Falls keine eigene Nähmaschine vorhanden ist, muss dies bei der Anmeldung vermerkt werden.



Nähkurs für Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits im Umgang mit der Nähmaschine sicher sind und sich mehr mit der Fertigung von Bekleidung (Shirt/ Hose) befassen möchten. Hierbei kommt die Overlock Nähmaschine zum Einsatz und wir besprechen die Verarbeitung von Jerseyware und die Handhabung eines Schnittmusters.

Bitte mitbringen: Nähutensilien; weitere Infos gibt es kurz vor Kursbeginn .

Kurs-Nr. 226H2901

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **22.08.2026** | Kurszeit: 10:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kathrin Maczeizik | Kursentgelt: 49,- €

Schneidern

Anfänger erlernen die richtige Handhabung einer Nähmaschine, den Umgang mit einem Schnittmusterbogen und den Zuschchnitt 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.

Bitte bringen Sie zum Kurs Ihre eigene Nähmaschine mit.



Kurs-Nr. 126H2901

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 5**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **01.10.2026** | Kurszeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 19 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Eva Wächtler | Kursentgelt: 94,50 €

Bemerkung: eigene Nähmaschine, Stoff, Schere, Garn und eigene Ideen

Schneidern für Einsteiger

Sie beherrschen die Grundlagen Ihrer Nähmaschine und möchten nun die nächsten Schritte wagen? Dann bietet dieser Schneider-Kurs genau das Richtige für Sie: Sie erlernen das richtige Maßnehmen, die perfekte Größe herauszufinden, den Umgang mit Schnittmusterbogen und die individuelle Anpassung von Schnitten. Im Kurs entsteht ein Oberteil.

Alle Arbeitsmaterialien von Scheren über Stifte bis hin zu Nähmaschinen (auch Overlock) sind am Kursort vorhanden. Gerne kann eigener Stoff mitgebracht werden. Eine kleine Auswahl an Stoffen kann bei Bedarf auch bei der Kursleiterin erworben werden.



Kurs-Nr. 426H2904

Kursort: **Stollberger Straße 44, 09387 Jahnsdorf / Erzgeb.**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **15.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen | Dozent: Ute Knopf

Kursentgelt: 80,- €

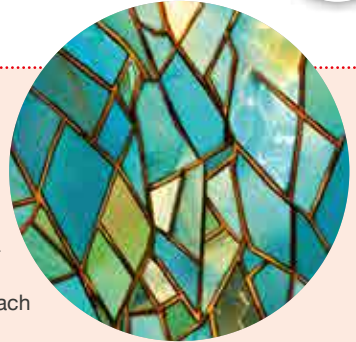


Handwerk | Kunsthandwerk

Glaskunst - Tiffany für Einsteiger

Im Kurs lernen wir den Umgang mit dem Werkstoff Glas. Dazu gehören Techniken wie Glas schneiden, schleifen, verlöten und bemalen. Ebenso beschäftigen wir uns mit der Tiffany-Technik. Es entstehen kleine individuelle Kunstwerke aus Buntglas wie kleine Figuren, Glasmosaik, Glasblumen für Topfpflanzen, Teeleuchte usw.

Zusatzkosten für Werkzeuggebrauch und Material (individuell nach Verbrauch) ca. 7 bis 10,- € pro Kurstag



Kurs-Nr. 226H2708

Kursort: **Grünhain-Beierfeld, Galerie für Märchen und Kunst, Pestalozzistraße 14**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.10.2026** | Kurszeit: 16:00 - 18:15 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Jens Bitterlich |

Kursentgelt: 31,50 € | Bemerkung: Es entstehen zusätzliche Materialkosten.

Handlettering für Einsteiger: Kreative Weihnachtskarten

Möchten Sie in diesem Jahr ganz besondere Weihnachtskarten gestalten und Ihren Lieben eine Freude machen? In unserem Handlettering-Kurs für Anfänger lernen Sie, wie Sie mit kreativen Schriftzügen und Designs individuelle Weihnachtskarten zaubern können. In nur vier Unterrichtseinheiten tauchen Sie ein in die Welt des Handletterings. Sie werden sehen, wie Sie mit einfachen Techniken beeindruckende Effekte erzielen können. Lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie Ihr kreatives Potenzial! Egal ob Sie bereits erste Erfahrungen im Handlettering gesammelt haben oder ob Sie noch ganz neu in diesem Bereich sind: Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Fertigkeiten zu entwickeln und eigene Kunstwerke zu gestalten.

Kursinhalte:

- Einführung in die Grundlagen des Handletterings
- Gestaltung weihnachtlicher Schriftzüge
- Einsatz von Farben und Verzierungen
- Praktische Übungen für kreative Kartendesigns
- Tipps und Tricks für ein perfektes Finish

Kurs-Nr. 326H2A03

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **28.11.2026** | Kurszeit: 09:30 - 12:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Nicki Hänel | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: zzgl. Materialkosten: 8,- € (sind an den Kursleiter zu entrichten)



**Werden Sie
DOZENT!**

**Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!**



Intarsien - Einlegearbeiten aus Holz

Entdecken Sie die dekorative Wirkung eines traditionellen Handwerks. Unter handwerklicher und gestalterischer Anleitung können Sie verschiedene Techniken des Intarsien-Schneidens kennenlernen und selbst ausprobieren.

Je nach Fähigkeit bzw. Vorkenntnissen der Teilnehmer sind perspektivisch Objekte, Landschaften oder Jugendstilmotive möglich.

Die Materialkosten (ca. 10,- €) werden im Verlauf des Kurses mit der Kursleitung abgerechnet.

Kurs-Nr. **226H2A001**

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **20.08.2026**

Kurszeit: 16:00 - 18:00 Uhr | Kursdauer: 19 Unterrichtseinheiten | 7 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Thomas Unger | Kursentgelt: 25,- €

Bemerkung: zzgl. Materialkosten für Trägermaterial und Lack (ca. 10,- €); Mitzubringen: Bastelzubehör (Leim)



Kreativer Trockenblumen-Loop selbst gestalten

Hast du Lust auf eine kreative Auszeit? In meinem Workshop zeige ich dir in entspannter Atmosphäre Schritt für Schritt, wie du deinen eigenen dekorativen Loop gestaltest. Du lernst die Technik und kreierst ein stilvolles Einzelstück in harmonischen Naturtönen wie Beige und Weiß. Der fertige Metallloop (ca. 25 cm) fügt sich perfekt in jedes Zuhause ein – schlicht, modern und zeitlos elegant.

Kurs-Nr. **326H2A04**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.10.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Christin Oeser | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: zzgl. Materialkosten: ab 20,- € (sind an den Kursleiter zu entrichten)





Musikalische Praxis

Gitarre für Einsteiger

Der Kurs richtet sich an Anfänger, die keine Vorkenntnisse haben. Auch Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen können diesen Kurs besuchen.

Kurs-Nr. 326H2D01

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 208**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **22.09.2026**

Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Alejandro Ramirez Paez | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Bitte Gitarre und Schreibzeug mitbringen.



Gitarre für Fortgeschrittene

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits Vorkenntnisse haben.

Kurs-Nr. 326H2D02

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 208**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **22.09.2026** | Kurszeit: 18:45 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Alejandro Ramirez Paez | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Bitte Gitarre und Schreibzeug mitbringen.

Mundharmonika-Crashkurs für Einsteiger

Der Mundharmonika-Crashkurs für Einsteiger, 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. Sie können Ihr eigenes Instrument mitbringen (diatonische Mundharmonika in C-Dur). Alternativ kann im Kurs eine solche Mundharmonika für 15,- € erworben werden.



Kurs-Nr. 326H2D00

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **28.11.2026** | Kurszeit: 10:00 - 13:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Sven Enger | Kursentgelt: 39,90 €

Kurs-Nr. 426H2D01

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **07.11.2026** | Kurszeit: 10:00 - 13:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Sven Enger | Kursentgelt: 39,90 €

Bemerkung: Für den Kurs wird eine 10-Loch-Blues-Mundharmonika in C-Dur benötigt. Ein entsprechendes einfaches Instrument kann direkt im Kurs erworben werden (15,- €). Bitte Schreibzeug für persönliche Notizen mitbringen.

ANSPRECHPARTNER DER VHS

Florian Raschke



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

Autogenes Training

Raus aus dem Gedankenkarussell, rein in die Erholung! Mit autogenem Training lernen Sie, Ihren Körper alleine durch Ihre Vorstellungskraft auf „Pause“ zu schalten. In diesem Kurs trainieren wir die klassischen Formeln der Ruhe, Schwere und Wärme, damit Sie auch in hektischen Zeiten gelassen bleiben. Entdecken Sie, wie Sie durch gezielte Suggestion tiefenwirksam entspannen können – jederzeit und überall.

Kurs-Nr. 326H3161

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **24.09.2026** | Kurszeit: 18:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 9 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Annekatriin Groß | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen!

Kurs-Nr. 526H3160

Kursort: **Zschopau, Volkshochschule, Johannisstraße 58A, Zimmer 407**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **01.09.2026** | Kurszeit: 17:45 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 11 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Claudia Köppe | Kursentgelt: 88,- €



Autogenes Training - Schnupperkurs

In diesem Schnupperkurs bekommen Sie einen Überblick über den Inhalt des Kurses Autogenes Training, der am 24.09.2026, 18:30 Uhr in der VHS am Standort in Annaberg-Buchholz beginnt. Nach der Schnupperversammlung können Sie besser einschätzen, ob Sie am Kurs teilnehmen möchten. Diese Veranstaltung ist kostenfrei, um Anmeldung wird gebeten.

Kurs-Nr. 326H3160

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **10.09.2026** | Kurszeit: 18:30 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Annetrin Groß

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen!

Autogenes Training - Ihr mentaler Ruhepol im Alltag

Raus aus dem Gedankenkarussell, rein in die Erholung! Mit autogenem Training lernen Sie, Ihren Körper alleine durch Ihre Vorstellungskraft auf „Pause“ zu schalten. In diesem Kurs trainieren wir die klassischen Formeln der Ruhe, Schwere und Wärme, damit Sie auch in hektischen Zeiten gelassen bleiben. Entdecken Sie, wie Sie durch gezielte Suggestion tiefenwirksam entspannen können – jederzeit und überall.

Kurs-Nr. 226H3161

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **08.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 9 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Annetrin Groß | Kursentgelt: 60,- €

Kurs-Nr. 426H3163

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **16.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 9 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Annetrin Groß | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen!

Funktionelles Bewegungstraining

Möchten Sie Ihre Gelenke, Bindegewebe, Sehnen und Muskeln auf sanfte und effektive Weise stärken? Unser Kurs „Funktionelles Bewegungstraining“ bietet Ihnen die Möglichkeit, durch koordinative Übungen aus den asiatischen Kampfkünsten und Qi Gong Ihre körperliche Gesundheit zu fördern. In sechs Terminen lernen Sie, wie Sie durch gezielte Bewegungen und Atemtechniken Entspannung und Wohlbefinden in Ihren Alltag integrieren können. Dieser Kurs ist für alle geeignet, die ihre Körperwahrnehmung verbessern und ihre Tiefenmuskulatur stärken möchten.

Lassen Sie sich von der harmonischen Verbindung von Bewegung und Atmung inspirieren und entdecken Sie neue Wege zu einem gesunden Körper.





Kursinhalte:

- Gelenkmobilisation aller Gelenke einschließlich der Wirbelsäule
- Lockerung fester Gewebestrukturen
- Stärkung der Rumpf- und Tiefenmuskulatur
- Schulung der Tiefenatmung

Kurs-Nr. 226H3173

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **07.10.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Karsten Windisch | Kursentgelt: 32,- €

Kurs-Nr. 227F3173

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.03.2027** | Kurszeit: 18:00 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Karsten Windisch | Kursentgelt: 32,- €

Funktionelles Bewegungstraining für Fortgeschrittene

Bauen Sie gezielt auf Ihren Vorkenntnissen auf. Dieser Kurs vertieft die Grundlagen des Anfängerkurses und stärkt Ihre Gelenke, Sehnen sowie Muskeln auf einem höheren Niveau.

Das erwartet Sie im Aufbaukurs:

Fortgeschrittene Techniken: Vertiefung der koordinativen Übungen aus Kampfkünsten und Qi Gong.

Intensivere Kräftigung: Fokus auf eine noch stärkere Tiefenmuskulatur und Bindegewebe.

Komplexere Abläufe: Erweiterte Kombinationen aus fließender Bewegung und Atmung.

Nachhaltiger Transfer: Festigung der Entspannungstechniken für einen stressfreien Alltag.

Kurs-Nr. 227F3173A

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **13.01.2027** | Kurszeit: 18:00 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Karsten Windisch | Kursentgelt: 32,- €

Werden Sie DOZENT!

Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!



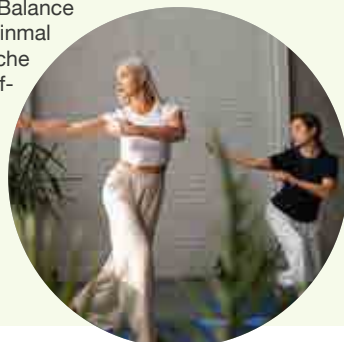


Gesund und fit mit Tai-Chi

Entdecken Sie die jahrhundertealte Kunst des Tai-Chi und erleben Sie, wie Sie auf einfache Weise gesund, beweglich und geistig fit bleiben können. Dieser Kurs ist für jedermann geeignet und erfordert keine Vorkenntnisse. Über acht Veranstaltungen hinweg erlernen Sie einen einfachen Bewegungsablauf, der Ihr Leben nachhaltig verändern kann. Tai-Chi ist mehr als nur eine Bewegungsform; es ist ein ganzheitliches Konzept, das Ihren Energiehaushalt in Balance bringt und ihn optimal aufrechterhält. Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie Sie Stress abbauen und gleichzeitig Ihre körperliche Fitness verbessern können? Dann lassen Sie sich von der sanften Kraft des Taichi inspirieren!

Inhalte:

- Einführung in die Grundlagen des Tai-Chi
- Erlernen eines einfachen Bewegungsablaufs
- Verbesserung der körperlichen Beweglichkeit und Balance
- Techniken zur Stressreduktion und geistigen Entspannung
- Praktische Übungen zur Aufrechterhaltung des Energiehaushalts



Kurs-Nr. 226H3171

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **07.10.2026** | Kurszeit: 17:30 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 11 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Mirko Günther | Kursentgelt: 42,80 €

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. 126H3113M

Kursort: **Marienberg, Lebenshilfwerk ME e.V., Industriestraße 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **21.07.2026** | 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. 126H3117M

Kursort: **Marienberg, Lebenshilfwerk ME e.V., Industriestraße 1**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **23.07.2026** | 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. 126H3123M

Kursort: **Marienberg, Lebenshilfwerk ME e.V., Industriestraße 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **06.10.2026** | 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. **126H3127M**

Kursort: **Marienberg, Lebenshilfwerk ME e.V., Industriestraße 1**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **08.10.2026** | Kurszeit: 17:15 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

Kurs-Nr. **126H3114M**

Kursort: **Marienberg, Lebenshilfwerk ME e.V., Industriestraße 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **21.07.2026** | Kurszeit: 19:15 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

Kurs-Nr. **126H3124M**

Kursort: **Marienberg, Lebenshilfwerk ME e.V., Industriestraße 1**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **06.10.2026** | Kurszeit: 19:15 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

Kurs-Nr. **126H3110**

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **20.07.2026** | Kurszeit: 15:15 - 16:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

Kurs-Nr. **126H3112**

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **20.07.2026** | Kurszeit: 19:15 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke



**Kurs-Nr. 126H3116**Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **22.07.2026** | Kurszeit: 19:15 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

Kurs-Nr. 126H3118Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **24.07.2026** | Kurszeit: 17:15 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

Kurs-Nr. 126H3119Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **24.07.2026** | Kurszeit: 19:15 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

Kurs-Nr. 126H3125Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **07.10.2026** | Kurszeit: 17:15 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

Kurs-Nr. 126H3111Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**Kurstag: Montag | Kursbeginn: **20.07.2026** | Kurszeit: 17:15 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

Kurs-Nr. 126H3120Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**Kurstag: Montag | Kursbeginn: **05.10.2026** | Kurszeit: 15:15 - 16:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

Kurs-Nr. 126H3121Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**Kurstag: Montag | Kursbeginn: **05.10.2026** | Kurszeit: 17:15 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

Kurs-Nr. 126H3122Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**Kurstag: Montag | Kursbeginn: **05.10.2026** | Kurszeit: 19:15 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke



Kurs-Nr. 126H3126

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

Kurstag: **Mittwoch** | Kursbeginn: **07.10.2026** | Kurszeit: 19:15 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetzsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

Kurs-Nr. 126H3128

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

Kurstag: **Freitag** | Kursbeginn: **09.10.2026** | 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. 126H3129

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

Kurstag: **Freitag** | Kursbeginn: **09.10.2026** | Kurszeit: 19:15 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetzsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung / dicke Socken / Woldecke

Kurs-Nr. 426H3101

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

Kurstag: **Dienstag** | Kursbeginn: **18.08.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Margitta Hähle | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Bitte Yogamatte oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.

Kurs-Nr. 426H3102

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

Kurstag: **Dienstag** | Kursbeginn: **18.08.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Margitta Hähle | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.

Kurs-Nr. 426H3103

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

Kurstag: **Donnerstag** | Kursbeginn: **20.08.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Margitta Hähle | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.

Kurs-Nr. 426H3107

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

Kurstag: **Donnerstag** | Kursbeginn: **20.08.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Denise Herpich | Kursentgelt: 54,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.

Kurs-Nr. 426H3108

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

Kurstag: **Donnerstag** | Kursbeginn: **29.10.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Denise Herpich | Kursentgelt: 54,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.



Kurs-Nr. 526H3109

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **23.09.2026** | Kurszeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Daniela Vieweg | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eventuell Anti-Rutsch-Socken /warme Socken, eine kleine Decke

Hatha Yoga

Yoga stellt einen Übungsweg dar, der auf eine tiefe Selbstreflexion abzielt. Lebensfreude, Selbstvertrauen und das körperliche und geistige Wohlbefinden zu stärken, stellen wichtige Anliegen des Yogaweges dar. Mit der körperbetonten Hatha-Yoga-Übungspraxis zur inneren Balance zu finden, ist dabei ein wichtiges Ziel. Die Reihenfolge der Übungselemente einer jeden Yoga stunde soll dazu beitragen, einen Ausgleich zwischen Körper, Geist und Seele anzuregen, um nach und nach zu einem Zustand innerer Gelassenheit und Achtsamkeit zurück zu finden. Die gewonnenen Fähigkeiten sowie erweiterte Sichtweisen können für die alltägliche Lebensweise von großem Nutzen sein. Übungselemente wie Asanas, Entspannungs- und Atemtechniken, Bewegungsabläufe und Wahrnehmungstechnik richten sich auf die oben beschriebenen Zielsetzungen.



Der Kurs ist für Teilnehmende geeignet, die Grundlegendes über Yoga erfahren oder vertiefen möchten. Als Vorsorge für die Gesunderhaltung und Prävention ist dieser Kurs gut geeignet. Ungeeignet ist der Kurs bei akuten körperlichen und geistigen Problemen oder anderen schwerwiegenden Erkrankungen.

Kurs-Nr. 426H3104

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **03.11.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Margitta Hähle | Kursentgelt: 54,- €

Bemerkung: Bitte Yogamatte oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.

Kurs-Nr. 426H3105

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **03.11.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Margitta Hähle | Kursentgelt: 54,- €

Bemerkung: Bitte Yogamatte oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.

Kurs-Nr. 426H3106

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **05.11.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Margitta Hähle | Kursentgelt: 54,- €

Bemerkung: Bitte Yogamatte oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.



Hatha Yoga für Einsteiger

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. 126H3100

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **22.07.2026** | Kurszeit: 17:15 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Lutz Zetzsche | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: leichte Sportbekleidung, dicke Socken, Woldecke

Hatha Yoga für Einsteiger und Fortgeschrittene

Möchten Sie Ihrem Körper und Geist etwas Gutes tun? Dann ist unser Hatha Yoga Kurs genau das Richtige für Sie! Dieser Kurs richtet sich an alle Altersgruppen und ist besonders gut für Einsteiger geeignet. In 10 Sitzungen à 1,5 Stunden werden Sie in die wohltuenden Bewegungs-, Achtsamkeits- und Meditationsübungen des Hatha Yoga eingeführt. Durch die Praxis von Hatha Yoga verbessern Sie nicht nur Ihre Beweglichkeit und Entspannungsfähigkeit, sondern lernen auch, besser mit Stress umzugehen. Jede Sitzung ist darauf ausgelegt, Ihnen ein tieferes Verständnis für Ihren Körper und Geist zu vermitteln und Ihnen Werkzeuge an die Hand zu geben, die Sie in Ihrem Alltag nutzen können. Kommen Sie vorbei und erleben Sie die transformative Kraft des Hatha Yoga!

Kurs-Nr. 526H3107

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **31.08.2026** | Kurszeit: 18:45 - 19:45 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Doreen ZeiBig | Kursentgelt: 85,- €

Bemerkung: Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eventuell Anti-Rutsch-Socken / warme Socken, eine kleine Decke





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. 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. 326H3104

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 001**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Eckhard Bronsch

Kursentgelt: 96,- € | Bemerkung: Bitte zum Kurs bequeme Kleidung und warme Socken sowie eine Decke oder ein großes Handtuch mitbringen!

Kurs-Nr. 326H3105

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 001**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 19:45 - 21:15 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Eckhard Bronsch

Kursentgelt: 96,- € | Bemerkung: Bitte zum Kurs bequeme Kleidung und warme Socken sowie eine Decke oder ein großes Handtuch mitbringen!

Kurs-Nr. 326H3106

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 001**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **10.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Eckhard Bronsch

Kursentgelt: 96,- € | Bemerkung: Bitte zum Kurs bequeme Kleidung und warme Socken sowie eine Decke oder ein großes Handtuch mitbringen!

Kurs-Nr. 326H3107

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 001**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **10.09.2026** | Kurszeit: 19:45 - 21:15 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Eckhard Bronsch

Kursentgelt: 96,- € | 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. 226H3104

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kerstin Holtfreter | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Bitte Turnschuhe, eine Decke oder ein großes Handtuch, bequeme Kleidung und dicke Socken mitbringen.



Mit Atemtechniken zu einem leichteren Alltag

Anmeldungen sind jederzeit möglich - Kurs startet bei ausreichender Teilnehmerzahl!

„Je freier man atmet, desto mehr lebt man“ Theodor Fontane

Unsere Atmung ist das kraftvollste und eines der einfachsten Werkzeuge zu 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. **126H3180**

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **08.09.2026** | Kurszeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Susann Ihle | Kursentgelt: 85,- €

Kurs-Nr. **126H3181**

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **09.09.2026** | Kurszeit: 09:30 - 11:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Susann Ihle | Kursentgelt: 85,- €

**Sie können
leider nicht am
gebuchten
Kurs teilnehmen?
Dann müssen Sie eine
schriftliche Kündigung
an die VHS
schicken.**





PMR - Mit aktiver Entspannung zu neuer Energie - Schnupperkurs

In diesem Schnupperkurs bekommen Sie einen Überblick über den Inhalt des Kurses Progressive Muskelentspannung, der am 24.09.2026, 19:45 Uhr in der VHS am Standort in Annaberg-Buchholz beginnt. Nach der Schnupperveranstaltung können Sie besser einschätzen, ob Sie am Kurs teilnehmen möchten. Diese Veranstaltung ist kostenfrei, um Anmeldung wird gebeten.

Kurs-Nr. 326H3162

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **10.09.2026** | Kurszeit: 19:30 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Annekatriin Groß

Bemerkung: Bitte warme, bequeme Kleidung, Socken, Handtuch mitbringen!

PMR - Mit aktiver Entspannung zu neuer Energie

Sie möchten Stress abbauen, aber ungern nur stillsitzen? Dann ist die Progressive Muskelrelaxation (PMR) genau das Richtige für Sie. Durch das bewusste Wechselspiel von kurzer Anspannung und schlagartigem Loslassen lösen Sie Blockaden und spüren sofort eine wohltuende Lockerung im gesamten Körper. Wir trainieren die Methode in verschiedenen Stufen, damit Sie Verspannungen im Alltag künftig in Rekordzeit einfach „wegdrücken“.



Kurs-Nr. 226H3162

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **08.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Annekatriin Groß | Kursentgelt: 60,- €

Kurs-Nr. 326H3163

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **24.09.2026** | Kurszeit: 19:45 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Annekatriin Groß | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Bitte warme, bequeme Kleidung, Socken, Handtuch mitbringen!

Kurs-Nr. 426H3162

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **16.09.2026** | Kurszeit: 18:15 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Annekatriin Groß | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Bitte warme, bequeme Kleidung, Socken, Handtuch mitbringen!

Kurs-Nr. 526H3162

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **01.09.2026** | Kurszeit: 16:30 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Claudia Köppe | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: Bitte warme, bequeme Kleidung, Socken, Handtuch mitbringen!



Die Kunst der Achtsamkeit

Achtsamkeit beginnt dort, wo wir still werden und uns selbst wieder bewusst begegnen. Gedanken beruhigen sich, Entscheidungen werden klarer und wir lernen wahrzunehmen, was uns wirklich entspricht.

Im Hier und Jetzt entsteht ein neuer Zugang zu innerer Ruhe, Vertrauen und bewusster Selbstwahrnehmung. Achtsamkeit bedeutet nicht Stillstand, sondern ein waches und bewusstes Leben.

Wenn wir achtsam mit uns selbst werden, handeln wir klarer, freier und verbundener mit unserem eigenen inneren Wissen. Es entsteht ein Gleichgewicht zwischen Tun und Loslassen, zwischen Vertrauen und neuer Ausrichtung.

Achtsamkeit hilft uns, alte Muster zu erkennen, innere Unruhe zu lösen und Raum für neue Möglichkeiten entstehen zu lassen. So wächst Schritt für Schritt die Verbindung zu unserer eigenen inneren Stimme.



Kurs-Nr. 226H3163

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.10.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Jaqueline Heidler | Kursentgelt: 32,- €

Qi Gong - Schnupperkurs

In diesem Schnupperkurs bekommen Sie einen Überblick über den Inhalt des Kurses Qi Gong, der am 24.09.2026, 18:00 Uhr in der VHS am Standort in Annaberg-Buchholz beginnt. Nach der Schnupperveranstaltung können Sie besser einschätzen, ob Sie am Kurs teilnehmen möchten. Diese Veranstaltung ist kostenfrei, um Anmeldung wird gebeten.

Kurs-Nr. 326H3140

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 635**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **03.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Karin J. Bungert

Bemerkung: Bitte bringen Sie bequeme Kleidung u. dicke Socken mit.





Werden Sie DOZENT!

Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!

Qi Gong

Qi Gong, als Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin, ist eine wunderbare Möglichkeit über Atmung, Bewegung und Vorstellungskraft Stress abzubauen und gleichzeitig seine körperliche Fitness und Koordination sanft zu trainieren. Die Übungen sind leicht zu erlernen und wirken sich wohltuend auf Körper, Geist und Seele aus. Regelmäßig angewendet, helfen sie, Energieblockaden zu lösen und das eigene Wohlbefinden zu steigern.

Kurs-Nr. 326H3141

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 635**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **24.09.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Karin J. Bungert | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Bitte bringen Sie bequeme Kleidung u. dicke Socken mit.

Kurs-Nr. 426H3182

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 15:45 - 17:15 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Brigitte Ebert | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen.

Kurs-Nr. 526H3210

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **03.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Petra Klotz | Kursentgelt: 110,- €

Bemerkung: Hinweis. Bitte warme Socken oder Schuhe mit dünnen Sohlen mitbringen.



Bewegung | Fitness

Aqua-Fitness (Bewegungstraining im Wasser)

Gezieltes Bewegungstraining im Wasser, abgestimmt auf die Individualanforderungen der Teilnehmer zur Erhaltung der körperlichen Fitness des Einzelnen.

- Derzeit sind leider keine weiteren Anmeldungen möglich, da der Kurs ausgebucht ist. -

Kurs-Nr. 126H3225

Kursort: **Olbernhau, Schwimmhalle, Brandauer Straße 16**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **14.09.2026** | Kurszeit: 16:00 - 17:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Physiotherapie Thierfelder Praxisteam | Kursentgelt: 146,- €

Aqua-Gymnastik (Tiefwasser)

Bewegung im Wasser ist ideal für Fitness und Wohlbefinden. Man kann dem Körper rundum Gutes tun, ohne gesundheitliche Risiken einzugehen. Die Gelenke werden entlastet, der Kreislauf kommt in Schwung, die Muskulatur wird gestärkt. In der Kursgebühr ist die Benutzungsgebühr für die Schwimmhalle enthalten.

Kurs-Nr. 226H3261

Kursort: **Aue, Schwimmhalle**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **21.08.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Diana Kovács | Kursentgelt: 110,- € | Bemerkung: Bitte Schwimmsachen mitbringen.

Kurs-Nr. 226H3262

Kursort: **Aue, Schwimmhalle**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **21.08.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Diana Kovács | Kursentgelt: 110,- € | Bemerkung: Bitte Schwimmsachen mitbringen.

Kurs-Nr. 526H3201

Kursort: **Zschopau, Schwimmhalle, Launer Ring 9**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **01.09.2026** | Kurszeit: 13:45 - 14:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Annett Claus | Kursentgelt: 130,- € | Bemerkung: Bitte Schwimmsachen mitbringen.



AROHA - Schnupperkurs

In diesem Schnupperkurs bekommen Sie einen Überblick über den Inhalt des Kurses Aroha, der am 21.09.2026, 19 Uhr in der VHS am Standort in Annaberg-Buchholz beginnt. Nach der Schnupperveranstaltung können Sie besser einschätzen, ob Sie am Kurs teilnehmen möchten. Diese Veranstaltung ist kostenfrei, um Anmeldung wird gebeten.

Kurs-Nr. 326H3230

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 635**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **14.09.2026** | Kurszeit: 19:00 - 19:45 Uhr

Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Solvig Niepel

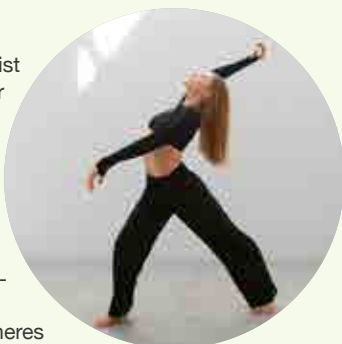
Bemerkung: Bitte Turnschuhe, Trinkflasche, Handtuch und bequeme Kleidung mitbringen.

AROHA

Erlebe ein ganz besonderes Ganzkörpertraining, das Körper, Geist und Seele in Bewegung bringt. Aroha, das in der Sprache der Maori „Liebe“ bedeutet, vereint kraftvolle und fließende Bewegungen im mitreißenden ¾-Takt. Inspiriert von Kung Fu, Tai Chi und dem Haka, dem traditionellen Kriegstanz der Maori, entsteht ein einzigartiger Bewegungsfluss zwischen Anspannung und Entspannung – mal kraftvoll und energiegeladen, mal sanft und fließend. Begleitet von eigens komponierter, exotisch-rhythmischer Musik kannst du dich fallen lassen, auspowern und neue Energie tanken.

Aroha stärkt nicht nur deinen Körper, sondern auch dein inneres Gleichgewicht.

Ob Einsteiger oder Fortgeschrittener – du bestimmst die Intensität selbst und gestaltest dein Training nach deiner Tagesform. Lass dich mitreißen, spüre die Kraft in dir und finde zu innerer Ruhe und Stärke.



Kurs-Nr. 326H3231

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 635**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **21.09.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 9 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Solvig Niepel | Kursentgelt: 54,- €

Bemerkung: Bitte Turnschuhe, Trinkflasche, Handtuch und bequeme Kleidung mitbringen.

Baguazhang: Die Kunst der Acht-Diagramme

Baguazhang, auch bekannt als „Acht-Diagramm-Handform“, ist eine traditionelle chinesische Kampfkunst, die sich durch ihre dynamischen Kreisbewegungen und raffinierte Fußarbeit auszeichnet. Der Kurs vermittelt die grundlegenden Techniken und Prinzipien dieser Kunstform, einschließlich der charakteristischen kreisförmigen Bewegungen, die sowohl für die Verteidigung als auch für den Angriff verwendet werden.

Neben den körperlichen Aspekten werden auch die philosophischen und energetischen Grundlagen des Baguazhang behandelt, um ein umfassendes Verständnis und eine harmonische Entwicklung der Kampfkünste zu fördern. Der Kurs fördert sowohl körperliche Fitness als auch mentale Stärke.





Kurs-Nr. 226H3170

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **07.10.2026** | Kurszeit: 19:15 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Karsten Windisch | Kursentgelt: 32,- €

Kurs-Nr. 227F3170

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **10.03.2027** | Kurszeit: 19:15 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Karsten Windisch | Kursentgelt: 32,- €

Baguazhang: Die Kunst der Acht-Diagramme für Fortgeschrittene

Diese traditionelle chinesische Kampfkunst zeichnet sich durch dynamische Kreisbewegungen und raffinierte Fußarbeit aus. Der Aufbaukurs vertieft die charakteristischen Techniken für Verteidigung und Angriff. Neben den körperlichen Aspekten vermittelt das Training auch die philosophischen und energetischen Grundlagen des Baguazhang.

Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene und baut direkt auf dem Anfängerkurs auf.

Kurs-Nr. 227F3170A

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **13.01.2027** | Kurszeit: 19:15 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 6 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Karsten Windisch | Kursentgelt: 32,- €

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. 226H3207

Kursort: **Aue, Turnhalle „E.-Kästner-Schule“, R.-Luxemburg-Str.**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **03.09.2026** | Kurszeit: 19:30 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Cornelia Müller | Kursentgelt: 64,- € | 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. 526H3237

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **01.09.2026** | Kurszeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Simone Fleischer | Kursentgelt: 96,- €

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. 426H3212

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **24.08.2026** | Kurszeit: 17:30 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Anne Baberske | Kursentgelt: 70,- €

Bemerkung: Bitte Decke oder andere Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken mitbringen.



Body-Fit - Das Ganzkörper Workout

Body-Fit ist ein abwechslungsreiches Ganzkörper Workout zu abwechslungsreicher Musik. Ziel ist es, ein gutes Körpergefühl zu schaffen, gleichzeitig den Körper zu straffen sowie die Haltung und Koordination zu verbessern. Verschiedene Kleingeräte wie Pezziball, Hanteln, Gymnastik-Bänder und Balance-Scheiben kommen hier zum Einsatz. Dehnung und Entspannung runden meine Stunde liebevoll ab. Ich freue mich auf Dich.

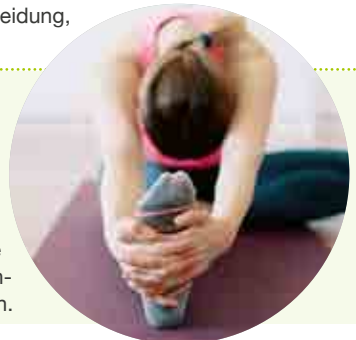
Kurs-Nr. 126H3270

Kursort: **Olbernhau, Goethe-Turnhalle, Goethestraße 3, Gymnastikraum**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **07.07.2026** | Kurszeit: 18:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Mandy Walther | Kursentgelt: 80,- €





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. 126H3275

Kursort: **Olbernhau, Goethe-Turnhalle, Goethestraße 3, Bewegungsraum**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **15.07.2026** | Kurszeit: 18:15 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kathrin Freyer | Kursentgelt: 75,- €

Dehn- und Wirbelsäulengymnastik

Das beste Rezept für unseren Rücken ist uralt: „Bewegung“.

Gymnastik, richtig angewendet, ist eine Wohltat für Wirbelsäule, Muskeln und Gelenke. Mit gezielten Übungen können Sie bereits bestehenden Rückenbeschwerden entgegenwirken und Fehlhaltungen korrigieren oder vorbeugen.

Wirbelsäulengymnastik ist eine Kombination von Fitnessübungen speziell für den Rücken.

Kurs-Nr. 326H3242

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **02.09.2026** | Kurszeit: 17:30 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Enrico Remde | Kursentgelt: 56,- €

Fit für den Alltag - Herz-Kreislauf-Training

Herz-Kreislauf-Training

Zielgruppe: Alle, die sich etwas Gutes tun wollen, egal ob Frau oder Mann.

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. 226H3240

Kursort: **Schwarzenberg, Turnhalle BSZ, Steinweg 10 (Am Hofgarten)**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **17.08.2026** | Kurszeit: 18:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Diana Kovács | Kursentgelt: 85,- €



„Fit ins/im Alter“ (Sen.-Gymn.)

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. 126H3260

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **14.07.2026** | Kurszeit: 10:00 - 11:00 Uhr

Kursdauer: 14 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:

1. körperliche Fitness erhalten
2. Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems
3. Stärkung der Gelenke, Sehnen, Knochen und Muskulatur (Vorbeugung von Unfällen)
4. Verbesserung der Beweglichkeit
5. Verbesserung der Koordination und des Gleichgewichts (Förderung des Gedächtnisses)

Womit: Musik aus alten Zeiten, Übungsreihen/Körperübungen, Kleingeräte wie Bänder, Kleingerichte, Stühle, Bälle, Atemübungen, Entspannungsübungen, mit allen Sinnen

Nebenbei: Kontakte knüpfen und Austausch, Lebensfreude und Selbstvertrauen, jede Menge Spaß
Ich freue mich auf Dich!

Kurs-Nr. 126H3295

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **09.07.2026** | Kurszeit: 15:15 - 16:15 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Mandy Walther | Kursentgelt: 80,- €



Indoor Cycling

- Ausdauer, Kondition und Fitness stärken & erhalten
- wattgesteuertes, individuelles Training für jedermann
- Training in Gruppen bis 15 Personen mit kraftvoller Musik
- Anleitung durch ausgebildeten Instruktor (lizenzierte ICG Trainer)

Kostenfreier Schnupperkurs nach Absprache möglich!

Gemeinschaft erleben... Gesundheit erhalten... Kraft fühlen...
Energie spüren... Grenzen entdecken... Freude empfinden...

100% Erzgebirgische Beinarbeit - Wir freuen uns auf Dich!!

Kurs-Nr. 126H3288

Kursort: **Olbernhau, Dörfelstraße 14, Laser-Tech, 2.OG**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **17.09.2026** | Kurszeit: 19:45 - 20:45 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Karina Besner-Drechsel | Kursentgelt: 80,- €



Jonglieren lernen leicht gemacht: Einsteiger-Workshop mit Michael Schönfelder

Haben Sie schon einmal davon geträumt, Jonglieren zu lernen, aber wussten nicht, wo Sie anfangen sollen? Unser Tagesworkshop „Jonglieren lernen“ richtet sich speziell an Anfänger, die die faszinierende Kunst der Jonglage entdecken möchten. Unter der fachkundigen Anleitung von Zirkustrainer Michael Schönfelder erlernen Sie die Grundlagen der 3-Ball-Jonglage.

Aber das ist noch nicht alles! Tauchen Sie ein in die Welt des Diabolos, des Poi-Schwingens und des Flowerstick-Spiels. Sie erhalten wertvolle methodische Hinweise und einen klaren Fahrplan für Ihren persönlichen Jonglierprozess. Der Workshop wird durch spannende Partner- und Gruppenübungen aufgelockert, die nicht nur Spaß machen, sondern auch Ihre kognitiven Fähigkeiten und Konzentration fördern. Sind Sie bereit, Ihre Jonglierfähigkeiten auf das nächste Level zu bringen?

Kursinhalte:

- Grundlagen der 3-Ball-Jonglage
- Einführung in das Diabolo: Antrieb und Korrektur
- Poi-Schwingen und Flowerstick-Spiele
- Methodische Hinweise und Jonglierfahrplan
- Partner- und Gruppenübungen zur Förderung der Konzentration

Kurs-Nr. 226H3206

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **14.11.2026** | Kurszeit: 10:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Michael Schönfelder | Kursentgelt: 42,- €





Jonglieren mit Bällen leicht gemacht: Einsteiger-Workshop mit Michael Schönfelder

Haben Sie schon einmal davon geträumt, Jonglieren zu lernen, aber wussten nicht, wo Sie anfangen sollen? Unser Abendworkshop „Jonglieren lernen“ richtet sich speziell an Anfänger, die die faszinierende Kunst der Jonglage entdecken möchten. Unter der fachkundigen Anleitung von Zirkustrainer Michael Schönfelder erlernen Sie die Grundlagen der 3-Ball-Jonglage.

Kurs-Nr. 226H3209

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 2**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **16.11.2026** | Kurszeit: 18:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Michael Schönfelder | Kursentgelt: 10,50 €

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 7x dienstags 13:30 - 14:30 Uhr in der Schwimmhalle-Olbernhau und 3x mittwochs 9:30 - 11:00 Uhr in der VHS-Olbernhau durchgeführt.)



Kurs-Nr. 126H3250

Kursort: **Pockau-Lengefeld, Sauna-Schwimmbad-Solarium, August-Bebel-Weg 3**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **15.07.2026** | Kurszeit: 13:30 - 14:45 Uhr

Kursdauer: 17 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kerstin Gogulski | Kursentgelt: 150,- €

Leichtigkeit im Sein - Energiefluss durch leichte Bewegung

Anmeldungen sind jederzeit möglich – Kurs startet bei ausreichender Teilnehmerzahl!

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. 126H3205

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **14.07.2026** | 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



Me-Time - einfach mal bewusst Zeit für DICH

Anmeldungen sind jederzeit möglich - Kurs startet bei ausreichender Teilnehmerzahl!

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. 126H3200

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **16.07.2026** | 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

Orientalische Gymnastik für Einsteiger

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. 226H3204

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **20.08.2026** | Kurszeit: 17:45 - 18:45 Uhr

Kursdauer: 15 Unterrichtseinheiten | 11 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Angela Schoppe | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Bitte bringen Sie Trainingskleidung, dicke Socken oder Gymnastikschuhe und ein Tuch oder einen Schal zur Betonung der Hüfte mit.

Kurs-Nr. 126H3231

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



Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **26.08.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr
 Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen
 Dozent: Frau Adriana Feltrin da Silva | Kursentgelt: 80,- €
 Bemerkung: Bequeme Sportkleidung, Socken/Tanzschuhe (optional).
 Ein leichter Schal oder ein Tuch zum Binden um die Hüfte.

Kurs-Nr. **526H3239**

Kursort: **Zschopau, Volkshochschule, Johannisstraße 58A, Zimmer 403**
 Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **03.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:00 Uhr
 Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen
 Dozent: Frau Yana Sidenko | Kursentgelt: 70,- €
 Bemerkung: Bequeme Sportkleidung, Socken/Tanzschuhe (optional).
 Ein leichter Schal oder ein Tuch zum Binden um die Hüfte.

Orientalische Gymnastik für Fortgeschrittene

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. **226H3205**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Sportraum 1**
 Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **20.08.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:00 Uhr
 Kursdauer: 15 Unterrichtseinheiten | 11 Lehrveranstaltungen
 Dozent: Frau Angela Schoppe | Kursentgelt: 60,- €
 Bemerkung: Bitte bringen Sie Trainingskleidung, dicke Socken oder Gymnastikturnschuhe und ein Tuch oder einen Schal zur Betonung der Hüfte mit.

Kurs-Nr. **126H3232**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1**
 Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **21.10.2026** | Kurszeit: 19:30 - 21:00 Uhr
 Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen
 Dozent: Frau Adriana Feltrin da Silva | Kursentgelt: 80,- €
 Bemerkung: Bequeme Sportkleidung, Socken/Tanzschuhe (optional). Ein leichter Schal oder ein Tuch zum Binden um die Hüfte und ein leichter Stoff in der Größe ca. 2,40 m x 1,30 m.

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. **126H3216**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 4**
 Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **16.07.2026** | Kurszeit: 17:15 - 18:15 Uhr
 Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen
 Dozent: Frau Stephanie Methusalem | Kursentgelt: 110,- €
 Bemerkung: leichte Sportbekleidung, Gymnastikschuhe oder dicke Socken



Werden Sie DOZENT!

Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!



Problemzone Spezial (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. 426H3231

Kursort: **Stollberg, Gymnasium, Parkstraße 8, Dreifeldhalle, Hallenschiff 2**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **noch nicht festgelegt**,

Anmeldungen sind möglich | Kurszeit: 19:00 - 20:00 Uhr

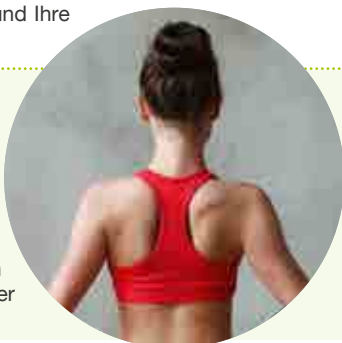
Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: wird noch bekannt gegeben | Kursentgelt: 60,- €

Bemerkung: Bitte Turnschuhe und bequeme Kleidung tragen und Ihre eigene Matte mitbringen.

Rücken-fit

Durch langes Sitzen, einseitige Belastungen oder falsche Haltung können Rückenschmerzen entstehen. Dieser Kurs soll dazu beitragen, dem entgegenzusteuern. 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. 326H3300

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **23.09.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Sandra Langer | Kursentgelt: 56,- €

Bemerkung: Bitte Turnschuhe, Trinkflasche, Handtuch und bequeme Kleidung mitbringen.

Kurs-Nr. 126H3210

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **21.07.2026** | Kurszeit: 19:30 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 11 Unterrichtseinheiten | 8 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Alexandra Kolberg | Kursentgelt: 66,- €

Bemerkung: Die Kursteilnehmer sollten sich eine Matte als Unterlage mitbringen.



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. 126H3220

Kursort: **Deutscheinsiedel, Turnhalle, Neuhausener Straße 17**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **10.08.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Physiotherapie Thierfelder Praxisteam | Kursentgelt: 130,- €

Sicherheit durch Stärke - Selbstverteidigung für Frauen - Schnupperkurs

In diesem Schnupperkurs bekommen Sie einen Überblick über den Inhalt des Selbstverteidigungskurses, der am 07.11.2026, 9:00 Uhr in der VHS am Standort in Annaberg-Buchholz beginnt. Nach der Schnupperversammlung können Sie besser einschätzen, ob Sie am Kurs teilnehmen möchten. Der Kurs ist für Teilnehmer ab 14 Jahren geeignet. Diese Veranstaltung ist kostenfrei, um Anmeldung wird gebeten.

Kurs-Nr. 326H3250

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.11.2026** | Kurszeit: 19:00 - 19:45 Uhr

Kursdauer: 1 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Daniel Schwarz

Bemerkung: Bitte Trainings Sachen mitbringen.

Sicherheit durch Stärke - Selbstverteidigung für Frauen

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie Sie sich in einer bedrohlichen Situation effektiv verteidigen können? In unserem Selbstverteidigungskurs für Frauen lernen Sie in zwei kompakten Veranstaltungen die wesentlichen Techniken kennen, um sich erfolgreich zu wehren. Von der Befreiung aus Hand- und Körperumklammerungen bis hin zum gezielten Einsatz von Schlägen und Tritten – dieser Kurs vermittelt Ihnen die notwendigen Fähigkeiten und stärkt Ihr Selbstbewusstsein. Mit bereitgestellter Schutzausrüstung üben Sie paarweise unter realitätsnahen Bedingungen.

Egal ob Sie 14 oder 70 Jahre alt sind, dieser Kurs ist für jede Frau geeignet, die ihre körperlichen Möglichkeiten kennenlernen und sich sicherer fühlen möchte. Melden Sie sich jetzt an und machen Sie den ersten Schritt zu mehr Sicherheit und Selbstvertrauen!

Inhalte:

- Erkennen und Nutzen der eigenen körperlichen Möglichkeiten
- Techniken zur Befreiung aus Hand- und Körperumklammerungen
- Gezielter Einsatz von Schlägen und Tritten
- Training unter realistischen Bedingungen mit Schutzausrüstung
- Paarweise Übungen für praxisnahe Erfahrungen



Kurs-Nr. 326H3251

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **07.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 12:30 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Daniel Schwarz | Kursentgelt: 20,- € | Bemerkung: Bitte Trainings Sachen mitbringen.



Kurs-Nr. **226H3280**

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **19.09.2026** | Kurszeit: 09:00 - 12:30 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Daniel Schwarz | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Bitte Trainingssachen mitbringen.

Kurs-Nr. **426H3252**

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **29.08.2026** | Kurszeit: 09:00 - 12:30 Uhr

Kursdauer: 9,5 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Daniel Schwarz | Kursentgelt: 20,- € | Bemerkung: Bitte Trainingssachen mitbringen.

Sport für Mäuse für Kinder von 3 - 5 Jahren

Lasst uns gemeinsam singen, tanzen, toben und entspannen. Ein Kurs mit allen Sinnen erleben. Abwechslungsreich ist unsere Stunde gestaltet, mit Bewegungsparcours, vielen Spielen, Gleichgewichts- und Entspannungstechniken und abgerundet mit toller Musik. Auch Mama oder Papa dürfen eine Stunde im Kurs einmal mit uns sporteln, was den Mäusen immer große Freude bereitet. Gestärkt werden Selbstwert und Selbstvertrauen, Koordination und Geschicklichkeit ebenso wie Gleichgewicht auf körperlicher und mentaler Ebene. Durch das unterschiedliche Alter der Kinder wird schnelles Lernen und ein soziales Miteinander gefördert. Unser Motto „ Einer für Alle und Alle für Einen. Ich bin gut so wie ich bin. „ Ich freue mich auf Euch!

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. **126H3280**

Kursort: **Olbernhau, Goethe-Turnhalle, Goethestraße 3, Bewegungsraum**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **21.07.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Mandy Walther | Kursentgelt: 80,- €





Stepp-Aerobic

Ein ideales Herz-Kreislauf-Training, welches auch die Fettverbrennung ankurbeln kann. Sie lernen in jeder Stunde eine neue Choreographie, welche Schritt für Schritt aufgebaut und für ca. 20 min durchgetanzt wird. Die richtige sportliche Ausarbeitung für jeden, der sich gern zu mitreißender Musik bewegt. Günstig sind Aerobic-Vorkenntnisse.

Kurs-Nr. 226H3202

Kursort: **Aue, Turnhalle „E.-Kästner-Schule“, R.-Luxemburg-Straße**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **03.09.2026** | Kurszeit: 18:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Cornelia Müller | Kursentgelt: 64,- €

Bemerkung: Bitte ein Steppbrett, Turnschuhe und bequeme Kleidung mitbringen.

Yogilates: Balance und Stärke für Körper und Geist

Ein Training, das sowohl den Körper kräftigt als auch entspannt? Unser Yogilates-Kurs bietet genau das! Die einzigartige Kombination aus Yoga und Pilates stärkt die Muskulatur, dehnt den Körper und fördert gleichzeitig die Entspannung. Der Kurs ist für jeden geeignet: vom Anfänger bis hin zum Erfahrenen.

Durch gezielte Übungen werden Flexibilität, Balance und Körperhaltung verbessert. Lassen Sie sich von der harmonischen Verbindung beider Disziplinen inspirieren und finden Sie Ihre innere Ruhe und Stärke.

Inhalte:

- Kräftigung der Muskulatur durch Pilates-Übungen
- Verbesserung der Flexibilität und Balance
- Entspannungstechniken aus dem Yoga
- Förderung einer gesunden Körperhaltung
- Atemübungen zur Unterstützung der inneren Ruhe



Kurs-Nr. 526H3214

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **31.08.2026** | Kurszeit: 17:30 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Doreen ZeiBig | Kursentgelt: 85,- €



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 einfache 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. 326H3260

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 635**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **01.09.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kornelia Walther | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: Bitte Turnschuhe, Trinkflasche, Handtuch und bequeme Kleidung mitbringen.

Kurs-Nr. 126H3265

Kursort: **Olbernhau, OT Dörnthal, Turnhalle der Grundschule, Schulstraße 4**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **14.07.2026** | Kurszeit: 18:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 14 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Corina Kluge | Kursentgelt: 75,- €

Kurs-Nr. 526H3236

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **18.08.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Ute Schindler-Große | Kursentgelt: 80,- €

Prävention | Krankheit | Gesundheit

Erschöpft und ausgebrannt? - Was Burnout bedeutet und wie man aus der Erschöpfungsfalle gelangt?

Krankheitstage, bedingt durch psychische Erkrankungen wie Burnout und Depressionen, nehmen seit einigen Jahren stetig zu. Die Belastung scheint dabei in sozialen und pädagogischen Berufen besonders hoch zu sein (Depressionsatlas der TKK, 2015). In der heutigen modernen Gesellschaft, in der das Arbeitsleben von Dynamik und Komplexität geprägt ist, stellt die Erhaltung der eigenen psychischen Gesundheit ein immer größeres Gut dar. Ein psychisch gesunder Mensch kann seine eigenen Fähigkeiten ausschöpfen, Alltags- und Lebensbelastungen bewältigen, produktiv arbeiten und ist im Stande, für die Gemeinschaft einen Beitrag zu leisten (WHO, 2004). Der Vortrag führt in das Konzept „Burnout“ ein und vermittelt praxis- und arbeitsrelevante Tipps zur Erhaltung der eigenen psychischen Gesundheit. Im Speziellen sollen Strategien in den Bereichen der Selbstfürsorge und Achtsamkeit vorgestellt werden.

Kurs-Nr. 326H3301

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Berufliches Schulzentrum, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 202**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **24.11.2026** | Kurszeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Dr. Frederik Haarg



Erste Hilfe - Fortbildung / betriebliche Erste-Hilfe-Fortbildung

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-Fortbildung / betriebliche Erste-Hilfe-Fortbildung erfüllt die Voraussetzung für: Ersthelfer in Betrieben und Verwaltungen (Diese Ausbildung ist als „Betriebshelferausbildung“ bei den Berufsgenossenschaften anerkannt)

Beachten Sie bitte, dass diese Weiterbildung in Kooperation mit der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. durchgeführt wird.

Kurs-Nr. 326H3306

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **04.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 17:00 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | Dozent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. | Kursentgelt: 50,- €

Bemerkung: für Führerschein, zur Auffrischung, für Betriebe und Einrichtungen, für Interessenten

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 der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. durchgeführt wird.

Kurs-Nr. 326H3302

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 302**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **22.07.2026**

Kurszeit: 08:00 - 16:00 Uhr | Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten

Dozent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. | Kursentgelt: 50,- €

Bemerkung: für Führerschein, zur Auffrischung, für Betriebe und Einrichtungen, für Interessenten



Kurs-Nr. 326H3304

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 302**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **20.10.2026** | Kurszeit: 08:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | Dozent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. | Kursentgelt: 50,- €

Bemerkung: für Führerschein, zur Auffrischung, für Betriebe und Einrichtungen, für Interessenten

Kurs-Nr. 226H3303

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **19.09.2026** | Kurszeit: 08:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | Dozent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. | Kursentgelt: 50,- €

Bemerkung: für Führerschein, zur Auffrischung, für Betriebe und Einrichtungen, für Interessenten

Kurs-Nr. 426H3301

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **13.07.2026** | Kurszeit: 08:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | Dozent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. | Kursentgelt: 50,- €

Bemerkung: für Führerschein, zur Auffrischung, für Betriebe und Einrichtungen, für Interessenten

Erste Hilfe am Kind - FreshUp

Kinder sind keine kleinen Erwachsenen. Das gilt auch für die Erste Hilfe.

Unser spezielles Kursangebot „Erste Hilfe am Kind“ richtet sich nicht nur an „frischgebackene“ Eltern, Großeltern oder Familien, sondern an alle, die regelmäßig Kontakt mit Kindern haben (etwa beim Babysitten oder in der Jugendgruppe). Wir zeigen Ihnen was Sie bei der Erstversorgung von Kindern etwa bei Fremdkörpern in den Atemwegen, Asthma, Pseudokrupp, Verletzungen, Fieberkrampf, Hitze- und Kälteschäden oder Vergiftungen beachten müssen. Darüber hinaus lernen Sie, wie Sie Unfällen von Kindern vorbeugen.



Beachten Sie bitte, dass diese Weiterbildung in Kooperation mit der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. durchgeführt wird.

Kurs-Nr. 426H3305

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogik. Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **25.11.2026** | Kurszeit: 15:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten

Dozent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. | Kursentgelt: 30,- € | Bemerkung: für Eltern und Großeltern



Werden Sie DOZENT!

Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!

Gesundheitspflege

Grüne Hausapotheke: Heilkräfte der Natur entdecken

Möchten Sie erfahren, wie Sie Ihre eigene „Grüne Hausapotheke“ mit essbaren Wildpflanzen gestalten können? In unserem Kurs lernen Sie, wie gängige Wildpflanzen mit ihren immunstärkenden und keimhemmenden Eigenschaften präventive und heilende Wirkungen entfalten. Sie entdecken, wie Sie Ihre Selbstheilungskräfte aktivieren und sowohl körperliche als auch psychische Beschwerden auf natürliche Weise behandeln können.

Dieser Kurs bietet Ihnen einen tiefen Einblick in die faszinierende Welt der pflanzlichen Heilkräfte, die Genuss, Schönheit und Naturnähe miteinander verbindet. Informative Hinweise zu schul- und alternativmedizinischen Ansätzen, ansprechende Bilder, köstliche Heil- und Küchenrezepte sowie unterhaltsame Geschichten sorgen für eine angenehme Lernatmosphäre. Ein kleiner Kräuterspaziergang in der Umgebung (abhängig von Jahreszeit und Wetter) rundet das Programm ab.

Inhalte des Kurses:

- Bildliche Wanderung zu Standorten, Aussehen, Erkennung, Vorkommen und Besonderheiten von Wildpflanzen
- Heilpflanzenkunde: Geschichte, Varianten, Ernte, Lagerung und verschiedene Anwendungen (z. B. Tee, Tinkturen, Öle)
- Heilpflanzenprofile: Praktische Tipps, Wirkungsweisen, Ernteteile und -zeiten, Heilsignaturen, Hauptanwendungsgebiete und -erkrankungen, sowie Heil- und Küchenanwendungen und homöopathische Arzneimittelbilder
- Förderung der Selbstheilungskräfte
- Genuss, Schönheit und Naturnähe zur Gesundheit

Kurs-Nr. **326H3400**

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **01.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hendrik Heidler | Kursentgelt: 48,- €

Kurs-Nr. **227F3400**

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.6**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **20.01.2027** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hendrik Heidler | Kursentgelt: 48,- €



Krankheitssymptome erkennen und handeln

Über Tausende von Jahren haben Menschen physische und psychische Blockaden, Ängste sowie akute Lebensthemen sicher und frühzeitig erkennen können. Das uralte Wissen über die Sprache des Körpers taucht in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) oder der Ayurvedischen Medizin genau so auf wie im Medizinwesen vieler Naturvölker. Auch wenn der Körper ununterbrochen alles mitteilt, was in ihm passiert, haben wir in der modernen Zivilisation leider immer mehr verlernt, diese Sprache zu hören.

Im Kurs wird aus ayurvedischer Sicht auf die körperliche Kommunikation aufmerksam gemacht und Schritt für Schritt die Entstehung von Krankheiten aufgezeigt.

Im Praxisteil dürfen sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in ihrer Anamnese wiedererkennen und erhalten Tipps für Gesundheit und Lebensgestaltung.

Kurs-Nr. 326H3402

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **07.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Christin Meyer | Kursentgelt: 24,- €



Kräuterwanderung im Erzgebirge

Ein Aufenthalt in der Natur kann weit mehr bieten als nur Spaziergänge. Die malerische erzgebirgische Landschaft rund um den Pöhlberg hält nicht nur beeindruckende Ausblicke bereit, sondern auch eine einzigartige Pflanzenwelt, die heilende Kräfte in sich trägt. Besonders faszinierend ist der Duft der Süßholzwurzel, der den Wanderer zur richtigen Zeit verzaubern kann. Auf unserem Rundgang erleben wir abwechslungsreiche Landschaften: von sonnigen, steppenartigen Flächen bis hin zu schattigen, feucht-kühlen Felsen, die von einer ganz eigenen Flora bewachsen sind. Während dieser Kräuterwanderung entdecken wir eine Vielzahl heimischer Heil- und Küchenkräuter in ihrem natürlichen Lebensraum. Dabei gibt es auch die Möglichkeit, hier und da ein Kräutlein zu probieren und mehr über die Ernte, Aufbewahrung und Anwendung dieser Pflanzen zu erfahren. Ergänzt wird die Wanderung mit amüsanten Geschichten und Wissenswertem aus der Kulturgeschichte – sowie praktischen Tipps zur Anwendung in der Schul- und Alternativmedizin. Treffpunkt ist der große Parkplatz unter den Butterfässern.

Kurs-Nr. 326H3401

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Pöhlberggrundgang**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 16:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Hendrik Heidler | Kursentgelt: 12,- €

Bemerkung: wird ein Anwendungsfläschchen inkl. Auszugsflüssigkeit gewünscht: á 5,- € in bar zu entrichten.

Wer mag, kann einen Fotoapparat mitbringen. Festes Schuhwerk und wettergerechte Kleidung werden empfohlen.





Pilzgeheimnisse entdecken: ein Naturkurs für Wissbegierige

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Pilze und erweitern Sie Ihr Wissen über diese geheimnisvollen Waldorganismen! Unser Naturkurs richtet sich an Naturfreunde, Pilzkenner und alle Interessierten, die mehr über Pilze erfahren möchten. In insgesamt vier Veranstaltungen lernen Sie, wie Sie Pilze sicher erkennen und auf achtsame Weise sammeln. Haben Sie sich jemals gefragt, wie Sie Pilze richtig aufbewahren und zubereiten? Unsere erfahrene Kursleiterin, eine zertifizierte Pilzsachverständige der Deutschen Gesellschaft für Mykologie (DGfM), wird Ihnen zeigen, wie es geht! Zudem erhalten Sie wertvolle Informationen zur Ersten Hilfe bei Pilzvergiftungen.

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf beim Färben, Schreiben und Basteln mit Pilzen. Ein Highlight des Kurses ist die gemeinsame Pilzwanderung, bei der Sie Ihr neu erworbenes Wissen direkt in der Natur anwenden können. Begleiten Sie uns auf dieser spannenden Entdeckungsreise und lassen Sie sich von der Vielfalt der Pilze begeistern!

Inhalte:

- Pilze erkennen und sicher sammeln
- Aufbewahrung und Zubereitung von Pilzen
- Erste Hilfe bei Pilzvergiftungen
- Kreatives Färben, Schreiben und Basteln mit Pilzen
- Geführte Pilzwanderung



Kurs-Nr. 326H3403

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **03.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Angela Burkhardt | Kursentgelt: 48,- €

Vollwertkost und die Heilkraft von Obst und Gemüse

Entdecken Sie die Vorteile der Vollwertkost als gesunde Alternative zu industriell verarbeiteten Lebensmitteln, die oft für viele Zivilisationskrankheiten verantwortlich sind.

In diesem Kurs erfahren Sie, welche drei großen Ernährungssünden in der modernen Kost häufig vorkommen und welche Unterschiede es zu naturnahen Lebensmitteln gibt. Sie erfahren Grundsätzliches darüber, wie wohlschmeckende Gerichte zubereitet werden können, die alle notwendigen Vitalstoffe enthalten. Besonders im Fokus stehen heilkräftige Obst- und Gemüsesorten (natürlich ergänzt durch würzende Heilkräuter), die sich leicht in Ihren Alltag integrieren lassen. Diese natürlichen Lebensmittel bieten nicht nur Genuss, sondern auch gesundheitliche Vorteile, ohne dass zusätzlicher Aufwand erforderlich ist.





Obwohl das Sammeln und Verwenden wilder Heil- und Küchenkräuter eine bereichernde Erfahrung sein kann, ist der zeitliche Aufwand dafür im stressigen Alltag oftmals hinderlich. Obst und Gemüse, die in den meisten Haushalten ohnehin konsumiert werden, sind eine praktische und effektive Möglichkeit, die heilenden Kräfte der Natur trotzdem zu nutzen.

Der Kurs beinhaltet auch Informationen zu schul- und alternativmedizinischen Behandlungen, ansprechende Bilder, köstliche Rezepte sowie unterhaltsame Geschichten, die den Unterricht auflockern. Ihre Fragen sind jederzeit willkommen!

Kursaufbau:

- 4 UE: Einführung in die Vollwertkost und deren Unterschiede zur Industriekost
- 4 UE: Vorstellung heilkräftiger Obst- und Gemüsearten sowie deren Wirkungen, auch anhand der Signaturenlehre

Kurs-Nr. 327F3402

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **12.01.2027** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hendrik Heidler | Kursentgelt: 32,- €

Kurs-Nr. 226H3401

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.6**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **04.11.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hendrik Heidler | Kursentgelt: 32,- €

Essen und Trinken | Ernährung

Entdecke die Geheimnisse der chinesischen Küche mit Frau Jiang

Tauche ein in die Kunst der Zubereitung, die du schon einmal daran gedacht, deine Kochkünste auf ein neues Level zu heben und die Geheimnisse der chinesischen Küche zu entdecken? Lerne von einer echten Meisterin und beeindrucke deine Freunde und Familie mit authentischen Geschmackserlebnissen. Melde dich jetzt an und erlebe ein kulinarisches Abenteuer, das deine Sinne verzaubern wird!

Bitte beachte, dass die Kosten für Lebensmittel (ca. 10 bis 15,- €) direkt an die Dozentin gezahlt werden. Vergiss nicht, eine Schürze und kleine Speiserestebehälter mitzubringen.

Kurs-Nr. 326H3500 - köstliches Sushi

Kursort: **Annaberg-Buchholz, BSZ f. Wirtschaft, Bärensteiner Straße 2, Zimmer 1-106**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **03.07.2026** | Kurszeit: 16:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

Mitzubringen: Schürze und kleine Restebehälter

Kurs-Nr. 326H3501 - Baozi mit Salat

Kursort: **Annaberg-Buchholz, BSZ f. Wirtschaft, Bärensteiner Straße 2, Zimmer 1-106**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **07.08.2026** | Kurszeit: 16:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

Mitzubringen: Schürze und kleine Restebehälter





Kurs-Nr. 326H3502 - Cola-Hähnchen mit Gemüse

Kursort: **Annaberg-Buchholz, BSZ f. Wirtschaft, Bärensteiner Straße 2, Zimmer 1-106**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **28.08.2026** | Kurszeit: 16:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

Mitzubringen: Schürze und kleine Restebehälter

Kurs-Nr. 326H3503 - köstliches Sushi

Kursort: **Annaberg-Buchholz, BSZ f. Wirtschaft, Bärensteiner Straße 2, Zimmer 1-106**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **16.10.2026** | Kurszeit: 16:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

Mitzubringen: Schürze und kleine Restebehälter

Kurs-Nr. 326H3504 - Baozi mit Salat

Kursort: **Annaberg-Buchholz, BSZ f. Wirtschaft, Bärensteiner Straße 2, Zimmer 1-106**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **30.10.2026** | Kurszeit: 16:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

Mitzubringen: Schürze und kleine Restebehälter

Kurs-Nr. 326H3505 - Cola-Hähnchen mit Gemüse

Kursort: **Annaberg-Buchholz, BSZ f. Wirtschaft, Bärensteiner Straße 2, Zimmer 1-106**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **18.12.2026** | Kurszeit: 16:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

Mitzubringen: Schürze und kleine Restebehälter

Kurs-Nr. 226H3501 - zartes Hühnerfleisch mit Zitronengeschmack

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **11.09.2026** | Kurszeit: 16:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

Mitzubringen: Schürze und kleine Restebehälter

Kurs-Nr. 226H3502 - Rindfleisch-Nudelsuppe

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **25.09.2026** | Kurszeit: 16:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

Mitzubringen: Schürze und kleine Restebehälter

Kurs-Nr. 226H3503 - köstliches Sushi

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **23.10.2026** | Kurszeit: 16:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

Mitzubringen: Schürze und kleine Restebehälter

Kurs-Nr. 226H3504 - authentische Mochi

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **13.11.2026** | Kurszeit: 16:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

Mitzubringen: Schürze und kleine Restebehälter



Kurs-Nr. **226H3505 - Bratnudeln**

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **27.11.2026** | Kurszeit: 16:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

Mitzubringen: Schürze und kleine Restebehälter

Kurs-Nr. **226H3506 köstliches Sushi**

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

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **11.12.2026** | Kurszeit: 16:30 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Lianhuan Jiang | Kursentgelt: 20,- €

Bemerkung: Kursentgelt zzgl. Kosten für Lebensmittel

Mitzubringen: Schürze und kleine Restebehälter

Gesundheit und Psyche

Frauengesundheit und Energie

Fühlen Sie sich oft erschöpft und fragen sich, warum Ihre Energie ständig auf der Strecke bleibt? In zwei Veranstaltungen erfahren Sie, warum viele Frauen unter dauerhafter Erschöpfung leiden und wie Sie dem entgegenwirken können. Entdecken Sie die häufigsten Ursachen für Energiemangel und lernen Sie, wie Stress, Schlaf, Hormone und Vitalstoffe zusammenwirken.

Mit einfachen Veränderungen können Sie große Wirkungen erzielen und Ihren Körper besser verstehen. Lassen Sie sich inspirieren, die ersten Schritte aus der Erschöpfung zu gehen und erfahren Sie, wie Sie Ihr Nervensystem unterstützen können, ohne sich selbst zu verurteilen.

Kurs-Nr. **226H3602**

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

Kurstag: Dienstag **22.09.2026**, Dienstag **06.10.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Franziska Görner | Kursentgelt: 25,- €

Kurs-Nr. **426H3601**

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

Kurstag: Mittwoch **23.09.2026**, Mittwoch **07.10.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Franziska Görner | Kursentgelt: 25,- €





Letzte Hilfe: Das kleine 1 x 1 der Sterbebegleitung

Das Umsorgen von schwerkranken und sterbenden Menschen am Lebensende

Haben Sie einen schwerkranken Angehörigen, Freund, Nachbarn oder zu Betreuenden und fragen sich, wie Sie ihm in den letzten Lebensphasen beistehen können?

Unser Letzte-Hilfe-Kurs richtet sich speziell an Pflegende aus dem nahen Umfeld von Schwerkranken und bietet Ihnen die Möglichkeit, sich auf diese herausfordernde Zeit vorzubereiten. In dieser Veranstaltung vermitteln wir Ihnen das wesentliche Grundlagenwissen, um Schwerkranken bis zu ihrem Tod zu begleiten. Der Kurs bietet praktische Hilfestellungen zur Linderung von Beschwerden, die am Lebensende auftreten können. Treten Sie dieser wichtigen Aufgabe mit mehr Selbstvertrauen und Wissen entgegen und erfahren Sie, wie Sie in dieser herausfordernden Zeit eine wertvolle Unterstützung sein können.

Inhalte:

1. Sterben als Teil des Lebens begreifen
2. Vorsorgen und entscheiden: Vorsorge und Patientenwille
3. Leiden lindern: Möglichkeiten zur Beschwerdelinderung am Lebensende
4. Abschied nehmen: Rituale und Trauer

Die Kosten für das Begleitheft (ca. 5,- €) werden am Kurstag direkt an die Kursleiterin entrichtet.

Kurs-Nr. 226H3601

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 5 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Angela Breitfeld | Kursentgelt: 10,- €

Warum Mütter ständig erschöpft sind und der Kopf niemals Pause macht

Fühlen Sie sich als Mutter oft erschöpft und haben das Gefühl, dass Ihr Kopf niemals zur Ruhe kommt? In diesem Vortrag mit Erfahrungsaustausch erfahren Sie, warum Mütter selten wirklich Pause haben und wie die unsichtbare Last des Alltags, der sogenannte Mental Load, Ihren Körper beeinflusst. Lernen Sie, wie Daueranspannung im Alltag wirkt und warum mehr Disziplin nicht die Lösung ist. Entdecken Sie, wie Sie kleine Inseln der Regulation in Ihren Familienalltag integrieren können und warum viele Frauen Schwierigkeiten haben, abzuschalten. Verstehen Sie die Sprache Ihres Nervensystems und lernen Sie, Stressreaktionen zu erkennen und zu begleiten. Dieser Vortrag bietet Ihnen wertvolle Einblicke in die Regulation des Nervensystems, um Erschöpfung zu verstehen und zu bewältigen, ohne sich selbst zu überfordern.

Inhalte:

- Warum Mütter selten wirklich Pause haben
- Daueranspannung im Alltag – was das mit dem Körpermacht
- Mental Load verstehen und benennen
- Nervensystem & Erschöpfung als System
- Kleine Inseln der Regulation im Familienalltag

Kurs-Nr. 226H3603

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **10.11.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Franziska Görner | Kursentgelt: 15,- €

Kurs-Nr. 426H3602

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **11.11.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Franziska Görner | Kursentgelt: 15,- €



SCHNELL UND KOMFORTABEL ANMELDEN:

www.vhs-erzgebirgskreis.de

Wie Frauen im Alltag besser für sich sorgen - ohne Perfektionismus

Haben Sie das Gefühl, dass Selbstfürsorge in Ihrem Alltag oft zu kurz kommt? In diesem Vortrag mit Erfahrungsaustausch erfahren Sie, warum Selbstfürsorge so oft scheitert und wie Sie im Alltag besser für sich sorgen können, ohne dem Druck des Perfektionismus zu erliegen. Entdecken Sie den Zusammenhang zwischen Stress und körperlichen Symptomen und erfahren Sie, wie wichtig Schlaf, Ernährung und echte Pausen für Ihr Wohlbefinden sind. Lernen Sie, wie kleine Veränderungen eine große Wirkung haben können und wie Sie Gesundheit ohne Perfektionismus leben können. Dieser Vortrag bietet Ihnen praktische Ansätze, um Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden nachhaltig zu verbessern.

Inhalte:

- Warum Selbstfürsorge so oft scheitert
- Stress & körperliche Symptome im Zusammenhang
- Die Bedeutung von Schlaf, Ernährung & echten Pausen
- Kleine Veränderungen mit großer Wirkung
- Gesundheit ohne Perfektionismus leben

Kurs-Nr. **226H3604**

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **24.11.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Franziska Görner | Kursentgelt: 15,- €

Kurs-Nr. **426H3603**

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **25.11.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Franziska Görner | Kursentgelt: 15,- €





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 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	C 2 Cambridge Certificate of Proficiency in English Kleines Deutsches Sprachdiplom
	C 1 telc* Deutsch C 1 Englisch C 1 Goethe Zertifikat C1 Cambridge Certificate in Advanced English
Selbstständige Sprachverwendung	B 2 telc* Certificate in English – adVantage for Business Purposes – ad Vantage telc English for Technical Purposes, Cambridge First Certificate in English telc Deutsch für den Beruf Deutsch Plus Russisch Plus
	B 1 telc Prüfungen B 1 in zahlreichen Sprachen telc Certificate in English for Business Purposes – Intermediate telc School telc Deutsch Test Zuwanderer (DTZ) B1 Deutsch B 1 + Beruf
Elementare Sprachverwendung	A 2 telc Prüfungen auf dem Elementary Level in zahlreichen Sprachen telc Deutsch Test Zuwanderer (DTZ) A 2 Deutsch A 2 + Beruf telc A 2 für Schüler in Englisch, Französisch, Spanisch
	A 1 telc 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 126).

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.

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

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,- € mitbringen) oder senden Sie den Meldebogen ausgefüllt und unterschrieben per Mail im PDF-Format (nicht als Foto) an goebel@vhs-erz.de (Standort Aue-Bad Schlema) oder an peter@vhs-erz.de (Standort Annaberg-Buchholz) zurück. Fügen Sie eine Kopie/ein Foto Ihres Passes oder Aufenthaltstitels zur Sicherstellung Ihrer Identität bei.



Prüfungsort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5**
 Prüfungstage: **25.09.2026 / 30.10.2026 / 11.12.2026**
 Prüfungszeit: 10:00 - 11:00 Uhr
 Prüfungsentgelt: 25,- €

Prüfungsort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28**
 Prüfungstage: **04.09.2026 / 09.10.2026 / 27.11.2026 / 05.02.2026**
 Prüfungszeit: 10:00 - 11:00 Uhr
 Prüfungsentgelt: 25,- €

Prüfung telc Deutsch Stufe B1

Die Modelltests zu allen Prüfungsformaten finden Sie unter 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**
 Prüfungstag: 06.11.2026
 Prüfungsentgelt: 170,- €

Prüfung telc Deutsch Stufe B2

Die Modelltests zu allen Prüfungsformaten finden Sie unter 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**
 Prüfungstag: 06.11.2026
 Prüfungsentgelt: 170,- €

Prüfungstraining Deutsch B1- Online

Sie möchten das Zertifikat telc Deutsch B1 erfolgreich bestehen und Ihre Sprachkenntnisse gezielt verbessern?

In diesem praxisorientierten Kurs bereiten wir Sie Schritt für Schritt auf alle Teile der Prüfung (Lesen, Hören, Schreiben, Sprechen) vor. Sie lernen die Prüfungsformate und -abläufe kennen, trainieren mit authentischen Aufgaben und erhalten wertvolle Tipps und Strategien. Die Prüfung kann im Anschluss an den Kurs an der Volkshochschule in Aue abgelegt werden. Dieser Kurs wird online über vhs.cloud, die Lernplattform des Deutschen Volkshochschulverbandes, durchgeführt. Nach der Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn den Zugangscode und weitere Informationen.

Technische Voraussetzungen: Computer oder Laptop mit Internetzugang, Kamera, Mikrofon (Als Browser werden Chrome oder Firefox empfohlen.)

Sprachliche Voraussetzungen: Sie verfügen schon über Kenntnisse auf Stufe B1.

Kurs-Nr. 226H4430

Kursort: **online**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **08.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 21 Unterrichtseinheiten | 7 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Silke Graf | Kursentgelt: 84,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch



Prüfungstraining Deutsch B2 - Online

Sie möchten das Zertifikat telc Deutsch B2 erfolgreich bestehen und Ihre Sprachkenntnisse gezielt verbessern?

In diesem praxisorientierten Kurs bereiten wir Sie Schritt für Schritt auf alle Teile der Prüfung (Lesen, Hören, Schreiben, Sprechen) vor. Sie lernen die Prüfungsformate und -abläufe kennen, trainieren mit authentischen Aufgaben und erhalten wertvolle Tipps und Strategien. Die Prüfung kann im Anschluss an den Kurs an der Volkshochschule in Aue abgelegt werden. Dieser Kurs wird online über vhs.cloud, die Lernplattform des Deutschen Volkshochschulverbandes, durchgeführt. Nach der Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn den Zugangscode und weitere Informationen.



Technische Voraussetzungen: Computer oder Laptop mit Internetzugang, Kamera, Mikrofon (Als Browser werden Chrome oder Firefox empfohlen.)

Sprachliche Voraussetzungen: Sie verfügen schon über Kenntnisse auf Stufe B2.

Kurs-Nr. 226H4431

Kursort: **online**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **10.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 21 Unterrichtseinheiten | 7 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Silke Graf

Kursentgelt: 84,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Prüfungstraining DTZ - Wiederholung

Der Kurs dient der Prüfungsvorbereitung für die Wiederholung des Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ), der im Anschluss an den Kurs abgelegt werden kann. Sie trainieren Ihre Fertigkeiten in den Prüfungsteilen Hör- und Leseverstehen, im Schreiben und Sprechen. Sprachliche Voraussetzungen: Sie haben bereits an einem Integrationskurs teilgenommen und den Abschlusstest (DTZ) mit A2 abgeschlossen.

Kurs-Nr. 226H4432

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 21 Unterrichtseinheiten | 7 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Sabine Klinge

Kursentgelt: 84,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch und Prüfungsgebühr (140,- €)

Werden Sie DOZENT!

Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!





Sie können leider nicht am gebuchten Kurs teilnehmen? Dann müssen Sie eine schriftliche Kündigung an die VHS schicken.

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 4,58 €/UE. Bei Förderung durch das BAMF beträgt der Eigenanteil 2,29 €/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.

Kursorte: Annaberg-Buchholz, Hans-Witten-Straße 5
Aue, R.-Breitscheid-Straße 28

Kursbeginn: Bitte erfragen Sie den Kursbeginn in Ihrer Volkshochschule.

Kursdauer: 700 Unterrichtseinheiten (7 Module) | Kursentgelt: 458,- €/Modul, zzgl. Lehrbuch

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 4,58 €/UE. Bei Förderung durch das BAMF beträgt der Eigenanteil 2,29 €/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.

Kursorte: Aue, R.-Breitscheid-Straße 28

Kursbeginn: Bitte erfragen Sie den Kursbeginn in Ihrer Volkshochschule.

Kursdauer: 1000 Unterrichtseinheiten (10 Module) | Kursentgelt: 458,- €/Modul, zzgl. Lehrbuch



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. 326H4600

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **09.09.2026** | Kurszeit: 17:45 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Jack Lujan Bevacqua | Kursentgelt: 80,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Kurs-Nr. 226H4601

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.3**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **16.09.2026** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 28 Unterrichtseinheiten | 14 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Neef | Kursentgelt: 112,- €

Kurs-Nr. 126H4601

Kursort: **Marienberg, Förderschule, Turnvater-Jahn Weg 6, 202**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **02.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: wird noch bekanntgegeben | Kursentgelt: 105,- €

Kurs-Nr. 126H4600

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **03.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: wird noch bekanntgegeben | Kursentgelt: 105,- €

Kurs-Nr. 226H4602

Kursort: **Schöneheide, Oberschule, Hauptstraße 70**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 14:30 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Juliane Meischner | Kursentgelt: 80,- €



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. 226H4610

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **16.09.2026** | Kurszeit: 14:00 - 15:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Karin Boy-Sander | Kursentgelt: 96,- €

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. 226H4611

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.3**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **02.09.2026** | Kurszeit: 17:45 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 32 Unterrichtseinheiten | 16 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Neef | Kursentgelt: 128,- €

Englisch - 5. 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. 326H4611

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **09.09.2026** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Jack Lujan Bevacqua | Kursentgelt: 80,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Englisch - 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. 326H4612

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **03.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Matthias Enderlein | Kursentgelt: 96,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Englisch - 8. 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. 226H4614

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **20.08.2026** | Kurszeit: 15:15 - 16:45 Uhr

Kursdauer: 38 Unterrichtseinheiten | 19 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christel Eberlein | Kursentgelt: 152,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch



Englisch - 13. 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. 226H4617

Kursort: **Online**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **20.08.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 28 Unterrichtseinheiten | 14 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Gisela Grundmann | Kursentgelt: 112,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Englisch - 15. Semester (Niveau A2)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit grundlegenden Vorkenntnissen, die bereits einfache Strukturen der Sprache beherrschen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

Kurs-Nr. 426H4605

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **17.08.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Karin Uhle | Kursentgelt: 120,- € | Bemerkung: Lehrbuch Network Now A 2.2

Englisch - 16. 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. 226H4618

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.2**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **19.08.2026** | Kurszeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursdauer: 36 Unterrichtseinheiten | 18 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Hannelore Hennig | Kursentgelt: 144,- €



Englisch - 17. 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. 226H4619

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **17.08.2026** | Kurszeit: 15:00 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 36 Unterrichtseinheiten | 18 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christel Eberlein | Kursentgelt: 144,- €

Englisch - 18. 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. 226H4620

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **20.08.2026** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 38 Unterrichtseinheiten | 19 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Christel Eberlein | Kursentgelt: 152,- €

Englisch - 19. 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. 226H4621

Kursort: **Online**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **25.08.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 34 Unterrichtseinheiten | 17 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Gisela Grundmann | Kursentgelt: 136,- €



Englisch - Auffrischkurs (Niveau A2)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

Kurs-Nr. 226H4629

Kursort: **Schöneheide, Oberschule, Hauptstraße 70**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Juliane Meischner | Kursentgelt: 80,- €



Englisch - Auffrischkurs (Niveau A2/B1)

Wiederholen-Aktivieren-Kommunizieren

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

Kurs-Nr. 226H4622

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.3**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **31.08.2026** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 34 Unterrichtseinheiten | 17 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Neef | Kursentgelt: 136,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

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. 226H4623

Kursort: **Online**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **19.08.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 32 Unterrichtseinheiten | 16 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Gisela Grundmann | Kursentgelt: 128,- €

Englisch - Auffrischkurs für Senioren (Niveau A1/A2)

Fragen Sie sich auch, wo Ihr einst gelerntes Englisch geblieben ist?

Dieser Kurs vermittelt Grundkenntnisse der englischen Sprache und ist besonders für ältere Teilnehmer geeignet, die vor längerer Zeit Englisch gelernt haben und einen sanften Einstieg wünschen.

Es sind geringe Vorkenntnisse erforderlich.

Kurs-Nr. 326H4615

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **16.09.2026** | Kurszeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Petra Pollok | Kursentgelt: 80,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Kurs-Nr. 226H4624

Kursort: **Schwarzenberg, Schloss, Obere Schlosstraße 36**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **08.09.2026** | Kurszeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Ines Göbel | Kursentgelt: 96,- €



Englisch - Auffrischkurs für Senioren (Niveau A2)

Dieser Kurs ist für Teilnehmer mit sehr guten Vorkenntnissen geeignet.

Kurs-Nr. 226H4625

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.3**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **03.09.2026** | Kurszeit: 15:30 - 17:00 Uhr

Kursdauer: 34 Unterrichtseinheiten | 17 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Neef | Kursentgelt: 136,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

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. 326H4614

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 201**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **08.09.2026** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Jack Lujan Bevacqua | Kursentgelt: 80,- €

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. 226H4627

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **02.09.2026** | Kurszeit: 17:45 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Madlin Peter | Kursentgelt: 80,- €

**Werden Sie
DOZENT!**

**Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!**





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. 526H4615

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **28.09.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Heike Schramm | Kursentgelt: 105,- €

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 viel über Bräuche und Traditionen in Ihrem Reiseland erfahren. Ihr Lehrbuch ist auch nach dem Kurs ein praktischer Reisebegleiter!

Dieser Kurs ist für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse geeignet.

Kurs-Nr. 526H4616

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **09.09.2026** | Kurszeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Heike Schramm | Kursentgelt: 80,- €

Englisch für die Reise - 5. Semester (Niveau A1)

Beschreibung siehe Englisch für die Reise (Niveau A1)

Kurs-Nr. 226H4613

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **26.08.2026** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 22 Unterrichtseinheiten | 11 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Lisa Knitt | Kursentgelt: 88,- €





Englisch für die Reise für Fortgeschrittene (Niveau A2)

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! Vorkenntnisse auf Niveau A1 sind erforderlich.

Kurs-Nr. 226H4615

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.3**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **01.09.2026** | Kurszeit: 17:45 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 18 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Neef | Kursentgelt: 120,- €

Englisch für Wiedereinsteiger - 5. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit wenig oder mit lange zurückliegenden Kenntnissen der englischen Sprache.

Kurs-Nr. 426H4606

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **17.08.2026** | Kurszeit: 09:30 - 11:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Karin Uhle | Kursentgelt: 120,- € | Bemerkung: Lehrbuch Easy English 1.2

Kurs-Nr. 426H4607

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **17.08.2026** | Kurszeit: 15:15 - 16:45 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Karin Uhle | Kursentgelt: 120,- € | Bemerkung: Lehrbuch Easy English 1.2

Englisch für Wiedereinsteiger (Niveau A2)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit länger zurückliegenden Kenntnissen.

Kurs-Nr. 226H4612

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.3**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **01.09.2026** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 34 Unterrichtseinheiten | 17 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Neef | Kursentgelt: 136,- €



English upgrade (Niveau A2) (Johanngeorgenstadt)

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 Wiedersteiger! Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

Kurs-Nr. 226H4628

Kursort: **Johanngeorgenstadt, Grundschule, Schulstraße 15**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **02.09.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Peggy Meysel | Kursentgelt: 80,- €

Let's speak English and have fun

Dieser Kurs wendet sich an Interessentinnen und Interessenten, die ihre fortgeschrittenen Englischkenntnisse festigen und vervollständigen wollen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

Kurs-Nr. 426H4631

Kursort: **Neukirchen, Mittelschule, Hauptstraße 56, Zimmer 17**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **25.08.2026** | Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Renate Schneider | Kursentgelt: 120,- €

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. 326H4800

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 205**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **22.09.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Andrés David Mijares Álvarez | Kursentgelt: 80,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Kurs-Nr. 126H4801

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: wird noch bekanntgegeben | Kursentgelt: 91,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Französisch - 7. Semester (Niveau A1/A2)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

Kurs-Nr. 226H4810

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **09.09.2026** | Kurszeit: 17:45 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 28 Unterrichtseinheiten | 14 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Ines Göbel | Kursentgelt: 112,- €



Französisch - 11. 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. 226H4811

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **09.09.2026** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 28 Unterrichtseinheiten | 14 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Ines Göbel | Kursentgelt: 112,- €

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. 226H4812

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.2**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **noch nicht festgelegt**,

Anmeldungen sind möglich | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Caroline Francois | Kursentgelt: 80,- €





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 Erlernete 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. 226H4813

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.2**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **noch nicht festgelegt**, Anmeldungen sind möglich
Kurszeit: 18:00 - 19:30 Uhr | Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen
Dozent: Frau Caroline Francois | Kursentgelt: 80,- €

Französisch - Auffrischkurs (Niveau A2)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits Französisch gelernt haben und nun ihre Kenntnisse auffrischen möchten.

Kurs-Nr. 326H4810

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 205**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **03.09.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr
Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen
Dozent: Herr Andrés David Mijares Álvarez | Kursentgelt: 80,- €

**SCHNELL UND
KOMFORTABEL
ANMELDEN:**

**www.vhs-
erzgebirgskreis.de**





Italienisch

Italienisch - 1. Semester (Niveau A1)

Der hier aufgeführte Kurs eignet sich für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Sie erlernen einen Grundwortschatz und erwerben erste Grammatikkenntnisse.

Kurs-Nr. 426H4901

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Katrin Hernandez | Kursentgelt: 120,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Italienisch - 2. Semester (Niveau A1)

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

Kurs-Nr. 226H4910

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.5**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **01.09.2026** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Katrin Hernandez | Kursentgelt: 120,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Italienisch für Wiedereinsteiger (Niveau A1)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits Italienisch gelernt haben und nun ihre Kenntnisse auffrischen möchten.

Kurs-Nr. 326H4900

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 202**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **23.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Gabriela Schleinitz | Kursentgelt: 80,- € | 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

Kurs-Nr. 226H4911

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.2**

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

Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr | Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Caroline Francois | Kursentgelt: 80,- €



Spanisch

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!
Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Kurs-Nr. 426H4M01

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, Schulungsraum 1**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **07.10.2026** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Luis Hernandez Pintado | Kursentgelt: 80,- € | Bemerkung: Caminos neu A1

Spanisch für die Reise - 2. Semester (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!

Diese Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Bitte lassen Sie sich vor Einstieg beraten oder machen Sie einen Einstufungstest.

Kurs-Nr. 326H4M10

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 202**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **22.09.2026** | Kurszeit: 16:45 - 18:15 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Gabriela Schleinitz | Kursentgelt: 80,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Kurs-Nr. 226H4M10

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.6**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **06.10.2026** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Luis Hernandez Pintado | Kursentgelt: 120,- €

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. 226H4M11

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.2**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **14.09.2026** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 32 Unterrichtseinheiten | 16 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Olena Artemenko | Kursentgelt: 128,- €



Spanisch - 7. 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. 226H4M12

Kursort: **Aue, VHS, R.-Breitscheid-Straße 28, Zimmer 2.2**
 Kurstag: Montag | Kursbeginn: **14.09.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr
 Kursdauer: 32 Unterrichtseinheiten | 16 Lehrveranstaltungen
 Dozent: Frau Olena Artemenko | Kursentgelt: 128,- €

Spanisch - Auffrischkurs (Niveau A1)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits Spanisch gelernt haben und nun ihre Kenntnisse auffrischen möchten.

Kurs-Nr. 326H4M11

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 202**
 Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **22.09.2026** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr
 Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen
 Dozent: Frau Gabriela Schleinitz | Kursentgelt: 80,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Spanisch - Konversation (Niveau A1)

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 Spanisch.

Kurs-Nr. 326H4M12

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 205**
 Kurstag: Montag | Kursbeginn: **31.08.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr
 Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen
 Dozent: Herr Andrés David Mijares Álvarez | Kursentgelt: 80,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch



Tschechisch

Tschechisch - 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 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. 326H4N00

Kursort: „Gemeinsame Mitte“ Bärenstein-Vejprty, Grenzstraße 10, Bärenstein

Kurstag: Montag | Kursbeginn: 26.10.2026 | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Alex Ševčík | Kursentgelt: 80,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Kurs-Nr. 326H4N01

Kursort: Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 202

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: 28.10.2026 | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Alex Ševčík | Kursentgelt: 80,- € | Bemerkung: zzgl. Lehrbuch

Kurs-Nr. 126H4N02

Kursort: Marienberg, Förderschule, Turnvater-Jahn Weg 6, Zimmer 205

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: 08.09.2026 | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stepanka Fischer | Kursentgelt: 120,- €

Kurs-Nr. 126H4N03

Kursort: Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 1

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: 03.09.2026 | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stepanka Fischer | Kursentgelt: 120,- €

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





Tschechisch - 1. Semester (Niveau A1) - Online

Die hier aufgeführten Kurse eignen sich für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Sie erlernen einen Grundwortschatz und erwerben erste Grammatikkenntnisse.

Der Kurs wird online über Google Meet mithilfe 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. 226H4N01

Kursort: **Online**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **03.09.2026** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 34 Unterrichtseinheiten | 17 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Monika Mastalirská | Kursentgelt: 136,- €

Tschechisch - 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 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. 526H4N01

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **13.10.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Alex Ševčík | Kursentgelt: 120,- €

Tschechisch - 4. Semester (Niveau A1)

Die hier aufgeführten Kurse eignen sich für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Sie erweitern Ihren Grundwortschatz und Ihre Grammatikkenntnisse.

Wenn Sie schon einmal Tschechisch gelernt haben, aber glauben, alles vergessen zu haben, lassen Sie sich beraten.

Kurs-Nr. 326H4N10

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **07.10.2026** | Kurszeit: 18:45 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Sarka Bouizem | Kursentgelt: 80,- €

Bemerkung: zzgl. Lehrbuch (Cesky krok za krokem 1. Czech step by step)

Kurs-Nr. 126H4N01

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **03.09.2026** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stepanka Fischer | Kursentgelt: 120,- €



Tschechisch - 5. 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. 126H4N00

Kursort: **Marienberg, Förderschule, Turnvater-Jahn Weg 6, Zimmer 205**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stepanka Fischer | Kursentgelt: 120,- €

Tschechisch - 5. Semester (Niveau A1) - Online

Die hier aufgeführten Kurse eignen sich für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Sie erlernen einen Grundwortschatz und erwerben erste Grammatikkenntnisse.

Der Kurs wird online über Google Meet mithilfe 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. 226H4N11

Kursort: **Online**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **17.08.2026** | Kurszeit: 18:10 - 19:10 Uhr

Kursdauer: 28 Unterrichtseinheiten | 21 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Monika Mastalirska | Kursentgelt: 112,- €

Kurs-Nr. 226H4N12

Kursort: **Online**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **20.08.2026** | Kurszeit: 18:20 - 19:20 Uhr

Kursdauer: 28 Unterrichtseinheiten | 21 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Monika Mastalirska | Kursentgelt: 112,- €



Tschechisch - 8. 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. 126H4N07

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **14.09.2026** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 10 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Dr. Marie Svacinova | Kursentgelt: 80,- €

Tschechisch - 9. 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 Google Meet mithilfe 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. 226H4N13

Kursort: **Online**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **17.08.2026** | Kurszeit: 16:30 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 44 Unterrichtseinheiten | 22 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Monika Mastalirska | Kursentgelt: 176,- €

Tschechisch - 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. 126H4N24

Kursort: **Marienberg, Förderschule, Turnvater-Jahn Weg 6, Zimmer 205**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 30 Unterrichtseinheiten | 15 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Stepanka Fischer | Kursentgelt: 120,- €



Handicap willkommen!

Die Volkshochschule Erzgebirgskreis möchte, dass **ALLE** Menschen die Angebote unserer VHS nutzen können.

Ohne bauliche Barrieren ist das bisher an den STANDORTEN ANNABERG-BUCHHOLZ, AUE-BAD SCHLEMA UND STOLLBERG gut möglich. Menschen mit kognitiven Einschränkungen sind willkommen, wenden Sie sich bei Interesse an einem Kurs vorher an uns.

Schon gewusst?

Durch das Bundesteilhabegesetz stehen Menschen mit Behinderung Assistenzleistungen wie Gebärdensprachdolmetscher auch in der Freizeit zu. Die Assistenzpersonen nehmen an unseren Kursen selbstverständlich kostenfrei teil.

**ANSPRECHPARTNER
DER VHS**

Ingo Haubold



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.





Werden Sie DOZENT!

Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!



IT-/Medien-Grundlagen | allgemeine Anwendung

Computer-Kurs für Einsteiger

Sind Sie neugierig auf die digitale Welt, haben aber bisher wenig Gelegenheit, sich damit auseinanderzusetzen? Unser Kurs bietet Ihnen die Gelegenheit, die grundlegenden Fertigkeiten im Umgang mit dem Computer und dem Internet zu erlernen. Wir begleiten Sie auf Ihrer Entdeckungsreise durch die digitale Technik.

Doch das ist nicht alles! Wir legen besonderen Wert auf einen reflektierten und kritischen Umgang mit digitalen Medien. Erfahren Sie, wie Sie sich vor Schadsoftware schützen, Spam- und Phishing-Mails erkennen und Ihre Informationskompetenz verbessern können. Werden Sie sicherer im Umgang und entdecken Sie, wie Sie die Technik zu Ihrem Vorteil nutzen können!

Inhalte:

- Grundlagen im Umgang mit dem Computer und dem Internet
- Sicherheitseinstellungen und Passwortmanagement
- Software-Updates und Schutz vor Schadsoftware
- Mails sicher nutzen

Kurs-Nr. **326H5100**

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **13.10.2026** | Kurszeit: 09:00 - 13:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 90,- €

Bemerkung: Die Teilnehmer erhalten einen USB-Stick mit allen Übungen, Beispieldateien, diversen Handbüchern im PDF-/ XPS-Format, Programmen und Apps zu verschiedenen Themengebieten. Der Stick gilt für alle Kurse und kostet einmalig 10,- €. Zahlung bei Kursbeginn.

Kurs-Nr. **226H5106**

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **05.11.2026** | Kurszeit: 14:00 - 16:15 Uhr

Kursdauer: 15 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Holger Vorberg | Kursentgelt: 67,50 €

Kurs-Nr. **126H5100**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 90,- €



Kurs-Nr. 426H5101

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, PC-Kabinett**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **09.10.2026** | Kurszeit: 09:00 - 13:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 90,- €

Bemerkung: Die Teilnehmenden erhalten einen USB-Stick mit allen Übungen, Beispieldateien, diversen Handbüchern, Programmen und Apps zu verschiedenen Themengebieten. Der Stick gilt für alle Kurse des Dozenten und kostet einmalig 10,- €. Dieser Betrag wird mit dem Dozenten direkt abgerechnet.

Kurs-Nr. 526H5100

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **05.11.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 22 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 99,- €

Computer-Kurs für Fortgeschrittene

Dieser Kurs baut auf den Computer-Kurs für Einsteiger auf. Wir beginnen mit Wiederholungen und vertiefen der Kenntnisse und Fähigkeiten aus dem PC-Grundkurs.

Im Mittelpunkt stehen ebenso Fragen zu Datenmanagement, Sicherheit im Internet und beim Email-Verkehr, Einblicke in KI mit Chat-Systemen, Programminstallation, Konten-Verwaltung und Cookie-Management. Nach Absprache zu Kursbeginn können zusätzliche Themen aufgenommen werden.



Kurs-Nr. 326H5101

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **17.11.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 72,- €

Bemerkung: Die Teilnehmer erhalten einen USB-Stick mit allen Übungen, Beispieldateien, diversen Handbüchern im PDF-/ XPS-Format, Programmen und Apps zu verschiedenen Themengebieten. Der Stick gilt für alle Kurse und kostet einmalig 10,- €. Zahlung bei Kursbeginn.

Kurs-Nr. 226H5105

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **25.08.2026** | Kurszeit: 15:15 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 15 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hans-Jürgen Gruber | Kursentgelt: 67,50 €

Kurs-Nr. 426H5102

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, PC-Kabinett**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **12.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 13:00 Uhr

Kursdauer: 20 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 90,- €

Bemerkung: Die Teilnehmenden erhalten einen USB-Stick mit allen Übungen, Beispieldateien, diversen Handbüchern, Programmen und Apps zu verschiedenen Themengebieten. Der Stick gilt für alle Kurse des Dozenten und kostet einmalig 10,- €. Dieser Betrag wird mit dem Dozenten direkt abgerechnet.



CorelDraw für Einsteiger

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. 326H5171

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **23.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 54,- €

Kurs-Nr. 526H5171

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **08.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 54,- €

Datensicherung: Den PC schützen, bevor es zu spät ist

Die PC-Festplatte oder die Speicherkarte des Smartphones werden immer mehr zum wichtigsten Speicher für viele Daten. Ob Dokumente, Fotos, Kontakte – im Falle eines Defekts oder eines Versehens oder gar Diebstahls sind diese Dateien oft unwiederbringlich verloren. Erst dann denkt man über eine Datensicherung nach. Damit dies schon geschieht, bevor es zu spät ist, üben Sie in diesem Kurs, wie Sie Daten sichern und welche Hilfsmittel und Programme dafür zur Verfügung stehen.

Kurs-Nr. 226H5108

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **08.12.2026** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hans-Jürgen Gruber | Kursentgelt: 18,- €

Teilnehmer mit Computer-Grundkenntnissen





Die Hacker kommen - Tatsachen, Technik und Tipps für jeden, der Computer nutzt

In der Veranstaltung zeigen Ihnen Computerexperten leicht verständlich einfache Tricks und Handgriffe, damit Sie Ihre Informationen und Daten auf Computer, Smartphone und anderen mit dem Internet verbundenen Geräten vor fremden Zugriff geschützt halten und kein leichtes Opfer für Cyberkriminelle werden. Denn selbst der beste Virenschanner oder die stärkste Firewall bügeln nicht alle Fehler aus, die der Mensch vor dem Gerät begehen kann.

In dem 1,5-stündigen Programm bekommen Sie in einer unterhaltsamen Mischung aus Vorträgen und Technikdemonstrationen („Live-Hacking“) Informationen und Tipps zu folgenden Themengebieten:

- Gefährdungen durch die Nutzung der modernen Informationstechnik
- Tücken der Internetnutzung
- Mobilität mit Sicherheitslücken
- Der Mensch als Angriffsziel von Hackern
- Digitale Identitäten (Schutz bei Facebook und Co)

Die Veranstaltung findet im Rahmen der Kampagne „Digital? Aber sicher!“ der Sächsischen Staatskanzlei in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Erzgebirgskreis statt.

Kurs-Nr. **326H1B36**

Kursort: **LRA Annaberg-Buchholz**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **24.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Sächsische Staatskanzlei

Excel für Einsteiger

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. Dieser Kurs 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 bietet.

Zu den Inhalten gehören allgemeinen Fragen wie Bedienung, Befehle finden, effektive Dateneingabe, Navigation und Markierung, Datentypen kennen und richtig einsetzen und Formatierungen. Einen Schwerpunkt bilden Berechnungen, Bezugsarten in Formeln und Funktionen. Dieser Kurs dient als Grundlage für den weiterführenden Fortgeschrittenkurs.

Kurs-Nr. **326H5140**

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **22.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 72,- €

Bemerkung: Die Teilnehmer erhalten einen USB-Stick mit allen Übungen, Beispieldateien, diversen Handbüchern im PDF-/ XPS-Format, Programmen und Apps zu verschiedenen Themengebieten. Der Stick gilt für alle Kurse und kostet einmalig 10,- €. Zahlung bei Kursbeginn.

Kurs-Nr. **126H5140**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **20.10.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Ingo Haubold | Kursentgelt: 72,- €



Kurs-Nr. 426H5140

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, PC-Kabinett**

Kurstag: Samstag (Tageskurs) · Kursbeginn: **10.10.2026** | Kurszeit: 09:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 36,- €

Bemerkung: Die Teilnehmenden erhalten einen USB-Stick mit allen Übungen, Beispieldateien, diversen Handbüchern, Programmen und Apps zu verschiedenen Themengebieten. Der Stick gilt für alle Kurse des Dozenten und kostet einmalig 10,- €. Dieser Betrag wird mit dem Dozenten direkt abgerechnet.

Kurs-Nr. 526H5140

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **09.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 36,- €

Excel für Fortgeschrittene

Dieser Kurs 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. Neben der Wiederholung von Themen aus dem Kurs für Einsteiger stehen Formeln und Funktionen im Vordergrund. Dazu zählen WENN(), SVERWEIS() u. a. sowie die hilfreichen und äußerst effektiven Möglichkeiten der bedingten Formatierung und Gültigkeitsprüfung. Excel-Anwender, die unseren Kurs für Einsteiger nicht besucht haben, aber das Programm bereits nutzen, sind hier ebenfalls willkommen.



Kurs-Nr. 326H5141

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **20.10.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 72,- €

Bemerkung: Excel-Anwender, die unseren Kurs für Einsteiger nicht besucht haben, aber das Programm bereits nutzen, sind hier ebenfalls willkommen.

Die Teilnehmer erhalten einen USB-Stick mit allen Übungen, Beispieldateien, diversen Handbüchern im PDF-/ XPS-Format, Programmen und Apps zu verschiedenen Themengebieten. Der Stick gilt für alle Kurse und kostet einmalig 10,- €. Zahlung bei Kursbeginn.

Kurs-Nr. 426H5145

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, PC-Kabinett**

Kurstag: Samstag (Tageskurs) | Kursbeginn: **24.10.2026** | Kurszeit: 09:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 36,- €

Bemerkung: Excel-Anwender, die unseren Kurs für Einsteiger nicht besucht haben, aber das Programm bereits nutzen, sind hier ebenfalls willkommen.

Die Teilnehmenden erhalten einen USB-Stick mit allen Übungen, Beispieldateien, diversen Handbüchern, Programmen und Apps zu verschiedenen Themengebieten. Der Stick gilt für alle Kurse des Dozenten und kostet einmalig 10,- €. Dieser Betrag wird mit dem Dozenten direkt abgerechnet.



Werden Sie DOZENT!

Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!

Fit am PC - MS Office im Büroalltag (Word, Excel, Outlook)

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 in den Bereichen E-Mail, Kalender, Kontakte und Aufgaben gut zurecht und nutzen diese mit all ihren Möglichkeiten.



Kurs-Nr. 226H5104

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **29.09.2026** | Kurszeit: 17:45 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hans-Jürgen Gruber | Kursentgelt: 45,- €

Fotobearbeitung und Fotoverwaltung am PC

Sie lernen, eigene Bilder direkt mit Windows zu verwalten. Sie nutzen kostenfreie Software, um Ihre Fotos von der Digitalkamera oder dem Smartphone auf den Computer zu übertragen, ordnen große Bildersammlungen, betrachten die Bilder mit der Windows-Foto-App oder anderen Programmen, gestalten eine effektvolle Fotoshow und polieren nicht ganz so gelungene Bilder auf. Sie lernen, einen Druck vorzubereiten und bereiten ein Fotobuch mit dem PC vor.



Kurs-Nr. 226H5107

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **08.09.2026** | Kurszeit: 17:45 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hans-Jürgen Gruber | Kursentgelt: 27,- €



Gimp - Bildbearbeitung

GIMP ist eine kostenlose und vielseitige Bildbearbeitungssoftware, die von einfachen Mal-Tools bis hin zu professionellen Retuschen alles bietet. Mit vielen Funktionen wie Ebenen, Auswahlwerkzeugen, Filtern und Plugins können Sie kreativ werden und Ihre eigenen Bilder ganz nach Wunsch gestalten.

Sie lernen hierbei die Grundlagen und bekommen einen Einblick in das Programm.

Kurs-Nr. 326H5170

Kursort: **Annaberg-Buchholz, Volkshochschule, Hans-Witten-Straße 5, Zimmer 303**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **02.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 54,- €

Kurs-Nr. 526H5170

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **03.11.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

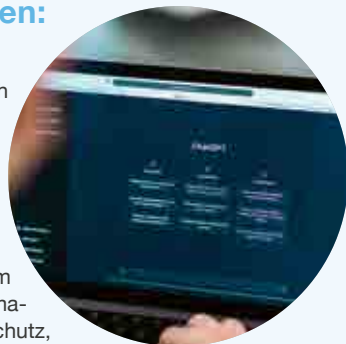
Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 54,- €

Künstliche Intelligenz praktisch anwenden: ChatGPT verstehen und einsetzen

Künstliche Intelligenz ist längst im Alltag angekommen – doch wie kann sie im Beruf oder Privatleben wirklich nützlich sein? In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie ChatGPT als digitale Assistentin gezielt einsetzen können. Sie erfahren, wie das Programm funktioniert, welche Möglichkeiten und Grenzen es bietet und wie Sie effektive Eingaben („Prompts“) formulieren, um bestmögliche Ergebnisse zu erzielen. Anhand praktischer Beispiele üben Sie, ChatGPT für typische Aufgaben zu nutzen – etwa zum Verfassen von Texten, Recherchieren, Strukturieren von Informationen oder Planen von Projekten. Dabei werden auch Datenschutz, Urheberrecht und der verantwortungsvolle Umgang mit KI thematisiert.

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 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. 326H5150

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **06.10.2026** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Anton Peter

Entgelt: Dieser Kurs ist kostenfrei.

Kurs-Nr. 326H5151

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **09.11.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:45 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Anton Peter

Entgelt: Dieser Kurs ist kostenfrei.



Kurs-Nr. 126H5150

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **09.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Anton Peter | Entgelt: Dieser Kurs ist kostenfrei.

Kurs-Nr. 526H5150

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **07.10.2026** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Anton Peter
Entgelt: Dieser Kurs ist kostenfrei.

Künstliche Intelligenz im Alltag: ChatGPT und Co. kennenlernen

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Künstlichen Intelligenz und entdecken Sie, wie ChatGPT und andere KI-Tools Ihren Alltag bereichern können! Dieser speziell für Senioren konzipierte Kurs erstreckt sich über zwei Termine und bietet Ihnen eine Einführung in die vielseitige Anwendung von KI. Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie Ihnen KI beim Verfassen kurzer Texte oder beim Verstehen von Medikamenten-Inhaltsstoffen helfen kann? Wir zeigen Ihnen, wie Sie Arzt- oder Behördenbriefe verständlicher machen, Kochrezepte anpassen und Ihre Reiseplanung optimieren können. Erleben Sie, wie einfach es ist, KI selbstständig zu nutzen und in Ihren Alltag zu integrieren!



Kursinhalte:

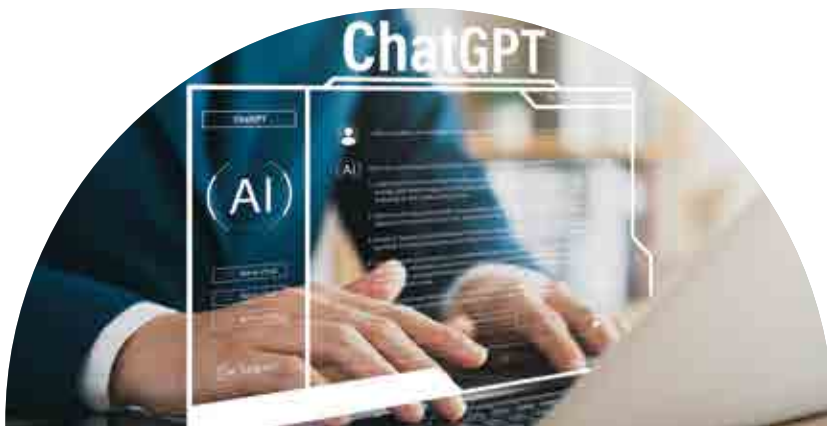
- Einführung in Künstliche Intelligenz mit praktischen Beispielen
- Nutzung von KI für das Verfassen kurzer Texte
- Verständnis von Medikamenten-Inhaltsstoffen durch KI
- Vereinfachung von Arzt- und Behördenbriefen
- Anpassung von Kochrezepten und Unterstützung bei der Reiseplanung
- Selbstständige Anwendung durch die Teilnehmenden

Kurs-Nr. 226H5102

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.10.2026** | Kurszeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen | Dozent: Frau Eileen Prades
Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Eine Anmeldung ist notwendig.





Speed-Dating mit KI - digitale Tools kennenlernen und reflektieren

Im Kurs haben die Teilnehmer die Gelegenheit, sieben verschiedene KI-Tools im spannenden Format eines Speed-Datings kennenzulernen. In kurzen, prägnanten Sessions werden die wichtigsten Funktionen der Tools vorgestellt, um ein praktisches Verständnis für deren Einsatz zu vermitteln. Dieser Workshop richtet sich an Anfänger und Interessierte, die mehr über die Anwendungsmöglichkeiten, Chancen und Risiken von Künstlicher Intelligenz erfahren möchten.

Kursinhalte:

- 1 Textgenerierung: Die Teilnehmer lernen, wie sie mit ChatGPT qualitativ hochwertige, kreative Texte erstellen und ihre Suchanfragen mit optimierten Prompts verbessern können.
- 2 Bildgenerierung: Es wird gezeigt, wie beeindruckende Bilder mit KI-gestützten Plattformen wie DALL-E und Adobe Firefly generiert werden können.
- 3 Designerstellung: Die Nutzung von Canva AI wird vorgestellt, um ansprechende Designs und Grafiken schnell und einfach zu erstellen.
- 4 Präsentationen: Eine Einführung in Gamma AI zeigt, wie ansprechende Präsentationen effizient gestaltet werden können.
- 5 KI-Assistenten für Büro-Aufgaben: Die Teilnehmer erfahren, wie der KI-Assistent Monica bei alltäglichen Büroaufgaben unterstützen kann.
- 6 Video-Avatare: Die Verwendung von HeyGen zur Bereicherung von Video-Inhalten durch KI-Avatare wird erklärt.
- 7 Websiteerstellung: Abschließend erhalten die Teilnehmer Einblicke in das Tool Durable, mit dem in wenigen Minuten ansprechende Websites ohne technische Kenntnisse erstellt werden können

Kurs-Nr. **326H5152**

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.10.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:45 Uhr

Kursdauer: 3 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Kristin Engelman

Kursentgelt: Dieser Kurs ist kostenfrei.

LibreOffice für Einsteiger

Wer ein solides Textverarbeitungsprogramm braucht und nicht den Platzhirsch Microsoft Office benötigt, sollte die Open-Source-Software LibreOffice kennen. LibreOffice ist eine kostenfreie Office-Software, die neben einer Textverarbeitung eine Tabellenkalkulation, ein Präsentations- und Zeichenprogramm enthält. Sie lernen die Bedienung und vielseitigen Funktionen von LibreOffice kennen. Um den Einstieg zu erleichtern, werden eine Reihe von Übungsaufgaben zum praktischen Umgang mit LibreOffice zusammengestellt.

Kurs-Nr. **326H5142**

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **28.10.2026** | Kurszeit: 17:00 - 19:30 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 45,- €

Kurs-Nr. **526H5142**

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **29.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 36,- €



Mediensprechstunde - persönlicher Beratungsnachmittag

Haben Sie Fragen oder Probleme im Umgang mit Ihrem Smartphone, PC, Konsole oder TV? Unser offener Beratungsnachmittag richtet sich an alle Bürgerinnen und Bürger, die Unterstützung im digitalen Alltag suchen.

Egal, ob Sie Hilfe bei der Bedienung Ihres Smartphones oder altersgerechten Mediennutzung von Kindern bzw. Enkeln benötigen, Ihre Geräte kindersicher einrichten möchten oder sich über Datenschutz und Gefahren im Netz informieren wollen – wir sind für Sie da.

Kommen Sie einfach innerhalb des vierstündigen Zeitraumes vorbei, ohne Voranmeldung oder festen Zeitpunkt. Unsere Experten hören zu, geben praktische Tipps und zeigen Ihnen die digitale Spielwelt sowie Jugendschutzeinstellungen Ihrer Spielekonsole. Bitte beachten Sie, dass keine Technik- oder Kaufberatung angeboten wird.



Inhalte:

- Kompetenter Umgang mit Smartphone, PC, Konsole oder TV
- Altersgerechte Mediennutzung
- (Kinder)sichere Einrichtung von Geräten
- Datenschutz und Gefahren im Netz
- Cybermobbing, Cybergrooming, Werbung und Influencer in sozialen Medien

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Die Mediensprechstunde wird im Rahmen des Projektes hiERZulande Medienbildung der VHS Erzgebirgskreis angeboten. Das Projekt wird gefördert durch die Sächsische Landesmedienanstalt.

Kurs-Nr. 326H1B08

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **16.11.2026** | Kurszeit: 14:30 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Marsel Krause

Kursentgelt: Dieser Kurs ist kostenfrei.

Kurs-Nr. 226H1B10

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **07.12.2026** | Kurszeit: 14:30 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Marsel Krause

Kursentgelt: Dieser Kurs ist kostenfrei.

Kurs-Nr. 126H1B06

Kursort: **Olbernhau, Theater Variabel, Markt 5**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **31.08.2026** | Kurszeit: 15:00 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Marsel Krause

Kursentgelt: Dieser Kurs ist kostenfrei.

Kurs-Nr. 426H1B09

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **30.11.2026** | Kurszeit: 14:30 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Marsel Krause

Kursentgelt: Dieser Kurs ist kostenfrei.

Kurs-Nr. 526H1B07

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.10.2026** | Kurszeit: 14:30 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Marsel Krause

Kursentgelt: Dieser Kurs ist kostenfrei.



Sicher und souverän im Netz: Ein Internetkurs für Senioren

Möchten Sie die digitale Welt entdecken und das Internet sicher und souverän nutzen? Unser Internetsteigerkurs für Senioren bietet Ihnen die perfekte Gelegenheit, in entspannter Atmosphäre die Grundlagen des Internets kennenzulernen. Sie erfahren, wie Sie das Internet für Ihre Interessen und Bedürfnisse nutzen können. Von der sicheren Navigation über die Suche nach Informationen bis hin zur Kommunikation mit Freunden und Familie – wir begleiten Sie Schritt für Schritt. Lassen Sie sich von der Vielfalt und den Möglichkeiten des Internets begeistern und gewinnen Sie mehr Selbstvertrauen im Umgang mit der digitalen Welt!

Kursinhalte:

- Grundlagen der Internetnutzung
- Sicheres Surfen und Datenschutz
- Informationen suchen und finden
- E-Mails schreiben und empfangen
- Einführung in soziale Netzwerke und Online-Kommunikation



Kurs-Nr. 226H5103

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **29.09.2026** | Kurszeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 10 Unterrichtseinheiten | 5 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Hans-Jürgen Gruber | Kursentgelt: 45,- €

Smartphone-Kurs für Einsteiger (Android)

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 Smartphones mit dem Betriebssystem „Android“ geeignet.



Kurs-Nr. 326H5111

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **15.09.2026** | Kurszeit: 15:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Anton Peter | Kursentgelt: 36,- €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel.

Kurs-Nr. 326H5112

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **03.11.2026** | Kurszeit: 15:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Anton Peter | Kursentgelt: 36,- €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel.

**Kurs-Nr. 326H5113**

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **25.11.2026** | Kurszeit: 15:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Anton Peter | Kursentgelt: 36,- €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel.

Kurs-Nr. 327F5110

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **12.01.2027** | Kurszeit: 15:00 - 18:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Anton Peter | Kursentgelt: 36,- €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel.

Kurs-Nr. 226H5111

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **03.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Constanze Möckel | Kursentgelt: 40,50 €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel

Kurs-Nr. 126H5110

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **15.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Ingo Haubold | Kursentgelt: 40,50 €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel.

Kurs-Nr. 426H5114

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, PC-Kabinett**

Kurstag: Montag, **05.10.2026**, Mittwoch, **07.10.2026**, Freitag, **09.10.2026**

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.

Smartphone-Kurs für Einsteiger (iOS)

In diesem Kurs erlernen Sie einfach und praxisnah den sicheren Umgang mit Ihrem Smartphone. Schritt für Schritt werden die Grundlagen erklärt: Telefonieren, Kontakte anlegen, SMS und E-Mails senden und empfangen, im Internet über WLAN surfen, den digitalen Kalender nutzen sowie mit Navigationsprogrammen und der Kamera arbeiten.

Darüber hinaus entdecken Sie nützliche Apps und Widgets, zum Beispiel für den öffentlichen Nahverkehr (Bahn, Bus), Mediatheken, Online-Medien, Internetradio und viele weitere praktische Anwendungen.

Bitte bringen Sie Ihr Gerät, das passende Ladekabel und einen Netzstecker mit.

Hinweis: Dieser Kurs richtet sich ausschließlich an Nutzerinnen und Nutzer von Smartphones mit dem Betriebssystem Apple IOS.

Kurs-Nr. 326H5110

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **08.09.2026** | Kurszeit: 09:00 - 12:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Jessica Peter | Kursentgelt: 36,- €

Bemerkung: Smartphone mit Apple-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel.



VOLKSHOCHSCHULE
ERZGEBIRGSKREIS

Digitaler Alltag leicht gemacht:

OFFENER BERATUNGSNACHMITTAG

Haben Sie Fragen oder Probleme im Umgang mit Ihrem Smartphone, PC, Konsole oder TV? Unser offener Beratungsnachmittag richtet sich an alle Bürgerinnen und Bürger, die Unterstützung im digitalen Alltag suchen. Egal, ob Sie Hilfe bei der Bedienung Ihres Smartphones oder altersgerechten Mediennutzung von Kindern bzw. Enkeln benötigen, Ihre Geräte kindersicher einrichten möchten oder sich über Datenschutz und Gefahren im Netz informieren wollen – wir sind für Sie da.

Inhalte:

- Kompetenter Umgang mit Smartphone, PC, Konsole oder TV
- Altersgerechte Mediennutzung
- (Kinder)sichere Einrichtung von Geräten
- Datenschutz und Gefahren im Netz
- Cybermobbing, Cybergrooming, Werbung und Influencer in sozialen Medien

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Um Anmeldung wird gebeten.

Wir sind vor Ort:

Montag, 31.08.2026, 15:00 - 19:00 Uhr:
Theater Variabel Olbernhau
Markt 5, 09526 Olbernhau
Kurs-Nr. 126H1B06

.....
Montag, 26.10.2026, 14:30 - 18:30 Uhr:
Volkshochschule in Zschopau
Johannisstraße 58A, 09405 Zschopau
Kurs-Nr. 526H1B07

.....
Montag, 16.11.2026, 14:30 - 18:30 Uhr:
Volkshochschule in Annaberg-Buchholz
Hans-Witten-Straße 5, 09456 Annaberg-Buchholz
Kurs-Nr. 326H1B08

.....
Montag, 07.12.2026, 14:30 - 18:30 Uhr:
Volkshochschule in Aue
Rudolf-Breitscheid-Straße 28, 08280 Aue-Bad Schlema
Kurs-Nr. 226H1B10

.....
Montag, 30.11.2026, 14:30 - 18:30 Uhr:
Volkshochschule in Stollberg
Parkstraße 8, 09366 Stollberg
Kurs-Nr. 426H1B09

SLM
SÄCHSISCHE
LANDESMEDIENANSTALT



Smartphone-Kurs für Fortgeschrittene (Android)

Sie erweitern Ihre Kenntnisse im Umgang mit Ihrem Android-Smartphone.

Wichtige Themen im Kurs sind:

- WhatsApp
- soziale Netzwerke und Messenger-Dienste
- Google Maps oder DB-Navigator
- sicher einkaufen und bezahlen mit dem Smartphone
- Google-Konto mit individuellen Einstellungen
- Fotografieren, Fotos bearbeiten, teilen und speichern.



Kurs-Nr. 226H5112

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **22.10.2026** | Kurszeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Kursdauer: 9 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Constanze Möckel | Kursentgelt: 40,50 €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel

Kurs-Nr. 426H5113

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, PC-Kabinett**

Kurstage: Montag, **02.11.2026**, Mittwoch, **04.11.2026**, Freitag, **06.11.2026**

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.

Smartphones im Alltag - Austausch für Senioren

Auftaktveranstaltung – Gemeinsam sicher in die digitale Welt. Zum Auftakt unseres Kurses laden wir Sie herzlich ein, sich in entspannter Atmosphäre mit dem Thema Smartphone vertraut zu machen. Smartphones sind aus unserem Alltag kaum noch wegzudenken – doch wie nutzt man sie bewusst, sicher und mit Freude?

Die Auftaktveranstaltung bietet Raum für Austausch, Fragen und erste Orientierung. Sie sind eingeladen, ihre Erfahrungen, Anliegen und Ideen rund um die Nutzung von Smartphones miteinander zu teilen. Gemeinsam schaffen wir eine unterstützende Lernumgebung, in der Sie Schritt für Schritt mehr Sicherheit im Umgang mit digitalen Medien gewinnen.



Kurs-Nr. 326H5114

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **27.10.2026** | Kurszeit: 09:00 - 12:00 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Jessica Peter | Kursentgelt: 18,- €

Bemerkung: Smartphone mit Android-Betriebssystem und zugehöriges Ladekabel.



Von der Idee zum Objekt: 3D-Druck für Einsteiger

Ob praktisches Ersatzteil, individuelles Schmuckstück oder kreatives Designobjekt – mit 3D-Druck werden eigene Ideen im Handumdrehen greifbar. In diesem Kurs erhalten Sie einen spannenden und praxisnahen Einstieg in die Welt des 3D-Drucks. Sie lernen, wie aus einer digitalen Idee Schritt für Schritt ein reales Objekt entsteht: von der Erstellung eines Modells mit kostenloser CAD-Software über die Druckvorbereitung bis hin zum fertigen Werkstück. Dabei arbeiten Sie direkt mit gängigen 3D-Druckern und gewinnen wertvolle Einblicke in Materialien, Druckeinstellungen sowie typische Herausforderungen – und wie man sie meistert. Der Kurs richtet sich an alle Neugierigen, die den 3D-Druck kennenlernen möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kurs-Nr. **326H5180**

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **29.10.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Anton Peter | Kursentgelt: 36,- €

Kurs-Nr. **126H5180**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **08.10.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Anton Peter | Kursentgelt: 36,- €

Word für Einsteiger

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. **126H5130**

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **12.10.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:15 Uhr

Kursdauer: 16 Unterrichtseinheiten | 4 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 72,- €

Kurs-Nr. **526H5141**

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

Kurstag: Mittwoch | Kursbeginn: **23.09.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 36,- €

Bemerkung: Schreibmaterial



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 „Toolsammlung“ zu kennen oder gar zu nutzen. Dieser Kurs 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 den Anfänger und fortgeschrittenen Nutzer bietet.

Inhalte:

- effektive Texteingabe
- schnelle Navigation und Markierung in größeren Texten
- Formatvorlagen
- Tabellen und Textbausteine
- Erstellen von Serienbriefen und Etiketten
- Generieren von Inhaltsverzeichnissen



Kurs-Nr. 426H5130

Kursort: **Stollberg, Medienpädagogisches Zentrum, Parkstraße 8, PC-Kabinett**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **07.11.2026** | Kurszeit: 09:00 - 16:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr Gerd Fischer | Kursentgelt: 36,- €

Bemerkung: Der Besuch eines Computer-Kurses für Einsteiger oder vergleichbare Kenntnisse werden vorausgesetzt.

Die Teilnehmenden erhalten einen USB-Stick mit allen Übungen, Beispieldateien, diversen Handbüchern, Programmen und Apps zu verschiedenen Themengebieten. Der Stick gilt für alle Kurse des Dozenten und kostet einmalig 10,- €. Dieser Betrag wird mit dem Dozenten direkt abgerechnet.

Kommunikation | Medien

Kreativ mit Canva - Flyer, Social Media & mehr

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit der benutzerfreundlichen Design-Plattform Canva ganz einfach und ohne Vorkenntnisse ansprechende Grafiken erstellen. Schritt für Schritt gestalten Sie eigene Flyer, Social-Media-Beiträge oder Einladungen und entdecken, wie Sie Vorlagen individuell anpassen, Bilder einfügen und Texte wirkungsvoll einsetzen.

Der Fokus liegt auf praktischem Ausprobieren: Sie arbeiten direkt an eigenen Designs und nehmen am Ende fertige Ergebnisse mit nach Hause. Ideal für alle, die kreativ werden möchten – für private Projekte, Vereine oder den beruflichen Alltag.

Kurs-Nr. 226H5101

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

Kurstag: Donnerstag | Kursbeginn: **12.11.2026** | Kurszeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Eileen Prades | Kursentgelt: 18,- €

Bemerkung: Dieser Kurs ist entgeltfrei. Eine Anmeldung ist notwendig.





Mitreden & Mitgestalten - Social Media reflektiert nutzen

In diesem praxisnahen Kurs lernen Senioren die wichtigsten sozialen Netzwerke – Facebook, Instagram, YouTube und WhatsApp – kennen. In leicht verständlichen Sessions erfahren Sie, wie Sie Profile erstellen, Inhalte: teilen, interessante Beiträge entdecken und sicher mit Ihren Daten umgehen. Durch praktische Übungen können die Sie die Netzwerke direkt ausprobieren, ihre Fragen klären und ein selbstbewusstes, sicheres Verständnis für Social Media entwickeln. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kurs-Nr. 326H5115

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **29.09.2026** | Kurszeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Kursdauer: 4 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Kristin Engelmann | Kursentgelt: 18,- €

Bemerkung: Smartphone und zugehöriges Ladekabel.

Wertpapier- und Börsen-Wissen für Anfänger und Neugierige

Das Seminar vermittelt Grundwissen zum Thema Börse und erklärt die Aufgabe und Funktion des Kapitalmarkts. Sie erhalten darüber hinaus einen umfassenden Überblick über die unterschiedlichen Arten von Wertpapieren wie Aktien, Anleihen und Investmentfonds und können deren Chancen und Risiken einordnen.

Kurs-Nr. 326H5191

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

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **26.10.2026** | Kurszeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Kursdauer: 2 Unterrichtseinheiten | Dozent: Dozententeam - Banking | Kursentgelt: kostenfrei



**SCHNELL UND
KOMFORTABEL
ANMELDEN:**

**www.vhs-
erzgebirgskreis.de**





**Werden Sie
DOZENT!**

**Kommen Sie vorbei,
rufen Sie uns an oder
schicken Sie uns
eine E-Mail!**

Digitale Kompetenz: Kaufmännische IT-/Medianwendungen Technische IT-/Medianwendungen

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, Stillleben u. a. Sie trainieren Aufnahmen von bewegten Objekten, testen die Möglichkeiten von Nahaufnahmen und üben die Nutzung der Kamera in Innenräumen...

Kurs-Nr. 526H5115

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

Kurstag: Dienstag | Kursbeginn: **01.12.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 8 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Detlev Schreiter | Kursentgelt: 36,- €

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. 126H2B01

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **06.11.2026** | Kurszeit: 18:00 - 21:00 Uhr

Kursdauer: 12 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Kristian Hahn | Kursentgelt: 45,60 €





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, Inventurverfahren, die Steuerarten und gesetzliche sowie organisatorische Grundlagen.

Kurs-Nr. 126H5600

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Freitag | Kursbeginn: **10.07.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 48 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Köhler | Kursentgelt: 320,- €

Kaufmännische Buchführung am PC

- Mandantenanlage
- Auswertungslisten
- Buchung von Geschäftsvorfällen
- Saldenvorträge
- AfA Buchungen
- Eigenverbrauch
- Gewinnermittlung



Kurs-Nr. 126F5601

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Montag | Kursbeginn: **13.07.2026** | Kurszeit: 17:00 - 20:00 Uhr

Kursdauer: 48 Unterrichtseinheiten | 12 Lehrveranstaltungen

Dozent: Frau Andrea Köhler | Kursentgelt: 320,- €

E-Commerce - Einführungsworkshop

Verkaufen Sie noch lokal oder schon global? Der Online-Handel ist längst kein Geheimtipp mehr, sondern der Motor für modernes Wachstum. In diesem Workshop verwandeln wir Ihre Idee in ein konkretes Online-Business. Ob handgemachte Produkte, lokale Waren oder der Traum vom eigenen Marken-Shop – wir zeigen Ihnen praxisnah, wie Sie Ihre Produkte erfolgreich im Internet präsentieren. Von der Shop-Auswahl bis zum ersten Verkauf: Machen Sie Ihr Geschäft fit für die Zukunft und erreichen Sie Kunden rund um die Uhr.

Kursinhalt:

- Grundlagen
- rechtliche Grundlagen
- Shopsysteme und Warenwirtschaft
- von der Startseite zum Bestellprozess
- Produktbeschreibungen





- Logistik, Versand, Retouren
- Kundenkommunikation und Kundenbewertungen
- Monitoring und Analyse

Kurs-Nr. 126H5201

Kursort: **Olbernhau, VHS, Jagdweg 1, Zimmer 6**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **26.09.2026** | Kurszeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten | Dozent: Frau Katja Plettig | Kursentgelt: 90,- €

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. 126H5890

Kursort: **nach Bedarf**

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **29.08.2026** | Kurszeit: 07:30 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 22 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr René Köhler

Kursentgelt: variiert nach Wahl der speziellen Ausbildungsrichtung

Hebebühnen-Schein

Der Teilnehmer erwirbt die Bedienberechtigung zum Führen von Hebebühnen.

Kurs-Nr. 126H5870

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **24.10.2026** | Kurszeit: 07:30 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 25 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. 126H5820

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **26.09.2026**

Kurszeit: 07:30 - 16:30 Uhr

Kursdauer: 24 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr René Köhler | Kursentgelt: 180,- €





Erwerb Kranschein

Der Teilnehmer erwirbt die Bedienberechtigung zum Führen Kranen (Kran-Schein). Das richtige Anschlagen von Lasten in verschiedenen Situationen wird in praktischen Übungen ausgeführt.

Kurs-Nr. 126H5860

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **12.09.2026**

Kurszeit: 07:30 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 37,5 Unterrichtseinheiten | 3 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr René Köhler | Kursentgelt: 250,- €



Ladekran-Schein

Der Teilnehmer erwirbt die Bedienberechtigung für Ladekrananbauten an LKW.

Kurs-Nr. 126H5830

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **10.10.2026** | 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. 126H5840

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **17.10.2026**

Kurszeit: 07:30 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 25 Unterrichtseinheiten | 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr René Köhler | Kursentgelt: 180,- €



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. 126H5880

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

Kurstag: Samstag | Kursbeginn: **07.11.2026** | Kurszeit: 07:30 - 17:30 Uhr

Kursdauer: 13 Unterrichtseinheiten | Dozent: Herr René Köhler | Kursentgelt: 60,- €

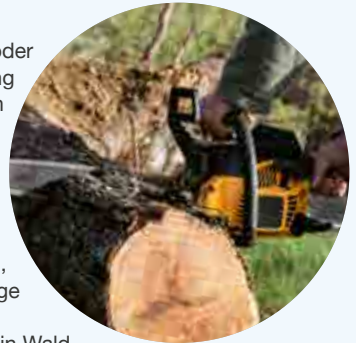


Kettensägeführerschein

Dieser Kurs richtet sich an Privatpersonen, die im Forst Säge- oder Fällarbeiten im Schwachholz durchführen wollen. Die Ausbildung für das Arbeiten mit der Motorsäge und die Durchführung von Baumarbeiten erfolgt nach DGUV Information 214-059.

Im ersten Schritt gilt es, sich wichtiges theoretisches Wissen im Umgang mit der Motorsäge anzueignen. Sie erhalten eine Einführung in Unfallverhütungsvorschriften, Regeln der Unfallversicherungsträger, persönliche Schutzausrüstung für den Forst und deren Verwendung. Außerdem lernen Sie den Aufbau, die Funktion, die Pflege und Wartung der Motorsäge/Kettensäge kennen.

Im zweiten Teil des Kurses steht der praktische Arbeitseinsatz in Wald im Mittelpunkt.



Kurs-Nr. 326H5810

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

Theorie:

Kurstag: Samstag, **12.09.2026** | Kurszeit: 9:00 - 15:00 Uhr

Praxis:

Kurstag: voraussichtlich Samstag, **19.09., 26.09., 10.10., 17.10., oder 24.10.2026**

Kurszeit: 09:00 - 15:00 Uhr | Kursdauer: 2 Lehrveranstaltungen

Dozent: Herr Sebastian Mann | Kursentgelt: 180,- €

Bemerkung: Mitzubringen ist die persönliche Schutzausrüstung und wenn vorhanden, die eigene Motorsäge. Nach Voranmeldung kann eine Motorsäge bei der Kursleitung ausgeliehen werden.

Kurs-Nr. 126H5810

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

Theorie:

Kurstag: Samstag, **19.09.2026** | Kurszeit: 07:30 - 16:30 Uhr

Praxis:

Kurstag: wird individuell vereinbart | Kurszeit: 08:00 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 2 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Thomas Baader | Kursentgelt: 180,- €

Bemerkung: Mitzubringen ist die persönliche Schutzausrüstung und falls vorhanden, die eigene Motorsäge. Eine Ausleihe bei der VHS ist ebenfalls möglich.

Kurs-Nr. 426H5801

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

Theorie:

Kurstag: Samstag, 19.09.2026 | Kurszeit: 9:00 - 15:00 Uhr

Praxis:

Kurstag: voraussichtlich Sa. **26.09., 07.11., 14.11. oder 21.11.2026** | Kurszeit: 08:30 - 15:00 Uhr

Kursdauer: 2 Lehrveranstaltungen | Dozent: Herr Ulf Jochmann | Kursentgelt: 180,- €

Bemerkung: Mitzubringen ist die persönliche Schutzausrüstung und falls vorhanden, die eigene Motorsäge. Nach Voranmeldung kann eine Motorsäge bei der Kursleitung ausgeliehen werden.

Anmeldung für einen Kurs an der Volkshochschule im KBB Erzgebirgskreis

Bitte schicken Sie diese ausgefüllte Anmeldekarte an den betreffenden Standort der Volkshochschule.

Anmeldung:

Unter Anerkennung der im Programmheft abgedruckten Widerrufsbelehrung, der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule 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. Die Hinweise zum Datenschutz und meine diesbezüglichen Rechte habe ich gelesen und willige in die Datenspeicherung ein.

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

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 Kaltfofen
Straße, Hausnummer: Jagdweg 1
Postleitzahl: 09526
Ort: Olbernhau
Telefon: 037360 72770
E-Mail-Adresse: info@vhs-erz.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.

Anmeldung für einen Kurs an der Volkshochschule im KBB Erzgebirgskreis

Bitte schicken Sie diese ausgefüllte Anmeldekarte an den betreffenden Standort der Volkshochschule.

Anmeldung:

Unter Anerkennung der im Programmheft abgedruckten Widerrufsbelehrung, der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule 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. Die Hinweise zum Datenschutz und meine diesbezüglichen Rechte habe ich gelesen und willige in die Datenspeicherung ein.

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 Anerkennung der im Programmheft abgedruckten Widerrufsbelehrung, der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule 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. Die Hinweise zum Datenschutz und meine diesbezüglichen Rechte habe ich gelesen und willige in die Datenspeicherung ein.

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 Anerkennung der im Programmheft abgedruckten Widerrufsbelehrung, der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule 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. Die Hinweise zum Datenschutz und meine diesbezüglichen Rechte habe ich gelesen und willige in die Datenspeicherung ein.

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 Anerkennung der im Programmheft abgedruckten Widerrufsbelehrung, der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule 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. Die Hinweise zum Datenschutz und meine diesbezüglichen Rechte habe ich gelesen und willige in die Datenspeicherung ein.

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 Anerkennung der im Programmheft abgedruckten Widerrufsbelehrung, der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule 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. Die Hinweise zum Datenschutz und meine diesbezüglichen Rechte habe ich gelesen und willige in die Datenspeicherung ein.

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 Anerkennung der im Programmheft abgedruckten Widerrufsbelehrung, der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule 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. Die Hinweise zum Datenschutz und meine diesbezüglichen Rechte habe ich gelesen und willige in die Datenspeicherung ein.

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 Anerkennung der im Programmheft abgedruckten Widerrufsbelehrung, der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule 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. Die Hinweise zum Datenschutz und meine diesbezüglichen Rechte habe ich gelesen und willige in die Datenspeicherung ein.

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 Anerkennung der im Programmheft abgedruckten Widerrufsbelehrung, der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule 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. Die Hinweise zum Datenschutz und meine diesbezüglichen Rechte habe ich gelesen und willige in die Datenspeicherung ein.

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 Anerkennung der im Programmheft abgedruckten Widerrufsbelehrung, der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule 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. Die Hinweise zum Datenschutz und meine diesbezüglichen Rechte habe ich gelesen und willige in die Datenspeicherung ein.

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 Anerkennung der im Programmheft abgedruckten Widerrufsbelehrung, der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule 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. Die Hinweise zum Datenschutz und meine diesbezüglichen Rechte habe ich gelesen und willige in die Datenspeicherung ein.

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

Allgemeine Geschäftsbedingungen der Volkshochschule im Kulturellen Bildungsbetrieb Erzgebirgskreis

Die Betriebsleitung erlässt aufgrund von § 7 Abs. 2 S. 2 der Betriebsratsung 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 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 schriftlich gegenüber der Volkshochschule erklärt werden.

c) Der Rücktritt ist bis zum Kursbeginn kostenfrei möglich.

d) Bei Rücktritt nach Kursbeginn ist das anteilige Kursentgelt zu zahlen.

e) Bei Nichtteilnahme am 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 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: info@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

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

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: info@vhs-erz.de

Redaktion: Volkshochschule im KBB Erzgebirgskreis

Herstellung: BUR Werbeagentur GmbH, Annaberg-Buchholz

Auflage: 8.348 Stück

Fotos: stock.adobe.com; magnificom

Gefördert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushaltes

2026

Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
1 Mi	1 Sa	1 Di	1 Do	1 So	1 Di
2 Do	2 So	2 Mi	2 Fr	2 Mo 45	2 Mi
3 Fr	3 Mo 32	3 Do	3 Sa Tag der Dt. Einheit	3 Di	3 Do
4 Sa	4 Di	4 Fr	4 So	4 Mi	4 Fr
5 So	5 Mi	5 Sa	5 Mo 41	5 Do	5 Sa
6 Mo 28	6 Do	6 So	6 Di	6 Fr	6 2. Advent So
7 Di	7 Fr	7 Mo 37	7 Mi	7 Sa	7 Mo 50
8 Mi	8 Sa	8 Di	8 Do	8 So	8 Di
9 Do	9 So	9 Mi	9 Fr	9 Mo 46	9 Mi
10 Fr	10 Mo 33	10 Do	10 Sa	10 Di	10 Do
11 Sa	11 Di	11 Fr	11 So	11 Mi	11 Fr
12 So	12 Mi	12 Sa	12 Mo 42	12 Do	12 Sa
13 Mo 29	13 Do	13 So	13 Di	13 Fr	13 3. Advent So
14 Di	14 Fr	14 Mo 38	14 Mi	14 Sa	14 Mo 51
15 Mi	15 Sa	15 Di	15 Do	15 So	15 Di
16 Do	16 So	16 Mi	16 Fr	16 Mo 47	16 Mi neues VHS-Programm erscheint
17 Fr	17 Mo 34	17 Do	17 Sa	17 Di	17 Do
18 Sa	18 Di	18 Fr	18 So	18 Buß- und Bettag Mi	18 Fr
19 So	19 Mi	19 Sa	19 Mo 43	19 Do	19 Sa
20 Mo 30	20 Do	20 So	20 Di	20 Fr	20 4. Advent So
21 Di	21 Fr	21 Mo 39	21 Mi	21 Sa	21 Mo 52
22 Mi	22 Sa	22 Di	22 Do	22 So	22 Di
23 Do	23 So	23 Mi	23 Fr	23 Mo 48	23 Mi
24 Fr	24 Mo 35	24 Do	24 Sa	24 Di	24 Heiliger Abend Do
25 Sa	25 Di	25 Fr	25 So	25 Mi	25 Fr 1. Weihnachtsfeiertag
26 So	26 Mi	26 Sa	26 Mo 44	26 Do	26 Sa 2. Weihnachtsfeiertag
27 Mo 31	27 Do	27 So	27 Di	27 Fr	27 So
28 Di	28 Fr	28 Mo 40	28 Mi	28 Sa	28 Mo 53
29 Mi	29 Sa	29 Di	29 Do	29 1. Advent So	29 Di
30 Do	30 So	30 Mi	30 Fr	30 Mo 49	30 Mi
31 Fr	31 Mo 36		31 Reformationstag Sa		31 Silvester Do

Schulferien in Sachsen

2027

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
1 Neujahr Fr	1 Mo 5	1 Mo 9	1 Do	1 Maifeiertag Sa	1 Di
2 Sa	2 Di	2 Di	2 Fr	2 So	2 Mi
3 So	3 Mi	3 Mi	3 Sa	3 Mo 18	3 Do
4 Mo 1	4 Do	4 Do	4 So	4 Di	4 Fr
5 Di	5 Fr	5 Fr	5 Mo 14	5 Mi	5 Sa
6 Mi	6 Sa	6 Sa	6 Di	6 Do Christi Himmelfahrt	6 So
7 Do	7 So	7 So	7 Mi	7 Fr	7 Mo 23
8 Fr	8 Rosenmontag Mo 6	8 Mo 10	8 Do	8 Sa	8 Di
9 Sa	9 Fastnacht Di	9 Di	9 Fr	9 Muttertag So	9 Mi
10 So	10 Aschermittwoch Mi	10 Mi	10 Sa	10 Mo 19	10 Do
11 Mo 2	11 Do	11 Do	11 So	11 Di	11 Fr
12 Di	12 Fr	12 Fr	12 Mo 15	12 Mi	12 Sa
13 Mi	13 Sa	13 Sa	13 Di	13 Do	13 So
14 Do	14 So	14 So	14 Mi	14 Fr	14 Mo 24
15 Fr	15 Mo 7	15 Mo 11	15 Do	15 Sa	15 Di
16 Sa	16 Di	16 Di	16 Fr	16 Pfingstsonntag So	16 Mi
17 So	17 Mi	17 Mi	17 Sa	17 Pfingstmontag Mo 20	17 Do
18 Mo 3	18 Do	18 Do	18 So	18 Di	18 Fr
19 Di	19 Fr	19 Fr	19 Mo 16	19 Mi	19 Sa
20 Mi	20 Sa	20 Sa	20 Di	20 Do	20 So
21 Do	21 So	21 So	21 Mi	21 Fr	21 Mo 25
22 Fr	22 Mo 8	22 Mo 12	22 Do	22 Sa	22 Di
23 Sa	23 Di	23 Di	23 Fr	23 So	23 Mi
24 So	24 Mi	24 Mi	24 Sa	24 Mo 21	24 Do
25 Mo 4	25 Do	25 Do	25 So	25 Di	25 Fr
26 Di	26 Fr	26 Karfreitag Fr	26 Mo 17	26 Mi	26 Sa
27 Mi	27 Sa	27 Sa	27 Di	27 Do	27 So
28 Do	28 So	28 Ostersonntag So	28 Mi	28 Fr	28 Mo 26
29 Fr		29 Ostermontag Mo 13	29 Do	29 Sa	29 Di
30 Sa		30 Di	30 Fr	30 So	30 Mi neues VHS- Programm erscheint
31 So		31 Mi		31 Mo 22	



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.

Sparkasse plus PAYBACK



Sparkasse plus PAYBACK.

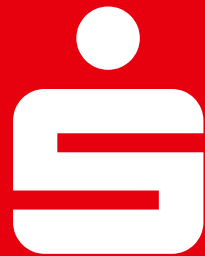
Die beste Sparkassen-Card* aller Zeiten.

Jetzt Sparkassen-Card* verknüpfen und automatisch beim Bezahlen °Punkte sammeln.**

Mehr Infos auf s.de/PAYBACK oder in unseren Filialen.

* Debitkarte

** bei teilnehmenden PAYBACK Partnern und Sparkassen-Vorteilspartnern.



Weil's um mehr als Geld geht.

Erzgebirgssparkasse