



Volkshochschule Jena  
JenaKultur

# „Bildung tut gut“

**Programm**

Frühjahr / Sommer 2022

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

# MACH, WAS DU LIEBST

---

[www.vhs-kursleiter-werden.de](http://www.vhs-kursleiter-werden.de)

Werde auch du  
**Kursleiter\*in** an deiner  
Volkshochschule!





# Inhaltsverzeichnis



- 4 Grußworte
- 6 Ihre vhs Ansprechpartner
- 7 Kalender
- 9 Portfolio
- 10 Standorte
- 12 Angebote Lobeda
- 14 klima.fit
- 97 Die vhs.cloud auf einen Blick
- 124 Bonusvorträge
- 126 Entgeltordnung
- 128 Anmeldekarten
- 129 SEPA-Lastschriftmandat
- 130 Datenschutz | Impressum



## vhs ONLINE

- 18 vhs.wissen.live
- 21 #DigitalDienstag
- 23 on.cloud.9
- 27 Xpert Business Akademie



## Gesellschaft

- 30 Geschichte und Zeitgeschichte
- 32 Politik
- 32 Ökonomie | Recht | Finanzen
- 33 Rhetorik | Kommunikation
- 35 Länder- und Heimatkunde | Umweltbildung
- 37 Studienreisen

## Kultur und Gestalten



- 40 Literatur und Schreiben
- 41 Schauspiel
- 41 Kunst- und Kulturgeschichte
- 42 Mal- und Zeichenkurse | Drucktechnik
- 49 Plastisches und Florales Gestalten
- 51 Musik
- 52 Textiles Gestalten
- 54 vhs DIYs
- 56 Film und Foto



## Gesundheit

- 60 Tanz
- 60 Entspannungstechniken
- 60 TaijiQuan | Qigong
- 61 Yoga
- 62 Pilates
- 63 Rückenurse
- 63 Gesund und bunt Gemischtes
- 65 Gesundheit nachgedacht
- 66 Gesundheit | Psyche
- 68 Ernährung | Kochkunst



## Sprachen und Integration

- 75 Sprachenzertifikate
- 75 Spracheinstufung
- 76 Deutsch als Fremd- und Zweitsprache
- 86 Arabisch
- 86 Chinesisch
- 87 Englisch
- 89 Französisch
- 89 Italienisch
- 90 Japanisch
- 90 Latein
- 91 Neugriechisch
- 91 Hebräisch
- 92 Polnisch
- 92 Portugiesisch
- 92 Russisch
- 93 Schwedisch
- 93 Spanisch
- 94 Tschechisch
- 94 Türkisch
- 94 Ungarisch
- 95 Koreanisch
- 95 Rumänisch
- 95 Gebärdensprache
- 96 Junge vhs



## Beruf - IT - Digitale Kompetenzen

- 101 Online-Besprechungstools
- 101 Offene Angebote
- 102 Angebote am Vormittag/Nachmittag
- 103 vhsBASICS Grundlagen Windows/Office
- 103 Fortführende Office Angebote
- 104 vhs-DOnline Online-Angebote am Donnerstag
- 107 Foto | Medien | Design
- 110 Internetseitengestaltung
- 110 vhsOffice | Büromanagement | Tastschreiben
- 112 Xpert Business Akademie Thüringen
- 117 Softskills – Berufliche Grundkompetenzen
- 118 vhs@Beutenberg



## Grundbildung | Schulabschlüsse

- 122 Alphabetisierung | Grundbildung
- 123 Schulabschlüsse

## » VIELLEICHT IST DIE FORM DER ONLINE-VERANSTALTUNG JA DIE ZUKUNFT?« DR. THOMAS NIETZSCHE



Liebe Jenaerinnen und Jenaer, liebe Jenenserinnen und Jenenser, sehr geehrte Gäste,

wir sind im neuen Jahr angekommen und auch die vhs öffnet ihre Pforten mit dem neuen Semester wieder für Interessierte und Teilnehmende. Hatte ich im letzten Heft noch prognostiziert, dass die Chancen gut stehen, dass nun bald wieder eine – wenn auch vielleicht etwas

andere – Normalität gelebt werden kann in oder nach der Pandemie, so zeichnet die Lage bei Drucklegung des Programmheftes im Dezember 2021 ein anderes Bild. Wir gehen mit unseren Regeln wieder zunehmend und noch stärker in die Verantwortung und versuchen alles, um die Gesundheit und das Leben unserer Bürgerinnen und Bürger zu schützen. Das bedeutet auch, dass sich die Teilnehmenden der vhs-Veranstaltungen auf andere Bedingungen einstellen müssen. Dafür bitten wir um Ihr Verständnis.

Zu gern möchte ich meine Prognose des Programmheftes aus dem Wintersemester aufrechterhalten und bitte Sie daher, mit uns gemeinsam, alle Chancen zu nutzen, diese pandemische Lage alsbald zu überwinden.

Die Angebote der Volkshochschule Jena tragen dazu bei: Sie können sich weiter-

hin über gesundheitliche Fragen aufklären lassen, sich im geschützten Rahmen bewegen, Online-Angebote oder Veranstaltungen in Präsenz wahrnehmen. Die vhs hat zunehmend auch Hybrid-Angebote im Portfolio. Damit entsteht eine ganz neue Flexibilität für alle, die nicht immer in Präsenz teilnehmen wollen oder können. Vielleicht ist diese Form der Veranstaltungsführung ja die Zukunft? Wir wissen es nicht und probieren es einfach gemeinsam aus.

Bleiben Sie neugierig, schauen Sie auf die enorme Vielfalt Ihrer Volkshochschule und lassen Sie sich inspirieren und verführen ... vor allem aber bleiben Sie gesund.

Ihr

Dr. Thomas Nietzsche  
Oberbürgermeister

## » WIR SETZEN UNS WEITERHIN FÜR BETEILIGUNG UND STÄRKUNG DER ZIVILGESELLSCHAFT EIN «

CHRISTIANE SCHMIDT-ROSE



Liebe Freundinnen und Freunde der Volkshochschule,

die Corona-Pandemie hat immer noch Auswirkungen auf alle Bereiche unseres Lebens und somit auch auf Volkshochschulen, ihre Kursleitenden und auf Sie – unsere Teilnehmenden. Gemeinsam haben wir die Zeit genutzt, um digitale Räume als Orte des Lernens und des Austausches auszubauen. Neue Lernwege wie Live-Streaming, Online-Seminare oder Online-Angebote, die zeitlich flexibel abrufbar sind, wurden ausprobiert. Wenn auch digitale Formate selbstverständlich nicht den persönlichen Besuch in der Volkshochschule ersetzen, ermöglichen sie aber das gemeinsame Lernen,

wenn zum gegenseitigen Schutz keine oder nur eingeschränkt Präsenzkurse stattfinden können.

Zudem bieten Online-Angebote die Chance für einen Zugang zum lebenslangen Lernen für beruflich oder privat stark eingebunden Personen bzw. Menschen mit eingeschränkter Mobilität.

Trotz der schwierigen Zeit: wir setzen uns mit unserem vielfältigen Programm weiterhin für Beteiligung und eine Stärkung der Zivilgesellschaft ein, die Verantwortung übernimmt und für einen gesellschaftlichen Zusammenhalt eintritt. Wir hoffen sehr, dass wir Sie in den Volkshochschu-

len bald wieder unter leichteren Bedingungen begrüßen können.

Wir möchten uns deshalb im Voraus bei allen bedanken, die uns unterstützen und die Treue halten und wünschen Ihnen und allen nahestehenden Personen beste Gesundheit.

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



JenaKultur | C. Worsch

» GERADE DIE JÜNGSTE  
VERGANGENHEIT HAT GEZEIGT,  
DASS VERÄNDERUNGEN AN  
DER TAGESORDNUNG SIND. «

DR. ANGELA ANDING

Liebe Teilnehmende, liebe Interessierte,

vor Ihnen liegt das Programmheft für das Frühjahrs- und Sommersemester 2022. Schon im Oktober des letzten Jahres haben wir uns damit beschäftigt, was wohl die richtigen Angebote für das neue Jahr sein können. Wie Sie sich denken können: keine ganz leichte Angelegenheit. Wir dachten aber dennoch an Frühling, an Erwachen, an Neues – wir dachten an Hoffnung. Das Team der vhs wünscht allen, die sich für die Angebote der vhs interessieren, schon lange dabei sind oder auch einfach nur mal rein schauen wollen, ein gutes, gesundes und vor allem hoffnungsvolles neues Jahr.

Uns alle bewegt die Hoffnung, dass wir das neue Semester so präsent wie möglich, so online wie gewünscht und so hybrid wie möglich, gewünscht und notwendig miteinander bestreiten können.

Gerade die jüngste Vergangenheit hat gezeigt, dass Veränderungen an der Tagesordnung sind. Daher bitten wir Sie herzlich: Schauen Sie immer wieder auf

unsere Homepage. Dort finden Sie die aktuellen Angebote, Zeiten und Informationen.

Und vielleicht ist das Zitat von Napoleon Hill, einem amerikanischen Schriftsteller, gerade in Hinblick auf die Angebote der vhs, unsere Zeit in Pandemie und Unsicherheit in vielerlei Hinsicht ein schöner Impuls:

„Hör auf zu warten, denn der perfekte Zeitpunkt kommt nie.“

Ich wünsche Ihnen im Namen des Teams der vhs Jena ein anregendes und schönes Semester an der vhs. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung und Anregungen.

Ihre

Dr. Angela Anding  
Leiterin vhs Jena

# Ihre vhs Ansprechpartner

## Christian Ziege

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

## Sabine Schuldes

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

## Sybille Zeise

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

## Margit Walter

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

## Nicole Bergmann

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

## Susanne Baldrich

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

## Alina Meusel

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

## Eva Munkelt

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

## Aglaya Weidner

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

## Doreen Müller

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

## Sara Delinger-Parčetić

sara.delinger-parcetic@jena.de  
Telefon: 03641 498229  
Projektmitarbeiterin  
Politische Bildung

## Dr. Angela Anding

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

Teamfoto:  
JenaKultur | Grit Hiersemann

## Volkshochschule Jena

Grietgasse 17a  
07743 Jena

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

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

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

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



# Kalender 2022

## Januar 2022

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
					1	2	52
3	4	5	6	7	8	9	1
10	11	12	13	14	15	16	2
17	18	19	20	21	22	23	3
24	25	26	27	28	29	30	4
31							5

## Februar 2022

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

## März 2022

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

## April 2022

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

## Mai 2022

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

## Juni 2022

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

## Juli 2022

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

## August 2022

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
1	2	3	4	5	6	7	31
8	9	10	11	12	13	14	32
15	16	17	18	19	20	21	33
22	23	24	25	26	27	28	34
29	30	31					35

## September 2022

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

## Oktober 2022

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
					1	2	39
3	4	5	6	7	8	9	40
10	11	12	13	14	15	16	41
17	18	19	20	21	22	23	42
24	25	26	27	28	29	30	43
31							44

## November 2022

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
	1	2	3	4	5	6	44
7	8	9	10	11	12	13	45
14	15	16	17	18	19	20	46
21	22	23	24	25	26	27	47
28	29	30					48

## Dezember 2022

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	KW
			1	2	3	4	48
5	6	7	8	9	10	11	49
12	13	14	15	16	17	18	50
19	20	21	22	23	24	25	51
26	27	28	29	30	31		52

 Ferien in Thüringen

 Feiertage

 Anmeldebeginn: 24. Januar | 22. August

 Semesterbeginn: 21. Februar | 12. September

 Erscheinen der Programmhefte 17. Januar | 19. August

Ferien Winterferien: 12. bis 19. Februar | Osterferien: 11. bis 23. April | Pfingstferien: 27. Mai | Sommerferien: 18. Juli bis 27. August  
Herbstferien: 17. bis 29. Oktober | Weihnachtsferien: 23. Dezember 2022 bis 3. Januar 2023

# Allgemeine Infos



## Hinweise

### Ermäßigungsberechtigung

Denken Sie bitte daran, mit der Anmeldung den entsprechenden Nachweis beizubringen. Dies gilt auch für Anmeldungen per E-Mail. Eine nachträgliche Ermäßigung ist nicht möglich.

### Teilnehmendenentgelt

Die Teilnehmendenentgelte werden mit der Anmeldung fällig. Sollte der Kurs nicht stattfinden und Sie eine Einzugsermächtigung (Sepa-Mandat) erteilt haben, machen wir vor dieser keinen Gebrauch. Wurde das Entgelt bar entrichtet, erhalten Sie dieses in der Geschäftsstelle zurück. Bitte beachten Sie unsere Entgeltordnung auf Seite 126.

### Vergabe der Plätze

Die Vergabe der Plätze erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen. Bitte informieren Sie sich telefonisch oder vor Ort über das Zustandekommen Ihres Kurses. Wir setzen uns mit Ihnen in Verbindung, wenn der Kurs nicht stattfindet oder es Veränderungen in der Planung gibt.

## Anmeldung

### Persönlich

Grietgasse 17a  
07743 Jena

Barzahlung  
EC Karte  
SEPA-Lastschriftverfahren

### Telefonisch

03641 498200  
nur SEPA-Lastschriftverfahren

### per E-Mail

volkshochschule@jena.de  
nur SEPA-Lastschriftverfahren

### Online

www.vhs-jena.de

## Kurskalkulation

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

## Aktualität und Nutzung Homepage

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

## Newsletter

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

## Kursgrößen und Bezeichnungen:

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

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

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

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

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

# Unser Portfolio

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

## Lernarrangement

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

## Veranstaltungsformate

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

## Durchführungsart

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

## Zielgruppen nach Alter

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

## Beratung

- Weiterbildungsberatung
- Bildungsprämie
- Einstufungstests Sprachen

## Zielgruppen nach Inhalten/Bedürfnissen

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

## Prüfungen in Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern

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

## Kooperationen mit

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

## Externe Vermietung der Räumlichkeiten

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



Gesellschaft



Kultur und Gestalten



Gesundheit und Prävention



Beruf - IT - Digitale Kompetenzen



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



Grundbildung  
(mit Alphabetisierung, Lernen am Telefon, Nachholenden Schulabschlüssen – Hauptschulabschluss, Realschulabschluss, Abitur)

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

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

# Die vhs-Geschäftsstelle und weitere Standorte



Kartografie: DominoPlan Jena

## **A** vhs-Gebäude, Geschäftsstelle

Grietgasse 17a  
07743 Jena

## **B** vhs-Anbau am Volksbad

Knebelstraße 10  
07743 Jena  
Eingang über Volksbad-Parkplatz

## **C** vhs, Paradiesstraße

Paradiesstraße 6  
07743 Jena

## **D** Staatliches Berufsschulzentrum Karl Volkmar Stoy

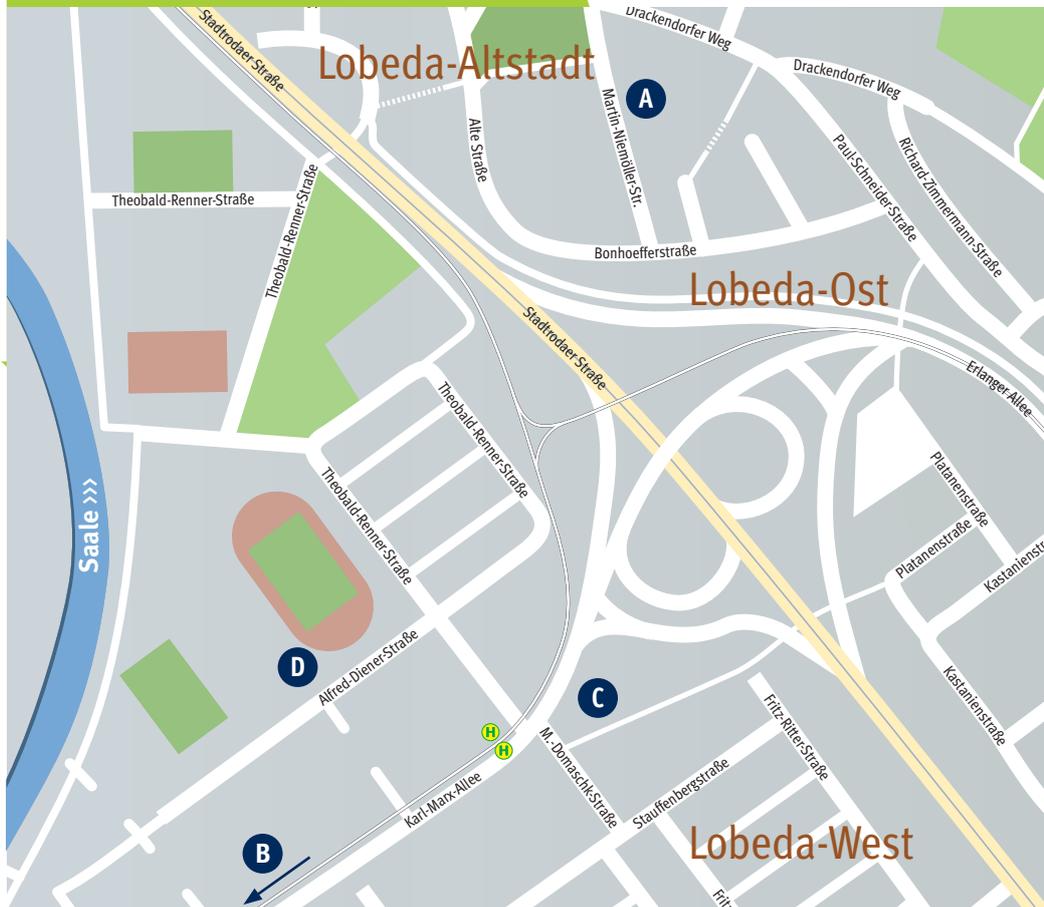
(ehemalige Paradieschule)  
Paradiesstraße 5  
07743 Jena

## **E** Carl-Zeiss-Gymnasium

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



# Lobeda



Kartografie: DominoPlan Jena

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

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

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

**D** Sportpark Lobeda  
Alfred-Diener-Straße 2  
07747 Jena



**Volkshochschule Jena**  
Grietgasse 17a  
07743 Jena

E-Mail: [volkshochschule@jena.de](mailto:volkshochschule@jena.de)  
Telefon: 03641 498200

## Wir informieren und beraten Sie gern. Unsere Öffnungszeiten

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

## Unsere Öffnungszeiten IN DEN FERIEN

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

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

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

### ThEKiZ – Acrylmalerei & Zeichnen

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



JenaKultur | Grit Hiersemann

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

#### 22F20568

Zoya Goletz

Samstag, 21.05.2022, 10:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 22.05.2022, 10:00 - 15:30 Uhr

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

67,80 Euro

Kleingruppe

### Gitarre für Anfängende

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

Mitzubringen: Akustische oder Elektrogitarre & Capodaster.

#### 22F20817

Michael Ipatov

dienstags, 26.04.2022,

19:00 - 20:00 Uhr, 9 Abende

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

51,10 Euro

Kleingruppe

### Eltern-Kind-Zumba®

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

Pro angemeldeten Elternteil darf gern EIN Kind angemeldet werden - die Raumkapazität ist begrenzt.

Mitzubringen: Sportbekleidung, Turnschuhe, Getränk.

#### 22F30005

Lisa Bauer

mittwochs, 16.03.2022,

17:30 - 18:30 Uhr, 9 Abende

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

59,00 Euro

Kleingruppe\*

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

### Rücken - kräftig und agil

Rückenschmerzen zählen zu den häufigsten gesundheitlichen Beschwerden in der Bevölkerung und gehören scheinbar zum Leben dazu wie graue Haare oder Schnupfen. Jedoch besitzt jeder Mensch Kompetenzen, die dabei helfen, den Rücken gesund zu erhalten, mit Rückenschmerzen

umzugehen und sie möglichst nicht zu behalten. Dieser Kurs vermittelt Grundübungen für ein eigenständiges Training sowie Übungen mit Kleingeräten für eine abwechslungsreiche und fordernde Kurseinheit.

Mitzubringen: großes Handtuch, Wasser

#### 22F30211

Felix Starke

freitags, 25.02.2022,

16:00 - 17:00 Uhr, 15 Abende

ThEKiZ „Regenbogen“, Fregestr. 3,

Mehrzweckraum

100,00 Euro

Kleingruppe

## Stadtteilbüro Jena-Lobeda – Karl-Marx-Allee 28



Foto: Stadtteilbüro

### PC-Café – zuhören, mitreden, genießen!

**22F50001**

Frank Rutkowski  
ab Donnerstag, 24.02.2022,  
14:45 - 16:15 Uhr, 14-tägig  
Stadtteilbüro Lobeda-West,  
Karl-Marx-Allee 28  
5,00 Euro / Sitzung

### Mobiles Café – Smartphone, Tablet und Co.

**22F50002**

Carola Lück  
ab Mittwoch, 09.03.2022,  
14:00 - 15:30 Uhr, 4-wöchig  
Stadtteilbüro Lobeda-West,  
Karl-Marx-Allee 28  
5,00 Euro / Sitzung

### Knotenpunkt – hier laufen alle Fäden zusammen

**22F21350A**

Carola Lück  
ab Mittwoch, 23.02.2022,  
14:00 - 16:15 Uhr, 4-wöchig  
Stadtteilbüro Lobeda-West,  
Karl-Marx-Allee 28  
5,00 Euro / Sitzung

## Sportpark Lobeda – Alfred-Diener-Straße 2

### Mit Pilates zu einem neuen Lebensgefühl

**22F30177**

Yukhim Peskin  
donnerstags, 10.03.2022,  
08:00 - 09:00 Uhr, 15 Vormittage  
Sportpark Lobeda, Parkettraum,  
Alfred-Diener-Straße 2  
95,10 Euro  
Kleingruppe\*

**22F30178**

Yukhim Peskin  
mittwochs, 23.02.2022,  
17:00 - 18:00 Uhr, 15 Nachmittage  
Sportpark Lobeda, Parkettraum,  
Alfred-Diener-Straße 2  
95,10 Euro  
Kleingruppe\*



JenaKultur | vhs

### Resilienztraining – Die psychische Widerstandskraft stärken

**22F30698**

Marlin Parrau  
donnerstags, 24.02.2022,  
17:00 - 18:30 Uhr, 10 Abende  
Sportpark Lobeda, Parkettraum,  
Alfred-Diener-Straße 2  
95,00 Euro  
Kleingruppe

### Autogenes Training

**22F30102**

Marlin Parrau  
dienstags, 22.02.2022,  
17:00 - 18:30 Uhr, 10 Abende  
Sportpark Lobeda, Parkettraum,  
Alfred-Diener-Straße 2  
95,00 Euro  
Kleingruppe

## Klimawandel vor der Haustür! Was kann ich tun?

Ein spannendes, dialogorientiertes Kurskonzept, das deutschlandweit in Kooperation zwischen Volkshochschulen, dem WWF und dem Helmholtz-Forschungsverbund Regionale Klimaänderungen und Mensch (REKLIM) durchgeführt wird – unter Einbeziehung von kommunal Verantwortlichen im Klimaschutz und ausgewiesenen Fachexperten – online und in Präsenz

Rund um den Globus fordern Menschen, unter anderem im Rahmen von „Fridays for Future“, ein entschlossenes Handeln für mehr Klimaschutz von der Politik. Auch die Corona-Pandemie hat deutlich gemacht, wie anfällig unser Leben gegenüber äußeren Einwirkungen ist und was das für unseren Alltag bedeuten kann. Dass die Auswirkungen des Klimawandels auch Deutschland betreffen, merken wir immer deutlicher, beispielsweise: vermehrte Hitzetage über 30 Grad, Dürren, Starkniederschlagsereignisse oder durch den steigenden Meeresspiegel.

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

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

Der WWF Deutschland und der Helmholtz-Forschungsverbund Regionale Klimaänderungen und Mensch (REKLIM) haben diesen Kurs entwickelt, gefördert wird das Projekt durch die Robert Bosch Stiftung und die Klaus Tschira Stiftung. Die erfolgreiche Teilnahme wird am Ende des Kurses mit einem Zertifikat ausgezeichnet.

Als Dozent konnte Jan Koltermann gewonnen werden. Er ist Diplomingenieur (FH) für Umwelttechnik / Umweltverfahrenstechnik, arbeitet im Bereich der Unternehmensberatung und in der Forschung & Entwicklung. Der bereits in der Vergangenheit bestehende Fokus auf den Nachhaltigkeits- und Umweltbereich bildet heute den Schwerpunkt seiner Arbeit. Seit über 16 Jahren als Innovationsermöglicher aktiv, hilft er Unternehmen, ihre Ideen umzusetzen und in den Markt zu bringen. In der nachhaltigen Organisationsentwicklung helfen ihm seine vierjährige Ausbildung als integraler Life- und eine einjährige Ausbildung als integrativer Naturcoach.

In den ersten beiden Sitzungen wird der Klimaschutzkoordinator der Stadt Jena, Kevin Muschalle-Momberg, beteiligt sein und den Fokus auf die regionalen Bedingungen in der Stadt Jena richten. Der studierte Umweltingenieur-wissenschaftler ist seit 2016 für das Thema Klimaschutz in der Stadt Jena verantwortlich. Zu seinen Aufgaben zählen einerseits die Entwicklung und Umsetzung kommunaler Klimaschutzziele und –maßnahmen. Andererseits weiß er um die enorm wichtige Rolle zivilgesellschaftlicher Klimaschutzakteure und versteht sich daher auch als Bindeglied zur Stadtverwaltung.

### 22F10410

Jan Koltermann (Diplomingenieur (FH) für Umwelttechnik / Umweltverfahrenstechnik) Kevin Muschalle-Momberg (Klimaschutzkoordinator, Dezernat für Stadtentwicklung und Umwelt, Stadt Jena)  
dienstags, 22.03.2022,  
18:00 - 21:00 Uhr, 6 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5, R. 02\_08  
17,00 Euro

### Folgende Themen werden an den Terminen entweder in Präsenz oder online behandelt:

#### 22.03.2022

Grundlagen des Klimawandels und Einführung in die kommunale Herausforderung

#### 05.04.2022

Ursachen des Klimawandels und Klimaschutz auf kommunaler Ebene

#### 28.04.2022

Expertendialog mit führenden Klimafor-scherinnen- und Forschern (online)

#### 03.05.2022

Regionale Folgen des Klimawandels und was kann ich selbst tun?

#### 17.05.2022

Expertentipps zu Energie, Mobilität und Ernährung (online)

#### 31.05.2022

Klimaanpassung – wie geht das?  
Zertifikatsverleihung

Ein Projekt von



Gefördert durch



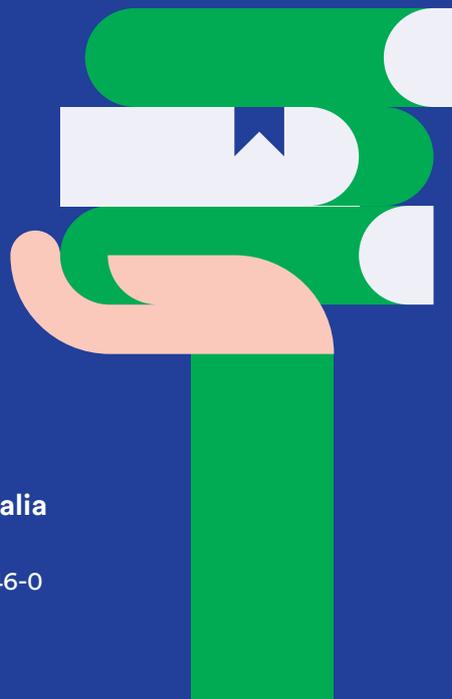


Unsere Kurse finden Sie  
im Bereich Sprachen auf  
Seite 96 und im Bereich  
Beruf auf Seite 111.

Weitere Kurse finden Sie  
unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)



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



Jenaer Universitätsbuchhandlung Thalia  
»Neue Mitte Jena«

Leutragraben 1 · 07743 Jena · Tel. 03641 4546-0

E-Mail: [Thalia.Jena-NeueMitte@Thalia.de](mailto:Thalia.Jena-NeueMitte@Thalia.de)

 **Thalia**



**vhs**  
**ONLINE**



## vhs ONLINE

- 18 vhs.wissen live
- 21 #DigitalDienstag
- 23 on.cloud.9
- 27 Xpert Business Akademie

### Liebe Teilnehmende und Interessierte,

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

Ihr vhs-Team



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



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

#### Kursgrößen und Bezeichnungen:

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

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

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

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

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



# vhs • wissen live

das digitale Wissenschaftsprogramm



## Was ist vhs.wissen live?

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

## Wie kann ich an diesen Vorträgen teilnehmen?

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

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

Die ausführlichen Inhalte sowie Informationen zu den Referent\*innen der einzelnen Veranstaltungen finden Sie im Internet unter: [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)

## vhs.wissen live: Das unzufriedene Volk

**22F10000**

Detlef Pollack, Soziologe und Stefan Locke, Journalist  
Mittwoch, 09.02.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

## vhs.wissen live: Die Barbaren sind die anderen.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Deutsch-Italienischen Zentrum Villa Vigoni und der Gerda Henkel Stiftung statt.

**22F10001**

Mischa Meier, Professor für Alte Geschichte  
Dienstag, 15.02.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

## vhs.wissen live: „Die Himmelsscheibe von Nebra – Fürsten, Goldwaffen und Armeen“

**22F10002**

Harald Meller, Archäologe, Direktor des Landesamts für Denkmalpflege und Archäologie Sachsen-Anhalt/Landesmuseum für Vorgeschichte.  
Freitag, 25.02.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

## vhs.wissen live: Die Revolution hat ein weibliches Gesicht. Die aktuelle Rolle der Frauen in Belarus.

**22F10003**

Alice Bota, Autorin und Journalistin  
Donnerstag, 03.03.2022,  
19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

## vhs.wissen live: Femizide – Warum Männer Frauen töten und was wir dagegen tun müssen

**22F10003A**

Margherita Bettoni, Investigativjournalistin  
Montag, 07.03.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

## vhs.wissen live: „Galaxien und schwarze Löcher“

**22F10004**

Reinhard Genzel – Direktor, Max-Planck-Institut für extraterrestrische Physik, Garching; Professor für Physik und Astronomie, Universität Berkeley Kalifornien  
Mittwoch, 09.03.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei



### **vhs.wissen live: Zusammentreffen von Mensch und Maschine: Mitbewohner, Diener, Kollege oder Konkurrent?**

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Akademie für Technikwissenschaften (acatech) statt

#### **22F10005**

Elisabeth André, Lehrstuhl für Mensch-zentrierte Künstliche Intelligenz, Universität Augsburg  
Dienstag, 15.03.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

### **vhs.wissen live: „Widerstände gegen Weltbürgerlichkeit – Eine wechselvolle Geschichte“**

#### **22F10006**

Jürgen Osterhammel, Professor a.D. für Geschichte, Universität Konstanz  
Donnerstag, 24.03.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

### **vhs.wissen live: Deutschland vom Musterstaat zum Entwicklungsland – wie kann es sein, dass wir im Vergleich zu Europa hinterherhinken?**

Zu Gast bei vhs.wissen live sind Alexander Hagelüken, leitender Redakteur im Wirtschaftsteil, und Marlene Weiß, Ressortleiterin Wissen.  
In Kooperation mit der Süddeutschen Zeitung

#### **22F10015**

vhs.wissen live  
Dienstag, 29.03.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
kein Entgelt

### **vhs.wissen live: Zwischen Globalismus und Demokratie: die EU, Europa und die Nationalstaaten**

#### **22F10007**

Wolfgang Streeck, Soziologe und ehem. Direktor am Max-Planck-Institut für Gesellschaftsforschung in Köln  
Peter Gauweiler, Rechtsanwalt und Politiker  
Donnerstag, 07.04.2022,  
19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

### **vhs.wissen live: Hat Europa eine kulturelle Identität?**

Europa ist ein Vielvölkerkontinent. Jede einzelne Nation nimmt für sich in Anspruch, über eine eigene nationale Identität zu verfügen.

Gibt es trotzdem so etwas wie eine übergreifende Identität Europas, die über den Verweis auf ein abendländisch-christlich-jüdisches Erbe hinausreicht?

Mit was genau wäre Europa in kultureller Hinsicht identisch? Die Frage ist nicht neu, aber sie stellt sich immer wieder neu, weil sich die übergreifenden Themen stetig verändern.

Gegenwärtig steht ein anderes Erbe im Mittelpunkt der Debatten über die kulturelle Identität Europas: die koloniale Vergangenheit des Kontinents und sein Verhältnis zur außereuropäischen Welt.

Welche Konsequenzen dieses Verhältnis und die damit verbundenen Fragen um Schuld und Wiedergutmachung für das europäische kulturelle Selbstverständnis hat, diskutieren Prof. Michael Hochgeschwender und der Feuilletonchef und Herausgeber der FAZ Jürgen Kaube. Moderiert wird das Gespräch von Georgios Chatzoudis.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Deutsch-Italienischen Zentrum Villa Vigoni und der Gerda Henkel Stiftung statt.

#### **22F10016**

vhs.wissen live  
Dienstag, 12.04.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
kein Entgelt

### **vhs.wissen live: „Willkommen im Anthropozän: Welche Technik prägt das Menschenzeitalter?“**

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Akademie für Technikwissenschaften (acatech) statt

#### **22F10008**

Helmuth Trischler, Professor für Technikgeschichte, LMU München und Bereichsleiter Forschung am Deutschen Museum München  
Dienstag, 26.04.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

### **vhs.wissen live: Krankenhäuser in Deutschland. Strukturen – Reformen – Probleme**

#### **22F10009**

Thomas Gerlinger, Professor, Universität Bielefeld und Leiter der Arbeitsgruppe „Gesundheitssysteme, Gesundheitspolitik und Gesundheitssoziologie“  
Donnerstag, 05.05.2022,  
19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

### **vhs.wissen live: Nachhaltig, sicher, genussvoll – was trifft den modernen „Geschmack“?**

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Akademie für Technikwissenschaften (acatech) statt

#### **22F10010**

Andrea Büttner, Lebensmittelchemikerin  
Dienstag, 10.05.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

### **vhs.wissen live: Kurt Landauer – Der Präsident des FC Bayern.**

#### **22F10011**

Jutta Fleckenstein und Rachel Salamander, Autorinnen  
Mittwoch, 11.05.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei



### **vhs.wissen live: Die Evolution der Phantasie: Warum wir ohne Kunst nicht leben können**

**22F10012**

Thomas Junker Prof. für Geschichte der Biowissenschaften, Universität Tübingen  
Dienstag, 17.05.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

### **vhs.wissen live: Die Wiederfindung der Nation – Warum wir sie fürchten und warum wir sie brauchen**

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

**22F10012A**

Aleida Assmann, Professorin em. für Anglistik und Allgemeine Literaturwissenschaft, Universität Konstanz  
Prof. Herfried Münkler, Politikwissenschaftler mit dem Schwerpunkt Politische Theorie und Ideengeschichte  
Mittwoch, 18.05.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

### **vhs.wissen live: Geschichte und Zukunft der Mode**

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Wissenschaftskolleg zu Berlin statt.

**22F10013**

Ulinka Rublack lehrt Europäische Geschichte an der Universität Cambridge, Alfons Kaiser ist leitender Journalist bei der FAZ und dort u.a. für Mode zuständig.  
Mittwoch, 22.06.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

### **vhs.wissen live: Welche Grenzen brauchen wir? Ethik und Politik der Migration**

**22F10014**

Gerald Knaus, Soziologe und Migrationsforscher  
Matthias Hoesch, Philosoph  
Donnerstag, 23.06.2022, 19:30 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
entgeltfrei

**Wir danken den Projektpartnern dieses Semesters:**

 **acatech**

DEUTSCHE AKADEMIE DER  
TECHNIKWISSENSCHAFTEN

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

 Villavigoni

## #DigitalDienstag - das digitale Bildungsblitzlicht der vhs Jena in Kooperation mit den Volkshochschulen Burgenlandkreis und der Stadt Halle.

Wollten Sie sich schon immer mal für wenig Geld und in kurzer und knackiger Form über Themen wie Solarenergie, Manga-Zeichnen, Web-Design oder Zusatzstoffe in Lebensmitteln informieren, dann stöbern Sie einfach in unserer neuen Kategorie. Hier ist für jeden Geschmack etwas dabei. Alle Veranstaltungen können direkt online bei der vhs Jena gebucht werden und haben eine "Durchführungsgarantie".

Die einzelnen Kurse, Vorträge oder virtuellen Exkursionen werden über die vhs.cloud oder in Ausnahmefällen mit Zoom durchgeführt. Nach Anmeldung erhalten Sie den entsprechenden Zugangslink von uns zugesandt. Detaillierte Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen finden sie im Internet unter [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)



### Logo Design – für Firmen, Verein & Hobby

**22F10050**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 01.02.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
5,00 Euro

### Solarstrom vom eigenen Dach

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale des Landes Sachsen-Anhalt

**22F10051**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 01.02.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
kein Entgelt

### Reise nach Japan – live aus Tottori / Japan SENSEI SAMSTAG

**22F10051A**

Dozent in Kooperation  
Samstag, 05.02.2022, 10:30 - 12:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
5,00 Euro  
Bonusvortrag! Entgeltfrei für Teilnehmende an Sprachkursen

### Versteckspiel Zucker

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale des Landes Sachsen-Anhalt

**22F10052**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 08.02.2022, 17:00 - 18:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
kein Entgelt

### Schlafstörungen adé – Gesunder Schlaf

**22F10053**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 08.02.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
5,00 Euro

### Mobiles (bargeldloses) Bezahlen

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale des Landes Sachsen-Anhalt

**22F10054**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 22.02.2022, 18:00 - 19:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
kein Entgelt

### Manga zeichnen – Dynamische Posen und Effekte

**22F10055**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 22.02.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
5,00 Euro  
Bonusvortrag! Entgeltfrei für Teilnehmende an Sprachkursen

### Solarstrom von Balkon und Terrasse

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale des Landes Sachsen-Anhalt

**22F10056**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 01.03.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
kein Entgelt

### Erinnerungskultur in Deutschland und Polen

**22F10057**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 15.03.2022, 17:00 - 19:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
kein Entgelt



## Kreativität neu entdecken mit 3D-Scan und 3D-Druck – Gestalte dein Objekt

**22F10058**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 22.03.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
5,00 Euro

## Inkasso – Umgang mit berechtigten und unberechtigten Forderungen

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale des Landes Sachsen-Anhalt

**22F10059**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 22.03.2022, 18:00 - 19:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
kein Entgelt

## Bullet Journal – Organisieren Sie sich kreativ

**22F10060**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 29.03.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
5,00 Euro

## Heizen mit der Sonne – Solarthermie

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale des Landes Sachsen-Anhalt

**22F10061**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 05.04.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
kein Entgelt



## Design Thinking - Methodenset für agiles, innovatives Arbeiten

**22F10062**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 05.04.2022, 17:00 - 19:15 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
12,00 Euro

## Spannungsvolle (nutzbare) Gärten – Schritt für Schritterklärt

**22F10063**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 26.04.2022, 17:30 - 19:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
5,00 Euro

## Sommerlicher Hitzeschutz zuhause

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale des Landes Sachsen-Anhalt

**22F10064**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 03.05.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
kein Entgelt

## Die E-Nummern – Zusatzstoffe in Lebensmitteln

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale des Landes Sachsen-Anhalt

**22F10065**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 17.05.2022, 17:00 - 18:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
9,00 Euro

## Kurzwanderung durch die Orchideenwelt der Toten Täler (Burgenlandkreis)

**22F10066**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 31.05.2022, 17:30 - 18:15 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
5,00 Euro

## Film ab! Stop-Motion-Clips und (digitale) Daumenkinos

**22F10067**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 07.06.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
5,00 Euro

## Strategien für LinkedIn & XING

**22F10068**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 14.06.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
5,00 Euro

## App-Welten: Nebenbei Geld sparen

**22F10069**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 21.06.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
5,00 Euro

## Virtuelle Stadtführung durch den Dom Halle

**22F10070**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 28.06.2022, 17:30 - 19:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
5,00 Euro

## Ökologisch und energieeffizient bauen

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale des Landes Sachsen-Anhalt

**22F10071**

Dozent in Kooperation  
Dienstag, 05.07.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
kein Entgelt

# Kommen Sie mit uns „on.cloud.9“!

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

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

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

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



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

## Einkommensteuererklärung verständlich gemacht



**22F10320**

Volker Riechert  
Donnerstag, 12.05.2022,  
15:15 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
69,40 Euro

## Manga und Anime



**22F20311**

Dr. Almut Sakai  
Mittwoch, 06.04.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
12,50 Euro

## Ess- und Konsumkultur Japans



**22F20312**

Dr. Almut Sakai  
Mittwoch, 04.05.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
12,50 Euro

## Das traditionelle und moderne Japan



**22F20313**

Dr. Almut Sakai  
Mittwoch, 01.06.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
12,50 Euro

## Freies Zeichnen – Kleingruppe

**22F20540**

Willi Schlese  
donnerstags, 21.04.2022,  
18:00 - 20:15 Uhr, 5 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
62,00 Euro

## Zeichnen lernen – Grundlagenkurs – Kleingruppe

**22F20541**

Willi Schlese  
montags, 25.04.2022,  
17:00 - 19:15 Uhr, 5 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
62,00 Euro

## Anatomisches Zeichnen für Anfängende – Kleingruppe

**22F20542**

Willi Schlese  
donnerstags, 09.06.2022,  
18:00 - 20:15 Uhr, 5 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
62,00 Euro



## Deutsch B1.1 – am Abend



Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2

**22F404024**

Melina Luise Koch  
donnerstags und dienstags, 17.02.2022 -  
12.05.2022, 18:30 - 20:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
280,00 Euro  
Kleingruppe



## Deutsch B1.2 – am Abend



Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2

**22F404025**

Melina Luise Koch  
dienstags und donnerstags, 24.05.2022 -  
16.08.2022, 18:30 - 20:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
280,00 Euro  
Kleingruppe





### Deutsch A1: Aussprachetraining

**22F404050**

Melina Luise Koch  
mittwochs, 26.01.2022,  
18:30 - 20:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
93,00 Euro  
Kleingruppe



### Deutsch im Beruf: Bewerbungstraining B1+ /B2 – Weekendworkshop

**22F404059**

Claudia Petermann  
samstags und sonntags, 19.03.2022 -  
27.03.2022, 09:00 - 15:30 Uhr, 4 Abende  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3  
181,00 Euro  
Kleingruppe



### Deutsch A2/B1: Aussprachetraining

**22F404051**

Melina Luise Koch  
mittwochs, 30.03.2022,  
18:30 - 20:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
93,00 Euro  
Kleingruppe



### Deutsch im Alltag A2: Wortschatz und Grammatik – am Abend

**22F404070**

Lisann Worch  
donnerstags und dienstags, 24.02.2022 -  
29.03.2022, 17:30 - 19:45 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
170,00 Euro  
Kleingruppe



### Deutsch im Alltag A2: Über aktuelle Probleme diskutieren

**22F404054**

Melina Luise Koch  
mittwochs, 25.05.2022,  
18:30 - 20:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,00 Euro  
Kleingruppe



### Deutsch im Alltag A2: Deutsch beim Arzt und in der Apotheke

**22F404071**

Lisann Worch  
mittwochs, 02.03.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
49,00 Euro  
Kleingruppe



### Deutsch im Alltag A2: Wortschatz und Grammatik – am Vormittag

**22F404072**

Lisann Worch  
montags, 28.02.2022, 09:15 - 11:30 Uhr,  
Mo, Mi + Do  
vhs, virtueller Klassenraum  
170,00 Euro



### Deutsch im Alltag B1: Vokabeltraining intensiv

**22F404073**

Lisann Worch  
mittwochs, 30.03.2022,  
17:30 - 19:45 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
56,00 Euro  
Kleingruppe



### Deutsch im Alltag A1 - C1: Deutsche Spiele und Rätsel

**22F404074**

Lisann Worch  
freitags, 11.03.2022, 10:00 - 11:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
49,00 Euro  
Kleingruppe



### Polnisch A1 – 1. Semester

**22F417002**

Danuta Gase  
mittwochs, 23.02.2022,  
18:00 - 19:30 Uhr, 12 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
137,00 Euro  
Kleingruppe



### Schwedisch Lektürekurs

**22F420002**

Mandy Strecker  
mittwochs, 23.02.2022,  
18:00 - 19:30 Uhr, 10 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
115,00 Euro  
Kleingruppe



## Tschechisch A2

**22F423036**

Lucie Hernandez  
dienstags, 22.02.2022,  
19:15 - 20:45 Uhr, 10 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
115,00 Euro  
Kleingruppe



## Koreanisch A1 – 1. Semester

**22F426001**

Joo Young Lee  
mittwochs, 23.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 9 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
107,00 Euro  
Kleingruppe



## Koreanisch A1 – 3. Semester

**22F426005**

Joo Young Lee  
dienstags, 22.02.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
9 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
107,00 Euro  
Kleingruppe



## Koreanisch A1 – 4. Semester

**22F426010**

Joo Young Lee  
dienstags, 10.05.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
10 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
118,00 Euro  
Kleingruppe



## vhs-DOnline: Word – Tipps und Tricks

**22F51110**

Carola Lück  
Donnerstag, 24.02.2022,  
10:30 - 12:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
35,00 Euro



## vhs-DOnline: Word – Große Dokumente

**22F51111**

Carola Lück  
Donnerstag, 03.03.2022,  
08:30 - 12:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
35,00 Euro  
Kleingruppe



## vhs-DOnline: Word – Automatisierung

**22F51112**

Carola Lück  
Donnerstag, 10.03.2022,  
08:30 - 12:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
35,00 Euro  
Kleingruppe



## vhs-DOnline: Word – Formulare mit Word

**22F51113**

Carola Lück  
Donnerstag, 17.03.2022,  
08:30 - 11:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe



## vhs-DOnline:

### PowerPoint – Präsentation schnell erstellt

**22F51115**

Carola Lück  
Donnerstag, 24.03.2022,  
13:30 - 17:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
35,00 Euro  
Kleingruppe



## vhs-DOnline:

### PowerPoint – Tipps und Tricks

**22F51116**

Carola Lück  
Donnerstag, 31.03.2022,  
13:30 - 17:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
35,00 Euro  
Kleingruppe



## vhs-DOnline:

### Outlook – Grundlagen

**22F51118**

Carola Lück  
Donnerstag, 05.05.2022,  
08:30 - 15:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
50,00 Euro  
Kleingruppe



## vhs-DOnline: Excel – Tipps und Tricks

**22F51120**

Carola Lück  
Donnerstag, 07.04.2022,  
08:30 - 11:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe



## vhs-DOnline: Excel – Tipps und Tricks II

**22F51121**

Carola Lück  
Donnerstag, 28.04.2022,  
08:30 - 11:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe





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



**22F51122**

Carola Lück  
Donnerstag, 12.05.2022,  
08:30 - 11:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe

### **vhs-DOnline: Excel – Diagramme (intensiv)**

**22F51125**

Carola Lück  
Donnerstag, 03.03.2022,  
13:30 - 16:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe



### **vhs-DOnline: Excel – WENN-Funktion**



**22F51128**

Carola Lück  
Donnerstag, 09.06.2022,  
08:30 - 14:15 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
42,50 Euro  
Kleingruppe

### **vhs-DOnline: Excel – Pivottabellen aus mehreren Tabellen**



**22F51123**

Carola Lück  
Donnerstag, 19.05.2022,  
08:30 - 11:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe

### **vhs-DOnline: Excel – Einfache Makros aufzeichnen**

**22F51126**

Carola Lück  
Donnerstag, 10.03.2022,  
13:30 - 16:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe



### **vhs-DOnline: Excel – SVERWEIS**



**22F51129**

Carola Lück  
Donnerstag, 17.03.2022,  
13:30 - 16:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe

### **vhs-DOnline: Excel – Datenmanagement mit Excel**



**22F51124**

Carola Lück  
Donnerstag, 24.02.2022,  
13:30 - 17:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
35,00 Euro  
Kleingruppe

### **vhs-DOnline: Excel – Arbeit mit häufigen Funktionen**

**22F51127**

Carola Lück  
Donnerstag, 02.06.2022,  
08:30 - 15:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
50,00 Euro  
Kleingruppe



### **vhs-DOnline: Excel – Datums- und Zeitfunktion intensiv**



**22F51130**

Carola Lück  
Donnerstag, 07.04.2022,  
13:30 - 16:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe

### vhs-DOnline: Excel – Textfunktionen intensiv



**22F51131**

Carola Lück  
Donnerstag, 24.03.2022,  
08:30 - 11:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe

### vhs-DOnline: Excel – Professionelle Formulare



**22F51134**

Carola Lück  
Donnerstag, 16.06.2022,  
08:30 - 11:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe

### vhs-DOnline: Excel – Datenbankfunktionen und Spezialfilter



**22F51132**

Carola Lück  
Donnerstag, 31.03.2022,  
08:30 - 11:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe

### vhs-DOnline: Excel – Workshop Intelligente Tabellen – Excel als Datenbankersatz



**22F51135**

Carola Lück  
Donnerstag, 23.06.2022,  
08:30 - 15:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
50,00 Euro  
Kleingruppe

### vhs-DOnline: Excel – Prognosen und Trends



**22F51133**

Carola Lück  
Donnerstag, 28.04.2022,  
13:30 - 16:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe



## Xpert Business Akademie Thüringen

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

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

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

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

### Was bedeutet eigentlich „Xpert Business“?



### Xpert Business Akademie – Infoveranstaltung (Hybrid)



**22F50500**

Christian Ziege  
Montag, 21.02.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
entgeltfrei

Weitere Details:  
Kursangebote und Inhalte finden Sie unter:  
[www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de) oder ab Seite 112.



## Gesellschaft



## Gesellschaft

- 30 Geschichte und Zeitgeschichte
- 32 Politik
- 32 Ökonomie / Recht / Finanzen
- 33 Rhetorik / Kommunikation
- 35 Länder- und Heimatkunde / Umweltbildung
- 37 Studienreisen

### Liebe Teilnehmende und Interessierte,

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

Ihr vhs-Team



Leiterin der vhs  
**Dr. Angela Anding**  
Fachbereichsleiterin Alphabetisierung  
Telefon 03641 498210  
angela.anding@jena.de



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



Projektmitarbeiterin Politische Bildung  
**Sara Delinger-Parčetić**  
sara.delinger-parcetic@jena.de  
Telefon 03641 498229

#### Kursgrößen und Bezeichnungen:

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

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

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

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

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

## Geschichte und Zeitgeschichte

### Geschichte von Jena – Das Zeitalter der Reformation (HY)

Die Stadt Jena erfährt in der Zeit nach Luthers Thesenanschlag 1517 tiefgreifende Veränderungen. Klosterstürme, Bauernkrieg und der Kampf um das wahre Evangelium zwischen Luther und seinen Widersachern prägen diese Zeit. Luther muss höchstselbst erscheinen. Gelingt es ihm, die Aufsässigen in Jena und Umgebung zu bändigen?

#### 22F10100

Dr. Thomas Frantzke  
Dienstag, 08.03.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
12,50 Euro



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

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



### Geschichte von Jena – „Hanfried“ und die Universität (HY)

Nach der Niederlage im Schmalkaldischen Krieg 1546/47 muss der „Exkurfürst“ von Sachsen Johann Friedrich der Großmütige für fünf Jahre in kaiserliche Gefangenschaft. Kurwürde, das halbe Land und die Universität Wittenberg sind verloren. Für Jena bedeutet dies eine außergewöhnliche Chance. Johann Friedrich legt hier die Grundlagen zur Gründung der Universität. Stadt und Thüringen profitieren davon.

#### 22F10101

Dr. Thomas Frantzke  
Dienstag, 15.03.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
12,50 Euro

### Geschichte von Jena – Die Entwicklung der Stadt bis Mitte des 18. Jahrhunderts (HY)

Die Universität beschleunigt den Aufschwung der Stadt bis zur Katastrophe des Dreißigjährigen Krieges. Doch schon im letzten Viertel des 17. Jahrhunderts bessern sich die Verhältnisse. Um 1700 gilt die Salana als eine der besten Universitäten im Reich, an der bis zu 1800 Studenten (bei einer Einwohnerzahl von 4000!) studieren. Wissenschaft und Buchdruck blühen.

#### 22F10102

Dr. Thomas Frantzke  
Dienstag, 22.03.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
12,50 Euro

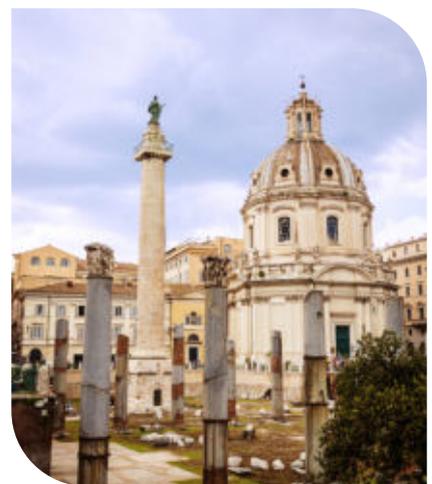
## Das Heilige Römische Reich

### 900 Jahre Friedrich Barbarossa – Der Kaiser und Thüringen (HY)

Nach dem Tod Konrad III. übernimmt sein Neffe Friedrich, den man später Barbarossa nennen sollte, unter merkwürdigen Umständen die Regentschaft. Um die Macht der Stauer im Reich zu festigen und auszubauen, bemüht er sich, den Reichsbesitz insbesondere in Thüringen zu mehren. Er fördert und gründet Städte, stiftet Kirchen und Klöster und findet im thüringisch-sächsischen Adel Verbündete.

#### 22F10103

Dr. Thomas Frantzke  
Dienstag, 12.04.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
12,50 Euro





### Das Heilige Römische Reich – Karl VI. und sein Kampf um die „Pragmatische Sanktion“ (HY)

Kaiser Karl VI. hat nicht das politische Format seines früh verstorbenen Bruders. Trotzdem erreicht das Haus Habsburg in dieser Zeit seine größte territoriale Ausdehnung. Der Sieg Prinz Eugens über die Türken bei der spektakulären Eroberung Belgrads 1717 bringt den größten Teil des Balkans unter österreichische Herrschaft. Im Ergebnis des Spanischen Erbfolgekriegs erhalten die Habsburger Sardinien und Sizilien. Allerdings müssen sie auf den spanischen Thron zu Gunsten eines Bourbonen verzichten. Von außerordentlicher Brisanz ist die Frage der Nachfolge. Würden die Reichsfürsten und europäischen Mächte die Erbfolge seiner Tochter Maria Theresia anerkennen?

#### 22F10104

Dr. Thomas Frantzke  
Dienstag, 17.05.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
12,50 Euro

### Das Heilige Römische Reich – Karl VII. und sein grandioses Scheitern (HY)

Das Ausbleiben eines männlichen Thronerben bei den Habsburgern lässt die Wittelsbacher von der Kaiserkrone träumen. Prinz Karl, seit 1726 Kurfürst von Bayern, heiratet 1722 die Tochter Kaiser Joseph I. Maria Amalia. Diese muss jedoch wie drei Jahre zuvor ihre Schwester Maria Josepha auf alle Erbansprüche verzichten. Nach dem Tod Karl VI. führt er, ohne militärisch gerüstet zu sein, eine aktive Bündnispolitik gegen Habsburg und lässt sich 1742 zum Kaiser wählen. Doch mit dem Engagement und der Kühnheit einer Frau hat er nicht gerechnet.

#### 22F10105

Dr. Thomas Frantzke  
Dienstag, 24.05.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
12,50 Euro

### Das Heilige Römische Reich – Franz I. und seine eigentlichen Talente (HY)

1738 findet die Hochzeit zwischen Maria Theresia und Franz statt – eine echte Liebesheirat. Allerdings unter der Bedingung, dass Franz nach dem Tod Karl VI. das Regieren seiner Frau überlässt. Auch seine Krönung zum Kaiser 1745 ändert daran nichts. Er widmet sich den Naturwissenschaften, seinen Sammlungen und gelegentlich auch anderen Damen, ohne allerdings Maria Theresia zu vernachlässigen, wie ihre gemeinsamen 16 Kinder beweisen. Brillant ist Franz als Finanz- und Wirtschaftsexperte.

#### 22F10106

Dr. Thomas Frantzke  
Dienstag, 31.05.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
12,50 Euro

### Herzogin Anna Amalia und das Klassische Weimar (HY)

1756 heiratet die Braunschweiger Prinzessin den Weimarer Herzog, der jedoch zwei Jahre später stirbt. Anna Amalia erstreitet sich die alleinige Regentschaft und wird das Herzogtum Sachsen-Weimar-Eisenach in politisch und wirtschaftlich schweren Zeiten regieren. In den 17 Jahren ihrer Regentschaft legt sie die Grundlagen der Weimarer Klassik und bindet herausragende Persönlichkeiten an den Weimarer Hof. Die Etablierung des berühmten Musenhofs ist ihr Verdienst. Vor einigen Jahren sorgte ein Buch über ihr Verhältnis zu Goethe für Schlagzeilen.

#### 22F10107

Dr. Thomas Frantzke  
Dienstag, 14.06.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
12,50 Euro

### Herzogin Luise – Nur eine Randfigur des Klassischen Weimar? (HY)

Louise von Hessen-Darmstadt heiratet 1774 den Weimarer Erbprinzen Carl August. Die Ehe ist auf Grund der verschiedenen Charaktere sehr problematisch. Am „Museum“ wirkt sie eher am Rande, da hier ihre Schwiegermutter Anna Amalia im Zentrum steht. Und trotzdem ist die Herzogin eine wichtige Bezugsperson vor allem für Herder und Goethe, was sich – stärker als bei Anna Amalia – in den literarischen Werken beider widerspiegelt.

#### 22F10108

Dr. Thomas Frantzke  
Dienstag, 28.06.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
12,50 Euro



## Politik

### Auf Hate Speech und Fake News reagieren. Ein Projekt der Politischen Medienbildung für Jugendliche

Für Kinder und Jugendliche wird es immer schwieriger, digitale Entwicklungen und deren Auswirkungen in ihrer Breite und Tiefe zu verstehen und zu hinterfragen. Eine Sensibilisierung für mögliche Manipulationen und Beeinflussungen durch gesellschaftliche Gruppen oder Einzelpersonen ist wichtig, damit junge Menschen kritisch mit digitalen Medien umgehen können und Hate Speech oder (Cyber)Mobbing adäquat begegnen können.

Vor diesem Hintergrund bietet die Volkshochschule Jena in Kooperation mit dem Deutschen Volkshochschulverband ein Bildungsprojekt zum Thema „Politische Medienbildung für Jugendliche. Auf Hate Speech und Fake News reagieren“ für Schulen und andere Institutionen der Jugendbildung an. Das Projekt kann variabel als Projekttag bis zur Projektwoche gestaltet werden.

#### Das Projekt ist ab Mai / Juni buchbar. Bitte wenden Sie sich bei Interesse an:

Sara Delinger-Parcetic,  
Projektmitarbeiterin Politische Bildung  
Tel.: 03641/498229  
Mail: sara.delinger-parcetic@jena.de

## Ökonomie / Recht / Finanzen

### Die Patientenverfügung

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

Ein Formular wird ausgehändigt. Es wird ausführlich besprochen.

Am kommenden Donnerstag findet der ergänzende Kurs „Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung“ statt.

#### 22F10301

Renate Heck-Schönauer  
Donnerstag, 17.03.2022,  
17:00 - 19:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
13,50 Euro

### Die Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

Es werden die Anforderungen an eine rechtswirksame Vorsorgevollmacht erläutert, welche Form und welchen Inhalt eine Vorsorgevollmacht haben kann, ob sie widerrufen werden kann und auf was dabei zu achten ist. Es werden Möglichkeiten gegen Missbrauch genannt. Der Unterschied zur Patientenverfügung und Betreuungsverfügung bzw. Vorsorgevollmacht wird aufgezeigt.

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

#### 22F10302

Renate Heck-Schönauer  
Donnerstag, 24.03.2022,  
17:00 - 19:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
13,50 Euro



## Einkommensteuererklärung verständlich gemacht (online)



Sie möchten Ihren Steuerbescheid endlich verstehen und/ oder Ihre Einkommensteuererklärung selbst fertigen? Ihnen droht durch den Bezug von z. B. Kurzarbeitergeld in 2020 die Aufforderung zur Abgabe einer ESt-Erklärung durch Ihr Finanzamt? Kein Problem! In diesem Kurs werden Sie auf alle Herausforderungen vorbereitet, denen Sie sich stellen wollen. Es wird Ihnen - sowohl theoretisch als auch praxisnah - anhand der Formulare vermittelt, was bei der Fertigung einer Einkommensteuererklärung wichtig und notwendig ist.

Der Dozent stellt sich Ihren Fragen und Sie erfahren, wie mit Sonderausgaben, außergewöhnlichen Belastungen, Kinderfreibeträgen, Arbeitnehmerinkünften, Einkünften aus Kapitalvermögen, aus Vermietung und Verpachtung, selbstständigen Nebeneinkünften, Einkünften aus dem Betrieb einer Photovoltaikanlage und Rentenbezügen zu verfahren ist.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Der Kurs ist sowohl für absolute Anfänger als auch für „steuerlich Fortgeschrittene“ geeignet.

Fragen zur Übermittlung Ihrer Steuererklärung per ELSTER können auch erläutert werden.

Einem Fristverlängerungsantrag zur Abgabe Ihrer ESt-Erklärung wird im Allgemeinen oft vom Finanzamt entsprochen. Inwieweit die Kursentgelte steuerlich absetzbar sind, wird im Kurs besprochen.

Eine Kooperationsveranstaltung mit der vhs Weimar.

### 22F10320

Volker Riechert  
Donnerstag, 12.05.2022,  
15:15 - 21:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
69,40 Euro



## Rhetorik / Kommunikation

### Körpersprache verstehen und bewusst einsetzen

Die Körpersprache bildet mit über 70 bis 99 % den Hauptteil der zwischenmenschlichen Kommunikation. Erhalten Sie an diesem Abend einen umfangreichen und faszinierenden Einblick in die unbewusste Kommunikation. Sind Sie noch der Meinung, dass verschränkte Arme Abwehr bedeuten? Dann lassen Sie sich von dem Abwechslungsreichtum des unbewussten Informationsaustausches überraschen! Menschen kommunizieren nicht nur mittels Sprache, sondern auch in großem Maß durch intuitive, emotionale Körpersprache. Es ist nicht einfach, sie zu »interpretieren«. Aber es ist sehr wichtig, diese »Geheimsprache« bei anderen zu verstehen. Und genauso unerlässlich ist es, die eigene Körpersprache bewusst und erfolgreich einzusetzen. An diesem Kursabend werden Sie wichtige Informationen erhalten, die Sie zu diesem Thema benötigen.

### 22F10607

René Knizia  
Dienstag, 17.05.2022, 19:00 - 22:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
17,00 Euro

### Kommunikation für Singles

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

### 22F10608

René Knizia  
Dienstag, 31.05.2022, 19:00 - 22:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
17,00 Euro

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

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

### 22F10610

Sebastian Schmidt  
Samstag, 05.03.2022, 09:00 - 13:30 Uhr  
Sonntag, 06.03.2022, 09:00 - 12:45 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
171,50 Euro  
VHeSpresso





### Von der Stimme zur Rhetorik

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

#### 22F10612

Sebastian Schmidt  
Samstag, 19.03.2022, 09:00 - 13:30 Uhr  
Sonntag, 20.03.2022, 09:00 - 12:45 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
171,50 Euro  
VHeSpesso

### Kommunikationstraining

Sie möchten besser verstehen, wie Kommunikation funktioniert? An diesem Wochenende erhalten Sie einen umfangreichen Einblick in die Möglichkeiten der Gesprächsführung. Dazu bekommen Sie jede Menge Tricks und Tipps, wie Sie Ihre Kommunikation verbessern können. Im Kurs geht es darum, Möglichkeiten einer partner- und problemorientierten Gesprächsführung zu erkunden, Ursachen für Missverständnisse und Konfliktherde zu erkennen und produktiv damit umzugehen. Der Kurs beinhaltet u. a.: Übungen zur Schulung des eigenen Gesprächsverhaltens und der eigenen Wahrnehmungsfähigkeit; kleine Übungen zum vertieften Verstehen; Trainieren der Fähigkeit, konzentriert zuzuhören, zu argumentieren, zu diskutieren; Gesprächstechniken; Kommunikationsstörungen; Erkennen von manipulierenden Gesprächsstrategien; Sprache und Körpersprache und deren Wirkung; Einblicke in die Körpersprache und Möglichkeiten des bewussten Einsatzes.

#### 22F10615

René Knizia  
Samstag, 18.06.2022, 09:00 - 18:00 Uhr  
Sonntag, 19.06.2022, 09:00 - 18:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
106,00 Euro  
Kleingruppe

### Zufriedener durch Minimalismus (Workshop)

Minimalismus? Was genau ist das und wie kann dieser dazu beitragen, sich gesünder und zufriedener zu fühlen? Sie lernen viele Tipps und Kniffe rund um Minimalismus kennen und wie Sie Ihre Wohnung von unnötigem Ballast befreien können. Gleichzeitig können Sie als angehender Minimalist dazu beitragen, die Umwelt zu schonen und mit den wertvollen Ressourcen respektvoll umzugehen. Die Dozentin freut sich auf Ihre Wissbegierde und einen regen Austausch in diesem spannenden Workshop.

#### 22F10617

Julia Grell  
Freitag, 29.04.2022, 16:00 - 19:00 Uhr  
Treffpunkt: Märchenbrunnen im Paradies  
23,00 Euro  
Kleingruppe

### Workshop: Souverän Sprechen im Beruf

In unserem Leben nimmt die unmittelbare, mündliche Kommunikation unbestreitbar einen hohen Stellenwert ein. Sprechen ist unverzichtbar. Sie kennen sicher auch Menschen, die beneidenswert souverän sprechen und denen die Zuhörenden förmlich an den Lippen kleben. Auch wenn Talente unterschiedlich verteilt sind, können wir die Wirkung unseres Sprechens fast immer erfolgreich steigern.

Wie erreichen wir eine gelassene Präsenz und sympathische Zuwendung? Wie bleiben wir dabei authentisch? Was können wir tun für eine gelöste, dynamische Gestik und Mimik? Was lässt unseren Atem stressfrei fließen und hält die Zuhörenden in Atem? Was können wir für unsere klare und volle Stimme tun? Was ist das Geheimnis einer natürlichen, deutlichen Artikulation? Wie setzen wir Tonhöhe, Melodie, Tempo, Pausen und Rhythmus wirkungsvoll ein?

Mitzubringen: Schreibmaterial

#### 22F10618

Mona Deibele  
Sonntag, 08.05.2022, 09:30 - 16:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
77,50 Euro  
Kleingruppe



### Vogelstimmenwanderung

Seien Sie herzlich eingeladen zum öffentlichen Lauschangriff! Wir wandern entlang der Saale und horchen uns ein in das Vogelkonzert eines Frühlingsabends. Besondere Aufmerksamkeit gilt diesmal den Spechten, die weit mehr als nur ein behämmertes Leben führen. Auch für vogelkundliche Anfänger und Kinder geeignet.

Mitzubringen: wenn vorhanden Fernglas und Vogelbestimmungslektüre  
Anmeldung erforderlich. Die Bezahlung erfolgt vor Ort.

#### 22F11002

Raul Jordan

Dienstag, 05.04.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
Treffpunkt: vhs-Gebäude, Grietgasse 17a  
5,00 Euro



### Ameisenwanderung

Herzlich willkommen zu einem Besuch der spannendsten Krabbelgruppe der Welt in einem naturnahen Garten, der auch seltene Ameisenarten beherbergt! Auf einer kurzen Wanderung finden wir heraus, wie faszinierend Ameisen leben, wie man einen Garten ameisenfreundlich gestaltet und was genau ihr Erfolgsgeheimnis ist. Kleiner Tipp vorab: Es ist die Frauenpower!

Mitzubringen: Wetterfeste Kleidung, wenn vorhanden Lupe  
Anmeldung erforderlich. Die Bezahlung erfolgt vor Ort.

#### 22F11003

Raul Jordan

Dienstag, 17.05.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
Treffpunkt: Bus-Haltestelle  
Ziegenhainer Tal, Endhaltestelle  
5,00 Euro



### Wichtige Information!

Schauen Sie gern immer wieder auf unsere Homepage, hier finden Sie den aktuellen Stand unserer Kurse.

### Faszination Jakobsweg

Es handelt sich um einen reich bebilderten Vortrag, der die verschiedenen Facetten der Jakobswege bis zur Ankunft in Santiago de Compostela beschreibt. Nach einer Einführung in die Geschichte der Jakobswege geht es um die Unterschiede zwischen Pilgern und Wandern. Weiten Raum nehmen der Pilgeralltag und die persönlichen Erlebnisse auf den Wegen ein. Längs der Wege gibt es eine Vielzahl von kulturellen Highlights. Das sind nicht nur die Kirchen und Kathedralen, sondern auch viele geschichtliche Besonderheiten. Auf die Natur, die Fiestas und die kulinarischen Spezialitäten der Region wird ebenfalls eingegangen. Der Vortrag mit Diskussions- und Fragemöglichkeiten soll Mut und neugierig machen, sich selbst einmal auf den Weg zu begeben.

#### 22F10120

Dr. Peter Beier

Donnerstag, 24.02.2022,  
19:00 - 21:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
12,50 Euro

### "Auszeit auf dem Jakobsweg" – Tipps und Tricks fürs Pilgern

Es ist kein Vortrag im eigentlichen Sinne, sondern eher ein Workshop. Dieser dauert ca. 4,5 Stunden. Er wendet sich an alle, die beabsichtigen, auf einem der vielen Jakobswege in Spanien oder Portugal zu gehen. Es werden umfangreiche Informationen zu folgenden Themenkomplexen vermittelt:

- Jakobus und die Jakobswege
- Warum ausgerechnet in Spanien / Portugal pilgern?
- Gesundheitliche Vorbereitung
- Ausrüstung
- Unterwegs auf den Jakobswegen – Pilgeralltag
- Typisches in Spanien und Portugal: kulturell und kulinarisch

Der Inhalt wird durch vielfältiges Anschauungsmaterial aufgelockert und auf alle Fragen der Teilnehmenden eingegangen. Als Arbeitsmaterial wird den Teilnehmenden ein Skript übergeben, das durch individuelle Ergänzungen vervollständigt werden kann.

#### 22F10121

Dr. Peter Beier

Samstag, 23.04.2022, 10:00 - 15:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
26,00 Euro



## Klimawandel vor der Haustür! Was kann ich tun?

Rund um den Globus fordern Menschen, unter anderem im Rahmen von „Fridays for Future“, ein entschlossenes Handeln für mehr Klimaschutz von der Politik. Auch die Corona-Pandemie hat deutlich gemacht, wie anfällig unser Leben gegenüber äußeren Einwirkungen ist und was das für unseren Alltag bedeuten kann. Dass die Auswirkungen des Klimawandels auch Deutschland betreffen, merken wir immer deutlicher, beispielsweise: vermehrte Hitzetage über 30 Grad, Dürren, Starkniederschlagsereignisse oder durch den steigenden Meeresspiegel.

Klimaschutz und Klimaanpassung sind eine zentrale Aufgabe der Kommunen. Um diese Aufgaben wahrnehmen zu können, braucht die Kommune Bürgerinnen und Bürger, die sich gemeinschaftlich engagieren, mit den Hintergründen vertraut machen und



Ein Projekt von



Gefördert durch



wissen, wie sie sich in ihrem persönlichen Umfeld schützen und anpassen können.

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

Der WWF Deutschland und der Helmholtz-Forschungsverbund Regionale Klimaänderungen und Mensch (REKLIM) haben diesen Kurs entwickelt, gefördert wird das Projekt durch die Robert Bosch Stiftung und die Klaus Tschira Stiftung. Die erfolgreiche Teilnahme wird am Ende des Kurses mit einem Zertifikat ausgezeichnet.

- 22.03.2022

Grundlagen des Klimawandels und Einführung in die kommunale Herausforderung

- 05.04.2022

Ursachen des Klimawandels und Klimaschutz auf kommunaler Ebene

- 28.04.2022

Expertendialog mit führenden Klimaforscherinnen- und Forschern (online)

- 03.05.2022

Regionale Folgen des Klimawandels und was kann ich selbst tun?

- 17.05.2022

Expertentipps zu Energie, Mobilität und Ernährung (online)

- 31.05.2022

Klimaanpassung – wie geht das? Zertifikatsverleihung

### 22F10410

Jan Koltermann

dienstags, 22.03.2022,

18:00 - 21:00 Uhr, 6 Abende

Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"

Paradiesstraße 5, R. 02\_08

17,00 Euro



**Kenn Sie schon  
die vhs.cloud?**

Alle Informationen  
finden Sie auf Seite 97.



### Irland „Von Dublin an die westliche Peripherie Europas“ – Landschaften, Geschichte(n) und Kultur des unbekanntes Südwestens der „Grünen Insel“

#### Reiseroute:

**Jena – Frankfurt/M. – (Flug nach Dublin) – Dublin – County Clare – Killarney (County Kerry) – Dublin (Flug nach Frankfurt/M.) – Jena**

**8-tägige Studienreise mit kompetenter und ortskundiger Reiseleitung**

Unsere Reise mit ihren Schwerpunkten in Dublin und an der (Süd-)Westküste Irlands wird eine Fülle grandioser Natureindrücke vermitteln: Die Cliffs of Moher von oben und unten, die selten besuchte Araninsel Inisheer, die Bergwelt von Kerry, u.v.m. Dabei wurde bei der Planung der Reise besonderer Wert darauf gelegt, auch wirtschaftliche und gesellschaftliche Themen nicht zu kurz kommen zu lassen. So wollen wir auch der irischen Lebensart etwas näher kommen, zu der natürlich auch die Pubs, die große Musikalität und Herzlichkeit der Iren und das pulsierende Leben in der Hauptstadt Dublin gehören.

Preise: ca. 1.500 Euro

Einzelzimmerzuschlag: k.A.

Mindestteilnehmendenzahl: 20

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

Reisevermittlung: Volkshochschule Jena  
Vorbereitungsabend: im Juni 2022 – genaues Datum wird bekannt gegeben!

Nachbereitungsabend: wird noch bekannt gegeben!

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

Für diese Studienfahrt ist die Bildungsfreistellung beantragt.

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

**Reiseroute: Jena - Görlitz - Krzyzowa (Kreisau) - Wroclaw (Breslau) - Auschwitz - Kraków (Krakau) - Jena**

**7-tägige Studienreise mit kompetenter und ortskundiger Reiseleitung**

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

Preise: 635,00 Euro

Einzelzimmerzuschlag: 125,00 Euro

Mindestteilnehmendenzahl: 24

Reiseveranstalter: Omnibusbetrieb Rhön-

segler GmbH, Kaltennordheim  
Reisevermittlung: Volkshochschule Jena  
Vorbereitungsabend:

09.03.2022, 18:00 Uhr

Nachbereitungsabend: wird noch bekannt gegeben!

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

Reiseleitung: Romana Schneider

Abfahrt: vhs Jena

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



## Kultur und Gestalten



## Kultur und Gestalten

- 40 Literatur und Schreiben
- 41 Schauspiel
- 41 Kunst- und Kulturgeschichte
- 42 Mal- und Zeichenkurse / Drucktechniken
- 49 Plastisches und Florales Gestalten
- 51 Musik
- 52 Textiles Gestalten
- 54 vhs DIYs
- 56 Film und Foto

### Liebe Teilnehmende und Interessierte,

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

Ihr vhs-Team



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



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

#### Kursgrößen und Bezeichnungen:

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

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

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

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

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

## Literatur und Schreiben

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

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

Vielen Dank für Ihr Verständnis!  
Ihr vhs-Team

### Schreiben als Weg zu Selbstaussdruck, Selbstverwirklichung und bereichernder Kreativität

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

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

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

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

#### 22F20134

Dr. Kerstin Ramm

Montag, 21.02.2022, 17:00 - 19:15 Uhr

Montag, 07.03.2022, 17:00 - 19:15 Uhr

Montag, 21.03.2022, 17:00 - 19:15 Uhr

Montag, 28.03.2022, 17:00 - 19:15 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,

Walter-Dexel-Raum

50,60 Euro

Kleingruppe\*



### Lieblingsbücher

Diesmal von Doreen Müller,  
Fachbereichsleiterin Kultur

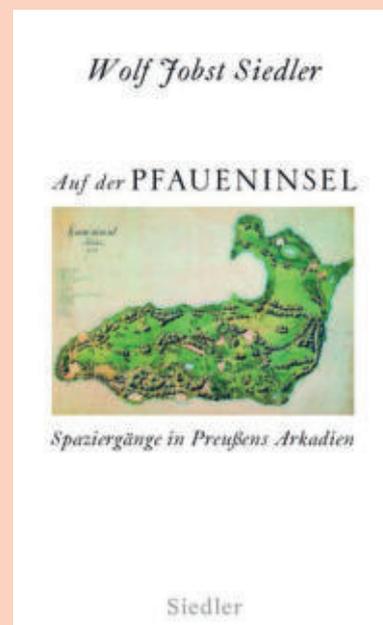
Wolf Jobst Siedler (\*1926; †2013)

### Auf der Pfaueninsel – Spaziergänge in Preußens Arkadien (Erstausgabe 1986)

Auf der Pfaueninsel, einem kleinen Werder in der Havel (heute zugehörig zu Berlin, davor jahrhundertlang zu Potsdam), haben sich über die Zeit erstaunlich viele Ereignisse zugetragen, die mit der preußischen und deutschen Geschichte und ihren Akteuren verwoben sind. In Siedlers Buch kann man wie im Zeitraffer diesen Zeiten nachspüren: Anfängen im 17. Jahrhundert, als auf der Insel allein der Alchimist Johann Kunkel wirkte und sein berühmtes Rubinglas entwickelte, über das späte 18. Jahrhundert, als sich Friedrich Wilhelm II heimlich mit seiner Geliebten hinübereuern - und das kleine weiße Schlösschen errichten ließ, das bis zum Neuen Garten in Potsdam sichtbar ist. Siedler entführt den Leser weiter in das frühe 19. Jahrhundert, die Blütezeit der Insel, in der sie durch den Gartenkünstler Peter Joseph Lenné neu gestaltet wurde und in der es eine Menagerie und ein von Schinkel entworfenes Palmenhaus zu bestaunen gab. Der Autor berichtet von der Insel als Zufluchtsort eines preußischen Prinzen während der Deutschen Revolution und von jener finsternen Zeit des Nationalsozialismus, als hier Feste gefeiert und schlussendlich das Testament Hitlers aus dem umkämpften Berlin weiter in den Westen geschmuggelt wurde. Schließlich verödete die Insel über Jahrzehnte mitten im Grenzgebiet des geteilten Deutschlands.

Siedler erzählt all diese Vorkommnisse in einer wunderbaren poetischen Sprache und fängt damit die ganz besondere Atmosphäre dieses bezaubernden, der Welt entrückten Ortes gefühlvoll ein, der heute wieder von vielen liebenswerten Menschen gepflegt und bewahrt wird.

Der Autor hat mit „Auf der Pfaueninsel“ ein äußerst kurzweiliges Büchlein für einen gemütlichen Nachmittag im Lesesessel geschaffen, das an mancher Stelle zum Träumen, an anderer aber auch zum kritischen Nachdenken und Erinnern anregt. Es ist übrigens auch vielfach antiquarisch für einen schmalen Taler erhältlich.



Wolf Jobst Siedler: Auf der Pfaueninsel –  
Spaziergänge in Preußens Arkadien, Siedler,  
3. Ausgabe, 2007.



## Kunst- und Kulturgeschichte

### Manga und Anime (online)



Die japanischen Mangas und Animes sind längst in Deutschland angekommen. Dazu zählen so bekannte Werke wie „Dragon Ball“ oder „Prinzessin Mononoke“. Der Kurs will die Entstehung und Entwicklung der Mangas von dem bekannten Holzschnittkünstler Hokusai bis hin zu den heutigen Mangas und Animes in Japan aufzeigen und den Einfluss auf Deutschland nachverfolgen.

Die verschiedenen Genres bieten ein breites Spektrum für unterschiedliche Leser: von Action und Science Fiction bis hin zu Mystery, Liebe und Romantik. Aufgrund der Popularität der Mangas und Animes entstand dann schließlich auch Cosplay, was im Vortrag ebenso zum Thema werden wird.

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

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

#### 22F20311

Dr. Almut Sakai  
Mittwoch, 06.04.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
12,50 Euro

## Schauspiel

### Camera Acting-Workshop – Schauspiel vor der Kamera

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

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

#### 22F20231

Andreas Arnstedt  
Freitag, 29.04.2022, 18:00 - 21:00 Uhr  
Samstag, 30.04.2022, 09:00 - 18:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
65,80 Euro  
Kleingruppe\*

### Improvisationstheater – Intensivkurs

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

#### 22F20232

Andreas Arnstedt  
Samstag, 28.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr  
Sonntag, 29.05.2022, 09:00 - 17:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
81,00 Euro  
Kleingruppe\*

## Ess- und Konsumkultur Japans (online)



Die Ess- und Konsumkultur prägt die japanische Gesellschaft. Traditionelle Gerichte wie Sushi, Ramen und Tofu oder alkoholische Getränke wie Sake (Reiswein) sind überall auf der Welt zu finden. Aber auch Feste wie das Hanami (Kirschblütenfest) oder Matsuri (Sommerfest) sind ein wichtiger Teil der japanischen Volkskultur.

Seit den 1970er Jahren hat sich dann auch die moderne Konsumkultur Japans international durchgesetzt: Hello Kitty, Super Mario oder Tamagotchi sind vielen ein Begriff. Worin liegt das Erfolgsmodell dieser Kultur, die Tradition und Moderne zu verbinden weiß und die über die japanischen Grenzen hinaus großen Einfluss ausübt? Der Vortrag will den Teilnehmenden einen Einblick in diese verschiedenen Bereiche der japanischen Kultur geben. Auch digitale Streifzüge durch die Einkaufszentren von Tokyo sind vorgesehen.

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

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

### 22F20312

Dr. Almut Sakai

Mittwoch, 04.05.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum

12,50 Euro

Entgeltfrei für Teilnehmende an Sprachkursen!

## Das traditionelle und moderne Japan (online)



Die japanische Gesellschaft hat seit ihrer Öffnung und Modernisierung viele Veränderungen erfahren. Das hat dazu geführt, dass in der japanischen Kultur verankerte Traditionen in der westlichen Welt bekannt geworden sind: die Samurai und Geishas, die Tee-Zeremonie und Ikebana (japanische Blumenkunst) oder der Zenbuddhismus gehören zum festen Bestandteil der japanischen Kultur.

Der Vortrag möchte die gesellschaftlichen Verhaltens- und Umgangsformen unter den Menschen näher beleuchten. Dazu sprechen wir über die japanische Höflichkeit oder über den Sinn der Verbeugung. Wie unterscheiden sich diese Verhaltensformen von der deutschen Mentalität? Und was haben beide Länder gemeinsam? Der Vortrag soll über die interkulturelle Beschäftigung mit dem japanischen Geist auch klären, was es eigentlich heißt, deutsch zu sein.

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

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

### 22F20313

Dr. Almut Sakai

Mittwoch, 01.06.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum

12,50 Euro

Entgeltfrei für Teilnehmende an Sprachkursen!

## Mal- und Zeichenkurse/ Drucktechniken

### Aquarellmalerei

#### „Tipps und Tricks“

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

Mitzubringen: Aquarellkasten; Aquarellpinsel (Rotmarder oder Synthetik) 2 bis 5 Stück, Größen von 2 bis 10; Aquarellpapier ab A4-Format 300g/m<sup>2</sup>; Bleistift HB; Lappen; Schwämmchen; Porzellanpalette. Sie können zudem gerne Ihre schon angefertigten eigenen Arbeiten mitbringen!

#### 22F20501

Valeriy Solovey

dienstags, 01.03.2022, 16:00 - 18:15 Uhr,  
8 Nachmittage

vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
77,00 Euro

#### 22F20502

Valeriy Solovey

dienstags, 01.03.2022, 18:45 - 21:00 Uhr,  
8 Nachmittage

vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
77,00 Euro

#### 22F20503

Valeriy Solovey

mittwochs, 02.03.2022,  
10:00 - 12:15 Uhr, 4 Vormittage

vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
41,00 Euro

#### 22F20505

Valeriy Solovey

Samstag, 14.05.2022, 10:00 - 17:00 Uhr  
Sonntag, 15.05.2022, 10:00 - 15:30 Uhr

vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
65,80 Euro



Die Vorträge von Dr. Thomas Frantzke legen den Fokus in diesem Semester vor allem wieder auf geschichtliche Hintergründe. Insbesondere in den Veranstaltungen „Herzogin Anna Amalia und das Klassische Weimar“ und „Herzogin Luise – Nur eine Randfigur des Klassischen Weimar?“ werden aber auch kunsthistorische Aspekte behandelt. Also schauen Sie dennoch gern vorbei! Die Vorträge finden Sie auf Seite 31.



Valeriy Solovey: Schillerkirche, Aquarell, 2020

## Farbkästchen – Aquarellmalerei für Neugierige

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

In offener, freundlicher Atmosphäre können Sie in diesem Farbkästchenkurs (zurück) zur Malerei finden, sich ausprobieren, Ihren Impulsen folgen und alles fragen, was Sie bewegt. In den ersten beiden Kurstagen erlernen und erproben Sie wesentliche Aquarelltechniken und erfahren Wissenswertes über Aquarellpapiere, Farben, Pinsel und Hilfsmittel für spezielle Effekte. In der verbleibenden Kurszeit sind Sie eingeladen mit Unterstützung der Kursleiterin eigene Motive umzusetzen.

Mitzubringen: Die Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von 10,00 € ist am ersten Tag im Kurs zu entrichten.

### 22F20508

Christiane Tänzler  
montags, 28.02.2022,  
10:00 - 12:15 Uhr, 6 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
73,40 Euro zzgl. Materialkosten (siehe  
„Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*

### 22F20510

Christiane Tänzler  
donnerstags, 03.03.2022,  
17:00 - 19:15 Uhr, 6 Abende  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
73,40 Euro zzgl. Materialkosten (siehe  
„Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*



Christiane Tänzler: Schöne Fallen, Aquarell, 2019

## Grundlagen der Aquarellmalerei

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

1. Abend – Maskieren oder Wachs
  2. Abend – Auskratztchnik
  3. Abend – Strukturpaste
  4. Abend – Strohhalmtechnik
  5. Abend – Aquarell mit Haushaltsfolie
  6. Abend – Vertiefen der Techniken
  7. Abend – Vertiefen der Techniken
- Der Kurs findet 14-tägig statt.

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

### 22F20509

Gisela Kallies  
dienstags, 01.03.2022,  
18:00 - 20:15 Uhr, 7 Abende  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
84,80 Euro zzgl. Materialkosten (siehe  
„Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*



Gisela Kallies: Angelegt, Aquarell, 2007



Weitere Kurse, in denen Sie u. a. mit Aquarell- oder Öl-farben arbeiten können, finden Sie im Abschnitt „Verschiedene Techniken“ ab Seite 46.



## Bilder in Aquarell

Zarte Aquarellfarben laden zum Ausprobieren und freien Gestalten ein!

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

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

### 22F20506

Ulrike Rochlitzer  
mittwochs, 30.03.2022,  
18:45 - 21:00 Uhr, 6 Abende  
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
59,00 Euro



Valeriy Solovey: Stadtmuseum, Öl auf Leinwand, 2020



Im Kurs von Ulrike Rochlitzer,  
Foto: JenaKultur | A. Hub

## Ölmalerei

### Wochenendkurs – Ölmalerei

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

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

### 22F20537

Valeriy Solovey  
Samstag, 02.04.2022, 10:00 - 17:00 Uhr  
Sonntag, 03.04.2022, 10:00 - 15:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
65,80 Euro  
Kleingruppe\*

## Malerei in der Bob Ross® Technik

Verbringen Sie ein Wochenende in entspannter und fröhlicher Atmosphäre und lassen Sie sich in die Bob Ross® Nass-in-Nass-Technik einführen. Diese Malmethode unterscheidet sich von bekannten Techniken und beinhaltet u. a. das Anbringen der Farbe auf nassem Untergrund. Schritt für Schritt erklärend, werden wir ein Bild in Öl anfertigen, welches noch am selben Wochenende mit nach Hause genommen werden kann. Also: Nur Mut! Mit etwas Geduld und Muße entsteht ein einzigartiges Kunstwerk.

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

## Märchenwald

### 22F20530

Gisela Kallies  
Freitag, 04.03.2022, 18:00 - 21:00 Uhr  
Samstag, 05.03.2022, 09:00 - 12:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
35,90 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*

## Frühlingswald

### 22F20531

Gisela Kallies

Freitag, 08.04.2022, 18:00 - 21:00 Uhr  
Samstag, 09.04.2022, 09:00 - 12:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
35,90 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*

## Neuseeland – Kaikoura Range

### 22F20532

Gisela Kallies

Freitag, 06.05.2022, 18:00 - 21:00 Uhr  
Samstag, 07.05.2022, 09:00 - 12:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
35,90 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*

## Fehmarn – Weg durch die Dünen

### 22F20533

Gisela Kallies

Freitag, 10.06.2022, 18:00 - 21:00 Uhr  
Samstag, 11.06.2022, 09:00 - 12:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
35,90 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*

## Sonnenuntergang am Meer

### 22F20534

Gisela Kallies

Freitag, 01.07.2022, 18:00 - 21:00 Uhr  
Samstag, 02.07.2022, 09:00 - 12:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
35,90 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*



Gisela Kallies: Sonnenuntergang am Meer, Öl auf Leinwand

## Zeichenkurse

### Freies Zeichnen – (online)



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

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

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

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

### 22F20540

Willi Schlese  
donnerstags, 21.04.2022,  
18:00 - 20:15 Uhr, 5 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
62,00 Euro  
Kleingruppe

### Zeichnen lernen – Grundlagenkurs – (online)



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

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

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

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

### 22F20541

Willi Schlese  
montags, 25.04.2022,  
17:00 - 19:15 Uhr, 5 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
62,00 Euro  
Kleingruppe

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





Willi Schlese, Grafik

### Anatomisches Zeichnen für Anfänger – (online)

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

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

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

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

#### 22F20542

Willi Schlese  
donnerstags, 09.06.2022,  
18:00 - 20:15 Uhr, 5 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
62,00 Euro  
Kleingruppe

### Verschiedene Techniken

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

### Mal – und Zeichenkurs für Senioren

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

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

#### 22F20550

Heike Burkhardt  
mittwochs, 02.03.2022,  
14:00 - 17:30 Uhr, 6 Nachmittage  
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13  
89,00 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

### Mal- und Zeichenkurs

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

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

#### 22F20553

Heike Burkhardt  
montags, 02.05.2022,  
18:00 - 21:30 Uhr, 8 Abende  
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13  
119,00 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)



Heike Burkhardt,  
Acryl auf Leinwand, 2012



Maryna Bzhezytska, Walderdbeere

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

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

Mitzubringen: Malmaterialien, Pinsel, Farben, Blöcke oder bespannte Keilrahmen.

### 22F20551

Manfred Petzold  
montags, 14.02.2022, 18:00 - 20:15 Uhr,  
9 Abende  
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
86,50 Euro

## Pastellmalerei für Anfängende und Fortgeschrittene

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

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

### 22F20564

Maryna Bzhezytska  
donnerstags, 03.03.2022,  
16:45 - 19:00 Uhr, 6 Abende  
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
76,40 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*

## Einstieg in die Tuschmalerei

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

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

### 22F20559

Ulrike Schulze  
Freitag, 01.07.2022, 15:30 - 20:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
27,80 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*

## „Die Sprache der Wolken“ in Acryl und Aquarell

Im Mittelpunkt des Kurses steht die Gestaltung von Himmelslandschaften und Wolkenbildern, die Darstellung von Regengewolken, Morgen- und Abendrot mit Aquarell- oder Acrylfarben in verschiedenen Maltechniken, wie z. B. der „Nass in Nass“-Technik. Gemeinsam wollen wir versuchen, deren Schönheit in Landschaftsansichten einzufangen.

Mitzubringen: Aquarellfarben und Aquarellpapier ab 300g/m<sup>2</sup> oder Acrylfarben und Keilrahmen; Pinselset; Bleistift; Klebeband; Naturschwamm; Fotos.

### 22F20556

Rita Müller  
Samstag, 21.05.2022, 10:00 - 16:15 Uhr  
Sonntag, 22.05.2022, 10:00 - 13:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
54,90 Euro  
Kleingruppe



Zoya Goletz, Acryl auf Leinwand



## Künstlerin Zoya Goletz

### Über mich:

- geboren 1980 in Ulyun, Burjatische Republik, Russland
- aufgewachsen in Alla, einem Dörfchen östlich des Baikalsees
- Ausbildung als Lehrerin für Kunst und technisches Zeichnen
- Arbeit als Kunstlehrerin
- parallel dazu Studium an der Ostsibirischen Akademie für Kunst und Kultur und Diplom als Künstlerische Leiterin für Studios des dekorativen und angewandten Handwerks, Dozentin
- seit 2006 wohnhaft in Jena
- Arbeit als Kunstlehrerin sowie vhs-Dozentin und nebenberuflich freischaffende Künstlerin

### Über meine Arbeiten und Interessen:

- Malerei mit Acryl, Öl, Aquarellfarben - auf allen möglichen (und unmöglichen) Untergründen
- Zeichnungen und Grafiken
- dekorative Handarbeiten, wie z. B. Nähen, Keramiken, Filzen
- ...und immer neugierig, Neues auszuprobieren...

Zoya Goletz ist an der Volkshochschule Jena seit 2014 als Dozentin tätig. Ihre nächsten Kurse beginnen im März 2022.

## Was ich schon immer malen wollte

Besondere und alltägliche Motive können Sie in diesem Kurs als Vorlage und Bildidee auswählen oder aber auch ein angefangenes Bild mitbringen und weiterentwickeln. Mutig probieren wir eine Palette an malerischen und zeichnerischen Möglichkeiten aus und skizzieren, aquarellieren und arbeiten mit Mischtechniken. Dabei wird insbesondere auf Licht- und Schatteneffekte und den Umgang mit Perspektive eingegangen. Ob Porträt, Figur oder Landschaft – wir erweitern gemeinsam Gestaltungsgrenzen. Eingeladen sind alle, die gern Experimentieren!

Mitzubringen: Aquarellfarben und Aquarellpapier ab 300g/m<sup>2</sup> oder Acrylfarben und Keilrahmen; Pinselset; Bleistift; Klebeband; Naturschwamm; Fotos.

### 22F20558

Rita Müller

Samstag, 19.03.2022, 10:00 - 16:15 Uhr

Sonntag, 20.03.2022, 10:00 - 13:30 Uhr

vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

54,90 Euro

Kleingruppe

## Abstrakte Landschaften in Acryl

Fachliche Vertiefung für Fortgeschrittene  
In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit der abstrakten Darstellung von Landschaften. Es entstehen frei gestaltete, farblich abstrahierte Flächen unter Berücksichtigung von Spannungsfeldern (hell-dunkel, groß-klein, flächig-linear) und Farbkontrasten. Collagen können auf Wunsch eingearbeitet und mit Spachtelmasse experimentiert werden, sodass eine neue Bildsprache entsteht. Sie werden in Ihrem kreativen Prozess individuell unterstützt, begleitet und gefördert.

Mitzubringen: Acrylfarben, Keilrahmen; Pinselset; Bleistift; Klebeband; Naturschwamm; optional Material für Collagen, Spachtelmasse (optional), Fotos.

### 22F20557

Rita Müller

Samstag, 23.04.2022, 10:00 - 16:15 Uhr

Sonntag, 24.04.2022, 10:00 - 13:30 Uhr

vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

54,90 Euro

Kleingruppe

## Acrylmalerei & Zeichnen

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

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

### 22F20566

Zoya Goletz

Samstag, 26.03.2022, 10:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 27.03.2022, 10:00 - 15:30 Uhr

vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal

67,80 Euro

Kleingruppe\*

### 22F20568

Zoya Goletz

Samstag, 21.05.2022, 10:00 - 17:00 Uhr

Sonntag, 22.05.2022, 10:00 - 15:30 Uhr

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

67,80 Euro

Kleingruppe

## Lichtmalerei mit dem Blaudruckverfahren – Cyanotypie auf Papier

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

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

### 22F20562

Anke Neugebauer  
Samstag, 19.03.2022, 10:00 - 17:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
35,40 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*



Die Dozentin bietet auch  
einen Kurs zur  
Cyanotypie auf Stoffen  
an, siehe Seite 53.



Foto: JenaKultur | C. Worsch

## Plastisches und Florales Gestalten

### Geschenkideen aus Holz – Workshop

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

Mitzubringen: Sitzkissen und/ oder Picknickdecke, eigenes Trinkgefäß, wetterfeste Kleidung. Die Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von 5,00 € ist im Kurs zu entrichten.

### 22F20630

Julia Grell  
Freitag, 08.07.2022, 16:00 - 20:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
27,80 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe

## Töpferscheibenkurs

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

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

### 22F20690

Ulrike Rochlitzer  
Freitag, 25.02./ 04.03./ 11.03.2022,  
18:00 - 21:00 Uhr  
Samstag, 26.02./ 05.03.2022,  
18:00 - 21:00 Uhr, 5 Abende  
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13  
84,80 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe

### 22F20691

Ulrike Rochlitzer  
Freitag, 25.03./ 01.04./ 08.04.2022,  
18:00 - 21:00 Uhr  
Samstag, 26.03./ 02.04.2022,  
18:00 - 21:00 Uhr, 5 Abende  
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13  
84,80 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe

### 22F20692

Ulrike Rochlitzer  
Freitag, 06.05./ 13.05./ 20.05.2022,  
18:00 - 21:00 Uhr  
Samstag, 07.05./ 14.05.2022,  
18:00 - 21:00 Uhr, 5 Abende  
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13  
84,80 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe



Gerlinde Schwarzer, Frühlingskranz

## Töpfern für Anfängende & Fortgeschrittene

### Für alle, die gerne ihre Ideen in Keramik verwirklichen wollen.

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

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

### 22F20693

Ulrich Schulte-Vieting  
montags, 28.02.2022,  
18:15 - 20:30 Uhr, 6 Abende  
Kunstwerk e.V., Zwätzengasse 13  
59,00 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)

## Floristische Frühlingsimpressionen

Auf den Spuren des Frühlings mit unserer Floristin Frau Schwarzer  
Unter fachlicher Anleitung entstehen natürliche Unikate, mit denen Sie Ihr Heim schmücken oder Ihren Osterbesuch überraschen können.

Mitzubringen: Messer, Schere, wenn vorhanden Heißklebepistole, Federn, Eierschalen, ein Korb oder Gefäß. Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 15,00 € ist im Kurs zu entrichten.

### 22F20616

Gerlinde Schwarzer  
Dienstag, 22.03.2022, 17:00 - 20:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
20,20 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*

## Floraler Körperschmuck selbst gemacht

Wollten Sie schon immer einmal für einen festlichen Anlass etwas Besonderes tragen? Ob Haarkranz-, Armband-, Ketten- oder Hut-Kreationen aus Blüten und Pflanzenteilen – Sie werden mit Ihren Arbeiten im Mittelpunkt stehen und Aufmerksamkeit erzeugen. Unsere Floristin wird sie bei der Herstellung dieser besonderen Werkstücke unterstützen und viele wertvolle Tipps geben können.

Mitzubringen: Messer, Schere, Drahtschere, wenn vorhanden Heißklebepistole und Drahtschere, kleine Schneckenhäuser, doppelseitiges Klebeband, Bänder, Hut oder einen Haarreif. Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 15,00 € ist im Kurs zu entrichten.

### 22F20618

Gerlinde Schwarzer  
Dienstag, 14.06.2022, 17:00 - 20:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
20,20 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*

## Gefäße und ihre blumigen Füllungen

Wie peppe ich langweilige, aus der Mode gekommene Gefäße auf? Wir gestalten diese neu mit blumigem Beiwerk – so sind sie dank Upcycling sogar gut für die Umwelt. Unsere Floristin zeigt Ihnen, wie mit einfachen und alltäglichen Materialien daraus ganz neue Arrangements entstehen.

Mitzubringen: Schere, Gartenschere, wenn vorhanden Heißklebepistole und Drahtschere, dicke Woll- und Spitzenreste, alte Körbe und Gefäße. Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 15,00 € ist im Kurs zu entrichten.

### 22F20617

Gerlinde Schwarzer  
Dienstag, 17.05.2022, 17:00 - 20:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
20,20 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*

## Musik

### Einführung in Musiktheateraufführungen des Theaters Altenburg/ Gera

In zehn Vorträgen werden die Musiktheaterproduktionen des Theaters Altenburg/ Gera vorgestellt (Werke, Komponisten, Mitwirkende, Entstehungsgeschichte der Werke, ggf. Regiekonzept).

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

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

#### Teil I: Monty Python's Spamalot

Musical von John Du Prez und Eric Idle  
Wiederaufnahme der Spielzeit:  
12. März 2022

#### 22F20701

Donnerstag, 10.03.2022,  
17:30 – 19:00 Uhr

#### Teil II: Das Lied von der Erde

Sinfonie für Gesang, Tanz und Orchester  
von Gustav Mahler  
Wiederaufnahme der Spielzeit:  
22. Januar 2022

#### 22F20702

Donnerstag, 17.03.2022,  
17:30 – 19:00 Uhr

#### Teil III: Der Wildschütz oder Die Stimme der Natur

Komische Oper von Albert Lortzing  
Premiere: 8. April 2022

#### 22F20703

Donnerstag, 24.03.2022,  
17:30 – 19:00 Uhr

#### Teil IV: Das Tagebuch der Anne Frank

Mono-Oper von Grigori Frid  
Wiederaufnahme der Spielzeit:  
26. April 2022

#### 22F20704

Donnerstag, 31.03.2022,  
17:30 – 19:00 Uhr

#### Teil V: Eugen Onegin

Oper von Peter Tschaikowski  
Wiederaufnahme der Spielzeit:  
23. April 2022

#### 22F20705

Donnerstag, 07.04.2022,  
17:30 – 19:00 Uhr

#### Teil VI: Der Vetter aus Dingsda

Operette von Eduard Künneke  
Premiere: 25. Februar 2022

#### 22F20706

Donnerstag, 14.04.2022,  
17:30 – 19:00 Uhr

#### Teil VII: Das Telefon

Opera buffa von Gian Carlo Menotti  
und  
Die menschliche Stimme  
Mono-Oper von Francis Poulenc  
Wiederaufnahme der Spielzeit:  
23. Januar 2022

#### 22F20707

Donnerstag, 21.04.2022,  
17:30 – 19:00 Uhr

#### Teil VIII: Sunset Boulevard

Musical von Andrew Lloyd Webber  
Wiederaufnahme der Spielzeit:  
6. Juli 2022

#### 22F20708

Donnerstag, 28.04.2022,  
17:30 – 19:00 Uhr

#### Teil IX: Mein Freund Bunbury

Musical von Gerd Natschinski  
Wiederaufnahme der Spielzeit:  
13. Juli 2022

#### 22F20709

Donnerstag, 05.05.2022,  
17:30 – 19:00 Uhr

#### Teil X: A Gentle Spirit

Kammeroper von John Tavener  
und  
The Bear  
Extravaganza von William Walton  
Wiederaufnahme der Spielzeit:  
27. März 2022

#### 22F20710

Donnerstag, 12.05.2022,  
17:30 – 19:00 Uhr



**In Planung: Exkursion ins  
Theater Altenburg/ Gera**  
Ergänzend zu dieser Vortragsreihe ist eine Exkursion zum Theater mit Führung und Option auf einen anschließenden Vorstellungsbuchung geplant. Aufgrund der aktuellen Situation können Inhalt, Datum und Entgelt erst im Laufe des Semesters bekannt gegeben werden. Bitte informieren Sie sich bei Interesse auf unserer Homepage: [www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)



### Gitarre für Anfänger

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

Mitzubringen: Akustische oder Elektrogitarre & Capodaster.

#### 22F20818

Michael Ipatov  
montags, 25.04.2022, 19:30 - 20:15 Uhr,  
12 Abende  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
41,50 Euro

#### 22F20817

Michael Ipatov  
dienstags, 26.04.2022,  
19:00 - 20:00 Uhr, 9 Abende  
ThEKiZ „Anne Frank“, Martin-Niemöller-  
Straße 7, Begegnungsraum (EG)  
51,10 Euro  
Kleingruppe



Tuyana Imenokhoyeva, Wollaquarell

## Gitarre – Fortgeschrittene I – Liedbegleitung

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

Mitzubringen: Akustische oder Elektrogitarre & Capodaster.

### 22F20819

Michael Ipatov  
montags, 25.04.2022, 20:45 - 21:30 Uhr,  
12 Abende  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
41,50 Euro

## Textiles Gestalten

### Das „Wollaquarell“ – Malen ohne Pinsel

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

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

### 22F21305

Tuyana Imenokhoyeva  
Samstag, 07.05.2022, 10:00 - 17:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
39,70 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*

## Ecoprint

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

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

### 22F21302

Ulrike Schulze  
Samstag, 02.07.2022, 10:00 - 16:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
35,40 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*

## Nunofilzen – Wolle auf Seide

Das Nunofilzen ist eine spezielle Filztechnik, bei der dünne, transparente und z. T. durchbrochene Filze entstehen. Dabei können Sie wahlweise auch Seide einarbeiten. Die entstandenen Werkstücke sind als Schal, Gardine, Tischdecke oder Wand – und Fensterschmuck verwendbar. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Mitzubringen: Altes Bettzeug, Badehandtuch, Lappen, Eimer, Schere. Weitere Materialien werden von der Kursleiterin gestellt. Der Unkostenbeitrag von ca. 10,00-20,00 € ist im Kurs zu entrichten.

### 22F21301

Ulrike Schulze  
Freitag, 06.05.2022, 15:30 - 20:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
27,80 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*



### **Knotenpunkt – hier laufen alle Fäden zusammen**

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

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

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

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

Carola Lück  
Stadtteilbüro Lobeda-West,  
Karl-Marx-Allee 28  
5,00 Euro pro Veranstaltungstermin

#### **22F21350A**

Mittwoch, 23.02.2022, 14:00 - 16:15 Uhr

#### **22F21350B**

Mittwoch, 23.03.2022, 14:00 - 16:15 Uhr

#### **22F21350C**

Mittwoch, 27.04.2022, 14:00 - 16:15 Uhr

#### **22F21350D**

Mittwoch, 25.05.2022, 14:00 - 16:15 Uhr

#### **22F21350E**

Mittwoch, 22.06.2022, 14:00 - 16:15 Uhr

### **Schneiderkurs für Anfängende und Fortgeschrittene**

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

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

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

#### **22F21401**

Susanne Marks-Felber  
montags, 07.03.2022, 17:00 - 20:00 Uhr,  
8 Abende  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
101,50 Euro

### **Lichtmalerei mit dem Blaudruckverfahren – Cyanotypie auf Stoffen – Kleingruppe**

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

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

#### **22F21304**

Anke Neugebauer  
Samstag, 02.04.2022, 10:00 - 17:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
35,40 Euro zzgl. Materialkosten (siehe „Mitzubringen“)  
Kleingruppe\*

**Die Dozentin bietet auch einen Kurs zur Cyanotypie auf Papier an, siehe Seite 49.**



An dieser Stelle möchten wir Ihnen in loser Folge kreative Do-it-yourself-Ideen von Künstlern, Dozierenden und Teilnehmenden vorstellen. Viel Freude beim Ausprobieren!

**Diesmal:  
Einen Apfel filzen**





Wir danken der Filzkünstlerin Ute Macht für die Bereitstellung ihrer Idee!



Haben auch Sie eine tolle Idee? Dann melden Sie sich gern bei uns!

## Film und Foto

### „And Action!“ – Film-Workshop

In diesem Kurs werden die Grundlagen und gestalterischen Mittel für die Erstellung eines kurzen Films erlernt und praktisch angewendet. Dabei erarbeiten die Teilnehmenden zusammen eine Geschichte und lösen diese in verschiedene Filmszenen mithilfe eines Storyboards auf. Der Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt! Die erdachten Szenen werden anschließend gemeinsam gedreht, vertont und im Anschluss geschnitten. Im Vordergrund steht die Begeisterung der Teilnehmenden für das Experimentieren und der Freude am Thema Film. Das Ziel des Kurses ist, einen kurzen Film entstehen zu lassen und zu präsentieren.

Mitzubringen: Smartphone oder Tablet mit Zugang zum App-Store (wir benötigen eine kostenfreie App), optional: Spiegelreflexkamera, 10 Blatt weißes Papier A4, schwarzer Fineliner, Bleistift.

#### 22F21601

Tina Wagner

Samstag, 12.03.2022, 10:00 - 17:30 Uhr

Sonntag, 13.03.2022, 10:00 - 17:30 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum

81,00 Euro  
Kleingruppe\*



### Bessere Fotos mit der Systemkamera

Üben Sie den richtigen Umgang mit einer digitalen Spiegelreflexkamera, einer digitalen Systemkamera oder einer digitalen Bridgekamera! Sie werden kompetent in Bildgestaltung, Bildaufbau und in die Einschätzung von Lichtverhältnissen eingeführt. Nach diesem Kurs fühlen Sie sich absolut vorbereitet für die professionelle Fotografie von Menschen, die Fotografie im Alltag, zu Familienfesten, unter Freunden, auf der Straße oder in der Natur. Auf einer Fotoexkursion wird das Besprochene in der Praxis geübt, die entstandenen Aufnahmen werden anschließend ausgewertet.

Mitzubringen: Digitale Kamera und vorhandenes Zubehör

#### 22F21501

André Helbig

Samstag, 02.04.2022, 10:00 - 17:30 Uhr

Sonntag, 03.04.2022, 10:00 - 17:30 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,

Vortragsraum

84,00 Euro

Kleingruppe\*

#### 22F21502

André Helbig

Samstag, 11.06.2022, 10:00 - 17:30 Uhr

Sonntag, 12.06.2022, 10:00 - 17:30 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,

Vortragsraum

84,00 Euro

Kleingruppe\*

### Storytelling in der Fotografie – Kleingruppe

Das Ziel dieses Kurses ist es kreativ und experimentell seine eigene Geschichte mithilfe der Fotografie zu erzählen und zu präsentieren, um die Illustration und Möglichkeiten der Visualisierung von Ideen zu trainieren. Inspirationen können dabei zum Beispiel mystische Orte in der Natur, eigene Erlebnisse oder Alltagsgeschichten sowie bereits bestehende Kunstwerke, Musik, Literatur oder Filme sein. Unter professioneller Anleitung werden das Fotografieren bei Tageslicht, verschiedene Möglichkeiten des Erzählens von Geschichten anhand von Beispielen berühmter Fotografen sowie das Zusammenstellen der eigenen Fotografien zu einer in sich stimmigen Fotoserie erlernt und praktisch angewendet.

Der Kurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschritten. Die grundlegende Bedienung der Kamera sollte jedoch beherrscht werden.

Mitzubringen: Digitale Spiegelreflex- oder Kompaktkamera, Stativ, optional Reflektor, empfehlenswert sind Laptop oder Tablet.

#### 22F21504

Tina Wagner

Samstag, 14.05.2022, 10:00 - 17:30 Uhr

Sonntag, 15.05.2022, 10:00 - 17:30 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum

82,00 Euro

Kleingruppe\*



## Straßenfotografie

In diesem Kurs werden die Grundlagen der Bildgestaltung und der Umgang mit verschiedenen Lichtszenarien sowie mit Fotomodellen erlernt und auf einem Spaziergang in Jena praktisch angewendet. Die Teilnehmenden erlernen so für Motive an unterschiedlichen Orten sensibel zu werden und entwickeln mit der Zeit ihren eigenen Stil. Nach dem Shooting wird es eine Besprechung zu den entstandenen Fotografien, einen kleinen Exkurs in die Bildbearbeitung und in die Zusammenstellung einer eigenen Fotoserie geben. Ziel des Kurses ist es, Impulse zur Entwicklung einer eigenen Bildsprache zu erhalten und eine Fotoserie aus den eingefangenen Momenten zu erstellen.

Der Kurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene. Die grundlegende Bedienung der Kamera sollte beherrscht werden, die Bilder entstehen jedoch im Kopf und können auch im Automatik-Modus fotografiert werden.

Mitzubringen: Digitale Spiegelreflex- oder Kompaktkamera, Stativ, optional Reflektor, empfehlenswert sind Laptop oder Tablet.

### 22F21505

Tina Wagner

Samstag, 11.06.2022, 10:00 - 17:30 Uhr  
Sonntag, 12.06.2022, 10:00 - 17:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
82,00 Euro  
Kleingruppe\*



Weitere Kurse zum  
Thema „Foto, Medien  
und Design“  
(Bildbearbeitung u. Ä.)  
finden Sie ab Seite 107.



Kathrin Riedel  
**KÜNSTLER- &  
KREATIVBEDARF**



Schloßgasse 12  
07743 Jena

T 03641 444277

F 03641 636411

FOLGE UNS AUF  
**facebook**

Mo - Fr: 10:00 - 18:30 Uhr  
Sa: 10:00 - 14:00 Uhr

KUNST & HOBBY | BASTELN | GRAFIK & PAPIERE | DEKORATIVES



**Gesundheit**



## Gesundheit

- 60 **Tanz**
- 60 **Entspannungstechniken**
- 60 **TaijiQuan | Qigong**
- 61 **Yoga**
- 62 **Pilates**
- 63 **Rückenkurse**
- 63 **Gesund und bunt Gemischtes**
- 65 **Gesundheit nachgedacht**
- 66 **Gesundheit | Psyche**
- 68 **Ernährung | Kochkunst**

### Liebe Teilnehmende und Interessierte,

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

Ihr vhs-Team



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



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

#### Kursgrößen und Bezeichnungen:

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

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

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

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

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

## Tanz

### Eltern-Kind-Zumba®

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

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

Mitzubringen: Sportbekleidung, Turnschuhe, Getränk.

#### 22F30005

Lisa Bauer  
mittwochs, 16.03.2022,  
17:30 - 18:30 Uhr, 9 Abende  
ThEKiZ „Anne Frank“, Martin-Niemöller-  
Straße 7, Sportraum (UG)  
59,00 Euro  
Kleingruppe\*



**Regelungen bei Druckfreigabe des Programmheftes: Bitte beachten Sie, dass für alle bewegungsorientierten Gesundheitskurse im Innenraum die 2G-Regelung gilt! Bitte schauen Sie immer wieder auf unsere Homepage. Dort finden Sie das aktuelle Angebot, das in allen Fachbereichen ständig ergänzt und erweitert wird.**



Foto: Eva Munkelt

## Entspannungstechniken

### Autogenes Training

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

Mitzubringen: Warme Socken, kleines Kopfkissen, Decke zum Zudecken

#### 22F30102

Marlin Parrau  
dienstags, 22.02.2022, 17:00 - 18:30 Uhr,  
10 Abende  
Sportpark Lobeda, Parkettraum,  
Alfred-Diener-Straße 2  
95,00 Euro  
Kleingruppe

## TaijiQuan / Qigong

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

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

#### 22F30162

Dr. Carmen Neubauer  
donnerstags, 24.02.2022, 16:45 - 18:15 Uhr,  
12 Nachmittage  
Familienzentrum, Dornburger Str. 26,  
1. Etage (PEKIP-Raum)  
93,80 Euro

## Yoga

### Yoga

Dieser Yogakurs lädt Sie ein, Körper, Atem und Geist in Einklang zu bringen und so bewusst im Moment zu sein, da, wo das Leben stattfindet: Zu sich kommen, sich spüren, ganz bei sich sein. Die Dozentin schöpft aus mehr als 25-jähriger Yoga-Erfahrung und begleitet einfühlsam durch fließende Bewegungsabläufe und kräftigende, vitalisierende Haltungen. Dabei passt sie die Übungen entsprechend Ihrer Möglichkeiten individuell an und möchte weg von Leistungsdruck und erfolgsorientiertem Denken führen. Durch befreiende Dehnungen der Muskeln, Faszien und Nervenbahnen werden mit der Zeit einschränkende Spannungen abgebaut, und die verfügbare Energiereserve steigt. Sie lernen, belastende Bewegungsmuster zu erkennen und den Körper im Alltag in gesunder Weise zu gebrauchen. Eine Eingangsmeditation sowie eine angeleitete Entspannung am Ende rahmen die Yogastunden ein, bringen Körper und Geist zur Ruhe und helfen so bei der Stressbewältigung. Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse nötig.

Mitzubringen: bequeme Sportkleidung

#### 22F30122

Dr. Ines Wendler  
mittwochs, 23.02.2022, 19:45 - 21:15 Uhr,  
19 Abende  
Familienzentrum, Dornburger Str. 26,  
2. OG  
145,60 Euro



Was ist  
Yoga?



Foto: Eva Munkelt

### Hatha-Yoga – Grundkurs

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

#### 22F30124

Klaus König  
donnerstags, 24.02.2022, 16:30 - 18:00 Uhr,  
12 Nachmittage  
Raum für Yoga, Camsdorfer Str. 22  
(Geleitshaus)  
93,80 Euro

#### 22F30125

Klaus König  
dienstags, 22.02.2022, 16:30 - 18:00 Uhr,  
12 Nachmittage  
Raum für Yoga, Camsdorfer Str. 22  
(Geleitshaus)  
93,80 Euro

### Lach-Yoga – Ein intensives Heiterkeitstraining

Durch Lach-Yoga können Sie die positiven Kräfte des Lachens besonders effektiv nutzen. Es ist ein selbstbestimmtes Lachen, welches die Selbstheilungskräfte und den Zugang zur eigenen Kreativität aktiviert sowie Atem und Interaktivität trainiert. Glückshormone werden ausgeschüttet: Sie fühlen sich energiegeladener und Stressbewältigung gelingt Ihnen leichter. Die Methode wurde 1995 von dem Arzt Dr. Madan Kataria in Indien entwickelt und ist von Lachübungen, körperlicher Aktivität, Yoga-Atemtechniken und Tiefenentspannung gekennzeichnet. Es bedarf keiner Vorkenntnisse, nur der Bereitschaft, das Lachen wieder in das Leben zu holen.

Mitzubringen: Decke, bequeme Kleidung, Socken, Getränk

#### 22F30143

Mona Deibele  
Sonntag, 08.05.2022, 17:30 - 20:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
23,50 Euro





Foto: Eva Munkelt

## Taiji Qi Gong Yangsheng – Übungssystem zur Verbesserung der Lebensqualität

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

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

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

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

### 22F30165

Dr. Karin Berkes  
dienstags, 22.02.2022, 08:30 - 09:30 Uhr,  
12 Vormittage  
ADTV-Tanzschule führbar,  
Am Alten Güterbahnhof 1  
95,50 Euro  
Kleingruppe\*

## Effektive Entspannungsübungen in der Mittagspause mit Taiji / Qigong

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

### 22F30166

Monika Wohlgezogen  
montags, 21.02.2022, 12:15 - 13:00 Uhr,  
10 Nachmittage  
ADTV-Tanzschule Näder, Engelplatz 8  
51,00 Euro  
Kleingruppe\*

## Pilates

### Pilatesworkout und Entspannung

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tiefliegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen vom Beckenboden, Bauch und Rücken angesprochen werden, welche für eine gesunde Körperhaltung sorgen. Pilates umfasst Kräftigung, Stretching und Entspannung durch bewusste Atmung. Die Übungen werden auf der Matte mit und ohne Kleingeräte durchgeführt.

Dieser Kurs ist auch für Einsteigende geeignet.

Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, dicke Socken und Getränk

### 22F30172

Rena Fritsch  
dienstags, 22.02.2022, 17:00 - 18:00 Uhr,  
15 Abende, Jenaer Tanzhaus e.V.,  
Camsdorfer Ufer 17, 79,00 Euro

# tegut...

## Supermarkt in Jena erstrahlt im neuen Glanz

Jena, 24.11.2021. Das Warten hat sich gelohnt: Seit dem 24. November 2021 hat der tegut... Supermarkt in der Jenaer Goethegalerie nach großem Umbau wieder für seine Kunden geöffnet. Neben umfangreichen Schönheitsreparaturen vom Boden bis zur Decke hat der Markt auch technisch einiges nachzuholen gehabt. So wurden unter anderem alte Kühlmöbel durch neue, umweltfreundlichere abgelöst. Darüber hinaus wurde eine komplett neue LED-Beleuchtung eingebaut, die dem Markt nicht nur einen neuen Look verliehen hat, sondern auch mit einem deutlich geringeren Energieverbrauch zu Buche schlägt. Auch beim Sortiment

hat sich nach dem Umbau einiges getan: Durch eine neu eingerichtete Kaffeestation können sich die Kunden jetzt während des Einkaufs eine kurze Auszeit nehmen. Darüber hinaus gibt es frisch gepresste Säfte und eine breite Auswahl herzhaft belegter Brötchen. Auch die bei den Kunden beliebte Backstation wurde größer, ebenso wie der Bereich der gekühlten Getränke. Kunden können sich in der sogenannten Unverpackt-Station unter anderem Nüsse, Cerealien oder Nudeln in Bio-Qualität in selbst mitgebrachte Behälter abfüllen. Das spart Verpackungsmüll und hat darüber hinaus den Vorteil, dass man nur so viel an Menge einkauft, wie man benötigt.

Bild: tegut... gute Lebensmittel GmbH & Co. KG

## Mit Pilates zu einem neuen Lebensgefühl

Pilates macht Spaß! Pilates hilft Ihnen, mit einer gesunden Haltung und Kräftigung der Tiefenmuskulatur Ihre Tagesziele problemlos zu erreichen. Sie glauben das nicht? Dann besuchen Sie die Kurse des Dozenten, der Diplomsportlehrer und zertifizierter DTB-Pilatestrainer ist und überzeugen Sie sich selbst.

Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk

### 22F30177

Yukhim Peskin  
donnerstags, 10.03.2022, 08:00 - 09:00 Uhr,  
15 Vormittage  
Sportpark Lobeda, Parkettraum,  
Alfred-Diener-Straße 2  
95,10 Euro  
Kleingruppe\*

### 22F30178

Yukhim Peskin  
mittwochs, 23.02.2022, 17:00 - 18:00 Uhr,  
15 Nachmittage  
Sportpark Lobeda, Parkettraum,  
Alfred-Diener-Straße 2  
95,10 Euro  
Kleingruppe\*

### 22F30180

Yukhim Peskin  
montags, 21.02.2022, 08:00 - 09:00 Uhr,  
15 Vormittage  
ADTV-Tanzschule Näder, Engelplatz 8  
95,10 Euro  
Kleingruppe\*



## Was ist eigentlich Pilates?



Foto: Eva Munkelt



## Rückenkurse

### Rücken – kräftig und agil

Rückenschmerzen zählen zu den häufigsten gesundheitlichen Beschwerden in der Bevölkerung und gehören scheinbar zum Leben dazu, wie graue Haare oder Schnupfen. Jedoch besitzt jeder Mensch Kompetenzen, die dabei helfen, den Rücken gesund zu erhalten, mit Rückenschmerzen umzugehen und sie möglichst loszuwerden. Dieser Kurs vermittelt Grundübungen für ein eigenständiges Training sowie Übungen mit Kleingeräten für eine abwechslungsreiche und fordernde Kurseinheit.

Mitzubringen: großes Handtuch, Wasser

### 22F30211

Felix Starke  
freitags, 25.02.2022, 16:00 - 17:00 Uhr,  
15 Abende  
ThEKiZ „Regenbogen“, Fregestr. 3,  
Mehrzweckraum  
100,00 Euro  
Kleingruppe

## Gesund und bunt Gemischtes

### Gesund und entspannt – raus in die Natur

### Waldbaden – achtsam eintauchen in die Natur

Zur Ruhe kommen und Energie schöpfen – einfach in der wunderbaren Atmosphäre des Waldes! Für alle, die sich dabei etwas Anleitung in persönlicher Begleitung wünschen, biete ich kleine Auszeiten im Grünen an. Wir vertiefen Atem und Sinne, bewegen uns langsam, halten inne. Gedichte und Gedanken geben Impulse, wir haben Zeit zum Entdecken und Staunen. Ganz im Hier und Jetzt spüren wir die Balance von Körper, Seele und Geist.

Wo: Dorndorf-Stednitz / Tautenburger Forst (10 Min. nördlich von Jena an der B 88, mit Zug, Bus, Auto erreichbar)  
Treffpunkt: Parkplatz an der Carl-Alexander-Brücke (gegenüber der Feuerwehr, Brückenstraße 3 a)  
5 Min. Fußweg vom Bahnhof Dornburg über die Brücke. Mit dem Auto ca. 200 m nach dem Bahnübergang am Autohaus rechts rein und ca. 200 m ins Dorf fahren.

## Waldbaden – achtsam eintauchen in die Natur (Einführung) Ein Wochenende, morgens und abends

Der meditativ-entspannende Waldaufenthalt erstreckt sich über 4 - 5 km und findet bei fast jedem Wetter statt (für eine Absage bei Sturm und Starkregen geben Sie bei Anmeldung bitte eine Telefonnummer an, unter der Sie kurz vorher erreichbar sind).

Mitzubringen: feste Schuhe, warme, wetterangepasste Kleidung, Sitzunterlage, Getränk, Snack

Bitte nicht mitbringen: alles, was die Aufmerksamkeit ablenkt, wie Hund, Kamera, eingeschaltetes Telefon

### 22F30402

Angelika Böhm

Samstag, 30.04.2022, 09:00 - 12:00 Uhr

Sonntag, 01.05.2022, 16:00 - 19:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz an der Carl-Alexander-Brücke, Brückenstraße 3a

07774 Dornburg-Camburg,

OT Dorndorf-Steudnitz

41,00 Euro

Kleingruppe\*

## Waldbaden – achtsam eintauchen in die Natur (Auffrischung und Erweiterung)

Offen auch für Teilnehmende mit ersten Erfahrungen in Achtsamkeit, Meditation, Atmung.

Mitzubringen: feste Schuhe, noch warme, wetterangepasste Kleidung als üblich – denn es wird einem durch die Langsamkeit schnell kühl, Sitzunterlage, Getränk, Snack

Bitte nicht mitbringen: alles, was die Aufmerksamkeit ablenkt, wie Hund, Kamera, eingeschaltetes Telefon

### 22F30403

Angelika Böhm

Samstag, 25.06.2022, 10 Uhr - 13:45 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz an der Carl-Alexander-Brücke, Brückenstraße 3a

07774 Dornburg-Camburg,

OT Dorndorf-Steudnitz

27,50 Euro

Kleingruppe\*



Foto: Eva Munkelt

## Meditatives Wandern mit Elementen des Waldbadens

Wir wandern ca. 10 km durch den wunderbaren Wald. Das Naturerleben vertiefen wir mit Elementen des Waldbadens (achtsames Eintauchen in die Natur). Die Wanderung läuft ähnlich ab wie das Waldbaden. Statt zu schlendern, wandern wir jedoch zügiger und legen dabei eine größere Strecke zurück. Für alle, die gern wandern, aber auch mal entspannendes Waldbaden ausprobieren möchten.

Mitzubringen: feste Schuhe, noch warme, wetterangepasste Kleidung als üblich – denn es wird einem durch die Langsamkeit schnell kühl, Sitzunterlage, Getränk, Snack

Bitte nicht mitbringen: alles, was die Aufmerksamkeit ablenkt, wie Hund, Kamera, eingeschaltetes Telefon

### 22F30404

Angelika Böhm

Sonntag, 03.04.2022, 10:00 - 13:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz an der Carl-Alexander-Brücke, Brückenstraße 3a

07774 Dornburg-Camburg,

OT Dorndorf-Steudnitz

23,00 Euro

Kleingruppe\*

### 22F30405

Angelika Böhm

Sonntag, 10.07.2022, 10:00 - 13:45 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz an der Carl-Alexander-Brücke, Brückenstraße 3a

07774 Dornburg-Camburg,

OT Dorndorf-Steudnitz

27,50 Euro

Kleingruppe\*

## Natur pur – Achtsamkeits-Workshop

In diesem Workshop geht es um ein wichtiges Thema der heutigen Zeit – Achtsamkeit. Wir hören auf unsere innere Stimme und genießen die Natur und alle Eindrücke, die sie vermittelt. Entspannen Sie sich, genießen Sie die wohltuende Natur in diesem schönen Park. Lassen Sie alle Eindrücke in Ruhe auf sich wirken. Vogelstimmen, vorbeiziehende Menschen, vielleicht sogar Ihr eigenes Herzklopfen. Im Jenaer Paradiespark nehmen wir Abschied von stressigen Gedankenspiralen und konzentrieren uns auf die Schönheit der Natur, das gemeinsame Beisammensein sowie die ruhige Atmosphäre. Wir werden einige Übungen zum besseren Kennenlernen machen, Entspannungstechniken auf Grundlage der Wildnispädagogik anwenden sowie uns gemeinsam über die Erlebnisse und unsere Empfindungen austauschen. Sie sind herzlich eingeladen, sich auf diese Reise zu begeben. Die Dozentin begleitet Sie gern.

Mitzubringen: Sitzkissen und/oder Picknickdecke, eigenes Trinkgefäß, wetterfeste Kleidung, der Workshop findet bei jedem Wetter statt, außer es gewittert.

### 22F30412

Julia Grell

Samstag, 04.06.2022, 16:00 - 19:00 Uhr

Treffpunkt: Märchenbrunnen im Paradies

23,00 Euro

Kleingruppe

## Wildkräuterwanderung in unserer Umgebung

Auf einer Wanderung im bezaubernden Orchideental lernen wir essbare Wildkräuter von Wiese, Wald und Wegesrand kennen, die sie zu Hause zu einem leckeren Salat oder Smoothie anrichten können. Erfahren Sie Näheres zum Sammeln, Erkennen, zu den Inhaltsstoffen und Heilwirkungen der Pflanzen, die sehr schmackhaft sind, viele Vitamine und Mineralstoffe geben und direkt vor unserer Haustür wachsen.

Mitzubringen: Kamera, Zettel, Stift, Sitzunterlage und ein kleiner Snack

### 22F30417

Heike Kastner

Montag, 25.04.2022, 16:30 - 19:30 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz oberhalb der Waldorfschule

18,60 Euro

## Wilde Kräuterkraft

Eine Wanderungsserie im Garten der Villa Rosenthal: Wir lernen jede Woche viel Wissenswertes über je EIN Frühlingskräutlein für Frische und Power.

Bitte mitbringen: Kleidung und Schuhe je nach Wetter, die Wanderungen finden bei jedem Wetter statt, Schreibzeug

### 22F30420

Claudia Fröhlich  
dienstags, 15.03.2022, 16:30 - 18:00 Uhr,  
4 Abende  
Villa Rosenthal  
34,60 Euro



Foto: Eva Munkelt

## Gesundheit nachgedacht – Interaktive Reihe zu verschiedenen Themen

Gemeinsam werden Sie mit Ina Fritzsche auf „Spurensuche“ gehen, die Themen näher beleuchten und alternative Wege entdecken! Ina Fritzsche ist erfahrene Physio- und Beckenbodentherapeutin sowie dreifache Mutter. Sie möchte Sie gern mit viel Feingefühl und Freude auf die spannende „Reise“ durch diese Themen mitnehmen und ist dabei sehr gespannt auf die Sicht der Teilnehmenden auf die Dinge. Ziel der Kursreihe ist es eine eigene Meinung zu finden, hin zu einem aktiven, selbstbestimmten Leben, denn nur jeder selbst ist in der Lage etwas zu verändern, wenn etwas nicht mehr stimmig erscheint!

## Menschen(s)-kinder, alles hat seine Zeit?

Jede Generation hat ihre kollektiven Herausforderungen zu meistern, doch jede(r) Einzelne von uns wird dadurch anders geprägt in seiner/ihrer ganz persönlichen Entwicklung und für sein/ihr weiteres Leben. Die Dozentin geht mit den Teilnehmenden auf Spurensuche, von prägenden Kindheitserinnerungen durch den Wandel der Generationen, um dabei sich selbst bzw. das Kind in sich und die eigenen Träume wieder zu entdecken. Denn am Ende sind es die kleinen Dinge im Leben, die so viel Großes hervorbringen können!

Mitzubringen: Schreibzeug

### 22F30430

Ina Fritzsche  
Samstag, 12.03.2022, 09:00 - 12:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
19,80 Euro

## Beckenboden – eine wahrlich faszinierende Struktur

Jeder hat ihn, und doch wissen wir alle viel zu wenig über diese liebens- und lebenswerte Region unseres Körpers. Und auch ganz unscheinbar funktioniert das alles so für und vor sich hin. Im Kurs wird einmal genauer hingeschaut und Sie werden erstaunt sein, wie einfach wir die Funktionen ganz nebenbei schulen und trainieren können!

Mitzubringen: Schreibzeug

### 22F30431

Ina Fritzsche  
Samstag, 02.04.2022, 09:00 - 12:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Walter-Dexel-Raum  
19,80 Euro

## Wege aus der Krise – ich, du, wir können es schaffen!

Eine Krise bedeutet auch immer eine Chance für einen Neubeginn durch Umdenken – ob nun Corona, Midlife, Burnout oder Pubertät. Das Schwierige dabei ist, dies selbst erkennen zu können. Wir besprechen, wie ein veränderter Blickwinkel auch die Krise verändern und verwandeln kann.

Mitzubringen: Schreibzeug

### 22F30432

Ina Fritzsche  
Samstag, 30.04.2022, 09:00 - 12:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
19,80 Euro

## Ernährung – und was essen Sie denn so?

Vegan, Rohkost oder doch lieber Eiweißdiät? So viele Möglichkeiten und doch wieder nicht richtig? An diesem Nachmittag geht es darum, was für jeden das Richtige ist. Denn vor lauter Theorie vergessen wir ganz oft unser BAUCH-Gefühl. Und dies ist so individuell wie wir selbst!

Mitzubringen: Schreibzeug

### 22F30433

Ina Fritzsche  
Samstag, 21.05.2022, 09:00 - 12:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
19,80 Euro

## Wut und was fange ich damit an?

Kennen Sie das Gefühl auch, wenn man gleich aus allen Nähten platzt und einfach nicht mehr weiß, wohin mit seinen Gefühlen? Erst manche große Herausforderungen bzw. Krisen lehren uns im Leben, mit der konstruktiven Kraft von Wut umzugehen, hinzuhören und anzunehmen. Lassen Sie uns da etwas genauer hinschauen, denn es kann so einfach sein!

Mitzubringen: Schreibzeug

### 22F30434

Ina Fritzsche  
Samstag, 11.06.2022, 09:00 - 12:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
19,80 Euro



## Achtsam und dankbar durch das Leben schweben

Kennen Sie noch das Kaninchen aus Alice im Wunderland? „Keine Zeit, keine Zeit, keine Zeit!“ und schon hetzt es weiter durch sein Leben. Wir wollen für diesen Nachmittag die Zeit anhalten und schauen, wo wir stehen, wo wir hin wollen, und wie wir Momente im Alltag nutzen können, um zur Ruhe zu finden. Körper, Geist und Psyche werden es uns danken für ein glückliches und zufriedenes Leben miteinander!

Mitzubringen: Schreibzeug

### 22F30435

Ina Fritzsche

Samstag, 02.07.2022, 09:00 - 12:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
19,80 Euro

## Gesundheit / Psyche

### Innere Kinder, die jüngsten Teile unserer Seele

Unsere äußeren Kinder sind unsere Zukunft, unsere Inneren Kinder sind unsere Vergangenheit. Diese jungen Teile unserer Psyche leben weiter in uns, egal wie alt wir sind. Aus dem Unbewussten bestimmen unsere kindlichen Anteile unser Leben. Dabei gibt es bedürftige Anteile genauso wie tyrannische und kreative. Da wir in unserer Entwicklung nur so weit gehen können wie das schwächste Glied in der Kette, ist es sinnvoll, uns mit diesen Anteilen zu beschäftigen. Wenn sie im Unbewussten wirken, können sie Ursache sein für zahlreiche Probleme in unserem Leben. In diesem Seminar wenden wir uns durch Übungen und Selbsterfahrung dem jüngsten Teil unserer Psyche zu, durch Bewusstwerden kann Veränderung geschehen. Wie äußere Kinder Aufmerksamkeit brauchen und gesehen werden wollen, hilft auch hier oft ein offener Blick für unser eigenes Inneres Kind.

Die Mittagspausen sind in freier Gestaltung bereits eingeplant.

Mitzubringen: Schreibzeug

### 22F30602A

Antje Turre

samstags, 14.05.2022, 10:00 - 18:00 Uhr,  
2 Tage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
96,50 Euro  
Kleingruppe\*



Foto: Eva Munkelt

### Aus dem wütenden Widerstand in ein kraftvolles Leben

Für viele Menschen ist Wut tabuisiert. Sie durfte nicht sein in unserer Kindheit, ist gesellschaftlich nicht akzeptiert. Wir haben oft keinen guten Umgang mit Wut gelernt. Anderen ist Wut auf ungute Weise im Außen, begegnet und sie haben sich geschworen, dass sie das auf keinen Fall wollen. Aggression stammt vom lateinischen Wort „aggredi“ ab. Es wird auch mit „in Angriff nehmen“ übersetzt. Wenn wir die Wut unterdrücken, steht uns die Handlungskraft nicht zur Verfügung. Unterdrückte Aggression führt zu Depression oder zeigt sich im Körper als Krankheit. An diesem Wochenende wollen wir unsere Glaubenssätze über Wut anschauen und die Wut-Kraft in uns untersuchen, um einen guten Umgang damit zu finden.

Mitzubringen: Schreibzeug, dicke Strümpfe

### 22F30605

Antje Turre

Samstag, 02.04.2022, 10:00 - 18:00 Uhr  
Sonntag, 03.04.2022, 10:00 - 17:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Walter-Dexel-Raum  
92,50 Euro  
Kleingruppe

### HAPPY FOR NO REASON: Die Sieben Schritte, um ein glückliches Leben zu kreieren – (Infoveranstaltung)

Wer auf der Suche nach einem Inneren Glücks- und Zufriedenheitsgefühl ist, findet in dieser Impulsveranstaltung unzählig viel Inspiration! Dagmar Spantzel – eine Dozentin voller authentischer Lebensweisheit und mit reichem, internationalem Fachwissen – lehrt eine positive Denkweise zu kultivieren und wertvolle Glücksmomente in unverhofft kleinen und alltäglichen Erlebnissen zu erschaffen.

Wer Interesse hat, die Sieben Schritte des Glücks ohne Grund zu vertiefen, kann sich zusätzlich im eintägigen Workshop am Samstag, 30.04.2022 anmelden.

Mitzubringen: Schreibzeug

### 22F30620

Dagmar Spantzel

Mittwoch, 16.03.2022, 17:00 - 20:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
16,10 Euro

### 22F30620A

Dagmar Spantzel

Montag, 21.03.2022, 17:00 - 20:15 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
16,10 Euro

## HAPPY FOR NO REASON: Glücklich ohne Grund

Stellen Sie sich vor, Ihr Glück hängt nicht von Ihren Leistungen, Ihrem Job, Ihrem Geld, Beziehungen, Status, Schönheit oder anderen Umständen ab! Mit der zertifizierten „Happy For No Reason“ Trainerin, Gesundheitspraktikerin, Meditationslehrerin und Achtsamkeitstrainerin Dagmar Spantzel erwarten Sie in diesem eintägigen, inspirierenden Workshop folgenden Themen:

- Die Gestaltungsfreiheit über Ihr persönliches Glück – seien Sie selbst der Meister Ihres Glücks. (Selbst)Verantwortung zu übernehmen – das bringt Sie auf den Fahrersitz.
- Unsere Zellen glücklich machen – Sie erlernen, wie man Ernährung und Bewegung für mehr Glück und verbesserte Gesundheit verwendet.
- Entdecken Sie, wie Sie Ihre Gedanken zum Verbündeten machen können – lernen Sie, was Mann/Frau tun kann, um die automatischen negativen Gedanken, die wir regelmäßig haben, zu reduzieren.
- Lassen Sie die Liebe in Ihrem Leben führen – Sie werden kraftvolle Techniken erforschen, um aus Ihrem Herzen heraus zu leben.
- Ihr ureigenes Leben leben, das vom Ziel inspiriert ist – entdecken Sie Techniken, um Ihre Leidenschaft zu finden.
- Beziehungen pflegen und entwickeln – lernen Sie, wie Sie Ihre Netzwerke von Menschen erweitern können, welche unterstützen und stärken. Denn das Leben ist zu kurz, um auch nur eine Minute ohne Freude das Glück zu verschwenden, welches Sie verdient haben!

Die Teilnahme an der Infoveranstaltung ist freigestellt und hier im Workshop nicht Grundvoraussetzung!

Mitzubringen: Schreibzeug

### 22F30621

Dagmar Spantzel  
Samstag, 30.04.2022, 10:00 - 17:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
41,00 Euro  
Kleingruppe\*

## Gesunde und gewaltfreie, herzliche Kommunikation (GfK)

Legen Sie die Basis einer gesunden Kommunikation. Lernen Sie die Grundhaltung sowie die vier Schritte der gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg näher kennen. Erfahren Sie anhand selbsteingebrachter Konfliktbeispiele und in praktischen Übungen, dass es auch in heiklen Situationen

- hilfreicher ist, sich auf beobachtbare Fakten zu beziehen, als zu urteilen oder moralisch zu bewerten
- bereichernder ist, Vorwürfe und Urteile in Gefühle und Bedürfnisse zu übersetzen
- erfolgversprechender ist, klare Bitten auszusprechen, statt zu drohen, zu strafen oder zu manipulieren!

Auf der Basis von Empathie, gemeinsamen Bedürfnissen und mit Blick auf den Aufbau einer guten Beziehungsebene sind auch neue Strategien in der Bewältigung von herausfordernden Situationen eher möglich.

### 22F30691

Dr. Kerstin Ramm  
Sonntag, 20.03.2022, 10:00 - 17:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
49,50 Euro  
Kleingruppe\*

## Vertiefungs- und Übungstag zur gesunden, gewaltfreien Kommunikation (GfK)

An diesem Tag sind alle herzlich eingeladen, welche die Grundlagen der Kommunikation nach M. B. Rosenberg bereits kennen gelernt haben. Es ist die Sprache des Herzens und ihre Grundhaltung, in die wir nun etwas tiefer gehen sowie uns an eigenen Beispielen mehr üben. Wir wollen uns im praktischen Ausprobieren besser kennen lernen und üben, uns gewaltfrei und empathisch auf uns selbst und andere einzulassen. Wir sehen, wie z.B. Wut entsteht und wie wir damit umgehen können.

### 22F30692

Dr. Kerstin Ramm  
Sonntag, 27.03.2022, 10:00 - 17:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
49,50 Euro  
Kleingruppe

## Trauma – von der Bürde zur Würde – Ein informativer Einführungstag zum Erkennen, Verstehen und einem (selbst) achtsamen Umgang mit traumatischen Erfahrungen Kleingruppe

Das Wissen um Traumata hat das Potential, die Welt friedvoller zu machen.

In diesem Tagesseminar werden Sie vielschichtige Informationen und tiefergehendes Wissen zu diesem großen Thema erhalten und zusammen, mit der Dozentin, Sylvia Reich u.a. am Ende des Tages folgende Fragen beantworten können:

- Was ist ein Trauma?
- Wie zeigt es sich?
- Was kann ich für mich oder andere tun?
- Was hat Trauma mit Würde zu tun?

Das Anliegen unserer Dozentin, Erzieherin und profunden Fachfrau ist, ihr langjähriges Erfahrungs- und Fachwissen zu teilen und somit zur einer neuen, achtsamen und eigenverantwortlichen Selbstwahrnehmung beizutragen. Denn durch mehr Wissen zum Thema kann auch jede private, wie berufliche Beziehung neu wahrgenommen und gelebt werden.

Das Ziel ist, mit einem verstehenden, friedlicheren Miteinander behutsam und in gut verständlicher Weise über jeweils einen Aspekt zum Thema sprechen und danach mit den Teilnehmenden in den Austausch gehen.

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

Bei einer Gruppe ab acht Teilnehmenden beträgt das Entgelt 46,00 €.

### 22F30696

Silvia Reich  
Samstag, 26.03.2022, 10:00 - 18:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Vortragsraum  
54,00 Euro



## Resilienztraining – Die psychische Widerstandskraft stärken

Tiefpunkte und Herausforderungen im Leben kommen und gehen. Wie wir mit ihnen um- und aus ihnen hervorgehen, darüber entscheidet unsere psychische Widerstandskraft – unsere Resilienzfähigkeit. Im Allgemeinen verstehen wir unter Resilienz, dass Menschen in Krisensituationen psychisch stabil und auch bei langanhaltender Belastung sowohl körperlich als auch geistig gesund bleiben. Diese wunderbare (trainierbare) Eigenschaft ermöglicht uns so einiges auszuhalten: Schicksalsschläge und (persönliche) Katastrophen, schwere Krankheit, Verlust des Arbeitsplatzes oder schlimmer noch Verlust eines geliebten Menschen. Das Resilienztraining stellt einen dynamischen Prozess zur Ressourcenstärkung dar. Die verschiedenen Fähigkeiten und Verhaltensweisen, die wir benötigen, um Krisen zu bewältigen, werden aufgezeigt und angewendet, sodass es Ihnen später gelingt, die verschiedenen (Schutz-) Faktoren selbstständig und anforderungsbezogen in persönlichen Krisensituationen anzuwenden.

Mitzubringen: Schreibzeug

### 22F30698

Marlin Parrau  
donnerstags, 24.02.2022, 17:00 - 18:30 Uhr,  
10 Abende  
Sportpark Lobeda, Parkettraum,  
Alfred-Diener-Straße 2  
95,00 Euro  
Kleingruppe



Foto: Eva Munkelt

## Einführung in systemische Aufstellungsarbeit

Was ist Aufstellungsarbeit? Worum geht es dabei? An diesem Workshop-Tag beschäftigen wir uns mit den Grundlagen dieser Methode und können erste Einblicke gewinnen. Jeder steht in vielfältigen Beziehungen, in seiner Familie, im Beruf, mit seinen eigenen inneren Anteilen. Oft können wir den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr erkennen und wissen nicht, wie wir Verstrickungen oder festgefahrene Situationen oder auch körperliche Beschwerden lösen können. Wo wollen wir gerade wirklich hin? Dann kann uns die Aufstellungsarbeit einen Blick aus einem anderen Blickwinkel verschaffen, und das untersuchte System kann sich wieder ordnen, die Liebe und Lebenskraft kann wieder mehr fließen. Wir können besser erkennen, worum es geht und was es braucht zum Vertrauen ins Leben. Eine kraftvolle Methode für Veränderungen.

### 22F30695

Dr. Kerstin Ramm  
Samstag, 02.04.2022, 10:00 - 17:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
49,50 Euro  
Kleingruppe\*

## Ernährung / Kochkunst

### Brotbacken – Genuss für Gaumen und Seele

Wer kennt ihn nicht, den Duft von frischem Brot, der uns das Wasser im Munde zusammen laufen lässt? Ein Brot selbst zu backen erfordert erstaunlicherweise wenig Aufwand und Mühe und kann in geselliger Runde sehr anregend sein. Die Grundlage bilden Getreide, Wasser, Salz und Triebmittel. Wir zaubern daraus ein würziges Vollkornbrot auf Sauerteigbasis, das wir uns mit selbst zubereiteten Brotaufstrichen köstlich schmecken lassen. Eine Kostprobe vom wohlschmeckenden Brot gibt es für die Daheimgebliebenen ebenso. Sie erfahren, wie sich die Qualität der LEBENsmittel (aus biologischem Anbau) auf unsere eigene Lebensqualität auswirkt. Es gibt viele Anregungen, wie die Rezepte zu Hause leicht und schnell im eigenen Backofen ausprobiert und variiert werden können.

Mitzubringen: ein Stoffbeutel, Behälter für Nahrungsmittel, Schürze und Schreibzeug  
Die Kosten für Lebensmittel in Höhe von ca. 6,00 € sind im Kurs zu entrichten.

### 22F30714

Heike Kastner  
Montag, 21.02.2022, 17:00 - 21:30 Uhr  
Küchenstudio Walther, Saalstraße 6  
87,10 Euro  
Kleingruppe

### 22F30715

Heike Kastner  
Montag, 09.05.2022, 17:00 - 21:30 Uhr  
Küchenstudio Walther, Saalstraße 6  
87,10 Euro

## Glutenfreies Brot selbst backen

Auf Gluten in der Ernährung zu verzichten, wirkt sich sehr positiv auf unsere Gesundheit aus und kann zudem lecker und interessant schmecken. Viele Menschen mit der Diagnose: Glutenunverträglichkeit (Zöliakie) oder Weizenallergie müssen ihre Ernährung auf glutenfreie Nahrung umstellen. Im Kurs werden viele Alternativen zu den Getreidemehlen vorgestellt und detailliert auf ihre Verwendungseigenschaften und gesundheitlichen Vorzüge eingegangen. Wir erfahren, was für eine reiche Auswahl an Zutaten uns zur Verfügung steht und was die Besonderheiten beim glutenfreien Backen sind. Gemeinsam werden wir herzhaftes Brot backen und mit selbst zubereiteten Aufstrichen verkosten. Der Abend gibt Tipps und Anregungen, wie die Rezepte zu Hause leicht und schnell ausprobiert und variiert werden können. Ein Einstieg in gesunde Ernährung für alle, die auf Gluten verzichten wollen oder müssen. Ein Stück mehr LEBENSqualität.

Mitzubringen: ein Stoffbeutel, Behälter für Nahrungsmittel, Schürze und Schreibzeug  
Die Kosten für Lebensmittel in Höhe von ca. 9,00 € sind im Kurs zu entrichten.

### 22F30716

Heike Kastner

Montag, 23.05.2022, 17:00 - 21:30 Uhr

Küchenstudio Walther, Saalstraße 6

87,10 Euro

Kleingruppe



**Regelungen bei Druckfreigabe des Programmheftes:**  
Bitte beachten Sie, dass für alle bewegungsorientierten Gesundheitskurse im Innenraum die 2G-Regelung gilt!  
Bitte schauen Sie immer wieder auf unsere Homepage.  
Dort finden Sie das aktuelle Angebot, das in allen Fachbereichen ständig ergänzt und erweitert wird.



Foto: Eva Munkelt



**JENÄER  
BÜCHER  
STUBE**

PERSÖNLICH **Johannisplatz 28**

MÜNDLICH **03641-444294**

ONLINE **www.jenbuch.de**



## Sprachen und Integration



# Sprachen und Integration

75	<b>Sprachenzertifikate</b>	92	<b>Polnisch</b>
75	<b>Spracheinstufung</b>	92	<b>Portugiesisch</b>
76	<b>Deutsch als Fremd- und Zweitsprache</b>	92	<b>Russisch</b>
83	<b>Deutsch im Alltag</b>	93	<b>Schwedisch</b>
86	<b>Arabisch</b>	93	<b>Spanisch</b>
86	<b>Chinesisch</b>	94	<b>Tschechisch</b>
87	<b>Englisch</b>	94	<b>Türkisch</b>
89	<b>Französisch</b>	94	<b>Ungarisch</b>
89	<b>Italienisch</b>	95	<b>Koreanisch</b>
90	<b>Japanisch</b>	95	<b>Rumänisch</b>
90	<b>Latein</b>	95	<b>Gebärdensprache</b>
91	<b>Neugriechisch</b>	96	<b>Junge vhs</b>
91	<b>Hebräisch</b>	97	<b>Die vhs.cloud auf einen Blick</b>

## Liebe Teilnehmende und Interessierte,

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

Ihr vhs-Team



Fachbereichsleiterin  
Fremdsprachen | DaF | DaZ  
**Aglaya Weidner**  
Telefon 03641 498211  
aglaya.weidner@jena.de



Mitarbeiterin Sprachen  
**Nicole Bergmann**  
Telefon 03641 498216  
nicole.bergmann@jena.de



Mitarbeiterin Sprachen | DaF/DaZ  
**Susanne Baldrich**  
Telefon 03641 498217  
susanne.baldrich@jena.de



Sachbearbeiterin  
**Sabine Schuldes**  
Telefon 03641 498223  
sabine.schuldes@jena.de

### Kursgrößen und Bezeichnungen:

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

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

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

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

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



Hier können Sie eine erste Selbsteinschätzung durchführen



## SPRACHNIVEAU entsprechend dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen

	Stufe A1	Stufe A2	Stufe B1
<b>Hören</b>	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.
<b>Lesen</b>	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.
<b>An Gesprächen teilnehmen</b>	Ich bin darauf angewiesen, dass meine Gesprächspartner sehr langsam sprechen und sich darauf einstellen, dass ich die Sprache noch nicht lange kenne.	Ich kann mich in Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten, direkten Austausch von Informationen geht. Ich verstehe aber noch nicht genug, um selbst ein Gespräch länger in Gang zu halten.	Ich kann die meisten Situationen sprachlich bewältigen, denen man auf Reisen begegnet. Ich kann ohne Vorbereitung an Gesprächen über Themen teilnehmen, die mir vertraut sind oder die mich interessieren.
<b>Zusammenhängend sprechen</b>	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.
<b>Schreiben</b>	Ich kann eine kurze Postkarte, z.B. mit Ferngrüßen, schreiben. Ich kann auf Formularen, z.B. auf Reisen, Namen, Adresse, Nationalität usw. eintragen.	Ich kann kurze Notizen und kurze persönliche Briefe verfassen.	Ich kann einen zusammenhängenden Text über mir vertraute Themen schreiben. Ich kann persönliche und formelle Briefe schreiben.



### Stufe B2

Ich kann im Alltag und Beruf längeren Redebeiträgen folgen, wenn mir die Thematik einigermaßen vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen und Reportagen verstehen.

Ich kann Artikel und Berichte lesen, auch in Fachzeitschriften zu mir vertrauten beruflichen Themen. Ich verstehe literarische Texte wie z.B. Kurzgeschichten und Krimis.

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 zu sehr vielen Themen ausführlich äußern. Ich kann dabei Standpunkte erklären und Argumente ausführlich abwägen.

Ich kann ausführliche, verständliche Texte über eine Vielzahl von privaten und beruflichen Themen schreiben.

### Stufe C1

Ich kann längeren Berichten, ausführlichen Gesprächen, Präsentationen usw. auch im Detail folgen. Ich bin vertraut mit Umgangssprachen sowie mit anderen Sprachstilen.

Ich kann lange und komplexe Texte verstehen, auch zu Themen die nicht zu meinem persönlichen Interessensgebiet zählen.

Ich kann mich in Alltag und Beruf beinahe mühelos spontan und fließend verständigen.

Ich kann komplexe Sachverhalte darstellen und erörtern und dabei flexibel auf Nachfragen reagieren.

Ich kann mich schriftlich klar, strukturiert und ausführlich ausdrücken und dabei meinen Stil adressatenbezogen ändern.

### Stufe C2

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.

Ich lese ohne besondere Mühe Texte aller Art z.B. Sachbücher, Handbücher, Verträge, Unterhaltungsliteratur etc.

Ich kann mich an Gesprächen mühelos beteiligen und bin dabei auch mit umgangssprachlichen und idiomatischen Wendungen bestens vertraut.

Ich kann Vorträge halten, Besprechungen und Diskussionen leiten, dabei mühelos zwischen Sprachen wechseln und spontan und flexibel auf Redebeiträge reagieren.

Ich kann Artikel und Berichte zu komplexen Fragestellungen ohne besondere Mühe klar und flüssig verfassen.

### Hören

### Lesen

### An Gesprächen teilnehmen

### Zusammenhängend sprechen

### Schreiben

# Welche Inhalte werden in der Regel in den Sprachkursen auf den jeweiligen Niveaustufen vermittelt?

## Beschreibung der Kursinhalte

In den Sprachkursen werden gleichermaßen alle vier Fertigkeiten (Hör- und Leseverstehen, Sprechen und Schreiben) trainiert sowie Grammatik, Wortschatz und Aussprache.

### A1.1

- Begrüßung / Abschied
- Vorstellung / Personenangaben / Befragung
- Wiedergabe einfacher Informationen über Familie, Freunde, Hobbys, Beruf, Alltag
- Äußerung von Befinden, Meinung, Vorlieben
- Orientierung und Einkauf im Supermarkt
- Wegbeschreibung / Terminvereinbarung
- Reaktion auf Einladungen

### A2.1

- Schriftverkehr in einfacher Form (offizielle E-Mails, Briefe, etc.)
- Smalltalk zu vertrauten Themen
- Formulierung von Begründungen mündlich, als auch schriftlich
- Äußerung von Wünschen, Vorschlägen, Hoffnungen, Ängsten
- Berichten über alltägliche Lebensbereiche (Orte, Erfahrungen, Ereignisse)
- Formulierung von Vorschlägen
- Sprechen über berufliche Pläne oder zukünftige Pläne
- Verfassen von Anfragen
- ggf. Anfertigung von kurzen Bewerbungsschreiben
- Telefonisches Erfragen von Informationen
- Organisation, z.B. einer Feier

### B1.1

- Verständnis längerer Informationstexte
- Weitergabe von Informationen
- Erfahrungsberichte / Ereignisberichte
- Erteilung von Anweisungen
- Teilnahme an Diskussionen über vertraute Themen
- Schilderung und Benennung von Problemen
- Ausdruck / Rechtfertigung eigener Meinung (mit einfachen Wendungen)
- Durchführung vorbereiteter und unkomplizierter Präsentationen zu Themen aus dem Interessengebiet
- schriftliche Produktion von Texten aus Interessengebiet
- unvorbereitete Teilnahme an Gesprächen über vertraute Themen
- Ausdruck von Gefühlen / Reaktion auf Gefühlsäußerung

### B2.1

- Verständnis von Hauptinhalten komplexer, abstrakter Texte und Themen
- spontane und fließende Teilnahme an Diskussionen vertrauter Themen oder Themen aus dem eigenen Interessengebiet
- klare und detaillierte Beschreibung und Darstellung komplexer Sachverhalte, mündlich als auch schriftlich, z.B. Arbeitsvorgänge, Protokolle, bestimmte Ereignisse
- flüssige, spontane und korrekte mündliche Produktion
- detaillierte schriftliche Produktion von offiziellen Schreiben, z.B. Kündigung, Motivationsschreiben

### C1.1

- Verständnis nicht vertrauter und komplexer Themen in einem Gespräch
- Teilnahme an Vorlesungen, Debatten, Diskussionen zu bekannten sowie unbekanntem Themenbereichen
- schriftliche Produktion eines Fachartikels, einer wissenschaftlichen Arbeit
- Verständnis und Verwendung fachsprachlicher Wendungen
- Präsentationen von Themen eines bestimmten fachlichen Kontextes
- leichtes Verständnis fachlicher Dokumentationen, Spielfilme, Videos sowie umgangssprachlicher Konversationen



Auf unserer Website  
finden Sie Einstufungstests  
für verschiedene Sprachen.



Landesverband  
Thüringen



## Sprachprüfungen

Benötigen Sie ein Zertifikat, das Ihre Sprachkenntnisse auf einem bestimmten Niveau bescheinigt? Möchten Sie eine Deutsch-Sprachprüfung ablegen? Alle Informationen rund um das Thema Sprachprüfungen erhalten Sie beim

### Thüringer Volkshochschulverband e.V. (TVV e.V.).

Ihr Ansprechpartner ist die Prüfungszentrale des TVV e.V.:

- E-Mail: [pruefungszentrale@vhs-th.de](mailto:pruefungszentrale@vhs-th.de)
- Telefon: 03641/53423-14  
(zu ausgewiesenen Sprechzeiten)
- Fax: 03641/53423-10
- Anschrift: TVV e.V., Prüfungszentrale, Saalbahnhofstraße 27, 07743 Jena
- Internetseite: [www.vhs-th.de](http://www.vhs-th.de)



## Sprachenzertifikate

International anerkannte Sprachenzertifikate können Sie auf allen Stufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens erwerben. Die Volkshochschulen bereiten Sie zielgerichtet auf die jeweilige Prüfung vor. Die Prüfungen selbst werden vom Thüringer Volkshochschulverband e.V. durchgeführt. Der Thüringer Volkshochschulverband e.V. bietet regelmäßig Deutsch-Prüfungen der telc gGmbH und des Goethe Instituts an. Wenn Sie ein Sprachenzertifikat erwerben möchten, melden Sie sich direkt beim TVV an.

Die aktuellen Prüfungstermine und -orte entnehmen Sie bitte der Internetseite [www.vhs-th.de](http://www.vhs-th.de). Sie können die Termine aber auch in Ihrer Volkshochschule oder direkt in der Prüfungszentrale des TVV e.V. erfragen.

## Anmeldung

Am schnellsten und sichersten erfolgt Ihre Anmeldung, wenn Sie sich direkt online anmelden: [www.vhs-th.de](http://www.vhs-th.de).

Ansonsten können Sie auch das telc- bzw. Goethe-Anmeldeformular ausfüllen und es per E-Mail, Fax oder Post an die Prüfungs-

zentrale des TVV e.V. senden.

Ein Anmeldeformular erhalten Sie in Ihrer Volkshochschule, in der Geschäftsstelle des TVV e.V. oder Sie können es sich auch von der Internetseite herunterladen.

## Bezahlung

Das Prüfungsentgelt ist je nach Prüfungsanbieter und Sprachniveau gestaffelt. Die Höhe des Prüfungsentgeltes sowie weitere Prüfungskosten entnehmen Sie bitte der Entgeltordnung des TVV e.V. Das Prüfungsentgelt überweisen Sie bitte auf das angegebene Konto. Eine Barzahlung ist nicht möglich.

## Fremdsprachen

Die telc gGmbH bietet die Möglichkeit, Sprachenzertifikate in den folgenden Fremdsprachen zu erwerben:

Englisch, Spanisch, Französisch, Italienisch, Russisch, Portugiesisch, Türkisch, Tschechisch, Arabisch.

Wenn Sie einen Termin für eine Gruppenprüfung vereinbaren möchten, kontaktieren Sie bitte die Prüfungszentrale des TVV e.V. Einzelanfragen können derzeit leider nur in andere Einrichtungen vermittelt werden.

# SPRACHEINSTUFUNG

## Kostenfreie Sprachberatung an der vhs Jena durch die Mitarbeiterinnen des Fachbereiches Sprachen

Wenn Sie gern eine Sprache (weiter-)lernen möchten und unsicher sind, welches Niveau zu Ihnen passt, können Sie sich kostenfrei in der vhs oder online von unseren Mitarbeiterinnen und Dozent:innen beraten lassen:

Nutzen Sie die Möglichkeiten einer individuellen Einstufung:

- für **Deutsch** mit Susanne Baldrich, Mitarbeiterin Deutsch als Fremd- und Zweitsprache

- für **Spanisch** mit Aglaya Weidner, Fachbereichsleiterin Sprachen
- für **Englisch**, mit unserem Dozent Mark Hargrave (Terminvereinbarung hier bitte über Frau Weidner)
- für **alle anderen Sprachen** durch die Fachbereichsleitung Frau Weidner und die Pädagogische Mitarbeiterin Nicole Bergmann

Mit dem **Sprachtest „Eurotest“** können Sie online ganz bequem Ihre Sprachkenntnisse für die Sprachen Deutsch, Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch, Schwedisch, Arabisch und Türkisch testen.



Den Link zum Eurotest finden Sie auf [https://www.vhs-jena.de/de/beratung/einstufung\\_sprachen/654944](https://www.vhs-jena.de/de/beratung/einstufung_sprachen/654944) oder: folgen Sie diesen QR Code





### Deutsch als Fremd- und Zweitsprache / German as foreign and second language

Die Volkshochschule Jena ist eine Erwachsenenbildungseinrichtung, die eine große Auswahl an Sprachkursen bietet. Der Fachbereich Deutsch als Fremdsprache hat im Frühjahr-/Sommersemester 2022 eine bunte Palette an Kursen im Angebot. Unsere Kurse sind nach Bedarf geplant und an unterschiedliche Zielgruppen angepasst. Gern planen wir auch weitere Kurse und erstellen ein Angebot – ganz nach Maß und Rücksprache.

Unsere Kurse:

- sind vom Anfängerniveau A1 bis zum fortgeschrittenen Niveau C1 gestaffelt
- entsprechen dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER) für Sprachen
- sind offen für alle Interessierten
- werden von professionellen Lehrkräften geleitet und arbeiten mit aktuellen Lehrwerken und Methoden der DaF/DaZ-Didaktik

Unsere Angebote:

- berufsbegleitend und kompakt
- allgemein und speziell
- vormittags und abends
- intensiv: 2 - 4 mal wöchentlich und semesterbegleitend
- (Ferien-) Intensivkurse
- Online-, Präsenz- und Hybridkurse

Unser Service:

- kostenfreie Einstufung immer montags von 13:00 bis 15:00 Uhr mit Termin
- kleine Gruppen: allgemeine Sprachkurse von 6 bis max. 15 Teilnehmenden
- Spezialkurse von 6 bis 10 Teilnehmenden pro Gruppe

- umfassende Beratung und Vermittlung zu Prüfungsmöglichkeiten (telc oder Goethe) in Thüringen

Bitte beachten Sie: Alle Kurse Deutsch als Fremd- und Zweitsprache finden in Kleingruppen statt. Eine Ermäßigung ist nur dann möglich, wenn es 8 oder mehr Anmeldungen zu Kursbeginn gibt.

**Auf dieser Internetseite sind alle Angebote zum Thema Deutsch als Fremd- und Zweitsprache an der vhs Jena zusammengefasst:**



**Auskunft und Beratung:  
Susanne Baldrich  
Tel. +49 (0) 3641 49-8217  
susanne.baldrich@jena.de**

### German as foreign and second language

The Volkshochschule Jena (Adult Education Center) offers courses for German as a foreign and second language from beginner level A1 to the advanced level C1. The levels of our language correspond to the Common European Framework of Reference for Language. The courses are open to all those who would like to begin to learn German or to improve their language skills. The courses are planned as needed and adapted to the target groups. The teachers of the vhs Jena are qualified German as a foreign and second language teachers

and use in their work current textbooks and methods of DaF/DaZ didactics.

If you do not know which language level is right for you, you can test your language skills online or in the vhs for free. The payment of the courses takes place either by debit card, by SEPA-Mandate or in cash. A reduction of the course fee can be made by presenting a proof.

All German courses take place in small groups. The discount is only possible if there are 8 or more registrations after the first three sittings of the course.

A registration confirmation to obtain a visa or a renewal of a visa can not be issued.

At the end of the German courses there will be no language examination. However, examinations (telc or Goethe-Institut) can be taken externally. Information can be obtained from the Thuringian Adult Education Association, see page 75.

The vhs Jena does not provide teaching and learning materials. The textbook will be announced at the beginning of the course and must be acquired by the participant independently.

**On these pages are all offers on German as a foreign and second language at vhs Jena summarized (see QR Code):**



**Contact Person:  
Ms. Susanne Baldrich  
Tel. +49 (0) 3641 49-8217  
susanne.baldrich@jena.de**

**Consulting hours:  
mondays 1:00 PM – 3:00 PM**

## A1 Kurse

### Deutsch A1.1 Intensivkurs – am Vormittag (online)



**Voraussetzungen:** Sie haben keine Vorkenntnisse in Deutsch.

**22F404000**

N.N.

montags - donnerstags

10.01.2022 – 25.01.2022

8:30 – 11:45 Uhr, 10 Vormittage

vhs.cloud

225,00 Euro

### Deutsch A1.2 Intensivkurs – am Vormittag (online)



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

**22F404001**

N.N.

montags - donnerstags

26.01.2022 – 10.02.2022

8:30 – 11:45 Uhr, 10 Vormittage

vhs.cloud

225,00 Euro

### Deutsch A1.1 – am Abend (online)



**Voraussetzungen:** Sie haben keine Vorkenntnisse in Deutsch.

**22F404002**

Mariami Tadumadze

dienstags und donnerstags

18.01.2022 – 15.03.2022

17:00 – 19:15 Uhr, 17 Abende

vhs.cloud

280,00 Euro

### Deutsch A1.2 – am Abend

**Voraussetzungen:** Sie haben Kenntnisse in Deutsch auf dem Niveau A1.1 und Erfahrung im Fremdsprachenlernen.

**22F404003**

Mariami Tadumadze

donnerstags und dienstags

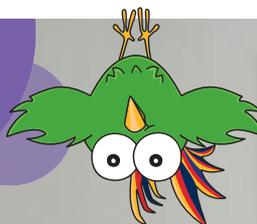
17.03.2022 - 12.05.2022

17:00 - 19:15 Uhr

vhs, Paradiesstr. 6, SR 2

281,50 Euro

Check out our  
website for the  
English version



## A2 Kurse

### Deutsch A2.1 Intensivkurs – am Vormittag

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A1

**22F404010**

Simone Eliseo Astolfi

dienstags - freitags

22.02.2022 – 11.03.2022

08:45 – 12:45 Uhr, 12 Vormittage

vhs, Paradiesstr. 6, SR 3

336,50 Euro

### Deutsch A2.2 Intensivkurs – am Vormittag

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2.1

**22F404011**

Simone Eliseo Astolfi

dienstags - freitags

15.03.2022 – 01.04.2022

08:45 – 12:45 Uhr, 12 Vormittage

vhs, Paradiesstr. 6, SR 3

336,50 Euro

### Deutsch A2.1 – am Abend

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A1

**22F404014**

Ariane Fischer

montags und mittwochs

25.04.2022 – 04.07.2022

18:00 – 20:15 Uhr, 20 Abende

Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"

Paradiesstraße 5, R. 02\_08

336,50 Euro

### Deutsch A2.2 - am Abend (online)



Fortführungskurs von A2.1 - am Abend (online) (21H404012)

Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf dem Niveau A2.1

**21H404013**

Charlotte Liebsch

montags und mittwochs

10.01.2022 – 14.03.2022

18:00 - 20:15 Uhr, 17 Abende

vhs, virtueller Klassenraum

183,50 Euro

Weitere Kurse sind  
in Planung und  
werden auf unserer  
Homepage fortlaufend  
aktualisiert.



Bei uns können Sie innerhalb  
von einem Semester Deutsch  
lernen vom Niveau A1 bis zum  
Niveau C1.

Alle Kurse Deutsch als Fremd-  
und Zweitsprache finden in Klein-  
gruppen\* statt, ab 5 Teilnehmende.  
Bei großer Nachfrage können diese  
Gruppen als reguläre Kurse geöffnet  
werden. Dann reduziert sich der  
Preis entsprechend und  
Ermäßigungen sind möglich.

## B1 Kurse

### Deutsch B1.1 Intensivkurs – am Vormittag

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2

**22F404020**

Claudia Petermann  
montags - freitags  
21.02.2022 – 15.03.2022  
08:45 – 12:45 Uhr, 12 Vormittage  
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
336,50 Euro

### Deutsch B1.2 Intensivkurs – am Vormittag

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1.1

**22F404021**

Claudia Petermann  
montags - freitags  
21.03.2022 – 06.04.2022  
08:45 – 12:45 Uhr, 12 Vormittage  
vhs-Gebäude, Volksbad Zeichensaal  
336,50 Euro

### Deutsch B1.1 – am Nachmittag (hybrid)



**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2.

**22F404026**

Stephan Schoeneck  
montags und samstags  
14.02.2022 – 30.04.2022  
16:30 – 18:45 Uhr, 17 Nachmittage  
vhs-Gebäude, Paradiesstraße 6, SR 3 oder  
vhs.cloud (online)  
336,50 Euro



#### Wichtige Information für alle Kurse!

Kurse, die als Präsenzkurse ausgeschrieben sind und in Präsenz beginnen, können bei veränderter Inzidenzlage online fortgeführt werden.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

### Deutsch B1.2 – am Nachmittag (hybrid)



**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1.1

**22F404027**

Stephan Schoeneck  
montags und samstags  
02.05.2022 – 11.07.2022  
16:30 – 18:45 Uhr, 17 Nachmittage  
vhs-Gebäude, Paradiesstraße 6, SR 3 oder  
vhs.cloud (online)  
336,50 Euro

### Deutsch B1.1 – am Abend

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2.

**22F404022**

Simone Eliseo Astolfi  
dienstags und donnerstags  
15.03.2022 – 19.05.2022  
18:15 – 20:30 Uhr, 20 Abende  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3  
336,50 Euro

### Deutsch B1.2 – am Abend

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1.1

**22F404023**

Simone Eliseo Astolfi  
dienstags und mittwochs  
24.05.2022 – 07.07.2022  
18:15 – 20:30 Uhr, 20 Abende  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3  
336,50 Euro

### Deutsch B1.1 – am Abend (online)



**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2

**22F404024**

Melina Luise Koch  
donnerstags und dienstags  
17.02.2022 – 12.05.2022  
18:30 – 20:00 Uhr, 25 Abende  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
280,00 Euro

### Deutsch B1.2 – am Abend (online)



**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1.1

**22F404025**

Melina Luise Koch  
dienstags und donnerstags  
24.05.2022 – 16.08.2022  
18:30 – 20:00 Uhr, 25 Abende  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
280,00 Euro



## Deutsch B2.1 – am Nachmittag (hybrid)



**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau B1

### 22F404032

Stephan Schoeneck  
montags und samstags  
14.02.2022 – 30.04.2022  
12:45 – 15:00 Uhr, 17 Nachmittage  
vhs-Gebäude, Paradiesstraße 6, SR 3 oder  
vhs.cloud (online)  
336,50 Euro

## Deutsch B2.2 – am Nachmittag (hybrid)



**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau B2.1

### 22F404033

Stephan Schoeneck  
montags und samstags  
02.05.2022 – 11.07.2022  
12:45 – 15:00 Uhr, 17 Nachmittage  
vhs-Gebäude, Paradiesstraße 6, SR 3 oder  
vhs.cloud (online)  
336,50 Euro

## Deutsch B2.2 – am Abend (online)



Fortführungskurs von B2.1 – am Abend (21H404031)

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau B2.1

### 21H404038

Pierre Huber  
dienstags, mittwochs und donnerstags  
18.01.2022 – 02.03.2022  
18:00 – 20:15 Uhr, 20 Abende  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
215,00 Euro

## B2 Kurse

### Deutsch B2.1 Intensivkurs – am Vormittag (online)



**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau B1

#### 21H404011D

Lisann Worch  
montags bis donnerstags  
26.01.2022 – 10.02.2022  
08:45 – 12:45 Uhr, 10 Vormittage  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
181,50 Euro

### Deutsch B2.2 Intensivkurs – am Vormittag (online)



**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau B2.1

#### 21H404011E

Charlotte Liebsch  
montags bis donnerstags  
21.02.2022 – 08.03.2022  
08:45 – 12:45 Uhr, 10 Vormittage  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
181,50 Euro

### Deutsch B2.1 Intensivkurs – am Vormittag

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau B1

#### 22F404030

N. N.  
montags - freitags  
25.04.2022 – 10.05.2022  
08:45 – 12:45 Uhr, 12 Vormittage  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 1  
336,50 Euro

### Deutsch B2.2 Intensivkurs – am Vormittag

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau B2.1

#### 22F404031

N. N.  
montags - freitags  
11.05.2022 – 03.05.2022  
08:45 – 12:45 Uhr, 12 Vormittage  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 1  
336,50 Euro



Bei DaF-Kursen sind Änderungen vorbehalten.

Once in-classroom lessons begin and if the epidemiology of Covid-19 at the local level does not allow the vhs Jena to conduct in-classroom lessons, they will have to be conducted as remote learning lessons.

Alle Kurse Deutsch als Fremd- und Zweitsprache finden in Kleingruppen\* statt, ab 5 Teilnehmende. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend und Ermäßigungen sind möglich.



## C1 Kurse

### Deutsch C1.1 – am Abend

NEU

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau B2

**22F404040**

Dr. Cinzia Minonne  
montags und mittwochs  
21.02.2022 – 11.05.2022  
18:00 – 20:15 Uhr, 27 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5, R. 01\_11  
452,00 Euro

### Deutsch C1.2 – am Abend

NEU

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau C1.1

**22F404041**

Dr. Cinzia Minonne  
09.05.2022 – 11.07.2022  
18:00 – 20:15 Uhr, 27 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5, R. 01\_11  
452,00 Euro

## Spezielle Kurse

### Deutsch A1: Aussprachetraining (online)



Eine gute Aussprache ist Voraussetzung für eine gelungene Kommunikation in der Fremdsprache. Deshalb ist Phonetik ein wichtiger Teil des Sprachunterrichts und das am besten von Anfang an, um sich keine falschen Aussprachemuster anzugewöhnen.

Angepasst an das Sprachniveau sollen die Ausspracheregeln des Deutschen kennengelernt und geübt werden. Der Kurs wird speziell auf die Kursteilnehmenden und deren Schwierigkeiten bei der Aussprache ausgerichtet und angepasst.

Der Kurs eignet sich als Begleitkurs für einen A1-Kurs und findet online in der vhs.cloud statt.

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

**22F404050**

Melina Luise Koch  
mittwochs  
26.01.2022 – 23.03.2022  
18:30 – 20:00 Uhr, 8 Abende  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
93,00 Euro

### Deutsch A2/B1: Aussprachetraining (online)



Eine gute Aussprache ist Voraussetzung für eine gelungene Kommunikation in der Fremdsprache. Deshalb ist Phonetik ein wichtiger Teil des Sprachunterrichts. Im Laufe des Fremdspracherwerbs können spezifische Ausspracheprobleme auffallen und Schwierigkeiten bereiten.

Angepasst an das Sprachniveau sollen die Ausspracheregeln des Deutschen wiederholt und geübt werden. Der Kurs wird speziell auf die Kursteilnehmenden und deren Schwierigkeiten bei der Aussprache ausgerichtet und angepasst. Der Kurs eignet sich als Begleitkurs für einen A2/B1-Kurs und findet online in der vhs.cloud statt.

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A1

**22F404051**

Melina Luise Koch  
mittwochs  
30.03.2022 – 18.05.2022  
18:30 – 20:00 Uhr, 8 Abende  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
93,00 Euro

Alle Kurse Deutsch als Fremd- und Zweitsprache finden in Kleingruppen\* statt, ab 5 Teilnehmende. Bei großer Nachfrage können diese Gruppen als reguläre Kurse geöffnet werden. Dann reduziert sich der Preis entsprechend und Ermäßigungen sind möglich.



## Deutsch im Beruf: Bewerbungstraining A2/B1

NEU

Das Bewerbungstraining macht fit für die Arbeitssuche: In diesem Kurs lernen Sie, wie eine Bewerbung in Deutschland aussieht, welche Unterlagen Sie brauchen und wie ein Vorstellungsgespräch (Job-Interview) abläuft. Nach und nach erstellen Sie sich damit Ihr persönliches Bewerbungsmaterial und erhalten bis zum Ende des Kurses eine komplette Bewerbungsmappe mit Lebenslauf und Anschreiben. Wir werden in Kleingruppen das Vorstellungsgespräch trainieren und ein selbstbewusstes Auftreten stärken. Sie erhalten praktische Tipps und beziehen Ihre individuellen Fragen und Wünsche unmittelbar in den Kurs ein.

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau A2

### 22F404056

Isabell Weiß  
mittwochs  
23.02.2022 – 15.06.2022  
17:15 – 18:45 Uhr, 15 Abende  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2  
171,50 Euro

## Deutsch im Beruf: Bewerbungstraining B2 (online) – Wochenendworkshop



In diesem Kurs lernen Sie, wie man eine passende Stelle findet, eine erfolgreiche Bewerbung schreibt inkl. Anschreiben, Lebenslauf & Referenzen und wie Sie sich auf ein Vorstellungsgespräch vorbereiten. In authentischen Situationen trainieren wir u.a. das Schreiben von E-Mails an zukünftige Arbeitgeber, formulieren passgenaue Bewerbungen und üben ein Vorstellungsgespräch, welches wir anschließend medial auswerten. Auch das Gespräch am Telefon wird eine wichtige Rolle einnehmen. Sie erhalten praktische Tipps und beziehen Ihre individuellen Fragen und Wünsche unmittelbar in den Kurs ein.

Am Ende des Kurses halten Sie Ihre vollständige, individuelle Bewerbungsmappe in den Händen.

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1+/ B2

### 22F404059

Claudia Petermann  
Samstag, 19.03.2022  
Sonntag, 20.03.2022  
Samstag, 26.03.2022  
Sonntag, 27.03.2022  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
181,00 Euro

## Deutsch im Beruf: Pflege B1+/B2

NEU

Der Kurs bietet Pflegekräften bzw. Pflegefachkräften, mit Mindestsprachniveau B1+/B2, die Möglichkeit, mit authentischen Fallbeispielen aus dem Pflegealltag, ihre berufsbezogenen Deutschkenntnisse zu erweitern bzw. zu vertiefen.

Schwerpunkte des Kurses sind u.a.:

- sicheres Kommunizieren mit Patienten, Angehörigen und Kollegen
- sichere Anwendung der medizinischen Fachsprache in Wort und Schrift
- sicheres Schreiben von Pflegeberichten und Pflegeplanungen

Die praxisnahen Themen werden durch einen anschaulichen und lebendigen Unterricht, der bereits vorhandenes Fachwissen der Kursteilnehmenden einbezieht, untermauert.

### 22F404060

Sepp Landgraf  
freitags und samstags  
25.02.2022 – 20.05.2022  
Fr: 17:00 – 18:30 Uhr  
Sa: 17:30 – 19:00 Uhr, 25 Abende  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3  
281,50 Euro



Bei DaF-Kursen  
sind Änderungen  
vorbehalten.



## Deutsch A2/B1: Grammatik & Konversation

Verfügen Sie über Deutschkenntnisse im Bereich A2/B1, hatten aber noch wenige Möglichkeiten, sie außerhalb des Kurses anzuwenden? Oder möchten Sie Grammatik wiederholen und vertiefen? Dann ist dieser Grammatik- und Konversationskurs genau das Richtige für Sie. Sie üben das freie Sprechen im privaten und beruflichen Kontext anhand von aktuellen Themen. Außerdem erweitern Sie Ihren Wortschatz und verbessern Ihre Grammatikkenntnisse, um Sicherheit in der deutschen Sprache zu gewinnen. Dieser Kurs ist eine gute Ergänzung zu einem allgemeinen Sprachkurs A2/B1.

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau A2

**22F404062**

N.N.  
dienstags und donnerstags  
22.02.2022 – 24.03.2022  
17:00 – 18:30 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5, R. 01\_08  
116,50 Euro

## Deutsch B1/B2: Grammatik & Konversation

Verfügen Sie über Deutschkenntnisse im Bereich B1/B2, hatten aber noch wenige Möglichkeiten, sie außerhalb des Kurses anzuwenden? Oder möchten Sie Grammatik wiederholen und vertiefen? Dann ist dieser Grammatik- und Konversationskurs genau das Richtige für Sie. Sie üben das freie Sprechen im privaten und beruflichen Kontext anhand von aktuellen Themen. Außerdem erweitern Sie Ihren Wortschatz und verbessern Ihre Grammatikkenntnisse, um Sicherheit in der deutschen Sprache zu gewinnen. Dieser Kurs ist eine gute Ergänzung zu einem allgemeinen Sprachkurs B1/B2.

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1

**22F404063**

N.N.  
dienstags und donnerstags  
08.03.2022 – 07.04.2022  
19:00 – 20:30 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5, R. 01\_08  
116,50 Euro

## Deutsch Spezial B2+/C1: Brückenkurs (online)



Der Brückenkurs soll sprachliche Lücken schließen und so auf einen erfolgreichen Besuch der weiteren Sprachkurse vorbereiten. Er wiederholt und festigt den Stoff der Niveaustufe B2 und führt in die Niveaustufe C1 hinein.

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen B2 Niveau

**21H404035**

Dr. Cinzia Minonne  
montags und mittwochs  
10.01.2022 – 09.02.2022  
17:30 – 19:45 Uhr, 10 Abende  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
170,00 Euro



Lehrmaterial  
wird im Kurs  
bekannt gegeben.

Alle Kurse Deutsch als Fremd-  
und Zweitsprache finden in Klein-  
gruppen\* statt, ab 5 Teilnehmende.  
Bei großer Nachfrage können diese  
Gruppen als reguläre Kurse geöffnet  
werden. Dann reduziert sich der  
Preis entsprechend und  
Ermäßigungen sind möglich.

Weitere Kurse sind in  
Planung und werden auf  
unserer Homepage  
fortlaufend aktualisiert.



Weitere Kurse sind in Planung und werden auf unserer Homepage fortlaufend aktualisiert.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben



## Deutsch im Alltag B2: Eine Präsentation halten – Rhetorik für DaF



Sie müssen an der Universität eine Präsentation halten? Macht Sie das nervös? Es ist immer wieder nötig, vor einer größeren Gruppe von Menschen etwas zu präsentieren. Dabei kann Ihnen dieser Kurs helfen. Sie lernen in diesem Kurs, wie Sie eine erfolgreiche Präsentation halten können.

Sie bekommen Tipps für eine gute Präsentation, aber Hauptziel des Kurses ist es, Ihre mündliche Präsentation zu üben. Sie bekommen die Möglichkeit, eine kleine Präsentation zu halten und erhalten dazu Feedback, um Ihre Fähigkeiten zu verbessern.

Dieser Kurs kann eine Ergänzung zu Ihrem Kurs B2/C1 sein.

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau B2.1

**22F404053**

Melina Luise Koch

Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag  
16.05.2022 – 20.05.2022

18:30 – 20:00 Uhr, 4 Abende

vhs.cloud, virtueller Klassenraum

49,00 Euro

Kleingruppe

## Deutsch im Alltag

NEU

In der neuen Themenreihe "Deutsch im Alltag" lernen Sie, sich in verschiedenen Alltagssituationen besser sprachlich auszudrücken. Sie bekommen Hintergrundwissen über die deutsche Kultur in unterschiedlichen Situationen.

In kurzen, intensiven Kursen bildet ein Thema den Schwerpunkt. Je nach Thema liegt der Fokus auf der mündlichen oder schriftlichen Kommunikation. Dabei erweitern Sie Ihren Wortschatz, verbessern Ihre Sprachkenntnisse und stärken Ihre interkulturelle Kompetenz. Sie erhöhen Ihr Selbstvertrauen und entwickeln Sprachfertigkeiten für den deutschen Alltag.

Die einzelnen Kurse finden auf unterschiedlichen Sprachniveaus in lockerer Atmosphäre statt. Die Kurse bauen nicht aufeinander auf. Sie können nach Ihrem persönlichen Interesse an einem Kurs oder an mehreren Kursen teilnehmen.

## Deutsch im Alltag A2: Deutsch beim Arzt und in der Apotheke (online)



Dieses Angebot richtet sich an alle, die gerne rund um das Thema Arztbesuch, Krankheit und Gesundheit, vor allem ihre mündlichen Sprachkompetenzen verbessern möchten. Anhand neuer Vokabeln und Simulationen werden wir häufig auftretende Fragen klären: Wo habe ich Schmerzen? Wie beschreibe ich Symptome? Wie lese ich ein Rezept oder frage nach Hilfe? Wie vereinbare ich telefonisch einen Arzttermin? Was mache ich, wenn ich nicht verstanden werde?

Auch fortgeschrittene Lernende sind herzlich willkommen, um neue Inhalte zu erlernen und gegebenenfalls andere Teilnehmende zu unterstützen.

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau A2.1

**22F404071**

Lisann Worch

Mittwoch, 02.03.2022

Mittwoch, 09.03.2022

Mittwoch, 16.03.2022

Mittwoch, 23.03.2022

4 Abende

vhs.cloud, virtueller Klassenraum

49,00 Euro

## Deutsch im Alltag A2: Über aktuelle Probleme diskutieren (online)



"Herzlich Willkommen in unserer schönen neuen Welt" – Ist unsere Welt wirklich so schön? Das Lied "Schöne neue Welt" von Culcha Candela hilft uns dabei, über die Themen Klimaschutz, Medienkonsum und Konsumverhalten zu sprechen. Sie lernen, eine eigene Meinung zu den Themen zu formulieren und auf die Meinung von anderen zu reagieren.

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem abgeschlossenen Niveau A2

### 22F404054

Melina Luise Koch  
Mittwoch, 25.05.2022  
Mittwoch, 01.06.2022  
18:30 – 20:00 Uhr, 2 Abende  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
27,00 Euro

## Deutsch im Alltag B1+/B2: Lust am Lesen & Sprechen

NEU

In dem Kurs werden Sie moderne deutsche Autoren kennen lernen, Ihre Sprech- und Schreibfähigkeiten trainieren und Ihren Wortschatz und Grammatikkenntnisse erweitern. Es werden Prosatexte wie zum Beispiel von Daniel Kehlmann und Thomas Bernhard, Gedichte von Robert Gernhardt und Songs von Annen-May-Kantereit thematisiert. Dabei werden Diskussionen, Debatten, Hör- und Schreibtrainings zum kreativen Schreiben von Rezension und Stellungnahmen geübt. Gern werden die Wünsche der Teilnehmenden berücksichtigt.

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1+

### 22F404055

Mariami Tadumadze  
montags und mittwochs  
28.02.2022 – 30.03.2022  
18:00 – 19:30 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5, R. 02\_02  
116,50 Euro

## Deutsch im Alltag B1: Wortschatz und Grammatik – am Abend (online)



Dieser Kurs wird verschiedene Lernfelder und Themengebiete behandeln. Alltagsbezogene Einheiten sollen zusammen mit grammatischen Phänomenen kennen gelernt und aufgearbeitet werden, wobei auch die Grundfertigkeiten (Lesen, Schreiben, Sprechen, Hören) berücksichtigt werden.

Der Kurs richtet sich an alle Lernenden, die Lust auf einen Kurs haben, der Freiräume für eigene Interessen bereitstellt und die Kommunikation in der deutschen Sprache fokussiert (nicht alleine die Grammatik!).

Themenfelder sollen u. a. sein: Zum Genus der Substantive; Freizeitaktivitäten und Konjugation der Verben; im Supermarkt – Lebensmittel und die Pluralbildung im Deutschen; Heimat und Reisen – Komparativ und Superlativ; Kurzgeschichten – dass-Sätze und Wörter zur Artikulation der eigenen Meinung; beim Arzt oder Apotheker – Körperteile und Schmerzen; Filmabend – Erzählen in der Vergangenheit (Präteritum und Perfekt); im Restaurant – der Konjunktiv

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau A2.1

### 22F404070

Lisann Worch  
donnerstags und dienstags  
24.02.2022 – 29.03.2022  
17:30 – 19:45 Uhr, 10 Abende  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
170,00 Euro

## Deutsch im Alltag A2: Wortschatz und Grammatik – am Vormittag (online)



Dieser Kurs wird verschiedene Lernfelder und Themengebiete behandeln. Alltagsbezogene Einheiten sollen zusammen mit grammatischen Phänomenen kennen gelernt und aufgearbeitet werden, wobei auch die Grundfertigkeiten (Lesen, Schreiben, Sprechen, Hören) berücksichtigt werden.

Der Kurs richtet sich an alle Lernenden, die Lust auf einen Kurs haben, der Freiräume für eigene Interessen bereitstellt und die Kommunikation in der deutschen Sprache fokussiert (nicht alleine die Grammatik!).

Themenfelder sollen u. a. sein: Zum Genus der Substantive; Freizeitaktivitäten und Konjugation der Verben; im Supermarkt – Lebensmittel und die Pluralbildung im Deutschen; Heimat und Reisen – Komparativ und Superlativ; Kurzgeschichten – dass-Sätze und Wörter zur Artikulation der eigenen Meinung; beim Arzt oder Apotheker – Körperteile und Schmerzen; Filmabend – Erzählen in der Vergangenheit (Präteritum und Perfekt); im Restaurant – der Konjunktiv

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau A2.1

### 22F404072

Lisann Worch  
montags, mittwochs und donnerstags  
28.02.2022 – 21.03.2022  
09:15 – 11:30 Uhr, 10 Vormittage  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
170,00 Euro

Aktuelle Kurse und Inhalte  
zu den Angeboten DaF/DaZ finden Sie  
stets auf unserer Webseite unter  
[www.vhs-jena.de](http://www.vhs-jena.de)





## Deutsch im Alltag B1: Vokabeltraining intensiv

Alles rund ums Verb: In den ersten zwei Einheiten werden wir zunächst die Verbkonjugation wiederholen und uns dann den Zeitformen Präsens, Präteritum, Perfekt, Plusquamperfekt und Futur I widmen. Dabei werden wir Stammformen bekannter Verben ("essen, aß, gegessen") üben, aber auch Ihren aktiven Wortschatz erweitern, indem wir uns verschiedene Verben anschauen, die vielleicht noch eher unbekannt sind, da sie in höheren Niveaustufen erworben werden (bücken, fluchen, verzeihen).

Überdies interessieren uns Wörter, die sich weniger in Büchern finden lassen, aber ebenso wichtige Bestandteile der deutschen Sprache sind und im Alltag genutzt werden. Bspw. brabbeln, klimpern, batschen oder nörgeln.

Ziel ist es, das Sie Ihren Wortschatz erweitern und in der Lage sind, sich sicher ausdrücken zu können unter Verwendung der Zeitformen. Das Motto ist: üben!

**Voraussetzungen:** Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1.1

### 22F404073

Lisann Worch  
mittwochs  
30.03.2022 – 13.04.2022  
17:30 – 19:45 Uhr, 3 Abende  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
56,00 Euro

## Deutsch im Alltag A1 – C1: Deutsche Spiele und Rätsel

Dieser Kurs wird sich spielerisch mit der deutschen Sprache befassen. Wir werden die Zeit nutzen, um miteinander zu kommunizieren und einen ruhigen Zugang zur deutschen Sprache zu finden, indem wir in der Tat verschiedene Spiele spielen. Spiele wie Activity, Dixit, Wer bin ich? oder die Insel der Präpositionen eignen sich wunderbar, um gleichzeitig auch sein eigenes Sprachgefühl zu trainieren.

Sie werden neue Wörter und Strukturen kennen lernen, indem sie beschreiben, zuhören, Fragen stellen, Vermutungen aufstellen etc. Allerdings wird in diesem Kurs keine Grammatik vermittelt, es geht um das Vergnügen und das Zusammenkommen, daher ist auch jeder auf jedem Sprachniveau willkommen. Eigene Vorschläge sind willkommen. Bei Interesse kann das Angebot auch auf einen Nachmittag-/Abendtermin verschoben werden – kontaktieren Sie dazu bitte die Volkshochschule.

### 22F404074

Lisann Worch  
montags  
14.03.2022 – 04.04.2022  
18:00 – 19:30 Uhr, 4 Abende  
vhs.cloud, virtueller Klassenraum  
49,00 Euro

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben



## Arabisch

### Arabisch A1

#### Arabisch A1 – 1. Semester

NEU

##### Voraussetzung:

Für Anfängende OHNE Kenntnisse

##### 22F401000

Reen Bahoury  
montags, 21.02.2022, 15:30 - 17:00 Uhr,  
10 Nachmittage  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

#### Arabisch A1 – 1. Semester

NEU

##### Voraussetzung:

Für Anfängende OHNE Kenntnisse

##### 22F401002

Dr. Mohammad Hajouz  
freitags, 11.03.2022, 18:30 - 20:00 Uhr,  
10 Nachmittage  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

#### Arabisch A1 – 2. Semester

##### 22F401005

Dr. Mohammad Hajouz  
freitags, 11.03.2022, 16:45 - 18:15 Uhr,  
10 Nachmittage  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

## Arabisch A2

#### Arabisch A2 – 1. Semester

##### 22F401009

Dr. Mohammad Hajouz  
freitags, 11.03.2022, 15:00 - 16:30 Uhr,  
10 Nachmittage  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2  
92,50 Euro  
Kleingruppe\*

## Chinesisch

### Chinesisch A1

#### Chinesisch A1 – 1. Semester

NEU

##### 22F402000

N.N.  
freitags, 25.02.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
10 Abende  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

#### Chinesisch A1

Dieser Kurs vermittelt Ihnen die Themen des täglichen Lebens wie Beruf, Freizeit, Reisen und Arbeit etc. Der Focus liegt dabei auf das Lesen und Schreiben von Schriftzeichen sowie das fließende Aussprach.

##### 22F402005

Yu Hu  
montags, 21.02.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_08  
171,50 Euro  
Kleingruppe\*

## Chinesisch A2

#### Chinesisch A2

NEU

Dieser Kurs vermittelt Ihnen die Themen des täglichen Lebens wie Beruf, Freizeit, Reisen und Arbeit etc. Der Focus liegt dabei auf das Lesen und Schreiben von Schriftzeichen sowie das fließende Aussprach.

##### 22F402010

Yu Hu  
dienstags, 22.02.2022, 13:00 - 14:30 Uhr,  
15 Abende  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Walter-Dexel-Raum  
171,50 Euro  
Kleingruppe\*



#### Chinesisch HSK 1 – Prüfungsvorbereitung

NEU

Dieser Kurs vermittelt Ihnen die Themen des täglichen Lebens wie Beruf, Freizeit, Reisen und Arbeit etc. Der Focus liegt dabei auf das Lesen und Schreiben von Schriftzeichen sowie das fließende Aussprach.

##### 22F402011

Yu Hu  
dienstags, 22.02.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_04  
171,50 Euro  
Kleingruppe\*

## Chinesisch A2

#### Chinesisch Konversationkurs A2

NEU

Lóng neu A1-A2 (Chinesisch für Anfänger)  
ISBN: 978-3-12-528960-4

##### 22F402025

Yu Hu  
donnerstags, 24.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_02  
171,50 Euro  
Kleingruppe\*

## Englisch

### Englisch A1

#### Englisch A1 – 1. Semester

NEU

##### 22F406000

Heike Veit  
mittwochs, 23.02.2022,  
14:30 - 16:00 Uhr, 10 Nachmittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Walter-Dexel-Raum  
66,50 Euro

#### Englisch A1 – 1. Semester

NEU

##### 22F406001

Anja Kirschner  
mittwochs, 23.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
96,50 Euro

#### Englisch A1 - 2. Semester

##### 22F406005

Anja Kirschner  
dienstags, 22.02.2022, 19:15 - 20:45 Uhr,  
15 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
97,50 Euro

#### Englisch A1 – 4. Semester

##### 22F406007

Anja Kirschner  
dienstags, 22.02.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
92,50 Euro  
Kleingruppe\*

#### Englisch A1 – 5. Semester

##### 22F406011

Ljuba Jurkowski  
montags, 21.02.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_08  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

#### Englisch A1 Für mich

##### 22F406022

Heike Veit  
mittwochs, 23.02.2022,  
16:30 - 18:00 Uhr, 10 Nachmittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Walter-Dexel-Raum  
66,50 Euro

#### Englisch A1 Wiedereinsteiger – 3. Semester

Für Teilnehmende, die ihre Kenntnisse akti-  
vieren und Neues lernen möchten.  
Im Niveau A1 haben Sie bereits Vorkennt-  
nisse

##### 22F406023

Victor Alexander Dumitras  
dienstags, 22.02.2022,  
18:00 - 19:30 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_13  
96,50 Euro

#### Englisch A1 Für mich – Wiedereinsteigende – Vormittagskurs

##### 22F406025

Mark Hargrave  
montags, 24.01.2022,  
09:00 - 10:30 Uhr, 10 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

### Englisch A2

#### Englisch A2

##### 22F406030

Daniel Faustmann  
mittwochs, 23.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5, R. 00\_04  
96,50 Euro

#### Englisch A2 +/B1

##### 22F406032

Dylan Paul Lewis  
mittwochs, 23.02.2022,  
19:15 - 20:45 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_02  
96,50 Euro

#### Englisch A2/B1 – Auffrischkurs – Vormittagskurs

##### 22F406041

Ingrid Wipf  
montags, 21.02.2022,  
09:00 - 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
96,50 Euro

### Englisch B1

#### Englisch B1/B2 – Vormittagskurs

Für alle, die den Wiedereinstieg suchen.  
Wir wiederholen die wichtigsten Gramma-  
tikthemen und trainieren das freie Spre-  
chen. Ein modernes Lehrwerk wird uns  
dabei begleiten.

##### 22F406051

Ingrid Wipf  
montags, 21.02.2022, 10:45 - 12:15 Uhr,  
15 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
96,50 Euro

#### Englisch B1/B2 – Vormittagskurs

Join this course for improving your skills,  
train your brain and enjoy talking in Eng-  
lish. Besides studying the contents of your  
book, we will talk about everyday topics  
without neglecting grammar.

##### 22F406052

Ingrid Wipf  
donnerstags, 24.02.2022,  
10:45 - 12:15 Uhr, 15 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
96,50 Euro

#### Englisch B1 – Vormittagskurs

##### 22F406053

Ingrid Wipf  
dienstags, 22.02.2022,  
09:00 - 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
96,50 Euro

## Englisch B1 – Vormittagskurs

Neue Teilnehmende, die schon das Niveau A2 absolviert haben oder Vorkenntnisse auf dem Sprachniveau B1 haben.

### 22F406054

Mark Hargrave  
dienstags, 25.01.2022, 10:00 - 11:30 Uhr,  
15 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
96,50 Euro

## Englisch B1+/B2

### 22F406057

Dylan Paul Lewis  
dienstags, 22.02.2022, 19:15 - 20:45 Uhr,  
15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_07  
96,50 Euro

## Englisch B1/B2 – Conversation for Social and Everyday Use

The course will be 50 % in the classroom and 50 % in a pub to put our practical English into a social context. This course will increase your conversation skills. You will be encouraged and enabled to speak English for everyday use in a friendly and informal atmosphere. In addition to central topics, such as news, food and drinks, politics, travel, sport and leisure, the classes will be open to what you as students also wish to talk about. The course does not focus directly on the grammar of the English language, but more on communication skills, improving vocabulary, and increasing your confidence as a speaker of English.

### 22F406058

Mark Hargrave  
freitags, 26.02.2021, 17:00 - 18:30 Uhr,  
15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_04  
96,50 Euro

## English B1 for early birds

### 22F406059

Victor Alexander Dumitras  
mittwochs, 12.01.2022,  
07:00 - 08:30 Uhr, 10 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
92,50 Euro  
Kleingruppe\*



## Englisch B2

## Englisch B2 – Vormittagskurs

In this course you will be encouraged to speak and discuss different topics of daily life, social issues or other topics of interest to improve your vocabulary and conversation skills. Perhaps you get along in most situations, but you wish to become more confident and efficient in using the language. Newcomers are always welcome!

### 22F406062

Ingrid Wipf  
donnerstags, 24.02.2022,  
09:00 - 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
96,50 Euro

## Englisch B2 Advanced Conversation – (Kleingruppe)

Goals of this course, according to B2 level GER are: participating in meetings while speaking fluently and be able to talk about subjects like cultural/ethnic norms or mental processes. Additionally, the use of English in awkward or complex situations will be improved.

The course is designed for people who would like to practice conversation under a friendly and relaxed atmosphere without being afraid of speaking. The topics are orientated on students's interests and skills.

### 22F406066

Victor Alexander Dumitras  
mittwochs, 12.01.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_07  
97,00 Euro  
Kleingruppe\*

## Englisch C1

## Englisch Vorbereitungskurs Cambridge Prüfung C1

In part 1 all students will work on the four language skills: Listening, speaking, writing and reading. Therefore, each participant will be classified in B2 or C1. For this reason do not buy the book before starting the course.

### 22F406067

Mark Hargrave  
dienstags, 25.01.2022, 17:30 - 20:00 Uhr,  
10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_13  
308,00 Euro  
Minigruppe\*

## Englisch Vorbereitungskurs Cambridge Prüfung B2/C1 (Teil 2)

In part two, we will focus on Exam-Taking-Techniques. Therefore, students will take a mock test at the end.

### 22F406068

Mark Hargrave  
dienstags, 26.04.2022,  
17:30 - 20:00 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_13  
308,00 Euro  
Minigruppe\*

## Englisch C1

Wenn Sie bereits fortgeschrittene Kenntnisse in Englisch haben und diese in einer entspannten Atmosphäre ausbauen und vertiefen wollen, dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie.

### 22F406078

Dylan Paul Lewis  
donnerstags, 24.02.2022,  
19:15 - 20:45 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_08  
101,00 Euro



Lehrmaterial  
wird im Kurs  
bekannt gegeben

## Französisch

### Französisch A1

#### Französisch A1 1. Semester

NEU

Dieser Französischkurs ist für Teilnehmende, die noch nie Französisch gelernt haben.

##### 22F408001

Martino Pietrini  
dienstags, 08.03.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
15 Vormittage  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_02  
96,50 Euro

#### Französisch A1 – 2. Semester

Für Teilnehmende mit geringen Kenntnissen.

##### 22F408002

Victor Alexander Dumitras  
donnerstags, 24.02.2022,  
19:15 - 20:45 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_04  
96,50 Euro

#### Französisch A1 - A2 – Auffrischung

##### 22F408017

Catherine Abratis  
montags, 21.02.2022,  
19:00 - 20:30 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_08  
96,50 Euro

#### Französisch A1 Auffrischung

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmende, die Vorkenntnisse auf Niveau A1 besitzen.

##### 22F408018

Victor Alexander Dumitras  
dienstags, 22.02.2022,  
19:30 - 21:00 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_13  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

### Französisch A2

#### Französisch A2

##### 22F408037

Bianca Lauser  
donnerstags, 24.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 15 Vormittage  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_07  
96,50 Euro

#### Französisch La rentrée – Rückkehrerkurs A2

„La rentrée“ bedeutet in Frankreich die Rückkehr nach einer Sommerpause in die Schule und das Berufsleben. Für alle, die bereits mehrere Kurse besucht haben und Lust haben auf einen leichten Wiedereinstieg mit Rücksicht auf das individuelle Lerntempo jedes Teilnehmenden.

##### 22F408038

Bianca Lauser  
donnerstags, 24.02.2022,  
09:00 - 10:30 Uhr, 15 Vormittage  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2  
96,50 Euro

#### Französisch B1 – 1. Semester

NEU

##### 22F408040

Stephan Schoeneck  
montags, 21.02.2022, 19:15 - 20:45 Uhr,  
15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_04  
96,50 Euro

## Italienisch

### Italienisch A1

#### Italienisch A1 – 1. Semester

NEU

##### 22F409000

Simone Eliseo Astolfi  
montags, 14.02.2022, 10:00 - 11:30 Uhr,  
15 Abende  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2  
96,50 Euro

#### Italienisch A1 – 2. Semester

##### 22F409001

Dr. Anna Ciepielewska-Janoschka  
mittwochs, 23.02.2022,  
19:00 - 20:30 Uhr, 10 Abende  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2  
66,50 Euro

#### Italienisch A1 - 2. Semester (online)

##### 22F409005

Francesco Cavassa  
donnerstags, 24.02.2022, 17:30 - 19:00  
Uhr, 15 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
134,00 Euro

#### Italienisch A1 - 2. Semester (online)

##### 22F409004

Francesco Cavassa  
dienstags, 22.02.2022, 19:15 - 20:45 Uhr,  
15 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
134,00 Euro

### Italienisch A2

#### Italienisch A2 – 2. Semester

##### 22F409014

Francesco Cavassa  
montags, 21.02.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
15 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5, R. 02\_05  
96,50 Euro

## Italienisch A2 – Endlich Zeit für Italienisch – Vormittagskurs

A1 Kenntnisse sind erforderlich!

### 22F409033

Dr. Anna Ciepielewska-Janoschka  
dienstags, 22.02.2022,  
09:20 - 10:50 Uhr, 10 Vormittage  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

## Italienisch A2 – Spätkurs

### 22F409034

Dr. Anna Ciepielewska-Janoschka  
dienstags, 22.02.2022,  
19:30 - 20:45 Uhr, 10 Abende  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2  
189,90 Euro  
Minigruppe

## Italienisch B1

### Italienischer Sprach- und Kochabend B1

Viermalige Kochveranstaltung für Teilnehmende auf dem Sprachniveau B1/B2.

**GANZ WICHTIG!!!** Es wird während der Veranstaltung Italienisch gesprochen.

Einmal monatlich ab April werden wir vier typische italienische Gerichte zubereiten. Die Idee ist, eine italienische Speisekarte zu schaffen. Man fängt natürlich mit einer Vorspeise an, dann geht es weiter mit einem ersten Gang (Nudelgericht). Dann folgt der Hauptgang (Fisch oder Fleisch mit Beilage). Und ganz am Ende kommt eine Nachspeise. Das Ganze wird mit italienischer Musik im Hintergrund begleitet.

### 22F409090 - 22F409093

Simone Eliseo Astolfi  
freitags, 01.04.22, 13.05.22, 10.06.22,  
01.07.22, 17:00 - 21:30 Uhr  
Küchenstudio Walther, Saalstraße 6  
Termine sind einzeln buchbar.  
Preis: wird noch bekannt gegeben.  
Bitte besuchen Sie unsere Website.

## Italienisch B2

### Italienisch B2 – 3. Semester

#### 22F409048

Simone Eliseo Astolfi  
montags, 21.02.2022, 18:00 - 19:30 Uhr,  
15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_10  
96,50 Euro



### Wichtige Information!

Schauen Sie gern immer wieder auf unsere Homepage, hier finden Sie den aktuellen Stand unserer Kurse.

## Japanisch

### Japanisch A1

#### Japanisch A1 – 1. Semester

NEU

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

#### 22F410000

Kei Hasegawa  
Datum wird noch ermittelt  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
96,50 Euro

#### Japanisch A1 – 2. Semester

#### 22F410005

Kei Hasegawa  
donnerstags, 17.03.2022,  
17:00 - 18:30 Uhr, 15 Abende  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Walter-Dexel-Raum  
96,50 Euro

#### Japanisch A1 – 5. Semester

#### 22F410008

Kei Hasegawa  
dienstags, 15.03.2022,  
19:00 - 20:30 Uhr, 15 Abende  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Walter-Dexel-Raum  
135,50 Euro

## Japanisch B1

### Japanisch B1

#### 22F410034

Kei Hasegawa  
dienstags, 15.03.2022, 17:00 - 18:30 Uhr,  
15 Abende  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Walter-Dexel-Raum  
135,50 Euro

## Latein

### Latinitas Viva – Lebendiges Latein Anfänger – (Minigruppe)

Der Kurs richtet sich an all jene, die gern in Kontakt mit der lateinischen Sprache und römischen Kultur kommen möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Kurs kann im Frühlingsemester bei Interesse fortgesetzt werden.

atinitas Viva - Lebendiges Latein!

Schon wieder mit dem Latein am Ende? Auch wenn viele behaupten, daß Latein eine tote Sprache sei, so ist es doch auch heute immer noch von großer Bedeutung für unseren Alltag. Nicht nur hilft es uns, andere Fremdsprachen leichter zu lernen, es ist auch der Schlüssel zu vielen Fremdwörtern und Fachsprachen. Über die Jahrhunderte immer wieder totgesagt, ist Latein heute lebendiger denn je.

In diesem Kurs soll es darum gehen, die Grundlagen der lateinischen Sprache, ihrer Grammatik und einen Grundwortschatz zu erwerben.

#### 22F411000

Daniel Faustmann  
mittwochs, 23.02.2022,  
19:15 - 20:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5, R. 00\_04  
266,50 Euro  
Minigruppe

## Neugriechisch

### Neugriechisch A1

#### Neugriechisch A1 – 1. Semester

NEU

##### 22F412001

Martha Mostrou  
montags, 21.02.2022,  
19:15 - 20:45 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5  
96,50 Euro

#### Neugriechisch A1 – für die Reise – (Kleingruppe)

NEU

##### 22F412002

Martha Mostrou  
mittwochs, 23.02.2022,  
19:15 - 20:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5  
116,50 Euro

### Neugriechisch A2

#### Neugriechisch A2 – 1. Semester – (Kleingruppe)

NEU

##### 22F412010

Martha Mostrou  
mittwochs, 23.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5  
116,50 Euro



**Kenn Sie schon  
die vhs.cloud?**

Alle Informationen  
finden Sie auf Seite 97.



### Neugriechisch A2/B1 Brückenkurs

Für Teilnehmende, die das A2 – Niveau mit Jassu A1+ A2 abgeschlossen haben.  
Der Kurs soll zu Online wechseln, wenn die Lage es erfordert

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

##### 22F412012

Stylios Fytas  
dienstags, 01.03.2022,  
19:15 - 20:45 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_08  
96,50 Euro

### Neugriechisch B1

Für Teilnehmende, die das B1.1 Niveau nachweisen können.

##### 22F412045

Stylios Fytas  
dienstags, 01.03.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_08  
140,00 Euro  
Kleingruppe\*

## Hebräisch

### Hebräisch A1

#### Hebräisch Ivrit – A1 1. Semester

NEU

In diesem Kurs erhalten Sie Einblick in die hebräische Sprache und Schrift als auch landeskundliche Informationen. Die Unterrichtssprache ist deutsch.

##### 22F413000

Benjamin Gurstein  
mittwochs, 23.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
121,00 Euro  
Kleingruppe\*

#### Hebräisch Ivrit – A1 2. Semester – Kleingruppe

NEU

In diesem Kurs erhalten Sie Einblick in die hebräische Sprache und Schrift als auch landeskundliche Informationen. Die Unterrichtssprache ist deutsch.

##### 22F413005

Benjamin Gurstein  
mittwochs, 18.05.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 9 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
110,00 Euro  
Kleingruppe\*

## Polnisch

### Polnisch A1

#### Polnisch A1 – Anfänger

NEU

**22F417000**

Danuta Gase  
dienstags, 22.02.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
12 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
138,50 Euro  
Kleingruppe\*

#### Polnisch A1 – 1. Semester – online



**22F417002**

Danuta Gase  
mittwochs, 23.02.2022,  
18:00 - 19:30 Uhr, 12 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
137,00 Euro  
Kleingruppe

#### Polnisch Expresso

NEU

In diesem Kurs lernen Sie die Regeln der polnischen Aussprache, die Ihnen die zukünftige Erweiterung Ihres Wortschatzes, zum Beispiel mithilfe eines Wörterbuchs oder Sprachführers, erleichtern soll.

**22F417010**

Danuta Gase  
donnerstags, 24.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 3 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
39,50 Euro  
Kleingruppe\*

#### Polnisch A1/A2

**22F417015**

Dr. Anna Ciepielewska-Janoschka  
donnerstags, 24.02.2022,  
19:15 - 20:45 Uhr, 10 Abende  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*



### Polnisch B1

#### Polnisch B1

NEU

**22F417020**

Danuta Gase  
dienstags, 22.02.2022,  
19:15 - 20:45 Uhr, 12 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_10  
138,50 Euro  
Kleingruppe\*

### Portugiesisch

#### Portugiesisch A1

#### Portugiesisch EU A1 1. Semester

NEU

**22F418001**

Dr. Hans-Jürgen Meyer  
dienstags, 08.03.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_07  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

### Russisch

#### Russisch A1

#### Russisch A 1 – 1. Semester

NEU

Für Teilnehmende ohne Kenntnisse

**22F419000**

Stephan Schoeneck  
montags 21.02.2022 - 03.05.2022,  
10:00 - 11:30 Uhr, 10 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

### Russisch A 1 –

#### 1. Semester – Kompaktkurs (Kleingruppe)

NEU

Für Teilnehmende ohne Kenntnisse

**22F419002**

Stephan Schoeneck  
samstags, 26.02.2022, 10:00 - 12:15 Uhr,  
10 Vormittage  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 2  
171,50 Euro  
Kleingruppe\*

### Russisch A2

#### Russisch A2

Neue Teilnehmende mit Kenntnissen auf dem Sprachniveau A1 sind herzlich willkommen.

**22F419035**

Dr. Christine Glybowskaja  
mittwochs, 02.03.2022,  
17:00 - 18:30 Uhr, 15 Abende  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
96,50 Euro

### Russisch A2/B1

**22F419046**

Dr. Christine Glybowskaja  
donnerstags, 03.03.2022,  
17:00 - 18:30 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_07  
96,50 Euro

### Russisch B1

#### Russisch B1 – Auffrischung

Neue Teilnehmende mit Kenntnissen auf dem Sprachniveau A2-B1 sind herzlich willkommen.

**22F419047**

Dr. Christine Glybowskaja  
dienstags, 01.03.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_10  
96,50 Euro

## Russisch B1

Neue Teilnehmende, die ihre Kenntnisse auf dem Sprachniveau B1 vertiefen möchten, sind herzlich willkommen.

### 22F419048

Dr. Christine Glybowski  
donnerstags, 03.03.2022,  
18:45 - 20:15 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_07  
96,50 Euro

## Russisch B2

### Russisch B2 – Konversation

#### 22F419061

Dr. Christine Glybowski  
mittwochs, 02.03.2022,  
18:45 - 20:15 Uhr, 15 Abende  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
101,00 Euro

## Schwedisch

### Schwedisch A1

#### Schwedisch A1 – 1. Semester

NEU

#### 22F420000

Mandy Strecker  
dienstags, 22.02.2022, 17:00 - 18:30 Uhr,  
10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_04  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

#### Schwedisch Lektürekurs

Divers (aktuell: Lernkrimi Iskallt mord)

#### 22F420002

Mandy Strecker  
mittwochs, 23.02.2022,  
18:00 - 19:30 Uhr, 10 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
115,00 Euro  
Kleingruppe\*

## Schwedisch A1 – 2. Semester

#### 22F420005

Mandy Strecker  
dienstags, 22.02.2022,  
18:00 - 19:30 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_04  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

### Schwedisch Kompaktkurs A1

NEU

#### 22F420010

Eva Munkelt  
samstags, 14.05.2022, 10:00 - 14:00 Uhr,  
4 Tage  
vhs, virtueller Klassenraum  
116,50 Euro  
Kleingruppe

## Spanisch

### Spanisch A1

#### Spanisch A1.2

##### 22F422005A

Carlos Alberto Prieto Valero  
donnerstags, 24.02.2022,  
17:00 - 19:15 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_04  
96,50 Euro

#### Spanisch A1.3

##### 22F422005B

Carlos Alberto Prieto Valero  
donnerstags, 19.05.2022,  
17:00 - 19:15 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_04  
96,50 Euro

#### Spanisch A1 – 4. Semester

##### 22F422006

Ingrid Vega Chaves  
donnerstags, 24.02.2022,  
17:00 - 18:30 Uhr, 15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_08  
96,50 Euro

## Spanisch A2

### Spanisch A2 – 5. Semester

#### 22F422031

Ingrid Vega Chaves  
montags, 21.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 15 Abende  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
96,50 Euro

## Spanisch B1

### Spanisch B1 – 1. Semester

#### 22F422036

Ingrid Vega Chaves  
dienstags, 22.02.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
15 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_11  
96,50 Euro

## Spanisch B1

#### 22F422058

Sonja Quesada  
freitags, 11.03.2022, 17:00 - 18:30 Uhr,  
15 Abende  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 1  
96,50 Euro

### Spanisch B1 – Grammatikkurs

#### 22F422059

Sonja Quesada  
dienstags, 08.03.2022, 17:00 - 18:30 Uhr,  
15 Abende  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 1  
96,50 Euro

## Spanisch B2

### Spanisch B2 – Auffrischungskurs

#### 22F422062

Sonja Quesada  
montags, 07.03.2022, 17:00 - 18:30 Uhr,  
15 Abende  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 1  
96,50 Euro

## Spanisch B2 – 1. Semester – Vormittagskurs

**22F422063**

Sofía Boscá Cortés  
dienstags, 22.02.2022,  
09:00 - 10:30 Uhr, 10 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Walter-Dexel-Raum  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

## Spanisch C1

### Spanisch C1

**22F422076**

Sonja Quesada  
dienstags, 08.03.2022,  
18:45 - 20:15 Uhr, 15 Abende  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 1  
96,50 Euro

## Sommerintensivkurse

### Spanisch Sommerintensivkurs für Spanisch A1

NEU

Unser Spanisch-Sommerkurs!  
Nur für Anfänger ohne Vorkenntnisse.  
15:30 - 18:30 Uhr

**22F422102**

Sonja Quesada  
Mo - Fr. von 11.07. - 22.07.22  
15:30 - 18:30 Uhr, 10 Tage  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3  
228,00 Euro  
Kleingruppe\*

### Spanisch Sommerintensivkurs für Spanisch A2

NEU

**22F422110**

Sonja Quesada  
Täglich von Montag bis Freitag,  
ab 25.07.2022, 15:30 - 18:30 Uhr,  
10 Tage  
vhs, Paradiesstr. 6, SR 3  
228,00 Euro  
Kleingruppe\*



## Tschechisch

### Tschechisch A1

#### Tschechisch A1 – 1. Semester – Kleingruppe

NEU

**22F423000**

Lucie Hernandez  
mittwochs, 23.02.2022,  
19:15 - 20:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5, R. 00\_13  
121,00 Euro

#### Tschechisch A1 - 1. Semester – Kleingruppe



**22F423001**

Lucie Hernandez  
dienstags, 22.02.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
10 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
115,00 Euro

### Tschechisch A1/A2

**22F423035**

Lucie Hernandez  
mittwochs, 23.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 12 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_10  
114,20 Euro  
Kleingruppe\*

## Tschechisch A2

### Tschechisch A2 (online)



**22F423036**

Lucie Hernandez  
dienstags, 22.02.2022, 19:15 - 20:45 Uhr,  
10 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
115,00 Euro  
Kleingruppe\*

## Türkisch

### Türkisch A1

#### Türkisch A1 – 1. Semester

NEU

**22F424000**

Havva Kaplan  
donnerstags, 24.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_10  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

#### Türkisch A1 – 2. Semester

**22F424002**

Havva Kaplan  
donnerstags, 24.02.2022,  
19:15 - 20:45 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_10  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

## Ungarisch

### Ungarisch A1

#### Ungarisch A1 – 1. Semester

NEU

**22F425000**

Dr. Helmut Stauche  
dienstags, 15.02.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_04  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

#### Ungarisch für Fortgeschrittene

NEU

**22F425010**

Dr. Helmut Stauche  
donnerstags, 24.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 10 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 01\_11  
116,50 Euro  
Kleingruppe\*

## Koreanisch

### Koreanisch A1

#### Koreanisch A1 – 1. Semester Kleingruppe\*



**22F426001**

Joo Young Lee  
mittwochs, 23.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 9 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
107,00 Euro  
Kleingruppe\*

#### Koreanisch A1 – 1. Semester Kleingruppe\*

**22F426002**

Joo Young Lee  
donnerstags, 24.02.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 9 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 00\_04  
107,00 Euro  
Kleingruppe\*

#### Koreanisch A1 – 2. Semester – Kleingruppe



**22F426006**

Joo Young Lee  
mittwochs, 11.05.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 10 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
118,00 Euro

#### Koreanisch A1 – 2. Semester – Kleingruppe

**22F426007**

Joo Young Lee  
donnerstags, 12.05.2022,  
17:30 - 19:00 Uhr, 9 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5, R. 00\_04  
107,00 Euro

#### Koreanisch A1 – 3. Semester



**22F426005**

Joo Young Lee  
dienstags, 22.02.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
9 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
107,00 Euro  
Kleingruppe\*



Weitere Kurse  
sind in Planung und  
werden auf unserer  
Homepage fortlaufend  
aktualisiert.

Lehrmaterial  
wird im Kurs  
bekannt gegeben

#### Koreanisch A1 – 4. Semester



**22F426010**

Joo Young Lee  
dienstags, 10.05.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
10 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
118,00 Euro  
Kleingruppe\*

#### Koreanisch Sprach- und kochabend

#### Koreanisch Sprach- und Kochabend

Annyeong! Kennen Sie Kimchi? Haben Sie schon einmal Bibimbap probiert? Wollen Sie wissen, wie man koreanischen Soja-Eintopf – Doenjang Jjigae – und andere leckere koreanischen Gerichte zubereitet? Der Kurs bietet nicht nur eine Einführung in die koreanische Kochkunst, sondern auch Gelegenheit, einige koreanische Wörter und Sätze zu lernen, sprechen zu üben und mehr über die koreanische Kultur zu erfahren. Gerne können Sie sich für alle oder einige Termine entscheiden.

**22F426015**

Joo Young Lee  
freitags, 18.03.2022, 25.03.22, 29.04.22,  
06.05.22, 20.05.22, 03.06.22 -  
17:00 - 20:00 Uhr,  
Küchenstudio Walther, Saalstraße 6  
Termine sind einzeln buchbar.  
Preis: wird noch bekannt gegeben.  
Bitte besuchen Sie unsere Website.

## Rumänisch

### Rumänisch A1

#### Rumänisch A1 – 1. Semester

NEU

**22F426020**

Larisa Gheorghită  
donnerstags, 17.03.2022,  
19:15 - 20:45 Uhr, 5 Abende  
Berufsschulzentrum „Karl Volkmar Stoy“  
Paradiesstraße 5, R. 02\_04  
136,50 Euro  
Minigruppe\*

## Gebärdensprache

#### Gebärdensprache A1 – 1. Semester

NEU

**22F428001**

Rainer Weber  
montags, 07.03.2022, 17:30 - 19:00 Uhr,  
15 Abende  
Berufsschulzentrum "Karl Volkmar Stoy"  
Paradiesstraße 5, R. 00\_02  
101,00 Euro

## Junge vhs

Möchtest Du eine Sprache lernen, um eine Reise zu unternehmen, bei der es um alte Zivilisationen, Festungen, Pyramiden, Technologien und Kultur geht? Wenn ja, dann kannst Du das in der vhs Jena tun!

In den Sprachkursen für Kinder und Jugendliche werden wir über spannende Themen sprechen, Du kannst neue Freunde gewinnen, wir gestalten interessante Sachen. Außerdem erfährst Du Vieles über Menschen, Orte, Essen, Geschichte und noch viel mehr.

Du bist herzlich willkommen in unseren Kursen – speziell für Kinder und Jugendliche.



### Chinesisch für Kinder – Ferienkurs Osterferien

**22F402020**

N. N.

dienstags - freitags,  
19.04.2022 - 22.04.2022,  
09:00 - 13:00 Uhr, 4 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Walter-Dexel-Raum  
78,00 Euro

### Englisch für Schüler zwischen 12 und 16 Jahren

**22F406100**

N. N.

donnerstags, 03.03.2022,  
15:45 - 17:15 Uhr, 15 Nachmittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
113,00 Euro

### Englisch für Kinder im Alter von 12 - 14 Jahren – Ferienkurs Osterferien

**22F406101**

N. N.

montags - donnerstags,  
11.04.2022 - 14.04.2022,  
09:00 - 13:00 Uhr, 4 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
78,00 Euro

### Englisch für Kinder im Alter von 9 - 11 Jahren – Ferienkurs Osterferien

**22F406102**

N. N.

dienstags - freitags,  
19.04.2022 - 22.04.2022,  
09:00 - 13:00 Uhr, 4 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
78,00 Euro

### Englisch für Jugendliche im Alter von 15 - 17 Jahren – Ferienkurs Sommerferien

**22F406105**

N. N.

montags - freitags,  
01.08.2022 - 05.08.2022,  
09:00 - 13:00 Uhr, 5 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
95,50 Euro

### Französisch für Schüler zwischen 12 und 16 Jahren

**22F408050**

N. N.

freitags, 04.03.2022,  
15:45 - 17:15 Uhr, 15 Nachmittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
113,00 Euro

### Französisch für Kinder von 10 bis 13 Jahren – Ferienkurs Osterferien

**22F408051**

Tamy Jedeit

montags - donnerstags,  
11.04.2022 - 14.04.2022,  
09:00 - 13:00 Uhr, 4 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
78,00 Euro

### Französisch für Kinder von 10 - 13 Jahren – Ferienkurs Sommerferien

**22F408052**

N. N.

montags - freitags,  
18.07.2022 - 22.07.2022,  
09:00 - 13:00 Uhr, 5 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
95,50 Euro

### Italienisch für Kinder und Jugendliche – Ferienkurs Sommerferien

**22F409050**

N. N.

montags - freitags,  
25.07.2022 - 29.07.2022,  
09:00 - 13:00 Uhr, 5 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
95,50 Euro

## Russisch für Kinder und Jugendliche – Ferienkurs Sommerferien

**22F419070**

N. N.  
montags - freitags,  
22.08.2022 - 26.08.2022,  
09:00 - 13:00 Uhr, 5 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
95,50 Euro

## Spanisch A1 für Kinder im Alter von 12-14 Jahren

**22F422103**

N. N.  
montags - freitags,  
18.07.2022 - 22.07.2022,  
09:00 - 13:00 Uhr, 5 vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
78,00 Euro

## Spanisch für Jugendliche im Alter von 14 -15 – Ferienkurs Sommerferien

**22F422104**

N. N.  
montags - freitags,  
08.08.2022 - 12.08.2022,  
09:00 - 13:00 Uhr, 5 Vormittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a, Kreativraum  
95,50 Euro

## Spanisch für Schüler zwischen 12 und 16 Jahren

**22F422101**

Ingrid Vega Chaves  
dienstags, 01.03.2022,  
15:45 - 17:15 Uhr, 15 Nachmittage  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Seminarraum  
113,00 Euro

## Die vhs.cloud auf einen Blick

### Was ist die vhs.cloud?

Die vhs.cloud ist die gemeinsame digitale Lern- und Arbeitsumgebung für die Volkshochschulen in Deutschland. Vom Deutschen Volkshochschul-Verband als Herzstück des Projekts "Erweiterte Lernwelten" entwickelt, bietet die vhs.cloud Raum und Funktionen für die gesamte Volkshochschulwelt:

Volkshochschulmitarbeitende, Kursteilnehmende sowie Kursleiterinnen und Kursleiter.

Mit der vhs.cloud erhalten alle Volkshochschulen erstmals eine eigene digitale Umgebung. Innerhalb dieses geschützten Online-Arbeitsbereichs können Volkshochschulen ihre webbasierte Kommunikation und Zusammenarbeit gestalten ganz ihren Bedürfnissen entsprechend.

### Sicher in der vhs.cloud

Volkshochschulen folgen hohen Standards der IT-Sicherheit und des Datenschutzes, daher hat der DVV bei der Entwicklung der vhs.cloud Wert auf eine Software-Lösung gelegt, die diese Anforderungen erfüllt. Beispielsweise findet das Hosting ausschließlich auf Servern in Deutschland statt und eindeutige Registrierungsprozesse schließen unbefugte Nutzung aus.



### Die richtige Funktion für jedes Lehr- und Lernszenario

Alle Mitglieder der Volkshochschule haben eine Vielzahl an Funktionen zur Verfügung, die zu Ihrem Lern-, Lehr- oder Arbeitsszenario passen: Multimediale Lernangebote, Austausch über Pinnwände, Foren oder Messenger ebenso wie Videokonferenzen oder das Teilen von Arbeitsergebnissen die vhs.cloud öffnet einen digitalen Raum für neue Projekte.

### Überall mit der vhs.cloud unterwegs responsiv und auch als App

Durch ihr responsives Design ist die vhs.cloud immer und überall unterwegs mit dabei: Jeder Nutzer und jede Nutzerin kann die vhs.cloud mit dem Gerät bedienen, mit dem er oder sie am liebsten arbeitet oder das gerade zur Hand ist. Die Darstellung aller Inhalte und Funktionen passt sich stets an das jeweilige Gerät an. Für die Nutzung mit Tablets und Smartphones stehen spezielle Apps zur Verfügung.



### Auf geht's in die vhs.cloud!

Um die vhs.cloud in Volkshochschulen bekannt zu machen und ihnen beim Einstieg zu helfen, bildet das Projekt "Erweiterte Lernwelten" ein vhs.cloud-Multiplikator\*innenteam und die vhs.cloud-Berater\*innen aus. Zusätzlich stehen in der vhs.cloud reichhaltige Online-Video-Hilfen, ausführliche Anleitungen und der Online-Support in der vhs.cloud für alle vhs.cloud-Nutzergruppen zur Verfügung.

### Entdecken Sie die vhs.cloud: [www.vhs.cloud](http://www.vhs.cloud)



## Beruf – IT – Digitale Kompetenzen



# Beruf – IT – Digitale Kompetenzen

## Liebe Teilnehmende und Interessierte,

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

Ihr vhs-Team

### Kursgrößen und Bezeichnungen:

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

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

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

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

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

- 101 Online-Besprechungstools
- 101 Offene Angebote
- 102 Angebote am Vormittag/Nachmittag
- 103 vhsBASICS Grundlagen  
Windows/Office
- 103 Fortführende Office Angebote
- 104 vhs-DOnline Online-Angebote  
am Donnerstag
- 107 Foto | Medien | Design
- 110 Internetseitengestaltung
- 110 vhsOffice Büromanagement |  
Tastatschreiben
- 113 Xpert Business Akademie Thüringen
- 117 Softskills – Berufliche Grundkompetenzen
- 118 vhs@Beutenberg



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



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

## Bildung mit beruflicher Relevanz



JenaKultur | A. Hub

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil des Volkshochschul-Angebotes. Berufliche Weiterbildung setzt an bei Kompetenzen wie Lernfähigkeit und Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien ist ein Schwerpunkt des Programmbereichs „Beruf – IT – Digitale Kompetenzen“.

Ebenfalls stark vertreten sind Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen im kaufmännischen und betriebswirtschaftlichen Bereich sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Angebote zu Querschnittsthemen, wie Rhetorik, Selbstorganisation und Kommunikation stärken berufliche und persönliche Kompetenzen. Beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse finden sich auch im Angebot anderer Programmbereiche: zum Beispiel Angebote der Betrieblichen Gesundheitsvorsorge oder berufsbezogene Sprachkurse.

Wir bieten Ihnen Möglichkeiten, sich Ihr erworbenes Wissen auch zertifizieren zu lassen. Ihre Leistungen können durch bundesweite bzw. europäische Zertifikate bestätigt werden. In zahlreichen Kursen bietet die vhs die Möglichkeit, einzelne Themen durch Prüfungen abzulegen, abzuschließen, aber auch gesamte Weiterbildungssysteme zu durchlaufen und einen Weiterbildungsabschluss, wie z.B. Finanz-

buchhalter, Lohnbuchhalter oder Fachkraft für Büromanagement, zu erlangen.

Aber auch Menschen, die bereits aus der aktiven Arbeitswelt heraus sind, können sich in den Angeboten umschauen, um digitale Kompetenzen aufzubauen bzw. zu erweitern. Denn in der heutigen Gesellschaft ist es von herausragender Bedeutung, den digitalen Anschluss zu halten und grundlegende Kompetenzen zu erwerben.

Wenn Sie hierzu Informationsbedarf haben, scheuen Sie sich nicht, uns zu kontaktieren. Auch können wir als Beratungsstelle für die Bildungsprämie Hinweise zu Fördermöglichkeiten für die einzelnen Weiterbildungen geben.

### Kontakt:

Christian Ziege  
Tel.: 03641 498213 oder  
E-Mail: christian.ziege@jena.de

### Berufsberatung im Erwerbsleben

## Beratungsangebot für alle Thüringer

### zu:

- Beruflicher Weiterbildung
- Karriereplänen
- Finanzierungsmöglichkeiten
- Beruflicher Orientierung

**Tel. 0361 30 22222**

Thuringen.Berufsberatung-Erwachsene@  
arbeitsagentur.de



www.arbeitsagen-  
tur.de/vor-ort/erfurt



**Bundesagentur für Arbeit**  
bringt weiter.

## Online-Besprechungstools

### MS Teams für Online-Veranstaltungen nutzen

E-Learning ist momentan in aller Munde. Dabei spielen die unterschiedlichsten Plattformen eine wichtige Rolle: ob Zoom, edudip, BigBlueButton ... es gibt zahlreiche Werkzeuge auf dem Markt, die für erfolgreiche Online-Lehre genutzt werden. Auch Microsoft besitzt dieses Tool: MS TEAMS In dieser Veranstaltung wollen wir Ihnen die Möglichkeiten und Handhabung des Tools von Microsoft 365 vorstellen, an praktischen Beispielen üben und zeigen, welche Formate über die Plattform durchzuführen sind:

- Allgemeine Übersicht
- News Feed, Chat
- Teams – Erstellen, Bearbeiten, Einstellungen, Kanäle
- Unterhaltungen, Anrufe, Kontakte
- Kalender: Besprechungen und Videochat planen und durchführen
- Dateien: Hochladen, Erstellen und bearbeiten, verwalten

Anmeldeschluss: 04.03.2022

#### 22F50140

Francesco Cavassa  
Freitag, 11.03.2022, 09:00 - 14:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
50,00 Euro  
Kleingruppe



### Unsere Infektionsschutzregeln

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

## Die vhs.cloud: die Lernplattform der vhs

Die vhs.cloud ist die Lernplattform für Volkshochschulen in Deutschland. Volkshochschulen können in der vhs.cloud „virtuelle“ Kurse einrichten. Dabei kann es sich um Kurse handeln, die Präsenzkurse um einige Online-Angebote ergänzen oder auch um Kurse, die überwiegend oder ausschließlich online durchgeführt werden.

Der Kurs in der vhs.cloud ersetzt somit in den meisten Fällen nicht das gemeinsame Lernen in der Volkshochschule. Je nach den Zielsetzungen Ihrer Kursleitung ergänzt dieser zumeist Ihren Präsenzkurs: Beispielsweise erhalten Sie in der vhs.cloud Zugriff auf Kursmaterialien und Inhalte, Möglichkeiten zur Vertiefung von Lerninhalten oder zum Austausch mit Ihren Mitlernenden. Nach dem Login gelangen Sie direkt in Ihren persönlichen Arbeitsbereich, Ihren Schreibtisch. Welche Möglichkeiten Sie hier haben, welche Funktionen Ihnen zur Verfügung stehen oder wie Sie die Online-Konferenztools nutzen, wird Ihnen in dieser Einführung gezeigt und geübt.

#### 22F50141

David Möhlenkamp  
Dienstag, 22.02.2022, 10:30 - 11:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
kein Entgelt

#### 22F50142

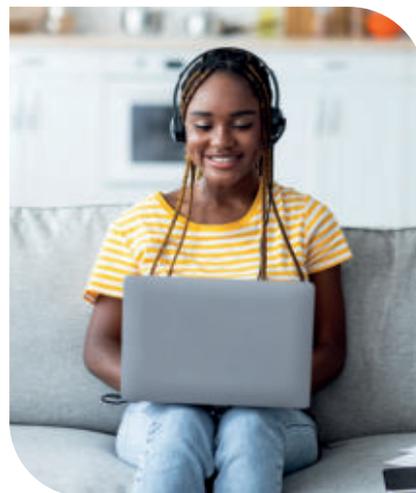
David Möhlenkamp  
Donnerstag, 24.02.2022,  
16:00 - 17:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
kein Entgelt

#### 22F50143

David Möhlenkamp  
Dienstag, 01.03.2022, 9:00 - 10:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
kein Entgelt

#### 22F50144

David Möhlenkamp  
Dienstag, 08.03.2022, 16:00 - 17:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
kein Entgelt



## Offene Angebote

### PC-Café – zuhören, mitreden, genießen!

Haben Sie Fragen rund um den PC oder möchten Sie sich einfach nur mit anderen PC-Interessierten austauschen? Dann kommen Sie in unser PC-Café. Neben den Möglichkeiten, Fragen rund um den PC oder Laptop zu stellen, möchten wir hier die Gelegenheit nutzen, Ihnen immer wieder Neues aus der Welt der Computer sowie Alternativen zu gängigen Programmen vorzustellen und mit Ihnen gemeinsam auch neue Themen für das vhs-Angebot zu entwickeln. Wir freuen uns auf Ihren Besuch im PC-Café der Volkshochschule. Gern können Sie tragbare Geräte mitbringen.

mittwochs, wöchentlich  
zwischen 13:30 - 15:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
Beginn: 23.02.2022

donnerstags, 14-tägig  
zwischen 14:45 - 16:15 Uhr  
Stadtteilbüro Lobeda-West,  
Karl-Marx-Allee 28  
Beginn: 24.02.2022

Dozent: Frank Rutkowski  
Das Entgelt in Höhe von 5,00 € versteht sich pro Veranstaltungstag und wird vor Ort entrichtet.



## Mobiles Café – Smartphone, Tablet und Co.

Bei der Nutzung Ihres Smartphones oder Tablets ergeben sich immer wieder Fragen und Probleme, bei denen Sie nicht wissen, wie Sie weiterkommen? Unser Mobiles Café kann Ihnen hierbei helfen. Kommen Sie einfach unverbindlich in unser offenes Angebot und lassen Sie sich fachkundig Ihre Fragen beantworten. Ob es die grundlegende Bedienung der Android-Geräte oder spezielle Einstellungen für Sicherheit, Konten oder Kontakte betrifft – Lösungen gibt es für (fast) alle Probleme. Ihre Mobilgeräte bringen Sie zu dieser Veranstaltung bitte mit.

Mittwochs, einmal im Monat zwischen 14:00 - 15:30 Uhr  
Stadtteilbüro Lobeda-West,  
Karl-Marx-Allee 28  
Beginn: 09.03.2022

Dozentin: Carola Lück  
Das Entgelt in Höhe von 5,00 € versteht sich pro Veranstaltungstag und wird vor Ort entrichtet.

## Angebote am Vormittag / Nachmittag

### Basiskurs: Erste Schritte mit dem PC, Laptop oder Windows Tablet

- Orientierung auf dem PC, Laptop, Tablet
- Start mit dem PC – Fenstertechnik, Maus, Tastatur
- Orientierung im Word
- Einen Brief mit Word verfassen
- Ansichtsmanagement, Ordner erstellen
- Dateien kopieren / verschieben
- Erste Schritte im Internet

Anmeldeschluss: 14.02.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

### 22F50010

Norbert Ifland  
montags und mittwochs, 21.02.2022 - 16.03.2022, 09:00 - 11:15 Uhr, 8 Vormittage  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
99,50 Euro

## Mit dem Android-Smartphone unterwegs

- Allgemeine Einstellungen und Internetnutzung
- App Store
- Kommunikationsmöglichkeiten
- Fotografie
- Unterwegs und Sicherheit

Das eigene Smartphone ist mitzubringen!  
Anmeldeschluss: 15.03.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

### 22F50015

Felix Apfelbeck  
dienstags und donnerstags, 22.03.2022 - 07.04.2022, 09:00 - 11:15 Uhr, 6 Vormittage  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
95,50 Euro  
Kleingruppe

## Mit dem iPhone unterwegs

- Allgemeine Einstellungen und Internetnutzung
- App Store
- Kommunikationsmöglichkeiten
- Fotografie
- Unterwegs und Sicherheit

Das eigene iPhone ist mitzubringen!  
Anmeldeschluss: 01.02.2022

### 21H50016

Patrizia Kramer  
dienstags und donnerstags, 08.02.2022 - 24.02.2022, 13:30 - 15:45 Uhr, 6 Nachmittage  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
95,00 Euro  
Kleingruppe



## vhsBASICS Grundlagen Windows / Office-Anwendungen

### Windows 10 und Office 2019 – Basiswissen für den Büroalltag

Lernen Sie, wie Sie mit den allgemeinen Office-Anwendungen Ihren Büroalltag effizient und erfolgreich meistern. Anhand von praxisnahen Beispielen und durch einfach nachvollziehbare Schritt-für-Schritt-Anleitungen wird Ihnen das erforderliche Wissen zu Dateimanagement, Textverarbeitung, Tabellenkalkulation und Präsentation vermittelt.

- Dateiverwaltung: Grundlegende Arbeit mit Windows 10
- Texteingabe und Seitenlayoutgestaltung in Word so wie Tabellen, Seriendruck
- Dateneingabe, Formatierung, einfache Formeln in Excel
- Diagramme und Druckoptimierung
- Schnelle Präsentationen in PowerPoint mit Tabellen und Diagrammen erstellen
- Präsentationen steuern

Anmeldeschluss: 01.03.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

#### 22F50101

Kevin Klein

dienstags und donnerstags, 08.03.2022 - 07.04.2022, 18:00 - 21:00 Uhr, 10 Abende  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
199,30 Euro  
Kleingruppe

### Excel – Grundlagen

- Schnelleinstieg
- Arbeit mit Mappen
- Zusammenfassen mit Formeln
- Einstellungen und Druck für große Tabellen

Anmeldeschluss: 25.04.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

#### 22F50120

Kevin Klein

montags und mittwochs, 02.05.2022 - 16.05.2022, 18:00 - 21:00 Uhr, 5 Abende  
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
89,20 Euro

### Effiziente Büroorganisation durch Nutzung von Outlook

Lernen Sie, wie Sie Ihren Büroalltag, Ihre Arbeitszeit und die Unternehmenskommunikation effizienter unter Nutzung von Outlook gestalten können.

- Allgemeiner Aufbau, E-Mail-Konto und Datendateien
- Kalender und Terminplanung und deren Ansichten
- E-Mail-Management
- Aufgaben und Kontakte

Anmeldeschluss: 18.03.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

#### 22F50135

Carola Lück

Freitag, 25.03.2022, 18:00 - 21:00 Uhr  
Samstag, 26.03.2022, 09:00 - 15:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
199,20 Euro  
VHeSpresso

## Fortführende Office-Angebote

Beachten Sie hier bitte auch unsere Online-Angebote im Bereich „vhs-DOnline“

### Word – Fortgeschrittene Techniken

- Autokorrektur und Schnellbausteine nutzen und anpassen
- Dokumentvorlagen und Formatvorlagen nutzen und anpassen
- Serienbriefe und Etiketten

Voraussetzung: Solide Kenntnisse in Standardformatierungen

Anmeldeschluss: 22.02.2022

#### 22F50103

Carola Lück

Dienstag, 01.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
139,20 Euro  
VHeSpresso

### Word – Große Dokumente erstellen und managen

- Formatvorlagen nutzen und anpassen
- Verzeichnisse erstellen und Querverweise nutzen
- Unterschiedliche Kopf- und Fußzeilen, Seitenzahlen
- Quellen managen
- Große Elemente auf Querseiten

Voraussetzung: Word-Grundlagen

Anmeldeschluss: 08.03.2022

#### 22F50104

Carola Lück

Dienstag, 15.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
139,20 Euro  
VHeSpresso





## Einführung in die VBA-Makroprogrammierung für Excel

Makros und eigene Funktionen für Excel sind das Hauptthema:

Sie lernen die Syntax von VBA kennen und wie man dort mit Variablen umgeht.

Das Kennenlernen der grundlegenden Programmierstrukturen ermöglicht die Erstellung individueller Makros mit Benutzereingaben sowie individueller Ergebnisanzeige. Sie lernen außerdem, wie man Zellen- und Tabellenblätter anspricht.

Voraussetzung: Excel-Grundlagen

Anmeldeschluss: 10.06.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

### 22F50126

Carola Lück

Freitag, 17.06.2022, 18:00 - 21:00 Uhr

Samstag, 18.06.2022, 09:00 - 15:00 Uhr

vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum

206,80 Euro

VHeSpresso

## Excel – Tipps & Tricks

- Tastenkombinationen und Kniffe, die das Excel-Leben erleichtern
- Benutzerdefinierte Zahlenformate und Vorlagen erzeugen und nutzen
- Eingabefehler vermeiden durch Regeln und einfache Auswahllisten
- Schutz und Freigeben von Excel-Daten
- Tabellen gekonnt in Word oder PowerPoint einbinden
- Bedingtes Format

Voraussetzung: Excel-Grundlagen

Anmeldeschluss: 22.03.2022

### 22F50123

Carola Lück

Dienstag, 29.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum

128,00 Euro

VHeSpresso

## Pivot-Tabellen

Große und kleine Datenmengen schnell und ohne Formeln auswerten mit interaktiven Tabellen und Diagrammen. Zusammenfassung mehrerer Tabellen.

Voraussetzung: Excel-Grundlagen

Anmeldeschluss: 19.04.2022

### 22F50125

Carola Lück

Dienstag, 26.04.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum

141,50 Euro

VHeSpresso



## Vhs-DOnline / Online-Angebote am Donnerstag

In dieser Rubrik bieten wir Ihnen kleine und kompakte Einheiten aus der Office-Anwenderwelt. Ob grundlegende Kenntnisse oder Spezialwissen zur Tabellenkalkulation – alle finden im breitgefächerten Online-Angebot ihr Wissen. Diese Kurse werden in der vhs.cloud durchgeführt.

### vhs-DOnline: Word – Tipps und Tricks

1. Autokorrektur bewusst nutzen, Einzüge und Tabulatoren Kleine Helfer (Text diktieren, Änderungen nachverfolgen, Dokumente vergleichen)
2. Tipps und Tricks für Bilder im Text
3. Tipps und Tricks für Tabellen

### 22F51110

Carola Lück

Donnerstag, 24.02.2022, 08:30 - 12:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

35,00 Euro

Kleingruppe

### vhs-DOnline: Word – Große Dokumente

1. Navigation, Formatvorlagen nutzen und anpassen, speichern (separat und in Vorlagen)
2. Automatische Beschriftungen und Verzeichnisse, Überschriften nummerieren, Querverweise
3. Arbeit mit Abschnitten (Unterschiedliche Kopf- und Fußzeilen / Seitenzahlen)

### 22F51111

Carola Lück

Donnerstag, 03.03.2022, 08:30 - 12:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

35,00 Euro

Kleingruppe



### vhs-DOnline: Word – Automatisierung

1. Autokorrektur und Schnellbausteine, eigene Kopf- / Fußzeile speichern, Dokumentvorlagen und Formatvorlagen
2. Serienbriefe (Grundlagen und Individualisierung)
3. Tipps & Tricks für Serienbriefe (Etiketten, Listen / Kataloge, Spezielle Felder)

#### 22F51112

Carola Lück  
Donnerstag, 10.03.2022, 08:30 - 12:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
35,00 Euro  
Kleingruppe

### vhs-DOnline: Word – Formulare mit Word

Nutzung von Formularelementen, Schutz von Word-Dokumenten, Dokumentvorlagen, Spezielle Felder zur Dokumentautomatisierung

#### 22F51113

Carola Lück  
Donnerstag, 17.03.2022, 08:30 - 11:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe

### vhs-DOnline: PowerPoint – Präsentation schnell erstellt

1. Schnelle Erstellung von Präsentationen mit Text, von Bild-Präsentationen, Texte in graphische Darstellung wandeln
2. Individuelle Hintergrund- und Farboptionen, Schriftart festlegen / austauschen
3. Schnelle Formatierung durch Anpassen der Master

#### 22F51115

Carola Lück  
Donnerstag, 24.03.2022, 13:30 - 17:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
35,00 Euro  
Kleingruppe

### vhs-DOnline: PowerPoint – Tipps und Tricks

1. Verschiedene Möglichkeiten für Handouts, Audio- und Video- Optionen
2. Einrichtung selbstablaufender Präsentationen, Standzeiten automatisch aufzeichnen
3. Zielgruppenorientierte Präsentationen
4. Möglichkeiten mit ausgeblendeten Folien und Hyperlinks, PowerPoint als Info-System – Nutzung von Triggern

#### 22F51116

Carola Lück  
Donnerstag, 31.03.2022, 13:30 - 17:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
35,00 Euro  
Kleingruppe

### vhs-DOnline: Outlook – Grundlagen

1. Kurzüberblick über alle Bereiche und Ansichtseinstellungen (Ordner, Kategorien, Nachverfolgung)
2. E-Mail: Optionen, Regeln, Vorlagen, Schnellbausteine, Quicksteps
3. Kontakt-Management, Verteilerlisten, ...
4. Termine und Aufgaben (Besprechungen, Serien-Termine und wiederkehrende Aufgaben, Termine senden)

#### 22F51118

Carola Lück  
Donnerstag, 05.05.2022, 08:30 - 15:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
50,00 Euro  
Kleingruppe

### vhs-DOnline: Excel – Tipps und Tricks

1. Umgang mit großen Tabellen (Ansicht, Druck, Sortieren, Filtern)
2. Druckoptimierung
3. Einrichtung einfacher Drop-Down-Listen, Vorlagen erstellen und nutzen, Schutz von Formeln

Vorkenntnisse: Grundkenntnisse Excel

#### 22F51120

Carola Lück  
Donnerstag, 07.04.2022, 08:30 - 11:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe

### vhs-DOnline: Excel – Tipps und Tricks II

1. Nutzung von Namen zur vereinfachten Handhabung von Zellen und Zellbereichen
2. Bedingtes Format
3. Intelligente Tabellen

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, absolute Zellbezüge (\$) 

#### 22F51121

Carola Lück  
Donnerstag, 28.04.2022, 08:30 - 11:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe

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

1. Schnelle interaktive Auswertung von langen Listen ohne Formeln, Grundeinstellungen
2. Filtermöglichkeiten (Filteroptionen, Datenschnitte, Zeitleisten)
3. Automatische Monatsauswertung (ab Excel 2013)
4. Darstellungsmöglichkeiten / Layoutvarianten, Teilergebnisse beeinflussen, Erstellung zugehöriger filterbarer Diagramme

Vorkenntnisse: Grundlagen (Tipps und Tricks II empfohlen)

#### 22F51122

Carola Lück  
Donnerstag, 12.05.2022, 08:30 - 11:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum  
27,50 Euro  
Kleingruppe

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

1. Erweiterte Auswertungen, eigene Berechnungen innerhalb Pivot-Tabellen
2. Gruppierungen automatisch und manuell
3. Erstellung unabhängiger Pivot-Tabellen für veränderte Einstellungen, Auswertung mehrerer ähnlicher Tabellen

Vorkenntnisse: Pivot-Grundlagen

### 22F51123

Carola Lück

Donnerstag, 19.05.2022, 08:30 - 11:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

27,50 Euro

Kleingruppe

## vhs-DOnline: Excel – Datenmanagement mit Excel

1. Eingabehilfen (Maske, Drop-Down-Felder, Eingabeeinschränkung)
2. Import externer Daten, Aufbereitung und Umwandlung, Verknüpfungen zu externen Datenquellen (Datenbank, csv-Dateien, Internet)
3. Gruppierung und Gliederung, Teilergebnisse automatisch erzeugen

Vorkenntnisse: Grundlagen (Tipps und Tricks II empfohlen)

### 22F51124

Carola Lück

Donnerstag, 24.02.2022, 13:30 - 17:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

35,00 Euro

Kleingruppe

## vhs-DOnline: Excel – Diagramme (intensiv)

1. Erstellung und Formatierung verschiedener Diagrammtypen, Einstellungen, Achsenformatierungen, zusätzliche Daten
2. Spezielle Diagramme, Zusätzliche Möglichkeiten durch AddIns (People, Maps)

Vorkenntnisse: Grundlagen

### 22F51125

Carola Lück

Donnerstag, 03.03.2022, 13:30 - 16:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

27,50 Euro

Kleingruppe

## vhs-DOnline: Excel – Einfache Makros aufzeichnen

1. Schnelles Aufzeichnen einfacher Makros für wiederkehrende Vorgänge oder
2. Nutzung in Formularen (ohne Programmierung)

Vorkenntnisse: Grundlagen

### 22F51126

Carola Lück

Donnerstag, 10.03.2022, 13:30 - 16:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

27,50 Euro

Kleingruppe

## vhs-DOnline: Excel – Arbeit mit häufigen Funktionen

1. Allgemeine Syntax und Eingabemöglichkeiten, Autofunktionen, laufende Summe
2. Unterschied Runden und Formatieren, verschiedene Rundungsmöglichkeiten
3. Fehlersuche und Fehlerbehandlung, Arbeit mit geschachtelten Funktionen

Vorkenntnisse: Grundlagen, Formeln kopieren

### 22F51127

Carola Lück

Donnerstag, 02.06.2022, 08:30 - 15:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

50,00 Euro

Kleingruppe

## vhs-DOnline: Excel – WENN-Funktion

1. Nutzung der WENN-Funktion mit Einblick in verschiedene Funktionsgruppen, die für die Formulierung der Bedingung in der Wenn-Funktion nötig sein können
2. Mehrere Bedingungen, Geschachtelte Wenn-Funktion zur Prüfung von mehr als zwei Fällen
3. WENN-verwandte Funktionen

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, absolute Zellbezüge (\$), Funktionen allgemein, (Tipps und Tricks II empfohlen)

### 22F51128

Carola Lück

Donnerstag, 09.06.2022, 08:30 - 14:15 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

42,50 Euro Kleingruppe

## vhs-DOnline: Excel – SVERWEIS

1. Automatisches Suchen von genauen Werten aus einer Tabelle; Einordnen von Daten, Bereichen
2. Tipps & Tricks für SVERWEIS, WVERWEIS, Was ist ein XVERWEIS? SVERWEIS mit intelligenten Tabellen

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, absolute Zellbezüge (\$), Funktionen allgemein, (Tipps und Tricks II empfohlen)

### 22F51129

Carola Lück

Donnerstag, 17.03.2022, 13:30 - 16:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

27,50 Euro

Kleingruppe

## vhs-DOnline: Excel – Datums- und Zeitfunktion intensiv

1. Rechnen mit Datum und Uhrzeit, Benutzerdefinierte Formatierung von Zeitangaben
2. Spezielle Funktionen zur Analyse bzw. Erstellung von Zeitangaben, Arbeitszeit-Berechnungen

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, absolute Zellbezüge (\$), Funktionen allgemein

### 22F51130

Carola Lück

Donnerstag, 07.04.2022, 13:30 - 16:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

27,50 Euro

Kleingruppe



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

## vhs-DOnline: Excel – Textfunktionen intensiv

1. Import von Texten, Möglichkeiten der nachträglichen Aufteilung bzw. Verketzung
2. Funktionen zur Analyse und Bearbeitung von Texten

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, Funktionen allgemein

### 22F51131

Carola Lück

Donnerstag, 24.03.2022, 08:30 - 11:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

27,50 Euro

Kleingruppe

## vhs-DOnline: Excel – Datenbankfunktionen und Spezialfilter

1. Funktionen zur Datenbankanalyse mittels Formeln und komplexer Kriterien
2. Spezielle Filter mit komplexen Kriterien zur Erstellung von Datenbankauszügen

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, absolute Zellbezüge (\$), Funktionen allgemein, Namen, intelligente Tabellen

### 22F51132

Carola Lück

Donnerstag, 31.03.2022, 08:30 - 11:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

27,50 Euro

Kleingruppe

## vhs-DOnline: Excel – Prognosen und Trends

1. Verschiedene Möglichkeiten der Trendberechnung, Trendlinien in Diagrammen
2. Zielwertsuche und Solver, Szenarien anlegen und managen

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, Funktionen allgemein

### 22F51133

Carola Lück

Donnerstag, 28.04.2022, 13:30 - 16:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

27,50 Euro

Kleingruppe



## vhs-DOnline: Excel – Professionelle Formulare

1. Nutzung von professionellen Formularelementen und deren Ansteuerung über Excel
2. Funktionen zur Auswertung, Druckeinstellungen, Einstellungen für den Schutz und Nutzung als Excel-Vorlage

Vorkenntnisse: Formeln kopieren, Funktionen allgemein

### 22F51134

Carola Lück

Donnerstag, 16.06.2022, 08:30 - 11:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

27,50 Euro

Kleingruppe

## vhs-DOnline: Excel – Workshop Intelligente Tabellen – Excel als Datenbankersatz

Am praktischen Beispiel wird eine Lösung mit mehreren Tabellen erstellt

1. Warum Aufteilung in mehrere Tabellen? Nutzung von intelligenten Tabellen, die mittels Drop-Down-Feldern und Namen untereinander verbunden sind
2. Nutzung von SVERWEIS, ZÄHLENWENNS, SUMMEWENNS ... zur Datenübernahme und Auswertung von verbundenen Tabellen
3. Auswertung mit Pivot-Tabellen, Beziehungen zwischen Tabellen

Vorkenntnisse: Absolute Zellbezüge, Namen, intelligente Tabellen, Pivot-Tabellen

### 22F51135

Carola Lück

Donnerstag, 23.06.2022, 08:30 - 15:00 Uhr

vhs, virtueller Klassenraum

50,00 Euro

Kleingruppe

## Foto / Medien / Design

### Adobe InDesign – Einführungskurs

Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse im Umgang mit InDesign und das nötige gestalterische und typografische Hintergrundwissen. Vom Entwurf einseitiger Layouts bis zum Satz mehrseitiger Druckprodukte lernen Sie die Stärken des Programms kennen:

- Arbeitsbereiche in InDesign
- Layoutdokumente einrichten, (Muster) Seiten und Druckbögen
- Textfunktionen, Absatz- und Zeichenformate
- Tabellen
- Einsatz von Farben, Farbverläufen, Konturen und Füllungen
- Bilder und Grafiken, Verknüpfungen erstellen
- Transformieren und Ausrichten von Objekten
- Arbeiten mit Ebenen
- Buchfunktion
- Ausgabeoptionen

Anmeldeschluss: 12.02.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

### 22F50162

Patrizia Kramer

dienstags und donnerstags, 22.02.2022 -

03.03.2022, 18:00 - 21:00 Uhr, 4 Abende

vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

265,60 Euro

VHeSpresso

## Adobe InDesign – Aufbaukurs

Der Aufbaukurs basiert auf den erarbeiteten Materialien aus dem Einsteigerkurs. Bereits erwähnte Programmfunktionen werden hier vertieft. Dazu gehören u.a.:

- Tabellen
- Detailtypographie
- Verzeichnisse
- Farben
- Ausgabeoptionen

Weitere Schwerpunkte ergeben sich aus der individuellen Fragestellung der Teilnehmenden.

### 22F50162A

Patrizia Kramer

Termin auf Anfrage!

vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

185,00 Euro

VHeSpresso

## Adobe Illustrator – Einführungskurs

Illustrator ist eines der professionellsten Programme zur Erstellung komplexer vektorbasierter Grafiken und Bilder in höchster Qualität. Der Kurs gibt einen Überblick über die vielfältigen Möglichkeiten und die Arbeitsweise des Programms:

- Arbeitsbereich und Bedienfelder von Illustrator
- Pfade und Formen
- Konturen und Flächen
- Objekte und Transformationen
- Farben, Muster, Verläufe
- Effekte und Grafikstile
- Arbeiten mit Text
- Ebenen
- Schnittmasken
- Arbeiten mit Bildern
- Ausgabeoptionen, Exportieren und Speichern

Anmeldeschluss: 18.06.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

### 22F50163

Patrizia Kramer

dienstags und donnerstags, 28.06.2022 - 07.07.2022, 18:00 - 21:00 Uhr, 4 Abende

vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

265,60 Euro

VHeSpresso

## Affinity Publisher – eine professionelle Alternative zu Adobe InDesign – Einführungskurs

In diesem Kurs wird das neue Layoutprogramm Affinity Publisher von Serif vorgestellt. Die Vorteile der Software gegenüber InDesign sind vor allem die Geschwindigkeit und der vergleichsweise günstige Erwerb ohne Abozwang.

An einem Beispielprojekt werden die Basisfunktionen von Affinity Publisher gemeinsam erarbeitet. Der Kurs ist geeignet sowohl für Einsteiger, die ein neues Layoutprogramm erlernen wollen als auch für Umsteiger, die herausfinden wollen, ob sich schon jetzt der Wechsel von Adobe InDesign lohnt und dadurch der individuelle Arbeitsprozess erleichtert wird.

Die optimale Voraussetzung für diesen Kurs ist der sichere Umgang mit Windows oder MacOS.

Inhalt

- Import-Möglichkeiten bestehender InDesign-Dokumente
- Erklärungen zur Oberfläche von Affinity Publisher
- Master-Seiten erzeugen
- Rahmentext und Grafiktext
- Absatzformate und Textumbruch
- Bilder und andere Dateien platzieren
- Arbeiten mit Ebenen
- Bildbearbeitung innerhalb Affinity Publisher via Studiolink
- Affinity Publisher in Kombination mit Adobe Photoshop und Adobe Illustrator
- Daten sammeln und weitergeben
- PDF-Ausgabe

Anmeldeschluss: 12.04.2022

### 22F50164

Patrizia Kramer

dienstags und donnerstags, 26.04.2022 - 05.05.2022, 18:00 - 21:00 Uhr, 4 Abende

vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

250,00 Euro

VHeSpresso

## Adobe Photoshop – Einführungskurs

In diesem Kurs erlernen Sie die Grundlagen für den Einstieg in die digitale Bildbearbeitung. Die wichtigsten Funktionen und Photoshop-Werkzeuge werden vorgestellt, um Bilder zu optimieren und kreativ zu bearbeiten:

- Arbeitsoberfläche und Werkzeuge
- Bildgröße, Auflösung und Farbmodi
- Retusche und Kolorierung von Fotos
- Auswählen und Freistellen, Maskentechnik
- Arbeiten mit Farben
- Ebeneneffekte und -stile
- Korrektur von Farbe, Helligkeit, Kontrast, Sättigung und Schärfe
- Integration von Text
- Dateiformate, Ausgabe für die Anwendung in Print und Web, Komprimierung sinnvoll anwenden

Anmeldeschluss: 24.05.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

### 22F50165

Patrizia Kramer

dienstags und donnerstags, 07.06.2022 - 16.06.2022, 18:00 - 21:00 Uhr, 4 Abende

vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum

265,60 Euro

VHeSpresso



Software für  
vhs-Teilnehmende  
zum Sonderpreis.



## Bessere Fotos mit der Systemkamera

Üben Sie den richtigen Umgang mit einer digitalen Spiegelreflexkamera, einer digitalen Systemkamera oder einer digitalen Bridgekamera! Sie werden kompetent in Bildgestaltung, Bildaufbau und in die Einschätzung von Lichtverhältnissen eingeführt. Nach diesem Kurs fühlen Sie sich absolut vorbereitet für die professionelle Fotografie von Menschen, die Fotografie im Alltag, zu Familienfesten, unter Freunden, auf der Straße oder in der Natur. Auf einer Fotoexkursion wird das Besprochene in der Praxis geübt, die entstandenen Aufnahmen werden anschließend ausgewertet.

Bei größerer Nachfrage kann der Kurs vor Kursbeginn für mehr Teilnehmer geöffnet werden! Gern können Sie sich daher auf der Warteliste registrieren lassen. Bei einer Gruppe ab acht Teilnehmenden beträgt das Entgelt 68,00 €.

Mitzubringen: digitale Kamera und vorhandenes Zubehör

### 22F21501

André Helbig  
Samstag, 02.04.2022, 10:00 - 17:30 Uhr  
Sonntag, 03.04.2022, 10:00 - 17:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
84,00 Euro  
Kleingruppe

### 22F21502

André Helbig  
Samstag, 11.06.2022, 10:00 - 17:30 Uhr  
Sonntag, 12.06.2022, 10:00 - 17:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,  
Vortragsraum  
84,00 Euro  
Kleingruppe



## Bildbearbeitung – Gestalten mit Ebenen in Photoshop und Gimp

Ebenen sind in der digitalen Bildbearbeitung nicht mehr weg zu denken. Sie bilden die Grundlage für Bildmontagen, für das Erstellen von Collagen und für die Kombination mehrerer Elemente wie Bild und Text. Wir schauen uns an, wie Ebenen in Photoshop und Gimp funktionieren. Wir schauen uns Techniken an, mit denen man Bilder ineinander fließen lassen kann und kunstvolle Effekte erzeugt. Wir erstellen mit Hilfe von Text und Grafiken eine Visitenkarte, einen Flyer oder ein kunstvolles Plakat. Mit dieser praktischen Anwendung wird das Arbeiten mit Ebenen verdeutlicht.

Anmeldeschluss: 26.02.2022

### 22F50166

André Helbig  
Samstag, 05.03.2022, 10:00 - 18:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
58,00 Euro  
Kleingruppe

## Adobe Lightroom – die digitale Dunkelkammer

Lightroom ermöglicht Ihnen die Bildoptimierung von der Bildbeurteilung mit dem Histogramm über die Einstellung von Tiefen, Lichtern, Gradation und Farben bis hin zur Reparatur und Retusche. Lernen Sie weitere Möglichkeiten, die Sie durch Presets haben, kennen und wie Sie Ihrem Foto das gewisse Etwas verleihen. Lightroom vereint damit alle wichtigen Werkzeuge zur Verwaltung, Bearbeitung und zur Präsentation Ihrer Fotos.

Folgende Themen werden behandelt:

- Voreinstellungen des Programms, Fotos importieren und organisieren
- Metadaten und Kataloge, Grundlagen der Bildbearbeitung (Tonwertkorrektur, Farbverbesserung, Schärfen, Rauschreduzierung etc.)
- Kreative Bildlooks, Ausarbeitungen von Portraits, Landschafts- oder Nachtaufnahmen, HDR Look, Colorkey, Belichtungsprobleme
- von Farbe zu Schwarzweiß – Grundoptimierungen
- Export der bearbeiteten Fotos

Voraussetzungen: PC Kenntnisse, eigene Fotografien können mitgebracht werden

Anmeldeschluss: 18.03.2022

### 22F50167

N. N.  
Freitag, 25.03.2022, 17:00 - 20:00 Uhr  
Samstag, 26.03.2022, 09:00 - 15:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
80,00 Euro  
Kleingruppe

## Internetseitengestaltung

### Internetseitengestaltung mit Wordpress

Lernen Sie schnell und ohne Ballast, wie Sie mit Wordpress moderne Websites erstellen, verwalten und für Suchmaschinen optimieren. Unterstützt mit leicht verständlichen, praxisnahen Beispielen und Tipps, zeigen wir Ihnen, wie Sie clever und zielorientiert mit Wordpress innerhalb kurzer Zeit über Ihre eigene Website verfügen.

Sie lernen, wie in Wordpress ansprechende Websites erstellt und bearbeitet werden. Von der Wordpress-Installation über die Erstellung verschiedenster Inhalte mit dem neuen Gutenberg-Editor über das Design bis hin zur Auswahl von Plugins und der Anpassung der Website erfahren Sie alles Wissenswerte.

Aus dem Inhalt:

- Wordpress installieren
- das Dashboard
- Blogbeiträge und Seiten mit dem Gutenberg-Editor erstellen und verwalten
- Bilder, Audio, Video
- Plugins und Widgets nutzen
- Themes nutzen und anpassen
- Suchmaschinenoptimierung

Anmeldeschluss: 12.03.2022

#### 22F50301

Patrizia Kramer

dienstags und donnerstags, 22.03.2022 - 31.03.2022, 18:00 - 21:00 Uhr, 4 Abende  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
268,00 Euro  
VHeSpresso

## WordPress-Webseiten ins Internet bringen

WordPress ist auch 2022 noch das Content-Management-System (CMS) der Wahl für kleine und mittelgroße Webseiten. Es ist ohne Programmierkenntnisse leicht zu bedienen und zu erlernen. Wir schauen uns gemeinsam an, was rund um die Installation und Pflege der eigenen Webseite beachtet werden sollte. Im Mittelpunkt stehen Fragen, die beim Aufbau einer Webseite mit Wordpress immer wieder auftauchen.

- Was ist bei der Auswahl des Hosters zu beachten?
- Wie funktioniert die Installation?
- Welche Pflichtangaben gehören auf eine gute Website?
- Welches Theme eignet sich für die Website?
- Auf welche Plugins sollte nicht verzichtet werden?
- Welche Rolle spielt Suchmaschinenoptimierung?

Anmeldeschluss: 25.03.2022

#### 22F50302

Patrizia Kramer

Dienstag, 05.04.2022, 18:00 - 21:00 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
65,00 Euro  
VHeSpresso

## vhsOffice / Büromanagement / Tastschreiben

### Tastschreiben aktiv – Sicher und einfach schreiben lernen (online)



Die Beherrschung der Tastatur bildet die Grundlage aller Eingaben am PC. Sie sparen sehr viel Zeit, wenn Sie Texte und Zahlen blind mit 10 Fingern erfassen können. Nach diesem Kurs beherrschen Sie die professionelle Texterfassung mit 10 Fingern und zusätzlich die DIN-gerechte Gestaltung von Briefen und E-Mails. Damit erwerben Sie eine der nützlichsten Fertigkeiten zur beruflichen und privaten Nutzung des Computers. Der Kurs ist perfekt für Sie, wenn Sie:

- das Zehnfingerschreiben am PC systematisch, sicher und auf abwechslungsreiche Weise erlernen möchten
- Ihre vorhandenen Kenntnisse vertiefen und erweitern möchten
- in Ihrem Beruf auf den schnellen Umgang mit dem PC angewiesen sind
- sich als Schüler:innen und Berufseinsteiger:innen sowie als Studierende auf Ihre Berufstätigkeit vorbereiten möchten
- auch außerhalb des Berufs schnell und sicher Texte verarbeiten möchten

Dieser Kurs wird in der vhs.cloud durchgeführt.

Unmittelbar nach diesem Kurs kann ein Aufbautraining zur Steigerung der Schreibgeschwindigkeit besucht werden. Es findet im selben Rhythmus wie der Grundkurs statt. Dieser Aufbautraining umfasst 4 Abende mit insgesamt 12 UE. Entgelt: 60,00 € (Mindestteilnehmendenzahl: 5)

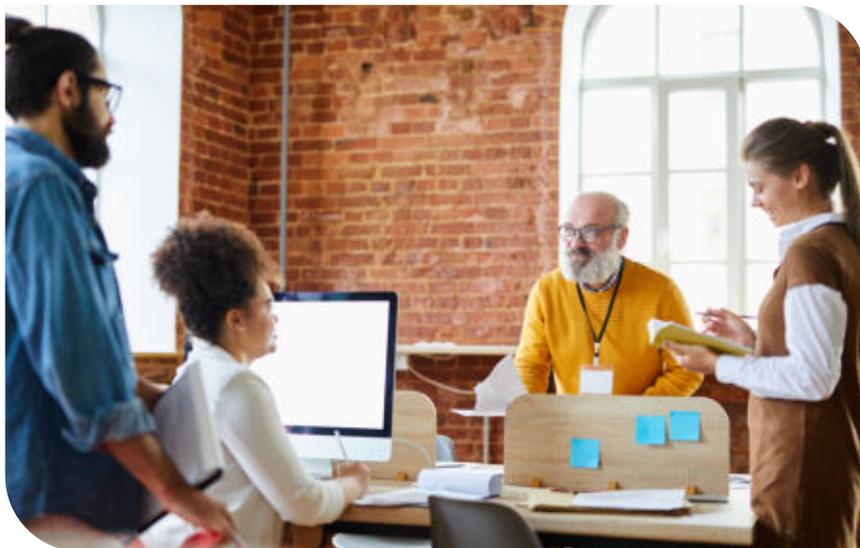
Anmeldeschluss: 22.02.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

#### 22F50401

Heidrun Rau

dienstags und donnerstags,  
01.03.2022 - 31.03.2022,  
18:00 - 19:30 Uhr, 10 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
95,00 Euro



## Tastschreiben aktiv – Sicher und einfach schreiben lernen

Inhalte siehe Kurs 22F50401

Anmeldeschluss: 26.04.2022

### 22F50402

Angelika Riedl

dienstags und donnerstags, 03.05.2022 - 24.05.2022, 17:00 - 19:15 Uhr, 7 Abende  
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
95,00 Euro

## Tastschreiben aktiv – Trainingskurs

Aufbautraining zur Steigerung der Schreibgeschwindigkeit mit internem Test in einer 10-Minuten Abschrift. – Im Anschluss an Kurs 22F50402

### 22F50402A

Angelika Riedl

Termin auf Anfrage  
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
60,00 Euro  
Kleingruppe

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

Möchtest Du das Schreiben mit 10 Fingern auf der PC-Tastatur erlernen? Dieser Kurs bietet dir die Möglichkeit, auf spannende Art und Weise die 10-Finger-Schreibweise zu trainieren. Anhand von Musik und Geschichten wird Dir nach dieser Woche die Nutzung der Tastatur wie das Essen mit Messer und Gabel vorkommen. Aber auch der Spaß, das Spiel und die Entspannung sollen in diesem Ferien-Ganztagesangebot nicht zu kurz kommen. Lass Dich überraschen!

Zielgruppe: Schüler der Klassenstufen 5 bis 7, Sekundarstufe I

Anmeldeschluss: 11.07.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

### 22F50410

Heidrun Rau

montags - freitags, 18.07.2022 - 22.07.2022, 09:00 - 14:30 Uhr, 5 Tage  
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
99,50 Euro  
(bereits ermäßigtes Entgelt)

Anmeldeschluss: 15.08.2022

### 22F50411

Isabel Hausmann

montags - freitags, 22.08.2022 - 26.08.2022, 09:00 - 14:30 Uhr, 5 Tage  
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
99,50 Euro  
(bereits ermäßigtes Entgelt)

## Berufliche Korrespondenzen nach DIN

Der Kurs vermittelt die grundlegenden Regeln beim Verfassen von geschäftlichen Briefen und E-Mails.

Dabei werden die gängigen Normen ebenso erläutert wie Fallstricke der deutschen Rechtschreibung.

Die Vorgehensweise beim Erstellen von Briefen wird am PC praktisch erprobt.

- Geschäftsbriefe und E-Mails nach DIN 5008
- Gestaltung von Briefen
- Zeichensetzung, Zahlen und Abkürzungen
- Silbentrennung, Trennstriche und Gedankenstriche
- Klar und verständlich kommunizieren

Für dieses Seminar sind keine fachspezifischen Vorkenntnisse erforderlich. Im Anschluss an das Seminar kann eine Xpert Business-Prüfung abgelegt werden.

Anmeldeschluss: 21.02.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

### 22F50420

Carola Lück

montags und mittwochs, 28.02.2022 - 14.03.2022, 17:00 - 19:15 Uhr, 5 Abende  
vhs-Gebäude, Volksbad PC-Raum  
240,00 Euro  
VHeSpesso



## Büroorganisation und -kommunikation

Dieses Seminar vermittelt grundlegende Kenntnisse der Büroorganisation.

Es werden folgende Themen behandelt:

- Arbeitsraum- und Arbeitsplatzgestaltung
- Informationsverarbeitung und Office-Management
- Ordnen und Speichern von Informationen
- Schriftgutverwaltung
- Protokollführung

Für dieses Seminar sind keine fachspezifischen Vorkenntnisse erforderlich. Im Anschluss an das Seminar kann eine Xpert Business-Prüfung abgelegt werden.

Anmeldeschluss: 06.06.2022

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist bereits im Kursentgelt enthalten.

### 22F50421

Angelika Riedl

montags und mittwochs, 13.06.2022 - 27.06.2022, 17:00 - 19:15 Uhr, 5 Abende  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
230,00 Euro  
VHeSpesso

**VHeSpesso**  
2 - 4 Teilnehmende.  
Durchführungsgarantie ab  
2 Teilnehmenden, wird nicht  
geöffnet. Keine Ermäßigung.



# XPERT Business Akademie Thüringen



Ihr kaufmännisches Schulungsangebot in Thüringen mit Durchführungsgarantie! Ein Kooperationsprojekt von Volkshochschulen in Thüringen unter der Leitung der vhs Jena.

Sie suchen eine qualifizierte kaufmännische Weiterbildung vor Ort, dann ist das Angebot der „Xpert Business Akademie Thüringen“ genau richtig für Sie.

Buchen Sie Ihre Weiterbildung über Ihre Volkshochschule vor Ort. Die Veranstaltungen finden als online-Seminar sog. „Webinar“ statt. Ein zubuchbares persönliches Coaching in Ihrer vhs rundet die Qualifizierung ab und bereitet Sie professionell auf Ihre Prüfung vor.



## Die Weiterbildung können Sie mit folgenden Abschlüssen beenden:

- **Zertifikat** für den einzelnen Kurs (Fachthema)
- **Fachkraft** (Finanzbuchführung, Internes und Externes Rechnungswesen, Lohn und Gehalt, Büromanagement)
- **Buchhalter** (Finanzen, Personal und Lohn, Finanzen und Lohn)
- **Manager Betriebswirtschaft** (Rechnungswesen und Controlling, Rechnungswesen, Lohn, Controlling)

Xpert Business Abschlüsse   Betriebswirtschaft									
	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter*in (XB)			Manager*in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter*in	Personal- und Lohnbuchhalter*in	Finanz- und Lohnbuchhalter*in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen   Lohn   Controlling
Finanzbuchführung (1)	✓*	✓*							✓
Finanzbuchführung (2)	✓		✓*		✓		✓	✓	✓
Finanzbuchführung (3) EDV	✓				✓		✓		✓
Bilanzierung			✓		✓ alternativ		✓ alternativ	✓	✓
Finanzwirtschaft		✓*			✓ alternativ		✓ alternativ	✓	✓
Kosten- und Leistungsrechnung		✓			✓		✓	✓	✓
Controlling		✓						✓	✓
Betriebliche Steuerpraxis			✓					✓	✓
Lohn und Gehalt (1)				✓*				✓	✓
Lohn und Gehalt (2)				✓		✓	✓		✓
Lohn und Gehalt (3) EDV				✓		✓	✓		✓
Personalwirtschaft						✓			✓
Personale Kompetenzen									✓



Mehr Informationen erhalten Sie im Internet und auf der Informationsveranstaltung.



## Xpert Business Akademie Thüringen

– alle Angebote stammen aus dem Xpert Business Lernnetz –

### Xpert Business – Infoveranstaltung – (Hybrid)



#### 22F50500

Christian Ziege

Montag, 21.02.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum  
und online in der vhs.cloud  
entgeltfrei



### Finanzbuchführung 1

Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z.B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. Sie sind in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

#### 22F50501

Webinar

dienstags und donnerstags, 08.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

#### 22F50530

Intensivlehrgang – Webinar

Montag-Freitag, 07.02.2022-18.02.2022, 09:00 - 13:00 Uhr, 14 Vormittage  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

#### 22F50550

Videolehrgang – Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden!  
20 Einheiten zu je 120 Minuten  
vhs, Videolehrgang  
295,00 Euro

### Finanzbuchführung 2

Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Voraussetzung: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

#### 22F50502

Webinar

dienstags und donnerstags, 08.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

#### 22F50532

Intensivlehrgang – Webinar

Montag-Freitag, 21.02.2022-04.03.2022, 09:00 - 13:00 Uhr, 14 Vormittage  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

#### 22F50551

Videolehrgang – Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden!  
20 Einheiten zu je 120 Minuten  
vhs, Videolehrgang  
295,00 Euro



## Bildungs-Partner

### Finanzbuchführung 3 mit DATEV

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Voraussetzung: Kenntnisse, wie in den Kursen „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt!

#### 22F50512

Webinar

dienstags und donnerstags, 22.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 16 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

#### 22F50561

Videolehrgang – Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden!  
16 Einheiten zu je 120 Minuten  
vhs, Videolehrgang  
295,00 Euro

## Finanzbuchführung 3 mit LEXWARE

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware Lexware anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen, wie z.B. Summen und Saldenlisten, OP-Listen und USt-Voranmeldung zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Kursinhalte:

- Eingabe/Übernahme von Eröffnungsbilanzen
- Buchen der täglichen Geschäftsvorfälle
- Drucken von Auswertungen
- Mahnwesen und Zahlungsvorschlag
- Periodenabschluss

Voraussetzung: Kenntnisse, wie in den Kursen „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt!

### 22F50514

Webinar

dienstags und donnerstags, 22.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 16 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

## Lohn und Gehalt 1

Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

### 22F50503

Webinar

dienstags und donnerstags, 08.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

### 22F50531

Intensivlehrgang – Webinar

Montag-Freitag, 07.02.2022-18.02.2022,  
09:00 - 13:00 Uhr, 14 Vormittage  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

### 22F50552

Videolehrgang - Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden!  
20 Einheiten zu je 120 Minuten  
vhs, Videolehrgang  
295,00 Euro

## Lohn und Gehalt 2

Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.

Voraussetzung: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1“ vermittelt.

### 22F50504

Webinar

dienstags und donnerstags, 08.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

### 22F50533

Intensivlehrgang - Webinar

Montag-Freitag, 21.02.2022-04.03.2022,  
09:00 - 13:00 Uhr, 14 Vormittage  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

### 22F50553

Videolehrgang – Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden!  
20 Einheiten zu je 120 Minuten  
vhs, Videolehrgang  
295,00 Euro

**LEXWARE**

## Lohn und Gehalt 3 mit DATEV

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Voraussetzung: Kenntnisse, wie in den Kursen „Lohn und Gehalt 1 und 2“ vermittelt!

### 22F50513

Webinar

dienstags und donnerstags, 22.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 16 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

### 22F50562

Videolehrgang – Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden!  
16 Einheiten zu je 120 Minuten  
vhs, Videolehrgang  
295,00 Euro



## Lohn und Gehalt 3 mit LEXWARE

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software Lexware anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Kursinhalte:

- Institutionsdaten verwalten
- Anlegen von Lohnarten
- Anlegen von Firmen- und Mandantenstammdaten
- Durchführen von Lohn- und Gehaltsabrechnungen
- Ausgeben von Auswertungen
- Lohnjournale
- Bescheinigungen erstellen

Voraussetzung: Kenntnisse, wie in den Kursen „Lohn und Gehalt 1 und 2“ vermittelt!

### 22F50515

Webinar

dienstags und donnerstags, 22.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 16 Abende vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

## Einnahmen-Überschuss-Rechnung

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschuss-Rechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

### 22F50505

Webinar

dienstags und donnerstags, 08.03.2022 - 26.04.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 11 Abende vhs, virtueller Klassenraum  
185,00 Euro

### 22F50554

Videolehrgang – Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden!  
11 Einheiten zu je 120 Minuten  
vhs, Videolehrgang  
185,00 Euro

## Kosten- und Leistungsrechnung

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

Voraussetzung: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

### 22F50506

Webinar

dienstags und donnerstags, 08.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

### 22F50555

Videolehrgang – Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden!  
20 Einheiten zu je 120 Minuten  
vhs, Videolehrgang  
295,00 Euro

## Finanzwirtschaft

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse des Zahlungsverkehrs, der Finanzierung und stellt verschiedene Anlageformen vor. Sie lernen, wie sich ein Unternehmen finanziert, wie sich der Kapitalbedarf eines Unternehmens ermittelt und nach welchen Regeln Fremd- und Eigenkapital beschafft und eingesetzt werden kann. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Liquidität eines Unternehmens über verschiedene Instrumente und Maßnahmen gezielt planen und steuern.

Voraussetzung: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

### 22F50507

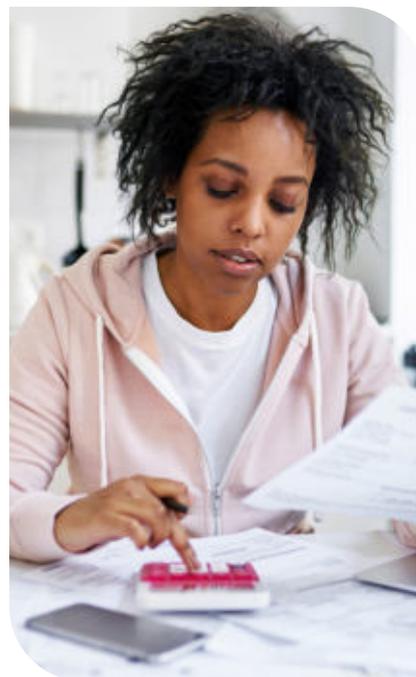
Webinar

dienstags und donnerstags, 08.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

### 22F50556

Videolehrgang - Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden!  
20 Einheiten zu je 120 Minuten  
vhs, Videolehrgang  
295,00 Euro



## Bilanzierung

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen. Darüber hinaus erhalten Sie Einblicke in die Konzernrechnungslegung und die internationale Rechnungslegung.

Voraussetzung: Kenntnisse, wie in den Kursen „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.

### 22F50508

Webinar

dienstags und donnerstags, 08.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

### 22F50557

Videolehrgang – Webinar

Der Kurs kann individuell gestartet werden!  
20 Einheiten zu je 120 Minuten  
vhs, Videolehrgang  
295,00 Euro



## Controlling

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens. Er stellt die Ziele eines Controllings dar und führt in die wichtigsten Controllinginstrumente und -methoden ein. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie wichtige Unternehmensziele explizit und messbar formulieren und die Zielerreichung überwachen. Sie lernen für alle Bereiche des Unternehmens im Falle von Zielabweichungen, Handlungsalternativen und Gegenmaßnahmen zu entwickeln.

Voraussetzung: Kenntnisse, wie in den Kursen „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.

### 22F50509

Webinar  
dienstags und donnerstags, 08.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

### 22F50558

Videolehrgang – Webinar  
Der Kurs kann individuell gestartet werden!  
20 Einheiten zu je 120 Minuten  
vhs, Videolehrgang  
295,00 Euro

## Betriebliche Steuerpraxis

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt werden sowie wie entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z.B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

### 22F50510

Webinar  
dienstags und donnerstags, 08.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

### 22F50559

Videolehrgang – Webinar  
Der Kurs kann individuell gestartet werden!  
20 Einheiten zu je 120 Minuten  
vhs, Videolehrgang  
295,00 Euro

## Personalwirtschaft

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen insbesondere kleine und mittelgroße Unternehmen die Vorteile, ihre Mitarbeiter/innen zielgerichtet einsetzen und leiten zu können. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

### 22F50511

Webinar  
dienstags und donnerstags, 08.03.2022 - 31.05.2022, 18:30 - 20:30 Uhr, 20 Abende  
vhs, virtueller Klassenraum  
295,00 Euro

### 22F50560

Videolehrgang - Webinar  
Der Kurs kann individuell gestartet werden!  
20 Einheiten zu je 120 Minuten  
vhs, Videolehrgang  
295,00 Euro



## Unsere Infektionsschutzregeln

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

## Softskills – Berufliche Grundkompetenzen

Angebote der Marke „Xpert personal business skills“

Ihre Vorteile:

- Xpert personal business skills bringen Sie beruflich und privat weiter.
- Sie erlernen genau die Fähigkeiten, die der Arbeitsmarkt fordert.
- Sie begeistern, motivieren und überzeugen Ihre Gesprächspartner:innen.
- Der Umgang mit anderen verbessert sich und Sie kommunizieren geschickter im Team.
- Sie gewinnen an Souveränität.
- Ihre Arbeit gewinnt an Qualität.

Unsere Qualität:

- Anerkannte Module mit verbindlichen Zielen und Inhalten.
- Bundesweit einheitliche Prüfungen.
- Aktuelle Seminarunterlagen (Lehrbücher) zu jedem Modul.
- Eine optionale Online-Prüfung liefert sofortige Prüfungsergebnisse.
- Erhalt der Zertifikate nach 14 Tagen.
- Die Kombination aus theoretischer Prüfung und praxisnahem Kurs überzeugt Unternehmen.

Prüfungsmöglichkeiten:

Sie können jeden Kurs mit einer eigenen Prüfung abschließen.

In Verbindung mit einer qualifizierten Teilnahmebescheinigung der vhs haben Sie einen wertvollen Nachweis über Ihre theoretischen Kenntnisse und praktischen Fähigkeiten in der Hand.

Die Online-Prüfung findet unter Aufsicht in Ihrer Volkshochschule statt und dauert 45 Minuten. Preisinformationen erhalten Sie in der vhs.

## Projekte organisieren (Projektmanagement)

Phasen eines Projektes mit den jeweiligen Aufgaben der Projektplanung

- Sicher umgehen mit Planungsinstrumenten (z. B. Balkendiagramm, Meilensteinplanung)
- Projekte erfolgreich aufsetzen und starten
- Eigene Projekte strukturieren und koordinieren
- Projektphasen und Schwerpunkte planen, steuern und kontrollieren
- Projektwerkzeuge kennen
- Den kritischen Pfad eines Projektes erkennen
- Teams bilden und Rollen zuweisen
- Im Projektteam kommunizieren und zusammenarbeiten

Anmeldeschluss: 05.03.2022

### 22F50601

René Knizia

Samstag, 12.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 13.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

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

266,00 Euro

VHeSpresso

## Zeit optimal nutzen (Zeitmanagement)

Den Selbstmanagement-Regelkreislauf verinnerlichen

- Ziele setzen nach smart
- Verständnis für den Zusammenhang zwischen Selbst-, Zeit- und Stressmanagement bekommen
- Den zielgerichteten bzw. bewussten und praktischen Einsatz von Prioritätenmodellen (z.B. ABC-Analyse; Eisenhower Prinzip oder Pareto-Prinzip) und Planungsregeln erlernen
- Den bewussten Umgang mit Fremd- und Selbstbestimmung trainieren
- Gegenstrategien für Zeitdiebe und Zeitfresser entwickeln

Anmeldeschluss: 26.03.2022

### 22F50602

René Knizia

Samstag, 02.04.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 03.04.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

vhs, Paradiesstr. 6, SR 3

266,00 Euro

VHeSpresso

## Wirksam vortragen

Aufbau und Funktionsweise von Kommunikation in Vortragssituationen

- Verschiedene Arten der Informationsvermittlung
- Visualisierung und anschaulicher Redeaufbau
- Training des zielgerichteten bzw. bewussten und praktischen Einsatzes von Fünf-Satz als Strukturmittel und Körpersprache im Vortrag
- Aufbau von Spannungsbögen
- Effiziente Vorbereitung
- Lampenfieber überwinden

Anmeldeschluss: 07.05.2022

### 22F50603

René Knizia

Samstag, 14.05.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 15.05.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

vhs-Gebäude, Grietgasse 17a,

Seminarraum

266,00 Euro

VHeSpresso

## Erfolgreich verhandeln

Aufbau und Funktionsweise von Kommunikation

- Zielgerichteter bzw. bewusster und praktischer Einsatz von Körpersprache, aktivem Zuhören und Fragetechniken
- Aufbau von Verhandlungen
- Aufbau von Argumentationsstrategien
- Bewertung und Entkräftung von Argumenten

Anmeldeschluss: 04.06.2022

### 22F50604

René Knizia

Samstag, 11.06.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 12.06.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

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

266,00 Euro

VHeSpresso



## Konflikte lösen

Aufbau und Funktionsweise von Kommunikation – Wie kommt es zu Konflikten?

- Praktischer Einsatz von deeskalierenden Gesprächstechniken
- Aufbau von Konfliktlösungsgesprächen (z. B. nach KAUB)
- Ich-Botschaften
- Kritikregeln
- Aufbau von Konfliktschrauben und Deeskalationsstrategien
- Den Umgang mit Toleranz und Akzeptanz verinnerlichen
- Kreative Konfliktlösungen entwickeln
- Win-Win-Gedanke

Anmeldeschluss: 25.06.2022

### 22F50605

René Knizia

Samstag, 02.07.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

Sonntag, 03.07.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

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

266,00 Euro

VHeSpresso



vhs@Beutenberg

### Bitte beachten Sie:

Die Anmeldung und die Rechnungslegung zu diesen Kursen erfolgt direkt über den Beutenberg Campus e.V. (weiterbilden@beutenberg.de) oder im Internet unter <https://www.beutenberg.de/karriere/weiterbildung/>



## Ins beste Licht gerückt – Präsentieren wie ein Profi

Die professionelle Präsentation ist heute das Handwerkszeug aller, die, ob gewollt oder nicht, im Rampenlicht stehen. Die Art und Weise wie Sie agieren bestimmt, ob sich Eltern für ihre Kindertagesstätte oder Sie als Tagesmutter entscheiden, ob Team und Vorgesetzter einen kompetenten Eindruck gewinnen, ob Reden für sich sprechen. Dabei präsentieren wir öfters als wir denken und manchmal lieb ist.

In diesem Seminar erfahren Sie vieles, was Sie für eine gelungene Präsentation benötigen.

Anmeldeschluss: 24.02.2022

### 22F50606

René Knizia

Donnerstag, 03.03.2022, 18:30 - 22:00 Uhr

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

25,00 Euro

## Excel – Tipps und Tricks

Verschaffen Sie sich einen Überblick über effizientes und zeitsparendes Arbeiten mit MS Excel. In diesem Workshop zeigen wir Ihnen zahlreiche Tricks und Kniffe für den alltäglichen Gebrauch.

Inhalte:

- Umgang mit großen Tabellen (Ansicht, Druck, Sortieren, Filtern)
- Druckoptimierung
- Einrichtung einfacher Drop-Down-Listen
- Vorlagen erstellen und nutzen, Schutz von Formeln
- Nutzung von Namen zur vereinfachten Handhabung von Zellen und Zellbereichen
- Bedingtes Format
- Intelligente Tabellen

### 22F52007

Carola Lück

Dienstag, 22.02.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

Technologie- und Innovationspark Jena,  
Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum

170,00 €, Rechnungslegung erfolgt über den Beutenberg Campus e.V.

## Formulare mit Word und Excel erstellen

In diesem Workshop wird Ihnen gezeigt, welche Möglichkeiten Sie zur Formularerstellung in der Textverarbeitung bzw. Tabellenkalkulation besitzen und wie Sie es professionell zum Einsatz bringen.

Inhalt:

Word:

- Erstellung und Nutzung von Vorlagen in Word und Excel
- Nutzung von Formularelementen und Schutz von Dokumenten
- Spezielle Felder zur Dokumentautomatisierung

Excel:

- Nutzung von professionellen Formularelementen und deren Ansteuerung über Excel
- Druckeinstellungen und Funktionen zur Auswertung von Formulareingaben
- Möglichkeiten zum Schutz von Blättern und Mappen

### 22F52008

Carola Lück

Dienstag, 08.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

Technologie- und Innovationspark Jena,  
Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum

170,00 €, Rechnungslegung erfolgt über den Beutenberg Campus e.V.

## Affinity Publisher – Ein professionelles Layoutprogramm

In diesem Workshop wird das neue Layoutprogramm Affinity Publisher von Serif vorgestellt. Die Vorteile der Software gegenüber InDesign sind vor allem die Geschwindigkeit und der vergleichsweise günstige Erwerb ohne Abozwang.

An einem Beispielprojekt werden die Basisfunktionen von Affinity Publisher gezeigt, welche den Wechsel von Adobe InDesign erleichtern.

Voraussetzungen für diesen Workshop sind der sichere Umgang mit Windows oder MacOS sowie Grundkenntnisse in Adobe InDesign oder einem anderen Layoutprogramm.

Inhalt:

- Import-Möglichkeiten bestehender InDesign-Dokumente
- Erklärungen zur Oberfläche von Affinity Publisher
- Master-Seiten erzeugen
- Rahmentext und Grafiktext
- Absatzformate und Textumbruch
- Bilder und andere Dateien platzieren
- Arbeiten mit Ebenen
- Bildbearbeitung innerhalb Affinity Publisher via Studiolink
- Affinity Publisher in Kombination mit Adobe Photoshop und Adobe Illustrator
- Daten sammeln und weitergeben
- PDF-Ausgabe

Vorab können gern Fragen eingereicht werden, um Ablauf und Inhalt des Workshops teilnehmendengerechter zu planen.

### 22F52009

Patrizia Kramer

Dienstag, 15.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr  
Technologie- und Innovationspark Jena, Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum 170,00 €, Rechnungslegung erfolgt über den Beutenberg Campus e.V.



## Excel – Häufig genutzte Funktionen

Die Vielfalt der Funktionen im Tabellenkalkulationsprogramm Excel ist enorm. Viele Arbeitsschritte lassen sich bei einem professionellen Einsatz erleichtern. Die häufigsten Funktionen und deren Einsatzmöglichkeiten wollen wir in diesem Workshop aufzeigen.

Inhalt:

- Allgemeine Syntax und Eingabemöglichkeiten
- Autofunktionen, laufende Summe
- Unterschied von Runden und Formatieren, verschiedene Rundungsmöglichkeiten
- Fehlersuche und Fehlerbehandlung
- Arbeit mit geschachtelten Funktionen
- Kurzeinblick in Datums- und Zeitfunktionen sowie Textfunktionen

### 22F52010

Carola Lück

Dienstag, 22.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr  
Technologie- und Innovationspark Jena, Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum 170,00 €, Rechnungslegung erfolgt über den Beutenberg Campus e.V.

## Excel – Wenn-Funktion und Sverweis

In diesem Workshop zeigen wir Ihnen praxisnah den Einsatz von zwei speziellen Funktionen für die Datenanalyse und Auswertung.

Voraussetzung: Sicherer Umgang mit verschiedenen Zellbezügen (\$)

Inhalt:

- Nutzung der WENN-Funktion mit Einblick in verschiedene Funktionsgruppen, die für die Formulierung der Bedingung in der Wenn-Funktion nötig sein können
- Verkettung von mehreren Bedingungen, geschachtelte Wenn-Funktion zur Prüfung von mehr als zwei Fällen
- Automatisches Suchen von genauen Werten aus einer Tabellen oder Einordnen von Daten in Bereiche mit dem SVERWEIS

### 22F52011

Carola Lück

Dienstag, 05.04.2022, 09:00 - 16:00 Uhr  
Technologie- und Innovationspark Jena, Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum 170,00 €, Rechnungslegung erfolgt über den Beutenberg Campus e.V.

## Adobe Photoshop CS6

In diesem Workshop geht es ganz praktisch um die professionelle Bearbeitung digitaler Bilder.

Erweiterte Grundlagen

- Übersicht über Bilddatenformate
- Überblick über verfügbare Werkzeuge
- Prinzipien der Bildoptimierung
- Umgang mit Ebenen und Ebenenmasken
- Nutzung von Auswahl- und Klonwerkzeugen

### 22F52012

Jonas Tegtmeyer

Donnerstag, 24.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr  
Technologie- und Innovationspark Jena, Hans-Knöll-Straße 6, Konferenzraum 170,00 €, Rechnungslegung erfolgt über den Beutenberg Campus e.V.



## Grundbildung | Schulabschlüsse



# Grundbildung | Schulabschlüsse

122 Alphabetisierung | Grundbildung

123 Schulabschlüsse

## Liebe Teilnehmende und Interessierte,

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

Ihr vhs-Team



Leiterin der vhs  
**Dr. Angela Anding**  
Fachbereichsleiterin Alphabetisierung  
Telefon 03641 498210  
angela.anding@jena.de



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



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

### Kursgrößen und Bezeichnungen:

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

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

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

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

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

## Alphabetisierung / Grundbildung

Allein in Thüringen leben ca. 160.000 deutschsprachige Erwachsene, die nicht oder nur sehr wenig lesen und schreiben können. Bedenklich ist auch die Tatsache, dass in Deutschland jährlich fast 50.000 junge Menschen die Schule ohne Abschluss verlassen und somit vom Erwerb berufsbezogener Grundkompetenzen so gut wie ausgeschlossen sind.

Für Analphabeten sind Zeitungs- und Buchtexte so wenig verständlich wie für die meisten Bundesbürger chinesische Schriftzeichen. Wer die Schriftsprache nicht kennt, benutzt sie nicht. Das verringert für die Betroffenen nicht nur die Chancen auf dem Arbeitsmarkt, sondern beeinträchtigt auch ihre Lebensqualität und ihre gesellschaftliche Integration.



### Weiterführende Links zum Thema:

Menschen mit deutscher Muttersprache, die Schwierigkeiten mit dem Lesen und Schreiben haben, erhalten im „vhs-Lernzentrum Lesen und Schreiben“ eine zweite Chance, sich diese Grundkompetenz anzueignen.

[www.alphabetisierung.de](http://www.alphabetisierung.de)  
[www.mein-schlüssel-zur-welt.de](http://www.mein-schlüssel-zur-welt.de)  
[www.vhs-lernportal.de](http://www.vhs-lernportal.de)  
[www.ichance.de](http://www.ichance.de)  
[www.alphabuendnis.de](http://www.alphabuendnis.de)  
[www.grundbildung.de](http://www.grundbildung.de)  
[www.alphabund.de](http://www.alphabund.de) (AlphaKommunal – Kommunale Strategie für Grundbildung)  
<https://www.alphagrund-projekt.de/> (Arbeitsplatzbezogene Grundbildung für Unternehmen)  
<https://blogs.epb.uni-hamburg.de/leo/> (Hier finden Sie die Ergebnisse der leo-Studie 2018 zum Thema: »Literalität von Erwachsenen auf den unteren Kompetenz-niveaus«)

Unsere Volkshochschule bietet Kurse an, in denen Erwachsene lesen und schreiben lernen können. Hier können sie in kleinen und persönlichen Gruppen und mit fachgerechter Unterstützung genau das lernen, was sie für Alltag oder Beruf an Lese- und Schreibkenntnissen brauchen. In einem ersten Beratungsgespräch informieren wir ausführlich über das Kursangebot und die Kursinhalte. Wir beraten diejenigen, die einen Kurs besuchen wollen, aber auch alle anderen, die sich mit dem Thema beschäftigen. Bei der Beratung wird selbstverständlich die volle Anonymität gewahrt, sie ist vertraulich und kostenfrei! Wenn Sie Personen aus Ihrer Bekanntschaft, Verwandtschaft oder aus Ihrem Arbeitsumfeld kennen, die nicht ausreichend lesen und schreiben können, dann ermutigen Sie diese doch, sich an der vhs beraten zu lassen.

**Ansprechpartnerin: Dr. Angela Anding**  
Telefon 03641 498210  
E-Mail: [angela.anding@jena.de](mailto:angela.anding@jena.de)

**Weitere Informationen erhalten Sie unter:**  
[www.vhs-th.de/alphabetisierung](http://www.vhs-th.de/alphabetisierung)



## Lernen am Telefon

### Besser Lesen, Schreiben und Rechnen für Erwachsene

#### So funktioniert es:

1. Rufen Sie die kostenfreie Telefonnummer 0800 89 89 789 an.
2. Sie bekommen eine persönliche Lehrkraft, mit der Sie abstimmen, was und wie häufig Sie lernen wollen.
3. Anschließend erhalten Sie Übungen über Internet, E-Mail und Post. Diese bearbeiten Sie alleine oder gemeinsam am Telefon.
4. Sie erhalten ein regelmäßiges Feedback und führen Gespräche zu Ihrem Lernfortschritt.

#### Kosten?

Lernen am Telefon ist ein kostenfreies Lernangebot und wird durch den Thüringer Volkshochschulverband e.V. koordiniert.

#### Wer?

Erwachsene, die Schwierigkeiten mit dem Lesen, Schreiben und Rechnen haben.

### Thüringer Grundbildung-Hotline: 0800 89 89 789

#### Machen Sie den ersten Schritt!

Sie möchten besser lesen, schreiben, rechnen können oder sicherer am Computer bzw. Smartphone werden? In Thüringen gibt es zahlreiche Lernangebote – auch in Ihrer Nähe. Informationen erhalten Sie bei der Thüringer Grundbildung-Hotline.

#### Beratungszeiten:

Dienstag, Mittwoch und Donnerstag von 10:00 – 15:00 Uhr

#### Kostenfreie Hilfen:

Telefonberatung, Kurse, Lern-Café, Lernen am Telefon, Online-Lernen

### Alphabetisierung für Anfänger und Fortgeschrittene

Einstieg laufend möglich

#### 21H607001

Marita Reinhardt, mittwochs und donnerstags, 23.02.2022 - 22.06.2022, 16:00 - 17:30 Uhr, 30 Nachmittage, vhs-Gebäude, Volksbad Multimedia-Raum, 65,50 Euro

## Schulabschlüsse

### Allgemeine Hinweise

Die vhs bereitet Sie mit diesen Kursen für den Erwerb eines externen Schulabschlusses nur auf die Prüfungen vor! Sie erhalten das Zeugnis von einer staatlichen Schule (vollwertiger Abschluss). Es gibt keine Vornoten: Prüfungsnoten = Endnoten!

- Unterricht: Montag - Freitag ab 17:00 Uhr / teilweise samstags
- Unterrichtsort: Staatliches Gymnasium oder Gemeinschaftsschule
- Kosten: ca. 1.100,00 € pro Schuljahr
- Achtung: Das Lehrmaterial wird als e-Book zur Verfügung gestellt. Ein mobiles Endgerät (Laptop, Tablet) ist hierfür erforderlich!

### Bei der Anmeldung sind bitte vorzulegen:

- Kopie des letzten Zeugnisses der allgemeinbildenden Schule (Zeugnis 8. Klasse oder Hauptschulabschluss oder Realschulabschluss)
- Formloser Antrag mit Anschrift, E-Mail und Telefonnummer
- Tabellarischer Lebenslauf mit Passbild

### Erwerb des Hauptschulabschlusses – Vorbereitungskurs\*

#### Zugangsvoraussetzungen:

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Sie sind nicht Schüler:in einer Regelschule, einer Gemeinschaftsschule, eines Gymnasiums, einer Gesamtschule, einer Förderschule, einer Berufsschule oder einer Berufsfachschule.
- Sie haben Ihre 10-jährige Schulpflicht absolviert.

#### Unterrichts-/Prüfungsfächer sind:

- im schriftlichen Teil Deutsch, Mathematik, Englisch
- im mündlichen Teil Naturwissenschaft sowie Sozialkunde
- im praktischen Teil: Wirtschaft-Recht-Technik

#### Kursdauer:

ein Schuljahr  
4 oder 5 Abende wöchentlich  
17:00 - 21:00 Uhr



### Erwerb des Realschulabschlusses (Mittlere Reife) – Vorbereitungskurs\*

#### Zugangsvoraussetzungen:

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Sie sind nicht Schüler:in einer Regelschule, einer Gemeinschaftsschule, eines Gymnasiums, einer Gesamtschule, einer Förderschule, einer Berufsschule oder einer Berufsfachschule.
- Sie haben einen Hauptschulabschluss und Ihre 10-jährige Schulpflicht absolviert.

#### Unterrichts-/Prüfungsfächer sind:

- im schriftlichen Teil: Deutsch, Mathematik, Englisch, eine Naturwissenschaft
- im mündlichen Teil: zwei Fächer aus der Auswahl der schriftlichen Prüfungen sowie Geographie und Sozialkunde

#### Anzahl der Prüfungen zusammengefasst:

4 schriftliche Prüfungen,  
4 mündliche Fächer

#### Kursdauer:

ein Schuljahr  
4 oder 5 Abende wöchentlich  
Jeweils 17:00 - 21:00 Uhr

### Erwerb des Abiturs – Vorbereitungskurs

#### Zugangsvoraussetzungen:

- Vollendung des 19. Lebensjahres zu Beginn der zweiten Teilprüfung
- Wohnsitz in Thüringen seit mind. 12 Monaten zu Beginn der zweiten Teilprüfung
- Sie sind nicht Schüler:in eines Gymnasiums, einer Gemeinschaftsschule, einer Gesamtschule, eines beruflichen Gymnasiums oder Kollegs.
- Sie haben nicht mehr als einmal eine Prüfung zum Erwerb der allgemeinen Hochschulreife erfolglos abgelegt

#### Unterrichts-/Prüfungsfächer sind:

- im schriftlichen Teil 1 (erhöhtes Anforderungsniveau): Deutsch, Englisch
- im schriftlichen Teil 2 (grundlegendes Anforderungsniveau): Mathematik, Geschichte
- im mündlichen Teil: 2. Fremdsprache, Chemie, Biologie, Physik

#### Kursdauer:

zwei Schuljahre  
4 Abende wöchentlich, einmal monatlich auch Freitag, vereinzelt samstags  
17:00 - 20:10 Uhr / z. T. bis 21:00 Uhr

Der Einstieg ist in jedem Schuljahr möglich.



Ein vorheriges  
Beratungsgespräch  
ist empfehlenswert!  
Anmeldung für das Schuljahr  
2022/23 ist bis 31. Juli 2022  
möglich!

\* Die Kurse zur Vorbereitung auf den Haupt- und Realschulabschluss werden als sogenannter Kombikurs durchgeführt. Wie das funktioniert, erläutern wir ausführlich in der Informationsveranstaltung Ende August.



### In diesem Semester: Für Teilnehmende an Sprachkursen entgeltfrei

#### Lassen Sie sich japanisch inspirieren!

Im letzten Semester haben wir die Vortragsreihe „Bonusvorträge“ gestartet, die von bestimmten Teilnehmenden in ausgewählten Fachbereichen gebührenfrei besucht werden können. In diesem Semester bieten wir darin vier Vorträge an, die sich explizit mit Japan, Japanischer Kultur und Tradition beschäftigen. Wir haben diese Vortragsreihe als kleines Dankeschön für unsere Teilnehmenden ins Leben gerufen ... dafür, dass Sie uns auch in schwierigen Zeiten die Treue halten, dass Sie Bildung und Wissenserwerb auch weiterhin als ideale Partner in Ihren Alltag einbauen. Wir haben diesmal ausschließlich Online-Vorträge gewählt. So können Sie sicher sein, dass Sie Ihren Vorteil auch wirklich nutzen können.

Selbstverständlich sind die Vorträge offen für alle Interessierten. Aber in diesem Semester haben die Sprachkurs-Teilnehmenden einen Vorteil!

### Ess- und Konsumkultur Japans (online)



Die Ess- und Konsumkultur prägt die japanische Gesellschaft. Traditionelle Gerichte wie Sushi, Ramen und Tofu oder alkoholische Getränke wie Sake (Reiswein) sind überall auf der Welt zu finden. Aber auch Feste wie das Hanami (Kirschblütenfest) oder Matsuri (Sommerfest) sind ein wichtiger Teil der japanischen Volkskultur. Seit den 1970er Jahren hat sich dann auch die moderne Konsumkultur Japans international durchgesetzt: Hello Kitty, Super Mario oder Tamagotchi sind vielen ein Begriff. Worin liegt das Erfolgsmodell dieser Kultur, die Tradition und Moderne zu verbinden weiß und die über die japanischen Grenzen hinaus großen Einfluss ausübt? Der Vortrag will den Teilnehmenden einen Einblick in diese verschiedenen Bereiche der japanischen Kultur geben. Auch digitale Streifzüge durch die Einkaufszentren von Tokyo sind vorgesehen.

Dieser Kurs findet auf unserer Plattform vhs.cloud statt. Sollte die Mindestteilnehmendenzahl erreicht sein, erhalten Sie von uns drei bis zehn Tage vor Kursbeginn ein Login für die Cloud per E-Mail. Kurz vor Beginn des Kurses finden Sie auf der Übersichtsseite Ihres Schreibtisches unter "Meine Kurse" den Link zum Kurs. Voraussetzung: mindestens Lautsprecher bzw. Kopfhörer. Sehr empfehlenswert zur aktiven Teilnahme sind auch Mikrofon und Webcam.

#### 22F20312

Dr. Almut Sakai

Mittwoch, 04.05.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum

12,50 Euro

Entgeltfrei für Teilnehmende an Sprachkursen!

### Das traditionelle und moderne Japan (online)



Die japanische Gesellschaft hat seit ihrer Öffnung und Modernisierung viele Veränderungen erfahren. Das hat dazu geführt, dass in der japanischen Kultur verankerte Traditionen in der westlichen Welt bekannt geworden sind: die Samurai und Geishas, die Tee-Zeremonie und Ikebana (japanische Blumenkunst) oder der Zenbuddhismus gehören zum festen Bestandteil der japanischen Kultur.

Der Vortrag möchte die gesellschaftlichen Verhaltens- und Umgangsformen unter den Menschen näher beleuchten. Dazu sprechen wir über die japanische Höflichkeit oder über den Sinn der Verbeugung. Wie unterscheiden sich diese Verhaltensformen von der deutschen Mentalität? Und was haben beide Länder gemeinsam? Der Vortrag soll über die interkulturelle Beschäftigung mit dem japanischen Geist auch klären, was es eigentlich heißt, deutsch zu sein.

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

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

#### 22F20313

Dr. Almut Sakai

Mittwoch, 01.06.2022, 18:00 - 20:15 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum

12,50 Euro

Entgeltfrei für Teilnehmende an Sprachkursen



### #DigitalDienstag: Manga zeichnen - Dynamische Posen und Effekte (online)



Die Künstlerin führt in diesem Spezialkurs die Teilnehmenden an dynamische Haltungen und Effekte von Figuren heran. Vorkenntnisse nicht erforderlich. Stift und Zeichenpapier sind bereitzulegen.

Dies ist ein Online-Kurs aus dem Programm "#DigitalDienstag" in Kooperation mit den Volkshochschulen Burgenlandkreis und Halle/Saale.

Möglichkeiten der Teilnahme:

1. Laptop oder PC (mit Mikrofon/Headset, Kamera optional)
2. Smartphone/Tablet (mit Mikrofon/Headset, Kamera optional)

Es muss keine Software installiert werden. Sie erhalten am Tag der Veranstaltung einen Link an Ihre Email-Adresse zugesandt.

#### 22F10055

Dozent in Kooperation

Dienstag, 22.02.2022, 18:00 - 19:30 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum

5,00 Euro

Entgeltfrei für Teilnehmende an Sprachkursen

### Reise nach Japan - live aus Tottori / Japan SENSEI SAMSTAG



*(jap.): "vorheriges Leben" - der Lehrer / Meister, der den Weg vorlebt und seinen Schülern vermittelt*

Die internationale Koordinatorin der Stadt Tottori Anne-Marie Stark gibt spannende Einblicke in den japanischen Alltag:

- landeskundliche Einführung (in Form einer kleinen Reise)
- Umgang der Japaner mit der Corona-Situation
- offenes Gespräch zu frei gewählten Themen von Ihnen.

Dies ist ein Online-Kurs aus dem Programm "#DigitalDienstag" in Kooperation mit den Volkshochschulen Burgenlandkreis und Halle/Saale.

Möglichkeiten der Teilnahme:

1. Laptop oder PC (mit Mikrofon/Headset, Kamera optional)
2. Smartphone/Tablet (mit Mikrofon/Headset, Kamera optional)

Es muss keine Software installiert werden. Sie erhalten am Tag der Veranstaltung einen Link an Ihre Email-Adresse zugesandt.

#### 22F10051A

Dozent in Kooperation

Samstag, 05.02.2022, 10:30 - 12:00 Uhr  
vhs, virtueller Klassenraum

5,00 Euro

Entgeltfrei für Teilnehmende an Sprachkursen



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

## Entgeltordnung und Teilnahmebedingungen der vhs Jena

Auf Grund von § 22 Abs. 2 der Thüringer Kommunalordnung (ThürKO) in der Fassung der Bekanntmachung vom 28. Januar 2003 (GVBl. S. 41), zuletzt geändert durch Artikel 2 des Gesetzes vom 16.10.2019 (GVBl. S. 429, 433), hat der Stadtrat der Stadt Jena in der Sitzung am 20.05.2020 die folgende Entgeltordnung beschlossen:

### § 1 Grundlagen

1. Die Volkshochschule Jena (vhs) ist eine öffentliche Einrichtung der Stadt Jena. Für die Teilnahme an Veranstaltungen der vhs werden Entgelte nach den Bestimmungen dieser Ordnung im Rahmen eines privatrechtlichen Vertragsverhältnisses erhoben. Als Veranstaltungen werden alle Durchführungsformate verstanden, die digital, online und/oder in direkter Präsenz stattfinden.

2. Es besteht kein Anspruch darauf, dass Veranstaltungen durch bestimmte Dozenten durchgeführt werden.

3. Die vhs kann aus sachlichem Grund Ort, Teilnehmendenzahl und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.

### § 2 Anmeldung, Zahlungspflicht und Teilnehmendenzahl

1. Zu den Veranstaltungen der vhs können sich Personen anmelden, die mindestens sechzehn Jahre alt sind. Veranstaltungen für jüngere Personen sind gesondert ausgewiesen.

2. Die Teilnehmendenzahl je Veranstaltung beträgt in der Regel mindestens acht. Ebenso können Veranstaltungen in Klein- und Kleinstgruppen sowie als Einzelschulungen stattfinden.

3. Zur Zahlung der Entgelte sind die Teilnehmenden einer Veranstaltung verpflichtet, bei Minderjährigen deren gesetzliche Vertreter.

4. Die Entgelte werden mit der verbindlichen Anmeldung zu einer Veranstaltung fällig. Die Anmeldung kann online über die Internetseite der vhs, schriftlich, per Fax, per E-Mail, telefonisch oder persönlich erfolgen und führt auch bei Nichtteilnahme zur Zahlungspflicht. Eine Anmeldebestätigung erfolgt nur bei Anmeldung mit Angabe der E-Mail-Adresse.

5. Die Zahlungspflicht entsteht auch ohne Anmeldung durch die – auch teilweise – Teilnahme an einer Veranstaltung.

6. Teilnehmende, die in eine bereits laufende Veranstaltung einsteigen, haben das volle Entgelt zu entrichten. In begründeten Ausnahmefällen kann hiervon abgewichen werden.

### § 3 Höhe der Entgelte für Veranstaltungen

1. Für Veranstaltungen wird ein Entgelt von 2,00 € bis 50,00 € je Unterrichtseinheit erhoben. Für jeden Kurs wird zusätzlich ein einmaliger Verwaltungsbetrag in Höhe von 5,00 € erhoben. Für Veranstaltungen mit überdurchschnittlich hohem Kostenaufwand können höhere Entgelte verlangt werden.

2. Für Einzelveranstaltungen werden Entgelte von 3,00 € bis 20,00 € erhoben. Für Einzelveranstaltungen mit überdurchschnittlich hohem Kostenaufwand können höhere Entgelte verlangt werden. Von der Erhebung eines Entgeltes kann abgesehen werden, wenn es sich um Veranstaltungen von besonderer Bedeutung handelt oder diese durch Drittmittel finanziert werden.

3. Für eine Unterrichtseinheit zur Vorbereitung auf staatliche Schulabschlüsse (Haupt- und Realschulabschluss, Fachhochschulreife, Abitur) wird ein Entgelt von 1,20 € bis 2,50 € erhoben. Das Entgelt wird semesterweise zu Beginn des Semesters in einem Betrag fällig.

4. Für Kurse und sonstige Veranstaltungen, die die vhs im Auftrag Dritter durchführt, werden Entgelte entsprechend den tatsächlich anfallenden Kosten berechnet.

5. Die vhs kann Veranstaltungen für Klein- und Kleinstgruppen unter acht Teilnehmenden sowie für einzelne Personen als Einzelschulungen zu erhöhten Entgelten

anbieten. Soll eine Veranstaltung unterhalb der Mindestteilnehmendenzahl stattfinden, kann entweder das Entgelt entsprechend erhöht oder die Zahl der Unterrichtseinheiten reduziert werden. Nach Kursbeginn eingehende Anmeldungen haben auf die Kleingruppenregelung keinen Einfluss mehr.

6. Aufwendungen für Exkursionen und Studienreisen werden kostendeckend berechnet. Dies betrifft sowohl die Ausgaben des Reiseveranstalters als auch die Aufwendungen der vhs für die Organisation und Begleitung. Die vhs tritt dabei nur als Vermittler auf, nicht als Veranstalter.

7. Die konkrete Höhe des jeweils zu zahlenden Entgeltes ergibt sich aus dem veröffentlichten Programm der vhs.

### § 4 Entgelte für sonstige Leistungen, Bescheinigungen

1. Die Entgelte für Prüfungen werden kostendeckend berechnet und nicht ermäßigt. Für Prüfungen im Auftrag Dritter gelten deren Allgemeine Geschäftsbedingungen.

2. Aufwendungen für Lern- und Arbeitsmaterialien sind von den Teilnehmenden zu tragen und werden gesondert abgerechnet.

3. Bescheinigungen jeglicher Art werden den Teilnehmenden für Veranstaltungen der letzten beiden Semester gegen ein Entgelt von 2,00 € in der Geschäftsstelle ausgehändigt oder auf Wunsch per Mail als pdf-Dokument kostenfrei versendet. Für Bescheinigungen vor diesem Zeitraum wird generell ein Entgelt in Höhe von 5,00 € erhoben. Die Ausstellung einer Bescheinigung über die Teilnahme setzt voraus, dass 80% der Veranstaltung wahrgenommen wurden.

## § 5 Ermäßigungen

1. Das Entgelt für Veranstaltungen wird für Inhabende von JENABONUSKarten, für Vollzeitstudierende, Schülerinnen und Schüler, Auszubildende, Schwerbehinderte, Empfangende von Leistungen nach dem SGB II oder III, Teilnehmende an Freiwilligendiensten um 30 Prozent, für Personen mit Altersbezügen um 15 Prozent ermäßigt.
2. Die Berechtigung ist durch Vorlage geeigneter Dokumente bei der Anmeldung nachzuweisen. Eine nachträgliche Vorlage bleibt unberücksichtigt.
3. Für Exkursionen, Einzelveranstaltungen, Studienreisen, Veranstaltungen zur Vorbereitung von Schulabschlüssen und Veranstaltungen in Klein- und Kleinstgruppen oder Einzelschulungen werden keine Ermäßigungen gewährt.
4. Die vhs kann kundenorientiert und zeitlich befristet weitere Ermäßigungen gewähren. Die Ermäßigungstatbestände werden in geeigneter Weise bekannt gemacht.
5. Ausgewiesene Begleitpersonen behinderter Teilnehmender können kostenfrei an Veranstaltungen teilnehmen.

## § 6 Zahlungsmodalitäten

1. Die Entgelte sind in bar oder per EC-Karte in der Geschäftsstelle der vhs zu entrichten oder unbar im SEPA-Lastschriftverfahren. Ein gültiges SEPA-Lastschriftmandat muss schriftlich erteilt und kann persönlich, postalisch oder per E-Mail übergeben werden. Entgelte für Einzelveranstaltungen werden an der Kasse (Einlass) gezahlt.
2. Für Mahnungen wird eine Gebühr in Höhe von 3,00 € erhoben.
3. Bei Rücklastschriften, die von der vhs nicht zu vertreten sind, haben Teilnehmende die von den Banken verlangten Gebühren zu tragen.

## § 7 Abmeldung und Erstattungen

1. Findet eine Veranstaltung aus von der vhs zu vertretenden Gründen nicht, nur teilweise oder in einer gegenüber der An-

kündigung wesentlich veränderten Form statt, werden bereits gezahlte Entgelte dem Ausfall entsprechend ganz oder teilweise erstattet. Weitere Ansprüche können nicht geltend gemacht werden. Der Wechsel eines Dozenten ist keine wesentliche Änderung.

2. Eine Abmeldung ist bis zehn Kalendertage vor dem Veranstaltungsbeginn ohne Angabe von Gründen kostenfrei möglich.

3. Erfolgt die Abmeldung später als zehn Kalendertage vor Veranstaltungsbeginn, sind 50% des Entgeltes zu entrichten. Darüber hinaus sind der vhs gegebenenfalls bereits entstandene Sachkosten zu erstatten.

4. Ab dem Tag des Veranstaltungsbeginns ist das gesamte Veranstaltungsentgelt fällig, es sei denn, eine ärztliche Bescheinigung über eine Erkrankung wird vorgelegt, die eine weitere Kursteilnahme unmöglich macht; die Erstattung erfolgt auf Antrag anteilig. Verwaltungs- und Sachentgelte werden nicht erstattet. Ein Fernbleiben von der Veranstaltung oder eine Mitteilung an die Dozenten gelten nicht als Abmeldung.

5. Über Anträge auf Entgelterstattungen aus einem anderen wichtigen Grund als dem unter 4. Genannten, entscheidet im Einzelfall die Leitung der vhs.

6. Fallen Unterrichtseinheiten aus, werden ggf. Nachholtermine angeboten. Können Teilnehmende diese Termine nicht wahrnehmen, besteht Anspruch auf eine anteilige Erstattung des Entgeltes. Darüber hinausgehende Ansprüche sind ausgeschlossen.

7. Einzelveranstaltungen sind von diesen Regelungen nicht betroffen.

8. Bei einem Ausschluss nach § 6 Abs. 4 der Satzung der Volkshochschule werden bereits gezahlte Entgelte nicht erstattet.

9. Bei Schulabschlusskursen und anderen Lehrgangsformen gelten abweichende Regelungen, die in einem gesonderten Vertrag vereinbart werden.

10. Für Studienreisen und Exkursionen gelten die Stornierungsfristen und Entgeltregelungen des Reiseveranstalters. Für

Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit einem Drittanbieter gelten ggf. dessen Allgemeine Geschäftsbedingungen.

11. Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird von diesen Regelungen nichtberührt.

## § 8 Haftung

1. Bei Verlust oder Beschädigung von Einrichtungsgegenständen hat der Verursacher bzw. sein gesetzlicher Vertreter Schadensersatz zu leisten.

2. Die vhs haftet nicht für gestohlene, verlorengegangene oder andere Sachschäden der Teilnehmenden, es sei denn, die Schäden sind auf Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit ihrer Angestellten oder Erfüllungsgehilfen zurückzuführen.

## § 9 Bild- und Tonaufzeichnungen

1. Die vhs ist berechtigt, von den Veranstaltungen Bild- und Tonaufzeichnungen anzufertigen und zu ihrem Eigenbedarf und ihrer Selbstdarstellung zu verwenden. Eine Vergütungspflicht besteht nicht. Alle Teilnehmenden können dieses Recht allgemein (schriftlich) oder im konkreten Einzelfall ausschließen.

2. Mitschnitte durch die Teilnehmenden sind nichtgestattet. Ausgegebenes Lehrmaterial darf nicht vervielfältigt oder auf elektronischem Wege weitergegeben werden.

## § 10 Inkrafttreten

Diese Ordnung tritt am Tag nach ihrer Veröffentlichung im Amtsblatt der Stadt Jena in Kraft. Zugleich tritt die Entgeltregelung der Volkshochschule Jena vom 10.07.2013, veröffentlicht im Amtsblatt Nr. 36/13 vom 04.09.2013, S. 291 außer Kraft.

Jena, den 20.05.2020

Stadt Jena  
DER OBERBÜRGERMEISTER

gez. Dr. Thomas Nitzsche

# ANMELDEKARTE



Kurs ..... Kursgelt .....

Kurs ..... Kursgelt .....

Name ..... Vorname .....

Straße .....

PLZ, Wohnort .....

Telefon privat ..... Telefon mobil .....

E-Mail .....

Geburtsdatum ..... Geschlecht  weiblich  männlich  divers

Bezahlung  Barzahlung  EC-Karte

Ermäßigungsrecht  JA  NEIN

Grund  arbeitslos  Rentner  Schwerbeh.  Student  Azubi/Schüler  Freiwilligendienst  Jenabonus-Karte

Datum ..... Unterschrift Kursteilnehmende bzw. Erziehungsberechtigte (bei unter 18-Jährigen) .....

Name, Vorname (Druckbuchstaben) ..... Geburtsdatum .....

## Newsletter der VHS

Ich bestelle den kostenlosen E-Mail-Newsletter der VHS und erkläre mich damit einverstanden, dass meine persönlichen Daten für die Zustellung des Newsletters gespeichert und elektronisch verarbeitet, nicht aber Dritten zugänglich gemacht werden. Der Newsletter kann über die Abmelderfunktion im unteren Teil jedes Newsletters abbestellt werden.

## Entgeltordnung

Es gilt die Entgeltordnung für die VHS Jena in der zuletzt gültigen Fassung. Diese liegt in der VHS aus und ist im Programmheft und im Internet nachzulesen.

## Datenschutz

Ich willige ein, dass die VHS Jena meine oben eingetragenen Daten zum Zwecke der Kursanmeldung und Kommunikation speichert und verarbeitet. Die Verarbeitung erfolgt ausschließlich im Zusammenhang mit allen zur Abwicklung meiner Kursteilnahme erforderlichen Vorgänge (Art. 6 Abs. 1 b DSGVO). Im Übrigen gilt die Datenschutzerklärung, die in der VHS Jena ausliegt, im Programmheft abgedruckt und im Internet nachzulesen ist. Diese Einwilligung erfolgt auf freiwilliger Basis. Ich kann sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Ab Zugang der Widerrufserklärung dürfen meine Daten nicht weiter verarbeitet werden. Sie sind unverzüglich zu löschen. Durch den Widerruf meiner Einwilligung wird die Rechtmäßigkeit der bis dahin erfolgten Verarbeitung nicht berührt. Meine Widerrufserklärung kann ich an die VHS Jena, Grietgasse 17a, 07743 Jena (Fax: 0364 1 49-8205) oder volkshochschule@jena.de richten.

Datum, Unterschrift Kursteilnehmende ..... Datum, Unterschrift Erziehungsberechtigte .....

# ANMELDEKARTE



Kurs ..... Kursgelt .....

Kurs ..... Kursgelt .....

Name ..... Vorname .....

Straße .....

PLZ, Wohnort .....

Telefon privat ..... Telefon mobil .....

E-Mail .....

Geburtsdatum ..... Geschlecht  weiblich  männlich  divers

Bezahlung  Barzahlung  EC-Karte

Ermäßigungsrecht  JA  NEIN

Grund  arbeitslos  Rentner  Schwerbeh.  Student  Azubi/Schüler  Freiwilligendienst  Jenabonus-Karte

Datum ..... Unterschrift Kursteilnehmende bzw. Erziehungsberechtigte (bei unter 18-Jährigen) .....

Name, Vorname (Druckbuchstaben) ..... Geburtsdatum .....

## Newsletter der VHS

Ich bestelle den kostenlosen E-Mail-Newsletter der VHS und erkläre mich damit einverstanden, dass meine persönlichen Daten für die Zustellung des Newsletters gespeichert und elektronisch verarbeitet, nicht aber Dritten zugänglich gemacht werden. Der Newsletter kann über die Abmelderfunktion im unteren Teil jedes Newsletters abbestellt werden.

## Entgeltordnung

Es gilt die Entgeltordnung für die VHS Jena in der zuletzt gültigen Fassung. Diese liegt in der VHS aus und ist im Programmheft und im Internet nachzulesen.

## Datenschutz

Ich willige ein, dass die VHS Jena meine oben eingetragenen Daten zum Zwecke der Kursanmeldung und Kommunikation speichert und verarbeitet. Die Verarbeitung erfolgt ausschließlich im Zusammenhang mit allen zur Abwicklung meiner Kursteilnahme erforderlichen Vorgänge (Art. 6 Abs. 1 b DSGVO). Im Übrigen gilt die Datenschutzerklärung, die in der VHS Jena ausliegt, im Programmheft abgedruckt und im Internet nachzulesen ist. Diese Einwilligung erfolgt auf freiwilliger Basis. Ich kann sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Ab Zugang der Widerrufserklärung dürfen meine Daten nicht weiter verarbeitet werden. Sie sind unverzüglich zu löschen. Durch den Widerruf meiner Einwilligung wird die Rechtmäßigkeit der bis dahin erfolgten Verarbeitung nicht berührt. Meine Widerrufserklärung kann ich an die VHS Jena, Grietgasse 17a, 07743 Jena (Fax: 0364 1 49-8205) oder volkshochschule@jena.de richten.

Datum, Unterschrift Kursteilnehmende ..... Datum, Unterschrift Erziehungsberechtigte .....

Volkshochschule Jena | Grietgasse 17a | 07743 Jena

JenaKultur  
Volkshochschule Jena  
Grietgasse 17a  
07743 Jena

JenaKultur. Ein Eigenbetrieb der Stadt Jena.  
Besucheradresse: Grietgasse 17a | 07743 Jena

Ansprechpartnerin: Dr. Angela Anding  
Tel. 03641 49-8210  
Fax 03641 49-8205  
angela.anding@jena.de  
www.vhs-jena.de

22. April 2020

## Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer: DE02ZZZ00000116042

Ihre Mandatsreferenznummer wird Ihnen mit der ersten Vorabankündigung zum tatsächlichen Lastschrifteinzug noch mitgeteilt.

### SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Volkshochschule der Stadt Jena Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule der Stadt Jena auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

---

Vorname und Name (Kontoinhaber)

---

Straße und Hausnummer

---

Postleitzahl und Ort

---

Kreditinstitut (Name und BIC)

---

DE / / / / /  
IBAN

---

Datum, Ort und Unterschrift

## Datenschutzbestimmungen

### 1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Jena ist eine Einrichtung des Eigenbetriebes JenaKultur der Stadt Jena (nachfolgende „vhs“ oder „wir“ genannt) und Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

### 2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsdatum) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. für Kinder und Jugendliche, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein. Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer sowie Ihrer E-Mailadresse erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet. Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags entsprechend der Entgeltordnung der vhs Jena veranlassen. Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten

werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

### 3. Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der vhs zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

### 4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung. Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Bezug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr, Telefonnummer und E-Mailadresse (sofern angegeben)) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

### 5. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die vhs die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

### 6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht. Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

### 7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der vhs gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren. Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten: datenschutz@jena.de

## Impressum

### Herausgeber

JenaKultur  
Volkshochschule Jena  
Grietgasse 17a  
07743 Jena  
Telefon 03641 498200  
Fax 03641 498205  
volkshochschule@jena.de  
www.vhs-jena.de

### Gestaltung

oker11 media house by  
Ideaal Werbeagentur und Verlag GmbH  
Juliusstraße 11  
38118 Braunschweig  
Telefon 0531 220010  
info@ok11.de  
www.ok11.de

### Produktion

Kollin Medien GmbH  
Gutenbergstr. 1-3  
95512 Neudrossenfeld  
Telefon 09203 60910  
info@kollin.de

Auflage: 3.000 Exemplare  
© Volkshochschule Jena 2022

Fotografische: S. 3: Pixabay, S. 4/5: JenaKultur, S. 6: JenaKultur, S. 8: Envato, S. 12/13: JenaKultur, S. 15: Fotolia, S. 16: Envato, S. 18: Envato, S. 20: Envato, S. 22: Envato, S. 23: Envato, S. 24: Pexels, S. 25: Pexels, S. 26: Envato, S. 27: Envato, S. 28: Envato, S. 30 oben: Pixabay, unten: Envato, S. 31: Envato, S. 32: Envato, S. 33: Envato, S. 34: Pixabay, S. 35: Pixabay, S. 36: Envato, S. 37: Envato, S. 38: Envato, S. 42: Envato, S. 43: JenaKultur, S. 44: JenaKultur, S. 45: JenaKultur, S. 46: JenaKultur, S. 47 rechts: JenaKultur, links: Envato, S. 48/49: JenaKultur, S. 50: JenaKultur, S. 52: JenaKultur, S. 53: Envato, S. 54/55: JenaKultur, S. 56/57: Envato, S. 58: Envato, S. 60/61: JenaKultur, S. 62/63: JenaKultur, S. 64/65: JenaKultur, S. 66: JenaKultur, S. 68/69: JenaKultur, S. 70: Envato, S. 72/72: Envato, S. 76: Envato, S. 77 Pexels, 78: envato, S. 79: Envato, S. 80: Envato, S. 81: Envato, S. 82: Envato, S. 83: Pexels, S. 85: Envato, S. 86: Envato, S. 88: Envato, S. 90: iStock, S. 91: Envato, S. 92: Pexels, S. 94: Envato, S. 95: Envato, S. 96: Envato, S. 97: Envato, S. 98: Envato, S. 101: Envato, S. 102: Pixabay, S. 103: Envato, S. 104: Envato, S. 105: Envato, S. 107: Envato, S. 108: Envato, S. 109: Pexels, S. 110: Envato, S. 111: Envato, S. 113: Envato, S. 114: Pixabay, S. 115: Envato, S. 116: Envato, S. 118: Pexels, S. 119: Pexels, S. 120: Envato, S. 123: Envato, S. 124/125: Envato.

Mehr als  
500.000 Kurse.  
Jetzt  
entdecken!

# Lass Dich mitreißen!

Suchen, finden, buchen.  
Mit dem vhs-Kursfinder auf  
[www.volkshochschule.de](http://www.volkshochschule.de)

**vhs** 



## Volkshochschule Jena

Eine Einrichtung von JenaKultur

Grietgasse 17a

07743 Jena

Telefon 03641 498200

Telefax 03641 498205

[volkshochschule@jena.de](mailto:volkshochschule@jena.de)

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

... ANALOGITAL ... online, hybrid oder präsent ...