



Volkshochschule
Dreiländereck



#Zukunftsort_vhs
Kompetenzen
für morgen

Programm
Februar bis
Juli 2025

Löbau, Niesky,
Weißwasser, Zittau
www.vhs-dle.de



z.B.
Kassettenmarkise
sunkis Ambient
als Sonnen- und Sichtschutz geeignet

Kletschka GmbH

Planen • Zelte • Markisen

Markisen aus eigener Herstellung

Markisen
Pergolamarkisen
Sonnensegel
Terrassendächer
Raffstoren
Rollläden
Rollfenster
Rolltore
Schiebe- &
Klappläden ...



OT Neueibau, Dorfstr. 1, 02739 Kottmar, Tel. (03586) 38 61 43
www.kletschka.de, E-mail: markisen@kletschka.de



Dr. Thomas Immobilien GmbH

www.drti.de | 02763 Zittau | Neustadt 34



Sie haben eine Immobilie zu verkaufen?

***Wir bringen Ihre Immobilie
in liebevolle Hände!***

Kompetente **Werteinschätzung**,
fachgerechte **Beratung** und
effiziente **Vermarktung**



03583/79666-0 info@drti.de

VORWORT

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

Sehr geehrte Damen und Herren,

Wenn Sie auf die aktuelle politische Lage in der Welt schauen, was geht Ihnen in dem Moment durch den Kopf? Wir meinen, es sind stürmische Zeiten, die auf uns zukommen. Werfen wir einen kurzen Blick auf einige aktuelle Ereignisse: Welche Folgen wird die Wiederwahl von Donald Trump für Europa, Deutschland und die Ukraine haben? Welche Perspektiven ergeben sich nach der vorgezogenen Bundestagswahl im Februar 2025, die durch den Koalitionsbruch – das passierte das letzte Mal in Deutschland vor 42 Jahren – notwendig wurde? In Syrien markiert der Sturz der Regierung Assad nach 50 Jahren ein historisches Ereignis, dessen Auswirkungen für die Region noch offen sind. Auch in Frankreich überschlagen sich die Ereignisse – der Premierminister wurde nach nur drei Monaten im Amt gestürzt. Und das sind nur einige der Themen, die uns alle beschäftigen.

Doch bei all diesen Entwicklungen gibt es auch Konstantes: Ihre Volkshochschule bleibt ein Ort der Begegnung, Bildung und Inspiration. Hier können Sie sich kulturell, kreativ, politisch und beruflich weiterentwickeln, Ihr Wohlbefinden fördern, Sprachen lernen und Kompetenzen für morgen erwerben. Ob bewährte Kurse oder neue Projekte – wir sind an Ihrer Seite, um gemeinsam mit Ihnen Horizonte zu erweitern.

Kennen Sie schon das Projekt „1 m² Lein“? Nein? Dann besuchen Sie doch gerne am 20. März 2025 unsere Informationsveranstaltung. Denn wir wollen im Frühjahrssemester mit Ihnen „herumflachsen“. Dazu kooperieren wir mit dem Projekt „1 m² Lein“, mit der Gemeinde Großschönau, dem Deutschen Damast- und Frottiermuseum Großschönau und dem Schullandheim Eurohof Dreiländereck. Wir wollen mit Ihnen gemeinsam in diesem Semester an verschiedenen wichtigen Textilorten in unserer Region 1 m² Lein anbauen, diesen pflegen, ernten und dann gemeinsam verarbeiten. Damit möchten wir wieder ein altes, aber auch traditionsträchtiges Handwerk, welches viele Jahrhunderte unsere Region geprägt hat, in unser Bewusstsein bringen, vergessenes Wissen ausgraben und vor allem die Wertschätzung dieses Handwerks aufpolieren. Sind Sie mit dabei?

Wir laden Sie herzlich ein, unser vielseitiges und interessantes Programm des Frühjahrssemesters 2025 auf den nächsten Seiten zu entdecken. Alle aktuellen Informationen zu unserem Programm finden Sie auch unter www.vhs-dreilaendereck.de. Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Besuch unserer Kurse und Veranstaltungen.

Peggy Lange

Peggy Lange
und das Team der Volkshochschule Dreiländereck



IMPRESSUM

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

Herausgeber/Redaktion:

VHS Dreiländereck, Geschäftsstelle Löbau, Poststr. 8, 02708 Löbau,
Tel.: 03585 4177440, Fax: 03585 4177441, Mail: info@vhs-dle.de,
Web: www.vhs-dle.de, Redaktion: Peggy Lange (verantwortlich)



Die VHS Dreiländereck ist eine Einrichtung der: Kultur- und Weiterbildungs-
gesellschaft mbH, Poststr. 8, 02708 Löbau, Geschäftsführer: Stefan Möbus,
Tel.: 03585-4177-0, Fax: 03585-4177-12, Mail: info@ku-weit.de, USt-
IdNr. DE233491746, Handelsregister des Amtsgerichts Dresden,
HRG-Nr. HRB 23515, Aufsichtsratsvorsitzende: Kristin Miedek



Verlag/Anzeigen:

DDV Neiße GmbH, Neustadt 18, 02763 Zittau, Tel.: 03583-7755873,
Fax: 03583-7755855, Mail rudolph.petra@ddv-mediengruppe.de,
Web: www.ddv-mediengruppe.de, Koordination: Petra Rudolph (verantwortlich)

Grafik/Satz:

Weltbuch Verlag GmbH, Dirk Kohl, Web: www.weltbuch.com

Fotos:

Dr. Thorsten Pietschmann, Maria Fabisch, Maria Pätzold,
Bilderschlag, Eurohof Dreiländereck, Deutsches Zentrum
für Luft- und Raumfahrt, Ghulam Khairul Bashar, Daniel
Oelmann, Ivana Sladkovska, Christoph Partsch, Andreas
Hieke, Matthias Weber, Peggy Lange, Dirk Kohl, Weltbuch
Verlag, Adobe Stock, FreePik.com



Haftungshinweis:

Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung
für eventuelle Satz- und Druckfehler, speziell bei Termin- und Preisangaben.

Papier, Druck, Bindung:

Graphische Werkstätten Zittau GmbH, An der Sporthalle 2, 02763 Zittau,
Web: www.gwz.io, Mail: info@gwz.io

Auflage: 1.500 Exemplare

Die Volkshochschule Dreiländereck wird
mitfinanziert durch Steuermittel auf der
Grundlage des von den Abgeordneten des
Sächsischen Landtags beschlossenen Haushalts.



Die VHS
Dreiländereck ist
zertifiziert nach
ISO 9001
und **AZAV**

INHALT

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

Ansprechpersonen... 4
Geschäftstellen und Hinweise ... 5

POLITIK / GESELLSCHAFT / UMWELT



Demokratische Orte des Lernens... 7
Kontrovers vor Ort... 7
Geschichte / Zeitgeschichte... 12
Politik / Bürgerschaftliches Engagement... 12
Ökonomie / Recht / Finanzen... 13
Globales Lernen / Bildung für nachhaltige
Entwicklung... 17
Philosophie / Religion / Ethik... 18
Länder- und Heimatkunde / Stadtkultur... 20
Kommunikation / Medien... 21
Verbraucherfragen... 22
Textilgeschichte... 25
Bürger trifft Wissenschaft... 26
Vortragsreihe „Regional-Saisonal“... 30
Deutsch-Tschechische Vorträge ... 34
Regionalgeschichte der Dreiländerregion... 48
Partnerschaft für Demokratie... 51

KULTUR / GESTALTEN



Ausstellungen... 53
Tanz... 53
Kunst- und Kulturgeschichte... 55
Bildungsfahrten... 56
Malen / Zeichnen / Drucktechnik... 58
Handwerk / Kunsthandwerk... 64
Plastisches Gestalten... 66
Textiles Gestalten... 67
Fotografie / Medienpraxis... 67
Veranstaltungen Kleine Galerie... 70

GESUNDHEIT



Informationen zur Bezuschussung
unserer Gesundheitskurse... 73
Entspannung / Stressbewältigung... 74
Bewegung / Ausdauertraining/Prävention... 79
Bewegung im Wasser... 84
Selbsthilfe / Massage... 85

SPRACHEN



Allgemeine Informationen / Tipps... 89
Niveaustufen... 92
Gebärdensprache... 93
Deutsch als Fremd- und Zweitsprache... 93
Integrationskurse / Einbürgerung... 98
Deutsch-Prüfungen 100
Englisch... 101
Französisch... 116
Italienisch... 117
Polnisch... 118
Schwedisch... 120
Spanisch... 120
Tschechisch... 123

BERUF / COMPUTER / ERZIEHER



Qualifikation für das Arbeitsleben /
IT-Organisation... 129
IT-/Medien-Grundlagen / Allg. Anwendg... 130
Kaufmännische Grund-/Fach-Lehrgänge... 136
Branchenspezifische Fachlehrgänge... 138
Fortbildung für Erzieher... 142
Angebote für Firmen... 149

SPEZIAL



Einfach Lernen / Inklusion in der
Bildung... 150

Sonderseiten VHS-Infos

Infos zu Kursen in der vhs-cloud... 71
Infos zum vhs-mobil unterwegs... 87
VHS.Media – Medienkompetenz... 127
Allgemeine Geschäftsbedingungen,
Datenschutzerklärung und Widerrufs-
belehrung... 151
Stichwortverzeichnis... 152

ANSPRECHPERSONEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025



Leiterin der VHS

Peggy Lange
(Fachbereich Politik/Gesellschaft)
Tel.: 03585 4177440
Mail: peggy.lange@vhs-dle.de



Verwaltungsleiterin

Elke Peschel
Tel.: 03585 4177442
Mail: elke.peschel@vhs-dle.de



Mitarbeiterin Verwaltung

Elke Greve
Tel.: 03581 403743
Mail: elke.greve@vhs-dle.de



Mitarbeiterin Verwaltung

Karin Rose
Tel.: 03576 278312
Mail: karin.rose@vhs-dle.de



Mitarbeiterin Verwaltung

Anne Cieslik
Tel.: 03576 278312
Mail: anne.cieslik@vhs-dle.de



Mitarbeiterin Verwaltung

Irita Neumann
Tel.: 03583 512205
Mail: irita.neumann@vhs-dle.de



Sprachen / Integration und Politik / Gesellschaft

Katrin Delitz
Tel.: 03576 278313
Mail: katrin.delitz@vhs-dle.de



Kultur – Kleine Galerie

Karola Petrick
Tel.: 03576 278315
Mail: karola.petrick@vhs-dle.de



Gesundheit

Theresia Rothe
Tel.: 03576 278314
Mail: theresia.rothe@vhs-dle.de



Kultur und Gesundheit

Lyonne Harwart
Tel.: 03585 4177444
Mail: lyonne.harwart@vhs-dle.de



Beruf und Erzieherfortbildung

Eva Wunsch
Tel.: 03583 5156875
Mail: eva.wunsch@vhs-dle.de



Sprachen / Integration

Michaela Herlingová
Tel.: 03583 5156876
Mail: michaela.herlingova@vhs-dle.de



Lehrkraft Integration

Anna Sitorova
Tel.: 03583 5156877
Mail: anna.sitorova@vhs-dle.de



Projekt ökonomische, ökologische und digitale Grundbildung

Milena Hruška
Tel.: 03583 5156877
Mail: milena.hruska@vhs-dle.de



vhsMobil

Andreas Scheibe



Marketing und Projekte politische Bildung

Hanna Jüling
Tel.: 03581 403746
Mail: hanna.jueling@vhs-dle.de



Projekt Partnerschaft für Demokratie

Lisa Mayer
Tel.: 0152 2179359
Mail: lisa.mayer@vhs-dle.de



Jugendkunstschule Oberlausitz-Niederschlesien

Felix Schuster
Tel.: 03581 403742
Mail: felix.schuster@vhs-dle.de



Projekt vhs.Media

Medardo Hollstein
Tel.: 0176 66991653
Mail: medardo.hollstein@vhs-dle.de



Projekt vhs.Media

Solvig Gerber
Tel.: 03583 518914
Mail: solvig.gerber@ku-weit.de

GESCHÄFTSSTELLEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

vhs-Geschäftsstelle Weißwasser

Jahnstraße 50, 02943 Weißwasser
Tel.: 03576 2783-0, Fax: 03576 278310

1

vhs-Geschäftsstelle Niesky

Zinzendorfplatz 14, 02906 Niesky
Tel.: 03588 201963, Fax: 03588 201965

2

vhs-Geschäftsstelle Löbau

Poststraße 8, 02708 Löbau
Tel.: 03585 4177442, Fax: 03585 4177441

3

Volkshochschulhaus Ebersbach

Bleichstraße 9, 02730 Ebersbach

4

vhs-Geschäftsstelle Zittau

Neustadt 47, 02763 Zittau
Tel.: 03583 512205, Fax: 03583 512206

5

Außenstelle der Kultur- und Weiterbildungsgesellschaft mbH

Otto-Müller-Str. 7, 02826 Görlitz
Tel.: 03581 403743, Mail: info@vhs-dle.de

6



Folgende Bereiche in den Geschäftsstellen der vhs Dreiländereck sind aufgrund ihrer baulichen Gestaltung barrierearm bzw. barrierefrei erreichbar:



Geschäftsstelle Weißwasser

- Ebenerdiger Zugang im Erdgeschoss inkl. Behindertentoilette

Geschäftsstelle Niesky

- Zugang zur ersten und zweiten Etage über einen Fahrstuhl

Geschäftsstelle Löbau

- Zugang zu Kursraum K1 und K2 sowie Behinderten-WC mittels Hublift
- Zugang zum PC-Kabinett im Weiteren mittels Schrägaufzug

Geschäftsstelle Zittau

- Barrierefreie Lernwerkstatt und Behinderten-WC (auch zugänglich mit Euroschlüssel) im Erdgeschoss
- Zugang zur 4. und 5. Etage über einen Fahrstuhl

A pair of hands is shown from the top, holding a small globe of the Earth. The globe is surrounded by several colorful paper cutouts of human figures in various colors: light blue, pink, orange, yellow, light green, and white. The figures are arranged in a circle around the globe, symbolizing global unity and community. The background is a plain, light-colored surface.

Politik, Gesellschaft und Umwelt

**#Zukunftsort_vhs
Kompetenzen für morgen**

VHS: Demokratische Orte des Lernens

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und das allgemeine Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Handlungskompetenzen und Reflexionsfähigkeit erfahren und entwickelt werden.

Das Programmangebot des Fachbereichs „Politik – Gesellschaft – Umwelt“ ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Die Volkshochschulen halten hier ein breites Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor. Unsere Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen, mit spannenden und kreativen Methoden.

KONTROVERS VOR ORT

Asyl und Migration. Chance, Fluch, Verpflichtung?

Vortrag und Diskussion mit Prof. Dr. Klaus Neumann

1990 besaßen nur 1,1 Prozent der in Sachsen lebenden Menschen nicht die deutsche Staatsangehörigkeit. Heute liegt ihr Anteil etwa sieben Mal so hoch. Unter ihnen sind besonders viele Menschen aus der Ukraine und Syrien, die in den letzten Jahren als Schutzsuchende nach Sachsen gekommen sind. Sind Zuwanderung und kulturelle Diversität ein Gewinn für Sachsen? Sollte Zuwanderung gegebenenfalls begrenzt werden? Wenn ja, wie ließe sich Migration – einschließlich Fluchtmigration – steuern? Und wie könnte eigentlich eine gelungene Integration aussehen?

In seinem Vortrag spricht Klaus Neumann, der sich seit mehr als 20 Jahren hauptberuflich mit Flucht und Migration sowie mit lokalen, nationalen und überregionalen Antworten darauf beschäftigt, über europäische, deutsche und sächsische Rahmenbedingungen und liefert somit Material für eine sachlich fundierte Diskussion über das Thema.

Klaus Neumann hat mehrere Bücher über die Geschichte Papua-Neuguineas, die Erinnerung an die Nazi-Vergangenheit im Nachkriegsdeutschland und australische Flüchtlingspolitik geschrieben. Bis 2018 war er Professor für Geschichte in Melbourne, Australien.



Eine Veranstaltung
in Kooperation
mit der:



und der Hafentube/
Telux

Sein letztes Buch (sein erstes auf Deutsch), „Blumen und Brandsätze. Eine deutsche Geschichte 1989–2023“, ist über die Sächsische Landeszentrale für politische Bildung erhältlich.

Weißwasser 25FA1011WW

Donnerstag | 10.04.2025 | 19:00 - 21:15 Uhr | 1 Veranstaltung | SKZ Weißwasser, Hafentube | kostenlos

Kontrovers vor Ort: Gutes Telegram – böses Telegram? Ein Blick hinter die Kulissen des Messengers

Vortrag und Diskussion mit Stefan Mey

Eine berühmte Einkaufsmeile für Drogen, eine Fake-News-Schleuder und Hassmaschine: Telegram ist eine Mischung aus Facebook, Whatsapp und dem Darknet. Der Messenger hat mutmaßlich mehr als eine Milliarde Nutzerinnen und Nutzer sowie viele Fans. Allerdings auch viele Gegner. Telegram hat seinen Sitz nicht wie die meisten großen Onlinedienste in den USA, sondern in Dubai. Dass er mit Behörden gar nicht oder nur widerwillig zusammenarbeitet, ist ein großer Kritikpunkt von Politikern. Genutzt wird der Messenger gleichermaßen von militanten Nazis, rechten Influencern und Terrorgruppen.



Eine Veranstaltung
in Kooperation
mit der:



Die Verhaftung des Telegram-Gründers Pawel Durow im Spätsommer 2024 feierten daher viele als fast epischen Sieg des Guten gegen das Böse. Doch das greift zu kurz. Denn auch Menschenrechtsgruppen und Klima-Aktivistinnen und Aktivisten nutzen den Dienst. Weltweit ist Telegram ein unverzichtbares Werkzeug für Bürgerrechtler und Oppositionelle in autokratischen Systemen – deswegen wird Telegram von antidemokratischen Regierungen oft und gerne zensiert.

In seinem Vortrag beleuchtet Stefan Mey diese Aspekte und schaut hinter die Kulissen: Wie sehen die Mehrheits- und Machtverhältnisse bei Telegram aus und wie finanziert sich der Messenger? Ist er „gut“ oder „böse“ oder sehr viel dazwischen? Wie anonym und unabhängig ist Telegram tatsächlich? Und wie lässt sich der Messenger trotz aller Probleme sinnvoll nutzen?

Stefan Mey hat Soziologie und Medienwissenschaften studiert und ist als freier Technologiejournalist und Buchautor tätig. Er hat ein Sachbuch über das Darknet geschrieben («Darknet: Waffen, Drogen, Whistleblower») sowie über die nicht kommerzielle Digitalwelt («Der Kampf um das Internet»).

Zittau 25FA1013ZZ

Montag | 14.04.2025 | 19:00 - 21:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Zittau, Christian-Weise-Bibliothek | Stefan Mey | kostenlos

Kontrovers vor Ort: Was bewegt Deutschland? Kurzfilmprogramm und Diskussion

Sorbische Drachen, Seenotrettung und Jugendknast Politisches Kurzfilmprogramm und Diskussion

Wie erlebt ein kleines sorbisches Mädchen das Jahr 1938 in der Lausitz: Kann ein Drache der Familie helfen? Der Kurzfilm Zmij nähert sich deutsch-sorbischer Geschichte, indem er historische Ereignisse mit einer alten sorbischen Sage verknüpft. In dem Siebenminüter „Für immer“ tauchen wir in die Gefühlswelt eines jungen Mannes ein, dessen Eltern aus Vietnam nach Deutschland eingewandert sind. Und der Animationsfilm „Auf Biegen und Brechen“ erzählt die Geschichte des 11-jährigen Alex, der in der DDR aufwuchs. Er wurde seiner alleinerziehenden Mutter weggenommen, weil sie den Staat kritisiert hatte, und in ein Kinderheim eingewiesen. Später landete er im Jugendwerkhof in Torgau.



Eine Veranstaltung
in Kooperation
mit der:



und der Hafentube/
Telux

Mit sechs Kurzfilmen aus Sachsen bietet das neue politische Kurzfilmprogramm von film.land. sachsen und der Sächsischen Landeszentrale für politische Bildung (SLpB) eine spannende, aufwühlende und packende Mischung verschiedener Genres und Themen. Mitwirkende des Kurzfilms Baden gehen, der auf einer wahren Begebenheit beruht, sind beim Kurzfilmprogramm dabei. Nach der insgesamt 78-minütigen Aufführung sind Teilnehmende herzlich eingeladen, mit der Crew von Baden gehen ins Gespräch zu kommen.

Programm:

- Zmij/ Der Drache | Regie: Angela Schuster | Fiktion | 14 min | 2016
- Nur ein Märchen | Regie: Carl Schröder | Animation | 8 min | 1963
- Schlafende Hunde | Regie: Jenia Bayat Mokhtari, Amelie Befeldt, Samuli Salonen, Sarah Veith | Dokumentar | 11 min | 2023
- Für Immer | Regie: Christian Tung Anh Nopper | Dokumentar mit szenischen Elementen | 7 min | 2023
- Biegen und Brechen | Regie: Falk Schuster, Mike Plitt | Animation-Dokumentar | 8 min | 2022
- Baden gehen | Regie: Matthias Heine und Clemens Schiesko | Spielfilm | 30 min | 2023

Weißwasser 25FA1014WW

Dienstag | 11.03.2025 | 19:00 - 21:15 Uhr | 1 Veranstaltung | SKZ Weißwasser, Hafentube | kostenlos



Mehr Infos unter: www.vhs-dreilaendereck.de

KI kompetent nutzen: Grundlagen, Praxis und Hintergründe

Jede Woche erscheinen neue Anwendungen und Funktionen im Bereich der Künstlichen Intelligenz, die unsere Arbeitswelt und den Alltag auf völlig neue Weise bereichern können. Doch bei der Vielzahl an Anbietern, Abo-Modellen und Möglichkeiten wird es zunehmend schwieriger, den Überblick zu behalten und die passende Lösung zu finden. Hier setzt unser Workshop an: Der erfahrene KI-Experte Dr. Christian Papsdorf führt Sie Schritt für Schritt durch die Welt der KI und stellt die wichtigsten Modelle zur Generierung von Texten, Bildern und dergleichen vor.



Eine Veranstaltung
in Kooperation
mit der:



Erleben Sie live, welche Tools den größten Mehrwert bieten und wann sich ein kostenpflichtiges Abo lohnt. Lernen Sie, wie Sie KI datenschutzgerecht auf Ihrem eigenen Computer einsetzen und welche Zusatzfunktionen besonders hilfreich sind. In praktischen Beispielen erfahren Sie zudem, wie Sie Eingabebefehle, sogenannte „Prompts“, optimal formulieren, um genau die Ergebnisse zu erzielen, die Sie benötigen.

Zum Abschluss des Workshops beleuchtet Dr. Papsdorf wichtige Fragen und Kontroversen rund um KI – vom Urheberrecht über Diskriminierung bis hin zu Manipulation. Nach dem Workshop wissen Sie, welche KI-Tools zu Ihren Anforderungen passen und wie Sie Ergebnisse erzielen, die tatsächlich hilfreich sind.

Löbau 25FA1015LL

Donnerstag | 27.03.2025 | 19:00 - 21:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Zittau, Christian-Weise-Bibliothek | Dr. Christian Papsdorf | kostenlos

Krisen, Kriege, Konkurrenz: Wo steht Deutschland in der neuen Weltordnung?

Tag für Tag prasseln Meldungen aus aller Welt auf die Sie ein: Doch was bedeuten diese Nachrichten konkret für unser Leben und unsere Zukunft? Dies ist immer schwerer zu erfassen. Als viertgrößte Wirtschaftsmacht der Erde hat Deutschland beträchtlichen Einfluss, als Exportland ist es zugleich besonders abhängig von der Weltlage. Oft stößt es noch schneller an die Grenzen seines Einflusses als die traditionellen Großmächte. Dreißeig Jahre nach dem Triumph im Kalten Krieg werden die USA von internen Konflikten eingeholt. China tut sich schwer, die USA ökonomisch zu überholen und selbst zur Weltmacht Nr. 1 zu werden. Russland beschleunigt durch einen brutalen Krieg seinen Niedergang.



Eine Veranstaltung
in Kooperation
mit der:



So die Analyse von Dr. Christoph von Marschall. Der renommierte Journalist und Historiker ist Diplomatisher Korrespondent der Chefredaktion des Tagesspiegels und Autor des Buchs „Wir verstehen die Welt nicht mehr“. In seinem Vortrag und der anschließenden Diskussion mit

den Teilnehmern ordnet er die aktuellen Nachrichten des Tages ein, erklärt ihre Bedeutung für Deutschland sowie die Hintergründe.

Löbau 25FA1016LL

Montag | 16.06.2025 | 19:00 - 21:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau | Dr. Christoph von Marschall | kostenlos

Gesellschaftliche Krisen und politische Sekten

Wie Radikalisierung funktioniert und wie der Ausstieg gelingen kann

Große persönliche und gesellschaftliche Krisen gehen oft mit Gefühlen von Ohnmacht und Verunsicherung einher. Politische Glaubensgemeinschaften wie Reichsbürger und Selbstverwalter oder populistische Protestbewegungen wie die Querdenker nutzen diese Gefühle, verbinden sie mit apokalyptischen Verschwörungserzählungen und versprechen einen einfachen Ausweg. Wenn in diesen Erzählungen starke Feindbilder auftauchen und gezielt daran gearbeitet wird, Vertrauen in die Gesellschaft und ihre Institutionen zu zerstören, ist Gefahr im Verzug. Möglicherweise ist das der erste Schritt in einen Radikalisierungsprozess, der in destruktiven Überlegenheitsgefühlen, sozialer Abschottung und auch Gewalt münden kann.



Eine Veranstaltung in Kooperation mit der:



Unser Referent Felix Schilk möchte diese Dynamik gemeinsam mit dem Publikum diskutieren, zusammen Ursachen ergründen und persönliche Erfahrungen austauschen. Neben einem kritischen Blick auf die destruktiven Folgen von Verschwörungserzählungen soll der Frage nachgegangen werden, was Menschen dazu bringt, sich in politischen Glaubenssystemen zu verlieren und wie trotz allem der Kontakt und Dialog mit ihnen aufrechterhalten werden kann.

Zittau 25FA1017ZZ

Montag | 12.05.2025 | 19:00 - 21:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Zittau, Christian-Weise-Bibliothek | Dr. Felix Schilk | kostenlos

WASSER WEG ... KEIN DRUCK?
PUMPE DEFECT ??

- Springbrunnentechnik
- Pumpenservice
- Hauswasseranlagen
- Reparaturen aller Fabrikate

Water

Telefon 035841 308-0

Pumpen und Anlagenbau Kretschmer
02799 Waltersdorf Hauptstr. 14a

GESCHICHTE / ZEITGESCHICHTE

Alte deutsche Schrift lesen lernen

Die alte deutsche Schrift hat Jahrhunderte überdauert, bevor 1941 die lateinische Schreibschrift eingeführt wurde. Doch beinahe überall – in Archiven, bei Behörden und in fast jeder Familie – finden wir noch heute Dokumente in diesen alten Schriften. Wohl dem, der sie entschlüsseln kann! Wer Uromas Liebesbriefe, das Tagebuch des Uropas, Rezepte oder auch Feldpostbriefe der Großeltern, alte Bauzeichnungen, Grundbuchkarten und die Eintragungen in alten Gerichtsbüchern lesen möchte, muss sich mit diesen Schriften befassen.



Ausgehend vom Alphabet wird bei diesem Kurs Wissen rund um das Lesen und Verstehen der deutschen Schrift vermittelt. Die Kursleiterin geht auf Besonderheiten der alten Schrift, auf gebräuchliche Abkürzungen und lateinische Wörter der vergangenen Jahrhunderte sowie auf Zahlen und Datumsangaben ein. In einer Zeit, in der die Handschrift immer mehr verdrängt wird, ist das Erlernen und Verstehen einer alten Schrift etwas ganz Besonderes.

Weißwasser 25FA1103WW

Dienstag | 04.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Gertraudis Ende | 84,50 €

POLITIK/BÜRGERSCHAFTLICHES ENGAGEMENT

Buchhaltung für Vereine

Kaum jemanden reißt das Thema vom Hocker, aber kein Verein kommt ohne Buchhaltung aus. Wir beschäftigen uns mit den gesetzlichen und organisatorischen Grundlagen und sprechen über Bestands- und Erfolgskonten sowie die Einnahmen-Überschuss-Rechnung. Nach den Terminen können Sie Ihre Posten anhand des Vier-Sphären-Modells einordnen und durch die praktischen Übungen selbst Buchungen vornehmen und die Finanzen des Vereins grundsätzlich mitbetreuen.



Die inhaltlichen Schwerpunkte werden zu Beginn des Workshops mit den Teilnehmern festgelegt.

Löbau 25FA1215LL

Mittwoch | 02.04.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Ines Schicht | 30,00 €

Zittau 25FA1215ZZ

Mittwoch | 19.03.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Ines Schicht | 30,00 €

ÖKONOMIE/RECHT/FINANZEN

Erbrecht

Die Formulierung des letzten Willens sollte gründlich durchdacht werden. Schließlich wollen Erblasser die Weitergabe des geschaffenen Vermögens häufig bewusst und möglichst fehlerfrei regeln. Im Vortrag werden deswegen unter anderem die folgenden Fragen besprochen: Wer ist eigentlich Erbe? Was ist unter der gesetzlichen Erbfolge zu verstehen? Wann ist es sinnvoll, ein Testament zu errichten? Welche Rechtsfolgen des Testaments ergeben sich dann bzw. welche Arten von Testamenten gibt es und was ist ein Pflichtteilsrecht?

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Löbau 25FA1310LL

Montag | 17.03.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau | Elvira Ehlemann | 10,50 €

Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung

Ein großer Teil der Bevölkerung geht immer noch davon aus, dass im Falle eines Unfalles, einer schwerwiegenden Krankheit oder einer seelischen Krise, die eigenes rechtsgeschäftliches Handeln - wie z.B. eine Wohnungsauflösung - unmöglich macht, dies doch der Angehörige tun könne.

Genau das ist jedoch nach der Gesetzeslage nicht möglich. Vielmehr ist ein amtlicher Betreuer zu bestimmen. Ein Zustand, der nur durch eine Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung verändert werden kann. Da auch Ehegatten und Kinder nur mit Vollmachten für Angehörige eintreten können, empfiehlt es sich, bereits in guten Tagen für einen möglichen Ernstfall vorzusorgen.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten der Vorsorge, die Vorsorgevollmacht, die Betreuungs- und Patientenverfügung. Diese werden Ihnen in diesem Vortrag erläutert.

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Löbau 25FA1320LL

Montag | 24.03.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau | Elvira Ehlemann | 10,50 €

Begutachtung und Leistungen bei Pflegebedürftigkeit



Pflegebedürftige Menschen wollen so lange wie möglich zu Hause leben. Bei der Sicherstellung der Pflege ist eine Unterstützung möglich. Es gibt neben den Pflegediensten weitere entlastende Angebote. Oft überfordert die Auswahl und Finanzierung die betroffenen Familien. Im Rahmen des Vortrages erhalten die Zuhörer einen Überblick, welche Leistungen zur Entlastung genutzt werden können und welche finanziellen Mittel dafür zur Verfügung stehen.

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Löbau 25FA1350LL

Montag | 10.03.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Thomas Bartusch | kostenlos

Demenzerkrankungen

Aktuell gibt es in Deutschland rund 1,7 Mio. Menschen mit Demenz und es werden mehr. Deshalb geht Demenz uns alle an. Menschen mit Demenz haben Schwierigkeiten, sich zu erinnern, Wege zu finden und den Alltag zu organisieren. Ursache für eine Demenz sind verschiedene Erkrankungen des Gehirns. Wie eine Demenz verläuft, hängt von der jeweiligen Ursache ab und ist individuell sehr unterschiedlich. Die persönlichen Lebensumstände, das familiäre und soziale Umfeld sowie die unmittelbare Umgebung können entscheidend dazu beitragen, dass eine Person auch mit Demenz weiterhin selbstbestimmt und sicher leben kann. Der Kurs soll helfen, Wissen über Demenzerkrankungen zu verbreiten und das Verständnis für Menschen mit Demenz und ihre Familien zu fördern.

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Löbau 25FA1360LL

Montag | 31.03.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Thomas Bartusch | kostenlos

ODYSSEE IM NETZ – WIE SIE SICH CLEVER DURCHS INTERNET NAVIGIEREN

Themenabend 1: Galaktische Cyber-Abwehr – Was Verbraucher gegen Cyberkriminalität tun können

Kommen Sie mit uns auf eine Reise in die Welt der Cyberkriminalität. Denn um ihre Abwehrmechanismen zu stärken, sollten Verbraucher ihre Feinde genauestens kennen. Unsere



Veranstaltungsreihe zum Thema Cybersicherheit nimmt Sie mit in die Welt des Identitätsdiebstahls, der Fake News und fiesen Online-Shops. Wir erklären, wie Sie sich vor Phishing, Smishing und Hackerangriffen wappnen und was die besten Tipps sind, um sicher und smart im Netz unterwegs zu sein. Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Sachsen e.V.

Themen:

- Identitätsdiebstahl
- Fake News
- Fake-Shops
- Verträge im fremden Namen
- Phishing – Smishing
- InApp-Käufe
- Hacking: Ransomware

Weißwasser 25FA1330WW

Mittwoch | 26.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Alicia Krimmelbein | 12,50 €

Themenabend 2:

Sternenkrieg der Daten – Die Kosten unserer Unaufmerksamkeit

Begeben Sie sich mit uns auf eine Reise durch den Datenkosmos. Erfahren Sie, wie Cashback-Programme und Dark Patterns uns manipulieren und was wirklich hinter kostenfreien Angeboten steckt. Wir decken die versteckten Kosten von Vergleichsportalen und App-Finanzierungen auf. Lassen Sie sich nicht täuschen und lernen Sie, wie Sie sich als Verbraucher schützen und kluge Entscheidungen im digitalen Universum treffen können. Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Sachsen e.V.



Themen:

- Gläserner Kunde: Die Tricks hinter Cashback- Programmen
- Dark Patterns
- Kostenfalle: Vergleichsportal
- Vermeintlich kostenfreie Angebote
- App Finanzierung

Weißwasser 25FA1331WW

Mittwoch | 02.04.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Alicia Krimmelbein | 12,50 €

Persönliche Daten im Internet: Wie schützen wir uns und unsere Kinder im Netz?

Im Netz sind wir inzwischen fast alle unterwegs: auf der Suche nach Informationen, Unterhaltung, Schnäppchen oder Kontakten in sozialen Netzwerken. Fast pausenlos hinterlassen wir dabei teils persönlichste Daten und geben Einblicke in unsere Interessen und Lebensverhältnisse – absichtlich oder nicht.



Oftmals sind wir im Unklaren darüber, was mit unseren Daten geschieht (oder geschehen könnte) und wie weitreichend der Zugriff von Websites, Diensten und den dahinterstehenden Konzernen auf unseren Rechner oder das Smartphone wirklich ist. Die gute Nachricht ist: Wir müssen nicht alles hinnehmen und haben einiges selbst in der Hand.

An diesem Abend zeigt Ihnen der Referent unter anderem ganz praktisch:

- welche Einstellungen im Browser Sie und Ihre Daten schützen
- was hinter einigen Formulierungen von Nutzungsbedingungen bei Programmen/Apps steckt und was diese konkret bedeuten
- wie Sie umsichtig sind bei Cookies, Spam-Mails und dem Herunterladen von unbekanntem Quellen
- was ein sicheres Passwort ausmacht
... und gibt Tipps für das sichere Surfen im Netz.

Das Motto lautet hier: Unterstützung statt Unverständnis! Nicht zuletzt diskutiert der Kursleiter mit Ihnen gern seine „10 Gebote digitaler Ethik“: Was sollte man tun, und was lieber lassen? Die Verantwortung für unser Nutzungsverhalten und seine Folgen können wir letztlich nicht abgeben. Bringen Sie gern eigene Beispiele und Fragen mit. Die Veranstaltung richtet sich an Internet- und Smartphone-Nutzer ohne Expertenkenntnisse in der IT. Empfehlenswert auch für Eltern, Lehrer, Erzieher und alle, die Kinder und Jugendliche betreuen, begleiten und unterstützen. Bitte beachten Sie, dass der Kursleiter keine Einstellungen an mitgebrachten Geräten der Teilnehmer vornimmt.

Anmeldung bis 01.04.2025.

Weißwasser 25FA1370WW

Montag | 07.04.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Matthias Schneider | 12,50 €



vhs.cloud

Auf der vhs-eigenen digitalen Plattform können wir Veranstaltungen und Kurse ortsunabhängig anbieten. Weitere Infos finden Sie auf Seite 71.

GLOBALES LERNEN / BILDUNG FÜR NACHHALTIGE ENTWICKLUNG

Permakultur entdecken – Ein Workshop zum Einstieg

Das Handlungskonzept der Permakultur erfreut sich immer größerer Beliebtheit und beinhaltet einen ganzheitlichen Blick auf die Zusammenhänge und Abläufe in der (wilden) Natur. Mit den Methoden der Permakultur lassen sich Selbstversorgung und die Gestaltung von kleinen und großen Gärten sowie weitere Bereiche unseres Lebens ökologisch und auch sozial neu denken und entwerfen. Der Workshop erlaubt einen ersten Zugang zu diesem Konzept und gibt Einblicke in das Selbstverständnis und die Prinzipien der Permakultur. Diese basieren auf den drei ethischen Grundsätzen:

- Sorge für den Menschen
- Sorge für die Natur und
- faires Teilen.



Gemeinsam erarbeiten die Teilnehmenden Ansätze, um diese Grundsätze und Prinzipien auf ihr direktes Lebensumfeld zu beziehen. Sie entwickeln erste Ideen und Handlungswege für Permakultur „vor der eigenen Haustür“ oder im eigenen Garten.

Diplom-Kulturwirtin Natalie Krieger ist angehende Permakultur-Designerin (Permakultur Institut e.V.) und lebt in Spremberg. In anschaulichen Beispielen und mit kleinen Übungen erläutert sie das Konzept der Permakultur.

Weißwasser 25FA1410WW

Freitag | 28.03.2025 | Freitag 16:30 - 20:00 Uhr, Samstag 10:00 - 14:00 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Natalie Krieger | 55,50 €

Motorsägen-Kurs

Wenn Sie im Wald Ihr Brennholz günstig selbst machen wollen, gilt: Der „kleine Motorsägen-Schein“ ist Pflicht. In diesem Kurs lernen Sie die Motorkettensäge in Theorie und Anwendung kennen. In den ersten drei Veranstaltungen erfahren Sie Wissenswertes rund um Aufbau, Funktion, Anwendungsmöglichkeiten und eventuelle Gefahren im Umgang mit der Motorkettensäge. Dabei bildet die fachgerechte Arbeitsweise und Handhabung der Motorkettensäge sowie Unfallverhütungsvorschriften und Arbeitsschutzvorschriften einen wesentlichen Schwerpunkt des Kurses. Am abschließenden Praxistag wenden Sie das Gelernte an, indem Sie auf einer Freifläche in der Natur mit der Säge praktisch arbeiten lernen.

Kursinhalte:

Theorie:

- Aufbau der Motorsäge und Funktion der Bauteile
- Inbetriebnahme, Pflege und Wartung
- Fällung und Entastung
- Trennschnitte und Schnitttechniken
- Beachten von Sonderbedingungen
- Arbeitsschutz

Praxisteil am Samstagvormittag:

- Inbetriebnahme der Motorkettensäge
- Fällung und Entastung
- Trennschnitt an liegendem Holz (unter Spannung)
- Pflege und Wartung der Motorkettensäge

Bitte bringen Sie zu Ihrem eigenen Schutz zum Praxisteil folgende Dinge mit: schnittfeste Hose, Arbeitshandschuhe, Helm, Arbeitsschutzschuhe.

Löbau 25FA1412LL

Montag | 31.03.2025 | 17:00 - 21:00 Uhr | 3 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Volker Gubsch | 135,50 €

Samstag | 26.04.2025 | 09:00 - 13:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Praxisteil auf Freifläche | Volker Gubsch

Zittau 25FA1412ZZ

Montag | 03.03.2025 | 17:00 - 21:00 Uhr | 3 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Volker Gubsch | 135,50 €

Samstag | 22.03.2025 | 09:00 - 13:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Praxisteil auf Freifläche | Volker Gubsch

PHILOSOPHIE / RELIGION / ETHIK

Philosophischer Nachmittag: Die Französische Aufklärung im 18. Jahrhundert

Das 18. Jahrhundert gilt in Frankreich als das Jahrhundert der Aufklärung, in dem Voltaire, Diderot, d'Alembert, Rousseau u.v.m. neben der Encyclopédie fast alle soziologischen Themen (Hedonismus, Ethik, Stellung der Frau und Gleichberechtigung, Atheismus, Materialismus, Pragmatismus und Relativismus) des Ancien régime im Salon des Baron Holbach, eines Deutschen aus der Pfalz, diskutierten.



Die von ihnen verfassten Bücher wurden unter Pseudonym im Ausland gedruckt. Diese Bücher waren in Frankreich verboten, für den Besitz und auch die Verbreitung wurden hohe Strafen angedroht und vollstreckt.

Die Themen der Aufklärung und deren Entwicklung für die Moderne stehen im Mittelpunkt des Nachmittags. Als Philosoph wird der Baron Paul-Henri Thiry d'Holbach (1721-1789) und sein Salon vorgestellt.

Interessenten ohne Vorkenntnisse sind wie immer willkommen.

Um vorherige Anmeldung bis 17.02.2025 wird gebeten.

Weißwasser 24HA1803WW

Samstag | 22.02.2025 | 15:00 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Stephan Jaster | 16,80 €

Philosophischer Nachmittag: Neuplatonismus

Der Neuplatonismus war die letzte Denkschule der Antike, in der eine Rückbesinnung u.a. auf Platons Philosophie stattfand, wobei auch neue Erkenntnisse gewonnen wurden.

Der wirkmächtigste Philosoph dieser Denkschule, Plotin (205-270 n. Chr.), lebte seine Philosophie auch und wollte eigentlich keine Schriften hinterlassen. Sein Schüler Porphyrios überlieferte seine Schriften und das Leben Plotins.

Plotin prägte Begriffe, die bis in unsere Zeit hinein benutzt werden - der Neuplatonismus beeinflusste die Philosophie des Mittelalters und der frühen Neuzeit. Auch die Philosophen des deutschen Idealismus bis hin zu Heidegger und den Existenzialisten setzten sich mit dem Neuplatonismus auseinander. An diesem Nachmittag werden Plotins Leben und Werk vorgestellt. Zusätzlich betrachtet der Referent die Wirkung dieser Denkschule auf Zeitgenossen und Denker nachfolgender Jahrhunderte.

Interessenten ohne Vorkenntnisse sind wie immer willkommen.

Um vorherige Anmeldung bis 17.04.2025 wird gebeten.

Weißwasser 25FA1801WW

Samstag | 26.04.2025 | 15:00 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Stephan Jaster | 16,80 €

Philosophischer Nachmittag: Deutscher Idealismus - Immanuel Kant

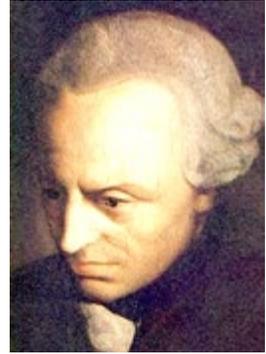
„Wage zu denken!“ - „... der bestirnte Himmel über mir und das moralische Gesetz in mir.“ - „der kategorische Imperativ“ – die bekanntesten Zitate des Königsberger Philosophen Immanuel Kant (1724-1804) beschreiben nur zum Teil das Werk, das er hinterlassen hat: „Die Kritik der reinen/praktischen Vernunft bzw. der Urteilskraft, „der ewige Frieden“, der zur Bildung des Völkerbun-

des und der UNO führte, sind nur ein Teil dessen, worüber Kant nachgedacht und geschrieben hat. Sein Leben und Werk, seine Vorbilder und seine Nachwirkung, auch auf heutige Menschen, sind Thema dieses Nachmittags. Für Fragen und Diskussion besteht ausreichend Gelegenheit.

Interessenten ohne Vorkenntnisse sind wie immer willkommen. Um vorherige Anmeldung bis 23.06.2025 wird gebeten.

Weißwasser 25FA1802WW

Samstag | 28.06.2025 | 15:00 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung
Geschäftsstelle Weißwasser | Stephan Jaster | 16,80 €



Nahostkonflikt und israelbezogener Antisemitismus

Zur aktuellen Situation im Nahen Osten kursieren viele Meinungen, welche jedoch häufig aus (gefährlichem) Halbwissen und einseitigen Schuldzuweisungen bestehen. Der Konflikt um Israel und Palästina ist jedoch sehr viel komplexer, als er oft dargestellt wird.

Der Workshop widmet sich der Geschichte des Konflikts und beleuchtet Akteure und deren Interessen, um Hintergründe und Komplexität der Situation darzustellen. Abschließend wirft er Schlaglichter auf die derzeitige Situation und diskutiert das Phänomen des israelbezogenen Antisemitismus.

Dieser Workshop findet im Rahmen des Projektes „Jüdisches Leben erfahren“ statt und wird veranstaltet vom Kultur- und Begegnungszentrum Ariowitsch-Haus e.V. - Leipzig.



Weißwasser 24HA1814WW

Dienstag | 21.01.2025 | 16:30 - 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Dozententeam „Ariowitsch-Haus“ e.V. | 8,00 €

LÄNDER- UND HEIMATKUNDE / STADTKULTUR

Schnupperkurs: Nordische Mythologie

Nordische Mythologie ist eine Welt der Helden, Mythen und Glaubensvorstellungen, die den europäischen Norden geprägt hat und jahrhundertlang auf dem Kontinent berüchtigt war. Lernen Sie die Auslegung der Weltgeschichte und die Regeln des menschlichen Miteinanders nach

Vorstellung der Wikinger kennen und versetzen Sie sich in diesem Kurzseminar in eine Welt, in der die Götter das Leben im Norden Europas bestimmten.

Anmeldung bis 16.01.2025.

Weißwasser 24HA1904WW

Freitag | 24.01.2025 | 16:00 - 17:45 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle

Weißwasser | Arkadiusz Lisowski | 12,60 €



KOMMUNIKATION / MEDIEN

Informationsveranstaltung in der Bibliothek

Liebe Bibliotheksbesucherinnen und -besucher,

Wir laden Sie herzlich immer am 3. Dienstag im Monat zu unserer Informationsveranstaltung zu den Online-Angeboten in der Bibliothek ein. Erhalten Sie einen Überblick über die digitale Bibliotheksnutzung, inklusive der Onleihe 3.0 und der effektiven Nutzung unseres Online-Katalogs. Informieren Sie sich über regelmäßige Veranstaltungen wie das Lese-Café, Lesungen und Vorträge. Lassen Sie sich bei einem Bibliotheksrundgang von unserer Medienvielfalt inspirieren. Egal ob Sie regelmäßig Nutzender oder zum ersten Mal hier sind - wir heißen Sie herzlich willkommen! Die angebotenen Termine bauen nicht aufeinander auf und werden individuell auf die Teilnehmenden ausgerichtet.

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Zittau 25FA1900ZZ

Dienstag | 18.03.2025 | 17:00 - 18:00 Uhr | 6 Veranstaltungen | Christian-Weise-Bibliothek,

Schulergängung | Dozententeam Chr.-Weise-Bibliothek | kostenlos



Tom Offermanns ... Mail: tom_offermanns@vodafone.de

Turnhallenweg 10, 02739 Kottmar, Ortsteil Neueibau

Tel. 03586 408472 • Fax: 03586 300197 • Funk: 0172 3436001

VERBRAUCHERFRAGEN

Waldbaden und Malen in der Natur

Dieser Nachmittag ist für alle Naturfreunde, die gern malen oder denken, sie können nicht malen. Sie werden viel Zeit haben, sich in Ruhe mit der Natur und dem Wald zu verbinden, auch durch angeleitete Übungen aus dem Waldbaden (Baden in der Atmosphäre des Waldes). Durch den Fokus auf die Sinne entstehen sehr angenehme Gefühle der Entspannung, Leichtigkeit und Freude. Inspiriert durch die Natur setzen Sie sich danach an einen selbstgewählten Platz und malen, was immer Sie möchten. Auch hier geht es in erster Linie um die Entspannung. Treffpunkt ist der Lückendorfer Parkplatz am Forsthaus. Dort wird das vhsMobil stehen. Es gibt Tische und Stühle sowie Staffeleien. Bitte wettergerechte Kleidung tragen, sowie etwas zu trinken einpacken. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.



VHS Mobil 25FA1928ZZ

Donnerstag | 08.05.2025 | 17:00 - 19:15 Uhr | 1 Veranstaltung | VHS-Mobil | Susanne Kunze | 30,00 €

Veranstaltungsreihe: Frühjahrsputz für den Körper!

in Kooperation
mit der



Zur neuen Jahreszeit laden wir Sie herzlich ein, Gutes für Ihren Körper und Ihr Wohlbefinden zu tun. Unsere Veranstaltungsreihe startet mit der Zubereitung von Tees und Kräutersalz aus Frühlingskräutern. Entdecken Sie die Kraft der Natur, um der Frühjahrsmüdigkeit entgegenzuwirken. Lassen Sie sich mitten in die Natur entführen und lernen Sie bei unserer zweiten Veranstaltung alles über eine entspannende Atmung. Wie Sie aus verschiedenen Kräutern einen gesunden Smoothie herstellen, zeigen wir Ihnen am Abschluss unserer Gesundheitsreihe.

„Natürliche Hilfe nach dem Winter – die Heilkraft der Frühlingskräuter“

Die Tage werden länger und die Sonne gewinnt wieder deutlich an Kraft. Aber Ihnen steckt der kalte Winter teilweise noch in den Knochen? Die berühmt berüchtigte Frühjahrsmüdigkeit hat viele fest im Griff. Für frühere Generationen war es deshalb besonders wichtig, nach dem ersten frischen Grün zu suchen. Scharbockskraut, junge Brennnesseln und Vogelmiere – nur einige der wertvollen Frühlingskräuter – bereicherten ganz selbstverständlich die Küche. Zusätzlich wirkten sie nach den langen dunklen Tagen wie eine wahre Wohltat für den Körper. Reich an Vitamin C, Ei-



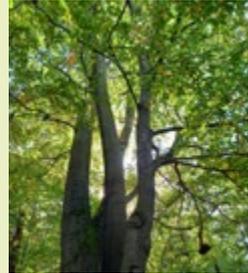
sen und Bitterstoffen füllten sie die Vitaminreserven wieder auf und gaben neue Energie. Auch Sie können dieses Wissen für sich nutzen. Lassen Sie den Frühling in Ihren Körper einziehen und erleben Sie die wohltuende Wirkung unserer heimischen Kräuter. Gemeinsam fertigen wir darauf abgestimmte Teemischungen an und stellen Kräutersalz her.

Zittau 25FA1934ZZ

Mittwoch | 26.03.2025 | 16:00 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung | AOK Plus Filiale Zittau, Hochwaldstraße 4, 02763 Zittau | Theresa Lau | kostenlos

Raus in die Natur – Tief durchatmen im Wald

Inmitten von Hektik und Stress des Alltags fällt es uns oft schwer, wirklich zu entspannen und auf unseren Atem zu achten. Doch ein ruhiger, bewusster Atem ist der Schlüssel zu mehr Wohlbefinden und Gesundheit. Nehmen Sie sich Zeit und bringen Sie sich wieder in ein wohltuendes Gleichgewicht. Erleben Sie mit uns, wie Sie in der Natur neue Atemtechniken erlernen, die Sie ganz leicht in den Alltag übertragen können. Tauchen Sie in den Wald ein: Umgeben von Bäumen, moosbewachsenen Felsen und Vogelgesang kommen Sie in Einklang mit sich selbst. In nur zwei Stunden lernen Sie einfache Übungen, die Körper und Geist nachhaltig stärken. Sind Sie dabei? Dann melden Sie sich gerne an. Treffpunkt ist am vhsMobil auf dem Wanderparkplatz in Eichgraben. Bitte bringen Sie ein Sitzkissen, eine Decke und Trinken für sich mit.



Zittau 25FA1933ZZ

Mittwoch | 07.05.2025 | 16:00 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Wanderparkplatz Eichgraben | Theresa Lau | kostenlos

Wildkräuter Smoothies für das Frühjahr selbst gemacht

Im Frühjahr bieten uns die Wildkräuter der Natur eine wahre Fülle an Nährstoffen. Aus der Apotheke der Natur sind sie frei und reichlich für uns vorhanden zum Sammeln. Nach dem Winter helfen sie, unseren Körper mit einem erfrischenden Frühjahrsputz von innen zu unterstützen. Entdecken Sie Kräuter wie Löwenzahn, Giersch und Brennnessel, die besonders reich an Vitalstoffen sind. Gemeinsam bereiten wir daraus einen leckeren Smoothie, den Sie natürlich auch kosten können. Lernen Sie mehr über die Welt der Wildkräuter und stärken Sie Ihr Wohlbefinden auf natürliche Weise.



Zittau 25FA1932ZZ

Donnerstag | 15.05.2025 | 16:00 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung | AOK Plus Filiale Zittau, Hochwaldstraße 4, 02763 Zittau | Susanne Kunze | kostenlos

Kimchi - Fermentiertes Gemüse nach koreanischer Art in vielen Variationen

Daniel Oelmann fermentiert seit vielen Jahren unterschiedliches regionales und saisonales Gemüse und möchte dieses Wissen und die Vielfalt, der einfachen Haltbarmachung mit Hilfe von Salz, gern weitergeben. Kimchi ist koreanisches fermentiertes Gemüse, wobei jede koreanische Familie ihr eigenes Rezept hat. In diesem Kurs werden das Prinzip des Fermentierens und verschiedene Arten des Kimchi vorgestellt sowie verschiedene Kimchi verkostet. Es wird ein authentisches Kimchi, eines mit regionalen Zutaten sowie ein nicht so scharfes und eher fruchtiges für Kinder geben. Ziel des Kurses ist es, den Teilnehmern die Grundkenntnisse zu den Möglichkeiten der Fermentation und vor allem des Kimchi sowie die einfache praktische Herstellung zu vermitteln.



Es werden auch Möglichkeiten zur Einbindung des Kimchi in eine gesunde Ernährung gezeigt. Gemeinsam stellt jeder Teilnehmer eine Kimchi-Variante nach Wahl her.

Bitte bringen Sie ein Bügelglas (1 l) mit. Lebensmittel und Gewürze werden zur Verfügung gestellt.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Im Kursentgelt sind die Lebensmittelkosten enthalten.

Zittau 25FA1950ZZ

Montag | 17.02.2025 | 16:30 - 18:45 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Daniel Oelmann | 34,00 €



Keine Nachricht - gute Nachricht! Ihr gebuchter Kurs findet statt, sofern Sie nach erfolgter Anmeldung keine weitere Nachricht von uns erhalten.



KFZ Meisterwerkstatt | Oldtimerrestauration
Ersatzteilhandel | Fahrzeugverleih
Leihbus – 60,00 Euro am Tag ohne Kilometerbegrenzung
Leihautos – 20,00 Euro am Tag ohne Kilometerbegrenzung

Geschäftsführer Andre Veit

Hauptstraße 8
02747 Rennersdorf
tuningva@gmail.com
035873 2454
0177 4941007
035873 33683

DEKRA Haupt- u. Abgasuntersuchungsstützpunkt

Das Programm der VHS Dreiländereck ist sehr umfangreich. Darüber hinaus bemühen wir uns, zu aktuellen gesellschaftspolitischen Themen und Entwicklungen zusätzliche thematische Veranstaltungsangebote schaffen. Der Freistaat Sachsen gewährt den Einrichtungen der Weiterbildung dafür einen Sonderzuschuss mit den Schwerpunkten Politische Bildung bzw. Ökologische-Ökonomische Grundbildung.



Im Rahmen dieser Fördermöglichkeit, vorbehaltlich der zur Verfügung stehenden Haushaltsmittel des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushalts, werden wir auch im Jahr 2025 erneut eine Reihe von Vorträgen, Workshops und Veranstaltungen zu regionalen Wirtschaftskreisläufen, zur Regionalgeschichte, zu Forschungs- und Wissenschaftsthemen sowie auch grenzüberschreitende Veranstaltungen anbieten.

Blättern Sie gerne auf den nachfolgenden Seiten und entdecken Sie unsere vielseitigen Angebote zu diesen Themen.

NEU! Textilgeschichte zum selbst Erleben – „1 qm Lein“ – Wir möchten gerne mit Ihnen herumflachsen

Ein Leinenhemd aus dem eigenen Garten? Ist möglich! Die Oberlausitz ist eine Region der Leineweber mit einer langen Tradition des Flachsbaus und dessen Verarbeitung. Die Leineweberei entwickelte sich seit dem 13. Jh. zu einem eigenständigen Gewerbe. Das traditionelle Handwerk in den einzelnen Familien ist jedoch durch die Industrialisierung sukzessive verdrängt worden. Seitdem geht auch das Wissen um Anbau und Verarbeitung immer mehr verloren. Unabhängig davon ist aber auch die industrielle Textilherstellung bis nach der politischen Wende 1990 für unsere Region prägend gewesen. Die Verarbeitung des Flaches fand z.B. noch bis 2003 bei uns statt.

Wir möchten in diesem Kurs gerne mit Ihnen den Flachs und vor allem das Wissen zu dessen Anbau und Verarbeitung wieder in unser Bewusstsein zurückholen. Dazu möchten wir Sie gemeinsam mit unseren Kooperationspartnern einladen, mit uns an verschiedenen Standorten in unserer Region 1 m² Flachs anzubauen und diesen bis zur Ernte zu pflegen und zu ernten. Als nächstes werden wir gemeinsam „unseren“ Flachs bis zum Leinen verarbeiten. Lernen Sie in unserem Kurs ein traditionelles Handwerk, welches viele Jahrhunderte unsere Region geprägt hat, wieder neu kennen.



Die Kurse beginnen mit einer Auftaktveranstaltung im Schullandheim Eurohof Dreiländereck. Dort werden Sie alles über den Flachs und dessen Verarbeitung kennenlernen. In der Flachsstube haben Sie zudem die Möglichkeit die traditionellen Geräte für die Flachsverarbeitung live zu erleben und zu erfahren, welches Hilfsmittel für welchen Arbeitsschritt notwendig ist. Es folgen weitere Veranstaltungen, in denen dann der Flachs ausgesät, geerntet und verarbeitet wird.

In Kooperation mit der Gemeinde Großschönau, dem Deutschen Damast- und Frottiermuseum Großschönau, dem Projekt „1m² Lein“ (<https://1qmlein.de/>), der Webschule Großschönau und dem Schullandheim Eurohof Dreiländereck.

Zittau 25FS1023ZL

Donnerstag | 20.03.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung, Informationsveranstaltung | Eurohof Dreiländereck e.V. Sachsen, Scheibe 15, 02779 Hainewalde | 19,00 €

Textilgeschichte zum Anfassen – Zu Gast bei Dürninger Textildruck

In der ehemaligen „Textilhochburg“ Oberlausitz sind immer noch Firmen dieser Branche ansässig. Bei der Veranstaltung begegnet Ihnen der Textildruck als Veredlungsmöglichkeit von konfektionierten Textilien. Sie erhalten Einblick in die traditionsreiche Geschichte der Fa. Abraham Dürninger in Herrnhut und können bei einer Betriebsbesichtigung die unterschiedlichen Druckanwendungen beobachten. Bei T-Shirts, Taschen, Rucksäcke, Warnwesten oder Arbeitsbekleidung ist ein Werbeaufdruck heute fast Standard und wird in einem handwerklichen Prozess angebracht.



Dabei wird Ihnen der gesamte Prozess des Siebdruckes erklärt und Sie können erleben, wie in der Praxis der Durchlauf eines Auftrages abläuft. Gegebenenfalls besteht die Gelegenheit, selbst „mal richtig Druck zu machen“.



Zittau 25FS1024ZZ

Mittwoch | 21.05.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | A. Dürninger & Co. GmbH, Oderwitzer Str. 12, 02747 Herrnhut | 5,00 €

NEU! Bürger trifft Wissenschaft: Hilfsmittel und Assistenztechnologien

Die Veranstaltung „Bürger trifft Wissenschaft“ lädt Sie herzlich ein, sich aktiv mit Wissenschaftlern und anderen Interessierten über wichtige Alltagsthemen auszutauschen. Dieses Mal steht das The-

ma „Hilfsmittel und Assistenztechnologien für ältere Menschen im ländlichen Raum“ im Mittelpunkt. Dabei geht es darum, wie moderne Technologien Ihren Alltag erleichtern und Ihnen helfen können, so lange wie möglich selbstbestimmt und sicher in Ihrem Zuhause zu leben – auch in Gegenden, wo es weniger Angebote und Unterstützung gibt. Solche Hilfsmittel können Ihnen nicht nur mehr Sicherheit und Mobilität bieten, sondern auch die Kommunikation mit Familie und Freunden erleichtern. Gleichzeitig entlasten sie Ihre Angehörigen und das Pflegepersonal. Manche Technologien sind einfach praktisch, andere dienen der Unterhaltung oder fördern Ihre Gesundheit.

Maria Fabisch wird ihre Arbeit als Laborleiterin des sogenannten Ambient-Assisted-Living-Labors vorstellen. Das Labor stellt eine Musterwohnung dar, in der solche Technologien ausprobiert und erklärt werden. Gemeinsam mit Ihnen möchten wir über die Herausforderungen sprechen, die Ihnen im Alltag begegnen und über Möglichkeiten, wie altersgerechte Assistenztechnologien dabei helfen können. Freuen Sie sich auf einen aktiven Austausch von Wissen, Erfahrungen und Perspektiven, um nachhaltige und innovative Lösungen für Herausforderungen im Alter und der Pflege zu schaffen.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Hochschule Zittau-Görlitz und Saxony5.

Zittau 25FS1041ZZ

Donnerstag | 10.04.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | CELSIUZ, Äußere Oybiner Str. 14/16, 02763 Zittau (Mandauhöfe) | Maria Fabisch | kostenlos

Kursleiterporträt Maria Fabisch

Am 19.03.1999 geboren, studierte Maria Fabisch von 2018 - 2021 an der Hochschule Zittau/Görlitz „Management im Gesundheitswesen (Bachelor)“. Danach schloss sich ihr Masterstudium „Management im Gesundheitswesen“ sowie die Arbeit als wissenschaftliche Hilfskraft im AAL-Labor an. Seit 2024 ist sie Projektmanagerin am Institut für Gesundheit, Altern, Arbeit und Technik und wissenschaftliche Mitarbeiterin im Transferverein Saxony5 und Laborleiterin des AAL-Labors.



Bürger trifft Wissenschaft: Zu Gast im Fraunhofer IWU in Zittau

Manche von uns kennen die großen Gebäude am Zittauer Stadtring mit dem Fraunhofer IWU Schriftzug an der Fassade sicher vom Vorüberfahren. Doch was passiert denn in der Räumlichkeiten der Gebäude? IWU steht für Institut für Werkzeugmaschinen und Umformtechnik. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie viel technisches Know-how im Bereich „Additive Fertigung“, umgangssprachlich 3-D-Druck genannt, hier zu Hause ist sowie welche Beziehungen zur Wirtschaft vor Ort bestehen.

Der 3D-Druck kann alles – fast alles! Ob Fahrrad oder Windkraftanlage, es lassen sich mit Hilfe des 3D-Drucks ganz neue Ideen umsetzen. Lassen Sie sich anstecken von unserem Erfindergeist. Wir laden Sie ein, in unserem modernen Technikum neueste Anlagentechnik von klein bis ganz groß anzuschauen und mit uns ins Gespräch zu kommen. Lassen Sie sich inspirieren von unseren Ideen und vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten rund um das Thema Kunststoff. Nach dem Treff vor dem Haupteingang steht dann ein Rundgang durch das Technikum und eine Präsentation von verschiedenen Versuchsständen, wie z.B. 3-D-Druck von Kunststoffen bzw. 3-D-Druck von Metallen auf dem Programm.



Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Zittau 24HS1042ZZ

Donnerstag | 22.05.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Fraunhofer Kunststoffzentrum Oberlausitz, Theodor-Körner-Allee 6, 02763 Zittau | Kamila Brendler | 5,00 €

NEU! Bürger trifft Wissenschaft: Zu Gast im Deutschen Zentrum für Luft- und Raumfahrt in Zittau

Die Industrie benötigt etwa 70 Prozent ihrer Energie in Form von Wärme, nur etwa 15 Prozent dieser Wärme wird bisher mit „grünen“ Technologien erzeugt. Der Großteil des Wärmebedarfs wird durch fossile Brennstoffe gedeckt, dabei werden hohe Mengen an Treibhausgasen (THG), vor allem Kohlendioxid (CO₂) ausgestoßen.



Ziel ist es, industrielle Prozesse so zu gestalten, dass sie möglichst wenig bis gar kein CO₂ produzieren. Das Deutsche Zentrum für Luft- und Raumfahrt hat

im Juni 2019 das Institut für CO₂-arme Industrieprozesse in Cottbus und Zittau gegründet, um Dekarbonisierungsoptionen für eine Vielzahl von Branchen zu erforschen. Diese Optionen setzen auf nachhaltige Energieversorgung und Effizienzsteigerung, um die Energiewende zu gestalten und die Klimaziele zu erreichen. Das Institut für CO₂-arme Industrieprozesse erweitert das Portfolio der Themen der DLR-Energieforschung und hat die Dekarbonisierung der Industrie im Fokus.

Der Schwerpunkt von Forschung und Entwicklung liegt auf der Reduktion von Kohlendioxid in vielen Industriezweigen wie etwa der Papier- und Lebensmittelherstellung oder der Produktion von Aluminium. Dazu gehört auch, Kohlekraftwerke in CO₂-arme Energielieferanten umzuwandeln. Werfen Sie mit uns einen Blick hinter die Kulissen des Deutschen Zentrums für Luft- und Raumfahrt in Zittau.

In dieser Veranstaltung lernen Sie die Produkte bzw. Forschungsgebiete des DLR kennen und kommen mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ins Gespräch.

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Zittau 25FS1043ZZ

Montag | 10.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt (DLR), Äußere Oybinerstraße 14-16, Haus 9, 02763 Zittau (Mandauhöfe) | 5,00 €

Fairpachten – Landwirtschaftsflächen naturschutzgerecht verpachten – Online!

„Landwirtschaft und Naturschutz–Was kann getan werden, um unsere Arten in der Agrarlandschaft zu schützen?“ Die Artenvielfalt auf unseren Feldern, Wiesen und Weiden ist stark bedroht. Viele Arten der Agrarlandschaft gehen stark zurück. Was können wir tun? Im Vortrag werden Naturschutz-Maßnahmen vorgestellt, die Lebensräume in unserer Agrarlandschaft schaffen können, um bedrohte Arten zu schützen. Vom Blühstreifen über den Lichtacker bis hin zum Stehenlassen von Wieseninseln. Vieles ist möglich. All diese Maßnahmen lassen sich auch in einem Pachtvertrag vereinbaren.

Verpächterinnen und Verpächter landwirtschaftlicher Flächen (Privatleute, Kirche und Kommunen) können hier einen aktiven Beitrag zum Schutz unserer Arten leisten.

Angemeldete Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten die Zugangsdaten (Link) vor der Veranstaltung per E-Mail zugeschickt.

Ortsunabhängig 25FS1400ZZ

Freitag | 28.03.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 1 Veranstaltung | online |
Stephanie Krautz | kostenlos

vhs-cloud!
Mehr Infos
auf Seite 71

REGIONAL-SAISONAL-VERANSTALTUNGSREIHE

Regional-Saisonal: Streifzug in die Welt der Weiden – Mit dem Korbmacher unterwegs

Einblicke in lokales Handwerk, langlebige Produkte vom Erzeuger, Wertschätzung für regionale Waren und ein besseres Verständnis für Wertschöpfungsketten in der Lausitz - dafür steht die Veranstaltungsreihe „regional-saisonal“. In diesem Frühjahr öffnet uns Korbmachermeister Thomas Scheffel seine Türen und berichtet über Gegenwart und Zukunft seines Handwerks. Aber wir werden uns nicht nur in der Werkstatt umsehen, sondern auch im Dorf Milkel. Auf einer kurzweiligen Tour erklärt der Korbmacher, was es mit der Weidenkultur in der Heide- und Teichlandschaft auf sich hat und welche anderen Nutzungen seit alters her für die Weide und ihre Inhaltsstoffe verbreitet sind. Denn sie hat auch ihren Platz in der Mystik. Ob sie sich als nachwachsender Rohstoff der Zukunft eignet...? Fragen Sie den Experten!



Treffpunkt: Werkstatt und Laden Thomas Scheffel, Bautzener Landstraße 1, 02627 Radibor, OT Milkel. Anmeldung in der VHS bis zum 07.04.2025 erforderlich.

Bitte festes Schuhwerk und wetterfeste Bekleidung mitbringen. Weglänge ca. 3 km. Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushalts.

Weißwasser 25FS1401WW

Freitag | 11.04.2025 | 15:00 - 17:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Treffpunkt siehe Kurstext | Thomas Scheffel | 20,00 €

Regional-Saisonal: Bienen und Lavendel auf Lausitzer Sand

Es summt emsig in den Bienenstöcken zu dieser Jahreszeit! Wir denken an schmackhaften, gesunden Honig, Propolis oder das gute Bienenwachs. Manch einer liebäugelt vielleicht damit, selbst ein Bienenvolk im eigenen Garten zu beherbergen, oder möchte einfach nur mehr wissen über diese sozialen und intelligenten Nutztiere, die dafür sorgen, dass unser Tisch reich gedeckt ist.



Aus erster Hand erfahren Sie, was zum Imkern dazugehört. Wie komplex der Lebenszyklus der Honigbiene ist und welche Arbeitsgänge am Bienenstand nötig sind, können Sie sich erklären und

live zeigen lassen. Die Kursleiterin gibt viele praktische Hinweise zum Einstieg in dieses interessante Hobby. Und sie muss es wissen - schließlich ist die Agrargenossenschaft vor wenigen Jahren selbst in dieses neue Betätigungsfeld eingestiegen. Die Tiere bestäuben die Kulturen, die vor Ort angebaut werden: Raps, Buchweizen und Phacelia, und seit kurzem auch den Lausitzer Lavendel! Auch dieses Projekt stellen wir bei diesem Besuch vor. Was aus den Blüten alles hergestellt wird, können Sie im angeschlossenen Laden selbst erkunden.

Vortrag, Fragerunden und Rundgang über das Betriebsgelände. Wer den Bienen ganz nahe kommen möchte, erhält eine Schutzausrüstung gestellt. Vorsichtige bringen lange Kleidung mit. Anmeldung in der VHS bis zum 19.05.2025 erforderlich.

Treff und Veranstaltungsort: Agrargenossenschaft See eG, Ernst-Thälmann-Straße 29, 02906 Niesky OT See.

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushalts.

Niesky 25FS1900NN

Freitag | 23.05.2025 | 16:30 - 19:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Treffpunkt siehe Kurstext | Agrargenossenschaft See eG | 25,00 €

Regional-Saisonal: Beerenobstkulturen Eichgraben

Beerenobstkulturen Eichgraben

Die Firma „Beerenobstkulturen und Erdbeerpflanzenvermehrung“ ist ein traditionsreicher Familienbetrieb in der nunmehr 3. Generation. Das Unternehmen stellt hohe Anforderungen an die Qualität der Produkte und hat sich deshalb auf die beiden oben genannten Produktionszweige spezialisiert. In ihrem Betrieb realisiert die Familie den Erdbeeraanbau mit Stellagen- und Freilandkultur sowie die Produktion von Erdbeerpflanzen. Besonders stolz ist sie auf die Stellagen-Kultur, welche vor 2015 begonnen wurde. Somit ist es möglich, die süßen Erdbeerfrüchte bequem im Zelt zu ernten. Sie sind dort vor den immer stärker werdenden Wettereinflüssen optimal geschützt. Damit können sowohl ab Mitte Mai als auch bis zum ersten Frost im Spätherbst frisch geerntete, regionale Erdbeeren angeboten werden.

Mit dem Weiterführen des Unternehmens hält auch eine neue Art der Freilandkultur Einzug, die bisher in unserer Region einmalig ist und mit der Saison 2025 erste Erträge bringen soll.

Die Erdbeerpflanzenvermehrung ist zum größten Teil auf den Kleingartenbereich mit wohltschme-



ckenden Sorten wie Korona, Polka, Senga Sengana, Kent, Honeoye, Ostara und natürlich auch die Liebhabersorte Mieze Schindler sowie die neue Sorte Mieze Nova ausgerichtet.

Bei der Betriebsbesichtigung werden Sie interessante Einblicke in die Produktionsabläufe der Fruchtproduktion sowie der Vermehrung von Erdbeerpflanzen bekommen.

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen. An diesem Tag ist auch unser vhsMobil als Unterstützung mit vor Ort!

VHS-Mobil 25FS1926ZZ

Mittwoch | 14.05.2025 | 17:00 - 19:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Beerenobstkulturen & Erdbeerpflanzenvermehrung Klaus Möse, Olbersdorfer Str. 14, 02763 Zittau OT Eichgraben | 12,50 €

NEU! Regional-Saisonal: Besuch in der Imkerei der BIOase Zittau

Wer will fleißige Bienen sehen?

Selbst Bienen zu halten, zu beobachten und zu bewirtschaften ist sehr faszinierend. Bemerkenswert wie dieser kleiner Staat funktioniert und seine eigenen Regeln hat. Und wie mühsam es ist und wie viel Erfahrung es braucht, diese zu kennen.

Besuchen Sie mit uns die kleine, voll ausgestattete Bio-Imkerei der BIOase Zittau in der Eckartsberger Straße. Die derzeitig fünf Bienenvölker stehen in der Kräutergärtnerei der BIOase und werden von Familie Hieke, den Inhabern der BIOase Zittau, durch das Jahr begleitet.



Sie erfahren in unserer Veranstaltung seit wann und warum Familie Hieke ihre Imkerei betreibt und dass ihre Begeisterung für Bienen ungebrochen ist. Außerdem lernen Sie wie ein Bienenjahr aussieht, wie Honig hergestellt wird und was guten Honig ausmacht.

Familie Hieke wird uns auch erzählen, welche Auswirkungen die Klimaveränderungen bzw. Wetterkapriolen auf ihre Bienenvölker und auf die Honigproduktion haben.

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen. An diesem Tag ist auch unser vhsMobil als Unterstützung mit vor Ort!

VHS-Mobil 25FS1927ZZ

Dienstag | 06.05.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Kräutergarten BIOase Zittau, Eckartsberger Straße 62, 02763 Zittau | Cornelia Hieke | 12,50 €

Regional-Saisonal: Exkursion – Alte Getreidesorten und Spezialbackwaren

Verfolgen Sie mit Eva Lehmann, Sachbearbeiterin für Landwirtschaft im UNESCO-Biosphärenreservat Oberlausitzer Heide- und Teichlandschaft, den Weg des Getreides vom Feld bis auf unsere Teller. Bei der Exkursion lernen Sie alte Getreidesorten auf dem Feld kennen, besuchen einen Landwirt, der über seine Erfahrungen beim Anbau dieser Sorten berichtet und erleben eine Backstubenführung mit Verkostung (im Entgelt inbegriffen).



Treffpunkt: Modellacker Dubina am Hof der Biosphärenreservatsverwaltung, Warthaer Dorfstraße 29, 02694 Malschwitz OT Wartha; von dort Weiterfahrt mit eigenem PKW. Über die VHS kann in begrenztem Umfang eine Mitfahrgelegenheit aus Richtung Weißwasser organisiert werden.

Anmeldung in der VHS bis zum 16.06.2025 erforderlich.

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushalts.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem UNESCO-Biosphärenreservat „Oberlausitzer Heide- und Teichlandschaft“.

Wartha 25FS1910NN

Freitag | 20.06.2025 | 13:00 - 17:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Warthaer Dorfstraße 29, 02694 Malschwitz OT Wartha | 5,00 € | Festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung tragen.

NEU! Veranstaltungsreihe Oberlausitzer Manufakturen: Köstliches Konditorhandwerk in Marias Genuss Manufaktur

In Marias Genuss Manufaktur in Mittelherwigsdorf entsteht köstliches Konditorhandwerk aus der Oberlausitz. Maria Pätzold ist leidenschaftliche Konditormeisterin und widmet sich in ihrer kleinen Backstube den süßen Dingen des Lebens. Hier entstehen handgemachte Pralinen, Weihnachtsgebäck und Torten für jeden Anlass.



Frau Pätzold wird Sie über die Herstellung ihrer Köstlichkeiten aus hochwertigen Rohstoffen informieren und Sie können diese auch verkosten. Die Teilnehmer an der Veranstaltung lernen das Wesen einer kleinen Manufaktur, aber auch deren Herausforderungen kennen und können Handwerkskunst live erfahren. >>

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Zittau 25FS1800ZZ

Mittwoch | 05.03.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Marias Genuss Manufaktur, Straße der Pioniere 33, 02763 Mittelherwigsdorf (ehemaliges OBTEC-Gebäude) | Maria Pätzold | 14,00 €

Zittau 25FS1801ZZ

Samstag | 29.03.2025 | 10:30 - 12:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Marias Genuss Manufaktur, Straße der Pioniere 33, 02763 Mittelherwigsdorf (ehemaliges OBTEC-Gebäude) | Maria Pätzold | 14,00 €

DEUTSCH-TSCHECHISCHE VORTRÄGE UND WORKSHOPS

Indianer und Übergangsriten - der Start ins neue Jahr inklusive Trommeln

Erleben Sie bei unserem Workshop einen inspirierenden Abend, welcher der Weisheit der amerikanischen Ureinwohner und ihren Übergangsriten gewidmet ist. Gemeinsam stimmen wir uns mit Hilfe von Traditionen, die uns mit der Natur, der Energie und unserer inneren Welt verbinden, auf den Beginn des neuen Jahres ein.



Was erwartet Sie?

- Kennenlernen der Bedeutung von Übergangsritualen und ihrer Symbolik.
- Gemeinsames Trommeln als Werkzeug zur Reinigung und Stärkung neuer Absichten.

Lassen Sie sich von der Weisheit der Traditionen der amerikanischen Ureinwohner inspirieren und starten Sie mit Klarheit, Kraft und Harmonie in das neue Jahr. Wir freuen uns auf Ihren Besuch im gemeinsamen Kreis!

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Indiáni a přechodové rituály - Vstup do nového roku

Prožijte inspirativní večer věnovaný moudrosti původních obyvatel Ameriky a jejich přechodovým rituálům. Společně se naladíme na příchod nového roku pomocí tradic, které nás propojí s přírodou, energií a naším vnitřním světem.

Co vás čeká?

- Seznámení s významem přechodových rituálů a jejich symbolikou.
- Společné bubnování jako nástroj očisty a posílení nových záměrů.

Přijďte načerpat inspiraci z moudrosti indiánských tradic a vstupte do nového roku s jasností, silou a harmonií. Těšíme se na vás u společného kruhu!

Zaregistrujte se, kapacita prostor je omezena.

Zittau 25FS1401ZZ

Mittwoch | 15.01.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Eliska Riedlova | 20,00 €

Feng Shui - frischer Wind ins neue Jahr

Begrüßen Sie das neue Jahr mit Energie, Harmonie und positiven Veränderungen! In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie mit Feng Shui eine Umgebung schaffen, die Neuanfänge, persönliches Wachstum und Freude fördert.



Worauf können Sie sich freuen?

- Praktische Tipps zum Reinigen und Organisieren von Räumen, die frische Energie bringen.
- Wie man Lebensbereiche aktiviert, die mit Fülle, Gesundheit und Beziehungen verbunden sind.
- Rituale und Symbole für das neue Jahr zur Unterstützung Ihrer Absichten und Ziele.

Lernen Sie einfache, aber effektive Techniken, die Ihren Raum und Ihre Energie verändern. Starten Sie mit Leichtigkeit und Frische ins neue Jahr! Wir freuen uns auf Sie!

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Svěží vítr do nového roku

Přivítejte nový rok s energií, harmonií a pozitivními změnami! Tento workshop vás naučí, jak využít Feng Shui k vytvoření prostředí, které podporuje nové začátky, osobní růst a radost.

Na co se můžete těšit?

- Praktické tipy pro úklid a uspořádání prostoru, které přinesou čerstvou energii.
- Jak aktivovat oblasti života spojené s hojností, zdravím a vztahy.
- Rituály a symboly pro nový rok, které podpoří vaše záměry a cíle.

Přijďte si osvojit jednoduché, ale účinné techniky, které promění váš prostor i energii. Vstupte do nového roku s lehkostí a svěžestí! Těšíme se na vás!

Zaregistrujte se, kapacita prostor je omezená.

Zittau 25FS1402ZZ

Samstag | 22.02.2025 | 9:30 - 11:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Eliska Riedlova | 20,00 €

Das Leben der Bauern in unserer Region

Entdecken Sie die Welt der Landwirte in Ihrer Nähe! In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie die tägliche Arbeit auf einem Bauernhof aussieht, welche Herausforderungen und Freuden die Landwirtschaft mit sich bringt und warum es wichtig ist, die lokale Landwirtschaft zu unterstützen.



Was erwartet Sie?

- Über traditionelle und moderne Anbaumethoden sprechen.
- Ein Blick auf ökologische und nachhaltige Ansätze in der Landwirtschaft.
- Diskussion über die Bedeutung lokaler Produkte für unsere Gemeinschaft.

Der Workshop richtet sich an alle Liebhaber der Natur, lokaler Produkte und eines nachhaltigen Lebensstils. Werfen wir gemeinsam einen Blick in das Leben derer, denen unsere Lebensmittel am Herzen liegen, und finden wir heraus, wie wir die Bauern vor Ort und unsere Landschaft unterstützen können! Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Život farmářů v našem regionu

Poznejte svět farmářů ve vašem okolí! Přijďte objevit, jak vypadá každodenní práce na farmě, jaké výzvy a radosti přináší farmaření a proč je důležité podporovat lokální zemědělství.

Co vás čeká?

- Povídání o tradičních i moderních metodách hospodaření.
- Pohled na ekologické a udržitelné přístupy v zemědělství.
- Diskuze o významu lokálních produktů pro naši komunitu.

Workshop je pro všechny milovníky přírody, lokálních produktů a udržitelného životního stylu. Pojďme společně nahlédnout do života těch, kteří se starají o naše jídlo, a zjistit, jak můžeme podporovat místní farmáře i naši krajinu! Zaregistrujte se, kapacita prostor je omezena.

Zittau 25FS1403ZZ

Mittwoch | 26.03.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |

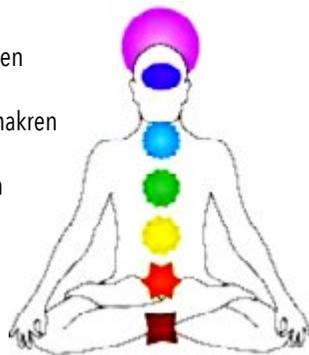
Monika Bimova | 20,00 €

Chakras: Dein innerer Kompass zur Harmonie

Tauchen Sie ein in die Geheimnisse des Chakra-Systems und entdecken Sie, wie es Ihren Körper, Geist und Ihre Seele beeinflusst.

Während dieses interaktiven Workshops:

- Sie lernen die Grundlagen der sieben Hauptchakren und deren Wirkung auf Gesundheit und Energie kennen.
- Sie erlernen praktische Techniken zur Harmonisierung der Chakren durch Meditation, Atem, Farben und Klänge.
- Sie erleben Entspannung und neue Energie in einer sicheren und inspirierenden Umgebung.



Bei diesem Workshop sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Wir freuen uns auf Sie! Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Objevte sílu čakrového systému

Přijďte se ponořit do tajemství čakrového systému a objevit, jak ovlivňuje vaše tělo, mysl i duši.

Během tohoto interaktivního workshopu:

- Naučíte se základy sedmi hlavních čaker a jejich vliv na zdraví a energii.
- Naučíte se praktické techniky harmonizace čaker pomocí meditace, dechu, barev a zvuků.
- Prožijete uvolnění a obnovu energie v bezpečném a inspirativním prostředí.

Workshop je vhodný pro všechny, bez ohledu na předchozí zkušenosti.

Přihlaste se a vykračte na cestu k rovnováze a vnitřní harmonii! Těšíme se na vás!

Zaregistrujte se, kapacita prostor je omezena.

Liberec 25FS1404ZZ

Samstag | 25.01.2025 | 14:00 - 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Kousek Slunce, Ještědská 535/63, 46007 Liberec | Eliska Riedlova | 30,00 €

Für die Vielen, die sich unwohl fühlen, ob sie genders oder nicht, und nach Argumenten für ihre Entscheidung suchen, bietet dieses Buch eine wertvolle Orientierung.

Die Illustration zeigt drei Frauen, die sich die Mäuler halten, was auf Unwohlsein oder Verunsicherung hindeutet. Rechts daneben ist das Buchcover 'Das missbrauchte Geschlecht' von Michaela W. zu sehen. Das Cover ist rot und weiß und trägt den Untertitel 'Gender ... geht das auch sensibel?'. Ein rotes Schild mit dem Wort 'FRAUEN' ist ebenfalls auf dem Cover zu sehen.

Mehr unter: www.weltbuch.com/das-missbrauchte-geschlecht

Kräuter in unserer Region

Entdecke die verborgenen Schätze unserer Natur! Bei diesem Workshop tauchen wir ein in die Welt der heimischen Kräuter und lernen, wie wir sie für Gesundheit, Genuss und Wohlbefinden nutzen können.



Was erwartet dich?

- Einführung in die Vielfalt regionaler Wild- und Gartenkräuter.
- Praktische Tipps zur Erkennung, Ernte und Aufbewahrung.
- Anwendungen: Kräutertees, Hausmittel und kulinarische Kreationen.
- Spannende Geschichten und altes Wissen rund um die Kräuter.
- Gemeinsames Ausprobieren und Genießen!

Workshop für alle Natur- und Kräuterliebhaber – ob Anfänger oder Fortgeschrittene. Lassen Sie sich von der Kraft der Natur inspirieren und nehmen Sie wertvolles Wissen mit nach Hause.

Wir freuen uns auf Sie!

Bylinky v našem regionu

Objevte skryté poklady naší přírody! Na tomto workshopu se ponoříme do světa místních bylinek a naučíme se, jak je využít pro zdraví, požitek a pohodu.

Co vás čeká?

- Seznámení s rozmanitostí krajových divokých a zahradních bylin.
- Praktické tipy pro identifikaci, sklizeň a skladování.
- Použití: bylinné čaje, domácí prostředky a kulinařské výtvary.
- Vzrušující příběhy a starověké znalosti o bylinkách.
- Vyzkoušejte to společně a užijte si to!

Pro všechny milovníky přírody a bylinek – začátečníky i pokročilé. Nechte se inspirovat silou přírody a odnese si cenné znalosti domů.

Těšíme se na vás!

Oldřichov v Hájích 25FS1405ZZ

Samstag | 24.05.2025 | 09:30 - 12:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Oldřichov v Hájích 106 |
Monika Bimova | 22,00 €

Schuhhandwerk erleben: Gestalte deine eigenen Fußspuren

Wir laden Sie herzlich zu einem deutsch-tschechischen Workshop ein! In diesem 4-stündigen Workshop haben Sie die Möglichkeit, Ihre eigenen Schuhe herzustellen. Dabei entdecken Sie viele interessante Informationen über natürliche Materialien.

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Výroba bot z přírodních materiálů

Zveme vás na německo-český workshop. Během 4 hodin si vyrobíte vlastní boty.

Zaregistrujte se, kapacita prostor je omezená.

Zittau 25FS1406ZZ

Samstag | 12.04.2025 | 09:30 - 12:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Eliska Riedlova | 25,00 €

Zittau 25FS1416ZZ

Samstag | 21.06.2025 | 09:30 - 12:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Eliska Riedlova | 25,00 €



Das Leben der Bauern in unserer Region – landwirtschaftliche Architektur

Wie sehen landwirtschaftliche Gebäude aus und welchen Stellenwert haben sie im Leben der Landwirte? Entdecken Sie wie Architektur und Bauwesen den landwirtschaftlichen Alltag, das Management und die Nachhaltigkeit in der Landwirtschaft beeinflussen.



Was erwartet Sie?

- Ein Blick auf traditionelle und moderne Wirtschaftsgebäude unserer Region.
- Diskussion über Funktionalität, Nachhaltigkeit und Ästhetik landwirtschaftlicher Gebäude.
- Beispiele für die Anpassung historischer Gebäude an die aktuellen Bedürfnisse der Landwirte.
- Inspiration für Ihre eigenen Projekte im Zusammenhang mit der Landwirtschaft oder dem ländlichen Stil. >>

Erleben Sie das Leben der Landwirte aus der einzigartigen Perspektive der Gebäude, die ihr alltägliches Umfeld bilden, und entdecken Sie, wie Tradition und moderne Ansätze gemeinsam die Zukunft der Landwirtschaft gestalten können.

Für alle, die sich für Landwirtschaft, Architektur oder nachhaltige Gebäude interessieren. Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Život farmářů z pohledu staveb a budov

Jak vypadají farmářské stavby a jaké je jejich místo v životě farmářů? Přejďte zjistit, jak architektura a konstrukce ovlivňují každodenní farmaření, hospodaření a udržitelnost v zemědělství.

Co vás čeká?

- Pohled na tradiční a moderní farmářské stavby v našem regionu.
- Diskuze o funkčnosti, udržitelnosti a estetice farmářských budov.
- Ukázky adaptace historických staveb na současné potřeby farmářů.
- Inspirace pro vlastní projekty spojené se zemědělstvím či venkovským stylem.

Pro všechny, kdo se zajímají o zemědělství, architekturu nebo udržitelné stavby.

Přejďte nahlédnout do života farmářů z unikátní perspektivy staveb, které tvoří jejich každodenní prostředí, a zjistěte, jak tradice a moderní přístupy mohou společně formovat budoucnost zemědělství.

Zaregistrujte se, kapacita prostor je omezena.

Zittau 25FS1407ZZ

Mittwoch | 02.04.2025 | 17:30 - 19:45 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |

Monika Bimova | 20,00 €

Sommerküche

Erleben Sie den Geschmack des Sommers in seiner ganzen Pracht! Nehmen Sie an unserem Workshop teil und lernen Sie, wie Sie mit saisonalen Zutaten einfache, gesunde und schmackhafte Gerichte zubereiten.



Was erwartet Sie?

- Inspiration zum Kochen mit frischen Sommerkräutern, Obst und Gemüse.
- Praktische Vorführungen der Zubereitung erfrischender Salate, Getränke und Desserts.
- Tipps zur Konservierung von Sommerfrüchten für den Winter (Trocknen, Einmachen, Einfrieren).
- Gesunde und schnelle Rezepte für Sommerpicknicks oder Grillabende.
- Verkostung aller erstellten Leckereien und Austausch von Ideen.

Für alle Liebhaber guten Essens und kreativer Küche.

Genießen Sie die sommerliche Gemütlichkeit in der Küche und nehmen Sie nicht nur neue Rezepte, sondern auch die Freude am Kreieren mit! Wir freuen uns auf Sie!

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Letní vaření

Zajítte chuť léta v plné kráse! Připojte se k našemu workshopu, kde se naučíte využívat sezónní suroviny k přípravě jednoduchých, zdravých a chutných pokrmů.

Co vás čeká?

- Inspirace pro vaření s čerstvými letními bylinkami, ovocem a zeleninou.
- Praktické ukázky přípravy osvěžujících salátů, nápojů a dezertů.
- Tipy, jak uchovávat letní plody na zimu (sušení, zavařování, mražení).
- Zdravé a rychlé recepty pro letní pikniky či grilování.
- Ochutnávka všech vytvořených dobrot a sdílení nápadů.

Pro všechny milovníky dobrého jídla a kreativního vaření. Přijďte si užít letní pohodu v kuchyni a odnést si nejen nové recepty, ale také radost z tvoření! Těšíme se na vás!

Zaregistrujte se, kapacita prostor je omezena.

Zittau 25FS1408ZZ

Mittwoch | 25.06.2025 | 17:30 - 19:45 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |

Monika Bimova | 25,00 €

Ein Tag in Harmonie mit der Natur: Lauschen Sie den Stimmen der Landschaft

Kommen Sie zu unserem Workshop und erleben Sie einen Tag voller Frieden und Verbundenheit mit der Natur.

Gehen Sie mit uns auf eine Reise, bei der wir gemeinsam die Geheimnisse einer Landschaft entdecken, die uns so viel zu erzählen hat – Sie müssen nur zuhören.



Was erwartet Sie?

- Ein Spaziergang durch die wunderschöne Natur unserer Region.
- Stopps an Orten mit einzigartiger Energie und Geschichte.
- Geführte Aktivitäten, die darauf abzielen, die Geräusche der Natur und ihren Rhythmus wahrzunehmen.
- Austausch von Geschichten und interessanten Fakten über die lokale Landschaft.
- Momente der Stille, in denen wir uns mit den natürlichen Harmonien um uns herum verbinden. >>

Für alle Liebhaber von Natur, Ruhe und Harmonie. Begeben Sie sich mit uns auf eine Reise, die Sie mit der Natur und sich selbst verbindet. Gemeinsam werden wir herausfinden, was uns die Landschaft sagt, wenn wir einen Moment innehalten und zuhören. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Outdoor-Schuhe, eine Flasche Wasser oder ein Snack mit. Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Kapazitäten zur Verfügung stehen.

Výlet: Naslouchání krajině

Přijďte prožít den plný klidu a propojení s přírodou. Vydejte se s námi na výlet, kde společně objevíme tajemství krajiny, která nám má tolik co říct – stačí jen naslouchat.

Co vás čeká?

- Procházka krásnou přírodou našeho regionu.
- Zastávky na místech s jedinečnou energií a historií.
- Vedené aktivity zaměřené na vnímání zvuků přírody a jejího rytmu.
- Sdílení příběhů a zajímavostí o místní krajině.
- Chvilky ticha, kdy se napojíme na přírodní harmonie kolem nás.

S sebou: Pohodlné oblečení, obuv do přírody, lahev s vodou, případně svačinu.

Pro všechny milovníky přírody, klidu a harmonie.

Vydejte se s námi na cestu, která vás propojí s přírodou i sebou samými.

Společně zjistíme, co krajina vypráví, když se na chvíli zastavíme a zaposloucháme.

Zaregistrujte se, kapacita prostor je omezena.

Zittau 25FS1409ZZ

Samstag | 10.05.2025 | 10:00 - 14:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Zittau Umgebung | Eliska Riedlova | 20,00 €

Mit Steinen reden – Alles über Steine, Mineralien und ihre Energien

Gefällt Ihnen die Schönheit von Natursteinen? Spüren Sie ihre Energie und möchten mehr über sie erfahren? Nehmen Sie an unserem Workshop teil und tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Mineralien, ihrer Eigenschaften und Verwendungsmöglichkeiten.



Was erwartet Sie?

- Kennenlernen verschiedener Stein- und Mineralienarten.
- Über ihre energetischen Eigenschaften und ihren Einfluss auf Menschen sprechen.
- Wie Sie „Ihren“ Stein auswählen und richtig damit arbeiten.
- Möglichkeit, Ihre Erfahrungen auszutauschen und Fragen zu stellen.

- Praktische Demonstrationen der Verwendung von Steinen zur Heilung und Harmonisierung des Raumes.
- Sie können Ihre Erfahrungen austauschen und Fragen stellen.

Entdecken Sie die Geheimnisse, die die Steine verbergen, und erfahren Sie, wie Sie sie mit Ihrem Alltag verbinden können. Wir freuen uns auf eine gemeinsame Zeit voller Inspiration und Energie! Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Povídání s kameny – Vše o kamenech, minerálech a jejich energiích

Máte rádi krásu přírodních kamenů? Cítíte jejich energii a chcete se o nich dozvědět víc? Připojte se k našemu workshopu, kde se ponoříme do fascinujícího světa minerálů, jejich vlastností a použití.

Co vás čeká?

- Seznámení s různými druhy kamenů a minerálů.
- Povídání o jejich energetických vlastnostech a vlivu na člověka.
- Jak si vybrat „svůj“ kámen a správně s ním pracovat.
- Praktické ukázky použití kamenů v léčení a harmonizaci prostoru.
- Možnost sdílet své zkušenosti a klást otázky.

Objevte tajemství, která ukrývají kameny, a naučte se, jak je propojit s vaším každodenním životem. Těšíme se na společně strávený čas plný inspirace a energie! Zaregistrujte se, kapacita prostor je omezena.

Liberec 25FS1411ZZ

Samstag | 07.06.2025 | 9:30 - 11:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Kousek Slunce, Ještědská 535/63, 46007 Liberec | Eliska Riedlova | 20,00 €

Bewusstes Leben für die Zukunft unserer Natur

Wie können wir so leben, dass unsere täglichen Entscheidungen einen positiven Einfluss auf uns selbst, auf die Zukunft der Natur und des gesamten Planeten haben? Nehmen Sie an unserem Workshop teil und entdecken Sie den Weg zu einem nachhaltigeren und bewussteren Leben.



Was erwartet Sie?

- Wie man persönliche Entwicklung mit Verantwortung für die Umwelt verbindet.
- Praktische Tipps für nachhaltige Gewohnheiten im Alltag.
- Inspiration aus der Natur: Was sie uns über Gleichgewicht und Harmonie lehren kann.
- Besprechen Sie kleine Änderungen, die große Auswirkungen haben können. >>

Für alle, die bewusster leben und zum Schutz unserer Natur beitragen möchten. Lassen Sie sich inspirieren, wie Sie Ihre persönlichen Ziele mit Ihrer Liebe zur Natur verbinden und gemeinsam eine nachhaltige Zukunft gestalten können. Wir freuen uns auf Sie! Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Vědomý život pro budoucnost naší přírody

Jak můžeme žít tak, aby naše každodenní rozhodnutí měla pozitivní dopad na nás samotné, na budoucnost přírody a celé planety? Zúčastněte se našeho workshopu a objevte cestu k udržitelnějšímu a vědomějšímu životu.

co vás čeká?

- Jak skloubit osobní rozvoj s odpovědností vůči životnímu prostředí.
- Praktické tipy pro udržitelné návyky v každodenním životě.
- Inspirace přírodou: co nás může naučit o rovnováze a harmonii.
- Diskutujte o malých změnách, které mohou mít velký dopad.

Pro všechny, kteří chtějí žít vědoměji a přispět k ochraně naší přírody. Inspirujte se, jak můžete spojit své osobní cíle s láskou k přírodě a společně utvářet udržitelnou budoucnost. Těšíme se na vás!

Zaregistrujte se, kapacita prostor je omezená.

Zittau 25FS1412ZZ

Mittwoch | 14.05.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Eliska Riedlova | 20,00 €

Feng Shui und Traumfänger

Entdecken Sie, wie Sie die Harmonie von Raum und Tradition kombinieren können, damit Ihr Zuhause Frieden, Wohlbefinden und erfüllte Träume fördert. Kommen Sie zu einem Workshop, in dem Sie die Grundprinzipien des Feng Shui erlernen und Ihren eigenen Traumfänger kreieren.

Was erwartet Sie?

- Einführung in Feng Shui: Wie die Energie des Raumes unser Leben beeinflusst.
- Praktische Tipps zur Harmonisierung Ihres Zuhauses.
- Symbolik und Traditionen von Traumfängern: Was sie bedeuten und wie man sie verwendet.
- Erstellen Sie Ihren eigenen Traumfänger – Schritt für Schritt.
- Inspiration und Erfahrungen in kreativer Atmosphäre teilen.



Für alle, die den Weg zur Harmonie suchen und ein schönes eigenes Produkt mit nach Hause nehmen möchten. Begeben Sie sich auf eine Entdeckungs- und Schöpfungsreise – wir verbinden die Weisheit des Feng Shui und die Schönheit der Handarbeit an einem Nachmittag.

Wir freuen uns auf Sie!

Sie können das Material mitbringen oder es gegen eine geringe Gebühr direkt im Workshop kaufen. Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Feng Shui a lapače snů

Objevte, jak spojit harmonii prostoru a tradice, aby váš domov podporoval klid, pohodu a splněné sny. Přijďte na workshop, kde se naučíte základní principy Feng Shui a vytvoříte si vlastní lapač snů.

co vás čeká?

- Úvod do Feng Shui: Jak energie prostoru ovlivňuje naše životy.
- Praktické tipy pro harmonizaci domova.
- Symbolika a tradice lapače snů: Co znamenají a jak je používat.
- Vytvoříte si svůj vlastní lapač snů – krok za krokem.
- Sdílení inspirace a zkušeností v kreativní atmosféře.

Pro všechny, kteří hledají cestu k harmonii a chtějí si domů odnést krásný vlastní výrobek. Materiál si můžete přivést s sebou nebo si jej za malý poplatek zakoupit přímo na workshopu. Zaregistrujte se, kapacita prostor je omezená.

Liberec 25FS1414ZZ

Samstag | 01.03.2025 | 14:00 - 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Kousek Slunce, Ještědská 535/63, 46007 Liberec | Eliska Riedlova | 30,00 €

Geld - Chaos - Unordnung

Haben Sie das Gefühl, dass Finanzen und Chaos im Leben miteinander verbunden sind? Entdecken Sie, wie die Organisation Ihres Raums, Ihres Geistes und Ihrer Finanzen zu Gleichgewicht und Wohlstand führen kann. Dieser Workshop hilft Ihnen zu verstehen, warum Unordnung Ihre finanzielle Situation beeinflusst und wie Sie aus dem Chaos Harmonie schaffen.



Was erwartet Sie?

- Welche Auswirkungen hat Unordnung auf unser Denken und unsere finanzielle Situation?
- Praktische Schritte zur Organisation Ihres Zuhauses und Ihrer persönlichen Finanzen.
- Wie Sie das Chaos durchbrechen und einen klaren Finanzplan erstellen. >>

- Psychologische Blockaden im Zusammenhang mit Geld und wie man sie beseitigt.
- Inspirierende Tipps zur Schaffung von Energie im Überfluss.

Für alle, die ihre finanzielle Situation verbessern und Ordnung und Frieden in ihr Leben bringen möchten. Finden Sie den Weg zur Harmonie im Leben und in den Finanzen.

Wir freuen uns auf Sie!

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Peníze - chaos - nepořádek

Máte pocit, že finance a chaos v životě spolu souvisí? Zjistěte, jak uspořádání vašeho prostoru, vaši mysl a vašich financí může vést k rovnováze a prosperitě. Tento workshop vám pomůže pochopit, proč nepořádek ovlivňuje vaši finanční situaci a jak z chaosu vytvořit harmonii.

co vás čeká?

- Jaký dopad má nepořádek na naše myšlení a finanční situaci?
- Praktické kroky k uspořádání vašeho domova a osobních financí.
- Jak se prosekat chaosem a vytvořit jasný finanční plán.
- Psychologické bloky související s penězi a jak je odstranit.
- Inspirativní tipy pro vytváření energetické hojnosti.

Pro všechny, kteří si chtějí zlepšit svou finanční situaci a vnést do svého života pořádek a klid.

Najděte cestu k harmonii v životě a financích.

Společně vneseme řád do chaosu a otevřeme dveře prosperitě.

Těšíme se na vás!

Zaregistrujte se, kapacita prostor je omezená.

Zittau 25FS14G1ZZ

Mittwoch | 12.02.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |

Eliska Riedlova | 20,00 €

www.procarline.de

**PRO
CARLINE®**

Rosenstr. 19 - 02708 Lawalde
Tel.: 03585/468800
Fax: 03585/468801
E-Mail: info@procarline.de

*...die Auto-Werkstatt
fürs Besondere.*

Wie man aus der Schuldenfalle herauskommt

Haben Sie das Gefühl, dass Ihre Schulden Sie ersticken und Sie nicht wissen, wie Sie neu anfangen sollen? Nehmen Sie an unserem Workshop teil und erfahren Sie, wie Sie mit effektiven Theorien und Best Practices aus der Schuldenfalle herauskommen.



Der Workshop richtet sich an alle, die sich eine solide Grundlage in Finanzkompetenz aneignen und ihr Leben zum Besseren verändern möchten.

Der Workshop besteht aus zwei Teilen. Im ersten Teil entdecken Sie durch praktische Übungen Ihre Einstellungen und der zweite Teil widmet sich den theoretischen Grundlagen auf Ihrem Bedarf abgestimmt.

Lassen Sie uns gemeinsam den ersten Schritt in die finanzielle Freiheit machen!

Was erwartet Sie in dem praktischen Teil?

- Verstehen der Ursachen von Schulden und ihrer Auswirkungen auf das Leben.
- Grundlegende Finanzprinzipien, die Ihnen helfen, Ihre Finanzen unter Kontrolle zu bringen.
- Praktische Strategien zur Erstellung eines Budgets, zur Verwaltung von Ausgaben und zur Reduzierung der Schulden.
- Inspiration für langfristige finanzielle Stabilität.

Was erwartet Sie in dem theoretischen Teil?

- Praktische Schritte zur Erstellung eines Schuldentilgungsplans.
- Wie man mit Prioritäten und unnötigen Ausgaben umgeht.
- Techniken, die Sie dabei unterstützen, Ihre Finanzgewohnheiten zu ändern.
- Psychologische Aspekte der Bewältigung von schuldenbedingtem Stress.

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Jak vylézt z dluhové pasti

Máte pocit, že se váš dluh dusí a nevíte, jak znovu začít? Připojte se k našemu workshopu a naučte se, jak se zbavit dluhů pomocí efektivních teorií a osvědčených postupů.

Workshop je zaměřen na každého, kdo chce získat pevné základy finanční gramotnosti a změnit svůj život k lepšímu.

Workshop se skládá ze dvou částí. První část prakticky odhalí vaše nastavení a druhá část je věnována teoretickým základům podle vašich potřeb. >>

Udělajme společně první krok k finanční svobodě!

Co vás čeká v praktické části?

- Pochopení příčin dluhu a jeho dopadu na život.
- Základní finanční principy, které vám pomohou převzít kontrolu nad vašimi financemi.
- Praktické strategie pro tvorbu rozpočtu, řízení výdajů a snižování dluhu.
- Inspirace pro dlouhodobou finanční stabilitu.

Co vás čeká v teoretické části?

- Praktické kroky, jak si vytvořit plán na splacení dluhů.
- Jak pracovat s prioritami a zbytečnými výdaji.
- Techniky, které podpoří změnu vašich finančních návyků.
- Psychologické aspekty zvládnání stresu spojeného s dluhy.

Zaregistrujte se, kapacita prostor je omezená.

Zittau 25FS14G4ZZ - 2. Teil

Mittwoch | 19.03.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Eliska Riedlova | 20,00 €

Liberec 25FS14G7ZZ - 1. Teil

Samstag | 15.03.2025 | 9:30 - 14:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Kousek Slunce, Ještědská 535/63, 46007 Liberec | Eliska Riedlova | 45,00 €

REGIONALGESCHICHTE IN DER DREILÄNDERREGION - NEU!

Regionale Textilgeschichte live erleben

Das Deutsche Damast- und Frottiermuseum bewahrt und vermittelt die regionale Textilgeschichte anhand von Objekten, Modellen und Archivalien.

In dieser Veranstaltung wird die Historie der Damast- und Frottierweberei beschrieben, wie diese in die Lausitz kamen und wie die Produktion bis heute aufrecht gehalten werden konnte. Ein Blick zu den technischen Hintergründen macht das Thema noch interessanter, denn die handwerklichen Abläufe scheinen wie Zauberei. Es kann den Geräuschen der Webstühle gelauscht und das Schiffchen mit den Augen verfolgt werden. Die stilistischen Abläufe der Mustergestaltung, Inspirationsobjekte und unterschiedliche Anmutungen aufgrund verschiedener Materialien werden beleuchtet.

Gern kann über Nutzung und Verwendung der Gewebe debattiert werden. Eine Veranstaltung für alle, die (schon) Gäste durch die Stadt bzw. das Gebirge führen oder wissen wollen, woher der

Damast kommt und worin der Unterschied zwischen Frottier und Frottée besteht. Ihre Fragen sind erwünscht!

Um Anmeldung wird gebeten, da nur begrenzte Raumkapazitäten zur Verfügung stehen.

Zittau 25FS1939ZZ

Dienstag | 08.04.2025 | 17:00 - 19:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Deutsches Damast- und Frottiermuseum, Schenastr. 3, 02779 Großschönau | Evelyn Schweynoch | 20,00 €

Klassizismus, Rundbogenstil, Historismus – Die Johanniskirche in Zittau

Der Wiederaufbau der Johanniskirche nach dem Siebenjährigen Krieg vollzog sich zunächst über einen vier Jahrzehnte währenden Zeitraum, in welchem die Baumeister Andreas Hünigen und Karl Christian Eschke wirkten. Nachdem Probleme in der Konstruktion den Bau schließlich zum Erliegen brachten, gelang es Karl Friedrich Schinkel in den Jahren 1832–1838, die Kirche zu einem Abschluss zu bringen. Noch heute beeindruckt der Bau durch die Verbindung vieler historischer Baustile, die St. Johannis zu einem der wichtigsten Architekturdenkmäler des 19. Jahrhunderts in Zittau werden ließ. Herr Dr. Pietschmann wird in der Veranstaltung ausführlich auf das komplexe Baugeschehen an St. Johannis und die Besonderheiten der daran verwendeten Baustile eingehen.



Eine Veranstaltung für alle, die (schon) Gäste durch die Stadt bzw. das Gebirge führen oder mehr über die Architektur der Johanniskirche wissen wollen. Ihre Fragen dazu sind herzlich willkommen.

Der Treffpunkt ist im Erdgeschoss der vhs Geschäftsstelle Zittau (Salzhaus).

Zittau 25FS1940ZZ

Mittwoch | 11.06.2025 | 16:00 - 18:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Dr. Thorsten Pietschmann | 22,50 €



vhs.cloud

Auf der vhs-eigenen digitalen Plattform können wir Veranstaltungen und Kurse ortsunabhängig anbieten. Weitere Infos finden Sie auf Seite 71.

Carl August Schramm und das Zittauer Rathaus

Das Zittauer Rathaus ist neben der Johanniskirche ein Schlüsselbau des Historismus in Zittau.

Der aus Zittau stammende Architekt Carl August Schramm schuf hier eines seiner Hauptwerke. Er verwendete am Rathaus stilistisch die Formen der Neorenaissance, der Hauptströmung des Historismus des 19. Jahrhunderts in Deutschland. Doch hat die Planung des Rathausneubaus in Zittau eine lange Vorgeschichte und das Ergebnis hätte auch sehr anders ausfallen können.



Die komplizierte Planungsgeschichte wird im Kurs ebenso thematisiert wie das schließlich von Schramm realisierte Rathaus; daneben werden weitere Bauten Schramms in der Innenstadt kurz vorgestellt.

Eine Veranstaltung für alle, die (schon) Gäste durch die Stadt bzw. das Gebirge führen oder mehr über das prächtige Zittauer Rathaus und seinen Erbauer wissen wollen. Ihre Fragen dazu sind herzlich willkommen.

Der Treffpunkt ist im Erdgeschoss der vhs Geschäftsstelle Zittau (Salzhaus).

Zittau 25FS1941ZZ

Dienstag | 03.06.2025 | 16:00 - 18:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Dr. Thorsten Pietschmann | 22,50 €



Mehr Infos unter: www.vhs-dreilaendereck.de



Gondelfahrt

AUSFLUGSGASTSTÄTTE & HOTEL

Familie Schwerdtner

Großschönauer Straße 38 • 02796 Kurort Jonsdorf

Telefon 035844-7360

info@hotel-gondelfahrt.de • www.hotel-gondelfahrt.de

RUHIG – IDYLLISCH – ERLEBENSWEIT

Familiengeführtes 3*-Hotel * Schwimmbad & Sauna

Wellnessangebote * Restaurant * Gartenlokal

Eisgarten * Imbiss * Bootsverleih * Kinderspielplatz

PARTNERSCHAFT FÜR DEMOKRATIE

Partnerschaft für Demokratie des Landkreises Görlitz



Unsere Demokratie lebt von Partizipation und braucht Menschen, die demokratische Kultur leben, sie erhalten und aktiv gestalten. Um diese Menschen zu unterstützen, gibt es die lokale „Partnerschaft für Demokratie“.

In verschiedenen Projekten beteiligen sich engagierte Mitmenschen aktiv für ein vielfältiges, gewaltfreies und demokratisches Miteinander im Landkreis Görlitz. Denn ein solidarisches und gutes Zusammenleben von Menschen unterschiedlicher Herkunft, Kultur und Überzeugung beruht auf den Werten der Demokratie, Freiheit und Rechtsstaatlichkeit.



Um das Demokratieverständnis lebendig und erfahrbar zu machen, fördern wir vor allem Projekte für Kinder, Jugendliche und deren Eltern sowie junge Erwachsene.



Denn nur mit euch gemeinsam können wir uns für Demokratie, ein solidarisches Miteinander und gegen Ausgrenzung jeglicher Form einsetzen. Deshalb werde auch du Mitgestalter:in und stärke die demokratische Kultur in deiner Region.

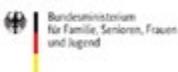
Alle Informationen zu dem Programm sind auf der Website zu finden: <https://www.demokratie-leben-landkreisgr.de/>

Ansprechpartnerin: Lisa Mayer, Tel.: 0152-21797359, Mail: lisa.mayer@vhs-dle.de

Die PFD Landkreis Görlitz ist eine von vier Partnerschaften im Landkreis Görlitz. Neben der PFD Landkreis Görlitz gibt es noch die „Partnerschaft für Demokratie“ der Stadt Görlitz und der Stadt Zittau sowie der Stadt Weißwasser.

Die lokale „Partnerschaft für Demokratie“ ist Teil des Bundesprogramms „Demokratie leben!“ und wird durch das Bundesfamilienministerium, den Freistaat Sachsen und den Landkreis Görlitz gefördert.

Gefördert vom



im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie leben!

sowie vom Freistaat Sachsen



The background is a colorful, abstract collage of paper-cut shapes. A large yellow lightbulb is the central focus. Surrounding it are various other shapes: a large blue textured sphere, a pink flower, a red flower, a yellow flower, a green flower, a blue textured sphere, a yellow textured sphere, a blue circle, a pink circle, a yellow circle, and a white cloud. The colors are bright and saturated, creating a lively and creative atmosphere.

Kultur und Gestalten

#Zukunftsort_vhs
Kompetenzen für morgen

AUSSTELLUNGEN

Freizeithünstler Niesky e.V. stellen sich mit unterschiedlichen Techniken vor

Vernissage: Sonntag, den 02.03.2025, 16 Uhr

Ausstellungszeitraum: 02.03. - 16.05.2025

Die Ausstellung können Sie zu den Öffnungszeiten der Volkshochschule besuchen und nach Vereinbarung.

Weißwasser 25FA2000WW

Sonntag | 02.03.2025 | 16:00 - 19:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser, Foyer

Manuela Trummer, Fotografie & Grafik, aus Forst

Vernissage: Sonntag, den 25.05.2025, 16 Uhr

Ausstellungszeitraum: 25.05. - 22.08.2025

Die Ausstellung können Sie zu den Öffnungszeiten der Volkshochschule besuchen und nach Vereinbarung.

Weißwasser 25FA2001WW

Sonntag | 25.05.2025 | 16:00 - 19:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser, Foyer

TANZ

Workshop: Zumba®

Ob Anfänger oder Fortgeschrittene, durch verschiedene Tanzstile kann sich jeder mit Musik und Tanz identifizieren. Mit Spaß und Freude schnuppern Sie in diesem Workshop in die coole, energiegeladene „Dance-Party“ ein.

Es fördert die Konzentration und Selbstbewusstsein, regt den Stoffwechsel an und verbessert die Koordination.

Mitzubringen sind: Turnschuhe, Handtuch, Getränk.

Bei Interesse zum Weitermachen können Sie sich gern in einen unserer Kurse anmelden.

Anmeldung in der Volkshochschule erforderlich. >>

NEU! Bad Muskau 25FA2505BW

Montag | 10.02.2025 | 17:00 – 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | 02953 Bad Muskau, Lindenhof, Berliner Chaussee 24 | Gina König und Jennifer Pech | 12,00 €

(Dieser Workshop ist sehr anspruchsvoll und verlangt volle 60 min Power – kleine Pause natürlich inbegriffen).

Weißwasser 25FA2504WW

Samstag | 15.02.2025 | 15:00 - 17:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Weißwasser, Brüder Grimm Schule | Ingrid Weidelt | 12,00 €

Zumba®

Zumba vereint Aerobic-Elemente mit lateinamerikanischen Tänzen, wie Salsa, Samba und Merengue gemixt mit aktueller Chartmusik. Den Ursprung hat Zumba in Kolumbien, entwickelt vom Tänzer und Choreografen Alberto Perez. Dass diese rhythmischen Bewegungen schweißtreibend sind und die Fitness fördern, beweist die Zumba-Instruktorin allen Teilnehmern. Der Schwierigkeitsgrad ist variabel einsetzbar, egal ob Anfängerin oder Fortgeschrittene.

Im Vordergrund steht die begeisternde Atmosphäre, die während der Stunden entsteht. Zumba® macht Spaß, ist einfach und effektiv.



Weißwasser 25FA2501WW

Montag | 03.03.2025 | 16:30 - 17:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Weißwasser, Brüder Grimm Schule | Ingrid Weidelt | 52,50 €

Weißwasser 25FA2502WW

Donnerstag | 06.03.2025 | 17:00 - 18:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Weißwasser, Brüder Grimm Schule | Ingrid Weidelt | 52,50 €

Weißwasser 25FA2503WW

Freitag | 07.03.2025 | 17:00 - 18:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Weißwasser, Brüder Grimm Schule | Ingrid Weidelt | 52,50 €

NEU! Bad Muskau 25FA2504BW

Samstag | 08.03.2025 | 10:00 - 11:00 Uhr | 5 Veranstaltungen | 02953 Bad Muskau, Lindenhof, Berliner Chaussee 24 | Gina König und Jennifer Pech | 42,50 €

(Dieser Kurs ist sehr anspruchsvoll und verlangt volle 60 min Power – kleine Pause natürlich inbegriffen).

Erlebnistanz zum Fit bleiben

Wir tanzen alle gemeinsam in der Gruppe. Sie sind auch ohne eigenen Tanzpartner*in herzlich willkommen. Die Freude am Mitmachen steht stets im Vordergrund. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

In unserem Kurs erleben Sie eine Vielfalt an Musik und Tänzern aus aller Welt, aus verschiedenen Epochen und Kulturen sowie Gesellschaftstanz in geselliger Form. Das Erlernen unterschiedlicher Schritt- und Figurenfolgen fördert die körperliche und geistige Fitness. In der Gemeinschaft trainieren Sie mit dieser rhythmischen Bewegungsform ganz nebenbei Ausdauer, Konzentration und Gedächtnis. Jeder kann tanzen! Sie werden mit den Gruppentänzen baldige Erfolge und neue Freude und Freunde erleben.

Ihre Kerstin Ehrentraut
Tanzleiterin Bundesverband Seniorentanz e.V.

Zittau 25FA2531ZZ

Dienstag | 18.03.2025 | 16:45 - 18:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Kerstin Ehrentraut | 73,50 €

KUNST / KULTURGESCHICHTE

Kunstvortrag: „Nur die Werke triumphieren!“ – Franz Marc (1880-1916)

Franz Marc, vor allem bekannt für seine Tiermotive, wurde auf Grund seiner Rezension über die Ausstellung der „Neuen Künstlervereinigung München“ in den Kreis um Wassily Kandinsky aufgenommen. Bald kam es zu Spannungen und Zerwürfnissen innerhalb der Gruppe, die schließlich zur Gründung „Der Blaue Reiter“ führten. Beeinflusst von der Parisreise mit August Macke im Herbst 1912 und dem Besuch bei Delaunay kam es im Schaffen Franz Marcs zu einer stilistischen Wende. Er gelangte mehr und mehr zur Abstraktion, jedoch sind seine figurativen Tiersymbole immer wieder vertreten. Bei Ausbruch des Ersten Weltkriegs war Franz Marc unter den Freiwilligen, der Künstler fällt am 4. März 1916 in Verdun. Das spannungsvolle künstlerische Wirken Franz Marcs steht im Mittelpunkt des Vortrages.

Vortrag und Gespräch mit der Kunsthistorikerin aus Leipzig Dr. Marianne Risch-Stolz.
Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich.

Weißwasser 25FA2601WW

Freitag | 07.03.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Dr. Marianne Risch-Stolz | 11,50 €

Kunstvortrag: „Wer genießen kann, trinkt keinen Wein mehr, sondern kostet Geheimnisse“ (Salvador Dalí)

Wein wird seit Jahrtausenden produziert, kultiviert und genossen. Immer wieder finden sich bildliche Darstellungen der Abläufe des Kelterns und Abfüllens in Weinfässer. Wie haben Künstler den Wein in allen seinen Facetten dargestellt? Der Schwerpunkt des Vortrages liegt auf eben dieser künstlerischen Sichtweise, die besonders im 18. und 19. Jahrhundert oftmals humorvoll ist. Darüber hinaus werden auch einige kulturhistorische Trinkgewohnheiten erklärt. Sie erwartet ein Spaziergang mit Kunstwerken, der über den gewöhnlichen Weingenuss hinausgeht!

Zittau 25FA2600ZZ

Dienstag | 11.03.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Dr. Marianne Risch-Stolz | 10,50 €

NEU! Vortrag: Fachwerk und Romanik – tausend Jahre Kulturgeschichte am Harzrand

Mit der Entscheidung, den Sachsenherzog Heinrich zum deutschen König zu wählen, verlagerte sich 919 der Schwerpunkt der Reichspolitik an den Harzrand. Zu Säulen der Reichsgewalt wurden dabei neu gegründete Klöster, Burgen und Städte. Die Grundlagen der Entstehung des Heiligen Römischen Reichs wurden gelegt. Der Ostharz wurde zu einer hochrangigen kulturellen und politischen Metropolregion, eine Quedlinburger Äbtissin gar zur Reichsverweserin bestimmt. Bei diesem Vortrag tauchen wir in die Kunst- und Kulturgeschichte des deutschen Mittelalters ein. Denn am Harzrand hat sich eine beeindruckende Fülle an Zeugnissen unserer mittelalterlichen Geschichte erhalten, manchmal abseits üblicher Touristenwege.

Der Vortrag wird von Matthias Prasse, Kulturhistoriker und Geschichtsjournalist gehalten. Anmeldung ist erforderlich.

Weißwasser 25FA2610WW

Mittwoch | 30.04.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Matthias Prasse | 10,00 €

BILDUNGSFAHRTEN

Bildungsfahrt: Niederschlesische Residenzen

Durch mannigfaltige Landesteilungen war die Anzahl schlesischer Residenzorte im Spätmittelalter auf mehr als zwei Dutzend angestiegen. Mit dieser eintägigen Studienreise wollen wir ausgewählte ehemalige Residenzorte kennenlernen. Unterwegs gibt es eine Einführung über das Geschlecht der Piasten, die einst über Schlesien und ganz Polen herrschten.

Unser Weg führt uns zunächst nach Haynau/Chojnów an der Via Regia, früher bedeutende Tuchmachermetropole mit europaweiten Handelsbeziehungen. Nächste Station ist Liegnitz/Legnica, in der 1526 die deutschlandweit erste protestantische Universität begründet wurde. Wenn möglich, wollen wir auch einen Blick in das Mausoleum werfen, in dem 1675 der letzte Piastenfürst beige-
setzt wurde.

Letzte Station ist Jauer/Jawor. Die dortige Friedenskirche gehört zum UNESCO-Weltkulturerbe, aber auch sonst hat die historische Altstadt spannende Einblicke in die wechselvolle schlesische Geschichte zu bieten.

Mittagessen und Kaffeepause sind organisiert. Die Kosten dafür von etwa 26 € sind vor Ort selbst zu bezahlen. Bitte beachten Sie, dass wir für das Mittagessen in Vorkasse gehen müssen und Sie sind auch dann zur Zahlung verpflichtet, wenn Sie nach erfolgter Anmeldung nicht an der Fahrt teilnehmen.

Gebühr beinhaltet: Fahrt, Reiseleiter, alle Eintritte. Die Reise wird von Matthias Prasse, Kulturhistoriker und Geschichtsjournalist begleitet. Konkrete Informationen zur Fahrt bekommen Sie nach Ihrer Anmeldung zeitnah von uns zugeschickt.

Weißwasser 25FA2611WW

Donnerstag | 01.05.2025 | 7:30 – ca. 20:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Matthias Prasse | 89,50 €

Exkursion: Atelierbesuche zum Tag der Offenen Ateliers in Brandenburg

Wenn sich der Frühling von seiner schönsten Seite zeigt, laden Brandenburgs Künstlerinnen und Künstler in ihre Ateliers, Werkstätten, Kunsthöfe und Galerien ein. Zum Ansehen und Ausprobieren, zum Kosten, Kreativsein und Kaufen. Seit mehreren Jahren steht am ersten Mai-Weekende bunte, vitale Kunstlandschaft im mehr als verdienten Mittelpunkt. Interessierte können Ausstellungen besuchen, den Künstlerinnen und Künstlern bei ihrer Arbeit über die Schulter schauen, Theaterperformances, musikalische und literarische Matineen genießen, viele persönliche Begegnungen erleben – und in etlichen Werkstätten dürfen sich Besucherinnen und Besucher auch selbst kreativ austoben.



Wir picken uns einige Künstlerorte heraus und wollen uns mit einem Kleinbus auf die Reise machen, um für einen Nachmittag dabei zu sein. Bitte informieren Sie sich über die konkreten Kunst-Orte, die wir anfahren wollen, auf unserer Homepage oder bei uns persönlich.

Treffpunkt: 12:45 Uhr in der Volkshochschule, Jahnstraße 50, Fahrt mit VHS-Kleinbus oder eigenen PKW. Gebühr inkl. Fahrt, Eintritte, Führungen.

Weißwasser 25FA2622WW

Samstag | 03.05.2025 | 12:45 - 19:00 Uhr | 1 Veranstaltung | 20,00 €

MALEN / ZEICHNEN / DRUCKGRAFIK

Workshop – Blumen malen mit Aquarell

Durch luftig, leichte Transparenzen, feine Farbnuancen und ihre grazile Anmutung haben Blumen und Pflanzen ihre ganz eigene Art, uns anzusprechen und zu begeistern.

Oft sagt ein Blumenbouquet dabei viel mehr aus als bloße Worte. Qualitäten, die Blumen mit der zarten, aber auch farbgewaltigen Technik des Aquarellmalens gemein haben.

Was liegt da näher, als beide zu vereinen?

In diesem Workshop lernen sie genau diese Farbenpracht, Leichtigkeit und Harmonie mit Spaß und Freude im Aquarell festzuhalten.

Ob einzelnes Mauerblümchen oder aufwendiges Blütenarrangement am Ende des Kurses werden Sie in der Lage sein, Blumen, Blüten und Blätter locker, spontan nach Belieben im Aquarell darzustellen und zu beeindruckenden Blumenstillleben zu kombinieren.

Mitzubringende Materialien:

Bleistift, wasserfester Fineliner, synthetischer Schulmalpinsel Gr. 10, alter Rundpinsel ca. Gr. 4-6, Maskierflüssigkeit (Rubbelkrepp), Schwamm, Aquarellkasten, Aquarellrundpinsel Gr. 12, Aquarellblock 300g, A4, Küchenpapier, ggf. Aquarellbuntstifte.

Material können Sie auch beim Kursleiter gegen eine Gebühr erhalten. Ihren Materialbedarf geben Sie uns bitte bei Ihrer Anmeldung an.

Niesky 25FA2702NN

Samstag | 26.04.2025 | 10:00 - 16:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Niesky | Martin Fiedler | 43,50 €

Workshop – Aquarellmalerei für Fortgeschrittene

Die Grundtechniken des Aquarells sind Ihnen bekannt und nun möchten Sie sich gern künstlerisch weiterentwickeln? In diesem Workshop lernen Sie die weiterführenden Techniken des Aquarells kennen und viele Kniffe fernab der traditionellen Malkonvention.

Sie lernen herausfordernde Motive methodisch zu aquarellieren und bilden dabei ihre ganz eigene individuelle Bildsprache heraus. Im Zentrum des Kurses stehen die Themen Licht, Schatten, Farbharmonie und Komposition, die wir gemeinsam in vielen Übungen vertiefen und festigen. Schrittweise lernen Sie Herangehensweisen, Ihre Aquarellbilder zu planen und professionell umzusetzen.

Finden Sie heraus, wie Sie Ihre eigenen Motive noch eindrucksvoller und dynamischer gestalten können, ganz wie Ihre malerischen Vorbilder.

Mitzubringende Materialien:

großer, flacher, weißer Teller als Palette, Bleistift, wasserfester Fineliner, synthetischer Schulmalpinsel Gr. 10, alter Rundpinsel ca. Gr. 4-6, Maskierflüssigkeit (Rubbelkrepp), Schwamm, Aquarellkasten, Aquarellrundpinsel Gr. 12, Aquarellblock 300g, A4.

Material können Sie auch beim Kursleiter gegen eine Gebühr erhalten. Ihren Materialbedarf geben Sie uns bitte bei Ihrer Anmeldung an.

Weißwasser 25FA2706WW

Samstag | 12.04.2025 | 10:00 - 16:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Martin Fiedler | 43,50 €

NEU! Maltechniken zum Kennenlernen

Dieser Kurs bietet den perfekten Einstieg in die Malerei, sei es mit Gouache oder mit anderen Maltechniken.

Individuell und verständlich werden Ihnen Materialkunde, die Grundtechniken der Malerei, Farbharmonien und die gekonnte Umsetzung ihrer eigenen, persönlichen Motive vermittelt.

Zeichnen mit Pinsel, Zeichenfeder und Tusche

Bleistift und Fineliner sind meist unsere erste Wahl, wenn es um das Zeichnen oder Skizzieren unserer Lieblingsmotive geht, aber sind sie auch immer gleich die beste Wahl?

Das klassische Zeichnen mit Feder und Tusche bietet hierzu eine dynamische und expressive Alternative.

Dabei zeichnet sich dieses Medium nicht nur durch seine Tradition und Vielseitigkeit aus, sondern auch durch hohe Eleganz und Klarheit.

Von Beginn an erhalten Sie dabei individuelle Anleitung von den ersten Grundlagen an, über das lockere Festhalten von Skizzen, bis hin zur Umsetzung komplexer Bildideen, mit experimentellen Herangehensweisen in Tusche und Tinte.

Malen mit Aquarell

Leuchtende Farben, dynamische Übergänge und Spontanität sind die typischen Eigenschaften des Aquarells.

Ganz egal, ob im Atelier oder zukünftig unterwegs mit einem Skizzenbuch - in diesem Kurs erhalten Sie Schritt für Schritt und im eigenen Tempo eine individuelle Einführung in die grundlegenden Techniken der Aquarellmalerei.

Bewusst lernen Sie von Beginn an bewährte Tipps und Tricks, um selbstgewählte Motive gekonnt und locker zu Papier zu bringen.

Einfach Malen mit Gouache

Aquarell besticht durch seine Leuchtkraft der Farben und Transparenz, Öl und Acryl durch ihre Vielseitigkeit und die unendlichen Möglichkeiten der klassischen Malerei. Aber was wäre, wenn man das Beste aus beiden Welten vereinen könnte? Geht nicht? Aber sicher doch! Gouachefarben können genau das. Auf der einen Seite lassen sie sich locker, leicht und spontan verwenden, wie Aquarell, und auf der anderen deckend, in Schichten, ganz genau, wie es die alten Meister getan haben. Anders als Aquarell bietet Gouache viele Korrekturmöglichkeiten und ist als Technik bestens für Anfänger geeignet.

Mitzubringende Materialien: Zeichenutensilien/ Malmaterialien nach Thema, Skizzenbuch A4, Zeichenblock A3. Materialempfehlung für Gouache: Talens Gouache Extra Fine Set 10x16ml-Gläser GERSTAECKER, Talens Gouache Permanentrosa (Magenta) 50ml-Glas, Talens Gouache Weiß (Kein Deckweiß! Notwendiges Zusatzglas!) 50ml-Glas, Gerstaecker Aquarell Classic Papier, 20 Blatt, 300g/m, 24x32cm

15.3.2025 Feder/ Pinsel/ Tusche

22.3.2025 Aquarell

29.3.2025 Gouache

Weißwasser 25FA2715WW

Samstag | 15.03.2025 | 10:00 - 14:00 Uhr | 3 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Martin Fiedler | 74,50 €

Workshop – Asiatische Tuschmalerei

Die asiatische Tuschmalerei ist eine der ältesten Kunstformen der Welt und blickt auf eine mehr als 5000-jährige Tradition zurück - die Kunst der sparsamen, kraftvollen Pinselführung. Die Schlichtheit und das Zurückführen auf das Wesentliche sind das Herz der Tuschmalerei. Sie ist nicht nur ein handwerklicher Prozess, bei dem es auf den konkreten Pinseldruck und die richtige Pinselführung ankommt, sondern strebt auch nach Stille, Gelassenheit und vor allem Harmonie. Mit wenigen einfachen Pinselstrichen, die nicht mehr korrigierbar sind, wird eine Form und gleichzeitig ein Gefühl auf das Papier gebracht. Der Betrachter findet Ruhe und meditative Entspannung in diesen reduzierten Tuschbildern. Dadurch fasziniert sie jedes Mal aufs Neue. Das Angebot ist für alle Interessierten, ob Einsteiger oder Fortgeschrittene. Bitte mitbringen: Flach- und Rundpinsel, Aquarell- oder Wasserfarben, Aquarellpapier, Übungspapier. Material kann auch gegen Entgelt bei der Dozentin erworben werden.

Weißwasser 25FA2702WW

Samstag | 12.04.2025 | 10:00 - 15:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Anke Konz-Jäger | 37,20 €

NEU! Workshop – Feiningering und die Klassische Moderne

Im Fokus des Workshops steht die Klassische Moderne. Am konkreten Beispiel des Künstlers Lyonel Feiningering, der 1991 an das Staatliche Bauhaus in Weimar berufen wurde. Die Teilnehmer erarbeiten selbst ein Bild in dessen Stil. Geeignet ist das Angebot ab 12 Jahren. Maleinsteiger sind herzlich willkommen.



Bitte Zeichenblock A3, langes Lineal, Acrylfarben, Pinsel, Lappen, Wasserglas, verschiedene Architekturfotos mitbringen.

Weißwasser 25FA2704WW

Samstag | 05.04.2025 | 10:00 - 16:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
| Gudrun Feuerriegel | 43,50 €

Sommerwerkstatt Malerei

Interessierte für die Sommerwerkstatt sind herzlich eingeladen zum Malen in das Kloster St. Marienthal in Ostritz. Das Kloster ist eine Zisterzienserinnen-Abtei in der sächsischen Oberlausitz. Es ist das älteste Frauenkloster des Ordens in Deutschland, das seit seiner Gründung ununterbrochen besteht.

Raus aus dem Alltag, hinein in eine einzigartige Landschaft und Architektur. Es werden Kenntnisse über künstlerische Materialien entwickelt, wie auch der Umgang mit ihnen.

Der Dozent orientiert sich am Entwicklungsstand der einzelnen Teilnehmer und gibt individuelle Hilfeleistung. Es sind Einsteiger wie auch Fortgeschrittene herzlich willkommen.



Die Farben, dazugehöriges Trägermaterial (Untergründe) und „Werkzeug“ kann jeder selbst wählen und mitbringen.

Die Gebühr beinhaltet nur die Kursbetreuung. Anreise individuell oder Fahrgemeinschaft. (Bezahlung der Übernachtung und Vollpension vor Ort.)

Freitag Einchecken ab 14 Uhr
Sonntag Abreise gegen 16 Uhr
Anmeldung bis zum 10.06.2025

Weißwasser 25FA2710WW

Freitag-Sonntag | 04.-06.07.2025 | 3 Veranstaltungen | Jörg Tausch | 66,50 €

Aquarellmalerei für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist nicht für Anfänger geeignet.

Mitzubringen sind:

Zeichen- und Aquarellpapier (A4 u. A3; 300g/qm), Aquarellfarben, Zeichenutensilien, Tusche, Schwamm, 2 Wassergläser, Küchenpapier, Lappen

Löbau 25FA2711LL

Dienstag | 04.03.2025 | 09:00 - 11:15 Uhr | 3 Veranstaltungen | Musikschule Löbau | Helga Pilz | 40,00 €

Löbau 25FA2712LL

Dienstag | 11.03.2025 | 09:00 - 11:15 Uhr | 3 Veranstaltungen | Musikschule Löbau | Helga Pilz | 40,00 €

Malerei und Grafik – Weniger ist mehr

Sie können herausfinden, wo Ihre Interessenschwerpunkte und möglicherweise Ihre Begabungen liegen. Sie lernen den Umgang mit verschiedenen Materialien (Bleistift, Tusche, Ölkreide, Acryl) und beschäftigen sich mit unterschiedlichen Themen wie, Gegenstände wiedergeben, Perspektive, Farblehre und freies Malen.

Materialbesprechung und genaue Festlegung der Termine in der ersten Veranstaltung.

Mitzubringen sind:

Mal- und Zeichenutensilien, Zeichenpapier, Blei-Grafitstifte 2B - 9B, Farben, Pinsel, Ölkreiden, Pastellstifte, Aquarellfarben, Schwamm, Mallappen u.a.

Zittau 25FA2711ZZ

Mittwoch | 12.02.2025 | 16:00 - 18:15 Uhr | 8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Angelika Heinze | 78,00 €

NEU! Handlettering zu Ostern

Ostern ist die Zeit, wo gern kreativ gewerkelt wird, um andere mit selbstgemachten Unikaten zu erfreuen. Wir wollen uns der Kunst der schönen Buchstaben widmen, Grundlagen des Handletterings erlernen, um dann wunderbare Ostergrüße zu entwerfen und zu verschenken. Die Kursleiterin bietet viele Ideen, Werkzeuge, Stifte und Materialien an, die den Teilnehmern zur Verfügung stehen.



Gern können Brush- Pens, Bleistift, Radiergummi, Lineal und verschiedene Schreibwerkzeuge mitgebracht werden.

Der Kurs richtet sich an alle, die mit Schrift ihr ganz eigenes künstlerisches Potential entfalten oder vervollkommen wollen.

Sowohl Anfänger als auch schon Erfahrene in Schriftgestaltung sind herzlich willkommen.

Unkostenbeitrag ca. 3 Euro.

Löbau 25FA2731LL

Dienstag | 15.04.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr | 1 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Gerlind Mochner | 23,50 €

NEU! Workshop – Kalligrafie in Anlehnung an orientalischer Schriftkunst

Inspiziert und berührt durch arabische Schriftkunst, werden wir solche Bilder als Grundlage unserer kalligrafischen Reise nehmen. Aus der Verschmelzung von orientalischer und okzidentaler Zeichen und Formen entwickelte Rolf Lock neue Alphabete, die wir näher betrachten und teilweise erlernen wollen. Dieser Kurs richtet sich an schreibfreudige Menschen, die gern kreativ und künstlerisch arbeiten und ist sowohl für Einsteiger und Fortgeschrittenen geeignet.

Bei weiterführendem Interesse besteht die Möglichkeit, einen zweiten Kursabend durchzuführen. Folgendes Material kann mitgebracht, aber auch bei der Kursleiterin erworben werden: Bandzugfedern bis 5 mm, Federhalter, Bleistift, Radiergummi, Tinte, Lineal, weißes Zeichenpapier, Parallel- und Automatik-Pen.

Bitte melden Sie sich unbedingt vorher dazu an.

Niesky 25FA2732NN

Mittwoch | 09.04.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr | 1 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky | Gerlind Mochner | 28,50 €



Farben + Tapeten + Bodenbeläge + Mischservice + Malen + Tapezieren + Vollwärmeschutz

Maler GmbH
FACHHANDEL
NEUGERSDORF

Offnungszeiten:
Mo-Fr 9:00-12:30 Uhr
14:00-18:00 Uhr
Sa 9:00-12:00 Uhr

Ritterstraße 11 • 02727 Neugersdorf
Tel. 0 35 86 / 74 39 0 • Fax 0 35 86 / 74 39 22
www.maler-neugersdorf.de

HANDWERK / KUNSTHANDWERK

NEU! Workshop - Traditionelle mexikanische Holzschnitzkunst - Tierfiguren schnitzen und traditionell bemalen

Erleben Sie die farbenfrohe Welt der mexikanischen Kunst und gestalten Sie Ihre eigene Tierfigur im traditionellen Alebrijes-Stil. Zu Beginn schnitzen Sie ein Tier aus einem vorgefertigten Holzrohling, das Sie anschließend mit leuchtenden Acrylfarben bemalen. Sie werden die kulturellen Hintergründe sowie die verschiedenen Symbole und zugehörigen Bedeutungen kennenlernen, die tief in der zapotekischen Kultur aus präkolumbianischer Zeit verankert sind. Mit den traditionellen Symbolen bemalen Sie Ihr selbst geschnitztes Tier. Diese kunstvollen, bunten Muster und Ornamente machen jedes Stück zu einem einzigartigen Kunstwerk. Holzrohlinge, Farben und Pinsel werden gestellt.



Bitte mitbringen: Taschenmesser/Schnitzmesser
Materialkosten: 6 € für Holzrohling

Zittau 25FA2800ZZ

Freitag | 13.06.2025 | 15:30 - 19:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Georg Weitz | 47,50 €

Weißwasser 25FA2800WW

Donnerstag | 26.06.2025 | 16:00 - 20:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Georg Weitz | 47,50 €

NEU! Workshop - Traditionelle Japanische Holzschnitzkunst - ein eigenes Relief schnitzen

Erleben Sie die faszinierende Kunst der japanischen Holzbildhauerei und gestalten Sie Ihr eigenes Relief mit einem traditionell japanischen Motiv. In diesem Kurs werden Sie Schritt für Schritt in die grundlegenden Techniken des japanischen Holzschnitzens eingeführt, die aus der berühmten Region Inami in Japan stammen.



Diese Region ist seit über 250 Jahren als Zentrum der japanischen Schnitzkunst bekannt und hat eine reiche Tradition, die sich in den kunstvollen Details und der präzisen Handwerkskunst widerspiegelt.

KULTUR UND GESTALTEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

Unter Anleitung erlernen Sie die grundlegenden Techniken der Holzbearbeitung, um ein Motiv im typischen japanischen Stil zu schnitzen. Dabei erfahren Sie auch mehr über die Geschichte und Bedeutung des Schnitzens in der japanischen Kultur sowie über die traditionellen Werkzeuge, die seit Jahrhunderten in der Holzbildhauerei verwendet werden.

Bitte mitbringen: Taschenmesser/Schnitzmesser. Alle anderen Materialien werden gestellt.
Materialkosten: 5 €

Weißwasser 25FA2801WW

Freitag | 27.06.2025 | 16:00 - 20:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Georg Weitz | 47,50 €

Workshop: Goldschmieden für Einsteiger

Dieser Workshop wird Ihnen zeigen, dass es möglich ist, schöne Dinge mit einfachen Techniken zu kreieren. Denn viele Dinge kann man, obwohl man es vorher nicht wusste. Sie benötigen keinerlei Vorkenntnisse. Wir machen Sägeübungen und Sie werden mit einigen Werkzeugen vertraut. In diesem Goldschmiedekurs I werden wir entweder einen Kettenanhänger oder Ohrhänger oder Ohrstecker herstellen. Unedles Material wie Kupfer oder Messing steht zum Üben kostenfrei zur Verfügung. Das Schmuckstück wird in 925-er Silber gefertigt. Dafür fallen am Ende zusätzliche Materialkosten an.

Adresse: Anika Bomm; Schafbergstr. 5; 02708 Rosenbach OT Herwigsdorf

Löbau 25FA2A11LL

Freitag | 10.01.2025 | 15:00 - 19:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Anika Bomm | 68,00 €

Löbau 25FA2A12LL

Freitag | 07.02.2025 | 15:00 - 19:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Anika Bomm | 68,00 €

Löbau 25FA2A13LL

Samstag | 22.03.2025 | 11:00 - 15:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Anika Bomm | 68,00 €

NEU! Höhepunkte der Serviettenfaltkunst

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Museums möchten einen Blick in die Geschichte der Serviettenfaltkunst geben. In unseren heutigen Lebenswelten sind vorwiegend Papierservietten in Gebrauch, kunstvoll gefaltet oder glatt präsentiert. Wir wagen nun einen Blick in die kulturelle Entwicklung der Stoffservietten, deren Herstellungs- und Nutzungsebenen, sowie auf die Kunst der Faltung jener Luxusartikel.

KULTUR UND GESTALTEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

Drei der vier Stunden beginnen mit einem theoretischen Einstieg in Muster, Herstellung und Geschichte der Stoffserviette. Abgeschlossen werden die Einheiten mit kleinen Übungen zur Faltung einer eigenen Serviette. In der letzten Kurseinheit kann eine Stoffserviette selbst gefaltet werden. Material ist vorhanden.



Wo: Deutsches Damast- und Frottiermuseum, Schenau Straße 3, 02779 Großschönau
Wann: 03.09. | 10.09. | 17.09. | 24.09.2024 | jeweils 17:00 - 18:30 Uhr

Zittau 25FA2A51ZZ

Dienstag | 04.02.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 4 Veranstaltungen | Evelyn Schweynoch | 59,00 €

PLASTISCHES GESTALTEN

Kreativ-Ton- Kurs

Bitte Arbeitskleidung mitbringen. Materialkosten sind vor Ort bei der Kursleiterin zu bezahlen. Die Termine werden am 1. Kurstag abgestimmt.

Zittau 25FA2801ZZ

Dienstag | 25.02.2025 | 18:30 - 20:45 Uhr | 6 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Angelika Heinze | 69,50 €

Formen und Gestalten mit Ton

Unter fachlicher Anleitung festigen Sie die Besonderheiten im Umgang mit Ton und entdecken weiter, durch die Arbeit mit dem Werkstoff, die unterschiedlichsten Gestaltungsmöglichkeiten. Sie entwickeln sich weiter in gängigen Töpfertechniken und in den kreativen Oberflächengestaltungen der Werkstücke. Es entstehen dekorative Objekte wie z. B. Pflanzgefäße, Leuchten oder andere kreative Gegenstände für Haus und Garten oder zur Weihnachtszeit. Natürlich stehen die individuellen Gestaltungswünsche im Vordergrund. Grundkenntnisse im Umgang mit Ton und Glasuren sind von Vorteil.

Bitte Arbeitssachen mitbringen. Materialkosten von 18,00 € für Ton, Glasur und Brennkosten (für den gesamten Kurs) werden vor Ort bei der Kursleiterin entrichtet.

Weißwasser 25FA2802WW

Dienstag | 25.03.2025 | 16:45 - 19:00 Uhr | 6 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Karin Heimann | 67,50 €

TEXTILES GESTALTEN

Kreatives Klöppeln - Spaß am traditionellen Handwerk/Fortgeschrittene

Klöppeln ist nicht nur traditionell, es hat an Aktualität nicht verloren. Klöppeln ist nicht nur Spitze und Deckchen. Es ist Schmuck, es kann aus Silber bestehen, aus Stahl. Es ist filigran, kann als Ohrring getragen werden oder als Tasche. Es kann eine Kette sein oder auch ein Diadem. Sie möchten das traditionelle Handwerk weiter perfektionieren, Ihrer Kreativität freien Lauf lassen, Moderne und Tradition miteinander verbinden? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Fortgeschrittene und auch versierte KlöpplerInnen sind herzlich willkommen. Aufbauend auf den Grundschlägen erlernen Sie nach und nach anspruchsvollere Schläge, die Sie dazu befähigen, Klöppeleien der besonderen Art herzustellen.

Mitzubringen sind:

- Klöppelsack
- 10 Paar Klöppel
- Klöppelgarne in Leinen oder Francegarn
- Häkelnadel 06
- Klöppelständer mit zugehörigem Kissen
- Stecknadeln
- Schere

Zittau 25FA2911ZZ

Donnerstag | 20.02.2025 | 14:00 - 15:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Monika Liewald | 36,50 €

Zittau 25FA2912ZZ

Donnerstag | 20.02.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Monika Liewald | 36,50 €

FOTOGRAFIE / MEDIENPRAXIS

NEU Multivisionsshow – KANADA & ALASKA 3000 km Wildnis und Freiheit am Yukon

Wagemut oder Wahnsinn? In einem kleinen Schlauchboot, vollgestopft mit Vorräten und Kameraausrüstung, startet Robert Neu zur Befahrung des 3.185 km langen Yukon River. Mit seiner ultraleichten Packraft will er die nordamerikanische Wildnis von Kanada und Alaska durchqueren, und von den Gletschern der Quellseen in British Columbia bis zur Mündung in die windgepeitschte Beringsee paddeln. Es folgen Monate der Abgeschiedenheit auf und am Fluss, in denen er nur sporadisch auf Menschen trifft – häufig einheimische Indianer und Yupik-Eskimos. Ansonsten ist er auf sich selbst zurückgeworfen und führt ein berührend ursprüngliches Leben in



der Natur, das geprägt wird von Einfachheit, Ehrlichkeit und atemberaubender Stille. Und von hautnahen Begegnungen mit Bibern, Elchen, Adlern und Bären. Bezeichnenderweise gehen die größten Gefahren für sein Abenteuer von einem Brandstifter und einem Messerstecher aus, die sein Schlauchboot zerstören wollen ... Die mitreißende Schilderung von der Verwirklichung eines Lebenstraums – Sehnsucht und Lagerfeuerromantik inklusive!

Der Vortrag mit Robert Neu ist ein Plädoyer für die Verwirklichung der eigenen Träume!

Robert Neu, Jahrgang 1981, studierte Sprachwissenschaft, Geschichte und Journalismus und ist seit über 20 Jahren weltweit unterwegs. Er hat in Kanada gelebt, war über Jahre in Sibirien und Zentralasien zu Hause, kommt aber vom Rhein. Die letzten Jahre haben ihn unter anderem auf lange Expeditionen an die größten und berüchtigtsten Flüsse der Welt gebracht.

Vorverkauf 13,00 € / Abendkasse 15,00 € / ermäßigt bis 18 Jahre 5,00 €

Vorverkaufsstellen ab dem 2. Dezember 2024: Anke`s Presse-Tabak-Lotto am Sachsendamm in Weißwasser, Schreibwaren Petra Bartha Str. des Friedens in Weißwasser, Volkshochschule Jahnstraße 50 in Weißwasser

Weißwasser 25FA2B10WW

Samstag | 01.02.2025 | 17:00 - 19:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Weißwasser, Telux Säle, -Lichthaus-, Str. der Einheit 2-24

Jugendkunstschule Oberlausitz-Niederschlesien Sommerakademie 2025 - Letní Akademie

Nach nun zwei wunderbaren Sommerakademien im einzigartigen Haus Schminke in Löbau möchten wir nun auch endlich mal zu unseren Kooperationspartnern nach Liberec (Tschechien), immerhin handelt es sich ja um ein deutsch-tschechisches Kunstlager.

Die Sommerakademie 2025 findet also wieder statt. Dieses Mal vom 7. bis 11. Juli 2025. Auch in Liberec gibt es tolle inspirierende Orte. Wir möchten derzeit noch nicht zu viel verraten, aber wir hoffen auf historische Bausubstanz als Ort für unsere Ateliers.

Wie auch in den letzten Jahren könnt Ihr genau eines der folgenden vier Ateliers wählen und eurer Kreativität freien Lauf lassen:

- Fotografie & Siebdruck
- Architektur & 3D-Druck
- Animationsfilm (Stop-Motion)
- Architektur

Letztes Jahr war das Jahresthema „Metamorphose“. Für 2025 wird es auch wieder ein spannendes Thema geben. Wenn ihr Vorschläge habt, dann meldet euch gern bei uns.

Neben dem täglichen Kreativsein werden wir auch Zeit für Abwechslung finden: Tischtennisturnier, BBQ- und Filmabend, deutsch-tschechisches Quiz. Wir kümmern uns um die Übernachtungen, Verpflegung, Materialien und Bespaßung. Alles ist im Preis inbegriffen. Wir empfehlen dennoch, dass ein bisschen Taschengeld mitgenommen wird.

Die Sommerakademie wird begleitet von zwei Dolmetscherinnen, die unseren Austausch unterstützen werden.

Die Sommerakademie ist ein Angebot für alle Jugendlichen im Alter von 13 bis 20 Jahren, die Lust auf Kreativsein, Austausch und Neues haben.

Sichert euch jetzt einen der 20 Plätze und seid mit dabei! Der Anmeldeschluss ist am 1.6.2025.

Weitere und konkretere Informationen werden fortan folgen. Bei Fragen stehen wir euch immer gern zur Verfügung: felix.schuster@vhs-dle.de

Außenstelle Görlitz 25FJ2001LG

Montag | 07.07.2025 | 8:00 - 17:00 Uhr | 5 Veranstaltungen | Pavel Sadílek | 100,00 €



Keine Nachricht – gute Nachricht! Ihr gebuchter Kurs findet statt, sofern Sie nach erfolgter Anmeldung keine weitere Nachricht von uns erhalten.

22 NEISSE–NYSA–NISA FILM FESTIVAL 20—25/5/2025

... im Dreiländereck Deutschland, Polen und Tschechien



NFF    #Neissefilm
www.neissefilmfestival.net



**KLEINE GALERIE
WEISSWASSER**

Jahnstraße 50, 02943 Weißwasser
Telefon: 03576 278315
Telefax: 03576 278310
Ansprechpartnerin: Karola Petrick

*Eine Einrichtung der Kultur- und
Weiterbildungsgesellschaft mbH*

Öffnungszeiten: Mo und Fr 9-12 Uhr, Di 9-17 Uhr,
Mi und Do 9-16 Uhr und nach Vereinbarung
Unser Service: Kostenlose Führungen * Vermittlung
von Künstlergesprächen * Begleitveranstaltungen

Kunsausstellungen in der Kleinen Galerie 2024/2025

1. Dezember 2024 - 28. Februar 2025: Friederike Freifrau
von Rotenhan, Rentweinsdorf/Unterfranken
Malerei, Porträt

2. März - 16. Mai 2025: Freizeitkünstler Niesky e.V
Malerei, Grafik, Plastik

25. Mai - 22. August 2025: Manuela Trummer, Forst
Malerei, Assemblagen, Collagen

31. August - 28. November 2025: Svetlana Tiukkel, und
Sergej Luzewitsch, Frankfurt/ Oder
Malerei und Keramik

7. Dezember 2025 - 27. Februar 2026: Teilnehmer der
Kunstwerkstatt des Brandenburgischen Landesmuseums für
Moderne Kunst Cottbus

Die Ausstellungen finden unter Vorbehalt statt.
Bitte informieren Sie sich dazu aus der Presse oder in der Kleinen Galerie.



Ihr Kurs in der vhs.cloud

Gut zu wissen: Auf der vhs-eigenen digitalen Plattform können wir Veranstaltungen und Kurse ortsunabhängig anbieten. Für Sie als Teilnehmer ist so möglich, unsere Angebote bequem von zu Hause aus zu nutzen. Auch Referenten aus weiter entfernten Regionen können wir so für unsere Programmplanung gewinnen und Ihnen ein noch vielseitigeres Angebot unterbreiten. Probieren Sie es einfach aus!



So geht's: In der Kursbeschreibung finden Sie einen Hinweis dazu, ob der gewählte Kurs ganz oder teilweise online durchgeführt wird. Um dieses Angebot nutzen zu können, sollten folgende Voraussetzungen erfüllt sein:

- Sie besitzen ein internetfähiges Gerät, vorzugsweise Laptop oder PC
- Sie verfügen über einen Internetzugang mit mind. 10 Mbit/s (z.B. laufen YouTube-Videos flüssig)
- Sie haben Webcam und Mikrofon (idealerweise Headset)
- Tonausgabe ist vorhanden (Lautsprecher, Kopfhörer)
- Folgende Browser sind in aktueller Version installiert: Google Chrome, Microsoft Edge oder Opera; mit Firefox sind u.U. nicht alle Funktionen der vhs.cloud verfügbar
- Sie verfügen über PC-Grundkenntnisse und nutzen das Internet z.B. für E-Mails, zur Videotelefonie oder für Einkäufe

Am Online-Kurs teilnehmen: Bevor der Onlineunterricht beginnt, registrieren Sie sich als Kursteilnehmer in der vhs.cloud (www.vhs.cloud) und vergeben ein persönliches Passwort. Danach werden Sie in den gebuchten Kurs aufgenommen. Dazu erhalten Sie den jeweiligen Kurs-Code per E-Mail. Näheres zu diesem Thema erfahren Sie nach dem Login in die vhs.cloud im Bereich „Schreibtisch“ und in der Anleitung, die Ihnen die VHS zur Verfügung stellt. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der VHS und Ihr Kursleiter unterstützen Sie gern. Nutzen Sie auch die Möglichkeit, vor dem ersten Kurstermin einen Techniktest durchzuführen, um falls nötig letzte Unsicherheiten auszuräumen. Vereinbaren Sie bei Bedarf bitte einen Termin spätestens einen Tag vor dem eigentlichen Kursbeginn!

Das erwartet Sie: Je nach Kursinhalt und –methodik können in der vhs.cloud Videokonferenzen durchgeführt, Materialien zur Verfügung gestellt und verschiedenste Möglichkeiten des Austauschs auch zwischen den Kursstunden realisiert werden. Ihr Kursleiter wird Ihren speziellen vhs.cloud-Kurs passend zu Lernziel und Teilnehmerschaft einrichten und Sie im Verlauf mit den nötigen Schritten vertraut machen.

Fragen?: Bitte wenden Sie sich bei Fragen gern an die Volkshochschule bzw. Ihren Kursleiter, wenn es um Einzelheiten Ihres Kurses geht. Wir unterstützen Sie gern.



Gesundheit



#Zukunftsort_vhs
Kompetenzen für morgen

Informationen zur Bezuschussung unserer Gesundheitskurse durch die Krankenkassen

Die bundesweiten Richtlinien der Krankenkassen beinhalten eine Vielzahl von Kriterien, so dass nur ein Teil der vhs-Kurse bezuschussungsfähig ist. Generell gilt: Pro Versichertem werden maximal 2 Kurse im Kalenderjahr bezuschusst, wenn Sie als Teilnehmer/in mind. zu 80 % anwesend waren.

Weitere Kriterien für die Bezuschussung (vgl. Leitfaden Prävention des GKV) sind:

- Kursleiterqualifikation
- Gruppengröße
- nur Einsteiger- bzw. Wiederholerkurse, nicht Fortgeschrittene bzw. Dauerangebote
- Kursdauer mindestens 8 bis maximal 12 Termine
- Kursinhalte sind genau definiert über Methoden und Übungen (Handlungsfelder und Präventionsprinzipien)

Wird eines der obengenannten Kriterien nicht erfüllt, fällt der Kurs aus der Bezuschussung. Dabei sind auch Kurse und Kursleitungen betroffen, die bereits langjährig bezuschusst waren, nun aber nicht mehr den Prüfkriterien des Leitfadens Prävention der Krankenkassen entsprechen und durch das Online-Prüfverfahren der Zentralen Prüfstelle Prävention abgelehnt werden, das keinerlei Ausnahmen zulässt.

Bei Fragen zur Bezuschussungspraxis wenden Sie sich bitte direkt an Ihre Krankenkasse. Wir als Volkshochschule haben darauf keinen Einfluss.

Im Angebot der Volkshochschule gibt es Präventionskurse nach § 20 Abs. 1 und 2 SGB V, welche von der Zentralen Prüfstelle für Prävention als förderfähig anerkannt wurden. Bitte informieren Sie sich vor Kursanmeldung auch bei Ihrer Krankenkasse!

Wir stellen Ihnen nach Beendigung des Kurses gerne eine kostenlose Teilnahmebestätigung aus. Grundlage hierfür ist die geführte Anwesenheitsliste. Andere Bescheinigungen für Krankenkassen stellen wir nicht aus!

Alle Kurse an der Volkshochschule sind qualitätsgesichert. Wichtiger als ein Zuschuss ist, dass der Kurs Ihre Gesundheit fördert.

Bildungsaspekte in den Gesundheitskursen der Volkshochschulen

Die Gesundheitsbildung als Fundament der Gesundheitsförderung gehört zum Bildungsanspruch und Bildungsauftrag der Volkshochschulen. In diesem Sinne enthalten alle unsere Kurse einen Bildungsaspekt.

Der Fachbereich Gesundheit behandelt alle Lernfelder die gemäß der Definition der Weltgesundheitsorganisation formuliert sind: „Gesundheit ist der Zustand umfassenden körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen“. Das unterscheidet sie deutlich von anderen Anbietern in der Gesundheitsförderung. Der Zusammenhang von Gesundheit und Umwelt, von physischem und psychischem Befinden, von >>

individuellen und sozialen Lebensbedingungen wird in den Volkshochschul-Lernangeboten angesprochen.

Bildungsinhalte - Entspannung und Körpererfahrung

- Kennenlernen fernöstlicher Entspannungsmethoden und ihrer kulturellen Wurzeln sowie die Anwendung der Methoden
- Kennenlernen und Anwendung westlicher Entspannungsmethoden und ihre Entwicklung
- Kenntnisse über physiologische Zusammenhänge
- Kenntnisse verschiedener Atemtechniken und ihrer Wirkung
- Förderung der bewussteren Körperwahrnehmung
- Bewusste Steuerung der physiologischen Prozesse
- Hilfen für die Auswahl der individuell geeigneten Entspannungsmethode
- Anleitung und Hilfe zur Verhaltensänderung durch Integration der gelernten Techniken in den Alltag

Bitte beachten Sie: Die Kursangebote im Entspannungs- und Bewegungsbereich sind nicht als Therapie vorgesehen, sondern dienen ausschließlich der Prävention. Bei gesundheitlichen Beschwerden empfehlen wir, vor der Anmeldung zu einem Kurs nochmals den behandelnden Arzt zu konsultieren.

Hinweis: Die Höhe des Teilnehmerentgeltes bei Kursen mit gleichem oder ähnlichem Inhalt bzw. Umfang ist u.a. abhängig von der Räumlichkeit, Mindestteilnehmerzahl, Einsatz von Lehr- und Unterrichtsmitteln und anderen Nebenkosten.

ENTSPANNUNG / STRESSBEWÄLTIGUNG

Hatha Yoga – Entspannungswochenende

Dieser Kurs richtet sich an ALLE, die Yoga erkunden und ihre eigene Yogapraxis verfeinern möchten. Anfänger lernen, was Yoga ist und wie Sie auf Ihren Körper – den besten aller Lehrer – hören können.

Erfahrene und Yogalehrer/innen können sich weiterentwickeln, indem sie erlernen, ihre Reise nach innen auf eine sanfte Art und Weise zu vertiefen. Der Kurs vermittelt zudem alles nötige Wissen, um zu Hause selbstständig praktizieren zu können. Es gibt die Möglichkeit einer Fragen- und Antwort-Gesprächsrunde mit der Kursleiterin.



Das Wochenende ist informativ, motivierend, inspirierend und insbesondere erfahrungsorientiert. Es stellt ein grundlegendes und wesentliches Yoga-Wissen in praktischer wie auch theoretischer

Form zur Verfügung. Im Kurs lernen und praktizieren wir, wie wir unsere körperliche und geistige Wahrnehmung zu uns selbst mit sehr sorgfältigen und in Ruhe praktizierten Asanas steigern sowie verfeinern können.

Somit wird unser Leben reicher und leichter, mitfühlender und wohlwollender, sanfter und wacher. Es entwickelt sich ein Verständnis für Ausgeglichenheit zwischen Aktivität und Entspannung im selbigen Moment. Integriert in allen Asanas ist die erfahrungsorientierte Anleitung für „Grundlegende Stabilität und Ausgeglichenheit“ (Yoga und Erkenntnis)

Programm:

Freitag: 15:45 - 19:15 Uhr

Ankommen und in die Verbundenheit mit sich selbst wertschätzend einfühlen, alltägliche Lockerungs – Reihe für Körper – Geist und Seele, Grundlagen erfahren für Standhaltungen, regenerierende und in sich ruhende Asanas, Meditation der Ausrichtung, Atem

Samstag: 08:30 - 12:30 Uhr

Lockerungs-Reihe (Whd), wir integrieren Standhaltungen, erfahren den Wert der Sitzhaltung, üben Vorwärtsbeugen und Drehhaltungen, sowie Umkehrstellungen – regenerativ und in sich ruhend, Meditation des Wohlwollens, Atem

Sonntag: 8:00 - 12:30 Uhr + 30 min Fragen und Antworten bzw. Austausch

alltägliche Lockerungs-Reihe. (Whd), wir üben aktive Asanas der Rückbeugen und gehen danach in den regenerativen Ausgleich, Meditation der Dankbarkeit, Atem

Bitte bringen Sie wärmende Kleidung mit, welche Sie im Zwiebel Look je nach Befinden an und ausziehen können. Bringen Sie bitte immer ausreichend warmes Wasser zum Trinken mit.

Zittau 25FA3110ZZ

Freitag | 09.05.2025 | 15:45 - 19:15 Uhr | 3 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Ramona Wünsche | 73,00 €



AMBULANTER PFLEGEDIENST

Hand  Hand GbR

SELBSTBESTIMMT LEBEN

KREATIV ALTERN

Obere Mühlwiese 8

02779 Großschönau

Telefon:

03 58 41 - 67 99 20

E-Mail:

handinhand-pd@web.de

Unsere Leistungen für Sie:

Grundpflege • Behandlungspflege • Kontrolle der Vitalwerte

Verhinderungspflege • Mahlzeitendienst • Hauswirtschaft • Hausnotruf

Hatha Yoga

Dieser Kurs ist ein Angebot für Jung und Alt, um die Grundprinzipien und Grundhaltungen des Yoga zu erfahren und zu erleben. Die Teilnehmer nehmen stark, durch den Alltag beanspruchte oder vernachlässigte Körperregionen wahr, kräftigen und dehnen die Muskulatur. Die Übungspraxis soll das Wohlbefinden steigern und Anregungen geben, eigenständig und selbstverantwortlich weiter zu üben.

Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

Niesky 25FA3101NN

Mittwoch | 05.03.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Jahnhalle, Niesky | Ines Faltin | 105,00 €

Niesky 25FA3102NN

Mittwoch | 05.03.2025 | 19:15 - 20:45 Uhr | 10 Veranstaltungen | Jahnhalle Niesky | Ines Faltin | 105,00 €

Niesky 25FA3103NN

Donnerstag | 06.03.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Jahnhalle Niesky | Ines Faltin | 105,00 €

Niesky 25FA3104NN

Donnerstag | 06.03.2025 | 19:15 - 20:45 Uhr | 10 Veranstaltungen | Jahnhalle Niesky | Ines Faltin | 105,00 €

Löbau 25FA3111LL

Dienstag | 14.01.2025 | 16:45 - 18:15 Uhr | 8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Stephan Schmidt | 69,50 €

Walddorf-Eibau 25FA3111EL

Montag | 03.03.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Walddorf-Eibau, Dorfgemeinschaftshaus | Andrea Thiele | 94,00 €

Walddorf-Eibau 25FA3112EL

Dienstag | 04.03.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Walddorf-Eibau, Dorfgemeinschaftshaus | Andrea Thiele | 94,00 €

Walddorf-Eibau 25FA3113EL

Mittwoch | 05.03.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Walddorf-Eibau, Dorfgemeinschaftshaus | Andrea Thiele | 94,00 €

Weißwasser 25FA3101WW

Freitag | 07.03.2025 | 15:00 - 16:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Ines Faltin | 105,00 €

Weißwasser 25FA3102WW

Freitag | 07.03.2025 | 16:45 - 18:15 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Ines Faltin | 105,00 €

Weißwasser 25FA3103WW

Dienstag | 04.03.2025 | 18:30 - 20:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Petra Rübesam | 105,00 €

Zittau 25FA3111ZZ

Donnerstag | 27.02.2025 | 10:00 - 11:30 Uhr | 8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Beate Köcher | 94,00 €

Hatha Yoga

Hatha Yoga ist eine jahrtausendealte Methode, die mit gezielten Übungen und Haltungen Kreislauf, Organe und Muskeln anregt. Diese Übungen können von jedem Menschen bis ins hohe Alter ausgeführt werden. Der Übende kann Ruhe, Konzentration und Entspannung finden und Freude mit in den Alltag nehmen.

Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

Zittau 25FA3113ZZ

Donnerstag | 09.01.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 5 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Anke Schubert | 45,00 €

Zittau 25FA3114ZZ

Donnerstag | 09.01.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 5 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Anke Schubert | 45,00 €

Zittau 25FA3115ZZ

Donnerstag | 27.02.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Anke Schubert | 94,00 €

Zittau 25FA3116ZZ

Donnerstag | 27.02.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Anke Schubert | 94,00 €

Qi Gong

Grundlage des Qi Gong ist die traditionelle chinesische Medizin mit Ihrer 5- Elemente- Lehre. Qi Gong ist eine über 3000 Jahre alte Methode, um Krankheiten vorzubeugen. Das „Qi“ steht für Energie und das „Gong“ für sanfte Bewegung. Mit Qi Gong wird die Atmung tiefer, die Gedanken kommen zur Ruhe und der Körper wird vitaler. Auf lange Sicht ausgeführt, stärkt und harmonisiert es das „Qi“ und führt damit zu spürbaren Verbesserungen unserer körperlichen und seelischen Gesundheit.

Bitte bequeme Kleidung, Decke und Kissen mitbringen.

Löbau 25FA3121LL

Freitag | 10.01.2025 | 15:45 - 17:15 Uhr | 11 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Sylvia Herbig CHI-Institut | 108,00 €

Löbau 25FA3122LL

Freitag | 09.05.2025 | 15:45 - 17:15 Uhr | 6 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Sylvia Herbig CHI-Institut | 60,50 €

Stress-Management - inkl. Schnupperkurs progressive Muskelentspannung

Kurzfristiger Stress kann gesund sein und uns sogar zur Höchstform auflaufen lassen, auf Dauer schädigt er aber unsere Gesundheit. Chronischer Stress kann sich beispielsweise durch Symptome wie Schlafstörungen, Magen-Darm-Probleme oder Verspannungen bemerkbar machen. Deshalb ist es wichtig, Stress bewältigen zu können.

Ziel dieses Workshops soll es sein, den Stresslevel zu senken und durch verschiedene Tipps und Methoden zu lernen, wie wieder mehr Entspannung in Ihren Alltag kommt.

Zittau 25FA3101ZZ

Mittwoch | 15.01.2025 | 17:00 - 19:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Ireen Fritsche | 15,50 €

Zittau 25FA3102ZZ

Mittwoch | 05.03.2025 | 17:00 - 19:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Ireen Fritsche | 15,50 €

Gelassenheit im Alltag - Einführung in Entspannungstechniken

Stress lass nach! Sie erhalten in diesem Kurs praktische als auch kognitive Einblicke in verschiedene Entspannungsverfahren, die gut geeignet sind, Stress- und Spannungszustände zu reduzieren.

GESUNDHEIT

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

Bitte bringen Sie Socken, ein kleines Kissen und eine Decke mit.

Weißwasser 25FA3110WW

Samstag | 17.05.2025 | 14:00 - 17:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Katrin Schuster | 22,50 €



BEWEGUNG / AUSDAUERTRAINING / PRÄVENTION

Fit für den Alltag – Ganzkörpertraining

Schwerpunkt des Kurses sind gymnastische Bewegungsformen mit unterschiedlicher Ausrichtung. In jeder Kurseinheit findet ein Wechsel zwischen Anleitung und Demonstration durch die Kursleiterin statt. Ziel ist es, verschiedene Möglichkeiten der Bewegungs- und Körpererfahrung zu erlernen und Wege für eine dauerhafte Installierung von Bewegung in den Alltag zu finden.

Bitte bringen Sie feste Turnschuhe, Handtuch/Decke, bequeme Kleidung mit.

Dieser Kurs ist bei der Zentralen Prüfstelle für Prävention unter dem Handlungsfeld Rücken zertifiziert.

Ebersbach 25FA3232EL

Montag | 06.01.2025 | 18:30 - 19:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | VHH Ebersbach | Andrea Wilhelm | 80,00 €

Ebersbach 25FA3233EL

Donnerstag | 06.03.2025 | 18:30 - 19:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | VHH Ebersbach | Andrea Wilhelm | 80,00 €

Niesky 25FA3232NN

Mittwoch | 02.04.2025 | 18:30 - 19:30 Uhr | 8 Veranstaltungen | Turnhalle Gutenbergschule Niesky | Theresia Rothe | 59,00 €

Löbau 25FA3237LL

Mittwoch | 05.03.2025 | 18:45 - 19:45 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Beate Zehler | 56,50 €

Weißwasser 25FA3232WW

Mittwoch | 08.01.2025 | 17:45 - 18:45 Uhr | 10 Veranstaltungen | Weißwasser, Brüder Grimm Schule | Theresia Rothe | 69,00 €

Rückenfit - Rückenkräftigung

Mit vielfältiger Körperwahrnehmung und wohltuenden Bewegungsübungen lernen Sie verschiedene Möglichkeiten zur Rückengesundheit kennen, welche sich leicht in den Alltag integrieren lassen. Es werden Anregungen und Tipps für die Praxis gegeben und mehrere Übungsreihen angeboten, um zu Hause aus allen Alternativen Ihr eigenes Programm zusammenzustellen. Dieser Kurs wird von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.

Bitte bringen Sie Hallenturnschuhe (abriebfeste Sohle), Gymnastikmatte, Handtuch/Decke, bequeme Kleidung mit.

Löbau 25FA3211LL

Montag | 03.03.2025 | 16:45 - 17:45 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Axel Hasler | 84,50 €

Pilates

Pilates ist ein ganzheitliches, sanftes Körpertraining, das Körper und Geist in Einklang bringt. Wir arbeiten mit der Energie aus der Körpermitte, um einen natürlichen Bewegungsfluss zu erhalten. Dabei gehen Muskelkräftigung und Dehnung, Hand in Hand. Bauch-Rücken und Gesäßmuskulatur werden zu einem natürlichen Korsett um die Wirbelsäule aufgebaut.

Dieses effiziente Muskeltraining wird sehr bewusst zusammen mit der Atmung ausgeführt. Funktionsgymnastik nach Pilates ist für jede Fitnessstufe und für jedes Alter geeignet.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Gymnastikmatte, großes Handtuch mit.

Zittau 25FA3224ZZ

Mittwoch | 08.01.2025 | 10:00 - 11:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Bettina Schwoerer | 76,00 €

Zittau 25FA3225ZZ

Mittwoch | 26.03.2025 | 10:00 - 11:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Bettina Schwoerer | 76,00 €

Zittau 25FA3226ZZ

Donnerstag | 16.01.2025 | 18:30 - 19:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Bettina Schwoerer | 76,00 €

Zittau 25FA3227ZZ

Donnerstag | 16.01.2025 | 19:30 - 20:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Bettina Schwoerer | 76,00 €

GESUNDHEIT

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

Zittau 25FA3228ZZ

Donnerstag | 03.04.2025 | 18:30 - 19:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Bettina Schwoerer | 76,00 €

Zittau 25FA3229ZZ

Donnerstag | 13.03.2025 | 19:30 - 20:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Bettina Schwoerer | 76,00 €

Pilates – für Fortgeschrittene

Für alle, die bereits Pilateskurse besucht haben, darin geübt sind und das Gelernte vertiefen möchten. Der Kurs ist nicht für Anfänger geeignet.

Das interessante Kursprogramm enthält weitere differenzierte Übungen.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mit.

Zittau 25FA3221ZZ

Mittwoch | 12.02.2025 | 19:00 - 20:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Silke Pollack | 76,00 €

Zittau 25FA3222ZZ

Mittwoch | 12.02.2025 | 20:15 - 21:15 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Silke Pollack | 76,00 €

Herz-Kreislauf-Training

Sie wünschen sich mehr Vitalität, Kraft und Beweglichkeit für Ihre Gesundheit? Dieser Kurs bietet Ihnen Abwechslung und ein wirkungsvolles Training. Er ist für Einsteiger wie Fortgeschrittene optimal geeignet. Sie erlernen, wie Ihre Muskulatur gekräftigt wird, das Herz-Kreislaufsystem trainiert und die Fettverbrennung angekurbelt. Ein Ganzkörperworkout, bei dem Sie bald Erfolge spüren werden.

Ebersbach 25FA3230EL

Dienstag | 07.01.2025 | 18:30 - 19:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | VHH Ebersbach | Madlen Scholze | 72,00 €

Ebersbach 25FA3231EL

Dienstag | 08.04.2025 | 18:30 - 19:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | VHH Ebersbach | Madlen Scholze | 72,00 €

Herz-Kreislauf-Training – Schwerpunkt Step Aerobic

„Step“ bedeutet Schritt, Tritt oder Stufe. Es handelt sich um ein effektives Ausdauertraining, welches das Herz-Kreislaufsystem mit gezieltem Muskeltraining für Gesäß, Oberschenkel und Wade verbindet. Sie lernen, wie das „Treppensteigen“ zu einer richtigen Trainingseinheit wird und Sie erhalten Anregungen, selber kreativ zu werden, die Bewegungen abzuwandeln, neu zusammenzusetzen und zu erweitern.

Niesky 25FA3231NN

Dienstag | 04.03.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Jahnhalle Niesky |
Silke Prielzel | 69,00 €

Power- Workout

Der Powerkurs bietet ein umfassendes Ganzkörpertraining. Bei den Übungen mit Eigengewicht oder Hilfsmitteln werden Muskeln gestrafft und die Ausdauer aufgebaut.

Es ist ein intensives Training mit athletischen Cardio-, Kraft- und Stabilisationsübungen.

Löbau 25FA3236LL

Dienstag | 14.01.2025 | 18:45 - 19:45 Uhr | 15 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Ines Unger | 88,50 €

Ran an die Problemzonen

Dieser Kurs beinhaltet ein Training zur Straffung der Muskulatur des gesamten Körpers. Mit gezielten Kraft- und Dehnungsübungen wirken Sie einseitigen Belastungen des Alltags entgegen und stabilisieren mit einem ausgewogenen Ausdauertraining Ihre Gesundheit. Das Muskeltraining für den Rücken steigert die Koordination und die Beweglichkeit. Entspannungstechniken runden das Ganzkörpertraining ab.

Weißwasser 25FA3233WW

Montag | 03.03.2025 | 17:45 - 18:45 Uhr | 10 Veranstaltungen | Weißwasser, Brüder Grimm
Schule | Silke Prielzel | 69,00 €



Kurse mit zu wenig Teilnehmenden können abgesagt werden oder sie finden in Absprachen mit den Teilnehmenden sowie Dozenten/-innen zu einem erhöhten Entgelt bzw. einer reduzierten Stundenzahl statt.

Fitness HulaHoop – Workshop für Einsteiger

Fitness HulaHoop beansprucht den ganzen Körper. Es ist ein effektives Training für Bauch-, Beine- und die Gesäßmuskeln. Es ist ein gezieltes Training für Arme und Beine, wo der Reifen auch außerhalb des Körpers zum Einsatz kommt. HulaHoop bringt nicht nur unser Herz-Kreislauf-System in Schwung, wir kurbeln z.B. die Fettverbrennung an, stabilisieren unter anderem unseren Beckenboden und vieles mehr. HulaHoop ist vielseitig, hat einen hohen Spaßfaktor und baut Stress ab.

Bitte bringen Sie einen Reifen ab 100 cm Durchmesser (nicht schwerer als 1,2 kg), Turnschuhe oder Noppensocken, eng anliegende Sportbekleidung, ein Handtuch und ein Getränk mit. Gern können in dem Workshop Reifen von der Kursleiterin ausprobiert werden.

Löbau 25FA3234LL (Einsteiger)

Montag | 17.02.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau | Tina Schäfer | 9,50 €

Fitness HulaHoop – Workshop für Fortgeschrittene

Dieser Kurs benötigt einige Vorkenntnisse.

Bitte bringen Sie einen Reifen ab 100 cm Durchmesser (nicht schwerer als 1,2 kg), Turnschuhe oder Noppensocken, enganliegende Sportbekleidung, ein Handtuch und ein Getränk mit.

Löbau 25FA3235LL

Montag | 05.05.2025 | 18:15 - 19:45 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau | Tina Schäfer | 9,50 €

vhs-Aktiv-Wochenende

Sportpark Rabenberg



Erleben Sie einen aktiven Kurzurlaub mit vielseitigem Gesundheitsprogramm in der modernsten Sportanlage im Erzgebirge.

Preis: ab 249,00 € pro Person

Termin: 7. bis 9. Feb. 2025
Anmeldung: [vhs-dresden.de](https://www.vhs-dresden.de)



Termin: 31. Okt. bis 2. Nov. 2025
Anmeldung: [vhs-chemnitz.de](https://www.vhs-chemnitz.de)



BEWEGUNG IM WASSER**Kräftigende Aqua-Gymnastik**

Bei der Wassergymnastik ermöglicht die entlastende Wirkung des Wassers ein schonendes Training zur Kräftigung und Dehnung der Muskulatur und eine Mobilisation der Gelenke. Feinmotorik und Koordination werden verbessert und der Gleichgewichtssinn geschult. Zur Unterstützung der Übungen werden Kleinstgeräte verwendet.

Dieser Kurs ist bei der Zentralen Prüfstelle für Prävention unter dem Handlungsfeld Rücken zertifiziert.

**Krauschwitz 25FA3240KW**

Mittwoch | 05.03.2025 | 10:00 - 10:45 Uhr | 8 Veranstaltungen | Erlebniswelt Krauschwitz | Theresia Rothe | 95,00 €

Weißwasser 25FA3240WW

Dienstag | 04.03.2025 | 19:00 - 19:45 Uhr | 8 Veranstaltungen | Schwimmhalle Weißwasser | Theresia Rothe | 95,00 €

Krauschwitz 25FA3241KW

Mittwoch | 05.03.2025 | 11:00 - 11:45 Uhr | 8 Veranstaltungen | Erlebniswelt Krauschwitz | Theresia Rothe | 95,00 €

Weißwasser 25FA3241WW

Dienstag | 04.03.2025 | 20:00 - 20:45 Uhr | 8 Veranstaltungen | Schwimmhalle Weißwasser | Theresia Rothe | 95,00 €

Krauschwitz 25FA3242KW

Freitag | 07.03.2025 | 09:00 - 09:45 Uhr | 8 Veranstaltungen | Erlebniswelt Krauschwitz | Theresia Rothe | 95,00 €

Weißwasser 25FA3242WW

Mittwoch | 05.03.2025 | 13:00 - 13:45 Uhr | 8 Veranstaltungen | Schwimmhalle Weißwasser | Theresia Rothe | 95,00 €

Krauschwitz 25FA3243KW

Freitag | 07.03.2025 | 10:00 - 10:45 Uhr | 8 Veranstaltungen | Erlebniswelt Krauschwitz | Theresia Rothe | 95,00 €

Weißwasser 25FA3243WW

Donnerstag | 06.03.2025 | 13:00 - 13:45 Uhr | 8 Veranstaltungen | Schwimmhalle
Weißwasser | Theresia Rothe | 95,00 €

Krauschwitz 25FA3244KW

Freitag | 07.03.2025 | 11:00 - 11:45 Uhr | 8 Veranstaltungen | Erlebniswelt Krauschwitz |
Theresia Rothe | 95,00 €

SELBSTHILFE / MASSAGE

NEU! Gesundheit durch Atmung

Unser Atem begleitet uns unser Leben lang; stetig wie ein Fluss fließt er in seinem Rhythmus und begleitet uns vom ersten Schrei bis zum letzten Atemzug.

Durch Widrigkeiten, wie Krankheit, Stress, unzureichende Ernährung und psychische Belastungen kann er aus dem Gleichgewicht geraten. Und gerade jetzt, in den kalten Wintermonaten, sind unsere Atemwege besonders gefordert. Der Wechsel von warmer, trockener Heizungsluft zu kaltem, feuchtem Außenklima ist eine Herausforderung für die Schleimhäute von Nase, Bronchien und Lunge.

Mit anregenden Übungen und sanfter Pflege können wir etwas für unser Atemsystem tun.

In dem Kurs lernen Sie etwas:

- über die Physiologie der Atmung, über die Atemphasen,
- über den Einfluss der Atmung auf andere Organsysteme (wie Nervensystem oder Verdauungssystem),
- über die Ernährung und was sie mit unserer Atmung zu tun hat
- über Heilkräuter und wie sie uns bei der Atmung unterstützen können

Mit dem Bewusstwerden der Bedeutung unseres Atems und dem Erlernen einer ganzheitlichen, mehrdimensionalen Atmung, können wir unser Leben in vielerlei Hinsicht bereichern und verbessern. Im Kurs erfahren Sie, was es heißt, das volle Potential Ihrer Atmung auszuschöpfen.

Jeder Termin wird aus einem kleinen Theorieteil bestehen sowie einem praktischen Übungsteil, in dem sie unterschiedliche Atemübungen erlernen.

Bitte achten Sie auf bequeme, nicht einengende Kleidung, warme Socken und etwas zu Trinken.

Zittau 25FA3301ZZ

Freitag | 17.01.2025 | 16:00 – 17:30 Uhr | 5 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Theresa Lau | 44,50 €

Akupressur-Massage für die ganze Familie

Die Grundlage der Akupressur-Massage ist die Traditionell Chinesische Medizin mit ihrem Meridiansystem. Meridiane sind die „Stromversorgung“ unseres Körpers. Diese Akupressur-Massage fördert den freien Fluss der Energie in diesen Energiekanälen.



Im Kurs erhalten Sie Grundkenntnisse über Meridianverläufe, Akupunkturpunkte und Akupressur-techniken durch Handflächen, Daumen, Finger, Ellenbogen, Unterarm sowie Dehnungen und Rotationen. So können Sie Ihrer Familie oder Freunden durch eine wohltuende Akupressur-Massage dabei helfen, wieder ins Gleichgewicht zu kommen bei Verspannungen, Kopf- und Rückenschmerzen, Verdauungsproblemen, Stress, Überarbeitung, Schlafproblemen, bei seelischem Ungleichgewicht und zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und eine Decke mit.

Weißwasser 25FA3401WW

Samstag | 22.03.2025 | 14:00 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Anke Konz-Jäger | 32,50 €

Selbsthilfe bei Rückenschmerzen

Jeder von uns kennt Rückenschmerzen. Durch gezielte, einfache Techniken und Körperübungen können wir starken Rückenschmerzen vorbeugen oder im akuten Fall beheben. Mit den Selbsthilfetechniken der Dorn-Methode können verschobene Wirbel wieder in die richtige Lage gebracht werden.

Damit verspannte Muskulatur die einzelnen Wirbel nicht mehr verschieben kann, werden weitere wirksame Selbsthilfetechniken vermittelt, um dies zu verhindern. Denn ein entspannter Mensch ist ein gesunder Mensch.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und ein Handtuch mit.

Weißwasser 25FA3402WW

Samstag | 10.05.2025 | 14:00 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Anke Konz-Jäger | 32,50 €



**Viele weitere Hinweise und Möglichkeiten auch auf unserer Webseite:
www.vhs-dle.de - Buchen bzw. sichern Sie sich online Ihre Kursplätze**

Mit dem vhsMobil unterwegs zu Ihnen!

Im Frühjahr 2025 werden wir erneut gemeinsam mit der AOK-Geschäftsstelle in Zittau mit unserem vhsMobil in der Natur sein. Dieses Mal laden wir Sie zu unserer Veranstaltung „Raus in die Natur – Tief durchatmen im Wald“ nach Eichgraben ein. Waren Sie schon einmal Waldbaden? Probieren Sie das doch gerne einmal mit uns aus. Im Rahmen dieser Veranstaltung sind wir ebenfalls mit unserem vhsMobil im Zittauer Gebirge unterwegs. Außerdem werden wieder unsere Smartphonekurse im vhsMobil stattfinden. Auch hier haben Sie Gelegenheit uns und unser vhs-mobil kennenzulernen. Die genauen Termine erfahren Sie auf unserer Website www.vhs-dreilaendereck.de.



Mit dem Einsetzen unseres vhsMobil schaffen wir aufsuchende Formate, welche vor allem im ländlichen Raum Bildung und Kultur in die Ortschaften und kleineren Städte bringt und somit möglichst vielen vor Ort, der Zugang zu unseren Kursen und Veranstaltungen gewährleistet werden kann.



Mit dem vhs-mobil können Sie Fortbildungen oder Veranstaltungen mit Mitarbeitern oder Kunden bei Ihnen oder aber auch an ungewöhnlichen Orten durchführen. Es steht zudem ein Anhänger mit einem Gasgrill zur Verfügung, z.B. um vor Ort gemeinsam Rezepte auszuprobieren oder Ihre Gäste bewirten. Gerne kommen wir mit dem vhs-Mobil direkt zu Ihnen.



Ihre Ansprechpartnerin: Peggy Lange
Tel.: 03585 4177440
E-Mail: peggy.lange@vhs-dle.de

Gefördert vom:
Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft
aufgrund eines
Beschlusses des
Deutschen
Bundestages



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft



Sprachen

#Zukunftsort_vhs
Kompetenzen für morgen

Wozu Sprachen lernen?

Die Antwort liegt nahe: Fremdsprachen sind allgegenwärtig, ebenso wie die Nachbarsprachen in unserer Grenzregion. Wer kennt nicht das unangenehme Gefühl, auf Reisen sprachlich plötzlich „hilflos“ zu sein? Im Beruf nehmen Sprachkenntnisse durch die zunehmende Vernetzung und internationale Beziehungen stetig an Bedeutung zu, und Englisch wird vielfach vorausgesetzt. Ein international anerkanntes Zertifikat ergänzt die eigenen Bewerbungsunterlagen – und dient als Meilenstein auf dem eigenen Lernweg.

So unterschiedlich die Motivation für das Erlernen einer Fremdsprache auch sein kann: Immer öffnet die Sprache auch das Tor zu einem fremden Land und zu einer Kultur, die es zu entdecken gilt.

Uns ist es wichtig, dass Sie den passenden Kurs finden: passend in Bezug auf Ihre Vorkenntnisse, Ihre Ziele und die Zeit, die Ihnen zum Lernen zur Verfügung steht.

Im Landkreis Görlitz ist die Volkshochschule Dreiländereck der größte Anbieter von Sprachkursen. Das Programm umfasst in diesem Semester zahlreiche Kurse und Testtermine in den verschiedensten Sprachen: Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Schwedisch, Spanisch, Polnisch, Tschechisch und Gebärdensprache. Zusätzlich bieten wir Einbürgerungstests an.

An unseren Standorten in Ebersbach, Niesky, Löbau, Weißwasser und Zittau können Sie aus unserem Sprachangebot wählen und die verschiedensten Kursformate wahrnehmen. Weitere Informationen dazu finden Sie auf der Folgeseite.

Gerne beraten wir Sie zu den verschiedenen Sprachen, Kursen und weiteren Möglichkeiten im Fachbereich. Rufen Sie uns einfach an!

Persönliche Beratung ist gern nach Absprache möglich!



Für Löbau und Zittau
Frau Michaela Herlingová

Tel.: 03585 4177444
Tel.: 03583 5156876



Für Niesky und Weißwasser
Frau Katrin Delitz

Tel.: 03576 278313
Tel.: 03588 201963

Termine nach vorheriger telefonischer Absprache.



Mehr Infos unter: www.vhs-dreilaendereck.de

Was bietet die Volkshochschule?

Die Kurse an der Volkshochschule sind ebenso vielfältig wie die Motivation unserer Teilnehmer. Wir unterstützen Sie mit speziellen Formaten genau für den Bereich, der Ihnen beim Sprachenlernen am wichtigsten ist: Vorbereitung auf den Urlaub, Business-Sprache für Geschäftsreisen, oder eine Auffrischung von verschütteten Kenntnissen.

Auswahl der Kursformate

- Intensivkurse für alle, die schnell vorankommen wollen
- Auffrischkurse, wenn Sie verschüttete Vorkenntnisse haben
- Urlaubskurse bereiten Sie gezielt auf Ihre nächste Reise vor
- Kurse für Senioren, die sich mehr Zeit für die Sprache nehmen wollen
- Konversationskurse konzentrieren sich auf das aktive Sprechen
- Business-Kurse helfen Ihnen bei der Kommunikation im Beruf

Generell können wir in fast allen Sprachen viele Niveaustufen abdecken und bieten den Unterricht auch als Einzelschulung oder In-House-Schulung in Ihrem Unternehmen an.

Onlinesprachkurse in der vhs.cloud

Einige unserer Sprachkurse finden gemäß Kursbeschreibung ganz oder teilweise online statt. Wir nutzen dazu die Lernplattform vhs.cloud, die vielfältige Arbeits- und Kommunikationsmittel bereithält und den Lernenden die Vorteile des orts- und teilweise zeitunabhängigen Lernens bietet. Weitere Informationen zur vhs-cloud finden Sie auf Seite 71. Bei Fragen beraten wir Sie gern.



vhs-cloud!
Mehr Infos
auf Seite 71

Den passenden Kurs finden: Was bedeuten die Abkürzungen A1, A2, B1...?

Im Titel jedes Sprachkurses finden Sie die Niveaustufe: A1 steht dabei für Angebote im Anfänger- und Grundkursbereich, A2 für leicht fortgeschrittene Lerner, B1 und B2 für Sprecher mit erweiterten Kenntnissen, die sich in der Fremdsprache größtenteils problemlos verständigen können, usw. Die Stufen richten sich nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER) für Sprachen. Eine Übersicht der Stufen finden Sie auf Seite 90 oder unter europaeischer-referenzrahmen.de.

Bitte beachten Sie diese Niveaustufen und die Angaben zu nötigen Vorkenntnissen im jeweiligen Kurstext, bevor Sie einen Kurs buchen. Sie können jederzeit einen kostenlosen Einstufungstest durchführen (www.vhs-dle.de, Bereich Sprachen), und die Kolleginnen des Fachbereichs beraten Sie gern zu den aktuellen Angeboten, bevor Sie sich verbindlich anmelden. Wir möchten, dass Sie den passenden Kurs finden – entsprechend Ihrer Vorkenntnisse, Ihrer Lernziele und der Zeit, die Sie in das Sprachenlernen investieren können.

Prüfungsmöglichkeiten

In Zusammenarbeit mit der telc GmbH bietet die Volkshochschule Dreiländereck Sprachprüfungen in Englisch, Deutsch, Französisch, Spanisch, Italienisch und weiteren Sprachen an. Es werden die Niveaustufen von A1 bis C2 abgedeckt. Für Schüler und bestimmte Berufszweige stehen spezielle Prüfungsformate zur Verfügung.



Die Zertifikatsurkunde der „Europäischen Sprachenzertifikate“ verweist ausdrücklich auf das vom Europarat etablierte Stufensystem. Somit haben Sie die Gewähr, dass Ihre Sprachkenntnisse überall in Europa anerkannt werden.

Einbürgerungstest

Die VHS Dreiländereck führt den Einbürgerungstest im Auftrag des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) durch. Der Test enthält 30 Fragen aus Politik, Geschichte und Kultur in Deutschland, die einem Katalog aus 300 bundeseinheitlichen Fragen entnommen werden. Hinzu kommen 3 weitere landesspezifische Fragen. Sprachkompetenzen der Stufe B1 sind zum Verständnis des Tests erforderlich. Wir bieten einen Termin pro Monat an, jeweils an einem anderen Standort. Der Test kostet entsprechend den Bestimmungen des BAMF 25,00€. Bitte beachten Sie den jeweiligen Anmeldeschluss 4 Wochen vor dem Prüfungstermin!

Für alle Prüfungen und den Einbürgerungstest an der Volkshochschule Dreiländereck ist eine persönliche Anmeldung erforderlich. Daher sind sie nicht online buchbar.

Kleingruppen, Preise & AGB

Unsere Sprachkurse sind – je nach Format und Sprachniveau – mit einer Mindestteilnehmerzahl von 6 bzw. 8 Teilnehmern geplant. Daraus ergeben sich unterschiedliche Kursentgelte, die Sie den Angaben für den jeweiligen Kurs entnehmen können.

Nach Möglichkeit führen wir auch Kurse durch, deren Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird. In diesem Fall erfragen wir Ihr Einverständnis zu einer Entgelterhöhung spätestens bei Kursbeginn, um Ihnen das Lernen in Kleinstgruppen zu ermöglichen und einen Kursausfall zu vermeiden. Bitte beachten Sie für die Anmeldung zu Kursen, Rücktritt und Abmeldungen unsere AGB, zum Thema Entgelterhöhung v.a. Punkt 6: Rücktritt und Kündigung durch die VHS.

Niveaustufen nach GER

Es gibt Zertifikate und Sprachdiplome für nahezu alle Fremdsprachen und in den verschiedensten Ausführungen. Um Prüfungsergebnisse untereinander vergleichen zu können, wurde der **Gemeinsame Europäische Referenzrahmen für Sprachen (GER)** entwickelt. Dieser teilt das Sprachniveau der Lernenden in sechs verschiedene Kompetenzstufen von **A1 (Anfänger) bis C2 (Experten)** ein. Sie finden diese Bezeichnungen inzwischen auf vielen Lehrmaterialien. Auch unsere Kursbezeichnungen sind daran ausgerichtet. Für die Erreichung einer Niveaustufe, außer im Bereich Deutsch als Zweitsprache, werden pauschal 100 bis 120 Unterrichtseinheiten angesetzt. Am Ende der jeweiligen Stufe können Sie auf Wunsch eine entsprechende Prüfung ablegen.

Stufe A1 – Anfänger Anfänger- und Grundkurse

Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z. B. wo sie wohnen, was für Leute sie kennen oder was für Dinge sie haben – und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn das Gegenüber langsam und deutlich spricht und bereit ist zu helfen.

Stufe A2 – Grundlegende Kenntnisse Aufbaukurse

Kann Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen. Kann sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht. Kann mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung und die direkte Umgebung beschreiben.

Stufe B1 – Fortgeschrittene Sprachverwendung Kurse für Fortgeschrittene

Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern. Kann über Erfahrungen berichten, und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.

Stufe B2 Selbstständige Sprachverwendung Kurse für Fortgeschrittene

Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung gut möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern.

Eine komplette Übersicht finden Sie beispielsweise hier: www.europaesicher-referenzrahmen.de. Fragen zur Kurswahl beantworten Ihnen die Mitarbeiterinnen im Fachbereich Sprachen.

GEBÄRDENSPRACHE

Hände sprechen lassen - Grundkurs in lautsprachbegleitender Gebärdensprache (LBG)

Gebärdensprache ist für all jene wichtig, die in sozialen und medizinischen Berufen arbeiten - und natürlich alle, die sich dafür interessieren oder im privaten Umfeld darauf zurückgreifen möchten. Die Kursleiterin vermittelt in diesem Grundkurs Basiskenntnisse und bietet zahlreiche Übungsmöglichkeiten für die Anwendung der lautsprachbegleitenden Gebärdensprache (LBG).

Lautsprachbegleitende Gebärden (LBG) stellen ein Kommunikationssystem dar, bei dem mittels Gebärden die Sprache eins zu eins übermittelt wird - die deutsche Grammatik wird beibehalten.

Dies unterscheidet sie von der Deutschen Gebärdensprache (DGS) - die Muttersprache gehörloser Menschen - welche über eine eigene Grammatik („Sprachlehre“) verfügt. Das Vokabular ist identisch und kann in beiden Gebärdensprachformen angewandt werden.

Nötige Vorkenntnisse für den Kursbesuch: Deutsche Lautsprache.

Kleingruppenkurs. Bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt zu uns auf und nennen uns auch die Tage und Kurszeiten, die für Sie günstig wären. Wir beginnen den Kurs bei Erreichen der Mindestteilnehmerzahl. Bei weiteren Fragen beraten wir Sie gern.

Weißwasser 25FA4011WW

Beginn nach Absprache bei mind. 6 Teilnehmenden | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle
Weißwasser | Ines Reimann | 102,50 €

DEUTSCH ALS FREMD-/ZWEITSPRACHE

ANFÄNGER- UND GRUNDKURSE DER STUFE A1

A1.1 Deutsch für Anfänger

Verständigung im Alltag sichern, sich orientieren, selbstständig agieren - unser Einstiegskurs hilft Ihnen dabei. Ein Kurs für Lernende ohne Vorkenntnisse. Inhalte sind u.a. Kontaktaufnahme, sich und andere vorstellen, Einkaufsgespräche führen, Uhrzeiten angeben, Telefonansagen verstehen und um Auskunft bitten, über eigene Interessen und Gewohnheiten sprechen, Verständigung regeln.



Sie eignen sich wichtigen Basiswortschatz an und erlernen grundlegende grammatische Strukturen für einfache Gespräche. >>

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

German course for beginners with a focus on everyday communicative needs. Learn how to establish contact with others and to ask for information, directions or assistance. Basic vocabulary and essential grammar will help you to express yourself in day-to-day situations and will make you feel more comfortable and self-reliant when dealing with German-speaking neighbours, colleagues and friends.

No prior knowledge of German required.

Weißwasser 25FA4411WW

Montag | 03.03.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Ingrid Marianne Rakel | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

Niesky 25FA4412NN

Donnerstag | 06.03.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky | Dorothee Gähler | 102,50 € zzgl. Lehrmaterial
Der Unterricht findet dienstags und donnerstags statt.

A1.4 Deutsch Grundkurs 3

Letzter Kurs im Einstiegsbereich: Sie erweitern Ihre Kenntnisse so weit, dass Sie am Ende der Niveaustufe stehen und einfach kommunizieren können.

Am Ende des Kurses reichen Ihre Grundkenntnisse, um einfache Sätze zu verstehen und zu verwenden. Sie können sich zum Beispiel vorstellen und Antworten auf Fragen aller Art geben. Sie können Redewendungen und Vokabeln in Situationen des Alltags und Berufes sicher verwenden. Sie haben ein gutes Verständnis der Grammatikgrundlagen der deutschen Sprache. Insgesamt treten Sie sicherer in der Kommunikation in deutscher Sprache auf.

Für diesen Kurs sollten Sie etwa drei Semester Deutsch an der Volkshochschule belegt oder vergleichbare, einfache Grundkenntnisse, wie aus der Schulzeit, haben.

Zittau 25FA4441ZZ

Mittwoch | 15.01.2025 | 17:45 - 19:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Almuth Müller | 94,90 €



vhs.cloud

Auf der vhs-eigenen digitalen Plattform können wir Veranstaltungen und Kurse ortsunabhängig anbieten. Weitere Infos finden Sie auf Seite 71.

AUFBAUKURSE DER STUFE A2

A2.1 Deutsch Aufbaukurs

Deutschkurs für Lernende mit Grundkenntnissen. Sie sollten Stufe A1 abgeschlossen haben. In diesem Kurs erwerben Sie weitere Grundkenntnisse der Sprache für den Alltag. Auch einige berufliche Themen und Kenntnisse für Schule und Ausbildung können vermittelt werden. Wichtige Wörter und Wendungen, Basisgrammatik und Aussprachetraining stehen im Mittelpunkt. Voraussetzungen: Vier Semester VHS-Kurs oder Kenntnisse auf Stufe A1/GER.

Ratenzahlung ist möglich.

Zittau 25FA4451ZZ

Dienstag | 04.03.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Magdalena Tatarek | 79,50 € zzgl. Lehrmaterial

Weißwasser 25FA4452WW

Mittwoch | 05.03.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Ingrid Marianne Rakel | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

A2.2 Deutsch Aufbaukurs

Im zweiten Teil des Aufbaukurses erweitern Sie Ihre sprachlichen Fähigkeiten im mündlichen und schriftlichen Bereich - die Kommunikation in deutscher Sprache wird einfacher.

Sie lernen, sich in Gesprächssituationen, die häufig auf Reisen oder im Alltag auftreten, auf einfache Weise zu verständigen. In praktischen Übungen trainieren Sie, Ihr Gegenüber zu verstehen. Sie üben, einfache Texte zu lesen und zu verstehen und selbst einfache und komplexere Satzgefüge zu bilden. Sie erweitern Ihr Vokabular, sodass Sie Auskunft über vertraute Themen, wie Freunde, Familie und Freizeit geben können.

Um an diesem Kurs teilzunehmen, sollten Ihre Kenntnisse das Niveau A1 übersteigen. Hierzu können Sie zum Beispiel vier bis fünf Semester Deutsch an der Volkshochschule absolviert haben. Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Bei Unsicherheit in der Kurswahl beraten wir Sie gern.

Hinweis: Arbeit in einer Kleinstgruppe ist möglich; bei mehr Teilnehmern erfolgt eine Anpassung des Entgeltes.

Zittau 25FA4461ZZ

Dienstag | 04.03.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Dozententeam VHS | 147,50 €

FORTGESCHRITTENENKURSE DER STUFEN B1 UND B2

B1.1 Deutsch für Fortgeschrittene

Sie wollen Deutsch über die Grundkenntnisse hinaus für den privaten oder geschäftlichen Gebrauch lernen und sich spontan und frei ausdrücken?

In diesem Kurs für Fortgeschrittene vertiefen Sie bereits vorhandene Vorkenntnisse und erweitern systematisch die erworbenen Grundlagen, um die Kommunikation mit Nachbarn, Kollegen oder Geschäftspartnern souverän zu meistern. Sie lernen weitere Redewendungen und umfangreicheres Vokabular kennen und trainieren die Aussprache ebenso wie die Verwendung der Grammatik. Praktische Situationen des Alltagslebens stehen dabei im Vordergrund.



Um an diesem Kurs teilzunehmen, sollten Sie gute Vorkenntnisse auf dem Niveau A2 haben bzw. Deutsch gut verstehen und sprechen können.

Zittau 25FA4491ZZ

Donnerstag | 04.03.2025 | 18:30 - 20:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Ilona Lehmann | 94,90 €

B2.1 Deutsch für Fortgeschrittene

Sie haben das Niveau B1 sicher erreicht und möchten Ihre Deutschsprachkenntnisse weiter vertiefen und z.B. für den Beruf oder künftige Ausbildung ausbauen?

In diesem Kurs werden Ihnen Kenntnisse und Fertigkeiten vermittelt, die es Ihnen ermöglichen, komplexe Texte und Themen zu verstehen, sich klar und detailliert zu einem breiten Themenspektrum mündlich und schriftlich zu äußern und Gesprächen mit Muttersprachlern ohne Probleme zu folgen bzw. Gespräche selbst zu führen.

Um an diesem Kurs teilzunehmen, sollten Sie gute Vorkenntnisse auf dem Niveau B1 haben, dies entspricht etwa 600 UE.

Zittau 25FA44D1ZZ

Donnerstag | 06.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Almuth Müller | 94,90 €

B2.2 Deutsch für Fortgeschrittene

Im zweiten Teil des B2-Kurses liegt der Fokus auf der Erreichung eines höheren Sprachniveaus, das Ihnen eine weitgehend fließende Kommunikation ermöglicht. Sie üben, anspruchsvolle Texte zu verstehen und detaillierte Stellungnahmen zu verfassen. Der Kurs vertieft Ihr Wissen über komplexe grammatische Strukturen.

Um an diesem Kurs teilzunehmen, sollten Sie gute Vorkenntnisse auf dem Niveau B1 haben, dies entspricht etwa 600 - 700 UE.

Bei Unsicherheit in der Kurswahl beraten wir Sie gern.

Zittau 25FA44E1ZZ

Dienstag | 04.03.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Magdalena Tatarek | 102,50 €

B2.4 Deutsch für Fortgeschrittene

Sie benötigen Deutsch fürs Studium oder im Job? Sie möchten sich für die Telc B2-Prüfung anmelden? Im Deutschkurs B2.4 sind Sie richtig, wenn Sie schon gute Sprachkenntnisse besitzen und Deutsch auf einem gehobenen Niveau sprechen möchten.

Hier lernen Sie sich spontan mit deutschen Muttersprachler*innen zu unterhalten, in Diskussionen zu argumentieren und die Grundidee von anspruchsvollen Texten zu verstehen – mit Rollenspielen und abwechslungsreichen Unterrichtsmaterialien fürs Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.

Um an diesem Kurs teilzunehmen, sollten Sie gute Vorkenntnisse über das Niveau B1 hinaus haben, dies entspricht etwa 700 UE.

Zittau 25FA44G1ZZ

Montag | 03.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Magdalena Tatarek | 79,50 €



**Viele weitere Hinweise und Möglichkeiten auch auf unserer Webseite:
www.vhs-dle.de > Buchen bzw. sichern Sie sich online Ihre Kursplätze**

INTEGRATIONSKURS / EINBÜRGERUNG

Allgemeiner Integrationskurs

Der allgemeine Integrationskurs besteht aus einem Sprachkurs mit 600 Unterrichtsstunden und einem Orientierungskurs mit 100 Unterrichtsstunden.

Im Sprachkurs lernen Sie den Wortschatz, den Sie zur Kommunikation im Alltag brauchen. Dazu gehören das Schreiben von Briefen, das Ausfüllen von Formularen sowie Kontakte zu Behörden, Gespräche mit Nachbarn und Arbeitskollegen. Am Ende des Sprachkurses legen die Teilnehmer den „Deutsch Test für Zuwanderer“ ab.



Der Orientierungskurs „Leben in Deutschland“ umfasst 100 Unterrichtsstunden und vermittelt Ihnen Wissen über die Rechtsordnung, die Kultur und über die jüngere Geschichte des Landes und findet im Anschluss an den Sprachkurs statt.

Jedes Modul umfasst 100 UE.

Für Zuwanderer, die eine Förderung durch das BAMF erhalten, beträgt die Kursgebühr pro Unterrichtsstunde 2,29 €, die an den Kursträger vor Beginn eines jeden Kursabschnittes zu zahlen sind. Bei bestimmten Voraussetzungen kann auch ein Antrag auf Kostenbefreiung gestellt werden. Wir beraten Sie gern und unterstützen Sie bei der Antragstellung. Ansprechpartner: Milena Hruska Tel. 03583 5156877

Im Frühjahrssemester 2025 sind geplant:

A2.2 Integrationskurs / Kursabschnitt 4 - Aufbaukurs

Zittau 24HI4404ZZ

Montag | 24.02.2025 | 09:00 - 12:30 Uhr | 23 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Anna Sitorova | 458,00 €

B1.1 Integrationskurs / Kursabschnitt 5 - Aufbaukurs

Zittau 24HI4405ZZ

Montag | 31.03.2025 | 09:00 - 12:30 Uhr | 25 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Anna Sitorova | 458,00 €

B1.2 Integrationskurs / Kursabschnitt 6 - Aufbaukurs**Zittau 24HI4406ZZ**

Donnerstag | 15.05.2025 | 09:00 - 12:30 Uhr | 25 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Anna Sitorova | 458,00 €

Integrationskurs / Kursabschnitt 7 – Orientierungskurs

Der Orientierungskurs „Leben in Deutschland“ umfasst 100 Unterrichtsstunden und vermittelt Ihnen Wissen über die Rechtsordnung, die Kultur und über die jüngere Geschichte des Landes und findet im Anschluss an den Sprachkurs statt.

Der Unterricht wird täglich, von Montag - Freitag durchgeführt. Der Kursabschnitt umfasst 100 UE.

Zittau 24HI4407ZZ

Dienstag | 24.06.2025 | 09:00 - 12:30 Uhr | 25 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Anna Sitorova | 458,00 €

Integrationskurs 2024/2025 – Test „Leben in Deutschland“

Der Test „Leben in Deutschland“ ist Bestandteil des Integrationskurses. Externe Teilnehmer können bei freien Kapazitäten zugelassen werden.

Jeder Testteilnehmer erhält einen Prüfungsfragebogen mit 33 Fragen.

Zu jeder Frage sind vier mögliche Antworten angegeben. Für die Beantwortung aller Fragen erhält der Teilnehmer eine Stunde Zeit.

Einbürgerungsbewerber melden sich persönlich bis spätestens 5 Wochen vor dem geplanten Prüfungstermin auf dem entsprechenden Formular an.

Bei Anmeldung zahlen Sie 25,00 € direkt an die VHS.

Die Bewertung der Prüfung erfolgt durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge.

Zittau 24HI440LZZ

Mittwoch | 30.07.2025 | 09:00 - 10:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Dozententeam VHS | 25,00 €



Mehr Infos unter: www.vhs-dreilaendereck.de

Einbürgerungstest

Jeder Testteilnehmer erhält einen Prüfungsfragebogen mit 33 Fragen. Zu jeder Frage sind vier mögliche Antworten angegeben. Für die Beantwortung erhält der Teilnehmer eine Stunde Zeit.

Einbürgerungsbewerber melden sich persönlich gemäß der Anmeldefrist vor dem geplanten Prüfungstermin auf dem entsprechenden Formular an. Bei Anmeldung zahlen Sie 25,00 € direkt an die VHS.

Die Bewertung der Prüfung erfolgt durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge.

Bitte beachten Sie die Anmeldefrist für den jeweiligen Testtermin und bringen Sie zur Anmeldung und am Testtag ein gültiges Ausweisdokument mit.

Folgende Termine sind geplant:

Datum	Zeit	Ort	Anmeldefrist bis
04.03.2025	13:30 – 14:30 Uhr	Niesky	04.02.2025
10.04.2025	14:00 – 15:00 Uhr	Löbau	12.03.2025
14.05.2025	14:00 – 15:00 Uhr	Weißwasser	15.04.2025
19.06.2025	14:00 – 15:00 Uhr	Zittau	21.05.2025



TELC DEUTSCHPRÜFUNGEN

Telc Deutschprüfung A1

Im ersten Halbjahr 2025 planen wir, in Weißwasser eine Prüfung „Start Deutsch 1“ auf dem Niveau A1/GER durchzuführen. Dieses Zertifikat weist einfachste Deutschkenntnisse nach, die im Umgang mit Behörden und im Alltag mit Nachbarn und Kollegen unentbehrlich sind. Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen werden am selben Tag – meistens einem Samstag – getestet. Das Zertifikat ist international anerkannt. Kosten: 100,00 Euro für Teilnehmende an VHS-Deutschkursen, 130,00 Euro für externe Teilnehmer. Bitte nehmen Sie bei Interesse frühzeitig Kontakt zu uns auf; wir organisieren die Prüfung in terminlicher Abstimmung mit den registrierten Teilnehmern.



Ansprechpartner: Katrin Delitz, Tel. 03576/27830 oder katrin.delitz@vhs-dle.de.

ENGLISCH**ANFÄNGER- UND GRUNDKURSE DER STUFE A1****A1.1 Englisch für Anfänger****Nie wieder sprachlos!**

Wer sich mit Gästen, Geschäftspartnern oder auf Reisen verständigen möchte, kommt heute ohne die Weltsprache Nr. 1 kaum noch aus. Schon einfache Grundlagen der Sprache sind nützlich, um sich zu informieren und sprachlich handlungsfähig zu sein. Englischkenntnisse bedeuten mehr Unabhängigkeit, Sicherheit und nicht zuletzt die Chance, ein Land und seine Menschen intensiver kennenlernen zu können.



In diesem Kurs für Einsteiger erwerben Sie erste, systematische Kenntnisse in Grundwortschatz, Aussprache und Basisgrammatik. Sie üben mündlich in Dialogen zu zweit oder in Gruppen, um die Sprache im Kurs möglichst oft selbst anzuwenden. Aufgaben für daheim festigen die neuen Kenntnisse. Die Themen orientieren sich an typischen Alltags- und Reisesituationen und den Vorgaben des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (eine Übersicht der Stufen finden Sie im Programmheft sowie auf unserer Webseite). Eigene Wünsche und Schwerpunkte können nach Rücksprache mit dem Kursleiter gern berücksichtigt werden.

Für Lernende ohne Vorkenntnisse. Allen anderen Interessenten empfehlen wir fortgeschrittene Kurse zum Wiedereinstieg. Lassen Sie sich bitte beraten und nutzen Sie auch die Möglichkeit zur Selbsteinstufung auf unserer Webseite.

Niesky 25FA4612NN

Freitag | 07.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky | Martin Fiedler | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

Zittau 25FA4613ZZ

Dienstag | 11.03.2025 | 17:45 - 19:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Edgar Hartmann | 94,90 €

Weißwasser 25FA4615WW

Dienstag | 01.04.2025 | 16:45 - 18:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Anne Mirlle | 94,90 € zzgl. Lehrmaterial

A1.1 Englisch für Anfänger am Vormittag

Ebersbach 25FA4611EL

Donnerstag | 06.03.2025 | 09:00 - 10:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | VHH Ebersbach | Peter Suppan | 94,90 €

Zittau 25FA4614ZZ

Mittwoch | 12.03.2025 | 09:30 - 11:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Viktoriia Makerska | 94,90 €

A1.2 Englisch Grundkurs 1

Welcome back!

Fortsetzung des Anfängerkurses im zweiten Semester. Sie erlernen weitere Grundlagen des Englischen, entwickeln ein besseres Verständnis für Satzbau und Grammatik und üben, sich auf einfache Art und Weise zu verständigen.

Vielfältige Themen und Gelegenheiten für Partner- und Gruppenarbeit machen den Kurs abwechslungsreich. Sie trainieren das Hören, Sprechen und erhalten Hinweise zum effektiven Lernen daheim. So werden rasch Fortschritte sichtbar und Sie können dem nächsten Urlaub auch sprachlich entspannt entgegensehen. Have fun!



Für Lerner mit einfachen Vorkenntnissen, z.B. 1-VHS-Semester, und für Wiedereinsteiger mit lang verschütteten Schulkenntnissen. Bei Fragen zur Einstufung wenden Sie sich bitte an die Mitarbeiterinnen des Fachbereichs Sprachen.

Zittau 25FA4621ZZ

Dienstag | 04.03.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Kristine Griezne | 94,90 €

Löbau 25FA4622LL

Mittwoch | 05.03.2025 | 17:45 - 19:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Kristine Griezne | 94,90 €

A1.3 Englisch Grundkurs 2

Englisch-Grundkurs im 3. Semester. Sie erlernen weitere Grundlagen des Englischen, entwickeln ein besseres Verständnis für Satzbau und Grammatik und üben, sich auf einfache Art und Weise verständlich zu machen. Vielfältige Themen und Gelegenheiten für Partner- und Gruppenarbeit

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

machen den Kurs abwechslungsreich. Sie trainieren das Hören, Sprechen und erhalten Hinweise zum effektiven Lernen daheim. So werden rasch Fortschritte sichtbar und Sie können dem nächsten Urlaub auch sprachlich entspannt entgegensehen. Have fun!

Voraussetzung: Einfache Vorkenntnisse des Englischen, z.B. 2-VHS-Semester. Der Kurs eignet sich daher auch für Wiedereinsteiger mit lang verschütteten Schulkenntnissen. Bei Fragen zur Einstufung wenden Sie sich bitte an die Kollegen im Fachbereich Sprachen. Ein kostenloser Einstufungstest steht auf www.vhs-dle.de zur Verfügung.

Weißwasser 25FA4631WW

Donnerstag | 27.02.2025 | 18:30 - 20:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle
Weißwasser | Gesine Reinhold | 94,90 € zzgl. Lehrmaterial

Zittau 25FA4632ZZ

Dienstag | 04.03.2025 | 17:45 - 19:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Kristine Griezne | 94,90 €

A1.4 Englisch Grundkurs 3

Kurs für Lernende im oberen A1-Bereich und Wiedereinsteiger, die ihre Grundlagen systematisch auf- und ausbauen möchten. Dieser Kurs schließt die Stufe A1 ab. Englisch für Alltag und Reisen steht im Mittelpunkt des Unterrichts. Wichtiger Grundwortschatz und Basisgrammatik helfen Ihnen dabei, sich auf einfache Art auszudrücken und schrittweise ein Gespür für die englische Sprache zu entwickeln. Sprechen und Hören sind dabei die wichtigsten Fertigkeiten, die Sie in der Lerngruppe ohne Zeitnot üben können.

Das gemeinsame Lernen bietet Gelegenheit zu Austausch, Unterstützung - und macht einfach Spaß! Let's go!

Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Bei Unsicherheit in der Kurswahl beraten wir Sie gern. Notwendige Voraussetzungen: 3 VHS-Semester oder Vorkenntnisse im oberen A1-Bereich.

Löbau 25FA4641LL

Mittwoch | 05.03.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Kristine Griezne | 94,90 €

Zittau 25FA4642ZZ

Dienstag | 11.03.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Edgar Hartmann | 94,90 €

A1.5 Englisch Grundkurs 3

Kurs für Lernende im oberen A1-Bereich und Wiedereinsteiger, die ihre Grundlagen systematisch auf- und ausbauen möchten. Englisch für Alltag und Reisen steht im Mittelpunkt des Unterrichts. Wichtiger Grundwortschatz und Basisgrammatik helfen Ihnen dabei, sich auf einfache Art auszudrücken und schrittweise ein Gespür für die englische Sprache zu entwickeln. Sprechen und Hören sind dabei die wichtigsten Fertigkeiten, die Sie in der Lerngruppe ohne Zeitnot üben können.



Das gemeinsame Lernen bietet Gelegenheit zu Austausch, Unterstützung - und macht einfach Spaß! Let's go!

Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Bei Unsicherheit in der Kurswahl beraten wir Sie gern. Nutzen Sie auch den kostenlosen Einstufungstest über unsere Webseite.

Notwendige Voraussetzungen: 4 VHS-Semester oder Vorkenntnisse im oberen A1-Bereich.

Zittau 25FA4643ZZ

Dienstag | 04.03.2025 | 11:45 - 13:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Peter Suppan | 122,50 €

A1.6 Englisch Grundkurs 3

Kurs für Lernende im oberen A1-Bereich und Wiedereinsteiger, die ihre Grundlagen systematisch auf- und ausbauen möchten. Dieser Kurs schließt die Stufe A1 ab. Englisch für Alltag und Reisen steht im Mittelpunkt des Unterrichts. Wichtiger Grundwortschatz und Basisgrammatik helfen Ihnen dabei, sich auf einfache Art auszudrücken und schrittweise ein Gespür für die englische Sprache zu entwickeln. Sprechen und Hören sind dabei die wichtigsten Fertigkeiten, die Sie in der Lerngruppe ohne Zeitnot üben können.

Das gemeinsame Lernen bietet Gelegenheit zu Austausch, Unterstützung - und macht einfach Spaß! Let's go!

Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Bei Unsicherheit in der Kurswahl beraten wir Sie gern. Notwendige Voraussetzungen: 4-5 VHS-Semester oder Vorkenntnisse im mittleren A1-Bereich. Dieser Kurs hat keine Eile und legt Wert auf das Sichern und Üben von Kenntnissen, bevor neuer Stoff behandelt wird.

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

Hinweis: Arbeit in einer Kleinstgruppe ist möglich; bei mehr Teilnehmern erfolgt eine Anpassung des Entgeltes.

Weißwasser 25FA4644WW

Donnerstag | 27.02.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle
Weißwasser | Gesine Reinhold | 94,90 € zzgl. Lehrmaterial

Löbau 25FA4645LL

Mittwoch | 12.03.2025 | 18:15 - 19:45 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Edgar Hartmann | 147,50 €

A1 Englisch Refresher: Kurs für Wiedereinsteiger

Sie haben schon einige Jahre Englisch gelernt und möchten Ihre Kenntnisse nach einer Pause wieder auffrischen? Dann buchen Sie diesen Refresher-Kurs! Wiedereinsteiger lernen anders als Anfänger. Sie können schneller vorangehen und sich auf besonders knifflige Themen konzentrieren. So bleibt auch mehr Zeit zum Üben und Sie kommen eher an Ihr Ziel. Dieser Lehrgang greift die Hauptinhalte der Lernstufe A1 auf, wiederholt und festigt sie. Wichtige Grundgrammatik und Basiswortschatz können reaktiviert werden, sodass Sie in zwei bis drei Semestern wieder alle Alltagssituationen auf einfache Weise sprachlich bewältigen können. Bitte planen Sie regelmäßig Zeit für die Nachbereitung daheim ein.

Kurs für Lernende, die einstmals etwa Niveaustufe A1/GER erreicht hatten (ca. 4 VHS-Semester) und eine zügige, gezielte Auffrischung wünschen. Bitte nutzen Sie die Möglichkeit eines Einstufungstests und lassen Sie sich bei Unsicherheiten in der Kurswahl gern unverbindlich beraten.

Niesky 25FA4647NN

Montag | 03.03.2025 | 19:00 - 20:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky |
Tetiana Zadorozhna | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

Weißwasser 25FA4648WW

Montag | 10.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Sandra Niemz-Vogt | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

A1 Englisch fürs Handgepäck – Workshop 1: Ein Dach über dem Kopf Sprachlich fit für Hotel und B&B

Wer reist, braucht Sprache(n) ... und kann sich hier gezielt vorbereiten. Unsere Workshops zum Thema Urlaubseinglisch bieten in kompakter Form die Vokabeln und Wendungen, die Sie in typischen Reisesituationen benötigen. Dieser Crash-Kurs widmet sich dabei dem Thema Hotel >>

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

und Bed & Breakfast – damit die Suche nach einer Unterkunft oder Fragen an der Rezeption keine sprachliche Hürde mehr sind! Der Schwerpunkt liegt dabei auf der mündlichen Kommunikation - denn Sprechen und Hörverstehen sind im Ausland am nötigsten! Gesprächssituationen, kleine praktische Aufgaben und Rollenspiele dienen dazu, die nötigen Redemittel anzuwenden, Wortschatz zu nutzen und die eigene Reaktionsfähigkeit zu trainieren. Sie reaktivieren und erweitern so Ihre vorhandenen Vorkenntnisse und stimmen sich sprachlich auf die nächste Auslandsreise ein.



Der Kurs umfasst keine Vermittlung von Grundgrammatik.

Nötige Vorkenntnisse: Englisch ca. auf Niveau A1/GER oder ca. 4 VHS-Semester. Anmeldeschluss am 27.03.2025.

Weitere Workshops am 10.05.2025 und 24.05.2025. Diese können separat gebucht werden. Die Veranstaltungen bauen nicht auf einander auf.

Niesky 25FA4649NN

Samstag | 05.04.2025 | 10:00 - 13:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Niesky | Martin Fiedler | 24,50 €

A1 Englisch fürs Handgepäck - Workshop 2: Mobil sein Entspannt unterwegs mit Bus und Bahn

Wer reist, braucht Sprache(n) ... An diesem Tag dreht sich alles um das Thema Mobilität mit öffentlichen Verkehrsmitteln: Linien, Tickets, Tarife und was sonst noch hilft, um sicher ans Ziel zu kommen. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der mündlichen Kommunikation - denn Sprechen und Hörverstehen sind im Ausland am nötigsten!

Weitere Informationen: Siehe Workshop 1.

Nötige Vorkenntnisse: Englisch ca. auf Niveau A1/GER oder ca. 4 VHS-Semester. Anmeldeschluss am 30.04.2025.

Weitere Workshops am 05.04.2025 und 24.05.2025. Diese können separat gebucht werden. Die Veranstaltungen bauen nicht auf einander auf.

Niesky 25FA464ANN

Samstag | 10.05.2025 | 10:00 - 13:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Niesky | Martin Fiedler | 24,50 €

A1 Englisch fürs Handgepäck - Workshop 3: Nie mehr hungrig Pub, Bar und Restaurant: Karte, Bestellung und kulinarische Experimente

Wer reist, braucht Sprache(n)...

An diesem Workshop-Tag stehen kulinarische Leckerbissen auf der Sprachlern-Karte: Bestellungen, Nachfragen und kleinere Probleme beim Essengehen können Sie danach ohne größere Schwierigkeiten meistern. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der mündlichen Kommunikation - denn Sprechen und Hörverstehen sind im Ausland am nötigsten!



Weitere Informationen: Siehe Workshop 1.

Nötige Vorkenntnisse: Englisch ca. auf Niveau A1/GER oder ca. 4 VHS-Semester. Anmeldeschluss am 15.05.2025.

Weitere Workshops am 05.04.2025 und 10.05.2025. Diese können separat gebucht werden. Die Veranstaltungen bauen nicht auf einander auf.

Niesky 25FA464BNN

Samstag | 24.05.2025 | 10:00 - 13:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Niesky |
Martin Fiedler | 24,50 €

AUFBAUKURSE DER STUFE A2

A2.1 Englisch Aufbaukurs

Einstieg in die Stufe A2. Aufbauend auf Ihren soliden Grundkenntnissen erweitern Sie Ihre kommunikativen Fähigkeiten, um im Alltag und auf Reisen die Verständigung auf einfache Weise zu sichern.

Sie sind nach Abschluss der Stufe A2 in der Lage, kurze Gespräche auch ohne Vorbereitung zu führen, wenn es um vertraute Themen geht und sich der Gesprächspartner um langsames und deutliches Sprechen bemüht. Ein wachsendes Repertoire an festen Redewendungen erleichtert die Kommunikation in Standardsituationen, und Missverständnisse werden erkannt und auf einfache Weise ausgeräumt. Ihr Wortschatz umfasst wesentliche Begriffe für Alltag und Reisen. Sie können einfache private Briefe, E-Mails und Anfragen z.B. an Hotels formulieren.

Notwendige Voraussetzungen: mind. 4 VHS-Semester oder Vorkenntnisse im oberen A1-Bereich.

Niesky 25FA4651NN

Dienstag | 04.03.2025 | 19:00 - 20:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky |
Marta Tscharncke | 94,90 € zzgl. Lehrmaterial

A2.3 Englisch am Morgen: Aufbaukurs

Der Einstieg in die Sprache ist geschafft und die ersten Grundlagen sind gelegt - nun geht es auf zur nächsten Niveaustufe! In den Aufbaukursen gewinnen Sie mehr Sicherheit in der Fremdsprache und lernen weitere, wichtige Strukturen kennen, um sich besser auszudrücken. Vielfältige, praktische Themen regen zum Sprechen und Lernen an und zahlreiche Übungen helfen dabei, die neuen Kenntnisse zu sichern. Sie erweitern Ihren Grundwortschatz schrittweise und es fällt Ihnen zunehmend leichter, Gesprächspartner zu verstehen, auf Redebeiträge zu reagieren und sich z.B. im Ausland zu verständigen. Come and join us!



Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Bei Unsicherheit in der Kurswahl beraten wir Sie gern. Notwendige Voraussetzungen: 6 VHS-Semester bzw. Kenntnisse, die Niveau A1 deutlich übersteigen. Kostenloser Einstufungstest auf unserer Webseite www.vhs-dle.de.

Zittau 25FA4671ZZ

Montag | 03.03.2025 | 09:30 - 11:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Kristine Griezne | 94,90 €

A2.3 Englisch Aufbaukurs (in Englisch)

Dieser Kurs wird von einem Englischmuttersprachler geleitet.

Zittau 25FA4672ZZ

Donnerstag | 13.03.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Johnny Krnansky | 106,90 €

A2.4 Englisch Aufbaukurs

Abschluss der Stufe A2, die Ihnen eine einfache Kommunikation im beruflichen sowie privaten Umfeld ermöglicht.

Sie sind nach Abschluss des Lehrgangs in der Lage, kurze Gespräche auch ohne Vorbereitung zu führen, wenn es um vertraute Themen geht und sich der Gesprächspartner um langsames und deutliches Sprechen bemüht. Ein wachsendes Repertoire an festen Redewendungen erleichtert die Kommunikation in Standardsituationen, und Missverständnisse werden erkannt und auf einfache Weise ausgeräumt. Ihr Wortschatz umfasst wesentliche Begriffe für Alltag und Reisen. Sie können einfache private Briefe, E-Mails und Anfragen z.B. an Hotels formulieren.

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

Voraussetzung: Vorkenntnisse im oberen A2- Bereich, z. B. durch sechs bis sieben Semester Englisch an der Volkshochschule.

Löbau 25FA4681LL

Mittwoch | 12.03.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Edgar Hartmann | 94,90 €

Weißwasser 25FA4682WW

Donnerstag | 03.04.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Anne Mirle | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

A2 Englisch Konversation (Senioren)

Schweigen ist Silber, Reden ist Gold - zumindest, wenn es ums Lernen von Fremdsprachen geht! Dieser Kurs bietet Ihnen daher reichlich Gelegenheit, die bisher erworbenen Kenntnisse anzuwenden und das freie Sprechen zu üben - in lockerer Runde und ohne Angst vor Fehlern. Die gehören bekanntlich dazu. Mit der wachsenden Praxis gewinnen Sie größere Sicherheit und Zutrauen in Ihre eigenen Fähigkeiten und überwinden die berüchtigte Sprachbarriere zunehmend leichter. In gelenkten und freieren Übungen kommen Sie zu Wort, trainieren Aussprache, Hörverstehen und Reaktionsfähigkeit in der Fremdsprache. Für alle, die „mitreden“ wollen! Eigene Themenwünsche der Teilnehmer sind gern gesehen.

Voraussetzung: Kenntnisse auf Stufe A2 des GER (ca. 8 bis 10 VHS-Semester).
Bei Fragen zur Kurswahl beraten wir Sie gern.

Löbau 25FA4683LL

Montag | 03.03.2025 | 08:00 - 09:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Peter Suppan | 94,90 €

Ebersbach 25FA4684EL

Dienstag | 04.03.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | VHH Ebersbach | Peter Suppan | 79,50 €

A2 English Refresher (4) - Blended Learning Kurs

Refresher-Kurse dienen der Anwendung und Festigung des bisher Gelernten, bevor es mit neuem Stoff weitergeht. Die Teilnehmer können in einer Vielzahl von Übungen und Dialogen grammatisches Basiswissen anwenden, ihren Wortschatz gezielt zu einzelnen Themen ausbauen und eventuell bestehende Unsicherheiten ausräumen. Im Mittelpunkt des Kurses steht die mündliche Kommunikation für Alltags- und Reisesituationen auf dem Niveau A2 des GER. >>

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

Passende Hör- und Lesetexte trainieren das Sprachverständnis und dienen als Anknüpfungspunkt für lockere Gespräche. Spezielle Interessen oder Themenvorschläge der Teilnehmer werden gern aufgegriffen. Bitte planen Sie Zeit für Hausaufgaben und Nachbereitung ein.

Nötige Vorkenntnisse: ca. 8 VHS-Semester bzw. Kenntnisse im oberen Bereich der Niveaustufe A2. Quereinsteiger sind herzlich willkommen. Bitte lassen Sie sich vor der Anmeldung beraten und/oder absolvieren Sie den kostenlosen Einstufungstest, um Ihr aktuelles Sprachniveau besser einschätzen zu können. Der Kurs findet im Wechsel als Präsenzveranstaltung und in der vhs.cloud statt. Wir helfen gern bei der Einrichtung/Anmeldung auf der Lernplattform.



vhs-cloud!
Mehr Infos
auf Seite 71

Weißwasser und vhs.cloud 25FA4685WW

Mittwoch | 05.03.2025 | 08:30 - 10:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Katrin Delitz | 94,90 €

A2 Survival English - Workshop 2: Hotel, Orientierung, Probleme klären

Wer reist, braucht Sprache(n)...

...und kann sich gezielt vorbereiten. Unser Workshop zum Thema Urlaubsendlich bietet in kompakter Form die Vokabeln und Wendungen, die Sie in typischen Reise-Situationen benötigen. Dieser Crash-Kurs widmet sich dabei den Themen Unterkunft, Wegbeschreibung und Umgang mit plötzlichen Schwierigkeiten, z.B. einem Diebstahl. Der Schwerpunkt liegt dabei klar auf der mündlichen Kommunikation auf der Niveaustufe A2 - denn Sprechen und Hörverstehen sind im Ausland am nötigsten!

Gesprächssituationen, kleine praktische Aufgaben und Rollenspiele dienen dazu, die nötigen Redemittel anzuwenden, Wortschatz zu nutzen und die eigene Reaktionsfähigkeit zu trainieren. Sie reaktivieren und erweitern so Ihre vorhandenen Vorkenntnisse und stimmen sich sprachlich auf die nächste Auslandsreise ein. Der Kurs umfasst keine Vermittlung von Grundgrammatik.



Nötige Vorkenntnisse: Englisch ca. auf Niveau A2/GER oder 7 bis 8 VHS-Semester. Für einen optimalen Einstieg empfehlen wir eine selbstständige Vorbereitung der betreffenden Themen anhand vorhandener Lehrmaterialien aus vorherigen Kursen.

Weißwasser 24HA4685WW

Samstag | 11.01.2025 | 09:30 - 12:45 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Natalie Krieger | 24,50 €

A2 Survival English-Workshop 3: Einchecken im B&B / Unternehmungen organisieren

Wer reist, braucht Sprache(n)...

...und kann sich gezielt vorbereiten. Unser Workshop zum Thema Urlaubsendglish bietet in kompakter Form die Vokabeln und Wendungen, die Sie in typischen Reise-Situationen benötigen. Dieser Crash-Kurs widmet sich dabei den Themen Mobilität mit Bus und Bahn und der Organisation von Unternehmungen vor Ort. Außerdem wird es um das Einchecken in kleineren, privat geführten Unterkünften wie B&B's gehen: So erfahren Sie Wichtiges zur Nutzung von Gemeinschaftsräumen, Bad und Garten und klären auch Fragen zur Abrechnung. Small Talk nicht zu vergessen!...Der Schwerpunkt liegt dabei klar auf der mündlichen Kommunikation auf der Niveaustufe A2. Weitere Informationen: Siehe Workshop 2.



Nötige Vorkenntnisse: Englisch ca. auf Niveau A2/GER oder 7 bis 8 VHS-Semester. Für einen optimalen Einstieg empfehlen wir eine selbstständige Vorbereitung der betreffenden Themen anhand vorhandener Lehrmaterialien aus vorherigen Kursen.

Weißwasser 25FA4686WW

Samstag | 12.04.2025 | 09:30 - 12:45 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Natalie Krieger | 24,50 €

A2 Survival English - Workshop 4: Probleme am Flughafen regeln / Ein Auto mieten

Wer reist, braucht Sprache(n)...

...und kann sich gezielt vorbereiten. Unser Workshop zum Thema Urlaubsendglish bietet in kompakter Form die Vokabeln und Wendungen, die Sie in typischen Reise-Situationen benötigen. Dieser Crash-Kurs richtet sich dabei an alle, die mit dem Flieger unterwegs sind. Bleiben Sie sprachlich handlungsfähig, falls Sie Ihr Gepäck verlieren, der Flug gestrichen wird oder Sie einen Anschluss verpassen. Auch die Organisation einer extra Übernachtung oder von Transfers ist dann angesagt. Der Schwerpunkt des Kurses liegt klar auf der mündlichen Kommunikation auf der Niveaustufe A2. Weitere Informationen: Siehe Workshop 2.



Nötige Vorkenntnisse: Englisch ca. auf Niveau A2/GER oder 7 bis 8 VHS-Semester. Für einen optimalen Einstieg empfehlen wir eine selbstständige Vorbereitung der betreffenden Themen anhand vorhandener Lehrmaterialien aus vorherigen Kursen.

Weißwasser 25FA4687WW

Samstag | 17.05.2025 | 09:30 - 12:45 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Natalie Krieger | 24,50 €

FORTGESCHRITTENENKURSE DER STUFE B1

B1.1 Englisch für Fortgeschrittene

Einstieg in die Stufe B1. Sie bauen auf Ihre guten Grundkenntnisse auf und erwerben weiteren Wortschatz und grammatische Strukturen, um sich zunehmend differenzierter und auch spontaner ausdrücken zu können. Bisher Gelerntes wird gefestigt und erweitert - der eigene Lernfortschritt wird sichtbar, und das motiviert! Unvorhergesehene Situationen können Sie besser handhaben, Ihre Meinung vertreten und begründen sowie Missverständnisse ausräumen. Alle, die das Englische mit einiger Sicherheit nutzen und anwenden möchten, finden in Stufe B1 den Schlüssel zum freieren, selbstständigen Sprachgebrauch.

Notwendige Vorkenntnisse: Stufe A2 des GER. Bei der Einschätzung hilft unser kostenloser Einstufungstest auf www.vhs-dle.de und/oder ein Beratungsgespräch.

Zittau 25FA4691ZZ

Dienstag | 11.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Johnny Krnansky | 94,90 €

B1.3 Englisch für Fortgeschrittene

Dritter Kurs der Stufe B1: Sie können sich immer komplexer zu Unterrichtsthemen äußern, festigen und erweitern Ihre umfangreichen Englischkenntnisse.

Ihre Kenntnisse sind so weit fortgeschritten, dass Sie einfachere Alltags- und Berufstexte ohne übermäßige Mühe verstehen. Auch die gesprochene Sprache bereitet Ihnen kaum Probleme, wenn Standardsprache verwendet wird. Sie selbst können mit zusammenhängenden Sätzen Ihren Standpunkt darlegen und schriftlich oder mündlich auch komplexe Sachverhalte kommunizieren. Insgesamt können Sie sich mit viel Selbstvertrauen auf verschiedenen Kanälen in englischer Sprache verständigen.



Um an diesem Kurs teilzunehmen, sollten Sie Vorkenntnisse auf Niveau A2 oder sich vergleichbare Kenntnisse dieser Niveaustufe anderweitig angeeignet haben.

Zittau 25FA46B1ZZ

Dienstag | 18.03.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Helga Schubert | 94,90 €

B1.5 Englisch für Fortgeschrittene

Sprachen lernen auf Stufe B1 heißt vor allem: Flexibilität im Ausdruck gewinnen, spontaner kommunizieren, Wortschatz ausbauen und komplexere, grammatische Zusammenhänge besser verstehen.

Es fällt Ihnen leichter, Ihre Meinungen und Ansichten darzulegen und zu begründen. Radiobeiträge oder Podcasts sind im Großen und Ganzen verständlich, ebenso Texte in Zeitschriften oder auf englischen Webseiten. Unterwegs im Ausland sind Sie fast allen Situationen sprachlich gut gewachsen und können auch Missverständnisse (er)klären. In einer kleinen Lerngruppe bewegen Sie sich mit diesem Kurs auf der „Mittelstufe“ und dürfen sich auf abwechslungsreiche und alltagsnahe Themen freuen.

Notwendige Vorkenntnisse: etwa B1/GER bzw. 10-12 VHS-Semester. Zur Kurswahl beraten wir Sie gern. Unabhängig davon empfehlen wir einen kostenlosen Einstufungstest über unsere Webseite www.vhs-dle.de.

Dieser Kurs wird von einem Englischmuttersprachler geleitet.

Hinweis: Arbeit in einer Kleinstgruppe ist möglich; bei mehr Teilnehmern erfolgt eine Anpassung des Entgeltes.

Zittau 25FA46C1ZZ

Dienstag | 11.03.2025 | 18:50 - 20:20 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Johnny Krnansky | 121,50 €

B1.7 Englisch für Fortgeschrittene

Abschluss der Stufe B1: Verstehen, Sprechen, Lesen und Schreiben in englischer Sprache sind für Sie nach diesem Kurs zusammenhängend und auch bei komplexeren Sachverhalten möglich.

Sie können auf dieser Niveaustufe u.a. TV- und Radiosendungen die für Sie wichtigen Informationen entnehmen und sind in der Lage, das Wesentliche auch aus mittelschweren Texten zu Themen von allgemeinem Interesse zu erfassen. Es gelingt Ihnen, die meisten Situationen auf Reisen gut und sicher zu bewältigen.

Ihr Repertoire an Grammatik und Redeformeln setzen Sie mit einiger Sicherheit korrekt ein und Vokabellücken lassen



sich mit etwas Kreativität überbrücken. Der Sprung zur Stufe B1 ermöglicht Ihnen damit eine selbstständige, zunehmend flexible und Ihren Bedürfnissen angepasste Kommunikation.

Notwendige Vorkenntnisse: Oberes Niveau B1/GER bzw. 9-11 VHS-Semester. Zur Kurswahl beraten wir Sie gern. Unabhängig davon empfehlen wir einen kostenlosen Einstufungstest über unsere Webseite www.vhs-dle.de.

Hinweis: Arbeit in einer Kleinstgruppe ist möglich; bei mehr Teilnehmern erfolgt eine Anpassung des Entgeltes.

Zittau 25FA46C2ZZ

Donnerstag | 13.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Johnny Krnansky | 121,50 €

B 1.8 Englisch für Fortgeschrittene

Recht fortgeschrittener Kurs auf der Niveaustufe B1 des GER. Kenntnisse auf dieser Stufe ermöglichen Verständnis und Kommunikationsfähigkeit in allen wesentlichen Alltagssituationen. Sie können sich zunehmend selbstständig und flexibel ausdrücken und verfügen über einen Wortschatz, der kleine Vokabellücken zu überbrücken hilft.

Notwendige Vorkenntnisse: Oberes Niveau B1/GER bzw. 9-11 VHS-Semester. Zur Kurswahl beraten wir Sie gern. Unabhängig davon empfehlen wir einen kostenlosen Einstufungstest über unsere Webseite www.vhs-dle.de.

Hinweis: Arbeit in einer Kleinstgruppe ist möglich; bei mehr Teilnehmern erfolgt eine Anpassung des Entgeltes.

Niesky 25FA46C3NN

Donnerstag | 06.03.2025 | 19:15 - 20:45 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky | Marta Tschardtke | 79,50 € zzgl. Lehrmaterial

B1 Englisch Konversation für Fortgeschrittene (Senioren)

Sagen Sie der Sprachbarriere den Kampf an! Üben Sie gezielt die Fähigkeiten, Sprechen und Hörverstehen und werden Sie so sicherer und selbstbewusster im Gebrauch der Fremdsprache. Erleben Sie dabei Wortschatz und Grammatik direkt in der Anwendung. Die Themen werden gemeinsam abgestimmt und richten sich nach den Interessen und dem Lernbedarf der Teilnehmenden.

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

Für die Teilnahme an diesem Kurs sollten Sie Vorwissen auf etwa der Stufe B1/GER mitbringen. Ein kostenloser Einstufungstest auf unserer Webseite hilft bei der Einschätzung der eigenen Kenntnisse.

Bei Fragen zur Kurswahl beraten wir Sie gern.

Hinweis: Arbeit in einer Kleinstgruppe ist möglich; bei mehr Teilnehmern erfolgt eine Anpassung des Entgeltes.

Zittau 25FA46C4ZZ

Dienstag | 04.03.2025 | 10:00 - 11:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Peter Suppan | 121,50 €

B1 Englisch Konversation für Fortgeschrittene

Weißwasser 25FA46C5WW

Dienstag | 04.03.2025 | 18:15 - 19:45 Uhr
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Nancy McConathy | 122,50 €



B1/B2 Englisch Konversation (Senioren)

Das freie Sprechen in der Fremdsprache ist eine der schwierigsten Disziplinen. Neben Selbstvertrauen und Vokabelkenntnissen helfen Ihnen kleine Tricks weiter.

Sie lernen Englisch in lockerer Runde und treffen sich vormittags mit Gleichgesinnten, um sich über unterschiedlichste Themen auszutauschen. Dabei geht es vor allem um das freie Sprechen, das Reagieren auf Beiträge anderer Teilnehmer, Möglichkeiten der Argumentation und alles Weitere, was Sie im Gespräch benötigen. Die Themen werden gemeinsam bestimmt, sodass Sie die Möglichkeit haben, Ihre Interessen einzubringen und sich auf die Gespräche vorzubereiten.

Um an diesem Konversationskurs teilzunehmen, sollten Ihre Sprachkenntnisse auf dem Niveau B1 liegen, zum Beispiel durch ca. 6 Jahre Schulenglisch oder Fortgeschrittenenkurse an der Volkshochschule. Bei Fragen zur Kurswahl beraten wir Sie gern.

Zittau 25FA46C6ZZ

Donnerstag | 20.03.2025 | 09:30 - 11:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Helga Schubert | 94,90 €

FRANZÖSISCH**ANFÄNGER- UND GRUNDKURSE DER STUFE A1****A1.1 Französisch für Anfänger****Bienvenue!**

Wenn Sie Französisch für Alltag, Beruf oder Reisen erlernen möchten, bietet Ihnen dieser Kurs den passenden Einstieg. Anhand praktischer, lebensnaher Situationen nähern Sie sich der neuen Sprache und machen sich mit erstem Grundwortschatz und wichtigen grammatischen Grundlagen vertraut. Auch die Aussprache erschließt sich schrittweise und wird durch zahlreiche mündliche Übungen gefestigt. Nur Mut! Für Interessenten ohne Vorkenntnisse. Wer schon einmal Französisch gelernt hat, steigt in diesen Kurs besser erst im nächsten Semester ein. Zur Kurswahl beraten wir Sie gern. Bitte beachten Sie: Die Terminliste (online einsehbar) dieses Kurses dient lediglich der Orientierung und ist unverbindlich. Verschiebungen werden nach Möglichkeit gemeinsam mit den Teilnehmern koordiniert.

**Niesky 25FA4811NN**

Montag | 03.03.2025 | 17:00 - 20:15 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky | Guido Michels | 118,50 € zzgl. Lehrmaterial

Weißwasser 25FA4812WW

Donnerstag | 06.03.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Guido Michels | 118,50 € zzgl. Lehrmaterial

AUFBAUKURSE DER STUFE A2**A2.2 Französisch Aufbaukurs**

Französischkurs im 6. Semester. Mit dem Blick voraus auf den nächsten Frankreichurlaub geht es weiter mit der Lernstufe A2 des GER. Die Teilnehmer*innen erwerben weitere Grundkenntnisse der Sprache, die ihnen die einfache Kommunikation im Alltag und auf Reisen ermöglichen. Im Mittelpunkt stehen daher die Erweiterung des Wortschatzes sowie der Aufbau von Kompetenzen im Hörverstehen und mündlicher Kommunikation. Themen auf dieser Niveaustufe sind unter anderem: Über Erfahrungen in der Vergangenheit sprechen, Durchsagen und Reiseinformationen verstehen, gesundheitliche Probleme beschreiben (Apotheke, Arzt), Meinungen und Gefühle

ausdrücken, Vergleichen, Zustimmung und Widersprechen. Informationen zur Landeskunde und Lerntipps runden den Kurs ab.

Voraussetzungen: Gute Vorkenntnisse aus dem Schulunterricht oder Kompetenzen mindestens auf der Niveaustufe A1 des GER. Ein Einstufungstest hilft, den eigenen Kenntnisstand besser einschätzen zu können (www.vhs-dle.de, Programmbereich Sprachen). Zur Kurswahl beraten wir Sie gern.

Bitte beachten Sie: Die Terminliste (online einsehbar) dieses Kurses dient lediglich der Orientierung und ist unverbindlich. Verschiebungen werden nach Möglichkeit gemeinsam mit den Teilnehmern koordiniert.

Weißwasser 25FA4861WW

Donnerstag | 06.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle
Weißwasser | Guido Michels | 138,50 € zzgl. Lehrmaterial

ITALIENISCH

A1.1 Italienisch für Anfänger Online

Benvenuti! Tauchen Sie in die italienische Sprache ein, lernen Sie erste Vokabeln und legen Sie den Grundstein für ein erstes Grammatikrepertoire.

In diesem Anfängerkurs bauen Sie sich einen ersten Grundwortschatz auf und erlernen erste Grammatikkenntnisse. Mit diesen ersten, einfachen Redemitteln können Sie die unmittelbare Verständigung im Alltag oder auf Reisen auf einfache Weise meistern. Neben Redewendungen

und unentbehrlicher Grammatik trainieren Sie außerdem die Aussprache und erlangen dadurch Selbstvertrauen in der fremdsprachlichen Kommunikation.

Dieser Kurs ist für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse vorgesehen, die den Einstieg in die italienische Sprache für private oder berufliche Zwecke suchen.

Der Kurs findet in der vhs.cloud statt. Wir helfen gern bei der Einrichtung/Anmeldung auf der Lernplattform. Teilnehmern ohne Erfahrung mit Videokonferenzen bieten wir vor dem ersten Unterrichtstermin einen individuellen technischen Probelauf an.

Ortsunabhängig 25FA4911WW

Mittwoch | 12.03.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | vhs.cloud |
Chiara Colanero | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial



vhs-cloud!
Mehr Infos
auf Seite 71

POLNISCH**ANFÄNGER- UND GRUNDKURSE DER STUFE A1****A1.1 Polnisch für Anfänger**

Serdecznie witamy!

Steigen Sie ein in die Sprache unseres Nachbarlandes und lernen Sie die Grundlagen des Polnischen. Am Ende des Kurses können Sie erste Alltagssituationen mit einfachen Worten meistern. Sie üben die korrekte Aussprache, erwerben einen ersten Grundwortschatz und lernen einfache grammatische Strukturen kennen, die Sie für die unmittelbare Verständigung benötigen. In lockerer Atmosphäre konzentrieren Sie sich auf praktisch orientierte Szenarien und entwickeln dadurch das Sprechen und Hörverstehen. Bitte planen Sie Zeit für Hausaufgaben und die Nachbereitung daheim ein. Informationen zum Lehrmaterial erhalten Sie im Kurs. Für Anfänger ohne Vorkenntnisse. Interessenten mit Vorkenntnissen beraten wir gern zur passenden Kurswahl.

Weißwasser 25FA4H12WW

Dienstag | 04.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Milena Izabela Bänder | 94,90 €

A1.2 Polnisch Grundkurs 1

Polnischkurs im zweiten Semester. Im Mittelpunkt steht weiterhin der Erwerb grundlegender Kenntnisse des Polnischen. Sie üben die korrekte Aussprache, erwerben einen ersten Grundwortschatz und lernen einfache grammatische Strukturen kennen, die Sie für die unmittelbare Verständigung benötigen. In lockerer Atmosphäre konzentrieren Sie sich auf praktisch orientierte Szenarien und entwickeln dadurch das Sprechen und Hörverstehen. Bitte planen Sie Zeit für Hausaufgaben und die Nachbereitung daheim ein. Für Menschen mit ganz einfachen Vorkenntnissen, z.B. einem VHS-Semester. Der Kurs eignet sich auch für Wiedereinsteiger, die verschüttete Grundkenntnisse systematisch und gründlich auffrischen möchten. Interessenten mit fortgeschrittenen Vorkenntnissen wählen besser einen höheren Kurs. Wir beraten Sie gern zur passenden Kurswahl.

**Weißwasser 25FA4H21WW**

Donnerstag | 06.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Milena Izabela Bänder | 94,90 € zzgl. Lehrmaterial

Löbau 25FA4H22LL

Mittwoch | 19.03.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Dozententeam VHS | 94,90 €

AUFBAUKURSE DER STUFE A2

A2.1 Polnisch Aufbaukurs

Polnischkurs der Aufbaustufe A2. Im Mittelpunkt steht weiterhin der Erwerb grundlegender Kenntnisse des Polnischen. Sie üben die korrekte Aussprache, erweitern Ihren Grundwortschatz und lernen grundlegende grammatische Strukturen kennen, die Sie für die unmittelbare Verständigung benötigen. In lockerer Atmosphäre konzentrieren Sie sich auf praktisch orientierte Szenarien und entwickeln dadurch das Sprechen und Hörverstehen. Bitte planen Sie Zeit für Hausaufgaben und die Nachbereitung daheim ein.

Für Menschen mit Vorkenntnissen auf A1-Niveau, z.B. drei bis vier VHS-Semestern. Interessenten mit fortgeschrittenen Vorkenntnissen beraten wir gern zur passenden Kurswahl.

Weißwasser 25FA4H51WW

Dienstag | 04.03.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Milena Izabela Bänder | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

A2.2 Polnisch Aufbaukurs

Die Stufe A1 ist geschafft und Sie möchten Ihre Grundkenntnisse festigen und ausbauen? Auf der Niveaustufe A2 erwerben Sie weitere Grundlagen des Polnischen, trainieren die korrekte Aussprache und üben unentbehrliche grammatische Strukturen ein. Gleichzeitig bietet sich vielfach Gelegenheit, bisher Gelerntes zu wiederholen und anzuwenden.

Ziel des Kurses ist es, in Alltagssituationen eine einfache Verständigung zu sichern. In lockerer Atmosphäre konzentrieren Sie sich daher auf praktisch orientierte Szenarien und entwickeln dadurch das Sprechen und Hörverstehen. Landeskundliche Hintergrundinformationen runden den Kurs ab.



Für Menschen mit Vorkenntnissen über A1-Niveau, z.B. vier bis fünf VHS-Semestern. Interessenten mit fortgeschrittenen Vorkenntnissen beraten wir gern zur passenden Kurswahl.

Weißwasser 25FA4H61WW

Donnerstag | 06.03.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Milena Izabela Bänder | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

SCHWEDISCH**Schweden zum Kennenlernen: Land, Sprache und Insider-Tipps für einen Sommerurlaub in Schweden**

Auf geht's nach Schweden! Eine Reise in dieses herrliche Land macht gleich doppelt so viel Spaß, wenn man etwas Schwedisch versteht. Wer nicht gleich einen kompletten Kurs besuchen möchte, kann hier schnuppern, ausprobieren und sich auf Land und Leute einstellen. Erste Begrüßung, Vorstellung, Small-Talk ... abgerundet mit Kultur- und Reisetipps. Ein Angebot für Neugierige und (noch) Unentschlossene.



Schweden ist eines der größten Länder Europas und weist im Hinblick auf Natur und Klima beträchtliche regionale Unterschiede auf. Die unverwechselbare blaugelbe Flagge ist eines der nationalen Wahrzeichen, die die jahrhundertlange Geschichte und Beziehung des Landes zu seinen nordischen Nachbarn widerspiegeln. Schweden ist demokratischen Werten verschrieben und hat seit 200 Jahren keinen Krieg mehr erlebt. Der Schutz der Vielfalt und der Natur ist für die Schweden so selbstverständlich wie die steuerfinanzierte Wohlfahrt und Bildung für alle. Der Referent hat lange in Schweden und Finnland gelebt und sich mehrere Jahre mit der schwedischen Sprache und Kultur wissenschaftlich beschäftigt und teilt mit Ihnen seine Faszination und sein Wissen über die Kultur, Tradition und Sprache Schwedens. In diesem Schnupperseminar können Sie sich auf kurzweilige und abwechslungsreiche Weise dem Land und seinen Menschen nähern. Ergänzend dazu erhalten Sie nützliche Tipps für unterwegs und die Organisation Ihrer Schwedenreise.

Weißwasser 24HA4K11WW

Samstag | 18.01.2025 | 11:00 - 14:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Arkadiusz Lisowski | 22,50 €

SPANISCH**ANFÄNGER- UND GRUNDKURSE DER STUFE A1****A1.1 Spanisch für Anfänger**

¡Bienvenid@s! Lernen Sie erste Grundlagen der Weltsprache Spanisch, die mehr als 400 Millionen Menschen weltweit als Muttersprache sprechen. Unser Einsteigerkurs bietet einen systematischen Spracherwerb, viel Gelegenheit zum Üben sowie die Möglichkeit, eigene Interessen einzubringen. Das Augenmerk liegt auf dem Erwerb eines ersten, allgemeinen Grundwortschatzes für den Alltag, wichtigen grammatischen Strukturen des Niveaus A1/GER und den Fertigkeiten Hören und Sprechen. So können Sie nach zwei bis drei Semestern viele typische Situationen auf Reisen und

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

Gespräche mit einfachen Worten meistern. Informationen zur Landeskunde, Kultur und Lebensart runden den Kurs ab.

Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Allen anderen Interessenten empfehlen wir fortgeschrittene Kurse zum Wiedereinstieg. Lassen Sie sich bitte beraten und nutzen Sie auch die Möglichkeit zur Selbsteinstufung auf unserer Webseite.



Weißwasser 25FA4M11WW

Freitag | 07.03.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Ylenia Suárez García | 94,90 € zzgl. Lehrmaterial

A1.5 Spanisch Grundkurs 3

¡Bienvenid@s de nuevo! Abschluss der Stufe A1 des GER. Lernen Sie weitere Grundlagen der Weltsprache Spanisch, die mehr als 400 Millionen Menschen weltweit als Muttersprache sprechen. Unser Kurs bietet intensive Beschäftigung mit der Sprache, viel Gelegenheit zum Üben und Nachfragen sowie die Möglichkeit, eigene Interessen einzubringen.

Das Augenmerk liegt weiterhin auf dem Erwerb des Grundwortschatzes für den Alltag, wichtigen grammatischen Strukturen und den Fertigkeiten Hören und Sprechen. So können Sie viele typische Situationen auf Reisen und Gespräche immer besser mit einfachen Worten meistern. Informationen zur Landeskunde, Kultur und Lebensart ergänzen den Sprachunterricht.

Für Interessenten mit Vorkenntnissen im oberen Bereich der Stufe A1/GER, z.B. nach drei bis vier VHS-Semestern Spanischkurs. Lassen Sie sich gern beraten und nutzen Sie auch die Möglichkeit zur Selbsteinstufung auf unserer Webseite.

Weißwasser 25FA4M41WW

Dienstag | 01.04.2025 | 18:30 - 20:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Anne Mirle | 94,90 € zzgl. Lehrmaterial

A1.6 Spanisch Grundkurs 3

Eine Vertiefung kurz vor dem Abschluss des Einsteigerbereichs: Sie schließen das Niveau A1 ab und Ihre Sprachkenntnisse gehen über einfache Grundlagen hinaus. Sie wiederholen und festigen die Kenntnisse aus der Stufe A1 und können am Ende des Kurses einfache Sätze verstehen und selbst verwenden. Redewendungen und Vokabeln, aus Bereichen, die Sie direkt im Alltag, im Beruf oder auf Reisen betreffen, können Sie sicher verwenden. >>

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

In der geschriebenen oder gesprochenen Kommunikation können Sie sich einfach verständigen und Informationen über vertraute Themen verstehen und selbst weitergeben.

Für diesen Kurs sollten Sie etwa 4-5 Semester Spanisch an der Volkshochschule belegt oder vergleichbare, einfache Grundkenntnisse haben. Hinweis: Arbeit in einer Kleinstgruppe ist möglich; bei mehr Teilnehmern erfolgt eine Anpassung des Entgeltes.

Zittau 25FA4M42ZZ

Mittwoch | 05.03.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Jean Pierre Bozo | 147,50 €

A1 Spanisch für die Reise intensiv

Unser Spanischkurs für Weltenbummler und alle, die ihre Kenntnisse zügig auffrischen, ausbauen und ausschließlich für den Urlaub nutzen möchten. Die Themen des Kurses orientieren sich an typischen Situationen unterwegs, wie bspw. Unterkunft, Transport, Einkauf, essen gehen, Gesundheit und Kontakt zu Land und Leuten. Dabei steht der unentbehrliche Wortschatz im Mittelpunkt, um zu verstehen und verstanden zu werden. Häufige Redewendungen werden im Ganzen gelernt und in vielfältigen mündlichen Übungen trainiert, um später griffbereit zu sein. Landeskundliche Informationen und Tipps für eine unvergessliche Reise runden den Kurs ab. Hinweis: Wer die spanische Basisgrammatik gründlich und systematisch erlernen möchte, ist im Anfängerkurs besser aufgehoben.



Voraussetzungen: ca. 2 VHS-Semester Spanischkurs bzw. mindestens Kenntnisse auf einem mittleren A1-Niveau /GER. Geeignet für erfahrene Sprachenlerner, die über regelmäßige Lernzeit daheim verfügen. Bei Fragen zur Kurswahl beraten wir Sie gern. Nutzen Sie auch den kostenlosen Einstufungstest auf unserer Webseite, um Ihre Vorkenntnisse besser einschätzen zu können (www.vhs-dle.de, Bereich Sprachen).

Weißwasser 25FA4M31WW

Freitag | 07.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Yilena Suárez García | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

FORTGESCHRITTENENKURSE DER STUFE B1

B1/B2 Spanisch Konversation

„¡Cuenta, cuenta!“ Dieser Konversationskurs bietet die Chance, Ihre Kommunikationsfähigkeiten in der spanischen Sprache anzuwenden und zu erweitern. Sie verbessern Ihre spontane Ausdrucks-

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

fähigkeit und lernen, Meinungen, Gedanken und Gefühle zu vielfältigen Themen auszutauschen. Anstöße zum Dialog finden Sie in Liedern, Kurzgeschichten oder aktuellen Nachrichten aus der spanischsprachigen Welt. Mit Unterstützung des Lehrbuchs „Gente hoy“ des spanischen Verlags Difusión widmen wir uns den Schwerpunkten, die gemeinsam mit den Teilnehmern bei Kursbeginn abgestimmt werden.

Wenn Sie Vorkenntnisse mindestens auf B1-Niveau haben, können Sie in diesem Kurs in kleiner Runde gezielt Spanisch sprechen üben.

Zittau 25FA4MC1ZZ

Mittwoch | 05.03.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Jean Pierre Bozo | 106,90 €

TSSCHECHISCH

ANFÄNGER- UND GRUNDKURSE DER STUFE A1

A1.1 Tschechisch für Anfänger Online am Vormittag

Vítáme vás! Steigen Sie in die Sprache unseres Nachbarlandes ein und erlernen Sie die Grundlagen der tschechischen Sprache. Am Ende des Kurses können Sie grundlegende Situationen des Alltags mit einfachen Worten meistern. Sie üben die korrekte Aussprache der tschechischen Buchstaben und erwerben einen ersten Grundwortschatz und grammatische Strukturen, die Sie für die unmittelbare Kommunikation benötigen. In lockerer Atmosphäre konzentrieren Sie sich auf praktisch orientierte Szenarien und entwickeln dadurch das Sprechen und Hörverstehen.

Unser Kurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse richtet sich an Interessierte, die für berufliche oder private Zwecke den Einstieg in die tschechische Sprache suchen. Lernende mit Vorkenntnissen beraten wir gern zur passenden Kurswahl. Der Kurs wird als Online-Kurs in der vhs.cloud durchgeführt. Zu den technischen Voraussetzungen finden Sie Informationen im Programmheft. Bei der Registrierung und Anmeldung zum Kurs unterstützen wir Sie gern.

Ortsunabhängig 25FA4N11ZZ

Mittwoch | 12.03.2025 | 09:30 - 11:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | vhs.cloud |
Jana Szittyayová | 122,50 €

vhs-cloud!
Mehr Infos
auf Seite 71

A1.2 Tschechisch Grundkurs 1

Vítáme vás! Im zweiten Teil des Anfängerkurses arbeiten Sie weiter an Ihren Grundkenntnissen der tschechischen Sprache. >>

Der Kurs konzentriert sich auf praktische Alltagssituationen und Sie erlernen die Grundlagen, um Tschechisch im Alltag oder Beruf anzuwenden. Sie arbeiten weiter an den Grundlagen, um die Kommunikation mit Nachbarn oder Kollegen zu ermöglichen. Weitere Redewendungen und Vokabeln werden erlernt und geübt. Sie trainieren die tschechische Aussprache und lernen die Grammatik intensiver kennen, besonderes Augenmerk liegt auch auf den Sonderzeichen. Für diesen Kurs sollten Sie ein Semester Tschechisch an der Volkshochschule belegt haben oder anderweitig erworbene, minimale Grundkenntnisse besitzen.

Geeignet auch für Wiedereinsteiger mit einfachen, etwas „eingersteteten“ Vorkenntnissen

Ebersbach 25FA4N21EL

Dienstag | 04.03.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | VHH Ebersbach |
Milada Friedel | 94,90 €

A1.2 Tschechisch für Unterwegs Online

Vítáme vás! Der Tschechischkurs für Reisefreudige im zweiten Semester: In diesem Kurs wird Wert auf die rasche Kommunikationsfertigkeit gelegt. Sie erlernen systematisch die Grundlagen der tschechischen Sprache und bereiten sich von Anfang an auf den aktiven Gebrauch im Terrain vor. Für Lernende mit geringen Vorkenntnissen von etwa ein VHS-Semester. Wir beraten Sie gern zur passenden Kurswahl.



Der Kurs wird online auf der Lernplattform vhs.cloud durchgeführt. Sie erhalten vor Kursbeginn eine entsprechende Anleitung und individuelle Unterstützung, falls nötig.

Ortsunabhängig 25FA4N22ZZ

Dienstag | 11.03.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 12 Veranstaltungen |
vhs.cloud | Jana Szittyayová | 94,90 €

vhs-cloud!
Mehr Infos
auf Seite 71

A1.3 Tschechisch Grundkurs 2

Erweitern Sie Ihre Tschechischsprachkenntnisse: Im Grundkurs werden die erworbenen Grundlagen ausgebaut und Sie lernen die Sprache immer besser kennen. Sie entwickeln Ihre Grundkenntnisse in lockerer Atmosphäre und können sich in Alltagssituationen immer besser verständigen. Sie erlernen auch wichtige Mittel und Kniffe, um schwierige Themen zu meistern, die uns Deutschen zunächst fremd erscheinen. Im Verlauf festigen Sie die korrekte Aussprache und erweitern Ihren Grundwortschatz und lernen weitere Strukturen für die unmittelbare Alltagskommunikation. Die Fähigkeiten Sprechen und Hörverstehen stehen weiter im Vordergrund.

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: Februar bis Juli 2025

Für die Teilnahme sollten Sie Vorkenntnisse von etwa zwei Semestern VHS-Kurs haben oder anderweitig Grundlagenkenntnisse der tschechischen Sprache haben.

Dieser Kurs eignet sich auch für Wiedereinsteiger mit einfachen, etwas „eingerosteten“ Vorkenntnissen. Wir beraten Sie gern.

Zittau 25FA4N31ZZ

Montag | 10.03.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Andrea Kacovska | 117,50 €

A1.3 Tschechisch Grundkurs 2 Online

Der Kurs findet in der vhs.cloud statt. Wir helfen gern bei der Einrichtung/Anmeldung auf der Lernplattform

Ortsunabhängig 25FA4N32ZZ

Donnerstag | 13.03.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 12 Veranstaltungen |
vhs.cloud | Jana Szittyayová | 122,50 €



AUFBAUKURSE DER STUFE A2

A2.4 Tschechisch Aufbaukurs

Abschluss der Stufe A2, die Ihnen eine einfache Kommunikation im beruflichen sowie privaten Umfeld ermöglicht.

Sie sind nach Abschluss des Lehrgangs in der Lage, kurze Gespräche auch ohne Vorbereitung zu führen, wenn es um vertraute Themen geht und sich der Gesprächspartner um langsames und deutliches Sprechen bemüht. Ein wachsendes Repertoire an festen Redewendungen erleichtert die Kommunikation in Standardsituationen, und Missverständnisse werden erkannt und auf einfache Weise ausgeräumt. Ihr Wortschatz umfasst wesentliche Begriffe für Alltag und Reisen. Sie können einfache private Briefe, E-Mails und Anfragen z.B. an Hotels formulieren.



Voraussetzung: Vorkenntnisse im oberen A2-Bereich, z. B. durch sechs bis sieben Semester Tschechisch an der Volkshochschule.

Zittau 25FA4N81ZZ

Donnerstag | 06.03.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Dozententeam VHS | 121,50 €

A2.5 Tschechisch Aufbaukurs

Sie stehen kurz vor dem Abschluss der Stufe A2, benötigen aber noch etwas Zeit, um sicher mit vertrauten Themen, den grammatischen Anforderungen und den Standardsituationen umzugehen. Hier ist Übung gefragt. Auf der Niveaustufe A2 werden weitere Grundlagen des Tschechischen vertieft, die korrekte Aussprache trainiert und unentbehrliche grammatische Strukturen eingeübt. Ziel des Kurses ist es, in Alltagssituationen eine einfache Verständigung zu sichern. In lockerer Atmosphäre konzentrieren Sie sich daher auf praktisch orientierte Szenarien und entwickeln dadurch das Sprechen und Hörverstehen. Landeskundliche Hintergrundinformationen runden den Kurs ab.

Voraussetzungen: Tschechischkenntnisse, die das A1-Niveau bereits übersteigen. Sie sollten an 2-4 Kursen der Stufe A2 teilgenommen haben. Wir beraten Sie gern.

Zittau 25FA4N82ZZ

Montag | 10.03.2025 | 17:45 - 19:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Andrea Kacovska | 94,90 €

FORTGESCHRITTENENKURSE DER STUFE B1

B1 Tschechisch Konversation

Dieser Konversationskurs bietet die Chance, in kleiner Runde Tschechisch zu sprechen und dabei nicht nur die spontane Ausdrucksfähigkeit zu verbessern, sondern auch Meinungen und Gedanken zu vielfältigen Themen auszutauschen. Ohne Vorgaben durch ein Lehrbuch widmen wir uns den Schwerpunkten, die gemeinsam mit den Teilnehmern bei Kursbeginn abgestimmt werden.

Anstöße zum Dialog bieten dabei auch Lieder, kurze Geschichten und aktuelle Nachrichten, aber auch kurze literarische Texte. Eine Empfehlung für all jene, die gezielt das Sprechen üben möchten, um bisher Gelerntes anzuwenden oder die ihren Auslandsaufenthalt vor- oder nachbereiten möchten.

Quereinsteiger sind willkommen! Um an diesem Kurs teilzunehmen, sollten Sie Vorkenntnisse am oberen Ende der Niveaustufe B1 haben, zum Beispiel durch Besuchen der Fortgeschrittenenkurse an der Volkshochschule.

Ebersbach 25FA4NC1EL

Dienstag | 04.03.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | VHH Ebersbach |
Milada Friedel | 122,50 €

vhs.Media – Medienkompetenz in regionalen Wirkungskreisen

Projekt zur Förderung der Medienkompetenz in der Region.

Die digitale Welt verändert sich rasant, und der verantwortungsvolle Umgang mit digitalen Medien wird immer wichtiger. Um Menschen in der Region fit für die digitale Zukunft zu machen, initiiert die Volkshochschule Dreiländereck in Zusammenarbeit mit der Sächsischen Landesmedienanstalt (SLM) das Projekt „vhs.Media – Medienkompetenz in regionalen Wirkungskreisen“. Das Projekt bietet praxisorientierte Angebote, die sich mit der Vermittlung von Medienkompetenz beschäftigen und dazu beitragen, den digitalen Wandel sicher zu gestalten.



Im Rahmen des Projekts werden in den Jahren 2025 bis 2027 verschiedene Veranstaltungen im Landkreis Görlitz durchgeführt, die vor allem die Themen Medienkritik, digitale Erziehung und verantwortungsbewusste Nutzung sozialer Medien adressieren.

Zu den Highlights des Projekts gehören:

- **Fakt.Fake.Fiktion** – Erlernen, wie man Fakten von Fakes und Fiktionen unterscheidet, mit einem klaren Fokus auf Recherchemethoden und Quellenbewertung.
- **Media.Mind – Medienkompass** – Einführung in die Medientheorie und -geschichte, sowie die kritische Analyse aktueller Medienphänomene.
- **Media.Aktive** – Nutzung von sozialen Medien für die persönliche Markenbildung und Öffentlichkeitsarbeit unter Beachtung rechtlicher und ethischer Grundlagen.
- **Medienkompetenz für unsere Kinder** – Aufklärung für Eltern über die Bedeutung von Medienkompetenz und praxisnahe Tipps, um ihre Kinder sicher durch die digitale Welt zu begleiten.

Besondere Schwerpunkte des Projekts sind der aktive Dialog und Austausch zwischen Experten und den Teilnehmenden, sowie der Einbezug lokaler Akteure und Fachleute, die zu den verschiedenen Themen referieren.

Das Projekt richtet sich an verschiedene Zielgruppen, darunter:

- Senioren, die den sicheren Umgang mit digitalen Technologien erlernen möchten.
- Bürger, die ihre Medienkompetenz allgemein ausbauen möchten.
- Eltern, die ihre Kinder im digitalen Zeitalter begleiten wollen.

Ansprechpartner:

Medardo Hollstein, Projektleiter, Mail: medardo.hollstein@vhs-dle.de
Solvig Gerber, Projektmitarbeiterin, Mail: solvig.gerber@ku-weit.de



Das Projekt „vhs.Media – Medienkompetenz in regionalen Wirkungskreisen“ wird durch die Sächsische Landesmedienanstalt gefördert. Weitere Informationen finden Sie auf unserer VHS-Webseite.

A photograph of three business professionals in a meeting. A man in a light grey suit and blue tie is looking down at a document. A woman in a dark grey blazer is pointing at the document. Another person's hand is visible on the left, also pointing at the document. The document is a technical drawing or blueprint. There are two blue circles in the top left corner of the image.

Arbeit und Beruf

#Zukunftsort_vhs
Kompetenzen für morgen

QUALIFIKATIONEN FÜR DAS ARBEITSLEBEN / IT-ORGANISATION

Berufliche Weiterbildung sichert die Zukunft und eröffnet neue berufliche Wege. Mit unserem Angebot unterstützen wir Sie bei Ihrer beruflichen und persönlichen Weiterentwicklung. Gern beraten wir Sie telefonisch oder persönlich im Gespräch.

Firmenkurse und Inhouse-Schulungen

Gern bieten wir Firmen, Institutionen oder Verbänden maßgeschneiderte Weiterbildungsangebote zu Ihren Bedarfen und Terminen – wahlweise als Inhouse-Schulung oder in einem unserer Schulungsräume in unseren VHS-Geschäftsstellen Löbau, Zittau, Niesky und Weißwasser.

Einzelunterricht

Sie wollen Ihre persönlichen Fragen und Wunschinhalte mit dem Dozenten direkt besprechen? Kein Problem. Auf Wunsch bieten wir Ihnen die Möglichkeit einer Einzelschulung zu Ihrem Wunschthema mit Ihren Wunschinhalten. Gern organisieren wir Ihnen einen unserer Dozenten, der zu Ihnen nach Hause kommt oder bieten Ihnen bei Bedarf einen Platz in unseren Räumlichkeiten. Sprechen Sie uns an!

Ihre Kurswünsche

Ihr gewünschter Kurs ist nicht dabei? Schicken Sie uns einfach eine E-Mail mit Ihren Kurswünschen für das nächste Semester oder rufen Sie uns an. Wir freuen uns über Ihre Vorschläge.

Zur Datensicherheit

Bitte beachten Sie, dass eigene Datenträger (Laptops, Tablets, Smartphones, Speichermedien etc.) nur mitgebracht werden dürfen, sofern dies im Kurs ausgeschrieben bzw. mit dem Kursleitenden abgesprochen ist. Des Weiteren dürfen keine Daten oder Programme von VHS-Computern kopiert werden.

Haftungsausschluss

Die Volkshochschule Dreiländereck übernimmt keine Haftung für Beschädigungen, Verlust oder Diebstahl von mitgebrachten Datenträgern oder persönlichen Gegenständen.

**Dachdecker
& Klempner
SAUER**
RONNY
Dachdecker & Klempnermeister

Weißenberger Landstraße 29
02708 Löbau
Tel. (0 35 85) 4 46 93 80
Fax (0 35 85) 4 46 93 81
Handy (01 60) 2 99 84 00

E-Mail:
Dachklempnerei-Sauer@gmx.de

IT-MEDIEN-GRUNDLAGEN UND ALLGEMEINE ANWENDUNGEN

Einsteigerkurs für Smartphone und Tablet

In lockerer Atmosphäre und in kleiner Gruppe besprechen wir die grundlegenden Inhalte des Betriebssystems „Android ab Version 6.xx“ für die Nutzung mit einem Smartphone.



Dieser Praxiskurs richtet sich an Neuanfänger, die sich ein Smartphone gekauft oder geschenkt bekommen haben, und die ihr eigenes Gerät sicher bedienen wollen.

Unter Anleitung des Dozenten entdecken Sie Schritt für Schritt Ihr Gerät und seine Funktionen und nehmen gemeinsam die wichtigsten Grundeinstellungen vor. Neben dem klassischen Telefonieren lernen Sie, die Möglichkeiten Ihres Smartphones effektiv und sicher zu nutzen - besonders als Hilfe im Alltag oder unterwegs. Dabei liegt der Schwerpunkt auf den Programmen und deren Funktionen. Was sind Apps, wie finde ich die richtigen und wie bekomme ich sie auf mein Gerät? Wie organisiere ich meine Apps, damit ich optimal arbeiten kann? Ziel der Veranstaltung ist es, dass Sie mit Ihrem eigenen Smartphone optimal und sicher umgehen können.

Dies ist ein praxisorientierter Einsteigerkurs. Teilnahmevoraussetzung ist ein eigenes, mitgebrachtes Gerät.

Zittau 25FA5116ZZ

Donnerstag | 20.03.2025 | 17:00 - 20:15 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Markus Rudolf | 62,00 €

Löbau 25FA5114LL

Mittwoch | 14.05.2025 | 09:00 - 12:15 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Matthias Bosse | 62,00 €

**WOHLFÜHLEN UND SPAREN
MIT NEUEN FENSTERN**

WIR BIETEN:

- Holzfenster und Denkmalfenster
- Holz-Alu-Light-Fenster zum Preis eines Holzfensters
- Holzaluminiumfenster
- Haustüren
- Fassaden und Wintergärten
- KfW/BaFa-Förderungen

SEIT 1956



**PÖTSCHKE
FENSTERBAU** DAHEIM

Weststraße 18 | 02708 Löbau

T (03585) 47 46-0

F (03585) 47 46 48

info@poetschke-fensterbau.de

www.poetschke-fensterbau.de

vhsMobil: Einsteigerkurs für Smartphone und Tablet Mit dem vhsMobil bei Ihnen vor Ort

Dieser Praxiskurs richtet sich an eine Kleingruppe Neuanfänger, die ein Smartphone gekauft oder geschenkt bekommen haben, und ihr eigenes Gerät nun sicher bedienen wollen.



Unter Anleitung des Dozenten entdecken Sie Schritt für Schritt das Smartphone bzw. Tablet sowie seine Funktionen und nehmen gemeinsam die wichtigsten Grundeinstellungen vor. Neben dem klassischen Telefonieren lernen Sie die Möglichkeiten Ihres Smartphones effektiv und sicher zu nutzen – besonders als Hilfe im Alltag oder unterwegs. Dabei liegt der Schwerpunkt auf den Programmen und deren Funktionen. Was sind Apps, wie finde ich die richtigen und wie bekomme ich sie auf mein Gerät? Wie organisiere ich meine Apps, damit ich optimal arbeiten kann. Ziel der Veranstaltung ist es, dass Sie mit Ihrem eigenen Smartphone optimal und sicher umgehen können.

Teilnahmevoraussetzung ist ein eigenes, mitgebrachtes Gerät. Bitte informieren Sie uns vor Kursbeginn, welches Gerät Sie mitbringen.

Der genaue Ort ist noch nicht bekannt. Bitte bei Anmeldung erfragen.

vhsMobil 25FA51130Z

Mittwoch | 30.04.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr | 3 Veranstaltungen | Markus Rudolf | 83,00 €

NEU! Das Internet kennen und nutzen lernen

Lernen Sie, wie Sie alle Vorzüge des Internets für sich nutzen können

Das Internet bietet unzählige Möglichkeiten, uns das Leben leichter zu machen. Damit auch Sie die Vorzüge des Internets in Ihrem Alltag nutzen können, lernen Sie in diesem Kurs alles Wissenswerte für Ihren Einstieg.

Der Kurs findet an 3 Veranstaltungstagen statt, die in folgende Themenblöcke unterteilt sind:

1. Erstellung von E-Mail-Konten, Google-Konten und verschiedenen Kundenkonten
2. Bezahlen und Bezahlssysteme
3. Internetnutzung (Browser, Shopping, etc.)

Löbau 25FA5121LL

Mittwoch | 02.04.2025 | 09:00 - 12:15 Uhr | 3 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Matthias Bosse | 57,50 €

INTERNET (k)ein TATORT – Einführung in die Internetnutzung, Risiken und Vorteile (Kompaktkurs)

Dieser kompakte Kurs will Ihnen helfen, die nachfolgenden Fragen zu beantworten, die möglicherweise beim Nutzen des Internets entstehen.

Teil 1 - Einstieg in das Internet

- Wie kann ich das Internet sinnvoll und sicher nutzen?
- Wo finde/suche ich Informationen im Internet?
- Wie empfangen und schreibe ich eine E-Mail?
- Wo lauern Gefahren im Internet, wie erkenne ich diese und schütze mich dagegen?

Teil 2 - Online bezahlen per Online-Banking/Mobile-Banking

- Wie kann ich Papierrechnungen online bezahlen? Wie bezahle ich im Internet sicher z.B. Waren, Reisen, Tickets etc.?
- Was sind die verschiedenen Anbieter (Vorteile/Nachteile), Hausbank, PayPal, Klarna, G-Pay?
- Was sind unsichere Zahlungsmethoden?

Teil 3 - Online-Shopping

- Wie kaufe ich im Internet sicher ein (Amazon, Otto, eBay etc.)?
- Wie buche ich eine Reise (booking.com, Deutsche Bahn etc.)?
- Wie verkaufe ich im Internet (eBay, ebay-kleinanzeigen, mobile.de)?
- Wie erkenne ich Fake-Shops?

Zittau 25FA5123ZZ

Donnerstag | 10.04.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr | 6 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Markus Rudolf | 115,00 €

PC-Grundkurs Windows 11

Einstieg in die Arbeit mit dem Computer und Laptop

Der Kurs wendet sich an Interessierte, die bisher wenig Umgang mit dem Computer hatten, und soll dabei grundlegende Kenntnisse vermitteln sowie das Verständnis für die Anwendung verschiedener Einsatzmöglichkeiten erwecken.



Schwerpunkte sind:

- Der Computeraufbau und das Betriebssystem, inklusive des Handlings der Tastatur

- Umgang mit dem Explorer als das Inhaltsverzeichnis des Rechners
- Einstieg in die Textverarbeitung/ Präsentationssoftware/ Bildbearbeitung
- Einstieg in die Nutzung des Webbrowsers, um im Internet zu recherchieren
- Einstieg in die Grundlagen des Rechnens mit dem Computer

Es geht darum, dass Sie verschiedene Möglichkeiten der Verwendung des Computers mit den verschiedenen Programmen kennenlernen. Der Kurs kann nur einfache Grundkenntnisse vermitteln. Eigene Laptops können bei Bedarf im Kurs verwendet werden.

Löbau 25FA5131LL

Dienstag | 01.04.2025 | 09:00 - 12:00 Uhr | 6 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Matthias Bosse | 115,00 €

Zittau 25FA5131ZZ

Dienstag | 20.05.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr | 6 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Markus Rudolf | 115,00 €

Grundlagenkurs Word 2013/2016

Im Kurs werden folgende Inhalte behandelt:

- Verständliche Anwenderliteratur
- Neues Dokument und fertige Vorlagen nutzen
- Blatteinteilung, Seitenlayout, Blattgröße, Spalten, Ränder
- Textformatierungen
- Text suchen und ersetzen
- Einfügen von Bild, Form, Unterschrift, Tabelle
- Kopf- und Fußzeile
- Textfelder
- Ansicht des Dokumentes anpassen – Zoom, Lineal, Gitter
- PDF erstellen, drucken und Dokumente speichern

Löbau 25FA5132LL

Montag | 10.03.2025 | 16:00 - 19:15 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Matthias Bosse | 62,00 €



Mehr Infos unter: www.vhs-dreilaendereck.de

Grundlagenkurs Excel 2013/2016

Im Kurs werden folgende Inhalte behandelt:

- Struktur von Microsoft Excel
 - Aufbau von Bildschirm und Menü
 - Aufbau eines Arbeitsblattes
 - Eingabe und Formatierung von Text und Zahlen
 - Einfügen, Löschen und Ändern von Zellen, Zeilen und Spalten
 - Kopieren, Ausschneiden und Löschen von Zellinhalten und Tabellen
 - Formatierung von Zellen, Zeilen und Spalten
 - Schriftarten, Schriftgröße, Rahmen, Schattierungen
 - Verwenden der Grundrechenarten
 - Summenfunktion in Excel
 - Drucken einer Tabelle
 - Zeilen- und Spaltentitel, Kopf- und Fußzeilen
 - Tipps und Tricks zum Umgang mit komplexen Tabellen
 - die Relative und Absolute Adressierung
 - Einsatz verschiedener Excel-Funktionen
- 
- Summe, Mittelwert, Anzahl
 - Wenn-Dann
 - SVerweis
 - bedingte Formatierungen
 - Beispieltabellen online erkunden

Bitte einen USB-Stick mitbringen!

Löbau 25FA5133LL

Mittwoch | 11.06.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Matthias Bosse | 62,00 €

Excel im Beruf

Im Kurs wird Ihnen Excel als mächtiges Werkzeug für die verschiedensten betrieblichen Aufgaben vorgestellt.

Der Einstieg erfolgt mit der Wiederholung des Basiswissens, um eine einheitliche Grundlage für die nachfolgenden Themen zu schaffen.

Folgende Schwerpunkte werden gesetzt:

- Aufbau und Verwendung von Kalkulationstabellen/ Arbeit mit Formeln
- Gestaltung der Tabellenblätter/ Daten grafisch präsentieren
- Verwendung von Tabellenfunktionen/ PivotTable als Mittel der Informationsgewinnung

Im Kurs werden Sie mit verschiedenen Möglichkeiten der Anwendung von unterschiedlichen Elementen vertraut gemacht, damit Sie das Programm in der betrieblichen Anwendung optimal für Ihre Zwecke nutzen können.

Sie erhalten von der Dozentin das Skript der Veranstaltungen in Form von Präsentationen mit den entsprechenden Übungsdateien.

So wird zeitaufwändiges Mitschreiben erspart und Ihnen bietet sich die Möglichkeit, die Arbeitsschritte zu einem späteren Zeitpunkt zu wiederholen.

Zittau 25FA5134ZZ

Samstag | 05.04.2025 | 09:00 - 12:45 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Lena Schönfelder | 66,00 €

NEU! Excel für Fortgeschrittene

Voraussetzung für diesen Kurs sind Excel-Grundkenntnisse, auf denen aufgebaut wird. Der Einstieg erfolgt mit der Wiederholung des Basiswissens, um eine einheitliche Grundlage für die nachfolgenden Themen zu schaffen.

Folgende Schwerpunkte werden gesetzt:

- Arbeit mit Formeln
- Daten grafisch präsentieren
- Verwendung von Tabellenfunktionen
- PivotTable als Mittel der Informationsgewinnung
- individuelle Fragestellungen

Sie erhalten von der Dozentin das Skript der Veranstaltungen in Form von Präsentationen mit den entsprechenden Übungsdateien.

Zittau 25FA5135ZZ

Samstag | 15.03.2025 | 09:00 - 12:45 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Lena Schönfelder | 66,00 €

	DACHDECKEREI KEIL & ZIESCHE GmbH
	– Bedachungen aller Art Telefon: 03586 764770 – Klempnerarbeiten Telefax: 03586 764761 – Abdichtungsarbeiten Mobil: 0173 3790571 E-Mail: falko.keil@gmx.de
	02730 Ebersbach-Neugersdorf • Martin-Niemöller-Str. 6

NEU! Mein Fotobuch – Erinnerungen in Buchform

Halten Sie mit dem CEWE-Fotobuch Ihre Erinnerungen in Buchform fest.

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie in nur wenigen Schritten aus Ihren Fotos ein Buch gestalten.

Am ersten Kurstag wird es um grundsätzliche Themen gehen, wie zum Beispiel:

- Softwareinstallation – Bestellwege
- Aufbau der Gestaltungssoftware
- Buchformat und Papierauswahl
- die wichtigsten Funktionen auf einen Blick (Fotos, Texte, Hintergründe finden und einfügen)
- Seitengestaltung leicht gelernt
- Seitenlayouts helfen
- richtig speichern und bestellen
- APP oder Gestaltungsprogramm – Was geht schneller?
- der CEWE FOTOBUCH Assistent
- Stile oder Buchvorlagen
- eigene Layouts und Hintergründe erstellen
- alles rund um Texte
- Cliparts, Masken und Rahmen verschönern
- Inhalte ausrichten und speichern
- Grundlagen der Gestaltung, Produkteigenschaften ändern
- letzte Prüfung, der Warenkorb

Am zweiten Kurstag geht es an die kreative Gestaltung:

- Vorbereitung und Buchaufbau
- Einbandgestaltung – Veredelungen – Tipps zu Hintergründen
- zusätzliche Inhalte finden und speichern
- kreative Schriften verwenden
- wichtige Einstellungen und Werkzeuge
- ausrichten wie die Profis
- Fotos vorbereiten, bewerten, vormerken und sortieren
- Grundeinstellungen in den Optionen
- Bildteilungen
- Seiten, die begeistern
- Was macht mein Buch noch interessanter?
- Gedichte, Verse, Initialen
- Landkarten, Routen, Fotomarkierungen
- Buchlayout erstellen
- Texte richtig formatieren und platzieren
- Der Film im Buch, Fotos aus Videos
- Buchvorlagen, Grundlayouts erstellen
- Fotos, die aus dem Rahmen laufen

Löbau 25FA5191LL

Montag | 17.03.2025 | 09:00 - 12:15 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Matthias Bosse | 38,00 €

KAUFMÄNNISCHE GRUND- UND FACHLEHRGÄNGE

Finanzbuchführung 1

Dieser Kurs ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im kaufmännischen Bereich. Sie erwerben grundlegende Kenntnisse und Fertigkeiten der Buchführung und erhalten

einen Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis trainieren Sie das neu erworbene Wissen und wenden es direkt an.



Die in diesem Kurs erworbenen Fachkompetenzen bilden die Grundlage für die weiterführenden Module Finanzbuchführung 2 und 3. Damit erhalten Sie den Xpert Business Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“.

Es sind keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich.

Kursinhalte:

- gesetzliche/organisatorische Grundlagen der Buchführung /Inventur, Inventar, Bilanz
- Buchen auf Bestandskonten/Erfolgskonten und GuV
- Buchen auf Warenkonten/Systematik der Umsatzsteuer
- Besonderheiten im Warenverkehr/Privatkonten
- nicht und beschränkt abzugsfähige Betriebsausgaben
- Personalkosten/Steuern/Buchen mit Belegen

Im Anschluss an diesen Kurs können Sie optional die Xpert Business Prüfung ablegen. Über die bestandene Prüfung erhalten Sie das Zertifikat „Xpert Business-Finanzbuchführung (1)“. Die Prüfungsgebühr ist nicht in der Kursgebühr enthalten. Sie ist zusätzlich zu zahlen.

Kursmaterialien:

„Finanzbuchführung 1“ Lehrbuch, Edumedia Verlag, 24,95 €

(Sammelbestellung zu Kursbeginn möglich. Bitte Geld am 1. Kurstag mitbringen).

Zittau 24HA5421ZZ

Montag | 20.01.2025 | 17:00 - 21:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Ines Schicht | 254,50 €

Reparatur- & Wartungsarbeiten
Heizung, Wärmepumpen & Solar
Photovoltaik & Elektro
Klima & Lüftung
Sanitärinstallation
Ihr neues Wunschbad

mit 3D-Badplaner • Heizungskonfigurator
Förderrechner und Finanzierung!

Hauptstraße 37
02739 Kottmar OT Neueibau

03586 3303 - 0
www.hbg-leutersdorf.de

Finanzbuchführung 2

Dieser Kurs richtet sich an Quereinsteiger aus anderen als kaufmännischen Berufen mit ersten Erfahrungen in der Buchhaltung bzw. Kaufleute, die ihr Grundlagen-Buchführungswissen ausbauen wollen, um eigenständig in der Buchhaltung von Betrieben arbeiten zu können. Der Aufbaukurs vertieft systematisch und praxisbezogen Ihre Buchhaltungskenntnisse. Ziel ist das Verständnis buchhalterischer Zusammenhänge, um laufende Buchungsfälle und Abschlussbuchungen in Handel, Industrie und Verwaltung fachgerecht lösen zu können.

Kursinhalte:

- Besonderheiten bei Produktionsbetrieben
- Jahresabschluss/Sachliche und zeitliche Jahresabgrenzungen
- Systematik der Umsatzsteuer/Grundsätze der Bewertung
- Bewertung Anlagevermögen/Abschreibungen des Anlagevermögens
- Bewertung des Umlaufvermögens und der Schulden/Rückstellungen

Im Anschluss an diesen Kurs können Sie die Xpert Business Prüfung ablegen. Über die bestandene Prüfung erhalten Sie das Zertifikat „Xpert Business - Finanzbuchführung (2)“. Die Prüfungsgebühr ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

Kursmaterialien: „Finanzbuchführung 2“ Lehrbuch, Edumedia Verlag, 24,95 €.
(Sammelbestellung zu Kursbeginn möglich. Bitte Geld am 1. Kurstag mitbringen.)

Zittau 25FA5422ZZ

Montag | 14.04.2025 | 17:00 - 21:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Ines Schicht | 310,00 €

BRANCHENSPEZIFISCHE FACHLEHRGÄNGE

Praktisches Gedächtnistraining im Lebenskreis

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die sich in ihrer Arbeit mit den Einschränkungen des Alterwerdens auseinandersetzen. Um in Würde alt zu werden, benötigt der Klient eine aktive Teilhabe am Alltag. Die Gefahr, zu vereinsamen und sich ausgegrenzt zu fühlen, wächst. Mit Hilfe von Legekreisen, welche Sie in diesem Seminar kennenlernen werden, können Sie ressourcenorientiert arbeiten.

Was bewirkt das Arbeiten mit Legekreisen bei Ihrem Klienten?



1. Förderung der Wahrnehmung
2. Förderung der Konzentration
3. Förderung der Aufmerksamkeit
4. Förderung des Kurzzeitgedächtnisses

Zielgruppen:

Mitarbeiter/innen aus Pflegeeinrichtungen, Alltagsbegleiter/innen, Ergotherapeut/innen

Inhalt:

1. Vorstellung Gedächtnistraining im Lebenskreis in der Arbeit mit Seniorinnen und Senioren anhand einer PowerPoint-Präsentation
2. Vorstellung von praktischem Material – Einsatz von unterschiedlichen Legekreisen
3. Herstellung eines eigenen Legekreises und praktische Verwendung

Löbau 25FA5810LL

Samstag | 08.03.2025 | 08:00 - 15:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Regine Hachtmann | 62,50 €

AdA-Schein: Ausbildung der Ausbilder (HWK)

Der Lehrgang wird auch als Teil IV der Meisterprüfung (HWK) anerkannt.

Betriebliche Ausbilder/innen werden überall dort gebraucht, wo zukünftige Fachkräfte in anerkannten Ausbildungsberufen qualitätsgerecht und anspruchsvoll ausgebildet werden sollen. Durch die Qualifikation „Ausbildung der Ausbilder (HWK)“ erwerben Sie praxisnahes Wissen, um die verantwortungsvolle Tätigkeit der Ausbildung Ihrer jungen Mitarbeiter erfolgreich ausführen zu können.



Dieser Lehrgang vermittelt Ihnen die nötigen rechtlichen sowie berufs- und arbeitspädagogischen Kenntnisse zur Ausbildung von Auszubildenden und vermittelt Ihnen die notwendigen Kompetenzen in den vier Handlungsfeldern:

1. Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und Ausbildung planen
2. Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Auszubildenden mitwirken
3. Ausbildung durchführen
4. Ausbildung abschließen.

Die Lehrgangsinhalte orientieren sich an dem aktuellen Rahmenstoffplan der HWK/IHK und bereiten Sie intensiv auf die HWK-Abschlussprüfung vor. >>

Die vermittelten Kenntnisse sind über die berufliche Erstausbildung hinaus geeignet, neue Mitarbeiter anzuleiten, einzuarbeiten, Personalauswahl- und Führungsaufgaben zu unterstützen.

Die Inhalte richten sich nach den Handlungs- und Themenbereichen entsprechend den Prüfungsvorgaben:

- Allgemeine und rechtliche Grundlagen; das aktuelle Berufsbildungsrecht,
- Ausbildungsplanung,
- Auszubildende einstellen,
- Ausbildung am Arbeitsplatz,
- Lernen fördern,
- Lernen in und Anleiten von Gruppen,
- Begleitung der Auszubildenden und Vorbereitung auf die Abschlussprüfung und Ausbildungsende.

Zulassungsvoraussetzungen zur Kammerabschlussprüfung (Zulassung wird direkt bei der Kammer geprüft): Abgeschlossene Berufsausbildung in einem anerkannten Ausbildungsberuf oder ein abgeschlossenes Hochschulstudium oder mind. 6 Jahre Berufspraxis in einem Beruf.

Bitte beachten Sie, dass für bestehende bzw. beginnende Ausbildungsverhältnisse ab dem 1. August 2009 dieser Qualifizierungsnachweis vom Ausbilder nachgewiesen werden muss. Prüfung direkt am Kursende am Kursort möglich. Die zusätzliche Prüfungsgebühr von 190,- Euro wird vor der Prüfung durch die Handwerkskammer separat berechnet.

Kursmaterialien: „Die Handwerker-Fibel: Band 4: Berufs- und Arbeitspädagogik“, ISBN 978-3778309568 / Holzmann Medien 26,90 Euro. Bitte vor Kursbeginn selbst erwerben!

Löbau 24HA5801LL

Termin noch offen | 16:30 - 21:00 Uhr | 8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Harald Nedo | 520,50 €

Praxisanleiter/in Sozialwesen

Berufsbegleitende Fortbildung von Fachkräften für die fachliche Anleitung und Betreuung von Praktikanten in Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe sowie in Einrichtungen und Diensten der Behindertenhilfe nach der Verwaltungsvorschrift des Sächsischen Staatsministeriums für Kultus vom 12.05.2017.

Ziel der Fortbildung:

Vermittlung von Handlungskompetenzen zur Erfüllung der Aufgaben bei der fachlichen Anleitung und Betreuung von Praktikanten in Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe sowie in Einrichtungen und Diensten der Behindertenhilfe.

Zugangsvoraussetzungen:

- Abgeschlossene Berufsausbildung im Sozialwesen
- Mindestens zweijährige Berufserfahrung in dem Tätigkeitsfeld, in dem die Praktikant/innen angeleitet werden.

Das Curriculum der Fortbildung umfasst die folgenden fünf Module:

Modul 1: Grundlagen der Ausbildung und berufsrelevante rechtliche Rahmenbedingungen kennen sowie Anforderungen an Praxisanleiter in den unterschiedlichen Arbeitsfeldern reflektieren

Modul 2: Den Ausbildungsprozess gemeinsam mit dem Team sowie mit den Praktikanten planen

Modul 3: Beziehungen gestalten sowie Bildungsprozesse anregen und unterstützen

Modul 4: Reflexionsgespräche führen, Feedback geben und beurteilen

Modul 5: Lernortkooperation gestalten

6 Monate nach Abschluss des Kurses findet ein Reflexionstreffen statt.

Löbau 25FE5893LL

Montag | 13.01.2025 | 16:00 - 20:00 Uhr | 16 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Robert Berthold | 690,00 €

Vorbereitungslehrgang auf den sächsischen Fischereischein

Wer angeln möchte, benötigt einen Fischereischein. In diesem Kurs werden Sie optimal auf das Angeln und die Prüfung zum Erwerb des Sächsischen Fischereischeins vorbereitet.

Abschließend haben Sie die Möglichkeit, die Prüfung zum Erwerb des Sächsischen Fischereischeins beim Anglerverband Sachsen durchzuführen. Kursinhalte im Überblick:

- Allgemeine Fischkunde/Besondere Fischkunde/Gewässerkunde/Gerätekunde
- Gesetzeskunde/Maßnahmen bei Verdacht/Feststellung von Fischsterben
- Prüfungsorganisation und Methodik

Die Prüfung wird beim Anglerverband Sachsen durchgeführt. Die Prüfungsgebühren werden separat berechnet.

Lehrgangsgebühren für unseren Vorbereitungslehrgang:

Erwachsene / Mitglied im DAV: 175,00 € / 125,00 €

Kinder bis 18 Jahre / Mitglied im DAV: 95,00 € / 75,00 €

Die Teilnahme am Kurs ist auch für Jugendliche ab 12 Jahren ohne Prüfung möglich. Der Fischereischein kann ab 14 Jahren erworben werden. Bitte vereinbaren Sie unter 03576/278312 einen Termin zur Anmeldung. Eine Anmeldung ist nur mit Ihrem Personalausweis, einem aktuellen >>

Lichtbild (Hochformat 45 x 35 mm ohne Rand), dem Anmeldeformular der Fischereibehörde (vor Ort in der vhs auszufüllen) sowie der Bezahlung der Lehrgangskosten möglich.

Weißwasser 25FA5831WW

Freitag | 28.02.2025 | Beginn Freitag 17:00 Uhr, Ende Sonntag 12:15 Uhr | 6 Veranstaltungen, an 2 Wochenenden | Geschäftsstelle Weißwasser | Ditmar Olschewski | 175,00 €

FORTBILDUNG FÜR ERZIEHER

KOMPETENZEN IN KINDERTAGESSTÄTTEN

Lern- und Entwicklungsstörungen

Auffälliges Verhalten - Schwierige Kinder?! In diesem Kurs werden drei Entwicklungsstörungen auf theoretische und praktische Herangehensweise behandelt:

1. ADHS: Unterscheidung ADS und ADHS, Hilfestellungen für das Kind, Vorstellung von Materialien und Hilfsmitteln zur Umsetzung der Methoden in Alltag, Kita und Schule
2. Legasthenie: Besprechung der Wahrnehmungsbereiche, optische Differenzierung, Gedächtnis und Serialität, akustische Differenzierung, Körperschema und Raumorientierung, Vorstellung und Umsetzung der AFS-Methode
3. Dyskalkulie: Methoden, Fördermöglichkeiten und Therapieansätze für die praktische Umsetzung in Alltag, Kita und Schule; Materialvorstellung

Niesky 25FE5821NN

Mittwoch | 16.04.2025 | 17:00 - 19:15 Uhr | 3 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky | Daniela Hertwig | 71,00 €

ICF-CY Basiskurs

Das ICF-CY ist eine anerkannte Grundlage für die Beschreibung des Entwicklungsstandes von Kindern und Jugendlichen. Diese wurde durch die WHO zur verständlichen und einheitlichen Kommunikation zwischen verschiedenen Professionen geschaffen und ist unabdingbar für alle Akteure aus der Eingliederungshilfe. Auf der Grundlage des ICF-CY erfolgt die Förderplanung.

Dieser Basiskurs richtet sich an alle pädagogischen Fachkräfte, Inklusionskräfte und Fachberatungen, die ICF-CY als Grundlage zur Teilhabe- und Förderplanung und zur Beantragung von Eingliederungshilfen nutzen.



Inhalte:

- Komponente der ICF-CY verstehen und kennenlernen
- Umgang mit dem Buch „ICF-CY internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen“ im pädagogischen Alltag
- Üben und Zuordnen von Lebenssituationen

Für den Kurs wird das folgende Buch benötigt: ICF-CY internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen; ISBN: 978-3-456-85812-8

Löbau 25FE5883LL

Montag | 12.05.2025 | 17:00 - 21:00 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Susann Schnelle | 119,00 €

Entwicklungsbereiche von Vorschul- und Schulkindern

Folgende Inhalte werden im Seminar behandelt:

- Welche Fähigkeiten und Fertigkeiten sollte ein Kind beim Schuleintritt beherrschen?
- Theoretische Grundlagen
- Vorstellung praktischer Übungen und Materialien für den Alltag - Kita und Schule
- Beachtung von Besonderheiten wie Linkshändigkeit o.ä.

Löbau 25FE5823LL

Mittwoch | 04.06.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Daniela Hertwig | 37,00 €

Grenzen setzen (für Fachkräfte)

„Ich möchte entspannt in meinem Haus wohnen, was meine Welt natürlich begrenzt!“ Ein Kind sollte lernen, dass der Drang oder die Lust nach Selbstverwirklichung, dort an seine Grenzen stößt, wo es in den Bereich des anderen eindringt und die Rechte des anderen verletzt. Als Pädagoge sollten Sie dabei klar Ihre eigenen Grenzen kennen und diese liebevoll, einfühlsam, empathisch und kommunikativ dem Kind aufzeigen. Der Respekt dem Kind gegenüber steht dabei an oberster Stelle.

Zittau 25FE5833ZZ

Dienstag | 06.05.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Uta Rudolph | 21,00 €

Löbau 25FE5833LL

Donnerstag | 12.06.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Uta Rudolph | 21,00 €

GESPRÄCHSFÜHRUNG UND AUFFÄLLIGES VERHALTEN

Hochsensibilität im Kindergarten

Gibt es Hochsensibilität auch schon im Kindergarten? Ständige Reizüberflutung und keine Filtersysteme. So wie wir Erwachsenen...! Wie gehe ich damit um? Was kann ich dafür tun, dass es solchen Kindern besser geht? Suchen wir gemeinsam nach Möglichkeiten und Lösungen.

Zittau 25FE5832ZZ

Donnerstag | 13.03.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Uta Rudolph | 21,00 €

Autismusspektrumstörungen

In diesem Kurs werden theoretische Grundlagen (Ursachen, Symptome, Ausprägungen) zum Thema Autismus behandelt. Dabei legt die Kursleiterin Frau Hertwig besonderes Augenmerk auf die Unterscheidung zwischen Kanner- und Asperger-Syndrom. Weiterhin werden die Wahrnehmungsbereiche, soziale Interaktion, Sprache und Kommunikation diskutiert, sowie die eingeschränkten Interessen und Aktivitäten und deren Fördermöglichkeiten.

Löbau 25FE5834LL

Mittwoch | 19.03.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Daniela Hertwig | 67,50 €

„Der NEINRICH“: Ein Seminar für Erzieher im Umgang mit Jungen zu Fragen von Nähe und Nein-Sagen

Lernen, nein sagen zu dürfen!! Ich will das nicht! Ohne Wertung ... starke Gefühle für starke Kinder?... Bilderbücher mal unter die Lupe nehmen...

Zittau 25FE5835ZZ

Donnerstag | 03.04.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Uta Rudolph | 25,00 €



Jungs „ticken“ anders!

Sie spielen anders. Sie bewegen sich anders. Sie denken anders. Sie laufen anders. Sie werden anders groß. ...sie sind so sensibel und oft hochsensibel ... Warum ist das so?

Haben Sie auch „solche Jungs“ in Ihrer Kita?

Löbau 25FE5836LL

Dienstag | 25.03.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau | Uta Rudolph | 21,00 €

Zittau 25FE5836ZZ

Dienstag | 03.06.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Uta Rudolph | 21,00 €

**Hochbegabung - Fluch oder Segen**

Theoretisch gesehen ist Hochbegabung eine weit über dem Durchschnitt liegende intellektuelle Begabung, die bei etwa 2 bis 3 % der Bevölkerung auftritt.

Ab wann ist man hochbegabt und was bedeutet das in der Praxis? Wie erkenne ich ein hochbegabtes Kind? Welche Besonderheiten und Merkmale haben diese Kinder? Wie kann ich es fördern? Ist es wirklich so außergewöhnlich? Soll man testen und wenn ja, wann? Früher einschulen – muss das sein? Was ist wichtig für eine gesunde Entwicklung von (hoch)begabten Kindern?

In diesem Vortrag erhalten Sie einen Einblick in die Grundlagen der Hochbegabung. Im Anschluss besteht die Möglichkeit eines thematischen Austauschs.

Zittau 25FE5837ZZ

Dienstag | 17.06.2025 | 17:00 - 19:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Claudia Herzog | 26,50 €

ADHS - Chance und Herausforderung

Kinder und Jugendliche mit ADHS haben Stärken, wie andere Kinder auch. Es ist therapeutisch sehr wichtig und hilfreich, sich nicht nur auf die Probleme von Kindern und Jugendlichen mit ADHS zu fokussieren, sondern auch ihre individuellen Stärken und Potenziale herauszuarbeiten. Viele Kinder sind hochbegabt, haben eine ausgeprägte Phantasie. Was wären wir ohne diese Kinder? Diese Veranstaltung lebt vom Erfahrungsaustausch: Eine rege Diskussion soll geschaffen werden.

Löbau 25FE5880LL

Dienstag | 15.04.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau | Uta Rudolph | 23,50 €

Zittau 25FE5880ZZ

Donnerstag | 15.05.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Uta Rudolph | 23,50 €

STÄRKUNG DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT

Ruhig und gelassen durch den pädagogischen Alltag – Stressmanagement für Erzieher

Im Seminar werden folgende Inhalte behandelt:

- Warum Entspannung für Kinder wichtig ist? Wann braucht ein Kind Entspannung? Welche Form der Entspannung ist sinnvoll? (Theorie)
- Entspannter Pädagoge gleich entspanntes Kind (Stressmanagement für die Erzieher)
- So gelingt Entspannung mit Kindern!
- Entspannungstechniken für Körper und Seele: Atemübungen, Bewegungs-Übungen (Yoga für Kids), Muskelentspannung, Fantasiereisen. (Praxis)



Zittau 25FE5852ZZ

Mittwoch | 09.04.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Ireen Fritsche | 26,00 €

Löbau 25FE5852LL

Mittwoch | 21.05.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löba | Ireen Fritsche | 26,00 €

EXPERIMENTE/PROJEKTE/NATURKUNDE

Tiergestütztes Arbeiten – Was ist das? Ein Basisworkshop für pädagogisch arbeitende Menschen

Wenn man den Begriff „Reittherapie“ recherchiert, findet man bei Wikipedia diese Definition: „Therapeutisches Reiten umfasst pädagogische, psychologische, psychotherapeutische, rehabilitative und sozial-integrative Maßnahmen, die über das Medium Pferd umgesetzt werden.“

Zielgruppe sind Kinder, Jugendliche oder Erwachsene mit körperlichen, seelischen und sozialen „Besonderheiten“. Die Entwicklungsförderung steht dabei im Mittelpunkt; reiterliche Fähigkeiten sind dagegen eher nebensächlich.“



Wir, die Reittherapie Pialotta, haben einen ganzheitlichen Ansatz. Der Prozess der tiergestützten Arbeit entwickelt sich nach ersten Gesprächen und Stunden im Prozess gemeinsam mit Kind/ Erwachsenen, Pferd und tiergestützter Fachkraft.

Wir sehen die Reittherapie als Überbegriff für eine Vielzahl von Möglichkeiten, besonderen Menschen Unterstützung anzubieten. Hierbei kann es z.B. das Putzen und Kuscheln mit den Tieren sein, ein ausgedehnter Spaziergang mit den Pferden, Arbeit am Boden mit den Pferden, verschiedene Aufgaben rund um das Tier und mit dem Pferd sowie auch das Reiten selbst.

In diesem Basisworkshop soll pädagogisch arbeitenden Menschen ein erster Einblick in das weite Feld der tiergestützten Arbeit gegeben werden. In einem ersten Theorieteil erarbeiten wir, was der Begriff „Reittherapie“ für die Teilnehmer persönlich bedeutet und welche Formen und Ansätze es in der tiergestützten Arbeit gibt. Wir besprechen, warum tiergestützte Arbeit so wertvoll ist und wie sie in den verschiedenen pädagogischen Einrichtungen umgesetzt werden könnte.

Nach einer kleinen Pause mit Kaffee/Tee werden wir in einem zweiten praktischen Teil mit zwei ausgebildeten Therapiepferden praktische Übungen mit und ohne Tierbegleitung erfahren und ausprobieren. Hierbei steht vor allem die Selbstwahrnehmung der Kursteilnehmer mit den Übungen und den Pferden im Mittelpunkt.

Zum Abschluss sind die Teilnehmer noch zu einer Reflexions-, Auswertungs-, und Fragerunde eingeladen.

Zittau 25FE5871ZZ

Samstag | 10.05.2025 | 09:00 - 13:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Reiterhof Am Jägerwäldchen 3, 02763 Bertsdorf-Hörnitz | Lena Schönfelder | 63,00 €

Musikalisches Handwerkszeug für den pädagogischen Alltag

In der Arbeit mit Kindern kann Musik, die auf unterschiedliche Weise den Kindern nahegebracht wird, viel Gutes bewirken. Die Kinder selbst können durch die verschiedenen musikalischen Angebote mit ihrer eigenen Gefühlswelt und dem eigenen Körper in Kontakt treten. Musik schafft Raum für Bewegung, Begegnung und Gemeinschaft. Verschiedene Musikerlebnisse ermöglichen den Kindern, die Welt neu zu entdecken. Die Musik gleicht einem Schlüssel, mit dem eine Tür in die Fantasie der Kinder geöffnet werden kann. In diesem Seminar werden die Erzieher für die Musik sensibilisiert. Die Teilnehmer/innen werden unter Anleitung, mit und ohne Instrumente, musikalisches Handwerkszeug selbst erleben und praktisch experimentieren.

Inhalte:

- Vorstellung von unterschiedlichem musikalischem Handwerkszeug
- Musik selbst ausprobieren und gestalten
- Eigene Berührungsgängste zum Thema Musik abbauen >>

- Weniger ist mehr! Methodenaufbau von musikalischen Angeboten
- Singen und gemeinsames Musizieren

Löbau 24HE5873LL

Samstag | 08.02.2025 | 08:00 - 15:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Regine Hachtmann | 62,50 €

Löbau 25FE5872LL

Freitag | 09.05.2025 | 08:00 - 15:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Regine Hachtmann | 62,50 €

Informationsveranstaltung für Pädagogische Fachkräfte in der Bibliothek Zittau

Sehr geehrte pädagogische Fachkräfte,

wir laden Sie herzlich zu unserer speziellen Informationsveranstaltung in der Bibliothek ein, die sich gezielt an Ihre Bedürfnisse richtet. Diese Veranstaltung bietet eine einzigartige Gelegenheit, die vielfältigen Ressourcen, Programme und Dienstleistungen zu entdecken, die unsere Bibliothek speziell für pädagogische Fachkräfte bereithält.



Entdecken Sie die reichhaltige Sammlung von pädagogischen Ressourcen, Lehrmaterialien und Fachliteratur in unserer Bibliothek. Wir zeigen Ihnen, wie Sie gezielt nach Materialien suchen und diese effektiv in Ihrer pädagogischen Arbeit einsetzen können. Erhalten Sie Einblicke in unsere kinder- und jugendfreundlichen Lernräume sowie in Programme, die darauf abzielen, die Lese- und Informationskompetenz bei Kindern zu fördern.

Unser Bibliothekspersonal steht Ihnen zur Seite, um Sie bei der Recherche, Materialauswahl und anderen pädagogischen Anliegen zu unterstützen. Nutzen Sie die Gelegenheit zum Netzwerken mit anderen pädagogischen Fachkräften. Tauschen Sie Erfahrungen aus und knüpfen Sie Kontakte, die Ihre pädagogische Arbeit bereichern können.

Wir freuen uns darauf, Sie bei dieser speziellen Informationsveranstaltung für pädagogische Fachkräfte begrüßen zu dürfen. Ihre Teilnahme ermöglicht es uns, unser Angebot noch besser auf Ihre Bedürfnisse abzustimmen.

Zittau 24HE5872ZZ

Mittwoch | 29.01.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Christian-Weise-Bibliothek
Zittau | Dozententeam CWB | kostenlos

Weiterbildung und Personalentwicklung

Unser Angebot für Firmen und öffentliche Einrichtungen

Wir sind Schulungszentrum für Unternehmen, Betriebe und Institutionen. Als qualifizierter Partner in der Weiterbildung bieten wir Ihnen unsere Expertise auch im Rahmen von individuellen Firmenschulungen an. Wählen Sie aus unserem umfangreichen Kursangebot oder erfragen Sie bei uns maßgeschneiderte Inhouse-Trainings. Unsere Kursinhalte sind so variabel wie die Kurstermine.

Wir organisieren für Sie Halb- oder Ganztageskurse, Wochenendseminare und Abendkurse – auf Wunsch bei Ihnen vor Ort oder in unseren Schulungsräumen in einer unserer Geschäftsstellen in Löbau, Niesky, Weißwasser oder Zittau.



Ihre Vorteile:

- ✓ flexibel
- ✓ ortsnah
- ✓ kostengünstig
- ✓ maßgeschneidert
- ✓ zielgerichtet
- ✓ hohe Qualität
- ✓ großer Pool an qualifizierten Dozenten
- ✓ professionelle Organisation
- ✓ Teilnahmebestätigung
- ✓ auf Wunsch mit Prüfung und Zertifikat

Ausgewählte Angebote:

- Deutsch für den Beruf
- Business English
- MS-Office Anwendungen
- Finanzbuchführung
- Teamführung
- Rhetoriktraining
- Konfliktmanagement und lösungsorientierte Gesprächsführung
- Systemische Beratung
- Tschechisch
- Polnisch
- AdA-Schein (HWK): Ausbildung der nach AEVO (inkl. Prüfung vor Ort)
- Rückenschule am Arbeitsplatz
- Stressabbau und Entspannungstechniken
- Erste Hilfe am Arbeitsplatz
- Hygiene im Berufsalltag
- Fortbildung für Erzieher und Erzieherinnen (auch als Inhouseschulung)

Lassen Sie sich ein Angebot erstellen. Wir beraten Sie gern.

Kontakt: Eva Wunsch, Tel: 03583/ 51 56 875, E-Mail: eva.wunsch@vhs-dle.de



VHS: EINFACH LERNEN!

Inklusion in der Bildung ist wichtig!

Lernen ist ein großer Beitrag zu Gleich-Berechtigung und Teil-Habe. Darum bietet die Volks-Hoch-Schule (VHS) besondere Kurse **für Menschen mit besonderen Bedürfnissen** an. Das sind Menschen, die lieber langsam oder in einfacher Sprache lernen möchten.

Seit mehr als 25 Jahren besuchen auch viele Menschen mit Behinderung die VHS. Viele kommen aus Wohn-Heimen oder Werk-Stätten für behinderte Menschen, z.B. vom Katharinen-Hof in Groß-Hennersdorf.

In der VHS können alle Menschen verschiedene Dinge zusammen lernen:

- Zum Beispiel wie man leckere Mahl-Zeiten kocht.
- Und besser lesen und rechnen.
- Oder wilde Tiere und interessante Orte in der Lausitz kennenlernen.

Es gibt auch kreative Kurse: Musik machen, Fotografieren, Gestalten mit Farbe sowie Papier und noch viel mehr.

Jeder Mensch darf hier teil-nehmen.

Darum hat die VHS auch barriere-freie Räume. Dafür hat sie 2014 und 2016 den Inklusions-Preis vom Frei-Staat Sachsen bekommen.

So haben alle Menschen eine Chance zu lernen.

Möchten Sie mehr darüber wissen? Wir beraten Sie gern!



Gefördert vom
Sächsischen Staats-
ministerium für Soziales
und gesellschaftlichen
Zusammenhalt



Foto: Installation UNTER-WASSER-WELT. Hier haben Menschen mit Be-Hinderung Kunst gemacht. Sie haben an Kursen der Volks-Hoch-Schule teil genommen.

**ROHSTOFF
RECYCLING**

**BRENNHOLZ, KOHLEN, HEIZÖL, CONTAINERDIENST
ANNAHMESTELLEN in Zittau und Hirschfelde**

Annahme von: Schrott, Buntmetall, Papier, Pappe, Müll, Bauschutt, Plastik, Holz, Styropor, Asbest, Dämmung u.v.m.

**Rohstoff-Recycling
Gebrüder Gubisch GmbH**

Max-Müller-Str. 25
02763 Zittau
Tel. 03583 704212
Fax 03583 704243
info@gubisch-online.de
www.gubisch-online.de



Diese können Sie in jeder VHS-Geschäftsstelle einsehen (siehe Seite 5), per E-Mail über info@vhs-dle.de anfordern oder im Internet einsehen und ausdrucken:



Allg. Geschäftsbedingungen

www.vhs-dreilaendereck.de/agb
oder QR-Code abschnappen



Datenschutzerklärung

www.vhs-dreilaendereck.de/datenschutzerklaerung
oder QR-Code abschnappen



Widerrufsbelehrung

www.vhs-dreilaendereck.de/widerrufsbelehrung
oder QR-Code abschnappen



- AdA-Schein 139, 149
Akupressur 86
Allgemeine Geschäftsbedingungen 151
Aqua-Gymnastik 84
Arbeit und Beruf 128
Architektur 39, 49, 68
Ausstellungen 53, 70
Bildungsfahrt 56
Buchhaltung 12, 138
Datenschutzerklärung 151
Demokratie 51
Deutsch 93 - 97
Deutschprüfung 100
Deutsch-Tschechische Vorträge/Workshops: 34 - 48
Einbürgerung 91, 98, 100
Einbürgerungstest 91, 100
Einstufungstest 90
Englisch 101 - 115
Entspannung 22, 37, 74, 77, 78, 146
Erbrecht 13
Erlebnistanz 55
Ernährung 24, 85
Excel 134
Exkursion 33, 57
Fermentieren 24
Feng Shui 35, 46
Finanzen 13, 45,
Finanzbuchführung 136, 138
Fit für den Alltag 79
Fortbildungen für Erzieher 142
Fotografie 67, 136
Französisch 116
Garten 17, 25, 38
Gebärdensprache 93
Geschichte 9, 12, 20, 25, 26, 48, 56
Gesundheit 72
Gymnastik 84
Handlettering 62
Handwerk 25, 30, 33, 39, 60, 64, 67, 147
Herz-Kreislauf 81, 82
Hochsensibilität 144
Hula Hoop 83
Inklusion 150
Integration 7, 98
Internet 14, 16, 71, 131, 132
Italienisch 117
Jugendkunstschule Oberlausitz-Niederschlesien 68
Keramik 70
Kinder 51, 68
Kleine Galerie 70
Klöppeln 67
Kochen 40
Kommunikation 21
Kontrovers vor Ort 7 - 9
Kräuter 22, 23, 38, 40, 85
Kultur und Gestalten 52
Kunstvortrag 55, 56
Künstliche Intelligenz 10
Malen 22, 58, 60, 62, 64,
Medien 8, 21, 67, 127
Motorsägen 17
Multivisionsshow 67
Musik 148
Mythologie 20
Nachhaltigkeit 39
Online 21, 29, 71, 90, 117, 123, 124, 125, 132
Ostern 64
PC 132
Permakultur 17
Pflege 14, 138
Philosophie 18 - 20
Pilates 80
Politik, Gesellschaft und Umwelt 6
Polnisch 118 - 119
Problemzonen 82
Qi Gong 78
Regional-Saisonal 30 - 33
Rückenschmerzen 86
Senioren 109, 114, 115, 139, 150
Schwedisch 120
Smartphone 16, 87, 130
Spanisch 120 - 123
Sprachkurse 88
Stress-Management 78
Tablet 130
Tanz 53 - 55
Textilgeschichte 25, 26, 48
Textiles Gestalten 67
Tradition 25, 26, 31, 34, 36, 39, 44, 60, 64, 67
Trommeln 34
Tschechisch 123 - 126
Veranstaltungsreihe 14, 22, 30, 33
Vernissage 53
vhs.cloud 71, 90, 110, 117, 123, 124
vhs.Media 127
vhsMobil 23, 32, 87, 131
Vorsorgevollmacht 13
Vortrag 7, 8, 10, 13, 14, 29, 31, 55, 56, 68, 145
Widerrufsbelehrung 151
Word 133
Workshop 10, 12, 17, 20, 34, 53, 58, 61, 63 - 65, 78, 83, 105, 106, 111, 146
Yoga 74, 76, 146
Zumba 53, 54
3D-Druck 28, 68



Tropische
Temperaturen
Sommer wie Winter



Schmetterlingshaus Jonsdorf

Den Tropen ganz nah!

Täglich geöffnet
10-18 Uhr

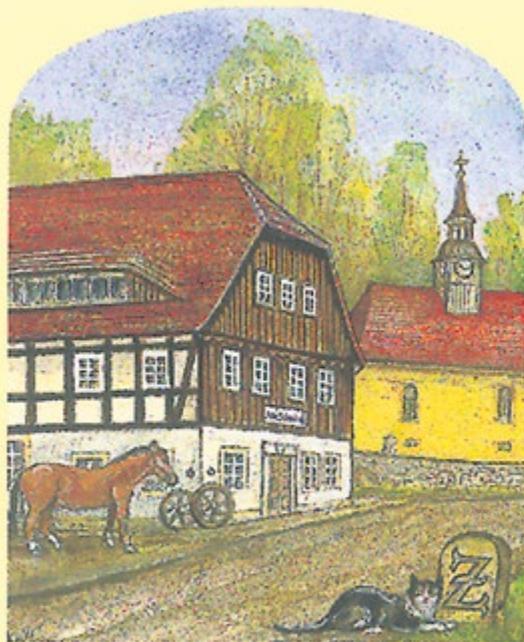
Auch Sonn- und
Feiertags!



www.schmetterlingshaus.info

Zittauer Straße 24 | 02796 Kurort Jonsdorf

Tel.: 03 58 44 - 7 64 20



Einkehr und Rast ... **GASTHOF ALTE SCHMIEDE LÜCKENDORF**

Idyllisch gelegen zwischen der barocken
Dorfkirche und grünen Wäldern.

Die alte Schmiede als urige Gaststätte
mit Schiedefeuher und Amboss.

Nach wie vor ausgezeichnete Küche und ganz
persönlicher herzlicher Service.



Auf Ihren Besuch freuen sich Mirona Salaj
und das bewährte Schmiedeteam.

geöffnet 11-14 Uhr & 17-22 Uhr · Mi. Ruhetag
Telefon 035844 72662

Gabler Str. 8 · 02797 Luftkurort Lückendorf · www.alte-schmiede.net · gasthof@alte-schmiede.net

... AUF DER SONNENSEITE DES ZITTAUER GEBIRGES



Das Konto, mit dem man einfach richtigliegt.

**Banking, leicht gemacht:
dank unseren smarten Kontoservices
und der ausgezeichneten App.**

Jetzt Termin vereinbaren unter Telefon

03583 603-0

oder online www.spk-on.de/kontakt

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Oberlausitz-
Niederschlesien**