



Programm August 2025 bis Februar 2026



Versorgungszentrum Gerda Schmidt GmbH

AZUBI
zum Pflege-
fachmann
(m/w/d)
gesucht!



Tagespflege

„Zur alten Seilerei“

02730 Ebersbach-Neugersd.
Friedrich-Ebert-Str. 28
Tel.: 03586/300961



Häuslicher Pflegedienst

Gerda Schmidt

02742 Neusalza-Spremberg
Zittauer Straße 16
035872/32244



Tagespflege

„Am Fuchsberg“

02736 Oppach
August-Bebel-Straße 34
035872/429748

Pflegen ist unsere Stärke
liebepoll – kompetent – ausgezeichnet qualifiziert



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,

wir freuen uns, Ihnen unser druckfrisches Programmheft für das Herbstsemester 2025 präsentieren zu dürfen. Vielleicht ist Ihnen bereits aufgefallen, dass sich das Heft optisch verändert hat – und das stimmt: Ab diesem Semester haben wir das Layout überarbeitet. Unsere Kurse und Veranstaltungen sind nun in einer übersichtlichen, zweiseitigen Struktur dargestellt. In den jeweiligen Beschreibungen finden Sie die wichtigsten Informationen. Detaillierte Inhalte finden Sie auf unserer Website www.vhs-dreilaendereck.de oder direkt in unseren Geschäftsstellen.



Gefällt Ihnen das neue Layout? Haben Sie Anregungen oder Wünsche zur Gestaltung? Dann teilen Sie uns diese gerne mit – wir freuen uns auf Ihr Feedback!

Von September 2025 bis Februar 2026 laden wir Sie im Rahmen der Reihe „Bürger trifft Wissenschaft“ ein, spannende Einblicke in Wissenschaft und Forschung in unserer Region zu gewinnen. Darüber hinaus können Sie mit uns wieder Oberlausitzer Manufakturen besuchen. Auch unsere bewährten Reihen „Regional – Saisonal“ und die Gesundheitsreihe in Kooperation mit der AOK PLUS, die in diesem Semester unter dem Motto „Gesund und stark in den Herbst“ steht, führen wir fort.

Darüber hinaus erwarten Sie vielfältige Angebote rund um Natur- und Umweltbewusstsein. Erleben Sie, wie sich aus Naturmaterialien kreative Geschenke, Dekorationen oder schmackhafte Gerichte zaubern lassen. Außerdem laden wir Sie herzlich zu einer Bildungsfahrt nach Niederschlesien, einer Kunstexkursion nach Chemnitz - der Kulturhauptstadt Europas 2025 - und einer Multivisionsshow im Februar 2026 über das Reich der Mitte ein.

Natürlich haben wir auch viele neue Angebote für Sie im Gepäck: etwa „Finanzielle Sicherheit und Betrugsprävention im Alter“, „Fit und mobil mit Rollator und Rollstuhl in der Oberlausitz“, oder Workshops zur Persönlichkeitsentwicklung. Auch Vorträge zur Einkommenssteuer und ein Georgisch-Sprachkurs erwarten Sie.

Sind Sie Pädagogin oder Pädagoge? Dann könnten unsere Workshops zu herausfordernden Elterngesprächen und professionellem Umgang mit auffälligem Verhalten von Kindern für Sie interessant sein.

Neu sind zudem Veranstaltungen zu „Markenentwicklung für angehende Selbstständige“ sowie zur Anwendung des Gestaltungsprogramms Canva.

Im Frühjahrssemester hatten wir in Zittau und Großschönau je 1 m² Lein bzw. Flachs angebaut. Nun stehen die Ernte und Verarbeitung an. Viele der traditionellen Verarbeitungsschritte wie Brecheln oder Riffeln können Sie beim Flachsfest am 25. Oktober 2025 ab 10 Uhr im Schullandheim Eurohof Dreiländereck live miterleben. Seien Sie herzlich eingeladen!

Wir haben für Sie ein abwechslungsreiches und inspirierendes Programm für das Herbstsemester 2025 zusammengestellt – entdecken Sie es auf den nächsten Seiten. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung und wünschen Ihnen viel Freude beim Besuch unserer Kurse und Veranstaltungen.

Peggy Lange

Peggy Lange
und das Team der Volkshochschule Dreiländereck



IMPRESSUM

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

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 41 77-0, Fax: 03585 41 77-12, Mail: info@ku-weit.de,
USt-IdNr. DE233491746, Handelsregister des Amtsgerichts Dresden,
HRG-Nr. HRB 23515, Aufsichtsratsvorsitzende: Kristin Miedek

Anzeigen:

Christian Scharf, Tel.: 03583 77 55 58 80 oder 0176 41 62 95 52,
Mail: scharf.christian@ddv-media.de

Grafik/Satz:

Weltbuch Verlag GmbH, Web: www.weltbuch.com,
Koordination: Dirk Kohl (verantwortlich)

Fotos:

Dr. Thorsten Pietschmann, Christoph Partsch, Städtische Museen Zittau,
Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt, Bilderschlag, Melanie Günther,
Old Friend Gin, Beate Mücke, pixabay, FotoRichter (MRichter), Fraunhofer
Institut IWU, Herr Kellermann, Dirk Kohl, Weltbuch Verlag, A. Kohl, Adobe Stock

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: 2.000 Exemplare

Hinweis bezüglich Buchungen von Kursen!

Bei Buchung unserer Kurse akzeptieren Sie unsere Allge-
meinen Geschäftsbedingungen, unsere Datenschutzerklärung und
Widerrufsbelehrung. Weitere Hinweise dazu finden Sie auf Seite 5



Die VHS Dreiländereck
ist zertifiziert nach
ISO 9001 und AZAV



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



INHALT

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

Ansprechpersonen ... 4
Geschäftstellen und Hinweise zu den Allgemeinen
Geschäftsbedingungen, Datenschutzerklärung
und Widerrufsbelehrung ... 5

POLITIK / GESELLSCHAFT / UMWELT

Kontrovers vor Ort ... 7
Geschichte / Zeitgeschichte ... 9
Politik / Bürgerschaftliches Engagement ... 9
Philosophie / Religion / Ethik ... 10
Ökonomie / Recht / Finanzen ... 10
Umwelt / Natur / Nachhaltiges ... 12
Bürger trifft Wissenschaft ... 14
Textilgeschichte ... 16
Pädagogik / Erziehung / Familie ... 16
Persönlichkeitsentwicklung / Psychologie... 16
Länder- und Heimatkunde / Stadtkultur ... 17
Verbraucherfragen ... 18
Naturwissenschaften ... 20
Politik, Bildung und Gesellschaft ... 20
Natur / Gestaltung / Nachhaltigkeit ... 22
Vortragsreihe „Regional-Saisonal“ ... 24
Vortragsreihe „Oberlausitzer Manufakturen“ ... 26
Regionalgeschichte der Dreiländerregion ... 27

KULTUR / GESTALTEN

Kurse und Ausstellungen in der Kleinen
Galerie Weißwasser ... 29
Tanz ... 30
Kunst / Kulturgeschichte ... 33
Bildungsfahrten ... 34
Malen / Zeichnen / Drucktechnik ... 35
Plastisches Gestalten ... 39
Textiles Gestalten ... 40
Handwerk / Kunsthandwerk ... 41
Fotografie / Medienpraxis... 42
Jugendkunstschule Niederschlesien-OL ... 44

GESUNDHEIT

Infos Bezuschussung unserer Gesund-
heitskurse durch die Krankenkassen... 47

Entspannung / Stressbewältigung ... 48
Bewegung / Ausdauertraining / Prävention ... 51
Bewegung im Wasser ... 53
Selbsthilfe / Massage ... 54

SPRACHEN

Unser Sprachkursprogramm –
Das Wichtigste auf einen Blick ... 59
Gebärdensprache ... 59
Deutsch als Fremd-/Zweitsprache ... 60
Integrationskurse / Einbürgerung ... 63
Englisch ... 63
Französisch ... 71
Italienisch ... 71
Norwegisch ... 72
Polnisch ... 73
Schwedisch ... 75
Spanisch ... 75
Tschechisch ... 78
Georgisch ... 80

BERUF / COMPUTER / ERZIEHER

Qualifikation für das Arbeitsleben /
IT-Organisation ... 83
IT-/Medien-Grundlagen / Allg. Anwendungen ... 83
Finanzen ... 87
Kaufmännische Grund-/Fachlehrgänge ... 88
Branchenspezifische Fachlehrgänge ... 90
Fortbildung für pädagogische Fachkräfte ... 91
Stärkung der physischen Gesundheit ... 95
Integration und Inklusion ... 96
Experimente / Projekte / Naturkunde ... 97

SPEZIAL

VHS: Einfach Lernen ... 98

PROJEKTE / VHS-INFO

VHS.Media – Medienkompetenz ... 45
Partnerschaft für Demokratie im LK Görlitz ... 57
Infos zu Kursen in der vhs-cloud ... 81
Stichwortverzeichnis ... 100





**Leiterin der VHS
Fachbereich Politik / Gesellschaft**
Peggy Lange
Telefon: 03585 41 77 440
Mail: peggy.lange@vhs-dle.de



Verwaltungsleiterin
Elke Peschel
Telefon: 03585 41 77 442
Mail: elke.peschel@vhs-dle.de



Mitarbeiterin Verwaltung
Elke Greve
Telefon: 03581 40 37 43
Mail: elke.greve@vhs-dle.de



Mitarbeiterin Verwaltung
Karin Rose
Telefon: 03576 27 83 12
Mail: karin.rose@vhs-dle.de



Mitarbeiterin Verwaltung
Anne Cieslik
Telefon: 03576 27 83 12
Mail: anne.cieslik@vhs-dle.de



Mitarbeiterin Verwaltung
Irita Neumann
Telefon: 03585 41 77 448
Mail: irita.neumann@vhs-dle.de



**Sprachen / Integration und
Politik / Gesellschaft**
Katrin Delitz
Telefon: 03576 27 83 13
Mail: katrin.delitz@vhs-dle.de



Kultur / Kleine Galerie
Karola Petrick
Telefon: 03576 27 83 15
Mail: karola.petrick@vhs-dle.de



**Kultur / Jugendkunstschule
Oberlausitz-Niederschlesien**
Felix Schuster
Telefon: 03585 41 77 445
Mail: felix.schuster@vhs-dle.de



Gesundheit
Theresia Rothe
Telefon: 03576 27 83 14
Mail: theresia.rothe@vhs-dle.de



Gesundheit
Marina Biller
Telefon: 03585 41 77 449
Mail: marina.biller@vhs-dle.de



Beruf und Erzieherfortbildung
Eva Wunsch
Telefon: 03585 41 77 443
Mail: eva.wunsch@vhs-dle.de



**Sprachen / Integration / Projekt
ökonomische, ökologische und
digitale Grundbildung**
Milena Hruška
Telefon: 03585 41 77 446
Mail: milena.hruska@vhs-dle.de



Lehrkraft Integration
Anna Sitorová
Telefon: 03585 41 77 447
Mail: anna.sitorova@vhs-dle.de



vhsMobil
Andreas Scheibe



**Marketing und Projekt
Partnerschaft für Demokratie**
Hanna Jüling
Telefon: 03581 40 37 46
Mail: hanna.jueling@vhs-dle.de



**Projekt Partnerschaft für
Demokratie**
Lisa Mayer
Telefon: 0152 21797359
Mail: lisa.mayer@vhs-dle.de

 info@vhs-dle.de

(Fotos: VHS DLE, privat, Bilderschlag)

vhs-Geschäftsstelle Weißwasser (1)

Jahnstr. 50, 02943 Weißwasser, Tel.: 03576 2 78 30,
Fax: 03576 27 83 10 | Ebenerdiger Zugang
im Erdgeschoss inkl. Behindertentoilette 

vhs-Geschäftsstelle Niesky (2)

Zinzendorfplatz 14, 02906 Niesky, Tel.: 03588
20 19 63, Fax: 03588 20 19 65 | Zugang zur
1. und 2. Etage über einen Fahrstuhl 

vhs-Geschäftsstelle Löbau (3)

Poststr. 8, 02708 Löbau, Tel.: 03585 41 77 442, Fax:
03585 41 77 441 | Zugang zu Kursraum K1
und K2 sowie Behinderten-WC mittels Hub-
lift | zum PC-Kabinett im mittels Schrägaufzug 

Volkshochschulhaus Ebersbach (4)

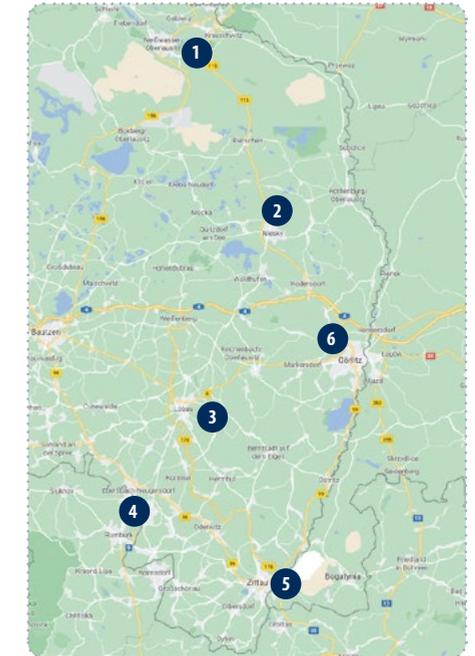
Bleichstr. 9, 02730 Ebersbach

vhs-Geschäftsstelle Zittau (5)

Neustadt 47, 02763 Zittau, Tel.: 03585 41 77 448,
Fax: 03583 51 22 06 | Barrierefreie Lernwerk-
statt und Behinderten-WC (auch zugänglich
mit Euroschlüssel) im Erdgeschoss bzw. zur 4. und
5. Etage über einen Fahrstuhl 

**Außenstelle der Kultur- und Weiterbildungs-
gesellschaft mbH (6)**

Otto-Müller-Str. 7, 02826 Görlitz, Tel.: 03581
40 37 43



Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen, Datenschutzerklärung und Widerrufsbellehrung

können Sie in jeder VHS-Geschäftsstelle einsehen, per E-Mail über info@vhs-dle.de anfordern oder im Internet einsehen und ausdrucken:



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



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



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

Politik, Gesellschaft und Umwelt

#Zukunftsort_vhs
Kompetenzen für morgen

KONTROVERS VOR ORT



Im kommenden Semester wollen wir die folgenden Veranstaltungen der Reihe „Kontrovers vor Ort“ in Zusammenarbeit mit der Sächsischen Landeszentrale für Politische Bildung durchführen. Die Termine und Veranstaltungsorte standen zum Redaktionsschluss dieses Programmheftes noch nicht fest. Bitte informieren Sie sich bei Interesse an den Veranstaltungen während unserer Öffnungszeiten in unseren Geschäftsstellen, unter www.vhs-dreilaendereck.de oder telefonisch unter 03585-4177440.

Braucht die Demokratie noch Parteien? – Zwischen Politikverdrossenheit und neuer Beteiligungskultur

Parteien gelten als zentrale Akteure der Demokratie – doch ihr Ruf leidet. Zu elitär, zu intransparent, zu machtorientiert? Viele Menschen fühlen sich von ihnen nicht mehr vertreten. Aber was genau sind Parteien? Welche Aufgaben haben sie, wo liegen ihre Schwächen? Die Veranstaltung beleuchtet Geschichte, Funktionen und Kritik. Gibt es Reformen oder Alternativen? Gemeinsam diskutieren wir, wie politische Beteiligung künftig aussehen kann – offen, kritisch und zukunftsorientiert.

Haben wir die Medien, die wir verdienen? Zur Rolle des Journalismus in unserer Demokratie
Sind Medien vierte Gewalt, Informationsquelle oder Skandalreiber? Die Debatte um Glaubwürdigkeit ist aktueller denn je. Wie berichten Medien, wie beein-

flussen sie Meinungen und Politik? Gibt es objektive Berichterstattung? In der Veranstaltung beleuchten wir Rolle, Wirkung und Wandel der Medienlandschaft. Wir diskutieren Vertrauen, politische Einflüsse und Nutzerverhalten – und fragen, wie Medien unsere Demokratie prägen und was wir selbst zu ihrer Zukunft beitragen können.

Grönland – Spielball der Mächte? Was das „Land der Menschen“ bewegt.

Grönland rückt zunehmend ins geopolitische Interesse. Doch was macht das Land so bedeutend? USA, China und Russland wetteifern um Einfluss, Dänemark und die EU um Ressourcen wie seltene Erden, Öl und neue Handelswege. Gleichzeitig wächst in Grönland der Ruf nach Unabhängigkeit – zuletzt bei der Wahl im März. Wir beleuchten Geschichte, Politik und Kultur von Kalaallit Nunaat und fragen: Was wollen die Menschen selbst, und wie sieht ihre Zukunft zwischen den Mächten aus?

Don Quijote der sächsischen Demokratie. Mit Dirk Neubauer im Gespräch

Viele Menschen in Sachsen zweifeln an der Demokratie. Dirk Neubauer, Ex-Bürgermeister von Augustsburg, forderte in seinem Buch „Rettet die Demokratie“ mehr Beteiligung. Doch als Landrat erlebte er, wie konstruktiver Dialog scheiterte. Die Mitte schweigt, Extreme dominieren. Heute engagiert er sich zivilgesellschaftlich. Im Gespräch fragen wir: Was hat er aus seinem Rücktritt gelernt? Wie sieht er die Demokratie heute? Diskutieren Sie mit – moderiert von Alexandra Gerlach.

„... und es wurde Licht! Jüdisch-arabisches Zusammenleben in Israel“ – Lesung mit Igal Avidan

Krieg, Leid und Zerstörung bestimmen das Bild des Nahen Ostens. Doch der Journalist Igal Avidan glaubt an friedliches Zusammenleben – und zeigt in seinem Buch „... und es wurde Licht!“ Beispiele jüdisch-arabischer Kooperation in Israel. >>

Ob im Chor, im Kindergarten oder in der Nachbarschaft: Hoffnung bleibt. Mit ihm sprechen wir über Begegnungen jenseits des Hasses und über die Frage, wie Zukunft in einer Region denkbar ist, die so sehr vom Konflikt geprägt zu sein scheint.

Ein Vermächtnis aus Haifa – Lesung mit Michael (Gerber) Touma

Der Nahe Osten ist mehr als Krieg. Michael Touma erzählt die Liebesgeschichte seiner Eltern: 1949 verlieben sich die Jüdin Haya und der Palästinenser Emile in Haifa – gegen alle Widerstände. In seiner Lesung verbindet Touma Briefe, Texte, Fotos und Videos zu einer persönlichen, universellen Geschichte über Liebe, Identität und Hoffnung. Emile starb 1985, Haya 2009 – begraben nebeneinander in Haifa. Ihre Liebe bleibt: „... und die Erinnerung an ihre Liebe leuchtet wie ein Vermächtnis.“

KI kompetent nutzen: Grundlagen, Praxis und Hintergründe

KI verändert Alltag und Beruf – doch viele Tools, Modelle und Abo-Angebote überfordern. Im Workshop gibt Dr. Christian Papsdorf einen klaren Überblick: Welche Tools lohnen sich? Wie nutzt man KI datenschutzgerecht? Anhand praktischer Beispiele lernen Sie, wie gute Prompts funktionieren und welche Anwendungen echten Mehrwert bieten. Am Ende kennen Sie Chancen sowie Risiken und wissen, welche KI-Lösungen wirklich zu Ihren Bedürfnissen passen. Verständlich, kompakt, praxisnah.

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

Täglich erreichen uns Nachrichten aus aller Welt – doch was bedeuten sie konkret für unser Leben und unsere Zukunft? Der Journalist Dr. Christoph von Marschall ordnet in seinem Vortrag globale Entwicklungen ein. Er zeigt, wie Machtverschiebungen, Kriege und Krisen unsere Zukunft prägen, analysiert Deutschlands Rolle zwischen den Großmächten und hilft, aktuelle Ereignisse besser zu verstehen – fundiert, verständlich und mit historischem Weitblick.

Isoliert im Reich – Reichsbürgerbewegung in Sachsen

Reichsbürger erkennen die Bundesrepublik und ihr Recht nicht an. Seit 2016 wird die Szene vom Verfassungsschutz beobachtet. Der Politikwissenschaftler Sebastian Trept gibt Einblicke in Ideologie, Struktur und Auftreten dieser Bewegung – besonders in Sachsen. Er zeigt, wie Reichsbürger agieren, wie sie Behörden herausfordern und welche historischen Bezüge sie nutzen. Gemeinsam werden Strategien zum Umgang mit Reichsbürgern diskutiert und ihre Argumentationen analysiert.



www.vhs.cloud

Auf der vhs-eigenen digitalen Plattform können wir Veranstaltungen und Kurse ortsunabhängig anbieten. Weitere Infos finden Sie auf Seite 81.

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 1856



PÖTSCHKE
FENSTERBAU
GMBH

Weststraße 18 | 02708 Löbau

T (03585) 47 46-0

F (03585) 47 46 48

info@poetschke-fensterbau.de

www.poetschke-fensterbau.de

GESCHICHTE / ZEITGESCHICHTE

Alte deutsche Schrift lesen lernen

Die alte deutsche Schrift hat Jahrhunderte überdauert, bevor 1941 die lateinische Schreibschrift eingeführt wurde. In Archiven, bei Behörden und in fast jeder Familie finden wir noch heute Dokumente in diesen alten Schriften.

Ausgehend vom Alphabet lernen Sie, die deutsche Schrift zu lesen und zu verstehen. Besonderheiten wie gebräuchliche Abkürzungen, lateinische Wörter, Zahlen und Datumsangaben werden ebenfalls behandelt.

Bitte beachten Sie: Die Anmeldung ist nur bis 18.12.2025 möglich.

Weißwasser 25HA1103WW

Dienstag | 06.01.2026 | 17:00 - 18:30 Uhr |

8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Gertraudis Ende | 92,50 €

Ahnenforschung – Auf den Spuren unserer Vorfahren

Sie möchten wissen, wo die Wurzeln Ihrer Familie liegen? Auch wenn Sie nicht an die reiche Erbtante in Übersee glauben, kann ein Blick in das Leben der Vorfahren interessant und erhellend sein. Dieser Kurs bietet Ihnen eine Einführung in die selbständige Recherche und vermittelt Kenntnisse über die dazu unentbehrlichen Hilfsmittel. Schwerpunkte: Klassische Quellen, Ordnen und Aufbereiten der Unterlagen, Stammtafel, Familienchronik.

Weißwasser 25HA1600WW

Dienstag | 04.11.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |

5 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Gertraudis Ende | 54,00 € | Anmeldung bis 28.10.2025.

Löbau 25HA1601LL

Dienstag | 09.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |

5 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Gertraudis Ende | 54,00 €

POLITIK / BÜRGERSCHAFTLICHES ENGAGEMENT

Workshop zum Kurzfilm „Masel Tov Cocktail“

Die vielen Gesichter des modernen Antisemitismus

Im Zentrum dieses Workshops steht der vielfach ausgezeichnete Kurzfilm Masel Tov Cocktail. Er dient als Ausgangspunkt für die Auseinandersetzung mit jüdischer Identität, Antisemitismuserfahrungen und gesellschaftlichen Zuschreibungen. Der Protagonist Dima gewährt auf eindrucksvolle, direkte, provozierende und humorvolle Weise Einblick in seinen Alltag als junger Jude in Deutschland. Der Workshop bietet Raum zur Reflexion aktueller gesellschaftlicher Fragen sowie für Austausch und Diskussion.

Zittau 25HA1200ZZ

Mittwoch | 03.09.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |

1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Dozententeam „Ariowitsch-Haus“ e.V. | kostenfrei

NEU! Workshop Jüdisches Leben in Deutschland

In diesem Workshop geben wir anhand von Beispielen aus Kultur, Religion, Sport und Alltag Einblicke in die unterschiedlichen Facetten jüdischer Lebenswelten – früher und heute. Dabei können auch eigene Interessensfelder wie Musik, Feiertage oder Essen entdeckt werden. >>

Im Mittelpunkt steht vor allem die Diversität jüdischer Lebensrealitäten. Der Workshop bietet Raum zur Auseinandersetzung mit aktuellen gesellschaftlichen Fragen sowie für Austausch und Diskussion.

Zittau 25HA1201ZZ

Donnerstag | 04.09.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Dozententeam „Ariowitsch-Haus“ e.V. | kostenfrei

PHILOSOPHIE / RELIGION / ETHIK

**Philosophischer Nachmittag:
Philosophie des Ressentiments**

Das Ressentiment ist laut Duden eine auf Vorurteilen, einem Gefühl der Unterlegenheit, Neid oder Ähnlichem beruhende gefühlsmäßige, oft unbewusste Abneigung. Es liegt an den Grenzen der politischen Philosophie und der Psychoanalyse. Was bedeutet dieses Gefühl für die Demokratie? Der Vortrag beschäftigt sich mit den Philosophen Fleury, Nietzsche, Scheler und Freud. Interessenten ohne Vorkenntnisse sind wie immer willkommen, eine vorherige Anmeldung bis 06.10.2025 ist nötig.

Weißwasser 25HA1801WW

Samstag | 11.10.2025 | 15:00 - 18:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Stephan Jaster | 18,00 €

**Philosophischer Nachmittag:
Der Name der Rose entschlüsselt –
Begegnung mit Meister Eckhart**

Wer kennt nicht die Verfilmung des Bestsellers von Umberto Eco „Der Name der Rose“ mit Sean Connery in der Hauptrolle als William von Baskerville?

In diesem Kriminalroman aus dem Mittelalter sind wirkliche Personen und Begebenheiten von Eco verarbeitet worden - mit vielen Bezügen auch zu literarischen Vorlagen. Der Vortrag stellt die philosophischen und literarischen Grundlagen des Werkes vor und geht auf den Philosophen Eckhart von Hochheim, „Meister Eckhart“, ein.

Weißwasser 25HA1802WW

Samstag | 29.11.2025 | 15:00 - 18:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Stephan Jaster | 18,00 € | Anmeldung bis 24.11.25

ÖKONOMIE / RECHT / FINANZEN

Buchhaltung für Vereine



In dem Kurs beschäftigen wir uns mit den gesetzlichen und organisatorischen Grundlagen und sprechen über Bestands- und Erfolgskonten sowie die Einnahmen-Überschuss-Rechnung. Nach dem Lehrgang 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.

Zittau 25HA1215ZZ

Mittwoch | 03.12.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr |
2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Ines Schicht | 30,00 €

Erbrecht

Erblasser wollen die Weitergabe des geschaffenen Vermögens häufig bewusst und möglichst fehlerfrei regeln. In unserem 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?

Zittau 25HA1310ZZ

Montag | 20.10.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Elvira Ehlemann | 13,00 €

**NEU! Finanzielle Sicherheit und Betrugs-
prävention im Alter**

Erhöhen Sie Ihre finanzielle Sicherheit und schützen Sie sich vor Betrug. Informieren Sie sich über Leistungen wie Wohngeld und entdecken Sie vielfältige Einsparpotenziale, z.B. beim Energieverbrauch mit unserem Partner Stromsparercheck. Diskutieren Sie über aktuelle Betrugsmaschinen und deren psychologische Prinzipien, damit Betrug keine Chance hat!

Oppach 25HA13110L

Mittwoch | 10.09.2025 | 14:30 - 16:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Rathaus Oppach, August-
Bebel-Str. 32, 02736 Oppach | Marina Biller |
kostenlos

Rosenbach/ OT Bischdorf 25HA1311BL

Dienstag | 21.10.2025 | 14:00 - 16:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Pfarrhaus Bischdorf, Kirchweg 5,
02708 Rosenbach | Marina Biller | kostenlos

Rothenburg 25HA1311RN

Dienstag | 04.11.2025 | 17:00 - 19:00 Uhr |

1 Veranstaltung | Diakonie St. Martin, Mehrgenerationenhaus, Schlossplatz 2, 02929 Rothenburg | Marina Biller | kostenlos

Vierkirchen 25HA1311VN

Mittwoch | 12.11.2025 | 17:00 - 19:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Tenne e.V., Buchholz 78,
02894 Vierkirchen | Marina Biller | kostenlos

Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushalts.



**Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung,
Patientenverfügung**

Nach der Gesetzeslage ist es nicht möglich, dass Angehörige im Falle eines Unfalles oder einer schwerwiegenden Krankheit, die eigenes rechtsgeschäftliches Handeln unmöglich macht, dies übernehmen können. Abhilfe kann eine Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung schaffen, die auch Ehegatten und Kinder befähigt, tätig zu werden. Es gibt verschiedene Möglichkeiten der Vorsorge: die Vorsorgevollmacht sowie die Betreuungs- und Patientenverfügung, die wir Ihnen in diesem Vortrag erläutern möchten.

Zittau 25HA1320ZZ

Montag | 27.10.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Elvira Ehlemann | 13,00 €

Weißwasser 25HA1340WW

Dienstag | 11.11.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Alicia Krimmelbein | 13,00 €
Anmeldung zu diesem Kurs bis 05.11.2025.

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 von Thomas Bartusch, Pflegeberater der IKK classic, erhalten die Zuhörer einen Überblick, welche Leistungen zur Entlastung genutzt werden können und welche finanziellen Mittel dafür zur Verfügung stehen.

Zittau 25HA1350ZZ

Montag | 24.11.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Thomas Bartusch | kostenlos

Demenzerkrankungen

Menschen mit Demenz haben oft Schwierigkeiten, sich zu orientieren oder den Alltag zu organisieren. Der Verlauf der Erkrankung hängt von der Ursache ab und kann individuell stark variieren. Persönliche Lebensumstände, das soziale Umfeld sowie die Wohnsituation spielen eine wichtige Rolle. Die Veranstaltung vermittelt grundlegendes Wissen über Demenz und möchte das Verständnis für betroffene Menschen und ihre Angehörigen stärken.

Löbau 25HA1360LL

Montag | 03.11.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Thomas Bartusch | kostenlos



in Kooperation mit der

UMWELT / NATUR / NACHHALTIGES

Infoveranstaltung Vorbereitungskurs zur Jägerprüfung (16)

In dieser Veranstaltung erhalten Sie alle Informationen zum Vorbereitungskurs zur Jägerprüfung. Wir erläutern Ihnen die Kursorganisation sowie die einzelnen Ausbildungsinhalte und Themen. Sie erhalten Informationen zum Lehrmaterial, zu den Ausbildungsverträgen, zur abzuschließenden Lehrprinz-Vereinbarung und zu den Zahlungsmodalitäten sowie zum Abschluss des Ausbildungsvertrages. Weitere Informationen unter Mail: peggy.lange@vhs-dle.de oder Tel. 03585 41 77 440.

Löbau 25HA1400LL

Freitag | 05.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Dozenten-Team Jagd | kostenlos

Vorbereitungskurs zur Jägerprüfung (16)

Ab Herbst 2025 vermitteln unsere erfahrenen Jagdausbilder, einschließlich eines Revierjagdmeisters, allen Jagdinteressierten in diesem Kurs die nötigen Kenntnisse, um die Jägerprüfung abzulegen. Die Kursinhalte orientieren sich an der Sächsischen Jagdverordnung. Bitte besuchen Sie bei Interesse die Informationsveranstaltung zum Kurs am 5. September 2025 um 17:00 Uhr in der VHS-Geschäftsstelle Löbau. Weitere Informationen unter Mail: peggy.lange@vhs-dle.de oder Tel. 03585 41 77 440.

Löbau 25HA1401LL

Freitag | 12.09.2025 | 16:00 - 20:15 Uhr | 35 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Dozenten-Team Jagd | ab 2.000,00 € (abhängig von der Anzahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer)

Motorsägen-Kurs



Wenn Sie im Wald Ihr Brennholz günstig selbst machen wollen, gilt: Der „kleine Motorsägen-Schein“ ist Pflicht. Im Theorieteil des Kurses erfahren Sie alles Wissenswerte rund um Aufbau, Funktion, Anwendungsmöglichkeiten, die fachgerechte Arbeitsweise und Handhabung der Motorkettensäge sowie Unfallverhütungsvorschriften und Arbeitsschutzvorschriften. Am abschließenden Praxistag wenden Sie das Gelernte an, indem Sie auf einer Freifläche in der Natur mit der Säge praktisch arbeiten lernen.

Zittau 25HA1412ZZ

Montag | 20.10.2025 | 17:00 - 21:00 Uhr |
4 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Volker Gubsch | 135,50 €

Fairpachten – Landwirtschaftsflächen naturschutzgerecht verpachten

Die Artenvielfalt auf unseren Feldern, Wiesen und Weiden ist stark bedroht. Viele Arten der Agrarlandschaft gehen stark zurück. Im Vortrag werden Naturschutzmaßnahmen 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. Diese Maßnahmen können in einem Pachtvertrag vereinbart und damit ein aktiver Beitrag zum Schutz unserer Arten geleistet werden.

Online 25HA1402ZZ

Montag | 29.09.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Stephanie Krautz | kostenlos

NEU! Wild & Warm ums Herz – Ideen für Geschenke aus der Natur



In der vorweihnachtlichen Wildkräuterwerkstatt gibt es Ideen und Anregungen für kleine Geschenke und Aufmerksamkeiten aus dem Schatzkästchen der Natur. Wir zeigen Ihnen, was man auch in dieser späten Jahreszeit draußen noch finden kann. Gemeinsam kreieren wir kleine kulinarische Köstlichkeiten zum Verschenken und Selbsterleben. Nebenbei gibt es Tipps für das Anlegen von Vorräten aus der wilden Natur – auch wenn sich diese vielleicht erst im nächsten Jahr umsetzen lassen.

Zittau 25HA1403ZZ

Freitag | 28.11.2025 | 17:00 - 19:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Beate Mücke | 37,50 €

NEU! Räuchern in der dunklen Jahreszeit – alte Räuchermethoden mit heimischen Kräutern neu entdecken

Schon unsere Urahnen hatten eine lebendige Räuchertradition. Beim traditionellen Räuchern soll der Raum gereinigt und mit der Heilwirkung der verräucherten Pflanzenbestandteile erfüllt werden. Sie erleben in dieser Veranstaltung die unterschiedlichen Möglichkeiten des Räucherns, von denen Sie einige mit nur wenigen Hilfsmitteln leicht zu Hause nachmachen können. Sie erhalten außerdem eine kleine Probe einer Räuchermischung für zu Hause, >>

bestehend aus Kräutern und Harzen aus der Oberlausitz.

Zittau 25HA1404ZZ

Samstag | 29.11.2025 | 16:00 - 18:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Theresa Lau | 27,00 €

Stoffwindeln – Mit Stoff wickeln

In der heutigen Zeit ist es moderner denn je, mit Stoff zu wickeln. Die Stoffwindeln von heute sind aus weichen Materialien, auslaufsicher, hygienischer, einfacher in der Handhabung, bunt und für jeden erschwinglich. In dem Workshop dürfen Sie unterschiedliche Materialien anfassen, üben das Anlegen verschiedener Stoffwindelsysteme an Puppen, erlernen die richtige Lagerung und Waschroutine sowie allerhand Wissenswertes rund um die Stoffwindel.

Löbau 25HA1431LL

Donnerstag | 23.10.2025 | 16:30 - 18:45 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Sindy Kräcker | 17,00 €

BÜRGER TRIFFT WISSENSCHAFT

NEU! Die Zukunft des ÖPNV im ländlichen Raum live erleben

Autonomes Fahren im ländlichen Raum? Keine Fiktion, bald wird es Realität! Erleben Sie mit WALEMO (das steht für Wasserstoff, Leichtbau und autonome Mobilität) die Zukunft des öffentlichen Nahverkehrs. Die Pilotstrecke in Klitten bei Boxberg verbindet den Bahnhof mit dem idyllischen Leuchtturm am Bärwalder See. Wir bekommen für einen Tag WALEMO exklusiv zur Verfügung gestellt, damit Sie selbst erleben können, wie sich autonomes Fahren

anfühlt und der zukünftige Personennahverkehr aussehen kann.

Klitten 25HA1405KW

Termin stand zum Redaktionsschluss noch nicht fest | 1 Veranstaltung | Bahnhof Klitten |
kostenlos



Durch innovative, flexible Mobilitätskonzepte, digitale Lösungen und regenerative Energien soll der ÖPNV neu gestaltet und transformiert werden. Das Ziel ist, eine nachhaltige Mobilität zu schaffen, die den spezifischen Bedürfnissen der ländlichen Bevölkerung gerecht wird und das Potenzial der autonomen Technologien voll ausschöpft. In unserer Veranstaltung stellen wir Ihnen die Intention, die Ziele und Aufgaben des Projekts WALEMO aber genauso auch die Funktionsweise des Fahrzeugs vor.

Löbau 25HA1407LL

Donnerstag | 08.01.2026 | 15:00 - 16:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Dozenten Projekt WALEMO | kostenlos

Löbau 25HA1408LL

Donnerstag | 08.01.2026 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Dozenten Projekt WALEMO | kostenlos

Niesky 25HA1407NN

Donnerstag | 27.11.2025 | 15:00 - 16:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Jahnhalle Niesky, Ödernitzer Str. 7c | Dozenten Projekt WALEMO | kostenlos

Niesky 25HA1408NN

Donnerstag | 27.11.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Jahnhalle Niesky, Ödernitzer Str. 7c | Dozenten Projekt WALEMO | kostenlos

Weißwasser 25HA1407WW

Donnerstag | 15.01.2026 | 15:00 - 16:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Dozenten Projekt WALEMO | kostenlos

Weißwasser 25HA1408WW

Donnerstag | 15.01.2026 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Dozenten Projekt WALEMO | kostenlos

Zittau 25HA1407ZZ

Donnerstag | 11.12.2025 | 15:00 - 16:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Dozenten Projekt WALEMO | kostenlos

Zittau 25HA1408ZZ

Donnerstag | 11.12.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Dozenten Projekt WALEMO | kostenlos

NEU! Zu Gast im Deutschen Zentrum für Luft- und Raumfahrt in Cottbus

Besuchen Sie das Deutsche Zentrum für Luft- und Raumfahrt (DLR) in Cottbus und Zittau und erhalten

Sie spannende Einblicke in seine Energieforschung mit Fokus auf die Dekarbonisierung der Industrie. Das DLR entwickelt neue Technologien, um die regenerative Wärmebereitstellung für Industrieprozesse über 150 Grad Celsius zu gewährleisten. Ein weiteres Themengebiet ist die CO₂-Reduktion von Industrieprozessen, die schwer oder gar nicht auf einen elektrischen Betrieb umzustellen sind.



Cottbus 25HA1409CZ

Montag | 10.11.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt, Versuchshalle Cottbus, c/o PBSW Cottbus GmbH, Gerhart-Hauptmann-Str. 15, 03044 Cottbus | Dozententeam Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt | 5,00 €

Zittau 25HA1409ZZ

Donnerstag | 04.12.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt, Äußere Oybinerstr. 14-16, H9 (Mandauhöfe), 02763 Zittau | Dozententeam Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt | 5,00 €

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

Telefon 035841 308-0

Water Pumpen und Anlagenbau Kretschmer
02799 Waltersdorf Hauptstr. 14a

- Springbrunnentechnik
- Pumpenservice
- Hauswasseranlagen
- Reparaturen aller Fabrikate

TEXTILGESCHICHTE

NEU! Die Flachsverarbeitung in der Oberlausitz gestern und heute

Ein Vortrag von Carola Medack im Deutschen Damast- und Frottiermuseum in Kooperation mit der vhs Dreiländereck

Der Vortrag von Carola Medack widmet sich der Verarbeitung von Flachs zu Leinengarn – vom Flachsstroh bis zum fertigen Faden. Dabei werden alte Techniken wie Riffeln, Brechen, Schwingen, Hecheln und Handspinnen anschaulich gezeigt. Im zweiten Teil geht es um die Wendejahre in der sächsischen Leinenspinnerei: >> politische Umbrüche, neue Technologien, Privatisierung und persönliche Erfahrungen in der Zeit des Wandels.“

Zittau 25HA1938GZ

Mittwoch | 13.08.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Deutsches Damast- und Frottiermuseum Großschönau, Schenastraße 3, 02779 Großschönau | Carola Medack | 5,00 €

PÄDAGOGIK / ERZIEHUNG / FAMILIE

NEU! Weihnachten ohne Streit

Kennen Sie das auch: Konflikte und Streit mit der Familie an Weihnachten und keine Lust auf Familientreffen? In der Veranstaltung zeigen wir Ihnen unterschiedliche Strategien, wie man harmonisch Weihnachten mit- statt gegeneinander verbringen und wie man kritische Situationen entschärfen kann. Nach einer Einführung in das Thema werden wir Ihnen die Methodik und Strategien vorstellen. Den Abschluss bildet ein gemeinsamer Austausch.

Die Veranstaltung ist eine hybride Veranstaltung.

Löbau 25HA1502LL

Donnerstag | 23.10.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau | Tina Gottstein | 14,50 €

PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG / PSYCHOLOGIE

NEU! Seminar: „Reden ist Gold“ – Erzählfähigkeit als Ressource für Stressreduktion nutzen

Wir befinden uns beständig inmitten von Geschichten. Sie beeinflussen unsere Gesundheit maßgeblich – vor allem dann, wenn wir selbst von unseren Erlebnissen erzählen. So strukturieren wir sie und ordnen sie in unser Selbst- und Weltbild ein. Zu erzählen sicherte von Anbeginn unser Überleben und beeinflusst die individuelle Lebensqualität. Erlernen Sie die Grundlagen der Erzähldramaturgie kennen, um diese sinnvoll zu nutzen und zugleich das Mitteilungsbedürfnis Ihrer Mitmenschen besser zu verstehen.

VHS Mobil 25HA1600LL

Freitag | 29.08.2025 | 10:00 - 17:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Veranstaltungsort: vhsMobil Rotstein | Henriette Gerber | 70,00 €

NEU! „Willst du mich nicht verstehen? – Konflikte charmant und souverän lösen“

Konflikte gehören zum Leben dazu, doch sie müssen nicht in einem Chaos enden. In diesem Workshop lernen Sie, die Ursachen von Konflikten zu verstehen und ihre Dynamik frühzeitig zu erkennen. Mit dem richtigen Kommunikationsstil und ein wenig Charme lassen sich Spannungen abbauen und Gespräche in konstruktive Bahnen lenken. Durch prak-

tische Übungen gewinnen Sie Sicherheit darin, auch schwierige Situationen souverän zu meistern.

Zittau 25HA1602ZZ

Samstag | 20.09.2025 | 08:30 - 16:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Susanne Klemm | 70,00 €

NEU! Spiegelkabinett oder klares Bild? Selbstwahrnehmung trifft Fremdwahrnehmung“

Unsere eigene Wahrnehmung und die Art, wie andere uns sehen, sind oft zwei völlig unterschiedliche Dinge. Während wir in unserem Kopf die Hauptrollen spielen und die ganze Story kennen, sehen andere nur einzelne Szenen und ziehen daraus ihre Schlüsse. Nehmen Sie sich mit uns die Zeit, mal aus unserer eigenen „Blase“ herauszutreten und zu entdecken, wie wir auf andere wirken – und was das für unsere Kommunikation und unser Selbstbild bedeutet.

Zittau 25HA1603ZZ

Samstag | 15.11.2025 | 08:30 - 16:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Susanne Klemm | 70,00 €

LÄNDER- UND HEIMATKUNDE / STADTKULTUR

Kultur und politische Autonomie in der Gegenwart – Unterwegs zu den Ureinwohnern Grönlands und Nunavuts

Donald Trump würde gern Grönland kaufen. Die Reaktion der Grönländer (und der dänischen Regierung) konnten wir alle verfolgen. Warum gehören die größten Autonomiegebiete der Erde noch heute zu Kanada und Dänemark, und welche Spuren hat die Fremdherrschaft hinterlassen? Welche Perspek-

tiven ergeben sich für die Urbevölkerung, die Inuit? Der Referent geht Fragen zu Kolonialisierung, Autonomie und Identität der Inuit in Grönland und Kanada auf den Grund.

Weißwasser 25HA1903WW

Freitag | 05.12.2025 | 17:00 - 18:45 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Arkadiusz Lisowski | 15,00 € | Anmeldung bis 29.11.2025

Unterwegs in Malaysia und Indonesien – Zwischen Konflikt und ethnischer Identität – Zu Gast bei den Orang Asli

Ein reiches kulturelles Erbe, eine einzigartige Natur und eine bewegte Geschichte prägen Indonesien und Malaysia. Wer die Inselwelt besser verstehen will, benötigt ein wenig Hintergrundwissen über die Zeit der Kolonialherrschaft und Unabhängigkeit. Am Beispiel der Orang Asli, den Ureinwohnern Kalimantan, wird gezeigt, welche Auswirkungen die Politik der Assimilation hat. Ein spannender Themenabend mit ungewohntem Blickwinkel.

Weißwasser 25HA1904WW

Freitag | 28.11.2025 | 17:00 - 18:45 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Arkadiusz Lisowski | 15,00 € | Anmeldung bis 22.11.2025.

Leben an der Grenze: Abbruch, Aufbruch, neue Wege – Drei Länder, viele Perspektiven

Wir Menschen leben von Anfang an mit Grenzen – doch lassen sie sich aus unseren Vorstellungen auch wegdenken? Welche Konsequenzen hätte die Aufhebung von Grenzen für unser Raumverhalten und unsere Identitäten? Im Dreiländereck wird der Blick über die Grenze zum Alltag. >>

Themen des Abends u.a.:

- Grenzen u. ihre Wirkung auf unser Raumverhalten
- „Be-Schränkung“ – die Grenzen der Vorstellung
- Unsere unsichtbaren Landkarten: Mental Mapping – eine Übung mit einem Lächeln

Anmeldung bis 14.01.2026.

Weißwasser 25HA1905WW

Dienstag | 20.01.2026 | 17:00 - 18:45 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Arkadiusz Lisowski | 15,00 €

VERBRAUCHERFRAGEN

Inspiration durch die Natur – Waldbaden und Malen

Ganz egal, ob Sie schon 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. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

VHS Mobil 25HA1928ZZ

Samstag | 09.08.2025 | 10:00 - 12:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Parkplatz am Forsthaus Lückendorf/VHS-Mobil | Susanne Kunze | 32,00 €

! Mehr Infos unter:
www.vhs-dle.de

Kostenfreie Veranstaltungsreihe: Gesund und stark in den Herbst

in Kooperation mit der



Wenn die Tage kürzer werden, ist es besonders wichtig, Körper und Geist zu stärken. Eine ausgewogene und gesunde Ernährung, Bewegung an der frischen Luft, ausreichend Schlaf und bewusste Entspannung helfen, Stress abzubauen und neue Energie zu tanken. So starten wir gesund, vital und bestens gewappnet in die bunte Herbstzeit. Die Veranstaltungsreihe beinhaltet drei Veranstaltungen, die einzeln gebucht und besucht werden können.

1. Gesundheit durch Atmung

Atmung ist die Grundlage für unsere Gesundheit, denn Atmen heißt Leben. „Richtiges“ Atmen ist ein Garant für mehr Wohlbefinden, Gleichgewicht und Ausgeglichenheit. Für zwei Stunden tauchen Sie in eine intensive Session ein und erfahren durch unterschiedliche Übungen, wie wandelbar Ihr Atem sein kann und auf welche kleinen Feinheiten Sie im Alltag achten können, um eine große Wirkung zu erzielen.

Niesky 25HA1932NN

Dienstag | 23.09.2025 | 16:00 - 18:00 Uhr |
1 Veranstaltung | AOK Plus Filiale, Bautzener Str. 23, 02906 Niesky | Theresa Lau

Zittau 25HA1932ZZ

Dienstag | 16.09.2025 | 16:00 - 18:00 Uhr |
1 Veranstaltung | AOK Plus Filiale, Hochwaldstr. 4, 02763 Zittau | Theresa Lau

2. Plätzchen aus der Kräuterküche – mit Kräutern backen

Die Kräuter, die schon lange Bestandteil von Heiltees oder grünen Smoothies sind, können und dürfen ihren Weg auch in die Backstube finden. Ob Brennnessel, Schafgarbe oder Holunderblüten – als besondere Zutat im Plätzchenteig sind sie nicht nur optisch ein Hingucker, sondern erfüllen auch hier ihren Heilzweck auf besonders erfreuliche Weise. Wir werden in diesem Kurs zwei Plätzchensorten backen und Sie haben die Möglichkeit, kleine Kostproben mit nach Hause zu nehmen oder gleich zu vernaschen.

Niesky 25HA1933NN

Donnerstag | 23.10.2025 | 16:00 - 18:00 Uhr | 1
Veranstaltung | Kinder- und Familienzentrum
Niesky, Muskauer Straße 23, 02906 Niesky |
Theresa Lau

Zittau 25HA1933ZZ

Dienstag | 21.10.2025 | 16:00 - 18:00 Uhr |
1 Veranstaltung | vhs Geschäftsstelle Zittau,
Barrierefreie Lernwerkstatt | Theresa Lau

3. Gesunde Ernährung – Die neue Ernährungspyramide und neue Ernährungsempfehlungen

Der Kurs bietet Einblicke in aktuelle Ernährungsempfehlungen und stellt die neue Ernährungspyramide des Bundeszentrums für Ernährung vor. In acht Lebensmittelgruppen gegliedert, zeigt sie alltagsnah, welche Auswahl sinnvoll ist. Mit Hilfe von Ampelfarben und der Pyramidenform erkennen Sie, welche Lebensmittel Vorrang haben – etwa Wasser, Gemüse, Obst und Vollkorn. Ziel ist eine ausgewogene Ernährung zur Vorbeugung von Übergewicht und Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Niesky 25HA1934NN

Mittwoch | 22.10.2025 | 16:00 - 18:00 Uhr |
1 Veranstaltung | AOK Plus Filiale, Bautzener
Str. 23, 02906 Niesky | Filip Gärtner

Zittau 25HA1934ZZ

Dienstag | 25.11.2025 | 16:00 - 18:00 Uhr |
1 Veranstaltung | AOK PLUS Filiale Zittau, Hoch-
waldstr. 4, 02763 Zittau | SCHKOLA ergodia

NEU! Pflanzliche Arzneimittel – zwischen Tradition und Evidenz

Wir beleuchten die Unterschiede zwischen pflanzlichen Arzneimitteln und Medikamenten mit rein chemischen Wirkstoffen. Aber auch wie sich pflanzliche Arzneimittel von anderen pflanzlichen Produkten wie z.B. Nahrungsergänzungsmitteln oder homöopathischen Arzneimitteln abgrenzen lassen, gibt Ihnen einen Überblick über die gesetzlichen Anforderungen an Zulassung und Qualitätsprüfung pflanzlicher Arzneimittel und stellt ausgewählte Heilpflanzen mit gut belegter Wirksamkeit vor.

Zittau 25HA1A00ZZ

Mittwoch | 24.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Karin Fester | 13,50 €

NEU! Dein Lieblings Gin Tonic

Erleben Sie die Welt von Gin und Tonic in der Manufaktur „Old Friend Gin“ in Zittau. Testen Sie verschiedene Tonics in Kombination mit dem hauseigenen Gin und erfahren Sie Wissenswertes rund um Herkunft, Herstellung und Geschmack. Wählen Sie dann Ihren frisch zubereiteten Lieblings Gin Tonic. >>



Genießen Sie anschließend Ihren Lieblings Gin Tonic in gemütlicher Atmosphäre vor Ort.

Zittau 25HA1D00ZZ

Mittwoch | 04.02.2026 | 19:00 - 21:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Old Friend Gin, Ludwigstr. 4,
02763 Zittau | Andreas Geißler | 30,00 €

NATURWISSENSCHAFTEN

NEU! CO₂ – kleines Molekül, große Wirkung

Im Vortrag wird das Gas CO₂ aus chemischer Perspektive beleuchtet. Seine Rolle als Treibhausgas und der Einfluss auf das Klima werden diskutiert. Historisch wird aufgezeigt, wie sich das Wissen über CO₂ entwickelte. Auch Rückkopplungen, etwa der Einfluss auf den pH-Wert der Meere, sowie der globale Kohlenstoffkreislauf werden betrachtet. Abschließend geht es um aktuelle Forschungsprojekte der HSZG zur CO₂-Reduktion. Im Anschluss ist ein Austausch mit dem Referenten geplant.

Zittau 25HA1A02ZZ

Dienstag | 30.09.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Jens Weber | kostenlos

POLITIK, BILDUNG UND GESELLSCHAFT

Das Programm der VHS Dreiländereck ist sehr umfangreich. Darüber hinaus bemühen wir uns, zu aktuellen gesellschaftspolitischen Themen und Entwicklungen zusätzliche thematische Veranstaltungsangebote zu 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 wollen wir im Verlauf des Jahres 2025 zusätzlich eine Reihe von Vorträgen, Workshops und Veranstaltungen zu regionalen Wirtschaftskreisläufen, zur Regionalgeschichte sowie zu ökologischen Themen, auch grenzüberschreitend, anbieten.

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

NEU! Wie weiter mit der AfD? – Zwischen politischer Verantwortung, Brandmauer und Wählerwillen

Die AfD spaltet die Gesellschaft: Vom Verfassungsschutz als „gesichert rechtsextrem“ eingestuft, erzielt sie dennoch in Teilen der Bevölkerung hohe Zustimmung – besonders dort, wo Unzufriedenheit mit den etablierten Parteien herrscht. Die Veranstaltung fragt: Soll die AfD weiter isoliert bleiben? Ist Zusammenarbeit denkbar oder gefährlich? Wie wirkt sich ihre Stärke auf Demokratie und politische Kultur aus?

Diskutieren Sie mit uns.

Löbau 25HS1014LL

Donnerstag | 21.08.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Dr. Jörg Heidig | kostenlos

Weißwasser 25HS1014WW

Donnerstag | 28.08.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Dr. Jörg Heidig | kostenlos

Lausitzmonitor 2025 – Strukturwandel und die Zukunft der Lausitz

Mit der Studie möchten die Projektpartner der Öffentlichkeit Fakten zur Stimmung in der Region aufzeigen, u.a. Aussagen zur persönlichen Zukunft und zur Lebensqualität, und zu Meinungen zum Strukturwandel, Kohleausstieg, zur Energiewende und zur Lausitz liefern. Im März/April 2025 fand die bereits sechste Welle der repräsentativen Befragung statt. Dr. Heidig stellt Ihnen die Ergebnisse des Lausitz-Monitors exklusiv und aus erster Hand vor.

Löbau 25HS1015LL

Dienstag | 19.08.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Kreismusikschule Löbau, Aula,
Johannisplatz 10, 02708 Löbau | Dr. Jörg Heidig |
kostenlos

Weißwasser 25HS1015WW

Dienstag | 26.08.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Dr. Jörg Heidig | kostenlos

Zittau 25HS1015ZZ

Dienstag | 12.08.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Veranstaltungssaal Christian-
Weise-Bibliothek Zittau | Dr. Jörg Heidig |
kostenlos

Zu Gast im Fraunhofer IWU in Zittau

Die Gebäude mit dem Schriftzug „Fraunhofer IWU“ am Zittauer Stadtring kennen viele. Doch was passiert dort? IWU steht für Institut für Werkzeugmaschinen und Umformtechnik. In dieser Veranstaltung lernen Sie den Bereich Additive Fertigung, auch 3D-Druck genannt, kennen. Bei einem Rundgang in dem modernen Technikum können Sie neueste Anlagentechnik von klein bis ganz groß anschauen und mit den Wissenschaftlern ins Gespräch kommen. Erleben Sie Ideen, spannende Anwendungen und Erfindergeist.

Zittau 25HS1042ZZ

Termin stand zum Redaktionsschluss noch nicht fest | 1 Veranstaltung | Fraunhofer Kunststoffzentrum Oberlausitz, Theodor-Körner-Allee 6,
02763 Zittau | Fraunhofer Kunststoffzentrum |
Oberlausitz | 5,00 €

Textilgeschichte zum Anfassen – Zu Gast bei Dürninger Textildruck

In der einstigen Textilhochburg Oberlausitz sind noch Firmen dieser Branche tätig. Bei diesem Kurs lernen Sie den Textildruck als Veredlung konfektionierter Textilien kennen. Sie erhalten Einblick in die Geschichte der Firma Abraham Dürninger in Herrnhut und erleben bei einer Betriebsbesichtigung den Druckprozess. Mit etwas Glück dürfen Sie sogar selbst „mal richtig Druck machen“.

Löbau 25HS1024HL

Mittwoch | 12.11.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Abraham Dürninger & Co
GmbH, Oderwitzer Straße 12, 02747 Herrnhut |
A. Dürninger & Co.GmbH | 5,00 €

Textilgeschichte im Deutschen Damast- und Frottiermuseum live erleben

Das Museum zeigt die regionale Textilgeschichte mit Objekten, Modellen und Archivalien. Die Veranstaltung erklärt die Entwicklung der Damast- und Frottierweberei in der Lausitz bis heute. Ein Blick auf die technischen Hintergründe 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. Wir laden Sie gern zum Austausch über Nutzung und Verwendung der Gewebe ein.

Zittau 25HS1939GZ

Dienstag | 20.01.2026 | 17:00 - 19:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Deutsches Damast- und Frottiermuseum, Schenastr. 3, 02779 Großschönau | Deutsches Damast- und Frottiermuseum | 8,00 €

NATUR / GESTALTUNG / NACHHALTIGKEIT

Permakultur entdecken – Einstiegs-Workshop

Permakultur erfreut sich wachsender Beliebtheit. Sie betrachtet Natur ganzheitlich und zeigt Wege zu ökologischer und sozialer Selbstversorgung. Ob im kleinen Garten oder in größeren Projekten – die Prinzipien der Permakultur bieten neue Denkansätze. Der Workshop vermittelt Grundlagen, gibt Einblick ins Konzept und basiert auf den Werten: Mensch, Natur und faires Teilen. Gemeinsam werden erste Ideen für Permakultur im eigenen Umfeld entwickelt.

Löbau 25HS1410LL

Freitag | 12.09.2025 | 16:30 - 20:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Natalie Krieger | 30,50 € – sowie Samstag |
13.09.2025 | 10:00 - 14:00 Uhr | 1 Veranstaltung |
Geschäftsstelle Löbau | Natalie Krieger

Das eigene Grundstück mit Methoden der Permakultur (um)gestalten

Die Permakultur ist ein Weg, ein Garten oder ein Grundstück mit einem offenen Blick für die Details. Möglichkeiten für größere Artenvielfalt sollen bewusst gesucht und in die Gestaltung einbezogen werden. Der Workshop bietet erste praktische Planungsschritte für ein eigenes Grundstück. Werkzeuge und Methoden helfen Ihnen, passende Lösungen für verschiedene Bereiche zu entwickeln.

Gerne können Sie eine grobe Skizze des aktuellen Lageplans Ihres Grundstücks mitbringen.

Weißwasser 25HS1410WW

Samstag | 25.10.2025 | 10:00 - 14:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Natalie Krieger | 16,50 €

Herbstsonnenwende gemeinsam erleben – Natur verstehen und bewusst gestalten

In dem Workshop wird die herbstliche Sonnenwende zum Anlass genommen, um die natürlichen Rhythmen der Jahreszeiten besser zu verstehen. Gemeinsam mit der Dozentin setzen Sie sich mit ökologischen Zusammenhängen auseinander und erkunden den Wandel in der Natur mit allen Sinnen.

Im Mittelpunkt stehen:

- Die ökologischen Hintergründe und Wirkungen des jahreszeitlichen Wechsels
- Praktische und kulturelle Zugänge zur Natur in der Zeit der Herbstsonnenwende

Zittau 25HS1401ZZ

Mittwoch | 17.09.2025 | 17:30 - 20:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Eliska Riedlova | 5,00 €

Raumgestaltung nach Feng Shui Prinzipien

Wie lassen sich Räume nachhaltig und bewusst gestalten? In dieser Veranstaltung wird ökologische Bildung mit Ansätzen einer ganzheitlichen Raumgestaltung verbunden. Beleuchtet werden die Themen:

- Grundlagen einer raumbewussten Gestaltung im europäischen Kontext
- Nachhaltige Konzepte für Wohn- und Arbeitsräume
- Die Wirkung von Farben, Materialien, Formen und Raumstruktur

Für mehr Achtsamkeit und Balance im Alltag.

Zittau 25HS1404ZZ

Samstag | 18.10.2025 | 10:00 – 15:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Kousek Slunce Liberec |
Eliska Riedlova | 10,00 €

Tee – Entdecke die Welt der Wildkräutertees

Wie sammelt, trocknet und lagert man Teekräuter? Wie bereite ich Kräutertee richtig zu? Was sind die wichtigsten heimischen Kräuter für Tees und wie stelle ich meine eigene Teemischung zusammen?

All diese Fragen werden bei diesem Kurs beantwortet. In gemütlicher Runde verkosten Sie verschiedene Kräutertees und die Referentin zeigt Ihnen, wie Sie eine eigene Teemischung kreiert, die Sie im Anschluss mit nach Hause nehmen werden können (im Kursentgelt enthalten).

Löbau 25HS1404LL

Freitag | 28.11.2025 | 18:00 - 20:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Anja Ludwig | 25,00 €

Kräuterkunde für Zuhause – Tinkturen und Kräuteröle

In diesem Workshop tauchen Sie ein in die Welt der traditionellen Pflanzenkunde. Sie erfahren, wie Sie aus frischen oder getrockneten Kräutern wirkungsvolle Extrakte gewinnen und erhalten eine Einführung in deren Herstellung. Auch Dosierung und Anwendungsmöglichkeiten von Tinkturen und Kräuterölen wird die Referentin vorstellen, sowie praktische Tipps und Tricks für den Alltag an Sie weitergeben. Wer mag, stellt eine eigene Tinktur oder ein Öl selbst her.

Löbau 25HS1405LL

Donnerstag | 30.10.2025 | 18:00 - 20:00 Uhr | 1
Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Anja Ludwig | 25,00 €

Herbstdekoration selbst herstellen



Lassen Sie sich in dieser Veranstaltung von der Schönheit des Herbstes inspirieren und erhalten Sie Ideen für ein gemütliches, einladendes Zuhause. Sie erfahren, wie Sie herbstliche Naturmaterialien kreativ verwenden und nachhaltige Dekoration selbst herstellen können.

Zittau 25HS1407ZZ

Samstag | 27.09.2025 | 09:30 - 13:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Monika Bimova | 5,00 €

Ein Tag in der Natur – Naturkundlicher Spaziergang

Entdecken Sie die Natur neu – bewusst, achtsam und entschleunigt. In dieser Veranstaltung erleben Sie die Landschaft auf besondere Weise: bei einem geführten Spaziergang mit Pausen an ausgewählten Orten, durch Achtsamkeitsübungen zum Hören und Wahrnehmen natürlicher Klänge sowie durch Impulse zur Geschichte und Eigenart der Umgebung. Es bleibt Raum für Austausch, Stille und persönliche Reflexion – für ein vertieftes Naturerleben.

Zittau 25HS1419ZZ

Samstag | 30.08.2025 | 10:00 - 14:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Eliska Riedlova | 10,00 €

VERANSTALTUNGSREIHE „REGIONAL-SAISONAL“

Süß & saftig



Wie wird man Saft-Sommelière, und was lässt sich aus Äpfeln, Rhabarber und Giersch zaubern? KEKILA, ein Familienbetrieb aus der Oberlausitz, stellt in Lawalde hochwertige Säfte her – geschätzt von Verbrauchern und Gastronomie. Kathleen Kitsche zeigt, wie man Saft von Nektar unterscheidet, wann eine Schorle so heißen darf und wie flüssiges Gold entsteht. Mit Ideenreichtum und Engagement führt

sie den Betrieb und entwickelt neue Produkte aus heimischem Obst und Gemüse.

VHS-Mobil 25HS1922LL

Donnerstag | 30.10.2025 | 17:00 - 19:15 Uhr |
1 Veranstaltung | KEKILA e.K., Grüne Aue 18,
02708 Lauba | Kathleen Kitsche | 5,00 €

Vom Ei zum Speisefisch – im Oybiner Wasser

Fast unbemerkt betreibt unser Referent seine kleine, aber feine und professionelle Fischzucht in Olbersdorf. Welche Schritte sowie welcher Aufwand notwendig sind, damit sich aus dem Ei des Fischlaichs ein ausgewachsener Fisch entwickelt, wird im Mittelpunkt dieses Nachmittags stehen.

Und ganz nebenbei bemerkt handelt es sich um ein sehr wohlschmeckendes und frisches Produkt aus der Region.

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

Zittau 25HS1922ZZ

Freitag | 19.09.2025 | 16:00 - 18:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Parkplatz Armesünderweg,
Bahnhof Niederoybin | Günter Geyer | 5,00 €

Adventsdekoration aus natürlichen Materialien

Dieser Workshop bringt Menschen aus Tschechien und Deutschland zusammen, um die Vorweihnachtszeit naturnah zu gestalten. Die Dozentin zeigt Ihnen saisonale Materialien, Sie binden Adventskränze und gestalten natürliche Dekoration. Außerdem lernen Sie Bräuche und Rituale beider Kulturen kennen – und erleben, wie der Advent zur Ruhe einlädt. Der Workshop ist zweisprachig (Deutsch/Tschechisch) und wird mit Übersetzung durchgeführt.

Zittau 25HS1402ZZ

Samstag | 29.11.2025 | 09:30 - 13:45 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Monika Bimova | 10,00 €

Herbstkräuter und Tinkturenherstellung

Im Spätherbst bieten Wiesen, Wälder und Gärten vielfältige Heilpflanzen, die unsere Gesundheit unterstützen. In diesem Workshop können Sie die Welt der Herbstkräuter kennenlernen und Einblicke in ökologisches Denken sowie nachhaltige Pflanzenverwendung erhalten.

Darüberhinaus werden Sie mit der Dozentin Tinkturen und Auszüge herstellen.

Zittau 25HS1405ZZ

Samstag | 04.10.2025 | 09:30 - 12:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Monika Bimova | 5,00 €

Herbstküche – Saisonal, regional und gemeinsam genießen

In diesem Kurs entdecken Sie die kulinarische Vielfalt des Herbstes. Bereiten Sie regionale Gerichte aus frischen, saisonalen Zutaten zu – mit traditionellen und modernen Rezepten aus Deutschland und Tschechien. Im Mittelpunkt stehen der

Austausch über nachhaltige Ernährung, ökologische Zusammenhänge und gemeinsames Kochen und Genießen.

Zittau 25HS1408ZZ

Mittwoch | 22.10.2025 | 17:30 - 20:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Monika Bimova | 5,00 €

Weihnachtliche Bräuche

In diesem Workshop lernen Sie Bräuche und Rezepte rund um das Fest kennen. Gemeinsam backen Sie mit natürlichen Zutaten und tauschen Rituale und Geschichten aus Deutschland und Tschechien aus. Der Kurs ist zweisprachig (Deutsch/Tschechisch), offen für alle Altersgruppen – Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Zittau 25HS1412ZZ

Mittwoch | 17.12.2025 | 17:30 - 20:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Monika Bimova | 5,00 €

! Hinweis
Eine kostenfreie Stornierung Ihrer Anmeldung ist gemäß unserer AGB bis 5 Werktage vor Kursbeginn möglich.



**DACHDECKER
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

**VERANSTALTUNGSREIHE
„OBERLAUSITZER MANUFAKTUREN“**

**NEU! Handgemachte Seifen aus der
Oberlausitz – SOAPerlausitz**



Besuchen Sie die Manufaktur „SOAPerlausitz“ in Sohland am Rotstein. Gründerin Melanie Günther stellt dort in Handarbeit vegane, palmölfreie Naturseifen im Kaltrührverfahren her – ohne Tierversuche, ohne Nanopartikel, aus hochwertigen Fetten und Ölen. Jede Seife ist ein Unikat. Sie erfahren mehr über die Gründung, verwendete Rohstoffe und Vermarktung. Zudem zeigt Frau Günther live die Seifenherstellung. *Hinweis: Es handelt sich NICHT um einen Seifensieden-Kurs.*

Löbau 25HS1923SL

Freitag | 24.10.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Seifenatelier Schloss
Mittelsohland, Mittelhof 182, 02894 Sohland
am Rotstein | Melanie Günther | 8,00 €

Löbau 25HS1924SL

Samstag | 25.10.2025 | 10:00 - 12:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Seifenatelier Schloss
Mittelsohland, Mittelhof 182, 02894 Sohland
am Rotstein | Melanie Günther | 8,00 €

NEU! Zittauer Gin – Old Friend Gin



In der Zittauer Manufaktur „Old Friend Gin“, die 2021 mit ihrem Gin an den Markt gegangen ist, werden hochwertige Pflanzenbestandteile möglichst in Bio-Qualität eingesetzt. Der komplette Herstellprozess erfolgt regional in Kooperation mit der Sächsischen Spirituosenmanufaktur in Schirgiswalde-Kirschau. Bei der Veranstaltung lernen Sie die Gründer, ihre Geschichte und den Produktionsprozess kennen. *Hinweis: Es handelt sich NICHT um ein Gin-Tasting.*

Zittau 25HS1925ZZ

Dienstag | 18.11.2025 | 19:00 - 20:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Old Friend Gin, Ludwigstr. 4,
02763 Zittau | Andreas Geißler | 10,00 €

NEU! Stuhlgeflecht Christoph

Wir möchten Sie zu einem Besuch in der Manufaktur Stuhlgeflecht Christoph von René Christoph in Ninive einladen. Herr Christoph repariert seit nunmehr 18 Jahren Stühle, Sofas, Sessel, Schaukelstühle und sogar Heizkörperverkleidungen. In dieser Veranstaltung lernen Sie das Wesen einer kleinen Manufaktur, aber auch deren Herausforderungen sowie alles Wissenswerte über den Rohstoff Rattan und die Herstellung von Stuhlgeflecht kennen und können diese Handwerkskunst live erfahren.

Löbau 25HS1926HL

Donnerstag | 20.11.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Stuhlgeflecht Christoph,
Windmühlberg 15, 02747 Herrnhut/OT Ninive |
René Christoph | 5,00 €

**REGIONALGESCHICHTE DER
DREILÄNDERREGION**

**Klassizismus, Rundbogenstil, Historismus -
Die Johanniskirche in Zittau**



Der Wiederaufbau der Johanniskirche nach dem Siebenjährigen Krieg zog sich über ca. vier Jahrzehnte hin. In dieser Zeit wirkten die Baumeister Andreas Hünigen und Karl Christian Eschke. Später übernahm Karl Friedrich Schinkel 1832-1838 die Fertigstellung. Der Bau vereint verschiedene historische Stile und gilt als bedeutendes Architekturdenkmal des 19. Jahrhunderts. Dr. Pietschmann beleuchtet das Baugeschehen und stilistische Besonderheiten.

Zittau 25HS1940ZZ

Mittwoch | 17.09.2025 | 15:00 - 17:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau,
Erdgeschoss | Dr. Thorsten Pietschmann | 10,00 €

Carl August Schramm & das Zittauer Rathaus



Das Zittauer Rathaus gilt neben der Johanniskirche als Schlüsselbau des Historismus in Zittau. Der Architekt Carl August Schramm, gebürtig aus Zittau, schuf hier ein Hauptwerk im Stil der Neorenaissance – der prägenden Richtung des 19. Jahrhunderts. Doch die Planungen verliefen komplex, und das Ergebnis hätte auch anders aussehen können. Im Kurs werden die Planungsphasen, das realisierte Bauwerk und weitere Werke Schramms in der Innenstadt beleuchtet.

Zittau 25HS1941ZZ

Dienstag | 09.09.2025 | 15:00 - 17:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau,
Erdgeschoss | Dr. Thorsten Pietschmann | 10,00 €

**NEU! Exkursion zu den Zittwerken in
Sieniawka (Polen)**

Gemeinsam mit den Städtischen Museen Zittau laden wir Sie zu Exkursionen zur Geschichte der Zittwerke in Sieniawka (ehemals Kleinschönau) ein. Dort befand sich während des Zweiten Weltkriegs eine Rüstungsfabrik der Junkers-Werke, in der unter Einsatz von Zwangsarbeit Düsentriebwerke gefertigt wurden. Die Spuren dieses Ortes sind bis heute sichtbar, seine Geschichte jedoch vielfach unbekannt, verdrängt oder verklärt. Gewinnen Sie Einblicke in diesen Ort nationalsozialistischer Ausbeutung.

Zittau 25HS1942SZ

Samstag | 30.08.2025 | 10:00 - 11:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Ehem. Werksgelände Zittwerke,
Rolnicza 44, 59-921 Sieniawka | Dr. Peter
Knüvener & Bartholomäus Nowak | 10,00 €

Zittau 25HS1943SZ

Montag | 15.09.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Ehem. Werksgelände Zittwerke,
Rolnicza 44, 59-921 Sieniawka | Dr. Peter
Knüvener und Bartholomäus Nowak | 10,00 €

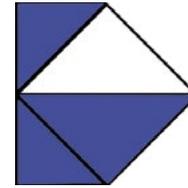
Kultur und Gestalten

#Zukunftsort_vhs
Kompetenzen für morgen

KULTUR UND GESTALTEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

KURSE UND AUSSTELLUNGEN IN DER KLEINEN GALERIE WEIßWASSER



KLEINE GALERIE
WEIßWASSER

Jahnstraße 50, 02943 Weißwasser,
Telefon: 03576 27 83 15, Fax: 03576 27 83 10,
Ansprechpartner: Karola Petrick



Eine Einrichtung der Kultur- und
Weiterbildungsgesellschaft mbH Löbau/ Zittau

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 Künstlerge-
sprächen, Begleitveranstaltungen



KURSE 2025

Finissage: Manuela Trummer, Fotografie & Grafik, Malerei

Am Freitag, den 22.08.2025, 16 Uhr laden wir Sie/
Euch zu einer kleinen Finissage in die Kleine Galerie
herzlich ein, gern auch mit Ihrer/Eurer Hilfe beim
anschließenden gemeinsamen Abbau, der die Aus-
stellung beenden soll.

Weißwasser 25HA2002WW

Finissage Freitag | 22.08.2025 | 16:00 - 19:15 Uhr
| 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser

Vernissage: Transformation

Malerei und Keramik- und Bildhauerarbeiten
von Svetlana Tiukkel und Sergej Luzewitsch aus
Frankfurt/ Oder

Svetlana Tiukkels Hauptmedien sind Ölmalerei und
Aquarell. Sie studierte in Russland Malerei, in Ber-
lin absolvierte sie dann noch eine Grafik-Design-
Ausbildung.

Sergej Luzewitsch ist sehr bekannt für seine Figuren
aus Ton, die verschiedene Charaktere darstellen. Er
besuchte das Lyzeum der Kunst in Minsk mit dem
Schwerpunkt Bildhauerei, danach eine Ausbildung
für Keramiker in Bobrujsk.

Ausstellungszeitraum:

31. August - 21. November 2025

Weißwasser 25HA2000WW

Vernissage Sonntag | 31.08.2025 | 16:00 - 19:15
Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle
Weißwasser >>

Vernissage: Teilnehmer der Kunstwerkstatt des Brandenburgischen Landesmuseums für Moderne Kunst in Cottbus

„Zwischen Pinselstrich und Lebensfreude“

Im Museumsatelier des BMLK Cottbus trifft sich im Kunstkurs, an einem Donnerstag im Monat, schon seit 2009 ein fester Stamm von Kunstinteressierten. Bis 2023 noch unter der Leitung von Bettina Winkler, Künstlerin aus Cottbus, seit 2024 ist der Kurs von Dr. Eckerhard Schäfer übernommen worden.

Ausstellungszeitraum:

30. November 2025 - 27. Februar 2026

Weißwasser 25HA2001WW

Vernissage Sonntag | 30.11.2025 | 16:00 - 19:15 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser

AUSSTELLUNGEN 2025/26

22. August 2025, 16 Uhr

Finissage: Manuela Trummer, Fotografie & Grafik, Malerei. Wir laden Sie/Euch zu einer kleinen Finissage herzlich ein, gern auch mit Ihrer/Eurer Hilfe beim anschließenden gemeinsamen Abbau, der die Ausstellung beenden soll.

31. August - 21. November 2025

Malerei und Keramik- und Bildhauerarbeiten von Svetlana Tiukkel und Sergej Luzewitsch aus Frankfurt/ Oder

30. November 2025 - 27. Februar 2026

Teilnehmer der Kunstwerkstatt des Brandenburgischen Landesmuseums für Moderne Kunst Cottbus

8. März - 22. Mai 2026

Dr. Edeltraud Radochla und Rolf Friedrich Rodochla,

Werben, Bilder mit Nadel und Faden, Konstruktive Linienzeichnung a la Adler u.a.

31. Mai - 28. August 2026

Offen

6. September - 20. November 2026

Ralf Buttke, Cottbus: Installationen, Malerei, Grafik

29. November 2026 - März 2027

Inna Perkas, Cottbus: Hinter Glas – Glasbilder

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



TANZ

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 al-

len Teilnehmern. Der Schwierigkeitsgrad ist variabel einsetzbar, egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Handtuch und Getränk.

Weißwasser 25HA2501WW

Montag | 01.09.2025 | 16:30 - 17:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Weißwasser, Brüder Grimm Schule | Ingrid Weidelt, Zumba-Instructor | 70,00 €

Weißwasser 25HA2502WW

Donnerstag | 04.09.2025 | 17:00 - 18:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Weißwasser, Brüder Grimm Schule | Ingrid Weidelt, Zumba-Instructor | 70,00 €

Weißwasser 25HA2503WW

Freitag | 05.09.2025 | 17:00 - 18:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Weißwasser, Brüder Grimm Schule | Ingrid Weidelt, Zumba-Instructor | 70,00 €

Zumba® Fitness

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

Bad Muskau 25HA2504BW

Montag | 01.09.2025 | 17:30 - 18:30 Uhr | 5 Veranstaltungen | 02953 Bad Muskau, Lindenhof / Berliner Chaussee 24 | Gina König und Jeniffer Pech, Zumba-Instructoren | 35,50 €

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“. Zumba fördert die Konzentration und das Selbstbewusstsein, regt den Stoffwechsel an und verbessert die Koordination.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Handtuch und Getränk.

Bei Interesse am Weitermachen können Sie sich gern in einem unserer Kurse anmelden.

Weißwasser 25HA2504WW

Samstag | 16.08.2025 | 15:00 - 17:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Weißwasser, Brüder Grimm Schule | Ingrid Weidelt, Zumba-Instructor | 15,00 €

Orientalischer Bauchtanz

Fantasievolle und fließende, kraftvolle und temperamentvolle Bewegungen sind charakteristisch für den orientalischen Bauchtanz. Die tänzerischen Übungen verbessern die Körperhaltung, kräftigen Rücken- und Beckenmuskulatur und lösen Verspannungen im Körper und der Seele. Der Kurs umfasst Erwärmungs- und Dehnübungen, Basiselemente sowie Koordinationsübungen. Grundkenntnisse werden schrittweise erweitert und in Choreographien angewendet.

Niesky 25HA2511NN

Montag | 22.09.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 8 Veranstaltungen | Mireille Beck | 80,00 €

Erlebnistanz zum Fit bleiben

Wir tanzen alle gemeinsam in der Gruppe. Auch ohne eigenen Tanzpartner sind Sie 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 Tänzen aus aller Welt, aus verschiedenen Epochen und Kulturen sowie >>

KULTUR UND GESTALTEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

Gesellschaftstanz in geselliger Form. Das Erlernen unterschiedlicher Schritt- und Figurenfolgen fördert die körperliche und geistige Fitness.

Zittau 25HA2531ZZ

Dienstag | 07.10.2025 | 16:45 - 18:00 Uhr |
8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Kerstin Ehrentraut | 65,32 €

NEU! Tanzimprovisation für Eltern und Kinder

Bewegen Sie sich gemeinsam mit Ihren Kindern und erfahren Sie die Tanzimprovisation als ein verbindendes Erlebnis!

In der Tanzimprovisation geht es darum, seinen Körper besser kennenzulernen. In diesem Workshop beschäftigen Sie sich mit der Bewegungslehre Rudolf von Labans und erlernen die vielen Bewegungsqualitäten und Dynamiken, mit denen Sie dann eine freie Improvisation aufbauen. Dadurch erweitern Sie Ihr allgemeines Bewegungsrepertoire, was das Körpergefühl und den Bewegungsapparat fördert.

Zittau 25HA252ZZZ

Samstag | 11.10.2025 | 10:00 - 15:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Nicola Altmann-Jäkel | 40,00 €

NEU! Tanzimprovisation – Intensiver Wochenend-Workshop

In der Tanzimprovisation geht es darum, seinen Körper besser kennenzulernen. In diesem Workshop beschäftigen Sie sich mit der Bewegungslehre Rudolf von Labans und erlernen die vielen Bewegungsqualitäten und Dynamiken, mit denen Sie dann eine freie Improvisation aufbauen. Dadurch erweitern Sie Ihr allgemeines Bewegungsrepertoire, was nicht nur in der Tanzimprovisation, sondern in jedem Tanzstil die Bewegungsmöglichkeiten und den Bewegungsfluss verbessert.

Zittau 25HA2521ZZ

Sonntag | 12.10.2025 | 10:00 - 15:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Nicola Altmann-Jäkel | 40,00 €

Löbau 25HA2521LL

Samstag | 15.11.2025 | 10:00 - 15:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Nicola Altmann-Jäkel | 40,00 €



Hinweis

Eine kostenfreie Stornierung Ihrer Anmeldung ist gemäß unserer AGB bis 5 Werktagen vor Kursbeginn möglich.

KULTUR UND GESTALTEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

KUNST / KULTURGESCHICHTE

Kunstvortrag: „Die Kunst sollte alle Bedingungen erfüllen, um dem Auge möglichst angenehm zu sein“ – Alfons Mucha (1860-1939)

Mucha war als tschechischer Plakatkünstler, Grafiker, Illustrator, Maler und Kunstgewerbler einer der herausragenden Repräsentanten des Jugendstils. Der Durchbruch gelang ihm 1894 in Paris mit einem Auftrag der berühmten Schauspielerinnen Sarah Bernhard für ein Veranstaltungsplakat für das Theaterstück „Gismonda“. Über Nacht wurde er zu einem der begehrtesten Plakatmaler der Belle Époque. Frau Dr. Risch-Stolz zeigt in einem anschaulichen Vortrag das Leben und Schaffen Alfons Muchas.

Zittau 25HA2600ZZ

Dienstag | 14.10.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Dr. Marianne Risch-Stolz | 10,50 €

Weißwasser 25HA2601WW

Freitag | 19.09.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Dr. Marianne Risch-Stolz | 11,50 €

Kunstvortrag: „Ja, Du hast ja Recht, ich bin ein Teufelsmaler“ - Francisco Goya (1746-1828)

In Revolutionszeiten gelebt, beobachtet er die Wirren der Kriege, ihre Auswüchse und führt uns die Grausamkeiten schonungslos vor Augen. Aus dieser Zeit ragen besonders die „Desastres“ sowie das Gemälde „Der 3. Mai 1808“ heraus. Auf der anderen Seite stehen seine weltberühmten Maja-Bilder sowie eine Fülle von zauberhaften Frauenporträts, die durch ihre fortschrittliche Malweise beeindrucken. Einer der revolutionärsten Maler in der Kunst um 1800 wird mit vielen Bildern vorgestellt.

Zittau 25HA2601ZZ

Dienstag | 11.11.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Dr. Marianne Risch-Stolz | 10,50 €

Kunstvortrag: Art Déco

Art Déco, abgeleitet von „L'Art Décoratif“, bezeichnet einen internationalen Stil in Design, Kunst, Architektur und Kunstgewerbe der Jahre 1920 bis 1940. Er verbindet florale Elemente des Jugendstils mit der klaren Geometrie des Funktionalismus, wie sie etwa am Bauhaus entstand. >>



KULTUR UND GESTALTEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

Art Déco war eine elegante Antwort auf die verspielten Formen des Jugendstils – mit glatten Flächen, klaren Linien und typischen Abstufungen als beliebtem Gestaltungsmittel.

Weißwasser 25HA2602WW

Freitag | 17.10.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Dr. Marianne Risch-Stolz | 11,50 €

Kunstvortrag: „Man hielt mich für eine Surrealistin“ – Frida Kahlo (1907-1954)

Die mexikanische Malerin Frida Kahlo war schon zu Lebzeiten eine Legende, inzwischen ist sie längst zum Mythos geworden. Ein Busunglück hatte, als sie achtzehn Jahre alt war, schlagartig ihr Leben verändert. Die Folge der zahllosen Brüche und schwersten Unterleibsverletzungen waren 32 Operationen in 29 Jahren und dauernde Schmerzen, die Frida Kahlo zum Teil nur mit Alkohol oder anderen Drogen ertrug. Von ihren 143 Bildern sind 55 Selbstporträts, in denen sie ihr Leben und Leiden verarbeitet.

Weißwasser 25HA2603WW

Freitag | 07.11.2025 | 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 (1904-1989)

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. Jahrhun-

dert oftmals humorvoll ist. Darüber hinaus werden auch einige kulturhistorische Trinkgewohnheiten erklärt.

Weißwasser 25HA2604WW

Freitag | 13.02.2026 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Dr. Marianne Risch-Stolz | 11,50 €

BILDUNGSFAHRTEN

Bildungsfahrt: Niederschlesische Residenzen

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

Ausführliche Kursinformationen finden Sie auf unserer Homepage www.vhs-dle.de

Weißwasser 25HA2612WW

Sonntag | 12.10.2025 | 07:30 - 20:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Matthias Prasse | 89,50 €

Kunstexkursion: Kulturhauptstadt Chemnitz und Ausstellung Edvard Munch

Die Exkursion beinhaltet einen Rundgang durch die Stadt und eine Führung durch die Kunstsammlungen am Theaterplatz. Das Ausstellungsprojekt Edvard Munch „Angst“ gehört zu den kulturellen Höhepunkten im Kulturhauptstadtjahr. Es spannt einen Bogen von der historischen Perspektive auf

KULTUR UND GESTALTEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

das Gefühl Angst in der Kunst von Munch bis hin zu künstlerischen Positionen in unserer Gegenwart. Sogar eine Version des weltberühmten Schreie wird zu bestaunen sein.

Zittau 25HA2602ZZ

Mittwoch | 29.10.2025 | 09:00 - 19:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Dr. Ulrike Uhlig | 46,50 €

MALEN / ZEICHNEN / DRUCKGRAFIK

NEU! Workshop - Farbenfroher Sommer – Einführung in Bleistift, Tusche & Aquarell

In diesem Kurs lassen sich kreative Fähigkeiten entdecken oder weiter vertiefen. Wir werden im inspirierenden Areal um die ehemalige Nudelfabrik in Löbau zeichnen – auf der Wiese und in der »Gavage«. Es werden Grundkenntnisse im Gestalten mit Bleistift, Tusche und Aquarell vermittelt.

Löbau 25HA2701LL

Samstag | 13.09.2025 | 14:00 - 16:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Franziska Panitz | 36,00 € |
Eine Materialpauschale von 10,00 € kommt bar vor Ort hinzu.

NEU! Workshop – 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 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.

Weißwasser 25HA2701WW

Samstag | 31.01.2026 | 10:00 - 16:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Martin Fiedler | 50,00 €

Profil Dozent: Martin Fiedler



Seit meiner Jugend faszinieren mich Geschichten – vor allem gezeichnete ganz egal ob in Büchern mit tollem Cover und schönen Illustrationen, als Comics oder handgezeichnete Animationsfilme. So begleitet mich die Freude an der Zeichneri/ Malerei in verschiedenen Techniken bis heute und ist zu meiner Profession geworden. Bereits während meines Studiums Design an der FH Münster arbeitete ich als freiberuflicher Illustrator für Kinder- sowie Jugendbücher. Seitdem erfinde ich eigene Geschichten und gebe Workshops für Zeichnen, Skizzieren und Malerei in denen ich mein Können und meine Freude am bildlichen Gestalten an Andere gern weitergebe.

NEU! Workshop: Ausdrucksstarke Studien – Einführung in Kohle & Kreiden

In diesem Kurs lassen sich kreative Fähigkeiten entdecken oder weiter vertiefen. Wir werden im inspirierenden Areal um die ehemalige Nudelfabrik in Löbau zeichnen oder mit dem VHS-Mobil in die Natur fahren. Es werden Grundkenntnisse im Gestalten mit Kohle & Kreiden vermittelt, wobei besonders ausdrucksstarke Werke entstehen.

Löbau 25HA2702LL

Samstag | 20.09.2025 | 14:00 - 16:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Franziska Panitz | 36,00 € | Eine Materialpauschale von 5,00 € kommt bar vor Ort hinzu.

Workshop – Aquarell für Fortgeschrittene/ Landschaft

Die Grundtechniken des Aquarells sind Ihnen bekannt und Sie möchten 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, speziell zum Thema Landschaft/Natur.

Niesky 25HA2702NN

Samstag | 11.10.2025 | 10:00 - 16:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Niesky | Martin Fiedler | 50,00 €

Workshop – Asiatische Tuschkmalerei für Einsteiger und Fortgeschrittene

Die asiatische Tuschkmalerei 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 Tuschkmalerei. 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.



Weißwasser 25HA2702WW

Samstag | 18.10.2025 | 10:00 - 15:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Anke Konz-Jäger | 44,00 €

Weißwasser 25HA2703WW

Samstag | 17.01.2026 | 10:00 - 15:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Anke Konz-Jäger | 44,00 €

NEU! Workshop – Handgedrucktes und Einführung in den Linolschnitt

In diesem Kurs werden die Grundlagen des Linolschnitts vermittelt. Wir werden im inspirierenden Areal um die ehemalige Nudelfabrik in Löbau – in der »Garage« – arbeiten.

Es entsteht ein handgeschnittener Stempel, mit dem vor Ort Papier, Karton und Stoff bedruckt werden kann.

Löbau 25HA2703LL

Samstag | 27.09.2025 | 14:00 - 16:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Franziska Panitz | 45,00 € | Eine Materialpauschale von 15,00 € kommt bar vor Ort hinzu.

NEU! Workshop – Gouache zum Kennenlernen



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.

Weißwasser 25HA2704WW

Samstag | 25.10.2025 | 10:00 - 16:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Martin Fiedler | 114,00 € inkl. einer hochwertigen Material-Grundausrüstung i.H.v. 64,00 €

Workshop – Aquarellmalerei für Einsteiger

Leuchtende Farben, weiche Übergänge und spontane Pinselführung prägen die Aquarellmalerei. In diesem Kurs erhalten Sie im eigenen Tempo eine individuelle Einführung in grundlegende Techniken – ob im Atelier oder später unterwegs mit dem Skizzenbuch. Von Anfang an erlernen Sie hilfreiche Tipps und Tricks, um eigene Motive sicher aufs Papier zu bringen. Schon bald werden Sie mit Freude, Leichtigkeit und wachsendem Selbstvertrauen aquarellieren.

Weißwasser 25HA2705WW

Samstag | 15.11.2025 | 10:00 - 16:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Martin Fiedler | 83,00 € inkl. einer hochwertigen Material-Grundausrüstung i.H.v. 33,00 €

Workshop – Aquarellmalerei für Fortgeschrittene/ Blumen

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. >>

KULTUR UND GESTALTEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

Sie lernen herausfordernde Motive methodisch zu aquarellieren und bilden dabei ihre ganz eigene individuelle Bildsprache heraus.

Weißwasser 25HA2706WW

Samstag | 22.11.2025 | 10:00 - 16:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Martin Fiedler | 50,00 €

NEU! Workshop – Locker malen mit Acrylfarben – Einsteiger

Ein richtiges Gemälde malen? Sicher, los geht's! Aber Ölfarben sind teuer, aufwendig und haben lange Trocknungszeiten. Hier kommt Acryl ins Spiel! Acryl bietet viele der Vorzüge, die Profis an Öl so lieben. Dabei ist die Farbe günstig, trocknet schneller und ist vor allem wesentlich beginnerefreundlicher! In diesem Workshop lernen Sie alle Grundlagen der klassischen Malerei anhand von Acrylfarben kennen.

Niesky 25HA2707NN

Samstag | 21.02.2026 | 10:00 - 16:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Niesky |
Martin Fiedler | 115,00 € inkl. einer hochwertigen Material-Grundausstattung i.H.v. 65,00 €

Weißwasser 25HA2707WW

Samstag | 17.01.2026 | 10:00 - 16:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Martin Fiedler | 115,00 € inkl. einer hochwertigen Material-Grundausstattung i.H.v. 65,00 €

NEU! Workshop – Acrylmalerei „Gefrorene Pfützen“

Ein Keilrahmen wird mit Packpapier/Kraftpapier und einem Acrylbindemittel vorbereitet, sodass eine leichte Struktur entsteht. Der Farbauftrag erfolgt intuitiv in mehreren Schichten, zunächst mittels

Mallappen (nicht mit dem Pinsel), wobei jede Farbe hauchdünn mit dem Mallappen verrieben wird. Auch für Neueinsteiger geeignet.



Bitte mitbringen: Keilrahmen ca. 40 x 50 cm oder Malpappe - alternativ: starker Aquarellkarton (ab 300 g/m²), Acrylfarben und Zubehör, Acrylbindemittel, Malspachtel etc..

Weißwasser 25HA2708WW

Samstag | 14.02.2026 | 10:00 - 16:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Anita Guske | 50,00 €

Aquarellmalerei für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist nicht für Anfänger geeignet.

Mitzubringen sind:
Zeichen- und Aquarellpapier (A 4 u. A3; 300g/qm), Aquarellfarben, Zeichenutensilien, Tusche, 2 Wassergläser, Schwamm, Küchenpapier, Lappen.

Löbau 25HA2711LL

Dienstag | 02.09.2025 | 09:00 - 11:15 Uhr |
3 Veranstaltungen | Musikschule Löbau |
Helga Pilz | 38,09 €

KULTUR UND GESTALTEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

Löbau 25HA2712LL

Dienstag | 09.09.2025 | 09:00 - 11:15 Uhr |
3 Veranstaltungen | Musikschule Löbau |
Helga Pilz | 38,09 €

Atelierzeit – Malerei und Grafik

Angebot für Anfänger und Fortgeschrittene

Im Mittelpunkt steht die eigene schöpferische Tätigkeit. Die Theorien sind an die praktische Arbeit gebunden. Linie und Fläche, Körper und Raum, Perspektive, Farbe, Komposition und Kontraste, Form und Inhalt sind Grundlagen der Gestaltung.

Themen: Stillleben, Figur-Gruppenbild-Landschaft, thematisches Arbeiten nach Wahl.

Bitte bringen Sie alle Ihre vorhandenen Malutensilien sowie Skizzenpapier und eine feste A4/A5 Unterlage mit.

Weißwasser 25HA2712WW

Montag | 15.09.2025 | 16:30 - 18:45 Uhr |
8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Jörg Tausch | 72,80 €

NEU! Botanische Aquarellmalerei – Vom Pinselstrich zum Porträt

In sieben Einheiten lernen Sie Schrift für Schrift, wie Sie ein botanisches Blumenporträt – wahlweise Herbstlaub oder Rose – realistisch und ausdrucksstark mit Aquarellfarben umsetzen. Dieser Kurs eignet sich sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene. Jede Einheit umfasst einen kurzen Vortragsteil (Theorie) und darauf abgestimmte praktische Übungen. Zusätzlich erhalten Sie Hinweise zur Präsentation und Bildgestaltung sowie Inspirationen aus den Bereichen Stillleben und Landschaft.

Zittau 25HA2712ZZ

Samstag | 13.09.2025 | 10:00 - 12:15 Uhr |
7 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Annett Wolf | 99,00 €.

Kreative Drucktechniken für Eltern und Kinder

Dieser Kurs ist perfekt geeignet um gemeinsam in Familie die Methode Druck zu entdecken. Spielerisch und mit einfachen Mitteln zeigt die Künstlerin Olga Veselá wie vielschichtige Drucke entstehen können. Der Druck mit Alltagsgegenständen und Spielzeugen (z.B. Lego) begeistert Große und Klein und lädt ein die Welt mit anderen Augen zu sehen.

Zittau 25HA2714ZZ

Samstag | 01.11.2025 | 10:00 - 12:00 Uhr |
8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Olga Veselá | 85,00 € Eltern | 35,00 € Kinder

PLASTISCHES GESTALTEN

Kreativ-Ton-Kurs

In geselliger und inspirierender Runde lernen Sie hier von unserer erfahrenen Dozentin, Frau Angelika Heinze, die Grundlagen des keramischen Handwerks. Angeleitet und unter Vorgaben werden sie diverse Gefäße und Formen töpfern und glasieren. Bitte Arbeitskleidung mitbringen. Der Ton ist nicht im Preis inbegriffen und wird vor Ort in der Volkshochschule gegen eine Materialgebühr angeboten. Diese Gebühr beinhaltet bereits das Brennen im Ofen. Glasuren werden kostenfrei angeboten.

Zittau 25HA2711ZZ

Mittwoch | 10.09.2025 | 16:00 - 18:15 Uhr |
8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Angelika Heinze | 92,83 €

Formen und Gestalten mit Ton

Unter fachlicher Anleitung festigen Sie die Besonderheiten im Umgang mit Ton und entdecken, durch die Arbeit mit dem Werkstoff, die unterschiedlichsten Gestaltungsmöglichkeiten.

Sie entwickeln sich weiter in gängigen Töpfertechniken und kreativen Oberflächengestaltungen der Werkstücke.

Es entstehen dekorative Objekte wie z. B. Pflanzgefäße, Leuchten oder andere kreative Gegenstände für Haus und Garten oder zur Weihnachtszeit.

Weißwasser 25HA2802WW

Dienstag | 21.10.2025 | 16:45 - 19:00 Uhr |
6 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Karin Heimann | 67,50 € zzgl. 18,00 € Materialkosten

Töpferkurs – Modellieren mit verschiedenen Techniken

In unserem Keramikkurs lernen Sie, wie Sie Ton mit Ihren Händen formen und mit verschiedenen Techniken modellieren. Ob Schale, Vase oder Skulptur – gestalten Sie Ihr ganz persönliches Kunstwerk. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, nur Freude am kreativen Arbeiten. Lassen Sie sich inspirieren und erleben Sie die entspannende Wirkung des Arbeitens mit Ton in angenehmer Kursatmosphäre.

VHH Ebersbach 25HA2801EL

Mittwoch | 03.09.2026 | 15:00 - 16:45 Uhr |
10 Veranstaltungen | Ebersbach-Neugersdorf |
Lidia Escobar de Diener | 125,11 €

VHH Ebersbach 25HA2802EL

Mittwoch | 03.09.2026 | 17:15 - 19:00 Uhr |
10 Veranstaltungen | Ebersbach-Neugersdorf |
Lidia Escobar de Diener | 125,11 €

NEU! Töpfern für Anfänger – Modellierungs- und Emailliertechniken



In diesem Kurs lernen Sie die Bearbeitung von Keramik und Glasur von Grund auf. Sie benötigen keine Vorkenntnisse und entdecken den Unterschied verschiedener Tonsorten. Die Dozentin Lidia Escobar de Diener führt Sie in die Kunst des Töpfern ein und teilt ihre Expertise der südamerikanischen Keramikkunst. Sie gestalten eigene Tassen, Schüsseln und Objekte und lernen den Einsatz von Engoben und Glasuren kennen.

VHH Ebersbach 25HA2803EL

Mittwoch | 03.09.2026 | 17:15 - 19:00 Uhr |
10 Veranstaltungen | Ebersbach-Neugersdorf |
Lidia Escobar de Diener | 125,11 €

TEXTILES GESTALTEN

Kreatives Klöppeln – Spaß am traditionellen Handwerk

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.

In diesem Kurs können Sie dieses wunderbare Handwerk erlernen und perfektionieren.

Bitte beachten Sie, dass Werkzeuge und Materialien eigenständig mitzubringen sind. Nähere Informationen erhalten Sie auf der Website oder direkt zum ersten Kurstermin.

Zittau 25HA2912ZZ

Donnerstag | 25.09.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Monika Liewald | 36,50 €

Kreatives Klöppeln – Spaß am traditionellen Handwerk für Fortgeschrittene

Zittau 25HA2911ZZ

Donnerstag | 25.09.2025 | 14:00 - 15:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Monika Liewald | 36,50 €

HANDWERK / KUNSTHANDWERK

Workshop: Goldschmieden für Einsteiger

In diesem Workshop fertigen Sie ein Schmuckstück ganz nach Ihren Vorstellungen. Machen Sie sich mit einigen Werkzeugen vertraut und probieren Sie kleine Sägeübungen. Danach können Sie eigene Ketten-, Ohranhänger oder Ohrstecker selbst herstellen. Das Schmuckstück selbst kann in 925er Silber gefertigt werden oder in verschiedenen Goldlegierungen. Der Materialpreis wird zusätzlich im Vorfeld berechnet.

Löbau 25HA2A11LL

Samstag | 04.10.2025 | 11:00 - 15:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Werkstatt auf der Schafbergstr. 5 in 02708 Rosenbach OT Herwigsdorf |
Anika Bomm | 75,62 €

Löbau 25HA2A12LL

Freitag | 31.10.2025 | 11:00 - 15:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Werkstatt auf der Schafbergstraße 5 in 02708 Rosenbach OT Herwigsdorf |
Anika Bomm | 75,62 €

Löbau 25HA2A13LL

Samstag | 24.01.2026 | 11:00 - 15:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Werkstatt auf der Schafbergstr. 5 in 02708 Rosenbach OT Herwigsdorf |
Anika Bomm | 75,62 €

NEU! Seifen sieden – Seife selbst herstellen



Sie möchten einmal hinter die Kulissen der Seifenmanufaktur „SOAPERlausitz“ schauen und das Handwerk des Seifensiedens erlernen? Der Workshop „Seifen Sieden“ ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse geeignet. Hier bringt Ihnen Melanie Günther, die Gründerin von „SOAPERlausitz“, das Handwerk des Seifen-Siedens näher. Ihrer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt, wenn Sie Ihre eigene Seife kreieren. Am Ende des Workshops dürfen Sie diese Seife (ca. 1,2 kg selbst hergestellte Seife) mit nach Hause nehmen.

Löbau 25HA2A20SL

Samstag | 17.01.2026 | 09:00 - 13:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Seifenatelier Schloss Mittelsohland, Mittelhof 182, 02894 Sohland am Rotstein |
Melanie Günther | 89,00 €

KULTUR UND GESTALTEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

Adventsfloristik – romantisch, zeitgemäß und modern

Sie fertigen Raum- oder Tischobjekte aus verschiedenen Naturmaterialien, Draht, frischem Grün und weihnachtlichen Zutaten. Sie erhalten Anregungen für die Form- und Farbgebung. Anhand von Beispielen kreiert und gestaltet sich jeder ganz individuell seine eigene Adventsdekoration. Zusätzlich bekommen Sie Tipps, wie man kreativ und kostengünstig Haus- und Alltagsgegenstände verarbeiten kann.

Weißwasser 25HA2A30WW

Mittwoch | 03.12.2025 | 17:00 - 19:45 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Liudmila Olbrich | 25,60 € | Materialkosten: ca.
8,00 € sind vor Ort zusätzlich an die Dozentin
zu zahlen.

Adventsfloristik – Zapfengewürzkränze und Spansterne

An diesem Vormittag können Sie zwei weihnachtliche Dekorationen selbst herstellen. Sie werden aus verschiedenen Zapfenarten, Nüssen und Gewürzen einen herrlich duftenden Kranz fertigen. Die Unterlage ist ein Strohrömer (Ø 20cm). Ein bezaubernd einfacher und filigraner Weihnachtsschmuck für Fenster, Sträuße und den Baum sind Sterne aus Holzspänen, die Sie auch fertigen werden. Wer seine Spansterne mit kleinen Perlen veredeln möchte, bringt bitte eine Pinzette mit.

Niesky 25HA2A30NN

Samstag | 15.11.2025 | 09:00 - 12:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Niesky |
Eva Maria Mirle | 25,60 € zzgl. Materialkosten
nach Verbrauch i.H.v. ca. 18,00 €

Niesky 25HA2A31NN

Samstag | 22.11.2025 | 09:00 - 12:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Niesky |
Eva Maria Mirle | 25,60 € zzgl. Materialkosten
nach Verbrauch i.H.v. ca. 18,00 €

FOTOGRAFIE / MEDIENPRAXIS

Digitale Fotografie für Einsteiger, Teil 1 - 3

Moderne Kameras verfügen über eine Vielzahl von Einstellungsmöglichkeiten, die den Einsteiger in die Digitalfotografie, anders als von den Kameraherstellern versprochen, oft mehr verwirren, als das Fotografieren zum Kinderspiel zu machen. Die Menüs sind voll von technischen Begriffen, deren Bedeutungen dem Hobbyfotografen oft unklar bleiben. Bitte bringen Sie Ihre eigene Kamera und Schreibzeug mit.

Niesky 25HA2B00NN

Samstag | 17.01.2026 | 09:30 - 13:00 Uhr |
3 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky |
André Schulze | 70,00 €

Weißwasser 25HA2B00WW

Samstag | 17.01.2026 | 14:00 - 17:30 Uhr |
3 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
André Schulze | 70,00 €

NEU! Workshop – Einführung in die Fotografie, Fabrikareal erkunden mit dem Handy

Lernen Sie, mit Ihrem Handy eindrucksvolle Fotografien anzufertigen! Die Löbauer Kreativakteurin Roxana Wegener nimmt Sie mit auf das Areal der Nudelfabrik und führt Sie ein in die Kunst der Fotografie, damit auch Sie in Zukunft keinen Schnappschuss mehr leichtfertig knipsen.

KULTUR UND GESTALTEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

Eine eigene Kamera (Handy oder Digitalkamera) ist eigenständig mitzubringen.

Löbau 25HA2B01LL

Samstag | 04.10.2025 | 10:00 - 12:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Roxana Wegener | Nudelfabrik
Löbau | 36,00 €

Kleine Fotoakademie – Natur und Landschaft / Der essbare Wald



Fotografieren Sie gern Landschaften und möchten lernen, wie Sie mit den richtigen Kameraeinstellungen und einfachen Tricks atemberaubende Bilder aufnehmen können? In dem Workshop vermittelt der Dozent wesentliche Aspekte der Landschaftsfotografie: von der Planung, Motivfindung und Bildgestaltung bis zur Arbeit mit natürlichem Licht und Schärfesteuerung. Entwickeln Sie Ihren persönlichen Stil weiter und betrachten Sie die interessantesten Perspektiven anderer Teilnehmer.“

Rietschen 25HA2B01RN

Samstag | 27.09.2025 | 14:00 - 17:00 Uhr | 1
Veranstaltung | Treffpunkt: 14 Uhr Parkplatz vor
der Kirche in Rietschen, gemeinsame Weiterfahrt
zum „Essbaren Wald“ | André Schulze | 25,00 €

NEU! Live-Multivisionsshow: China – Von Shanghai nach Tibet



Mit dem Fahrrad, per Anhalter und Boot reist der Abenteuerer, Fotograf und Buchautor Robert Neu 6.500 km durch das Reich der Mitte. Immer entlang des Jangtse, komplett von der Mündung bis zur extrem abgelegenen Quelle im Hochland Tibets. Im Vortrag berichtet er informativ, bildgewaltig und mit dem nötigen Tick Humor von der Reise und einem faszinierend unbekanntem Land.

Weißwasser 25HA2B10WW

Samstag | 31.01.2026 | 17:00 - 19:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Weißwasser, Telux Säle |
Robert Neu | 15,00 € | Vorverkauf: 13,00 €,
Abendkasse 15,00 €, ermäßigt bis 18 Jahre 5,00 €

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

Maler GmbH
FACHHANDEL
NEUGERSDORF

Öffnungszeiten:
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

**JUGENDKUNSTSCHULE
OBERLAUSITZ-NIEDERSCHLESIE**



Das Ziel der JKON ist es, mit einem regelmäßigen Kursangebot Kinder und Jugendliche in den Landkreisen Görlitz und Bautzen künstlerisch auszubilden und sie auf dem Weg zu einer künstlerisch-kreativen Karriere zu begleiten. Dies geschieht zu dem Zweck, dass die Region der Oberlausitz in ihrer Gänze und im Speziellen ihre kulturelle Landschaft sowie die künstlerische Praxis und ihre Akteure gestärkt werden. Die positiven Effekte sind vielseitig

und wirken über den kulturellen Bereich hinaus.

Das Kursangebot erstreckt sich über eine Auswahl der Sparten der Künste; dies sind die bildende Kunst (Malerei, Plastik, Druck, Grafik), die darstellende Kunst (Tanz) und Medienkunst (Audiocast, Trickfilm, Animation, Fotografie, Illustration).

Das Angebot der JKON wird in zwei klar getrennte Bereiche unterteilt: niedrigschwellige Angebote für Einsteiger und fordernde sowie fördernde Angebote für Talente mit dem Anspruch eines Studiums der Künste oder einem vergleichbaren Werdegang.

Also ihr Künstler, besucht uns auf der Website der Volkshochschule Dreiländereck und findet den passenden Kurs für euch, ob ein Grundlagenkurs oder ein Mappenkurs.



**Mehr Infos unter:
www.vhs-dle.de**



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 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.

Ansprechpartnerin:

Peggy Lange, Mail: peggy.lange@vhs-dle.de

Das Projekt „vhs.Media-Medienkompetenz in regionalen Wirkungskreisen“ wird durch



die Sächsische Landesmedienanstalt gefördert. Weitere Informationen finden Sie auf unserer VHS-Webseite.

Gesundheit

#Zukunftsort_vhs
Kompetenzen für morgen

GESUNDHEIT

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

Informationen zur Bezuschussung unserer Gesundheitskurse durch die Krankenkassen

Die bundesweiten Richtlinien der Krankenkassen beinhalten eine Vielzahl von Kriterien, sodass 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. Diese Kurse sind als zertifiziert gekennzeichnet. 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 qualitativ gesichert. Wichtiger als ein Zuschuss ist, dass der Kurs Ihre Gesundheit fördert.

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.



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

ENTSPANNUNG / STRESSBEWÄLTIGUNG

5 Elemente QiGong



Grundlage des QiGong ist die traditionelle chinesische Medizin mit ihrer 5-Elemente-Lehre. QiGong ist eine über 3000 Jahre alte Methode, um Krankheiten vorzubeugen. Das „Qi“ steht für Energie und das „Gong“ für sanfte Bewegung. Mit QiGong 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.

Löbau 25HA3122LL

Freitag | 05.09.2025 | 15:45 - 17:15 Uhr |
11 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Sylvia Herbig | 99,00 €

Weißwasser 25HA3100WW – Grundkurs

Mittwoch | 22.10.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Natalie Krieger | 92,50 €

**Hinweis**

Eine kostenfreie Stornierung Ihrer Anmeldung ist gemäß unserer AGB bis 5 Werktage vor Kursbeginn möglich.

Balance Yoga

Dieser Kurs ist für alle geeignet, die Yoga kennenlernen möchten. Weiterhin eignet er sich insbesondere auch für all diejenigen, die meist eine sitzende Tätigkeit ausüben.

Wir beginnen mit einfachen Übungen, mit Übungen für die Gelenke. Diese werden uns zu den Yoga Positionen führen.

Ich, Alona Korolenko aus der Ukraine, praktiziere Yoga seit 12 Jahren und möchte Ihnen helfen, Ihren Körper auf neue Art zu spüren, diesem mehr Beweglichkeit und Leichtigkeit zu geben und sich in Yoga zu verlieben.

Zittau 25HA3112ZZ

Dienstag | 02.09.2025 | 10:00 - 11:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Alona Korolenko | 82,50 €

Zittau 25HA3113ZZ

Dienstag | 02.09.2025 | 18:30 - 20:00 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Alona Korolenko | 82,50 €

Zittau 25HA3114ZZ

Donnerstag | 04.09.2025 | 10:00 - 11:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Alona Korolenko | 82,50 €

NEU! Yoga

Eine Einheit dauert 90 Minuten und besteht aus körperlichen Übungen, bestimmten Atemtechniken und einer harmonischen Meditation. Ziel dabei ist es, sowohl Kraft, Beweglichkeit als auch mentale Klarheit zu fördern und die innere Balance zu stärken. Yoga bietet Entspannung für Körper, Geist und Seele. Die ganzheitlichen Übungen dehnen Muskeln auf sanfte Art und Weise, wirken gleichzeitig stressreduzierend und fördern das innere Gleichgewicht.

Bitte Decke und Kissen mitbringen.

Ebersbach 25HA3100EL

Donnerstag | 04.09.2025 | 19:00 - 20:30 Uhr |
8 Veranstaltungen | VHH Ebersbach |
Stephan Schmidt | 79,50 €

Niederoderwitz 25HA3114EL

Dienstag | 09.09.2025 | 19:00 - 20:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | Begegnungszentrum
Niederoderwitz | Ines Kennert | 99,50 €

Niederoderwitz 25HA3115EL

Donnerstag | 21.08.2025 | 19:00 - 20:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | Begegnungszentrum
Niederoderwitz | Ines Kennert | 99,50 €

Löbau 25HA3111LL

Dienstag | 02.09.2025 | 16:45 - 18:15 Uhr |
8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Stephan Schmidt | 79,50 €

Hatha-Yoga Entspannungswochenende**Entspannung, Kräftigung und Stabilität**

Entspannung, Kräftigung und Stabilität – eine wohltuende Auszeit für Körper und Geist am Wochenende! Durch achtsame Asanas werden verspannte Bereiche gelöst und schwache Partien gezielt gestärkt. Selbstmassage hilft, tiefe Verspannungen in Muskeln und Faszien zu lockern. Die bewusste Atmung fördert Entspannung, innere Kraft und Vertrauen und sorgt für mehr Ausgeglichenheit und Ruhe im Nervensystem.

Zittau 25HA3110ZZ

Samstag bis Sonntag | 08.11.2025 bis
09.11.2025 | 09:30 - 16:30 Uhr | 2 Veranstaltungen
| Geschäftsstelle Zittau | Ramona Wünsche
| 75,00 €

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. Diese Hatha-Yoga Kurse sind über Ihre Krankenkasse förderfähig.

Niesky 25HA3101NN

Mittwoch | 03.09.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr |
10 Veranstaltungen | Jahnhalle Veranstaltungssaal Niesky, Ödernitzer Str. 7c | Ines Faltin |
105,00 €

Niesky 25HA3102NN

Mittwoch | 03.09.2025 | 19:15 - 20:45 Uhr |
10 Veranstaltungen | Jahnhalle Veranstaltungssaal Niesky, Ödernitzer Str. 7c | Ines Faltin |
105,00 €

Niesky 25HA3103NN

Donnerstag | 04.09.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr |
10 Veranstaltungen | Jahnhalle Veranstaltungssaal Niesky, Ödernitzer Str. 7c | Ines Faltin |
105,00 €

Niesky 25HA3104NN

Donnerstag | 04.09.2025 | 19:15 - 20:45 Uhr |
10 Veranstaltungen | Jahnhallensaal Niesky,
Ödernitzer Str. 7c | Ines Faltin | 105,00 €

Walldorf-Eibau 25HA3111EL

Montag | 15.09.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr |
10 Veranstaltungen | Walldorf-Eibau,
Dorfgemeinschaftshaus | Andrea Thiele |
105,00 € >>>

Walddorf-Eibau 25HA3113EL

Mittwoch | 17.09.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Walddorf- Eibau, Dorfgemeinschaftshaus | Andrea Thiele | 105,00 €

Weißwasser 25HA3101WW

Freitag | 05.09.2025 | 15:00 - 16:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Ines Faltin | 105,00 €

Weißwasser 25HA3102WW

Freitag | 05.09.2025 | 16:45 - 18:15 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Ines Faltin | 105,00 €

Weißwasser 25HA3103WW

Dienstag | 16.09.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Petra Rübesam | 105,00 €

Weißwasser 25HA3104WW

Donnerstag | 18.09.2025 | 09:30 - 11:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Petra Rübesam | 105,00 €

Zittau 25HA3115ZZ

Donnerstag | 18.09.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Anke Schubert | 105,00 €

Zittau 25HA3116ZZ

Donnerstag | 18.09.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Anke Schubert | 105,00 €

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, das Stresslevel zu senken und durch verschiedene Tipps und Methoden zu lernen, wie wieder mehr Entspannung in Ihren Alltag kommt.

Zittau 25HA3102ZZ

Freitag | 17.09.2025 | 17:30 - 19:30 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Ireen Fritsche | 15,50 €

NEU! Gelassenheit im Alltag - Einführung in Entspannungstechniken

Stress lass nach! Sie erhalten in diesem Workshop sowohl praktische als auch kognitive Einblicke in verschiedene Entspannungsverfahren, die gut geeignet sind, Stress- und Spannungszustände zu reduzieren. Bitte mitbringen: Socken, ein kleines Kissen und eine Decke.

Weißwasser 25HA3110WW

Samstag | 15.11.2025 | 14:00 - 18:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Katrin Schuster | 32,50 €

NEU! Autogenes Training

Autogenes Training ist eine Entspannungsmethode, welche die Teilnehmer nach anfänglicher Anleitung selbstständig und eigenverantwortlich anwenden. Es ist ein Weg, aus dem Alltagsstress zu fliehen. Daher bietet Autogenes Training eine Möglichkeit der Stressbewältigung bzw. Stressreduktion. Bitte sprechen Sie vorab mit Ihrem Arzt, ob eine solche Entspannungsmethode für Sie geeignet ist.

Mitzubringen sind: ein kleines Kissen und warme Socken.

Weißwasser 25HA3111WW

Montag | 01.09.2025 | 18:30 - 19:30 Uhr | 8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Katrin Schuster | 60,00 €

NEU! Stressbewältigung – Gehirnjogging – Stimmtraining

Stressbewältigung 8 UE

Finden Sie Ihre innere Balance. Mit Achtsamkeit, alltagstauglichen Methoden und individuellen Coaching lernen Sie, Stress abzubauen und neue Energie zu gewinnen.

Gehirnjogging 4 UE

Aktiviere Körper und Geist! Mit spielerischen Bewegungen werden beide Gehirnhälften vernetzt – für mehr Konzentration und Lernfreude.

Stimmtraining 4 UE

Entfalten Sie Ihre Stimme! Mit Übungen für Klang, Kraft und stimmliche Gesundheit.

Weißwasser 25HA3112WW

Samstag | 10.01.2026 und 24.01.2026 | 9:30 - 15:30 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Katrin Schuster und Theresia Rothe | 74,50 €

BEWEGUNG / AUSDAUER / PRÄVENTION

NEU! Europäische Woche des Sports #BeActive

Werden Sie Teil der europaweiten Bewegung gegen Bewegungsmangel! Der Deutsche Turner-Bund koordiniert die Aktion seit 2016 – mach mit und bleib fit:

Mo, 8-9 Uhr: Aktiv-Spaziergang am Jahnteich mit Sporteinlagen

Di, 16-17 Uhr: Rückenfit in der VHS Weißwasser

Mi, 14:30-15:30 Uhr: Outdoortraining an der Sportbox

Do, 8-9 Uhr: Yogilates zum Start in den Tag

Tage einzeln buchbar.

Anmeldung bis 15.09.2025 mit Kontaktdaten.

Weißwasser 25HA300WW

Montag | 22.09.2025 | 08:00 - 14:00 Uhr | 4 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Theresia Rothe | 5,00 € pro Angebot

NEU! Pilates für Einsteiger

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 mit der Atmung zusammen ausgeführt. Funktionsgymnastik nach Pilates ist für jedes Alter geeignet.

Weißwasser 25HA3221WW

Montag | 01.09.2025 | 14:30 - 15:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Theresia Rothe | 69,00 € | Zertifiziert!

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. Dieses Angebot ist über Ihre Krankenkasse förderfähig. >>

Zittau 25HA3221ZZ

Mittwoch | 10.09.2025 | 19:00 - 20:00 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Silke Pollack | 76,00 € | Zertifiziert!

Zittau 25HA3222ZZ

Mittwoch | 10.09.2025 | 20:15 - 21:15 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Silke Pollack | 76,00 € | Zertifiziert!

Zittau 25HA3225ZZ

Mittwoch | 10.09.2025 | 10:00 - 11:00 Uhr |
8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Bettina Schwoerer | 60,00 € | Zertifiziert!

Zittau 25HA3228ZZ

Donnerstag | 11.09.2025 | 18:30 - 19:30 Uhr |
8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Bettina Schwoerer | 60,00 € | Zertifiziert!

Zittau 25HA3229ZZ

Donnerstag | 11.09.2025 | 19:30 - 20:30 Uhr |
8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Bettina Schwoerer | 60,00 € | Zertifiziert!

Herz-Kreislauf-Training

Für mehr Vitalität, Kraft und Beweglichkeit für Ihre Gesundheit! Dieser Kurs bietet Abwechslung und ein wirkungsvolles Training. Er ist für Einsteiger wie Fortgeschrittene sehr geeignet. Sie erlernen, wie Ihre Muskulatur gekräftigt, das Herz-Kreislaufsystem trainiert und die Fettverbrennung angekurbelt wird. Ein effektives Ganzkörperworkout.

Ebersbach 25HA3231EL

Dienstag | 02.09.2025 | 18:30 - 19:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | VHH Ebersbach |
Madlen Scholze | 69,00 €

Drums Alive®-Workshop

Dieses Fitness- und Wellnessprogramm kombiniert Bewegung, Rhythmus und Spaß. Mit Drumsticks wird auf Pezzibälle getrommelt – ein Cardio-Workout mit Beats, das die Fettverbrennung ankurbelt, Muskeln stärkt und den Kreislauf aktiviert. Zusätzlich werden beide Gehirnhälften stimuliert, was das allgemeine Wohlbefinden steigert und die Konzentrationsfähigkeit fördert. Ein energiegeladenes Ganzkörpertraining!

Löbau 25HA3232LL

Donnerstag | 28.08.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Theresia Rothe | 10,00 €

Weißwasser 25HA3234WW

Donnerstag | 16.10.2025 | 10:00 - 11:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Theresia Rothe | 10,00 €

Weißwasser 25HA3235WW

Donnerstag | 12.02.2026 | 10:00 - 11:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Theresia Rothe | 10,00 €

Dance Aerobic-Workshop

Ob jung oder alt, getanzt wird immer gern. Mit einfachen Schrittfolgen bewegen wir uns im Rhythmus zur Musik. Dabei wird in diesem Kurs lateinamerikanische Musik bevorzugt. Mit Chachacha, Salsa, Merengue und weiteren Tanzrichtungen bringen wir Schwung ins Herz-Kreislauf-System. Die Fettverbrennung wird aktiviert, Koordination und Beweglichkeit werden geschult.

Löbau 25HA3233LL

Freitag | 29.08.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Theresia Rothe | 10,00 €

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 Bewegungsprogramm dient vornehmlich der Ankurbelung des Herz-Kreislauf-Systems. Das Muskeltraining für den Rücken steigert die Koordination und die Beweglichkeit. Entspannungstechniken runden das Ganzkörpertraining ab.

Weißwasser 25HA3233WW

Montag | 18.08.2025 | 17:45 - 18:45 Uhr |
10 Veranstaltungen | Weißwasser, Brüder Grimm
Schule | Silke Prietzel | 69,00 €

Fit für den Alltag – Ganzkörpertraining

Der Kurs bietet vielfältige gymnastische Bewegungsformen mit wechselnden Schwerpunkten. Anleitung und Demonstration durch den Kursleiter wechseln sich ab. Ziel ist es, neue Bewegungs- und Körpererfahrungen zu sammeln und Bewegung langfristig in den Alltag zu integrieren.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, rutschfeste Hallenschuhe und ein großes Handtuch.

Löbau 25HA3237LL

Mittwoch | 03.09.2025 | 18:45 - 19:45 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Marina Biller | 59,00 €

Weißwasser 25HA3232WW

Mittwoch | 03.09.2025 | 17:30 - 18:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Weißwasser, Brüder Grimm
Schule | Theresia Rothe | 79,00 € zertifiziert

Fit und Mobil mit Rollator und Rollstuhl in der Oberlausitz

Trainieren Sie die Handhabung Ihres Hilfsmittels in Bus und Zug bei einem Ausflug von Oppach nach Zittau. Wir üben das sichere Ein- und Aussteigen, geben Tipps und zeigen Übungen, um sich fit zu halten. Die Teilnahme ist auch an den Bahnhöfen in Ebersbach und in Zittau möglich.

Das Angebot wird in Kooperation mit der Inklusionsbeauftragten des LK Görlitz umgesetzt. Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushalts.

Oppach/ Ebersbach/ Zittau 25HA3302OL

Dienstag | 16.09.2025 | 9:15 – 13:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Busbahnhof Oppach | Marina
Biller | kostenlos (ggf. Fahrkarte für den ÖPNV)

Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushalts.



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 25HA3240KW

Dienstag | 19.08.2025 | 18:00 - 18:45 Uhr |
8 Veranstaltungen | Erlebniswelt Krauschwitz |
Jessica Schwabe | 95,00 € | Zertifiziert!

Krauschwitz 25HA3241KW

Mittwoch | 03.09.2025 | 10:00 - 10:45 Uhr |
8 Veranstaltungen | Erlebniswelt Krauschwitz |
Theresia Rothe | 95,00 € | Zertifiziert!

Krauschwitz 25HA3242KW

Mittwoch | 03.09.2025 | 11:00 - 11:45 Uhr |
8 Veranstaltungen | Erlebniswelt Krauschwitz |
Theresia Rothe | 95,00 € | Zertifiziert!

Krauschwitz 25HA3243KW

Freitag | 05.09.2025 | 09:00 - 09:45 Uhr |
8 Veranstaltungen | Erlebniswelt Krauschwitz |
Theresia Rothe | 95,00 € | Zertifiziert!

Krauschwitz 25HA3244KW

Freitag | 05.09.2025 | 10:00 - 10:45 Uhr |
8 Veranstaltungen | Erlebniswelt Krauschwitz |
Theresia Rothe | 95,00 € | Zertifiziert!

Krauschwitz 25HA3245KW

Freitag | 05.09.2025 | 11:00 - 11:45 Uhr |
8 Veranstaltungen | Erlebniswelt Krauschwitz |
Theresia Rothe | 95,00 € | Zertifiziert!

Weißwasser 25HA3240WW

Dienstag | 02.09.2025 | 19:00 - 19:45 Uhr |
8 Veranstaltungen | Schwimmhalle Weißwasser |
Theresia Rothe | 95,00 € | Zertifiziert!

Weißwasser 25HA3241WW

Dienstag | 02.09.2025 | 20:00 - 20:45 Uhr |
8 Veranstaltungen | Schwimmhalle Weißwasser |
Theresia Rothe | 95,00 € | Zertifiziert!

Weißwasser 25HA3242WW

Mittwoch | 03.09.2025 | 13:00 - 13:45 Uhr |
8 Veranstaltungen | Schwimmhalle Weißwasser |
Theresia Rothe | 95,00 € | Zertifiziert!

Weißwasser 25HA3243WW

Donnerstag | 04.09.2025 | 13:00 - 13:45 Uhr |
8 Veranstaltungen | Schwimmhalle Weißwasser |
Theresia Rothe | 95,00 € | Zertifiziert!

Weißwasser 25HA3246WW

Mittwoch | 26.11.2025 | 13:00 - 13:45 Uhr |
8 Veranstaltungen | Schwimmhalle Weißwasser |
Theresia Rothe | 95,00 € | Zertifiziert!

Weißwasser 25HA3247WW

Donnerstag | 27.11.2025 | 13:00 - 13:45 Uhr |
8 Veranstaltungen | Schwimmhalle Weißwasser |
Theresia Rothe | 95,00 € | Zertifiziert!

SELBSTHILFE / MASSAGE

Gesundheit durch Atmung

Unser Atem begleitet uns ein Leben lang. Mit gezielten Übungen und sanfter Pflege können wir unser Atemsystem stärken. Inhalte: Aufbau und Phasen der Atmung, ihre Wirkung auf Organe wie Nerven- und Verdauungssystem, der Einfluss von Ernährung sowie unterstützende Heilkräuter.

Jeder Termin kombiniert Theorie mit alltagstauglichen Atemübungen. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und etwas zu trinken mitbringen.

Zittau 25HA3301ZZ

Freitag | 05.09.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr |
5 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Theresa Lau | 44,50 €

Akupressur-Massage für die ganze Familie

Die Akupressur-Massage basiert auf der Traditionellen Chinesischen Medizin mit ihrem Meridiansystem – den Energiekanälen des Körpers. Ziel ist es, den Energiefluss zu fördern. Im Kurs lernen Sie Grundlagen zu Meridianverläufen, Akupunkturpunkten und Techniken mit Handflächen, Fingern, Ellenbogen, Unterarm sowie Dehnungen und Rotationen kennen. So können Sie Familie oder Freunden bei Verspannungen, Kopf- oder Rückenschmerzen wohl-tuend helfen.

Weißwasser 25HA3401WW

Samstag | 27.09.2025 | 10:00 - 14:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Anke Konz-Jäger | 32,50 €

Selbsthilfe bei Rückenschmerzen

Jeder 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.

Weißwasser 25HA3402WW

Samstag | 29.11.2025 | 10:00 - 14:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Anke Konz-Jäger | 32,50 €

NEU! Faszination Ayurveda-Erlebnisworkshop

Ayurveda ist das bekannteste System Traditioneller Indischer Medizin. Es lehrt ein gesundes, langes Leben durch ganzheitliche Vorbeugung. Der Kurs gibt Einblicke in die fünf Elemente, die Doshas als Bioenergien sowie die Prinzipien ayurvedischer Ernährung. Sie erhalten Tipps für eine ayurvedische Lebensweise und zur Verbindung von Ayurveda und Yoga. Bitte bringen Sie Schreibutensilien und bequeme Kleidung für eine kurze Yogapraxis mit.

Weißwasser 25HA3403WW

Samstag | 30.08.2025 | 09:00 - 13:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Petra Rübesam | 32,50 €

Faszination Ayurveda – Aufbaukurs

Erfahren Sie in Teil 2 des Workshops „Faszination Ayurveda“ noch mehr über ayurvedische Ernährung: Du bist, was du isst! Weiterhin erhalten Sie Einblick in die praktische Pflanzenheilkunde und weiterführende Informationen zu Therapiemöglichkeiten. Haben Sie auch diesmal neben Schreibutensilien für Ihre Notizen Yogabekleidung für die Praxis dabei.

Weißwasser 25HA3404WW

Freitag | 24.10.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Petra Rübesam | 24,50 €

NEU! Aromaabend – Einführung in die Welt der ätherischen Öle

Ätherische Öle sind Wegbegleiter bei vielen Lebensthemen. Sie können sowohl auf emotionale Themen als auch für die Hausapotheke genutzt werden. Ätherische Öle sind besonders reich und vielfältig. >>

GESUNDHEIT

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

Sie unterstützen den Körper in verschiedener Weise zu mehr Wohlbefinden. Gezielt eingesetzt, stärken ätherische Öle unser Wohlbefinden und tragen zu einem besonderen Lifestyle bei.

Löbau 25HA3600LL

Donnerstag | 13.11.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 1
Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Ines Kennert | 10,00 €

Zittau 25HA3600ZZ

Montag | 29.09.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Ines Kennert | 10,00 €

Woche der seelischen Gesundheit – Kamera Sensibel mit dem Film „Sur l'Adamant“

Am 10. Oktober 2025 ist der Internationale Tag der seelischen Gesundheit. In Kooperation mit dem

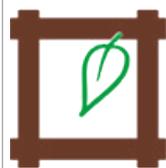
Sozialen Netzwerk Lausitz zeigen wir den Film „Sur l'Adamant“. Die französisch-japanische Doku von Nicolas Philibert porträtiert eine Tagesklinik für psychisch erkrankte Menschen in Paris. Der Film gewann 2023 den Goldenen Bären bei der Berlinale.



Die Veranstaltung ist kostenlos, eine Anmeldung jedoch erforderlich. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Weißwasser 25HA3601WW

Dienstag | 14.10.2025 | 18:00 - 20:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Theresia Rothe | 0,00 €



jens vogt
Zimmerei und Sägewerk

- Holzbau
- Umgebendesanierung
- Biologisches Bauen

Dorfstraße 15a • 02799 Waltersdorf • info@zimmerei-jens-vogt.de • Tel. (03 58 41) 6 39 76
Funk 0172 3622979 • Fax (03 58 41) 6 39 78 • www.zimmerei-jens-vogt.de

Dachdeckermeister
Tom Offermanns

Tom Offermanns ••• Mail: tom_offermanns@vodafone.de
Turnhallenweg 10, 02739 Kottmar, Ortsteil Neueibau
Tel. 03586 408472 • Fax: 03586 300197 • Funk: 0172 3436001

PROJEKTE

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

Partnerschaft für Demokratie des Landkreises Görlitz



PARTNERSCHAFT
für DEMOKRATIE
Landkreis Görlitz

Menschen ihre Ideen einbringen und ihr Umfeld aktiv mitgestalten können.

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“.

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 finden Sie unter www.demokratie-leben-landkreisgr.de



Ansprechpartnerinnen:

Koordinierungs- und Fachstelle: Lisa Mayer, Tel. 0152 21797359, Mail: lisa.mayer@vhs-dle.de
Koordinierung Jugendbeteiligung: Hanna Jüling, Tel. 03581 40 37 46, Mail: hanna.jueling@vhs-dle.de

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.

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.

Um das Demokratieverständnis lebendig und erfahrbar zu machen, fördern wir vor allem Projekte für Kinder, Jugendliche und deren Eltern sowie junge Erwachsene. Dazu gehören unter anderem Jugendbeteiligungsprojekte, Mitmachangebote sowie regionale Vernetzungstreffen, bei denen junge

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

Gefördert vom



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**



Sprachen

#Zukunftsort_vhs
Kompetenzen für morgen

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

UNSER SPRACHKURSPROGRAMM: DAS WICHTIGSTE AUF EINEN BLICK

Niveaustufen nach GER

Der **Gemeinsame Europäische Referenzrahmen für Sprachen (GER)** ist seit mehr als 20 Jahren der Standard für die Vergleichbarkeit von Sprachkenntnissen. Er definiert Lernziele und Leistungen bei Sprachprüfungen. Unsere Kurse und Prüfungen werden gemäß GER geplant. Auch alle Einstufungstests orientieren sich daran. Eine komplette Übersicht der Stufen finden Sie hier: www.europa-eischer-referenzrahmen.de.

Fragen zur Kurswahl beantworten Ihnen die Mitarbeiterinnen im Fachbereich Sprachen.

Persönliche Beratung ist gern nach vorheriger telefonischer Absprache möglich!



Für Löbau und Zittau
Frau Milena Hruška
Telefon: 03585 41 77 446



Für Niesky und Weißwasser
Frau Katrin Delitz
Telefon: 03576 27 83 13
Telefon: 03588 20 19 63

Onlinesprachkurse in der vhs.cloud



Einige Kurse finden ganz oder teilweise online statt. Wir nutzen dazu die Lernplattform vhs.cloud. Die Voraussetzungen für die Belegung von digitalen Veranstaltungen finden Sie in der Übersicht auf Seite 81. Bei Fragen beraten wir Sie gern.

Prüfungsmöglichkeiten

In Zusammenarbeit mit der telc GmbH bietet die Volkshochschu-



le Dreiländereck Sprachprüfungen in vielen Sprachen an. Bei Interesse sprechen Sie uns gern an.

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. Sollte die Mindestteilnehmerzahl knapp nicht erreicht werden, erfragen wir Ihr Einverständnis zu einer Entgelterhöhung spätestens bei Kursbeginn, um Ihnen das Lernen in Kleinstgruppen zu ermöglichen und einen Kursausfall zu vermeiden.

GEBÄRDENSPRACHE

Hände sprechen lassen – Grundkurs in lautsprachbegleitender Gebärdensprache (LBG)

Wenn Sie in einem sozialen und medizinischen Beruf arbeiten, kann die lautsprachbegleitende Gebärdensprache die Kommunikation mit ertaubten Menschen erleichtern. Die Kursleiterin vermittelt Basiskenntnisse und bietet zahlreiche Übungsmöglichkeiten für die Anwendung der lautsprachbegleitenden Gebärdensprache (LBG).

Nötige Vorkenntnisse: Deutsche Lautsprache.

Kleingruppe. Bei Interesse kontaktieren Sie uns und nennen uns auch die Tage und Zeiten, die für Sie günstig wären. Kursbeginn bei 6 Teilnehmern.

Weißwasser 25FA4011WW

Beginn nach Absprache | 10 Veranstaltungen
| Geschäftsstelle Weißwasser | Ines Reimann |
102,50 €

DEUTSCH ALS FREMD-/ZWEITSPRACHE



ANFÄNGER- UND GRUNDKURSE DER STUFE A1

A1.1 Deutsch für Anfänger

Einfach starten – Schritt für Schritt Deutsch lernen!
Möchten Sie Deutsch von Grund auf lernen? Dann ist unser A1.1 Deutschkurs genau richtig für Sie!
(Keine Vorkenntnisse nötig)

- Grundlagen der deutschen Sprache
- Sich vorstellen, Fragen stellen, einfache Gespräche führen
- Alltagsthemen: Zahlen, Uhrzeit, Einkaufen, Wohnen, Familie
- Erste Grammatikregeln und Basiswortschatz
- Hör-, Lese-, Schreib- und Sprechübungen

Ebersbach 25HA4411EL

Mittwoch | 10.09.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | VHH Ebersbach | Milada Friedel | 122,50 €

Zittau 25HA4412ZZ

Montag | 15.09.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Tomasz Werpachowski | 122,50 €

Löbau 25HA4413LL

Mittwoch | 17.09.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Tomasz Werpachowski | 122,50 €

A1.1 Deutsch für Anfänger

Verständigung im Alltag sichern, sich orientieren, selbstständig agieren - unser Einstiegskurs hilft Ihnen dabei. Ein Kurs für Lernende ohne Vorkenntnisse. Sie eignen sich wichtigen Basiswortschatz an und erlernen grundlegende grammatische Strukturen für einfache Gespräche.

German course for beginners with a focus on everyday communicative needs.

No prior knowledge of German required.

Weißwasser 25HA4414WW

Mittwoch | 22.10.2025 | 16:15 - 17:45 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Ingrid Marianne Rakel | 122,50 € zzgl.
Lehrmaterial

A1.2 Deutsch Grundkurs 1

Sie haben erste Deutschkenntnisse (A1.1) und möchten weitermachen? Dann ist unser A1.2 Grundkurs genau das Richtige für Sie! Sie lernen Alltagssprache, vertiefen Grammatik (z. B. Perfekt, Modalverben), Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben.

Zittau 25HA4421ZZ

Donnerstag | 04.09.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Sylwia Brach | 94,90 €

Zittau 25HA4422ZZ

Donnerstag | 04.09.2025 | 17:45 - 19:15 Uhr | 12
Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Sylwia
Brach | 94,90 €

AUFBAUKURSE DER STUFE A2

A2.1 Deutsch Aufbaukurs

Möchten Sie Ihre Deutschkenntnisse erweitern?
Dann laden wir Sie herzlich zum A2.1 Deutschkurs ein!

Was erwartet Sie?

- Vertiefung der Grammatik und des Wortschatzes
- Mehr Sicherheit im Sprechen und Verstehen
- Alltagsnahe Themen und praktische Übungen

Zittau 25HA4451ZZ

Mittwoch | 03.09.2025 | 17:45 - 19:15 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Almuth Arnstadt | 94,90 €

A2.2 Deutsch Aufbaukurs

Sie haben bereits den A2.1-Kurs besucht oder vergleichbare Deutschkenntnisse?

Dann machen Sie weiter mit dem A2.2-Kurs!

Was erwartet Sie?

- Erweiterung von Wortschatz und Grammatik
- Sicherer sprechen und schreiben
- Dialoge aus dem Alltag, Beruf & Freizeit
- Vorbereitung auf das B1-Niveau

Zittau 25HA4461ZZ

Mittwoch | 13.08.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Milena Hruska | 122,50 €

Zittau 25HA4462ZZ

Dienstag | 02.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Magdalena Tatarek | 102,50 €

A2.3 Deutsch Aufbaukurs

Jetzt anmelden und Sprachkenntnisse vertiefen!

Möchten Sie Ihr Deutsch verbessern und den nächsten Schritt nach A2.2 machen?

Dann ist unser A2.3 Deutschkurs genau das Richtige für Sie!

- Erweiterung des Wortschatzes und der Grammatik auf A2-Niveau
- Alltagskommunikation (Arztbesuche, Reisen, Beruf, Freizeit)
- Hör-, Lese-, Schreib- und Sprechübungen
- Vorbereitung auf das B1-Niveau

Zittau 25HA4471ZZ

Donnerstag | 11.09.2025 | 18:30 - 20:00 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Milena Hruska | 94,90 €

A2.3 Deutsch Aufbaukurs

Deutschkurs für Lernende mit Grundkenntnissen. Sie sollten bereits einige Kenntnisse auf der Stufe A2 besitzen.

In diesem Kurs erwerben Sie weitere Grundlagen der Sprache für den Alltag in Deutschland. Auch einige berufliche Themen und Kenntnisse für Schule und Ausbildung können vermittelt werden. Wichtige Wörter und Wendungen, Basisgrammatik und Aussprache-Training stehen im Mittelpunkt.

Voraussetzungen: Abgeschlossene Stufe A1/GER und zusätzlich ca. 2 Semester auf A2-Niveau.

Ratenzahlung möglich.

Weißwasser 25HA4472WW

Mittwoch | 22.10.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Ingrid Marianne Rakel | 94,90 € zzgl. Lehrmaterial

FORTGESCHRITTENENKURSE DER STUFEN B1 UND B2

B1.2 Deutsch für Fortgeschrittene

Sie möchten Ihr Deutsch für Alltag oder Beruf verbessern? In diesem Kurs für Fortgeschrittene erweitern Sie Ihre Kenntnisse gezielt. Sie lernen neue Redewendungen, erweitern Ihren Wortschatz und üben Grammatik sowie Aussprache. Alltagssituationen stehen im Mittelpunkt.

Voraussetzung: gute A2-Kenntnisse oder vergleichbare Sprachpraxis.

Zittau 25HA44A1ZZ

Dienstag | 02.09.2025 | 18:30 - 20:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Ilona Lehmann | 94,90 €

B1 Deutsche Konversation

Möchten Sie Ihre Deutschkenntnisse im Gespräch verbessern? In diesem Konversationskurs üben Sie freies Sprechen, erweitern Ihren Wortschatz und festigen Grammatik und Aussprache. Alltagsthemen, Beruf und aktuelle Ereignisse stehen im Mittelpunkt. Ideal ab Sprachniveau A2.

Löbau 25HA44A2LL

Dienstag | 23.09.2025 | 18:30 - 20:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Marcin Quirini | 122,50 €

B2.2 Deutsch für Fortgeschrittene

Jetzt sprachlich durchstarten! Sie haben bereits solide Deutschkenntnisse und möchten sicherer sprechen, schreiben und verstehen?

Dann ist unser B2.2 Deutschkurs genau das Richtige für Sie!

- Vertiefung von Grammatik und Wortschatz auf B2-Niveau
- Diskussion aktueller Themen (Gesellschaft, Arbeit, Kultur)
- Verbesserung der mündlichen und schriftlichen Ausdrucksfähigkeit
- Vorbereitung auf berufliche und akademische Kommunikation
- Übungen zu Hör- und Leseverstehen

Zittau 25HA44E1ZZ

Donnerstag | 04.09.2025 | 19:15 - 20:45 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Almuth Arnstadt | 102,50 €

B2.4 Deutsch für Fortgeschrittene

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

In diesem Kurs vertiefen Sie Ihre Sprachkenntnisse auf hohem Niveau. Sie erweitern Wortschatz und Grammatik, trainieren freies Sprechen und das Verfassen anspruchsvoller Texte. Themen aus Alltag, Beruf und Gesellschaft stehen im Mittelpunkt.

Zittau 25HA44H1ZZ

Montag | 01.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Magdalena Taterek | 102,50 €

Mehr Infos unter: www.vhs-dle.de

INTEGRATIONSKURSE / EINBÜRGERUNG



Einbürgerungstest

Jeder Teilnehmer erhält einen Fragebogen mit 33 Fragen. Zu jeder Frage sind vier mögliche Antworten angegeben. Einbürgerungsbewerber melden sich persönlich gemäß der Anmeldefrist auf dem entsprechenden Formular an. Bei Anmeldung zahlen Sie 25,00 € direkt an die VHS. Beachten Sie die Terminvergabe in Löbau und Zittau. Bringen Sie zur Anmeldung und am Testtag bitte ein gültiges Ausweisdokument mit.

Folgende Termine für 2025/26 sind geplant:

Datum	Zeit	Ort	Anmeldung bis
14.08.25	14-15 Uhr	Zittau	10.07.25
17.09.25	14-15 Uhr	Löbau	20.08.25
30.09.25	13-14 Uhr	Niesky	01.09.25
30.10.25	14-15 Uhr	Zittau	01.10.25
12.11.25	14-15 Uhr	Löbau	14.10.25
10.12.25	14-15 Uhr	Weißwasser	11.11.25
21.01.26	14-15 Uhr	Zittau	10.12.25

A1 - B1 Integrationskurse des BAMF

Die VHS bietet an verschiedenen Standorten Integrationskurse an, die durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge gefördert werden. Im Sprachkurs (600 Stunden) lernen Sie Deutsch für

den Alltag. Am Ende legen Sie den „Deutsch Test für Zuwanderer“ ab. Im Orientierungskurs (100 Stunden) geht es um die Rechtsordnung, Kultur und Geschichte Deutschlands.

Kosten: Mit BAMF-Förderung 2,29 €/Unterrichtsstunde. Antrag auf Kostenbefreiung möglich. Sonst 4,58 €/UE. Sprechstunden: Milena Hruška, Tel. 03585 41 77 446, Mail: milena.hruska@vhs-dle.de.

Niesky: Montag 10 - 12 Uhr

Löbau: Montag 13 - 17 Uhr

Zittau: Dienstag 9 - 12 Uhr

ENGLISCH



ANFÄNGER- UND GRUNDKURSE DER STUFE A1

A1.1 Englisch für Anfänger am Vormittag

Vormittagskurs für Einsteiger Sie möchten endlich Englisch lernen – ganz von vorne und ohne Druck? Unser Vormittagskurs A1.1 richtet sich an alle, die langsam und systematisch in die englische Sprache einsteigen möchten.

- Erste Wörter und Sätze verstehen und sprechen
- Sich begrüßen, vorstellen, nach dem Weg fragen
- Grundlagen der Grammatik und Aussprache

Zittau 25HA4611ZZ

Mittwoch | 03.09.2025 | 10:30 - 12:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Viktoria Makerska | 122,50 €

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. Erlernen Sie erste Grundlagen der Sprache und bleiben Sie im Ausland handlungsfähig. 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.

Löbau 25HA4612LL

Mittwoch | 17.09.2025 | 18:15 - 19:45 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Edgar Hartmann | 121,50 €

Niesky 25HA4613NN

Montag | 22.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky | Tetiana Zadorozhna | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

Weißwasser 25HA4614WW

Donnerstag | 25.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Stefan Meißner | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

A1.2 Englisch Grundkurs 1

Jetzt einsteigen und durchstarten!

Sie haben bereits erste Englischkenntnisse (z. B. aus einem A1.1-Kurs) und möchten diese weiter ausbauen?

Dann ist unser A1.2 Grundkurs 1 genau das Richtige für Sie!

- Einfache Gespräche im Alltag führen
- Häufige Redewendungen verstehen und anwenden
- Wortschatz gezielt erweitern
- Grammatikkenntnisse festigen (z. B. Zeiten, Fragen stellen)

Zittau 25HA4621ZZ

Dienstag | 16.09.2025 | 17:45 - 19:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Edgar Hartmann | 106,90 €

A1.2 Englisch Grundkurs 1

Welcome back!

Fortsetzung des Anfängerkurses im zweiten Semester. Sie erlernen weitere Grundlagen des Englischen und üben, sich auf einfache Art und Weise zu verständigen. Vielfältige Themen und Gelegenheiten für Partner- und Gruppenarbeit machen den Kurs abwechslungsreich.

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

Niesky 25HA4622NN

Freitag | 19.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky | Martin Fiedler | 102,50 €

A1.3 Englisch Grundkurs 2

Sprechen Sie mit!

Sie haben schon einfache Englischkenntnisse und möchten sicherer werden?

Dann ist unser A1.3 Grundkurs 2 genau richtig für Sie!

- Einfache Gespräche führen und verstehen
- Wortschatz für Alltag, Freizeit & Reisen erweitern
- Fragen stellen, verneinen, über Vergangenes sprechen

Zittau 25HA4631ZZ

Dienstag | 09.09.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Kristine Griezne | 94,90 €

Löbau 25HA4632LL

Mittwoch | 10.09.2025 | 17:45 - 19:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Kristine Griezne | 94,90 €

A1 Englisch Auffrischung für die Reise



„Ich will mich im Ausland verständlich machen.“

Ist Ihnen dieser Satz vertraut? Wir haben den passenden Kurs! Schon im Anfängerbereich lernen Sie viel Nützliches für Ihre Reise. Damit Sie nicht „sprachlos“ sind, wenn es darauf ankommt, gibt es nur eines: üben und festigen! In einer kleinen Gruppe können Sie Ihr Wissen genau zu den Themen und Situationen erweitern, die Ihnen typischerweise unterwegs begegnen.

Kurs für Interessenten mit Vorkenntnissen auf A1-Niveau oder drei bis vier Semestern VHS-Kurs.

Niesky 25HA4641NN

Freitag | 19.09.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky | Martin Fiedler | 102,50 € zzgl. Lehrmaterial

A1.4 Englisch Grundkurs 3

Ihre Englischkenntnisse wachsen weiter!

Sie haben bereits erste Grundlagen in Englisch gelernt und möchten Ihr Wissen weiter ausbauen? Dann ist der Englischkurs A1.4 bis Grundkurs 3 genau das Richtige für Sie!

- Sicherheit in typischen Alltagssituationen
- Erweiterung des Wortschatzes (Einkauf, Reisen, Freizeit)
- Vertiefung der Grammatik (z. B. einfache Zeiten, Satzbau)

Zittau 25HA4642ZZ

Dienstag | 09.09.2025 | 17:45 - 19:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Kristine Griezne | 94,90 €

A1.4 Englisch Grundkurs 3

Englisch-Grundlagenkurs im 4. Semester. Für ein solides Fundament in der Fremdsprache befassen Sie sich mit weiteren wichtigen Alltags- und Reisesituationen. Sie üben, sich auf einfache Weise zu verständigen und erweitern anhand praktischer und lebensnaher Themen Ihren Wortschatz.

So können Sie dem nächsten Urlaub auch sprachlich entspannt entgegensehen. Have fun!

Voraussetzung: Einfache Vorkenntnisse des Englischen, z.B. drei VHS-Semester. Auch für Wiedereinsteiger.

Weißwasser 25HA4643WW

Donnerstag | 18.09.2025 | 18:30 - 20:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Gesine Reinhold | 94,90 €

A1.5 Englisch Grundkurs 3

Mehr Sicherheit im Sprechen und Verstehen! Sie haben bereits an mehreren Englischkursen teilgenommen (z. B. A1.1 bis A1.4) und möchten Ihre Sprachkenntnisse weiter verbessern? Dann ist unser Grundkurs 3 genau richtig für Sie!

- Sicherer sprechen in Alltagssituationen
- Wortschatz erweitern für Beruf, Freizeit und Reisen
- Grammatikkenntnisse festigen (z. B. Vergangenheit, Fragen, Uhrzeiten)
- Hör- und Leseverständnis trainieren

Zittau 25HA4644ZZ

Dienstag | 16.09.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Edgar Hartmann | 106,90 €

A1.6 Englisch Grundkurs 3

Für Senioren mit Vorkenntnissen! Sie haben bereits erste Englischkurse besucht und möchten in ruhigem Tempo und angenehmer Atmosphäre weiterlernen? Dann ist unser Grundkurs 3 (A1.6) speziell für Senioren genau richtig!

- Vertiefung Ihrer Grundkenntnisse auf A1-Niveau
- Verständigung im Alltag, auf Reisen und mit der Familie
- Einfache Dialoge, kurze Texte und praktische Übungen
- Wiederholung und Festigung der wichtigsten Grammatik
- Lernen in ruhigem Tempo – ohne Stress

Zittau 25HA4645ZZ

Dienstag | 23.09.2025 | 11:45 - 13:15 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Peter Suppan | 122,50 €

A1.7 Englisch Grundkurs 3

Kurs für Lernende im mittleren A1-Bereich und Wiedereinsteiger, die ihre Grundlagen systematisch auf- und ausbauen möchten. Englisch für Alltag und Reisen steht im Mittelpunkt des Unterrichts. Sie üben ohne Zeitnot, und das gemeinsame Lernen bietet Gelegenheit zu Austausch und Unterstützung - und macht einfach Spaß! Let's go!

Notwendige Voraussetzungen: Etwa 5 VHS-Semester oder Vorkenntnisse im mittleren A1-Bereich.

Weißwasser 25HA4646WW

Donnerstag | 18.09.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Gesine Reinhold | 94,90 €

A1 Englisch Refresher: Kurs für Wiedereinsteiger

Sie haben vor einigen Jahren Englisch gelernt und möchten Ihre Kenntnisse nun wieder auffrischen? Dann buchen Sie diesen Refresher-Kurs! Wiedereinsteiger lernen anders als Anfänger. Sie können schneller vorangehen und sich auf besonders knifflige Themen konzentrieren. Dieser Lehrgang greift die Hauptinhalte der Lernstufe A1 auf, wiederholt und festigt sie.

Vorkenntnisse: ca. Stufe A1 bzw. 4 VHS-Semester.

Weißwasser 25HA4647WW

Montag | 22.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Sandra Niemz-Vogt | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

Niesky 25HA4648NN

Montag | 22.09.2025 | 19:00 - 20:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky |
Tetiana Zadorozhna | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

AUFBAUKURSE DER STUFE A2

A1/A2 Englisch Auffrischung für die Reise (Teil 1)



„Ich will im Ausland vor allem eins: Mich verständlich machen.“

Wenn Ihnen dieser Wunsch vertraut vorkommt, haben wir den passenden Kurs! Schon im Anfängerbereich A1 lernen Sie viel Nützliches für Ihre Reise ins Ausland. Damit Sie nicht „sprachlos“ sind, wenn es darauf ankommt, gibt es nur eines: üben und festigen! In einer kleinen Gruppe können Sie Ihr Wissen genau zu den Themen und Situationen erweitern, die Ihnen typischerweise unterwegs begegnen.

Vorkenntnisse: ca. Stufe A2 o. 7-8 VHS-Semester

Weißwasser 25HA4661WW

Montag | 22.09.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Sandra Niemz-Vogt | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

A2.1 Englisch Aufbaukurs

Aufbauend auf Ihren Grundkenntnissen erweitern Sie Ihr Wissen für Alltag und Reise.

Sie können nach Abschluss dieser Stufe kurze Gespräche zu vertrauten Themen auch ohne Vorbereitung führen. Redewendungen erleichtern die Kommunikation in Standardsituationen. Sie verfü-

gen über einen Grundwortschatz können einfache E-Mails und Anfragen z.B. an Hotels formulieren. Notwendige Voraussetzungen: mind. 5 VHS-Semester oder Vorkenntnisse im unteren A2-Bereich.

Niesky 25HA4662NN

Dienstag | 23.09.2025 | 19:00 - 20:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky |
Marta Tscharntke | 102,50 € zzgl. Lehrmaterial

A2.4 Englisch am Morgen: Aufbaukurs

Aufbaukurs am Vormittag!

Sprechen Sie mit – sicherer Englisch im Alltag!

Sie möchten Ihre Englischkenntnisse auf A2-Niveau weiterentwickeln?

In unserem Aufbaukurs A2.4 am Vormittag lernen Sie, sich klarer und flüssiger auszudrücken – mit praxisnahen Inhalten und in angenehmer Lernatmosphäre.

- Kommunikation im Alltag, auf Reisen und im Gespräch
- Erweiterung des Wortschatzes
- Vertiefung der Grammatik (z. B. Zeiten, Modalverben, Fragen)
- Hör- und Leseverstehen verbessern

Zittau 25HA4681ZZ

Montag | 08.09.2025 | 09:30 - 11:00 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Kristine Griezne | 122,50 €

A2.4 Englisch Aufbaukurs

Aufbaukurs für fortgeschrittene Anfänger!

Sie haben bereits solide Grundkenntnisse in Englisch und möchten Ihre Fähigkeiten weiter verbessern? Dann ist unser Englisch Aufbaukurs A2.4 (in Englisch) genau das Richtige für Sie! >>

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

- Gespräche im Alltag sicherer führen
- Wortschatz gezielt erweitern (z. B. Reisen, Gesundheit, Freizeit)
- Grammatik festigen (Vergangenheit, Modalverben, Satzbau)
- Hör- und Leseverstehen trainieren

Zittau 25HA4682ZZ (in Englisch!)

Donnerstag | 11.09.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 1
2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Johnny Krnansky | 94,90 €

Löbau 25HA4683LL

Mittwoch | 17.09.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Edgar Hartmann | 122,50 €

A2 Englisch Konversation (Senioren)

In diesem Kurs verbessern Sie Ihre Englischkenntnisse durch aktive Gespräche in entspannter Atmosphäre. Mit alltagsnahen Themen erweitern Sie Wortschatz und festigen Grammatik. Ideal für Seniorinnen und Senioren mit Grundkenntnissen auf A2-Niveau.

Löbau 25HA4684LL

Montag | 22.09.2025 | 08:00 - 09:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Peter Suppan | 94,90 €

Ebersbach 25HA4686EL

Dienstag | 23.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | VHH Ebersbach |
Peter Suppan | 79,50 €

A2 Englisch Konversation Online

Entspannt zu Wort kommen – Englisch sprechen in den eigenen vier Wänden. Kurse in der vhs.cloud

verbinden gemeinsames Sprachenlernen im Konferenz-Setting mit zusätzlichen und individuellen Übungen im virtuellen Klassenzimmer. Bauen Sie die gefürchtete Sprachhemmung ab und üben Sie, sich in Gesprächen zu alltäglichen Themen spontaner und angemessener auszudrücken.
Vorkenntnisse: ca. A2-Niveau/GER.

Online 25HA4685WW

Montag | 22.09.2025 | 17:00 -
18:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | vhs.cloud |
Anna Kuzio | 122,50 €



FORTGESCHRITTENENKURSE DER STUFEN B1 UND B2

B1.1 Englisch für Fortgeschrittene – Blended Learning Kurs

Auf dem sog. Mittelstufen-Niveau gewinnen Sie zunehmend an Spontaneität und Selbstständigkeit in der Verwendung der Fremdsprache – das motiviert und lässt Fortschritte spürbar werden! Sie haben Gelegenheit, Ihre Vorkenntnisse zu wiederholen, anzuwenden und auszubauen.

Nötige Vorkenntnisse: ca. 8 VHS-Semester bzw. abgeschlossene Niveaustufe A2. Quereinsteiger sind herzlich willkommen.

Weißwasser und vhs.cloud 25HA4691WW

Mittwoch | 17.09.2025 | 08:30 - 10:00 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Katrin Delitz | 94,90 €



B1.2 Englisch für Fortgeschrittene

Sicherer sprechen – besser verstehen – freier kommunizieren!

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

Sie möchten Ihr Englisch auf dem Niveau B1 weiter festigen und ausbauen? Dann ist unser Kurs Englisch B1.2 für Fortgeschrittene mit einem Muttersprachler genau richtig für Sie!

- Gespräche über Alltag, Beruf, Reisen und aktuelle Themen
- Erweiterung des Wortschatzes und Redewendungen
- Sicherer Umgang mit Zeitformen, Konditionalsätzen & Satzbau
- Hörverstehen und Leseverständnis anspruchsvoller Texte

Zittau 25HA46A1ZZ

Dienstag | 09.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Johnny Krnansky | 94,90 €

B1.4 Englisch für Fortgeschrittene

Aufbaukurs am Abend!

Ihr Englisch für Alltag, Beruf und Reisen – jetzt weiter vertiefen!

Sie möchten Ihre fortgeschrittenen Englischkenntnisse weiterentwickeln?

- Sicherer sprechen und argumentieren im Alltag und Beruf
- Erweiterung des Wortschatzes zu vielfältigen Themen (z. B. Gesellschaft, Gesundheit, Technik)
- Vertiefung der Grammatik
- Lesen, Hören und Diskutieren authentischer Texte
- Freies Sprechen in einer motivierten Gruppe

Zittau 25HA46C1ZZ

Dienstag | 07.10.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Helga Schubert | 106,90 €

B1.6 Englisch für Fortgeschrittene

Aufbaukurs mit Muttersprachler!

Sprechen Sie flüssiger – mit authentischem Englisch aus erster Hand!

- Realistische Gesprächssituationen und Dialogtraining
- Erweiterung des Wortschatzes für Alltag, Beruf und Reise
- Vertiefung der Grammatik
- Hörverstehen mit authentischem Sprachmaterial
- Viel Raum für freies Sprechen und persönliche Rückmeldung

Zittau 25HA46C2ZZ

Dienstag | 09.09.2025 | 18:50 - 20:20 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Johnny Krnansky | 147,50 €

Zittau 25HA46C3ZZ

Donnerstag | 11.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Johnny Krnansky | 147,50 €

B1.9 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. Außerdem können Sie die meisten Situationen auf Reisen gut und sicher bewältigen.

Notwendige Vorkenntnisse: Oberes Niveau B1/GER bzw. 9 bis 11 VHS-Semester.

Niesky 25HA46C4NN

Donnerstag | 25.09.2025 | 19:15 - 20:45 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky |
Marta Tscharntke | 102,50 € zzgl. Lehrmaterial

B1 Englisch Konversation für Fortgeschrittene (Senioren)

Fit in Englisch – mit Freude, Ruhe und Gemeinschaft lernen!

Sie möchten Ihre Englischkenntnisse auffrischen oder erweitern – ganz ohne Stress, aber mit viel Praxis und Spaß?

- Verständigung im Alltag, auf Reisen oder mit der Familie
- Wiederholung und Vertiefung der wichtigsten Grammatik
- Erweiterung des Wortschatzes (z. B. Gesundheit, Freizeit, Medien)
- Hören, Lesen, Sprechen – alles in Ihrem Tempo

Zittau 25HA46C5ZZ

Dienstag | 23.09.2025 | 10:00 - 11:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Peter Suppan | 102,50 €

B1 Englisch Konversation für Fortgeschrittene

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. Vorkenntnisse. Stufe B1/GER.

Weißwasser 25HA46C6WW

Dienstag | 23.09.2025 | 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. Themen werden gemeinsam bestimmt, sodass Sie die Möglichkeit haben, Ihre Interessen einzubringen und sich auf die Gespräche vorzubereiten.

Zittau 25HA46C7ZZ

Donnerstag | 09.10.2025 | 09:30 - 11:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Helga Schubert | 94,90 €

Prüfungstraining Englisch 10. Klasse/Ober-schule Sachsen

Gelassen und gut vorbereitet in die Englischprüfung der 10. Klasse? Hier entlang!

In diesem Kurs gibt es passende Übungsaufgaben, Wiederholungen und verständliche Erklärungen zu folgenden Themen: Grammatik bis Klasse 10, Wortschatz zu den wichtigsten Themenfeldern, praktische Redewendungen für die mündliche Teilprüfung und passende Trainingseinheiten zu den Prüfungs-Anforderungen in Sachsen.

Bereite dich vor, laufe dich warm und meistere den Realschulabschluss!

Anmeldung bis 05.01.2026!

Niesky 25HA46C8NN

Dienstag | 13.01.2026 | 15:30 - 17:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky | Tetiana Zadorozhna | 147,50 €

FRANZÖSISCH



1.1 Französisch für Anfänger

Sie möchten Französisch lernen – einfach und mit Spaß.

Sie möchten Französisch lernen, haben aber noch keine Vorkenntnisse?

Dann ist unser Anfängerkurs (A1.1) genau das Richtige für Sie!

- Begrüßungen, sich vorstellen, einfache Dialoge
- Zahlen, Uhrzeit, Wochentage, Alltagssituationen
- Grundlegende Grammatik & Aussprache
- Hörverstehen und Sprechpraxis von Anfang

Zittau 25HA4811ZZ

Montag | 15.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Angela Knobloch | 147,50 €

A2.3 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.

Vorkenntnisse: mind. A1/GER.

Weißwasser 25HA4871WW

Donnerstag | 18.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Guido Michels | 138,50 €

ITALIENISCH



A1.1 Italienisch für Anfänger Online

Möchten Sie Italienisch von Grund auf lernen? Dann ist unser Italienischkurs A1.1 genau das Richtige für Sie!

- Grundlagen der italienischen Sprache
- Begrüßungen, Vorstellen, einfache Alltagsdialoge
- Zahlen, Uhrzeit, Wochentage, einfache Grammatik

Der Kurs findet in der vhs.cloud statt. Wir helfen gern bei der Einrichtung/Anmeldung auf der Lernplattform.

Zittau 25HA4911ZZ

Mittwoch | 03.09.2025 | 15:00 - 16:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | vhs.cloud | Silvia Scalise | 147,50 €



SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

Allora parliamo! Treff für Freunde der italienischen Sprache

Die italienische Sprache entdecken und andere Enthusiasten treffen – einmal im Monat haben Sie dazu in unserer lockeren Runde die Gelegenheit! Gemeinsam mit Gesine Reinhold bauen Sie Ihre Kenntnisse aus: Gemäß Ihrer Themenwünsche, lebendig, motivierend und an der praktischen Sprache orientiert. Voraussetzung: Italien-Fans mit einfachen Vorkenntnissen, z.B. aus Selbstlernkursen von Reisen.

Weißwasser 25HA4921WW

Dienstag | 04.11.2025 | 16:30 - 18:30 Uhr |
6 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Gesine Reinhold | 82,50 €

A2/B1 Italienisch Konversation Online

Mehr sprechen. Mehr verstehen. Mehr Italienisch! Sie haben bereits Grundkenntnisse in Italienisch (A2/B1) und möchten sicherer sprechen? Dann ist unser Online-Kurs genau das Richtige für Sie!

- Lebendige Gespräche zu Alltag, Reisen, Kultur und aktuellen Themen
- Erweiterung Ihres Wortschatzes
- Verbesserung der Aussprache und des Hörverständnisses
- Interaktive Übungen, Dialoge und Gruppenaktivitäten

Online 25HA4981LL

Donnerstag | 04.09.2025 | 15:00 -
16:30 Uhr | 10 Veranstaltungen |
vhs.cloud | Silvia Scalise | 147,50 €



NORWEGISCH

A1.1 Norwegisch für Anfänger

Entspannt Norwegisch lernen!

Sie möchten Norwegisch von Grund auf lernen – sei es für Urlaub, Auswanderung, Familie oder einfach aus Interesse? Dann ist unser Einsteigerkurs Norwegisch A1.1 genau das Richtige für Sie!

- Grundlagen der norwegischen Sprache (Bokmål)
- Begrüßung, Vorstellung, Zahlen, Uhrzeit, Alltagssituationen
- Erste Grammatikregeln leicht verständlich erklärt
- Hör- und Sprechübungen von Anfang an
- Einblicke in Kultur, Land und Leute

Zittau 25HA4F11ZZ

Dienstag | 16.09.2025 | 19:15 - 20:45 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Kristine Griezne | 102,50 €

Löbau 25HA4F12LL

Mittwoch | 17.09.2025 | 19:15 - 20:45 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Kristine Griezne | 102,50 €

POLNISCH

ANFÄNGER- UND GRUNDKURSE DER STUFE A1

Einfach polnisch! Sprachkurs mit Kulturworkshops für Einsteiger

Sprache und Kultur gehören zusammen und machen die Begegnung mit den Menschen unseres Nachbarlandes erst spannend! Daher verbindet der Kursleiter beides: Erste Grundlagen des Polnischen

SPRACHEN

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

mit passendem Wortschatz und Wendungen für die Alltagsverständigung – und interessante Einblicke in die Geschichte und Traditionen jenseits der Neiße. Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse in der polnischen Sprache.



Exkursionen können zusätzlich organisiert werden (nicht in diesem Kurs inbegriffen).

Löbau 25HA4H11LL

Dienstag | 23.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Marcin Quirini | 122,50 €

Niesky 25HA4H13NN

Mittwoch | 24.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky |
Marcin Quirini | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

A1.1 Polnisch für Anfänger

Serdecznie witamy!

Steigen Sie ein in die Sprache unserer Nachbarn und lernen Sie erste 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. Für Anfänger ohne Vorkenntnisse.

Weißwasser 25HA4H12WW

Dienstag | 23.09.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Milena Izabela Bänder | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

A1.2 Polnisch Grundkurs 1

Polnischkurs im zweiten Semester. Lernen Sie weitere Grundlagen des Polnischen, sodass Sie erste Alltagssituationen mit einfachen Worten meistern können. Sie üben die korrekte Aussprache, erwerben weiteren Grundwortschatz und lernen grammatische Strukturen kennen, die Sie für die unmittelbare Verständigung benötigen. Bitte planen Sie Zeit für Hausaufgaben und die Nachbereitung daheim ein. Vorkenntnisse: z.B. ein VHS-Semester.

Weißwasser 25HA4H21WW

Dienstag | 23.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Milena Izabela Bänder | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

A1.3 Polnisch Grundkurs 2

Polnischkurs im dritten Semester. Im Mittelpunkt steht der Erwerb grundlegender Kenntnisse des Polnischen. Wie immer bleibt Zeit zum Wiederholen und Festigen. Spannende Informationen zu Kultur und Tradition unserer Nachbarn runden den Kurs ab. Bitte planen Sie Zeit für Hausaufgaben und die Nachbereitung daheim ein. Auch für Wiedereinsteiger. Vorkenntnisse: ca. zwei VHS-Semester.

Weißwasser 25HA4H31WW

Donnerstag | 25.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser |
Milena Izabela Bänder | 121,50 € zzgl. Lehrmaterial

Einfach polnisch! Sprachkurs mit Kulturworkshops für Wiedereinsteiger A1

Sprache und Kultur gehören zusammen und machen die Begegnung mit den Menschen unseres Nachbarlandes erst spannend! Daher verbindet der Kursleiter beides: den Wiedereinstieg in das Sprachenlernen mit passendem Wortschatz und Wendungen für die Alltagsverständigung - und interessante Einblicke in die Geschichte und Traditionen jenseits der Neißة. Exkursionen können zusätzlich organisiert werden (nicht in diesem Kurs inbegriffen). Für Teilnehmer mit polnischen Vorkenntnissen auf etwa A1-Niveau.

Niesky 25HA4H41NN

Mittwoch | 22.10.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky | Marcin Quirini | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

AUFBAUKURSE DER STUFE A2

A2.1 Polnisch Aufbaukurs 1

Ihre Polnischkenntnisse gezielt erweitern! Sie haben bereits erste Grundkenntnisse in Polnisch (A1) und möchten Ihre Sprachkenntnisse nun vertiefen? Dann ist unser Aufbaukurs A2.1 genau das Richtige für Sie!

- Ausbau des Wortschatzes für Alltag & Reisen
- Vertiefung der Grammatik (z. B. Verbformen, Fälle)
- Sprechübungen in praxisnahen Situationen
- Hörverstehen, einfache Texte & kurze Dialoge

Zittau 25HA4H51ZZ

Montag | 15.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Tomasz Werpachowski | 121,50 €

A2 Polnisch - Einfach sprechen!

Erste Konversation für Lernende mit Grundkenntnissen! Schweigen ist Gold? Sprachenlerner sollten diesen Spruch nicht beherzigen! Denn: Die Praxis macht den Unterschied! Wer erste Grundkenntnisse des Polnischen besitzt und sich mehr Zeit zum Sprechen wünscht, ist in diesem Kurs richtig. Der mündliche Austausch, mit mehr oder weniger Anleitung, steht im Mittelpunkt des Kurses. Die Teilnehmer*innen wenden bisher Gelerntes an, festigen und erweitern ihren Wortschatz und trainieren das Hörverstehen. Vorkenntnisse: über A1-Niveau, z.B. vier bis sechs VHS-Semester.

Löbau 25HA4H52LL

Mittwoch | 17.09.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Tomasz Werpachowski | 102,50 € zzgl. Lehrmaterial

Weißwasser 25HA4H71WW

Donnerstag | 23.10.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Milena Izabela Bänder | 102,50 € zzgl. Lehrmaterial

SCHWEDISCH



Schweden zum Kennenlernen: Länderportrait, Sprache kompakt und Insider-Tipps - Entdecken Sie ein faszinierendes Reiseziel

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. Inklusive Weihnachtslieder auf Schwedisch! Anmeldung bis 13.12.2025.

Weißwasser 25HA4K11WW

Freitag | 19.12.2025 | 17:00 - 18:45 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser | Arkadiusz Lisowski | 15,00 €

A1.8 Schwedisch Grundkurs 3

Hej! Sie haben bereits mehrere Schwedisch-Grundkurse absolviert und möchten Ihre Kenntnisse weiter vertiefen? Dann ist unser Grundkurs 3 (A1.8) genau das Richtige für Sie!

- Festigung & Erweiterung des Grundwortschatzes
- Wiederholung und Vertiefung zentraler Grammatikthemen
- Alltagsdialoge sicher führen (z. B. Einkaufen, Reisen, Freizeit)
- Lese- u. Hörverständnis mit authentischen Texten

Zittau 25HA4K41ZZ

Mittwoch | 03.09.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Markéta Barth | 89,50 €

SPANISCH



ANFÄNGER- UND GRUNDKURSE DER STUFE A1

A1.1 Spanisch für Anfänger

¡Hola! Sie möchten Spanisch von Grund auf lernen? Dann starten Sie mit unserem Spanischkurs A1.1 - Grundkurs für Anfänger! >>>

Um noch besser Spanisch zu lernen, haben wir spannende Bücher in dieser Sprache.

Mehr unter: weltbuch.com/cambio-climatico

Ideal für alle, die noch keine oder nur sehr geringe Vorkenntnisse haben.

- Begrüßung, sich vorstellen, einfache Alltagsgespräche
- Zahlen, Uhrzeiten, Wochentage, Essen & Trinken
- Grundwortschatz für Reisen und Alltag
- Einführung in die spanische Grammatik (z. B. Verben, Artikel, Satzbau)
- Hör- und Leseverständnis und einfache Dialoge

Löbau 25HA4M11LL

Montag | 01.09.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Jean Pierre Bozo | 102,50 €

Ebersbach 25HA4M12EL

Dienstag | 02.09.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | VHH Ebersbach | Jean Pierre Bozo | 102,50 €

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. Vorkenntnisse: keine.

Weißwasser 25HA4M13WW

Montag | 20.10.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Ylenia Suárez García | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

Profil Dozentin: Ylenia Suárez García



Mein Name ist Ylenia Suárez García. Ich stamme aus Kuba und bin 2022 innerhalb eines Fachkräfteverfahrens nach Deutschland gezogen. Nach meinem Studium der Sozialen Kommunikation mit Schwerpunkt Journalismus in Kuba war ich lange beim Regional-Radio „La Voz de Azúcar“ tätig und habe an der Universität von Holguín Erfahrungen als Dozentin für Spanisch und Soziale Kommunikation sammeln können. Seit 2024 unterrichte ich Spanisch für Erwachsene. Ich spreche ein bisschen Englisch und lerne derzeit weiter Deutsch. Es fasziniert mich, in dieser Sprache zu kommunizieren und mehr über die deutsche Kultur zu erfahren. Die spanische Sprache ist für mich jedoch wie ein Stück Heimat überall auf der Welt. Deshalb fühle ich mich im Spanisch-Kursraum fast wie zu Hause!

A1.2 Spanisch Grundkurs 1

¡Bienvenidos!
Sie haben erste Schritte in der spanischen Sprache gemacht und möchten jetzt weiterlernen? Dann ist unser Spanischkurs A1.2 – Grundkurs 1 genau das Richtige für Sie!
• Erweiterung des Grundwortschatzes für Alltag und Reisen

- Vertiefung der grundlegenden Grammatik (z. B. regelmäßige & unregelmäßige Verben)
- Dialogtraining: Sich vorstellen, nach dem Weg fragen, im Café bestellen
- Hörverstehen & kurze Texte lesen
- Spielerisches, interaktives Lernen in der Gruppe

Zittau 25HA4M22ZZ

Mittwoch | 13.08.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau | Jean Pierre Bozo | 102,50 €

A1 Spanisch für die Reise intensiv

Kurs für Weltenbummler und alle, die ihre Kenntnisse für den Urlaub zügig auffrischen und ausbauen möchten. Sie wiederholen typische Situationen unterwegs, wie bspw. Unterkunft, Transport, Einkauf, essen gehen, Gesundheit und soziale Kontakte. Im Fokus: Unentbehrlicher Wortschatz, um zu verstehen und verstanden zu werden. Wer die spanische Basisgrammatik systematisch erlernen möchte, sollte den regulären Anfängerkurs wählen. Vorkenntnisse: zwei VHS-Semester oder mind. mittleres A1-Niveau/GER.

Weißwasser 25HA4M31WW

Montag | 20.10.2025 | 18:45 - 20:15 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Ylenia Suárez García | 122,50 € zzgl. Lehrmaterial

AUFBAUKURSE DER STUFE A2

A1/A2 Spanisch Aufbaukurs

Abschluss der Stufe A1 des GER und Übergang zur Stufe A2. Sie haben Gelegenheit, Wortschatz und Grammatik anzuwenden, zu erweitern und sich auf

typische Reisesituationen vorzubereiten. Wie immer bieten sich vielfältige Übungsmöglichkeiten. Interkulturelle Aspekte zur Vielfalt der Traditionen und Lebensart in der spanischsprachigen Welt runden den Kurs ab. ¡Bienvenidos de nuevo!
Vorkenntnisse: obere Stufe A1/GER, z.B. 3-4 Semester.

Weißwasser 25HA4M41WW

Dienstag | 23.09.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr | 12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Weißwasser | Anne Mirlle | 94,90 €

FORTGESCHRITTENENKURSE DER STUFEN B1 UND B2

A2/B1 Spanisch Konversation

¡Hola!
Sie möchten Ihre Spanischkenntnisse aktiv anwenden und mehr Sicherheit beim Sprechen gewinnen? Unser Konversationskurs A2/B1 richtet sich an alle, die sich auf dem Weg zu B1 befinden.
• Freies Sprechen in Alltagssituationen (z. B. Einkaufen, Reisen, Hobbys)
• Wortschatzerweiterung & Redewendungen
• Hörverstehen mit kurzen, authentischen Audio- oder Videobeiträgen
• Dialoge, Rollenspiele & thematische Diskussionen
• Korrekte Aussprache & spontane Sprachverwendung üben

Löbau 25HA4M81LL

Montag | 01.09.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Jean Pierre Bozo | 102,50 €

Ebersbach 25HA4M82EL

Dienstag | 02.09.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr | 10 Veranstaltungen | VHH Ebersbach | Jean Pierre Bozo | 102,50 €

B1/B2 Spanisch Konversation

„¡Cuenta, cuenta!“

Sie möchten Ihre Spanischkenntnisse auf dem Niveau B1/B2 aktiv anwenden und mehr Sicherheit im freien Sprechen gewinnen?

In unserem Konversationskurs steht die mündliche Kommunikation im Mittelpunkt – ideal für Fortgeschrittene, die ihre Sprachpraxis erweitern wollen.

- Freies Sprechen zu Alltagsthemen, Kultur, Reisen und aktuellen Themen
- Wortschatzerweiterung
- Korrekte Aussprache & spontane Reaktionen trainieren
- Diskutieren, Meinungen äußern & Argumentieren

Zittau 25HA4MD1ZZ

Mittwoch | 13.08.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Jean Pierre Bozo | 106,90 €

TSSCHECHISCH



GRUNDKURSE DER STUFE A1

A1.2 Tschechisch Grundkurs 1

Direkt im Grenzgebiet!

Möchten Sie Tschechisch von Grund auf lernen?

Unser Kurs für Anfänger ist ideal für alle, die im Grenzgebiet wohnen und sich im Alltag oder Beruf besser verständigen möchten.

- Praktische Alltagskommunikation
- Freundliche Lernatmosphäre
- Muttersprachliche Kursleitung

Ebersbach 25HA4N11EL

Mittwoch | 10.09.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr |
12 Veranstaltungen | VHH Ebersbach |
Milada Friedel | 122,50 €

A1.3 Tschechisch Grundkurs 2

Vítáme vás!

Möchten Sie Ihre Tschechischkenntnisse weiter ausbauen?

Unser A1.3 Grundkurs 2 richtet sich an alle, die bereits Grundkenntnisse in Tschechisch (Niveau A1.2) besitzen und diese gezielt vertiefen möchten.

- Ausbau des Wortschatzes für Alltagssituationen
- Grundlagen der tschechischen Grammatik
- Lese- und Hörverständnisübungen
- Einfache Gespräche führen und verstehen

Kleine Gruppen – persönliche Atmosphäre – praxisnaher Unterricht.

Ebersbach 25HA4N21EL

Dienstag | 09.09.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | VHH Ebersbach |
Milada Friedel | 94,90 €

A1.2 Tschechisch Grundkurs 1

Vítáme vás!

Jetzt weitermachen und Tschechisch besser verstehen und sprechen!

Dann ist unser A1.2-Kurs genau das Richtige, um weiterzulernen!

- Erweiterung des Wortschatzes für Alltag & Reisen
- Grundlegende Grammatik (Vergangenheitsformen, Modalverben usw.)
- Dialoge im Restaurant, beim Einkaufen, auf Reisen
- Hörverständnis, Lesen einfacher Texte, Schreiben kurzer Mitteilungen
- Sprechen in typischen Alltagssituationen

Zittau 25HA4N2ZZZ

Montag | 11.08.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Eva Langenbruch | 94,90 €

A1.2 Tschechisch Grundkurs 1

Vítáme vás!

Tschechisch weiterlernen und sicherer sprechen! Sie haben die Grundlagen in Tschechisch schon gelernt?

Dann ist unser Kurs perfekt, um Ihr Wissen zu vertiefen und mehr Alltagssituationen zu meistern!

- Ausbau des Wortschatzes für den Alltag
- Weitere wichtige Grammatikregeln (z. B. Fälle, Verben)
- Kommunikation in typischen Situationen (z. B. Familie, Freizeit, Arbeit)
- Hör- und Leseübungen, Schreiben einfacher Texte
- Sprechpraxis in kleinen Gruppen

Zittau 25HA4N3ZZZ

Donnerstag | 14.08.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Carlo Diener | 121,50 €

A1.4 Tschechisch Grundkurs 3

Sie haben bereits erste Grundlagen in Tschechisch gelernt und möchten noch sicherer im Alltag kommunizieren? Dann ist unser Grundkurs 3 (A1.4) genau das Richtige für Sie!

Was Sie erwartet:

- Erweiterung des Grundwortschatzes
- Vertiefung der tschechischen Grammatik (z. B. Fälle, Verbformen)
- Sprechtraining für Alltagssituationen
- Lese- und Hörverständnis mit authentischen Texten

Zittau 25HA4N41ZZ

Montag | 01.09.2025 | 16:00 - 17:30 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Andrea Kacovska | 122,50 €

A1.4 Tschechisch Grundkurs 3 Online

Sie möchten Ihre Tschechischkenntnisse bequem von zu Hause aus vertiefen?

Unser Onlinekurs A1.4 – Grundkurs 3 ist ideal für alle, die sicherer im Alltag kommunizieren möchten.

- Vertiefung der tschechischen Grammatik
- Erweiterung des Alltagswortschatzes
- Sprechübungen zu typischen Alltagssituationen
- Lese- und Hörverstehen mit alltagsnahen Texten
- Interaktive Übungen in der Gruppe

Der Kurs findet in der vhs.cloud statt. Wir helfen gern bei der Einrichtung/Anmeldung auf der Lernplattform.

Online 25HA4N4ZZZ

Donnerstag | 04.09.2025 | 17:00 -
18:30 Uhr | 10 Veranstaltungen |
vhs.cloud | Jana Szittyayová | 147,50 €



AUFBAUKURSE DER STUFE A2

A2.6 Tschechisch Aufbaukurs

In diesem Kurs vertiefen Sie Ihre bestehenden Tschechischkenntnisse. Sie erweitern Wortschatz und Grammatik, trainieren das freie Sprechen und üben praktische Alltagssituationen.

Voraussetzung: gute A2-Vorkenntnisse.

Zittau 25HA4N92ZZ

Montag | 01.09.2025 | 17:45 - 19:15 Uhr |
12 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Andrea Kacovska | 94,90 €

FORTGESCHRITTENENKURSE DER STUFE B1

B1 Tschechisch Konversation

In diesem Kurs steht freies Sprechen im Mittelpunkt. Sie erweitern Ihren Wortschatz, festigen Grammatikkenntnisse und üben Gespräche zu Alltagsthemen sowie kulturellen Inhalten. Ideal für Lernende mit Tschechischkenntnissen auf B1-Niveau.

Ebersbach 25HA4NC1EL

Dienstag | 09.09.2025 | 17:30 - 19:00 Uhr |
12 Veranstaltungen | VHH Ebersbach |
Milada Friedel | 122,50 €

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

GEORGISCH

Georgisch: Schnupperkurs zum Einstieg (Online)! Möchten Sie die Geheimnisse des Georgischen entdecken, einer der ältesten und klangvollsten Sprachen der Welt? Unsere Schnupperstunden geben Ihnen erste Einblicke in diese außergewöhnliche Sprache. Lernen Sie die Kursleiterin kennen, testen Sie die Funktionen der vhs.cloud und eignen Sie sich erste Wörter und Wendungen an. Spannende Einblicke in die Geschichte und Traditionen inklusive! Wer die Sprache danach systematisch erlernen möchte, kann später den Anfängerkurs Georgisch buchen.

Online 25HA4Q10WW

Montag | 22.09.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 2 Veranstaltungen |
vhs.cloud | Ketevan Kebabdzé | 31,50 €
inkl. Lehrmaterial



A1.1 Georgisch für Anfänger – Online

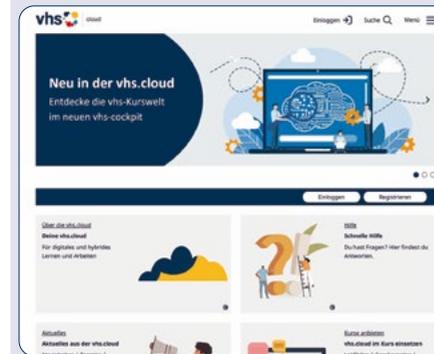
Möchten Sie die Geheimnisse der georgischen Sprache entdecken, einer der ältesten und klangvollsten Sprachen der Welt? Die Sprache ist der Schlüssel zur Seele eines Landes, und genau dies werden Sie in unserem Kurs erleben. In einer kleinen Gruppe lernen Sie das Lesen, Schreiben und Sprechen dieser außergewöhnlichen Sprache - begleitet von spannenden Einblicken in die Geschichte, Traditionen und die berühmte Gastfreundschaft Georgiens. Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Online 25HA4Q11WW

Montag | 20.10.2025 | 16:30 - 18:00 Uhr | 12 Veranstaltungen |
vhs.cloud | Ketevan Kebabdzé | 132,50 €
inkl. Online-Lehrmaterial



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 der aktuellen 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 zum 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.

Arbeit, Beruf und Erziehung

#Zukunftsort_vhs
Kompetenzen für morgen

ARBEIT, BERUF UND ERZIEHUNG

VHS Dreiländereck – Programm: August 2025 bis Januar 2026

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, Inhouse-Schulungen oder Einzelunterricht

Gern bieten wir Ihnen maßgeschneiderte Weiterbildungsangebote zu Ihren Themenwünschen und Terminen als Firmenkurse, Inhouse-Schulungen oder Einzelunterricht an. Diese Schulungen können wahlweise in Ihrem Haus oder in unseren VHS-Geschäftsstellen in Löbau, Zittau, Niesky und Weißwasser durchgeführt werden.

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 abgeprochen 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.

IT-MEDIEN-GRUNDLAGEN UND ALLGEMEINE ANWENDUNGEN

Odyssee im Netz – Wie Sie sich clever
durchs Internet navigieren



in Kooperation mit der: **verbraucherzentrale**

Sachsen

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

Kommen Sie mit auf eine spannende Reise in die Welt der Cyberkriminalität! Um sich besser zu schützen, sollten Verbraucher die Tricks der Täter kennen. Unsere Veranstaltung zur Cybersicherheit zeigt auf, >>

**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

wie Sie sich gegen Identitätsdiebstahl, Fake News, Phishing, Smishing, fiese Fake-Shops und Hackerangriffe wappnen. Erfahren Sie, wie Sie sicher und smart im Netz unterwegs sind und welche Tipps wirklich helfen.

Löbau 25HA5106LL

Dienstag | 10.02.2026 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Alicia Krimmelbein | 13,00 €

Zittau 25HA5106ZZ

Donnerstag | 13.11.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Alicia Krimmelbein | 13,00 €

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 unser Verhalten steuern und was wirklich hinter scheinbar kostenfreien Angeboten steckt. Wir zeigen, wie Vergleichsportale und App-Finanzierungen zur Kostenfalle werden. Lernen Sie, wie Sie sich schützen und kluge Entscheidungen im digitalen Raum treffen.

Themen:

- Gläserner Kunde
- Dark Patterns
- Vergleichsportale
- Kostenfreie Angebote
- App-Finanzierung

Zittau 25HA5107ZZ

Dienstag | 09.12.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Alicia Krimmelbein | 13,00 €

Informationsveranstaltung in der Bibliothek

Besuchen Sie die monatliche Infoveranstaltung der Christian-Weise-Bibliothek in Zittau – jeden 3. Dienstag im Monat – und lernen Sie unsere Online-Angebote kennen: Onleihe 3.0, Online-Katalog und mehr. Erfahren Sie alles über das Lese-Café, Lesungen sowie Vorträge und entdecken Sie bei einem Rundgang unsere Medienvielfalt. Unser Team berät Sie gern – egal, ob Sie neu sind oder regelmäßig kommen. Jeder Termin ist einzeln buchbar und wird auf die Teilnehmenden abgestimmt.

Zittau 25HA5110ZZ

Dienstag | 16.09.2025 | 17:00 - 18:00 Uhr |
4 Veranstaltungen | Christian-Weise-Bibliothek Zittau | Dozententeam Christian-Weise-Bibliothek | 0,00 €

Einsteigerkurs für Smartphone und Tablet

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.

Zittau 25HA5116ZZ

Samstag | 06.12.2025 | 09:00 - 13:00 Uhr |
2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Markus Rudolf | 73,50 €

Löbau 25HA5114LL

Samstag | 17.01.2026 | 09:00 - 12:15 Uhr |
2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Markus Rudolf | 62,00 €

Niesky 25HA5114NN – nur für Apple-Geräte

Donnerstag | 23.10.2025 | 09:00 - 12:15 Uhr |
2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky |
Michael Rohrlapper | 62,00 €

INTERNET (k)ein TATORT – Einführung in das Internet, Risiken und Vorteile (Kompaktkurs)



Dieser kompakte Kurs soll Ihnen den Einstieg ins Internet erleichtern und offene Fragen bei der Nutzung des Internets beantworten.

Er ist unterteilt in folgende 3 Bereiche:

- Teil 1: Einstieg in das Internet
- Teil 2: Online bezahlen per Online-Banking/
Mobile-Banking
- Teil 3: Online-Shopping

Zittau 25HA5123ZZ

Donnerstag | 15.01.2026 | 18:15 - 21:15 Uhr |
6 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Markus Rudolf | 115,00 €

Grundlagenkurs Word 2013/2016

Im Kurs werden folgende Inhalte behandelt:

- neues Dokument – fertige Vorlagen nutzen
- Blatteinteilung-Seitenlayout-Blattgröße-Spalten-Ränder
- Textformatierungen
- Abschnittswechsel
- Text suchen und ersetzen
- Einfügen von Bild, Form, Unterschrift, Tabelle
- Kopf- und Fußzeile, Textfelder
- Ansicht des Dokumentes anpassen – Zoom, Lineal, Gitter
- Verknüpfungen von Dateien
- PDF erstellen – Drucken - Dokumente speichern

Löbau 25HA5132LL

Mittwoch | 17.09.2025 | 09:00 - 12:15 Uhr |
2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Hans-Joachim Hieronymus | 62,00 €

Zittau 25HA5132ZZ

Mittwoch | 22.10.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr |
2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Hans-Joachim Hieronymus | 62,00 €

Niesky 25HA5132NN

Dienstag | 28.10.2025 | 14:00 - 17:15 Uhr |
2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky |
Michael Rohrlapper | 62,00 €

Geschäftsführer Andre Veit
Hauptstraße 8
02747 Rennersdorf
tuningva@gmail.com
035873 2454
0177 4941007
035873 33683
DEKRA Haupt- u. Abgasuntersuchungstützpunkt

Grundlagenkurs Excel 2013/2016 – für Einsteiger

Im Kurs werden u.a. folgende Inhalte behandelt:

- Struktur von Microsoft Excel
- Eingabe und Formatierung von Text und Zahlen
- Einfügen, Löschen, Ändern, Zeilen und Spalten
- Kopieren, Ausschneiden und Löschen von Zellenhalten und Tabellen
- Verwenden der Grundrechenarten
- die Summenfunktion in Excel
- Zeilen- und Spaltentitel, Kopf- und Fußzeilen
- Tipps und Tricks zum Umgang mit komplexen Tabellen
- Einsatz verschiedener Excel-Funktionen u.v.m.

Zittau 25HA5133ZZ

Mittwoch | 03.09.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr |
2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Hans-Joachim Hieronymus | 62,00 €

Niesky 25HA5133NN

Donnerstag | 11.09.2025 | 14:00 - 17:15 Uhr |
2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky |
Michael Rohrlapper | 62,00 €

Löbau 25HA5133LL

Mittwoch | 24.09.2025 | 09:00 - 12:15 Uhr |
2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Hans-Joachim Hieronymus | 62,00 €

PC-Grundkurs Windows 11

Einstieg in die Arbeit mit dem Computer und Laptop
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
- Einstieg in die Präsentationssoftware

- Einstieg in die Bildbearbeitung
- Einstieg in die Nutzung des Webbrowsers, um im Internet zu recherchieren
- Einstieg in die Grundlagen des Rechnens mit dem Computer

Löbau 25HA5131LL

Dienstag | 02.09.2025 | 09:00 - 12:00 Uhr |
6 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Michael Rohrlapper | 115,00 €

Niesky 25HA5131NN

Montag | 12.01.2026 | 17:00 - 20:15 Uhr |
6 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky |
Michael Rohrlapper | 115,00 €

NEU! Markenentwicklung für angehende Selbständige

Das sind die Kursinhalte:

- Wie funktioniert eine Marke?
- gutes Logo vs. schlechtes Logo
- Logoentwicklung & Wording: Wie geht das?
- Webseiten-Gestaltung: Basics & individueller Entwurf
- Social Media: Welches Tool passt zu mir und meiner Marke?
- Wie gehe ich das Ganze strategisch an?
- Content-Plan-Erstellung
- Marketingstrategien
- Wir erarbeiten deine Marke & deinen Markenauftritt gemeinsam
- Feedback vom Profi
- inkl. Workbook für deinen individuellen Prozess

Anmeldung bis 01.10.25

Online 25HA5301ZZ

Samstag, 25.10.2025 | 09:00 – 12:00 Uhr |
5 Veranstaltungen | Webinar am eigenen PC
(online) | Claudia Vollmer | 115,00 €

NEU! So geht Canva!

Vom Flyer bis zum Video: Canva ist aktuell das Gestaltungsprogramm für Laien und Profis. In diesem Kurs lernst du die Grundlagen des Programms und wie du es für deine Projekte nutzen kannst. Gemeinsam erstellen wir individuelle Designprojekte.

Das sind die Kursinhalte:

- Möglichkeiten & Grenzen des Programms
- Vorlagen effektiv nutzen
- Canva KI Tools
- Canva für Social Media
- Erstellung eigener Designprojekte
- Feedback für deine Entwürfe vom Profi

Anmeldung bis 24.08.25

Online 25HA5302ZZ

Montag, 08.09.2025 | 17:00 – 20:00 Uhr |
3 Veranstaltungen | Webinar am eigenen PC
(online) | Claudia Vollmer | 70,00 €

NEU! So geht Instagram!

Du würdest Instagram gerne professioneller nutzen, hast aber keine Ahnung, wo du anfangen sollst? In diesem Grundlagenkurs lernst du, wie du strategisch und authentisch mit dem Tool arbeiten kannst, ohne Posting-Druck und Geld für Anzeigen zu investieren.

Kursinhalte:

- Grundlagen: Postingformate, Zielgruppe finden und ansprechen etc.
- Postingstrategie entwickeln & Contentplan erstellen
- Posts gestalten bzw. Templates erstellen
- Kommunikationsstrategien

Anmeldung bis 22.10.2025

Online 25HA5303ZZ

Mittwoch, 12.11.2025 | 17:30 – 20:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Webinar am eigenen PC
(online) | Claudia Vollmer | 25,00 €

FINANZEN

NEU! Grundlagen der Einkommenssteuererklärung



Lernen Sie, ohne Steuerberater alle relevanten Daten für eine vollständige Einkommenssteuererklärung zu erfassen und zu Ihrem Vorteil zu nutzen.

Inhalte u.a.:

- beschränkte und unbeschränkte Steuerpflicht
- Pflichtveranlagung/Antragsveranlagung (Lohnsteuerklassenwahl)
- notwendige Nachweise, Termine und Fristen
- Veranlagungsarten und Lohnsteuerklassen
- Ermittlung der Einkommensteuer

Im Anschluss an diesen Kurs gibt es die Möglichkeit eines Aufbaukurses.

Zittau 25HA5401ZZ

Montag | 10.11.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Hans-Joachim Hieronymus | 26,00 €

NEU! Aufbauschulung Steuererklärung – Vertiefende Schulung für Rentner/-innen

Auch Rentnerinnen und Rentner sind oftmals verpflichtet, eine Steuererklärung einzureichen. Dies kann sehr herausfordernd und zeitaufwendig sein. Dieser Kurs soll Ihnen bei der Erstellung der Steuererklärung wertvolle Tipps vermitteln. Was gibt es zu beachten? Was kann alles abgesetzt werden? Darf ich etwas dazuverdienen?

Die Aufbauschulung baut auf dem Kurs „Grundlagen Einkommenssteuererklärung“ auf.

Zittau 25HA5402ZZ

Montag | 12.01.2026 | 17:00 - 20:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Hans-Joachim Hieronymus | 26,00 €

NEU! Aufbauschulung Einkommenssteuererklärung – Vertiefende Schulung für Berufstätige

Viele Arbeitnehmer verschenken jährlich Geld - gehören auch Sie dazu? Der Kurs soll Ihnen bei der Erstellung der Einkommenssteuererklärung wertvolle Tipps vermitteln und baut auf dem Kurs „Grundlagen Einkommenssteuererklärung“ auf.

Was gibt es zu beachten? Was kann alles abgesetzt werden?

Inhalte:

- Werbungskosten
- Sonderausgaben
- außergewöhnliche Belastungen
- Kindergeld
- u.v.m.

Zittau 25HA5403ZZ

Montag | 19.01.2026 | 17:00 - 20:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Hans-Joachim Hieronymus | 26,00 €

**NEU! Aufbewahrungsfristen von Dokumenten
Wie lange muss was aufbewahrt werden?**



Wissen Sie, wie lange Sie welches Dokument aufbewahren müssen?

Welche Dokumente müssen wir aufbewahren?

Und wann beginnt eigentlich die Aufbewahrungspflicht?

Diesen und weiteren Fragen wird in dem Kurs nachgegangen - sowohl im privaten als auch im beruflichen Kontext.

Zittau 25HA5404ZZ

Mittwoch | 10.12.2025 | 17:00 - 18:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Hans-Joachim Hieronymus | 15,00 €

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.

Es sind keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich.

Zittau 25HA5421ZZ

Mittwoch | 03.09.2025 | 17:00 - 21:00 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Ines Schicht | 254,50 €

Finanzbuchführung 2

Der Kurs richtet sich an Quereinsteiger aus anderen als kaufmännischen Berufen mit ersten Erfahrungen in der Buchhaltung bzw. Kaufleute, die ihr Grundlagenwissen ausbauen wollen, um eigenständig in der Buchhaltung von Betrieben arbeiten zu können. Der Kurs vertieft systematisch und praxisbezogen Ihre Buchhaltungskenntnisse. Ziel ist das Verständnis buchhalterischer Zusammenhänge, um laufende Buchungsfälle und Abschlussbuchungen in Handel, Industrie & Verwaltung fachgerecht lösen zu können.

Zittau 25HA5422ZZ

Mittwoch | 07.01.2026 | 17:00 - 21:00 Uhr |
10 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Ines Schicht | 310,00 €

Finanzbuchführung 3/DATEV

Für Quereinsteiger aus anderen als kaufmännischen Berufen mit ersten Erfahrungen in der Buchhaltung bzw. Kaufleute, die ihr Grundlagenwissen ausbauen wollen, um in der Buchhaltung von Betrieben arbeiten zu können.

Kursinhalte:

- Anlegen/Ändern von Unternehmensdaten
- Anlegen/Ändern von Stammdaten
- Buchen mit DATEV
- Buchen mit Kasse und Bank
- Aufteilungsbuchungen

- Buchen mit Anlagevermögen u. Automatik ins AV
- Erstellen von: UST-Voranmeldung, SuSa-Liste, Offene Posten

Zittau 25HA5423ZZ

Montag | 01.09.2025 | 17:00 - 21:00 Uhr |
8 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Zittau |
Ines Schicht | 259,50 €

Lohn und Gehalt (1) Xpert Business (LernNetz)

Jede/r Arbeitgeber/in hat für Beschäftigte Lohnsteuern, Zuschlagsteuern und die gesetzlichen Sozialversicherungsbeiträge einzubehalten und an die entsprechenden Stellen abzuführen. Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Lohnsteuerklassen, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich.

Online 25HA5481LL

Video-Kurs | 24 x 120 Minuten | Am eigenen PC (online) | 399,50 €

Lohn und Gehalt (2) Xpert Business (LernNetz)

Das deutsche Einkommenssteuerrecht sieht zahlreiche Einkommensarten, Sonderregelungen, Freibeträge oder Begünstigungen bestimmter Personen etc. vor. Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs setzt Kenntnisse voraus, wie sie im Kurs „Xpert Business Lohn und Gehalt (1)“ vermittelt werden.

Online 25HA5482LL

Video-Kurs | 22 x 120 Minuten | Am eigenen PC (online) | 360,50 €

Lohn und Gehalt (3) Xpert Business DATEV

Anhand der DATEV Software werden Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Hilfskräfte erstellt. Dabei werden die wichtigsten Arbeitsschritte wie das Anlegen von Firmenstammdaten, von Personaldaten bis hin zum Ausdruck von Monats- und Jahresmeldungen anhand von praxisnahen Beispielen erklärt. Dieser Kurs setzt Kenntnisse voraus, wie sie im Kurs „Xpert Business Lohn und Gehalt (1 und 2)“ vermittelt werden.

Online 25HA5483LL

Video-Kurs | 16 x 120 Minuten | Am eigenen PC (online) | 283,50 €

Weitere Xpert Business-Kurse auf Anfrage.

SOFTSKILLS / BEWERBUNGSTRAININGS

Neu: Schule fertig - und was nun? – Orientierung statt Kopfzerbrechen



In diesem Workshop bringen wir Ordnung ins Chaos. Wir schauen uns an, was wirklich zu dir passt, welche Wege es gibt und wie du eine Entscheidung triffst, die sich gut anfühlt.

Inhalt:

- Berufs- und Studienwahl – Was passt zu mir?
- Wege in die Zukunft – Deine Optionen auf einen Blick

- Entscheidungen treffen ohne Kopfzerbrechen
- Plan B? Unterschätzt und oft genial
- praktische Übungen & Austausch

Egal, ob du morgen durchstartest oder dir noch Zeit lässt – du bist nicht verloren, sondern auf dem Weg!

Zittau 25HA5601ZZ

Montag | 20.10.2025 | 09:00 - 16:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Susanne Klemm | 70,00 €

BRANCHENSPEZIFISCHE FACHLEHRGÄNGE

AdA-Schein: Ausbildung der Ausbilder (HWK)

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

Der Lehrgang wird auch als Teil IV der Meisterprüfung (HWK) anerkannt.

Löbau 25HA5801LL

Donnerstag | 27.11.2025 | 16:30 - 21:00 Uhr |
9 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Harald Nedo | 582,00 €

FORTBILDUNG FÜR PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE

HPZ - Heilpädagogische Zusatzqualifikation

Die heilpädagogische Zusatzqualifikation (HPZ-2003) soll Handlungskompetenzen zur Erfüllung von Aufgaben bei der Erziehung, Bildung, Förderung, Pflege und Betreuung von behinderten oder von Behinderung bedrohten Kindern / Jugendlichen / Erwachsenen vermitteln.

Zulassungsvoraussetzungen ist eine abgeschlossene Berufsausbildung im pflegerischen, sozialpflegerischen oder sozialpädagogischen Bereich sowie mindestens einjährige berufliche Tätigkeit.

Löbau 25HE5810LL

Mittwoch | 29.10.2025 | 17:00 - 21:00 Uhr |
80 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Dozententeam HPZ | 2.525,00 €

KOMPETENZEN IN KINDERTAGESSTÄTTEN

Entwicklungsverzögerungen im Kindesalter



Im Seminar setzen Sie sich mit folgenden Schwerpunkten auseinander:

- Entwicklung der Bereiche: Motorik, kognitive Fähigkeiten und Funktionen, Sprache, Intelligenz und Denken, Gedächtnis

- Störungen in der Entwicklung des jeweiligen Bereiches und deren Auswirkungen
- Fördermöglichkeiten in den einzelnen Bereichen
- praktische Hinweise zur Umsetzung der Fördermöglichkeiten im Alltag - Kita und Schule
- Vorstellung von verschiedenen Materialien und Hilfsmitteln

Löbau 25HE5822LL

Mittwoch | 05.11.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr |
2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau |
Daniela Hertwig | 68,00 €

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 25HE5823LL

Mittwoch | 14.01.2026 | 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, >>

empfindsam, empathisch und kommunikativ dem Kind aufzeigen. Der Respekt dem Kind gegenüber steht dabei an oberster Stelle.

Zittau 25HE5833ZZ

Mittwoch | 10.12.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Uta Rudolph | 21,00 €

Jungs ticken anders!

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?

Niesky 25HE5836NN

Dienstag | 26.08.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Niesky |
Uta Rudolph | 25,00 €

Adultismus

Adultismus bei Kindern im Alter von 3 bis 6 Jahren kann sich zum Beispiel im Ignorieren der Bedürfnisse von Kindern zeigen:

- ignorieren, dass das Kind hungrig ist
- ignorieren, dass das Kind müde ist
- u.v.m.

Selbstzweifel?
Machtverhältnisse?

Was ist das?
Wie gehen Sie damit um?

Zittau 25HE5853ZZ

Mittwoch | 03.09.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Uta Rudolph | 25,00 €

Schlafen in der KITA

Schlafen in der Kita - eine Herausforderung für alle? Müssen alle genauso lange schlafen? Schlafsachen? Bettwäsche? Alle? Eine logistische Herausforderung für ein ganzes Team. Schlafen ist so wichtig und so schön.

Löbau 25HE5891LL

Donnerstag | 27.11.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Uta Rudolph | 26,00 €

GESPRÄCHSFÜHRUNG UND AUFFÄLIGES VERHALTEN

NEU! Umgang mit Konflikten im pädagogischen Berufsalltag leicht gemacht



Modul 1: Interaktion mit Kollegen und Vorgesetzten im Team

Die 3 Seminare sollen Verständnis und Handwerkszeug für den täglichen Gebrauch in der Kita vermitteln. Die Module können einzeln oder als Reihe belegt werden.

Zentrale inhaltliche Aspekte:

- Kita als systemisches Konstrukt und spezifische organisatorische Bedingungen
- Mitarbeiter als Privatperson vs. professioneller Handler

- Rolle und Wirkung der Führungskraft
- psychologisches Immunsystem u. Selbstfürsorge
- Elemente und Dynamiken von Konflikten
- psychologische Mechanismen der Konfliktlösung

Löbau 25HE5831LL

Freitag | 26.09.2025 | 08:00 - 15:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Henriette Gerber | 70,00 €

Modul 2: Interaktion mit Kindern

Fortführung von Modul 1

Zentrale inhaltliche Aspekte:

- Zusammenspiel der Entwicklung von Gehirn und Psyche bei Kindern
- altersspezifische Bedürfnisse und Konflikthanlässe von Kindern
- Wirkungen des sozialen Umfeldes auf Kinder
- Resonanz und Vertrauen zwischen Kind und Erzieher bzw. Erzieher und Kind
- altersspezifische Anleitung von Kindern zur Reflexion + Lösung von Konflikten
- Mitarbeiter und Führungskraft als soziale Multiplikatoren

Löbau 25HE5832LL

Freitag | 24.10.2025 | 08:00 - 15:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Henriette Gerber | 70,00 €

Modul 3: Interaktion mit Eltern/Personensorgerechtigten

Fortführung der Module 2 und 3

Zentrale inhaltliche Aspekte:

- Eltern als heterogene Gruppe
- Eltern-Kind-Beziehung
- systemische Einflüsse der unterschiedlichen Lebenswelten der Eltern

- generelle und situative Bedürfnislagen von Eltern
- Bedingungen und Einflüsse einer gesunden Erziehungspartnerschaft
- Prozesshaftigkeit der Lösung von Konflikten

Löbau 25HE5833LL

Freitag | 14.11.2025 | 08:00 - 15:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Henriette Gerber | 70,00 €

NEU! Schwierige Elterngespräche – kein Problem!

In diesem Workshop lernst du, auch in schwierigen Gesprächen ruhig am Steuer zu bleiben.

Inhalte:

- Emotionen im Griff – Der Sicherheitsgurt für Gespräche
- Respektvoll argumentieren – Ohne den anderen an die Wand zu fahren
- Von Problemen zu Lösungen – Die richtige Gesprächsrouten finden
- Wenn's knifflig wird – Dein Werkzeugkasten für schwierige Gespräche
- Jetzt wird's ernst – Üben, üben, üben!

Problemgespräche? Kein Problem mehr!

Niesky 25HE5831NN

Montag | 15.09.2025 | 09:00 - 16:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Niesky |
Susanne Klemm | 70,00 €

Hinweis:
Eine kostenfreie Stornierung Ihrer Anmeldung ist gemäß unserer AGB bis 5 Werktage vor Kursbeginn möglich.

NEU! Herausforderndem Verhalten von Kindern professionell und ressourcenorientiert begegnen



Workshop 1: Einführung in das Prozessmodell, analysieren und verstehen

Kennst du Kinder, die in Sekunden das gesamte Team herausfordern? Früher sprach man von „herausfordernden Kindern“, heute wissen wir, dass es das Verhalten ist, das uns fordert. In dieser Fortbildung lernst du, professionell und ressourcenorientiert mit herausforderndem Verhalten umzugehen, die Kinder gezielt zu begleiten und effektiv mit Eltern zusammenzuarbeiten.

Die Fortbildung basiert auf dem Konzept „Herausforderndes Verhalten von Kindern professionell bewältigen (HeVeKi)“.

Löbau 25HE5834LL

Samstag | 25.10.2025 | 08:00 - 15:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Jeannette Hammer | 75,00 €

Workshop 2: Wiederholung des Grundsatzkonzeptes, Planen und Handeln

Lerne Lösungsansätze für den Kita-Alltag!

Diese Weiterbildung ist ideal für dich, wenn du nach neuen Handlungsmöglichkeiten und Lösungsansätzen für den Umgang mit herausforderndem Verhalten suchst.

Die Fortbildung basiert auf zwei Säulen:

1. Theoretisches Wissen zu herausfordernden Verhaltensweisen von Kindern.
2. Praktische Anwendung anhand von Fallbeispielen aus deinem Alltag.

Löbau 25HE5835LL

Samstag | 08.11.2025 | 08:00 - 15:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Jeannette Hammer | 75,00 €

Workshop 3: Wiederholung des Grundsatzkonzeptes, Evaluieren und Überprüfen

Du lernst das Kompetenzmodell, eine systematische Vorgehensweise im Umgang mit herausforderndem Verhalten kennen und entwickelst daraus eigene Lösungsansätze. So kannst du den pädagogischen Alltag bewusster gestalten, Familien einbinden und Ressourcen gezielt nutzen, um Kinder bestmöglich zu begleiten.

1-3 Fortbildungstage + Zeit für den Praxistransfer.

Die Kurstage bauen aufeinander auf, können aber unabhängig voneinander besucht werden.

Löbau 25HE5837LL

Samstag | 29.11.2025 | 08:00 - 15:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Jeannette Hammer | 75,00 €

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 deren Probleme zu fokussieren, sondern auch ihre individuellen Stärken und Potenziale herauszuarbeiten. Viele Kinder sind hochbegabt, haben eine ausgeprägte Fantasie. Was wären wir ohne diese Kinder?

Diese Veranstaltung lebt vom Erfahrungsaustausch: Eine rege Diskussion soll geschaffen werden.

Löbau 25HE5880LL

Dienstag | 16.09.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Uta Rudolph | 23,50 €

Zittau 25HE5880ZZ

Dienstag | 11.11.2025 | 18:00 - 20:15 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau |
Uta Rudolph | 23,50 €

STÄRKUNG DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT

NEU! Mobbingprävention – Mehr als nur Regeln fürs Klassenzimmer



Warum entsteht Mobbing? Welche Dynamiken stecken dahinter? Und vor allem: Wie schaffen wir eine Umgebung, in der es gar nicht erst entsteht?

- Mobbing verstehen – Das große Ganze sehen
- Regeln sind gut, aber nicht genug
- Eine starke Gemeinschaft als Schutzschild
- Erwachsene als Vorbilder – Keine Ausreden mehr!
- Von der Theorie in die Praxis

Mobbing zu verhindern ist kein Hexenwerk – aber es braucht Menschen, die bereit sind, hinzusehen und aktiv zu werden.

Löbau 25HE5838LL

Montag | 22.09.2025 | 09:00 - 16:00 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Susanne Klemm | 70,00 €

Schwierige Themen mit Kindern besprechen (Trauer, Tod)

„Warum kommt der / die ... nicht mehr?“

Wenn ein Kind schwer erkrankt oder von heute auf morgen plötzlich nicht mehr da ist, stehen besonders Sie als pädagogische Fachkräfte vor einer der schwierigsten Aufgaben, die Ihr Beruf mit sich bringt. Wie reagiere ich auf Fragen der anderen Kinder? Wie offensiv sollte das Thema behandelt werden?

Sie lernen, wie man diese Themen besprechen kann, ohne Kinder zu überfordern oder aus eigener Betroffenheit oder Unsicherheit um das Thema herumzureden.

Löbau 25HE5846LL

Dienstag | 21.10.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau |
Lucas Heizmann | 24,00 €

Weißwasser 25HE5846WW

Freitag | 07.11.2025 | 18:00 - 19:30 Uhr |
1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Weißwasser |
Lucas Heizmann | 24,00 €

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 Erzieher) >>

- So gelingt Entspannung mit Kindern!
- Entspannungstechniken für Körper und Seele: Atem-Übungen, Bewegungs-Übungen (Yoga für Kids), Muskelentspannung, Fantasiereisen. (Praxis)

Zittau 25HE5852ZZ

Mittwoch | 22.10.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Zittau | Ireen Fritsche | 27,00 €

Löbau 25HE5852LL

Mittwoch | 14.01.2026 | 17:00 - 20:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Geschäftsstelle Löbau | Ireen Fritsche | 27,00 €

Zielgruppe:

- Eltern
- Therapeutinnen/Therapeuten
- Erzieher/innen
- Lehrer/innen
- Betreuer/innen
- Schulbegleiter/innen

Niesky 25HE5834NN

Mittwoch | 24.09.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Niesky | Daniela Hertwig | 67,50 €

Inklusion – Kann das gut gehen?

- theoretische Grundlagen – Unterscheidung Integration und Inklusion
- fachliche Bedingungen
- strukturelle Voraussetzungen
- personelle Strukturen
- Quick Guide – Hinweise zur praktischen Umsetzung
- Erklärung am Modell einer inklusiven Grundchule

Zielgruppe:

- Leiter/innen
- Erzieher/innen
- pädagogische Mitarbeiter/innen
- Lehrer/innen
- Betreuer/innen
- Schulbegleiter/innen
- Therapeuten/Therapeutinnen

Löbau 25HE5883LL

Mittwoch | 27.08.2025 | 17:00 - 20:00 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Daniela Hertwig | 68,00 €

INTEGRATION UND INKLUSION



Down-Syndrom

- theoretische Grundlagen (Ursachen, Symptome, Ausprägungen)
- Methoden, Fördermöglichkeiten und Therapieansätze für die praktische Umsetzung im Alltag - Kita und Schule
- Vorstellung von Materialien und Hilfsmitteln

ICF-CY Basiskurs

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:

- Komponenten 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

Löbau 25HE5884LL

Montag | 27.10.2025 | 17:00 - 21:00 Uhr | 2 Veranstaltungen | Geschäftsstelle Löbau | Susann Schnelle | 119,00 €

EXPERIMENTE / PROJEKTE / NATURKUNDE

Tiergestütztes Arbeiten – Ein Basisworkshop für pädagogisch arbeitende Menschen

Die Reittherapie Pialotta hat einen ganzheitlichen Ansatz. Der Prozess der tiergestützten Arbeit entwickelt sich nach ersten Gesprächen und Stunden im Prozess gemeinsam mit Kind/Erwachsenem, Pferd und tiergestützter Fachkraft. Wir sehen die Reittherapie als Überbegriff für eine Vielzahl von Möglichkeiten, besonderen Menschen Unterstützung anzubieten. In diesem Basisworkshop soll pädagogisch arbeitenden Menschen ein erster Einblick in das weite Feld tiergestützter Arbeit gegeben werden.

Zittau 25HE5871ZZ

Samstag | 20.09.2025 | 09:00 - 13:00 Uhr | 1 Veranstaltung | Reiterhof Am Jägerwäldchen 3, 02763 Bertsdorf-Hörnitz | Lena Schönfelder | 63,00 €

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.

Dachdecker & Klempner SAUER

RONNY

Dachdecker & Klempnermeister

Weißerberger Landstraße 29
02708 Löbau
Tel. (0 35 85) 4 46 93 80
Handy (01 60) 2 99 84 00

E-Mail: Dachklempnerei-Sauer@gmx.de

- Ada-Schein 90
Akupressur 55
Allgemeine Geschäftsbedingungen 5
Aqua-Gymnastik 53
Arbeit, Beruf und Erziehung 82
Architektur 27
Ausstellungen 29 - 30
Ayurveda 55
Bildungsfahrt 34
Buchhaltung 10
Datenschutzerklärung 5
Demokratie 7, 10, 20, 57
Deutsch 60 - 62
Einbürgerung 63
Englisch 63 - 70
Entspannung 18, 47, 48 - 51, 95
Erbrecht 11
Erlebnistanz 31
Ernährung 18 - 19, 25, 54
Excel 86
Exkursion 27, 34, 73, 74
Feng Shui 23
Finanzen 10 - 11, 87 - 88
Finanzbuchführung 88 - 89
Fit für den Alltag 53
Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte 91 - 95
Fotografie 29, 42 - 43
Französisch 71
Garten 22, 40
Gebärdensprache 59
Georgisch 80
Geschichte 16, 22, 24, 26, 33
Gesundheit 46
Gymnastik 51, 53
Handwerk 22, 26, 36, 40
Herz-Kreislauf 19, 52,
Hochsensibilität 92
Inklusion 96, 98
Integration 63, 96
Internet 81, 83, 85, 86
Italienisch 71 - 72
Jugendkunstschule Oberlausitz-
Niederschlesien 4
Keramik 29, 30, 40
Kinder 32, 39, 45, 57, 91 - 96
Kleine Galerie 29
 Klöppeln 40 - 41
Kochen 25
Kommunikation 16, 87
Kontrovers vor Ort 7 - 8
Kostenfrei 9, 10, 11, 12, 13, 14,
15, 18, 20, 21, 29, 53, 56
Kräuter 13, 19, 23, 25, 54
Kultur und Gestalten 28
Kunstvortrag 33
Malen 18, 35 - 39
Medien 7, 42, 84
Motorsägen 13
Multivisionsshow 43
Musik 9, 30, 31, 52, 98
Nachhaltigkeit 22 - 24
Online 59, 68, 71, 72, 79, 80,
81, 84, 86, 87, 89, 90
PC 81, 86, 89, 90
Permakultur 22
Pflege 12, 54, 91
Philosophie 10
Pilates 51
Politik, Gesellschaft und
Umwelt 6
Polnisch 72 - 74
Problemzonen 53
Qi Gong 48
Regional-Saisonal 24 - 25
Rückenschmerzen 55
Senioren 45, 66, 68, 70
Schwedisch 74 - 75
Smartphone 83, 84
Spanisch 75 - 78
Sprachkurse 58
Stress-Management 50
Tablet 83, 84
Tanz 30 - 32, 44, 52
Textilgeschichte 16, 21, 22
Textiles Gestalten 40
Tradition 13, 19, 23, 35, 36, 40,
48, 55, 73, 74, 77, 80
Tschechisch 24, 25, 78 - 80
Veranstaltungsreihe 18, 24, 26
Vernissage 29, 30
vhs.cloud 8, 59, 68, 71, 72, 79,
80, 81
vhs.Media 16
vhsMobil 23, 32, 130, 153
Vorsorgevollmacht 11
Vortrag 8, 10, 11, 12, 16, 20,
33, 34, 43
Widerrufsbelehrung 5
Word 85
Workshop 9, 14, 16, 20, 22, 23,
24, 25, 31, 32, 35, 36, 37, 38,
41, 42, 43, 50, 52, 55, 90, 93,
94, 97
Yoga 48, 49, 55, 96
Zumba 30 - 31
3D-Druck 21

Den Tropen ganz nah

Exotenhaus Jonsdorf



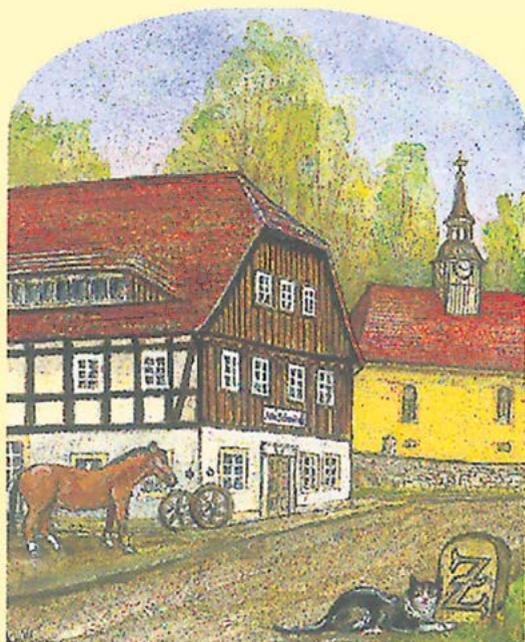
über 40 verschiedene Arten
Reptilien-Insekten-Amphibien
Spinnen-Fische u.v.mehr

Täglich

10.00 - 18.00 Uhr




FAMILIEN
FREUNDLICHE
FREIZEITEINRICHTUNG



Einkehr und Rast ... GASTHOF ALTE SCHMIEDE LÜCKENDORF

Idyllisch gelegen zwischen der barocken
Dorfkirche und grünen Wäldern.

Die alte Schmiede als urige Gaststätte
mit Schmiedefeuher 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



Zuhause finden, zuhause fühlen.

Mit der Sparkasse wird die Suche nach der Traumimmobilie zum Kinderspiel.

Die Immobiliensuche der Sparkasse macht es Ihnen leicht: Dank unserer großen regionalen Immobilienauswahl entdecken Sie genau das Objekt, das zu Ihnen passt – schnell und unkompliziert.

www.spk-on.de/immobilien



Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Oberlausitz-
Niederschlesien