

Leichter Lernen

Programm
Herbst 2018



Die Berliner Volkshochschulen sind die kommunalen Weiterbildungseinrichtungen der zwölf Berliner Bezirke. Sie bieten ein breites Spektrum an Weiterbildungsangeboten an vielen verschiedenen Orten im Bezirk, die auf den regionalen Bedarf zugeschnitten sind.

- An der Volkshochschule können Sie
- ... aktuelle Themen diskutieren
 - ... sich über Städte und Länder informieren
 - ... die künstlerische Kreativität fördern
 - ... etwas für die Gesundheit tun
 - ... eine neue Sprache lernen
 - ... sich beruflich weiterbilden
 - ... schulische Kenntnisse auffrischen

Die Volkshochschulen sind offen für Männer und Frauen, Junge und Alte, Menschen aller sozialen Schichten und Einkommensgruppen, Menschen aus verschiedenen Kulturen und Milieus und für Menschen mit und ohne Behinderungen. Sie unterstützen die Teilnehmer/innen dabei, aktiv an Gesellschaft, Kultur und Berufsleben teilzuhaben und ihr Leben möglichst eigenverantwortlich zu gestalten.



Mit den ERW-IN Kursen wollen die Volkshochschulen besonders Menschen ansprechen, die Kurse in einfacher Sprache und langsamem Lerntempo besuchen möchten.

ERW-IN – Leichter Lernen



Herbst 2018

Impressum

Herausgeber:

ERW-IN Büro

im Auftrag der Kooperationspartner

Berliner VHS und Lebenshilfe Bildung gGmbH, Berlin

Heinrich-Heine-Straße 15, 10179 Berlin

kontakt@erw-in.de

www.ERW-IN.de



Layout:

Amund Schmidt

Fotonachweis:

Titelbild: Lebenshilfe Bildung gGmbH

Lebenshilfe gGmbH

VHS Berlin Mitte

Paul-Georg Meister, Anja Rocher / pixelio.de

Horst Schröder / pixelio.de

Piktogramme: Clemens Fait

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe ERW-IN Interessierte,

viele Menschen sprechen von „Teilhabe“: Politiker in ihren Reden, die KollegInnen auf der Arbeit und auch die MitbewohnerInnen zu Hause. Auch in den Gesetzen steht oft dieses Wort. Alle fordern Teilhabe auch für Menschen mit Behinderung. Aber was bedeutet das eigentlich? Teilhabe ist ein Wort, das viele Bedeutungen hat. Für uns heißt es: Mitmachen!

Bei ERW-IN können Sie mitmachen und Kurse an den Berliner Volkshochschulen und der Lebenshilfe Berlin besuchen. Sie können selbst bestimmen, welches Thema Sie interessiert und welchen Kurs Sie besuchen wollen. Deshalb gibt es auch im Herbst 2018 wieder eine bunte Vielfalt an Angeboten in allen Programmbereichen und an vielen Orten. In jedem Kurs wollen wir Ihnen das Lernen leicht machen, so dass Sie mitmachen können. Deshalb sind die Gruppen klein und die Kursleitung geht auf Ihr Lerntempo ein. Und deshalb wird im Kurs so gesprochen, dass alle es verstehen können und das Kursmaterial ist leicht zu lesen. Aus unserer Sicht ist das Teilhabe in der Erwachsenen-Bildung! Sie sind herzlich willkommen.

Bitte melden Sie sich mit dem Anmeldeformular auf Seite 118 zu den Kursen direkt beim jeweiligen Veranstalter an. Sollten Sie allgemeine Fragen haben oder eine Beratung wünschen, erreichen Sie uns im ERW-IN Büro:
Liane Neubert 030 - 829 998 601 oder Amund Schmidt 030 - 829 998 613.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lernen und Mitmachen!

Ihre

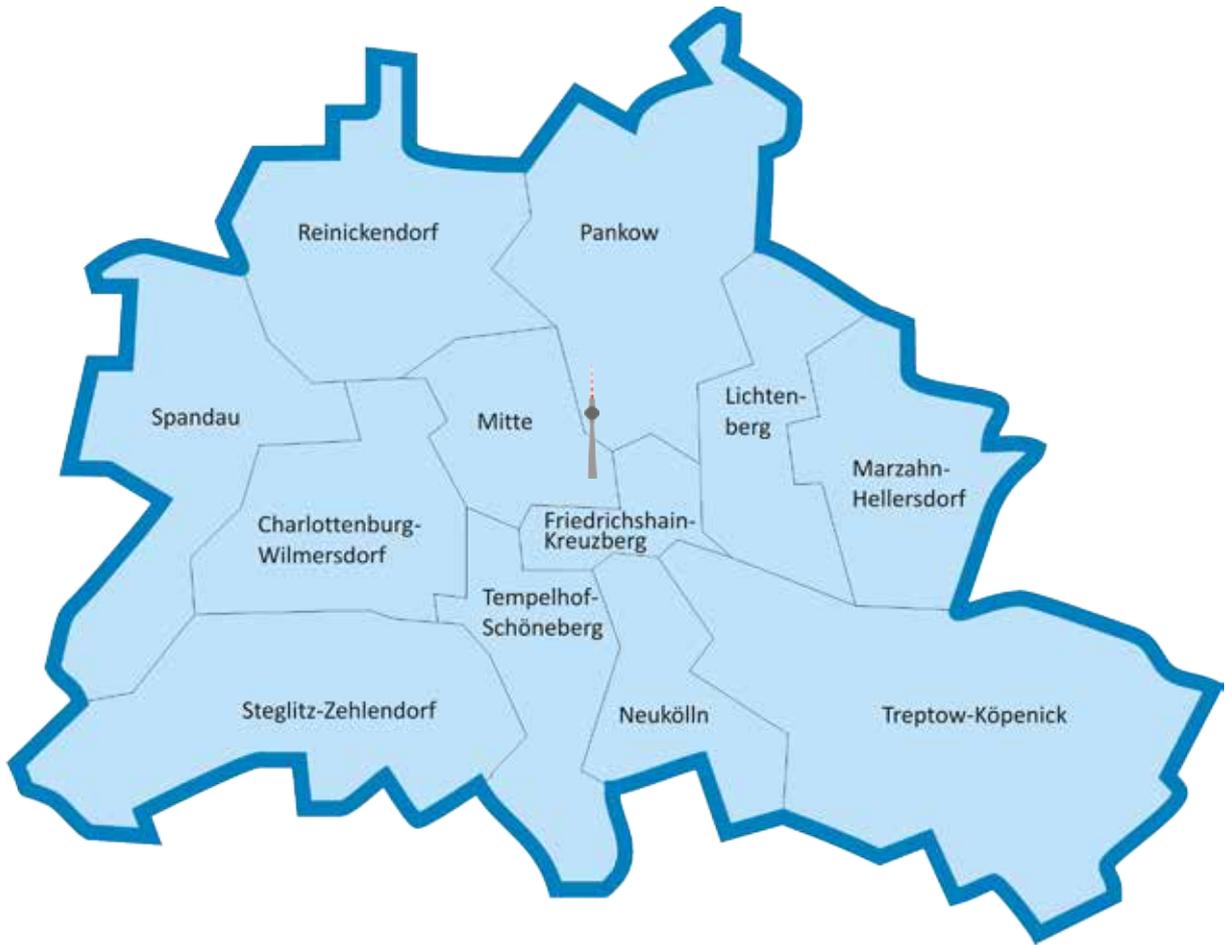
Susanne Roggenhofer

Sprecherin der Arbeitsgemeinschaft der
Direktor/innen der Berliner Volkshochschulen

Liane Neubert

Geschäftsführerin
der Lebenshilfe Bildung gGmbH

Wenn Sie ein Kursthema besonders interessiert, können Sie es bei www.ERW-IN.de aufschreiben.



Berlin

Übersicht der Kurse in diesem Heft

Wichtige Seiten

Allgemeine Geschäftsbedingungen in Leichter Sprache.....	116
Anmelde-formular – ERW-IN Kurse	118

Politik – Gesellschaft – Umwelt


11

Schulung für Bewohnerbeiräte.....	Mitte	12
UN-Behindertenrechtskonvention	Mitte	13
Einführung in die Personen-Zentrierung und Persönliche Zukunftsplanung	Mitte	14
Erste-Hilfe Kurs	Mitte	15
Erste-Hilfe Training	Mitte	16
Miteinander reden ohne Gewalt.....	Mitte	17
Was Sie schon immer über Liebe, Zärtlichkeit und Sex wissen wollten	Mitte	18
Kommunikationstraining für Psychiatrie-Erfahrene	Pankow	19
Sie nennen es eine Diagnose – ich nenne es eine Ressource	Pankow	20
Ich darf etwas wollen - Lebensziele finden	Pankow	21
Konflikte lösen.....	Pankow	22
Besser sprechen lernen	Pankow	23
Schutz vor Gewalt - durch Theater spielen.....	Tempelhof-Schöneberg.....	24
Empowerment-Training, Teil 2.....	Tempelhof-Schöneberg.....	25

Kultur – Gestalten


27

YRRWAHRIA Theater	Lichtenberg	28
Generationenchor	Lichtenberg	29
Gemeinsam Postkarten herstellen	Marzahn-Hellersdorf.....	30
Tanzen und Trommeln	Mitte	31
Kräuterproduktion von A bis Z.....	Mitte	32
Fotografieren für alle.....	Neukölln.....	33
Punkt, Punkt, Komma, Strich - Malen für alle	Neukölln.....	34
Tanzen im Sitzen	Pankow	35

Übersicht der Kurse in diesem Heft

Fortsetzung: Kultur – Gestalten



Künstlerische Techniken – Mein Lieblingskünstler	Spandau	36
Arbeiten mit Holz	Spandau	37
Nähen	Spandau	38
Afrikanisches Trommeln	Spandau	39

Gesundheit


41

Interkultureller Kochabend	Lichtenberg	42
Gesunde Ernährung	Mitte	43
Lecker kochen ist ganz leicht	Neukölln	44
Internationales Essen unter Freunden	Pankow	45
Fitness-Gymnastik	Mitte	46
Yoga für alle	Mitte	47
Entspannung für Rücken und Nacken	Mitte	48
Wendo – Selbst-Verteidigung für Frauen – Anfängerinnen und Fortgeschrittene	Mitte	49
Rückentraining - Fitness von Kopf bis Fuß	Pankow	50
WOLKENHÄNDE - Tai Ji und Qigong für alle	Pankow	51
Yoga auf dem Stuhl	Pankow	52
Qi Gong	Reinickendorf	53
Qi Gong zur Gesundheitspflege	Reinickendorf	54
Yoga in Deinem Tempo	Spandau	55
18 Bewegungen des Tai Ji Qigong	Steglitz-Zehlendorf	56
Yoga panta rhei (alles fließt): Bewegung genießen	Steglitz-Zehlendorf	57
Gymnastik - Yoga - Entspannung: Alles, was uns gut tut	Steglitz-Zehlendorf	58

Sprachen



61

Deutsche Gebärdensprache (DGS I)	Charlottenburg-Wilmersdorf	62
Deutsche Gebärdensprache (DGS II)	Charlottenburg-Wilmersdorf	63
Deutsche Gebärdensprache (DGS III)	Charlottenburg-Wilmersdorf	64
Englisch in leichter Sprache - Gruppe „London“	Mitte	65
Englisch A1	Spandau	66
Englisch - von Anfang an.....	Steglitz-Zehlendorf.....	67
Englisch für Anfänger 1	Tempelhof-Schöneberg.....	68
Englisch für Anfänger 2	Tempelhof-Schöneberg.....	69

Arbeit - Beruf - Computer



71

Kontakt mit Kunden – worauf kommt es an?	Mitte	72
Was kann man am Computer machen?	Mitte	73
Was kann man im Internet machen?	Mitte	74
Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen am PC.....	Mitte	75
Computer Schnupperkurs.....	Pankow	76
Einführung in den Computer - Teil 1.....	Spandau	77
Einführung in den Computer - Teil 2.....	Spandau	78
Erste Schritte am PC	Tempelhof-Schöneberg.....	79
Android Teil 2: Wie bediene ich mein Smartphone oder Tablet – es geht weiter!.....	Tempelhof-Schöneberg.....	80
Android: Whats App – ich bin auch mit dabei!.....	Tempelhof-Schöneberg.....	81
Android: Wie bediene ich mein Smartphone oder Tablet?.....	Tempelhof-Schöneberg.....	82
Android: Wie bediene ich mein Smartphone oder Tablet?.....	Tempelhof-Schöneberg.....	83
Meine eigene Homepage – Webseiten gestalten für Einsteiger mit Jimdo.....	Steglitz-Zehlendorf.....	84

Grundbildung



87

Lerntreff Grundbildung Alpha Level 1-2 – Lesen, Schreiben, Verstehen	Charlottenburg-Wilmersdorf	88
Lerntreff Grundbildung Alpha Level 2 – Lesen, Schreiben, Verstehen	Charlottenburg-Wilmersdorf	89
Lerntreff Grundbildung Alpha Level 2-3 – Lesen, Schreiben, Verstehen	Charlottenburg-Wilmersdorf	90

Fortsetzung: Grundbildung



Lerntreff Grundbildung Alpha Level 2-4 – Lesen und Schreiben	Charlottenburg-Wilmersdorf	91
Alpha Spezial – Alpha Level 1-4	Charlottenburg-Wilmersdorf	92
Alltagskunde und Lerntechniken für Menschen mit Migrationshintergrund.....	Charlottenburg-Wilmersdorf	93
Lesen und Schreiben von Anfang an	Lichtenberg	94
Lesen und Schreiben	Mitte	95
Lesen und Schreiben	Mitte	96
Mach was mit Zahlen - Rechnen von Anfang an....	Neukölln.....	97
Grundlagen des Lesens und Schreibens	Reinickendorf.....	98
Grundlagen des Lesens und Schreibens	Reinickendorf.....	99
Grundlagen des Lesens und Schreibens	Reinickendorf.....	100
Lesen und Schreiben	Spandau	101
Lesen und Schreiben lernen – Grundstufe 1	Steglitz-Zehlendorf.....	102
Lesen und Schreiben lernen – Grundstufe 2	Steglitz-Zehlendorf.....	103
Lesen und Schreiben lernen - Grundstufe 3	Steglitz-Zehlendorf.....	104
Rechnen von Anfang an.....	Steglitz-Zehlendorf.....	105
Rechtschreiben.....	Steglitz-Zehlendorf.....	106
Bürgerliches Rechnen	Steglitz-Zehlendorf.....	107
Grundkurs Lesen und Schreiben 1.....	Tempelhof-Schöneberg.....	108
Grundkurs Lesen und Schreiben 1.....	Tempelhof-Schöneberg.....	109
Grundkurs Lesen und Schreiben 1.....	Tempelhof-Schöneberg.....	110
Grundkurs Lesen und Schreiben 1.....	Tempelhof-Schöneberg.....	111
Grundkurs Lesen und Schreiben 2.....	Tempelhof-Schöneberg.....	112
Grundkurs Lesen und Schreiben 2.....	Tempelhof-Schöneberg.....	113
Grundkurs Lesen und Schreiben 3.....	Tempelhof-Schöneberg.....	114
Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen im Alltag.....	Tempelhof-Schöneberg.....	115

Anmerkung: Leichte-Sprache-Regelwerke sehen vor, dass zusammengesetzte Wörter mit einem Bindestrich getrennt werden. In diesem Programm folgen wir aber der Empfehlung von Sprachwissenschaftlern und setzen bei Texten statt dessen den Mediopunkt (Mittelpunkt) ein. Siehe unter anderem: Bredel, Ursula/Maaß, Christiane (2016): Leichte Sprache. Theoretische Grundlagen. Orientierung für die Praxis. Berlin. Kapitel 8.2. Die Kursausschreibungen orientieren sich an den Regeln der Leichten Sprache.

Besser sprechen lernen | Okt. | Seite 23

Sie nennen es eine Diagnose – ich nenne es eine Ressource | Okt. bis Nov. | Seite 20

Kommunikationstraining für Psychiatrie-Erfahrene | Sept. bis Okt. | Seite 19

Ich darf etwas wollen - Lebensziele finden | Nov. bis Dez. | Seite 21

Miteinander reden ohne Gewalt
Okt. bis Dez. | Seite 17

Was Sie schon immer über Liebe,
Zärtlichkeit und Sex wissen wollten
Okt. bis Dez. | Seite 18

Konflikte lösen | Nov. | Seite 22

Erste-Hilfe Kurs | Aug. oder Sept. oder Okt. oder Dez. | Seite 15

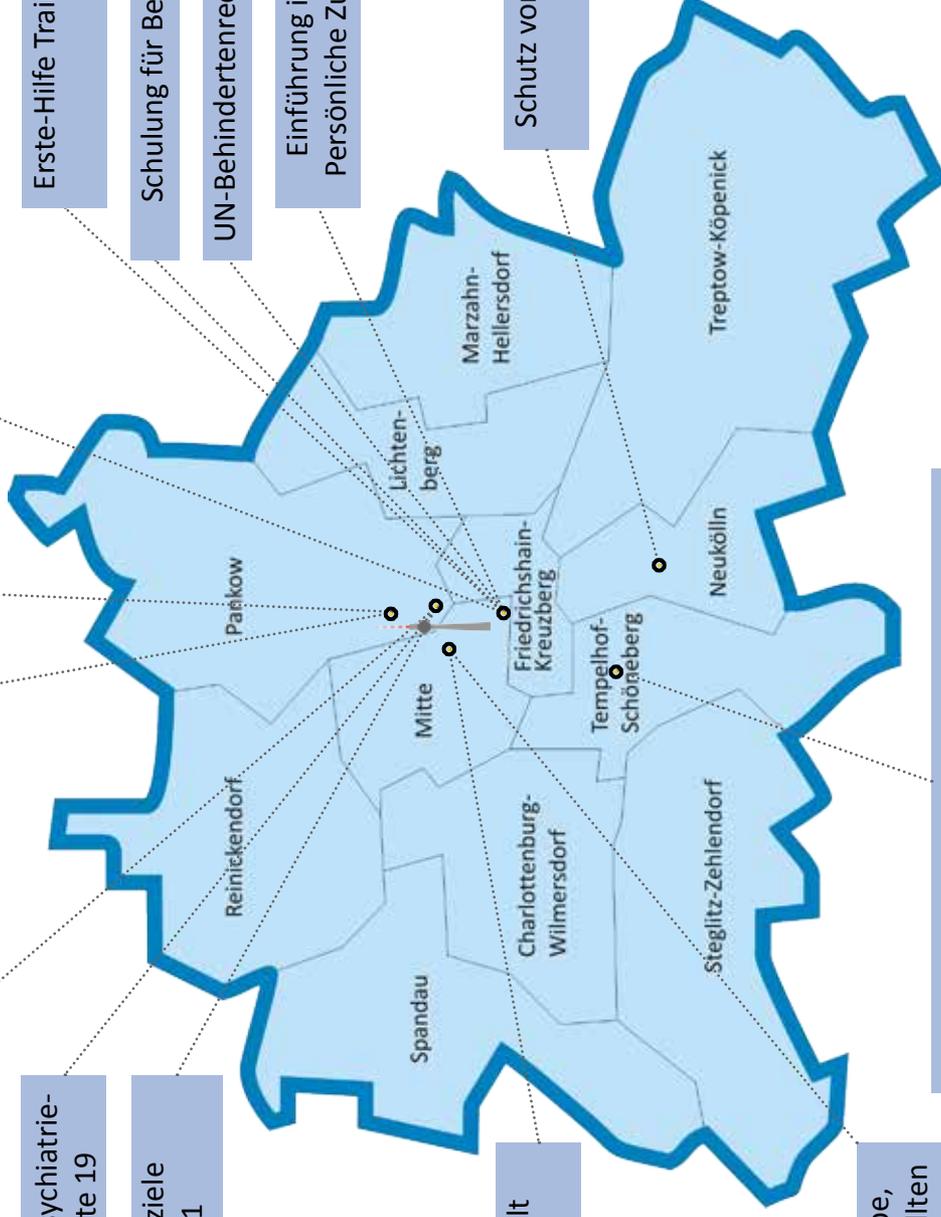
Erste-Hilfe Training | Aug. oder Sept. oder Okt.
oder Dez. | Seite 16

Schulung für Bewohnerbeiräte | Nov. | Seite 12

UN-Behindertenrechtskonvention | Nov. | Seite 13

Einführung in die Personen-Zentrierung und
Persönliche Zukunftsplanung | Okt. | Seite 14

Schutz vor Gewalt - durch Theater spielen
Sept. bis Dez. | Seite 24



Empowerment-Training, Teil 2 | Nov. | Seite 25

Politik – Gesellschaft – Umwelt





Titel des Kurses **Schulung für Bewohnerbeiräte**

Beschreibung des Kurses

Bewohner von Wohn-gemeinschaften wählen Bewohner-beiräte.
 Bewohner-beiräte haben wichtige Aufgaben.
 In diesem Kurs lernen Bewohner-beiräte, die Aufgaben besser zu verstehen.
 Sie lernen Ihre Rechte und Pflichten.
 Sie lernen besser reden.
 Sie lernen, besser mit Problemen klarzukommen.

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungs-urlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H004



Termin für den Kurs
 19. November 2018 bis 21. November 2018,
 Montag bis Mittwoch von 10 Uhr bis 15 Uhr



Ort
 Lebenshilfe Berlin, Heinrich-Heine-Str. 15,
 10179 Berlin



Kursleitung
 Claudine Letellier und Paula Stockmann 12 Teilnehmende



Kosten
 350 € mit Essen und Trinken

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Lebenshilfe Bildung gGmbH
 Fax: 030 - 82 99 98 604
 kontakt@erw-in.de



Information Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **UN-Behindertenrechtskonvention**

Beschreibung des Kurses

In schwerer Sprache heißt der Vertrag: Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen.

Im Kurs lernen Sie die Vereinbarung über die Rechte von Menschen mit Behinderung kennen.

Schwerpunkte:

- Was will die Vereinbarung erreichen?
- Was bedeutet die Vereinbarung für Menschen mit Behinderungen, ihre Familien und ihre Betreuer?
- Welche Rechte haben Menschen mit Behinderung?
- Gespräche über die Situation der Menschen mit Behinderung.

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungsurlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H006



Termin für den Kurs
6. November 2018,
Mittwoch von 9 Uhr bis 15 Uhr



Ort
Lebenshilfe Berlin, Heinrich-Heine-Str. 15,
10179 Berlin



Kursleitung
Amund Schmidt

12 Teilnehmende



Kosten
30 € mit Essen und Trinken

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Lebenshilfe Bildung gGmbH
Fax: 030 - 82 99 98 604
kontakt@erw-in.de



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses Einführung in die Personen-Zentrierung und Persönliche Zukunftsplanung

Beschreibung des Kurses

Personen-Zentrierung ist eine Frage der Einstellung.
 Im Mittelpunkt steht der Mensch mit seinen Stärken und Möglichkeiten.
 Die Persönliche Zukunftsplanung ist eine Methode,
 um Veränderungen zu planen.
 Die Personen nehmen ihr Leben selbst in die Hand.
 Sie lernen, selbst zu bestimmen.
 Unterstützer helfen den Personen dabei.

Bildungsurlaub

In diesem Kurs sprechen wir über die personen-zentrierte Einstellung.
 In diesem Kurs lernen Sie die Persönliche Zukunftsplanung kennen.

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungsurlaub!

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H007



Termin für den Kurs
 22. Oktober 2018 und 23. Oktober 2018,
 Montag und Dienstag von 9 Uhr bis 16.30 Uhr

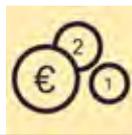


Ort
 Lebenshilfe Berlin, Heinrich-Heine-Str. 15,
 10179 Berlin



Kursleitung
 Carolin Emrich

18 Teilnehmende



Kosten
 50 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Lebenshilfe Bildung gGmbH
 Fax: 030 - 82 99 98 604
 kontakt@erw-in.de



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Erste-Hilfe Kurs**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie,
in Not-situationen sicher und schnell zu reagieren.
Sie lernen, anderen Menschen Erste Hilfe zu geben.
Sie lernen, fachliche Hilfe zu holen.
Sie lernen das Wichtigste:

- Wie mache ich einen Notruf?
- Wie kann ich Wunden behandeln?
- Wie benutze ich eine Rettungs-decke?

Bildungsurlaub

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungs-urlaub!
Nach dem Kurs bekommen Sie eine Bescheinigung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H101, LHB-H102, LHB-H103, LHB-H104



Termin für den Kurs

Montag, 20. August 2018 **oder** Donnerstag, 27. September 2018 **oder**
Montag, 22. Oktober 2018 **oder** Dienstag, 4. Dezember 2018,
jeweils 1 Tag von 9 Uhr bis 17 Uhr



Ort

Lebenshilfe Berlin, Heinrich-Heine-Str. 15,
10179 Berlin



Kursleitung

Ausbilder vom Deutschen Roten Kreuz

16 Teilnehmende



Kosten: 20 € mit Essen

Dieser Kurs kostet 20 €, wenn Sie die Mitglieds-nummer Ihrer Berufs-
genossenschaft (zum Beispiel aus der Werkstatt) mitbringen. Wenn Sie
nicht Mitglied in der Berufs-genossenschaft sind, kostet der Kurs 40 €.

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Lebenshilfe Bildung gGmbH

Fax: 030 - 82 99 98 604

kontakt@erw-in.de



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Erste-Hilfe Training**

Beschreibung des Kurses

Sie haben schon einen Erste Hilfe Kurs gemacht?
 Sie wollen das, was Sie gelernt haben, nicht vergessen?
 Sie wollen bei Unfällen am Arbeits-platz oder draußen gut helfen können?
 Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.
 Bei diesem Training machen wir viele praktische Übungen.

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungs-urlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H201, LHB-H202, LHB-H203, LHB-H204



Termin für den Kurs

Dienstag, 21. August 2018 **oder** Mittwoch, 26. September 2018 **oder**
 Dienstag, 23. Oktober 2018 **oder** Montag, 3. Dezember 2018,
 jeweils 1 Tag von 9 Uhr bis 17 Uhr



Ort

Lebenshilfe Berlin, Heinrich-Heine-Str. 15,
 10179 Berlin



Kursleitung

Ausbilder vom Deutschen Roten Kreuz

14 bis 16 Teilnehmende



Kosten: 20 € mit Essen

Dieser Kurs kostet 20 €, wenn Sie die Mitglieds-nummer Ihrer Berufs-
 genossenschaft (zum Beispiel aus der Werkstatt) mitbringen. Wenn Sie
 nicht Mitglied in der Berufs-genossenschaft sind, kostet der Kurs 40 €.

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Lebenshilfe Bildung gGmbH

Fax: 030 - 82 99 98 604

kontakt@erw-in.de



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Miteinander reden ohne Gewalt**

Beschreibung des Kurses

Es war Liebe auf den ersten Blick!
 Lisa und Paul treffen sich das erste Mal bei einer Party.
 Beide verlieben sich Hals über Kopf.
 Sie verstehen sich „ohne Worte“.
 Aber nach einiger Zeit kommt es zum Streit.
 Sie schreien sich gegenseitig an. Beide sind verletzt.
 Sie fühlen sich nicht verstanden. Was ist passiert?
 Wie können sie nun miteinander reden?
 Streit und Konflikte kann man lösen.
 Auch ohne Gewalt! Wie das geht, können Sie in diesem Kurs lernen.
 Bitte für die Mittags-pause etwas zum Essen mitbringen!
 Auch Begleit-personen sind herzlich willkommen.
 Kurs-begleit-material (8 €) bei der Kursleiterin bezahlen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi107-149H



Termin für den Kurs

Montag, 8. Oktober 2018 von 9 Uhr bis 15 Uhr und
 Montag, 5. November 2018 von 9 Uhr bis 15 Uhr und
 Montag, 3. Dezember 2018 von 9 Uhr bis 15 Uhr



Ort

VHS Mitte, Linienstr.162,
 10115 Berlin, Raum 1.12



Kursleitung
 Mirka Schulz

8 Teilnehmende



Kosten
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin
 E-Mail: anmeldung@vhsmitte.de
 Fax: 030 - 9018 37488



Information

Telefon: 030 - 9018 37413



Titel des Kurses **Was Sie schon immer über Liebe, Zärtlichkeit und Sex wissen wollten**

Beschreibung des Kurses

- Wie funktioniert ein Zungen-kuss?
- Was bedeutet Flirten?
- Warum stöhnen Menschen beim Sex?
- Was ist ein Coming out?
- Wie schreibe ich einen Liebes-brief?
- Müssen Liebes-paare miteinander schlafen?
- Sind Pornos erlaubt?

Bitte für die Mittags-pause etwas zum Essen mitbringen!
Auch Begleit-personen sind herzlich willkommen.
Kurs-begleit-material (8 €) bei der Kursleiterin bezahlen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi107-150H	
	Termin für den Kurs Dienstag, 9. Oktober 2018 von 9 Uhr bis 15 Uhr und Dienstag, 6. November 2018 von 9 Uhr bis 15 Uhr und Dienstag, 4. Dezember 2018 von 9 Uhr bis 15 Uhr	
	Ort VHS Mitte, Linienstr.162, 10115 Berlin, Raum 1.12	
	Kursleitung Mirka Schulz	8 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin
E-Mail: anmeldung@vhsmitte.de
Fax: 030 - 9018 37488



Information Telefon: 030 - 9018 37413



Titel des Kurses **Kommunikationstraining für Psychiatrie-Erfahrene**

Beschreibung des Kurses

Wer eine psychische Krankheit hat, hat es häufig schwer, mit Mitmenschen in Kontakt zu treten. Oft fühlt man sich abgelehnt und verunsichert und zieht sich zurück. In diesem Seminar üben wir, mit anderen in Kontakt zu kommen.

- Wie rede ich eigentlich mit mir selbst? – Die Beziehung zu mir
- Was sagt der andere? – Wie kann ich zuhören
- Ich habe was zu sagen! – Wie kann ich erzählen, was ich zu erzählen habe
- Ich will etwas Bestimmtes! – Wie verhalte ich mich in Konfliktsituationen?
- Wie nah will ich dich? – Nähe und Distanz
- Ich mag dich! – Zuneigung und Sympathie aushalten

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa1610H



Termin für den Kurs

12. September 2018 bis 10. Oktober 2018,
Mittwoch von 17 Uhr bis 19.15 Uhr und
Donnerstag, 4. Oktober 2018 von 17 Uhr bis 19.15 Uhr



Ort

Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner,
Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin



Kursleitung

Barbara Lucassen

12 Teilnehmende



Kosten

10,50 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

E-Mail: vhs@ba-pankow.berlin.de

Fax: 030 - 90295 1701



Information

Telefon: 030 - 90295 1700



Titel des Kurses **Sie nennen es eine Diagnose –
ich nenne es eine Ressource**

Beschreibung des Kurses

Der Kurs stärkt das Selbstwertgefühl bei Menschen mit psychischer Krankheit. Irgendwo steht eine Diagnose und im Beruf klappt es nicht so wie bei anderen. Es gibt Erfahrungen der Ablehnung und Demütigung. Durch die Erkrankung werden Fähigkeiten erworben, die andere so nicht haben. In diesem Kurs wollen wir gemeinsam daran arbeiten, unser Gefühl für unseren Selbstwert zu stärken.

Dieser Kurs ersetzt keine Psychotherapie!
Die Kursleiterin kann bei Bedarf
Empfehlungen für professionelle Hilfe geben.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa1611H



Termin für den Kurs
17. Oktober 2018 bis 14. November 2018,
Mittwoch von 17 Uhr bis 19.15 Uhr



Ort
Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner,
Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin



Kursleitung
Barbara Lucassen

12 Teilnehmende



Kosten
10,50 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin
E-Mail: vhs@ba-pankow.berlin.de
Fax: 030 - 90295 1701



Information Telefon: 030 - 90295 1700



Titel des Kurses **Ich darf etwas wollen - Lebensziele finden**

Beschreibung des Kurses

Wer eine psychische Krankheit hat, ist häufig mutlos.
 Mit der Erkrankung hängt es zusammen, dass man nicht so viel leisten kann.
 Mit der Erkrankung hängt es zusammen, dass man wenig Geld hat und schlechte Erfahrungen mit Mitmenschen macht.
 In diesem Kurs wollen wir herausfinden,
 was die Wünsche und Träume jedes Teilnehmers und jeder Teilnehmerin sind. Wir wollen über erreichbare Ziele reden.
 Wir wollen erste Schritte auf dem Weg zu den Zielen planen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa1612H



Termin für den Kurs
 21. November 2018 bis 19. Dezember 2018,
 Mittwoch von 17 Uhr bis 19.15 Uhr



Ort
 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner,
 Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin



Kursleitung
 Barbara Lucassen

12 Teilnehmende



Kosten
 10,50 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin
 E-Mail: vhs@ba-pankow.berlin.de
 Fax: 030 - 90295 1701



Information Telefon: 030 - 90295 1700



Titel des Kurses **Konflikte lösen**

Beschreibung des Kurses

Unser Alltag ist voller Konflikte.

Sie entstehen durch Miss-verständnisse, unterschiedliche Interessen oder Meinungen.

Dann fliegen die Fetzen. Wir sind wütend.

Oder wir geben nach und ziehen uns zurück.

Das ist auf Dauer nicht gut.

Wir sprechen im Seminar:

- über unsere eigenen Erfahrungen und Gefühle
- die Wort-wahl im Konflikt und unser Verhalten
- über die Ursachen des Konflikts
- wie wir den Konflikt beenden können
- wie wir uns respektieren und versöhnen können

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa1752H



Termin für den Kurs

6. November 2018 bis 8. November 2018,
Montag bis Mittwoch, von 17 bis 20.30 Uhr



Ort

Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29,
13187 Berlin



Kursleitung

Sylvia Schramm

12 Teilnehmende



Kosten

16 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

E-Mail: vhs@ba-pankow.berlin.de



Information

Telefon: 030 - 90295 1700



Titel des Kurses **Besser sprechen lernen**

Beschreibung des Kurses

Sie möchten laut, klar und deutlich sprechen können?

Sie möchten besser verstanden werden?

Sie möchten, dass Ihre Stimme angenehm klingt?

Ja, dann ist das Ihr Kurs!

Das üben wir:

Tief einatmen und lang ausatmen auf „s, w, f, sch“.

Mit dem Korken im Mund deutlich sprechen,
deutlich leise flüstern, Roboter-sprache, Schnell-sprech-sätze.

Sich selbst und anderen besser zuzuhören.

Neu Erlerntes in Gesprächen und kurzen Reden erproben.

Die Übungen stammen aus der Sprech-erziehung, dem Schau-spiel-training
und der Logo-pädie und machen viel Spaß.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa5935H



Termin für den Kurs

17. Oktober 2018 bis 25. Oktober 2018

4 Termine, Mittwoch und Donnerstag, von 17.30 Uhr bis 20 Uhr



Ort

Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29,
13187 Berlin



Kursleitung

Sylvia Schramm

12 Teilnehmende



Kosten

15 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

E-Mail: vhs@ba-pankow.berlin.de



Information

Telefon: 030 - 90295 1700



Titel des Kurses **Schutz vor Gewalt - durch Theater spielen**

Beschreibung des Kurses

Wir spielen Theater.

Wir spielen Gewalt.

Wir reden darüber.

Dann verändern wir das Spiel.

Wir lernen, gefährliche Situationen zu meiden.

Wir lernen, in gefährlichen Situationen um Hilfe zu bitten.

Wir lernen, vor Leuten zu spielen.

Wir lernen, wie wir im Theater auftreten.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS702.010H



Termin für den Kurs

12. September 2018 bis 5. Dezember 2018,
11 Termine, Mittwoch von 12.30 Uhr bis 15 Uhr



Ort

Neukölln, Vereinigung für Jugendhilfe,
Grenzallee 53, 12057 Berlin, Haupteingang, siehe Aushang



Kursleitung

Ulrike Ertl und Aki Krishnamurthy



Kosten

6 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses **Empowerment-Training, Teil 2**

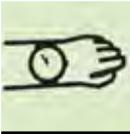
Beschreibung des Kurses

Empowerment ist ein englisches Wort und wird so gesprochen: Äm-pauer-ment. Empowerment heißt: Verantwortung übernehmen und die Dinge selbst in die Hand nehmen, selbst entscheiden und mitbestimmen. Sie können lernen, selbst stark zu werden und sich einzumischen. Dieser Kurs ist ein Folgekurs. Sie müssen aber nicht den ersten Teil besucht haben. Im Frühjahr 2018 ging es um:

- Selbstbestimmung und meine Rechte
- An diesem zweiten Wochenende geht es um:
- Demokratie im Kleinen und im Großen
 - Miteinander reden, streiten und verhandeln.

Dieser Kurs findet in Kooperation mit dem Nachbarschafts- und Selbsthilfezentrum in der ufafabrik e.V. statt.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	TS702.016H	
	Termin für den Kurs 24. November 2018 und 25. November 2018, Samstag von 9.30 Uhr bis 16 Uhr und Sonntag von 10 Uhr bis 15 Uhr	
	Ort NUSZ - Nachbarschafts- und Selbsthilfezentrum in der ufafabrik e.V., Viktoriastr. 13, 12105 Berlin, Raum 1	
	Kursleitung Amund Schmidt und Sascha Ubrig	12 Teilnehmende
	Kosten 5 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de

Tanzen und Trommeln | Aug. bis Dez. | Seite 31

Kräuterproduktion von A bis Z
Aug. bis Okt. | Seite 32

Afrikanisches Trommeln | Sept. bis Dez. | Seite 39

Künstlerische Techniken –
Mein Lieblingskünstler | Okt. bis Dez. | Seite 36

Nähen | Sept. bis Okt. | Seite 38

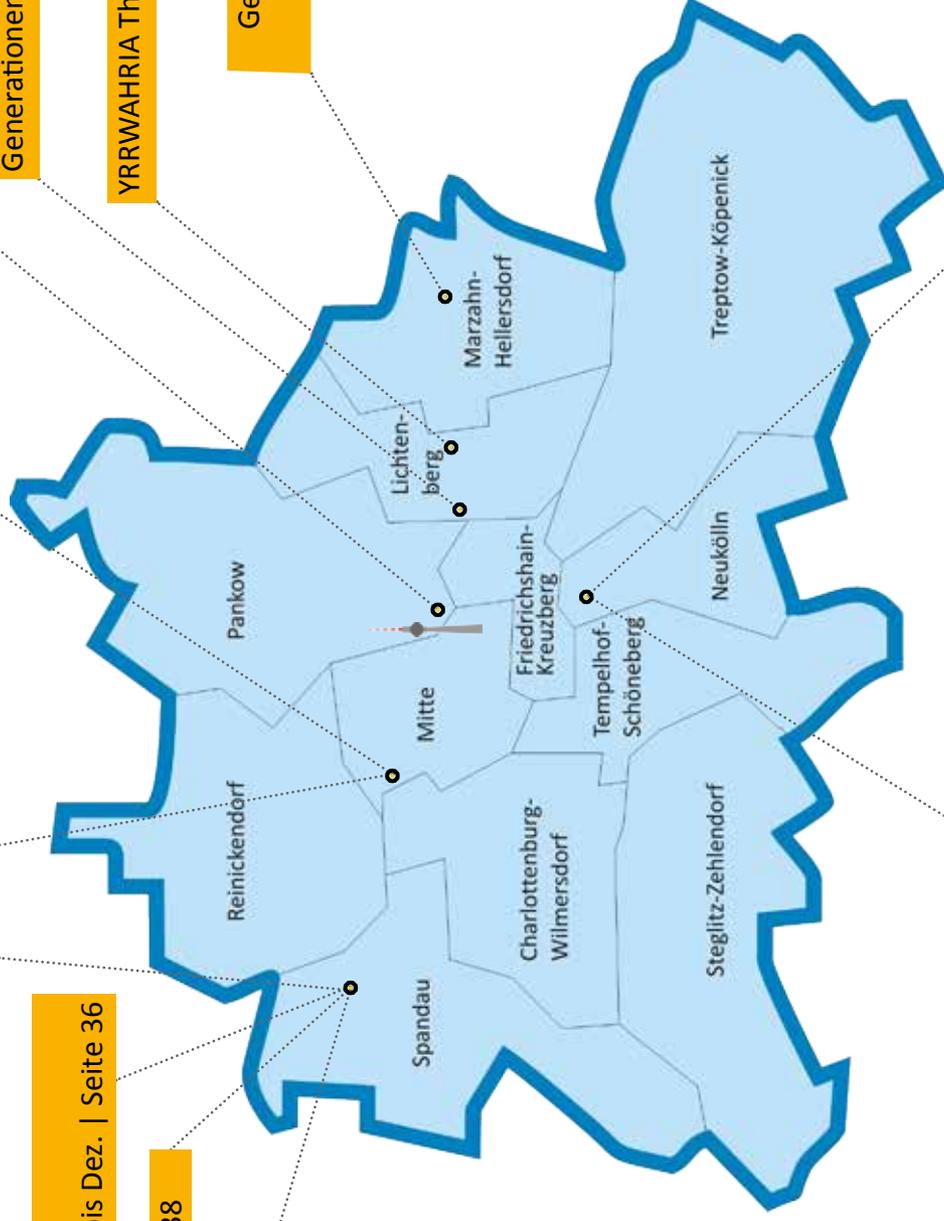
Arbeiten mit Holz
Sept. bis Nov. | Seite 37

Tanzen im Sitzen | Aug. bis Nov. | Seite 35

Generationenchor | Sept. bis Dez. | Seite 29

YRRWAHRIA Theater | Sept. bis Dez. | Seite 28

Gemeinsam Postkarten herstellen
Sept. bis Dez. | Seite 30



Punkt, Punkt, Komma, Strich - Malen für alle | Aug. bis Dez. | Seite 34

Fotografieren für alle | Aug. bis Dez. | Seite 33

Kultur – Gestalten





Titel des Kurses **YRRWAHRIA Theater**

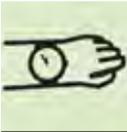
Beschreibung des Kurses

Wir sind die inklusiven Theater-gruppe YRRWAHRIA.
 Die Schau-spieler sind alle verschieden.
 Manche haben eine Behinderung.
 Manche haben keine Behinderung.
 Sie sind zwischen 21 Jahre und 64 Jahre alt.
 Sie lachen und verwandeln sich gemeinsam.
 Die Schau-spieler machen eigene Theater-stücke.

Sie sind herzlich eingeladen, mit-zu-spielen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li 2.04-007H



Termin für den Kurs
 Immer Donnerstag und Freitag von 16 Uhr bis 18 Uhr
 und ein Sonntag im Monat.



Ort
 Bitte erfragen!



Kursleitung
 Nina Olczak und Verena Beck



Kosten
 3 € Anmelde-gebühr
 10 € im Monat für Kostüme und Requisiten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Telefon: 0176 - 628 567 36
 E-Mail: yrrwahria@gmail.com



Information

Telefon: 0167 - 628 657 26,
www.facebook.com/Yrrwahria-theater-445481858930092



Titel des Kurses **Generationenchor**

Beschreibung des Kurses

Wir haben Spaß am Singen im Chor.
 Sie lernen zusammen singen.
 Sie lernen, andere zu hören.
 Sie können bei der Auswahl der Lieder mitbestimmen.
 Wir singen überwiegend Lieder auf Deutsch.

Jeder ist eingeladen.
 Jeder ist willkommen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li 2.13-031H



Termin für den Kurs
 Immer Mittwoch von 16 Uhr bis 17.30 Uhr



Ort
 Saal der Begegnungsstätte, Paul - Junius-Str. 64A,
 10367 Berlin



Kursleitung
 Sebastian Sellheim



Kosten
 3 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Telefon: 030 – 98 60 19 99 11

E-Mail: hdg@rbo.berlin



Information

Telefon: 030 – 98 60 19 99 11

E-Mail: hdg@rbo.berlin



Titel des Kurses **Gemeinsam Postkarten herstellen**

Beschreibung des Kurses

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gestalten eigene Postkarten.

Wir arbeiten mit verschiedenen Techniken.

Wir malen und zeichnen.

Wir drucken und stempeln.

Wir schneiden aus und kleben auf.

Das Besondere ist:

Mehrere Teilnehmerinnen und Teilnehmer arbeiten nacheinander an den verschiedenen Postkarten.

Die Postkarten werden originell und einzigartig.

Alle können viel voneinander lernen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer MH2.12-001-H



Termin für den Kurs

4. September 2018 bis 11. Dezember 2018

Dienstag von 16 Uhr bis 18 Uhr



Ort

Atelier der Tiele-Winckler-Haus GmbH „Haus Erntekranz“,
Mylauer Weg 1, 12627 Berlin



Kursleitung

Oliver Teuscher



Kosten

39,87 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Marzahn-Hellersdorf, Mark-Twain-Straße 27,
12627 Berlin

E-Mail: infovhs@ba-mh.berlin.de



Information

Telefon: 030 - 902 93 2590



Titel des Kurses **Tanzen und Trommeln**

Beschreibung des Kurses

Sie lieben den Rhythmus bei der Musik?

Sie bewegen sich gern nach Musik?

In diesem Kurs können Sie gemeinsam mit anderen ein Feuerwerk der Rhythmen zünden.

In diesem Kurs können Sie nach Lust und Laune tanzen und sich bewegen.

Der Kurs findet in einem schönen großen Raum mit viel Platz statt.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer FED-H001



Termin für den Kurs
Mittwoch von 17 Uhr bis 19 Uhr,
nicht in den Schulferien



Ort
Haus der Lebenshilfe, Familienentlastende Dienste,
Dohnagestell 10, 13351 Berlin



Kursleitung
Nico Lippolis



Kosten
Keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Familienentlastende Dienste

Dohnagestell 10

13351 Berlin

E-Mail: fed@lebenshilfe-berlin.de



Information

Telefon: 030 - 600 00 00



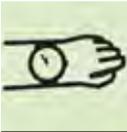
Titel des Kurses **Kräuterproduktion von A bis Z**

Beschreibung des Kurses

Gemeinsam treffen wir uns in einem schönen Garten im Wedding.
 In diesem Garten bauen wir Kräuter an.
 Die Kräuter verarbeiten wir zu Tees, Kräutermischungen und Seifen.
 Sie sind herzlich zum Gärtnern eingeladen.
 Sie können unsere selbst erzeugten Produkte probieren.
 Einige Produkte verkaufen wir auf verschiedenen Märkten in Berlin.
 Beim Gärtnern unterstützen sich alle gegenseitig.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer FED-H003



Termin für den Kurs
 Von April bis Oktober 2018 jeden Donnerstag von 17 Uhr bis 19 Uhr.
 Dazu kommen noch vereinbarte Termine.



Ort
 Haus der Lebenshilfe,
 Dohnagestell 10, 13351 Berlin



Kursleitung
 Romain Elleboudt



Kosten
 Keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Familientlastende Dienste
 Dohnagestell 10, 13351 Berlin
 Fax: 030 - 600 00 025
 E-Mail: fed@lebenshilfe-berlin.de



Information

Telefon: 030 - 600 00 00



Titel des Kurses **Fotografieren für alle**

Beschreibung des Kurses

Haben Sie eine Kamera?
 Fotografieren Sie lieber mit dem Handy? Egal!
 Fotos sind schön! Fotografieren macht Spaß!
 Fotos für Fotobücher, Facebook, Instagram,
 Email... für die Familie, Kinderfotos,
 Naturfotos-Fotos sind überall.
 Sie sind unsere Erinnerung, unvergänglich.
 So fotografiert man richtig. Das zeigen wir Ihnen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Nk-E023c



Termin für den Kurs
 27. August 2018 bis 14. Dezember 2018,
 Donnerstag von 17.30 Uhr bis 19.45 Uhr.



Ort
 Lernhaus, Werbellinstraße 77,
 12053 Berlin



Kursleitung
 Sharon Adler

10 Teilnehmende



Kosten
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln
 Boddinstraße 34, 12053 Berlin



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90239 3690
 E-Mail: nikola.amrhein@bezirksamt-neukoelln.de



Titel des Kurses Punkt, Punkt, Komma, Strich - Malen für alle

Beschreibung des Kurses

Sie malen, zeichnen und experimentieren mit Farben.

Die Künstlerin Shlomit Lehavi leitet Sie an.

Der Kurs ist für Personen,

- die das einfach mal ausprobieren möchten,
- die ihre Geschicklichkeit und Konzentration trainieren möchten,
- die Spaß an Farben haben,
- die malen möchten, um sich zu entspannen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Nk-E026c	
	Termin für den Kurs 27. August 2018 bis 14. Dezember 2018, Mittwoch von 15 Uhr bis 17.15 Uhr	
	Ort Lernhaus, Werbellinstraße 77, 12053 Berlin	
	Kursleitung Shlomit Lehavi	10 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln
Boddinstraße 34, 12053 Berlin
Fax: 030 90239 3298



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90239 3690
E-Mail: nikola.amrhein@bezirksamt-neukoelln.de



Titel des Kurses **Tanzen im Sitzen**

Beschreibung des Kurses

Ja, Tanzen geht auch im Sitzen!

Wir bewegen uns im Rhythmus der Musik und nutzen sich wiederholende Bewegungs-folgen.

Alles wird durch die Kursleiterin anschaulich erklärt.

Wir hören bekannte Musik:

- alte Schlager,
- Volks-musik aus verschiedenen Ländern,
- Swing und Pop-musik.

Voraussetzung ist Freude an der Bewegung zur Musik.

Menschen mit und ohne Mobilitäts-behinderung und Rollstuhlfahrer/-innen sind herzlich willkommen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa2597H



Termin für den Kurs

31. August 2018 bis 30. November 2018,
nicht am 26. Oktober und am 2. November,
Freitag von 9.30 Uhr bis 10.15 Uhr



Ort

Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner,
Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin, Aula, 3. Etage



Kursleitung

Andrea Hartung



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

E-Mail: vhs@ba-pankow.berlin.de

Fax: 030 - 90295 1701



Information

Telefon: 030 - 90295 1700



Titel des Kurses **Künstlerische Techniken – Mein Lieblingskünstler**

Beschreibung des Kurses

Wir lassen uns von Bildern eines Künstlers unserer Wahl anregen.
Wir malen in diesem Stil eigene Bilder mit eigenen Themen.

Die Kursleitung besteht aus einer fachlichen und
einer sozial-pädagogischen Unterstützung.

Wenn Sie einen Assistenten brauchen, müssen Sie ihn selbst mitbringen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Sp0.001-H	
	Termin für den Kurs 9. Oktober 2018 bis 18. Dezember 2018 9 Termine, Dienstag von 18 Uhr bis 20.30 Uhr	
	Ort Ev. Johannesstift, Schönwalder Allee 26/21 C, 13589 Berlin, „Macherei“	
	Kursleitung Cornelia Körner	7 Teilnehmende
	Kosten 21,25 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 – 90279 5001

E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

„Macherei“ Ev. Johannesstift, Telefon 030 – 33 60 98 002

E-Mail: nelli.elkind@evangelisches-johannesstift.de



Titel des Kurses **Arbeiten mit Holz**

Beschreibung des Kurses

Sie lernen, Klein-möbel zu bauen.
 Zum Beispiel ein Wand-regal.
 Oder andere Dinge.
 Zum Beispiel ein Vogel-häuschen oder ein Schlüssel-brett.
 Sie können auch lernen, Dinge zu reparieren.
 Bringen Sie Ihre Ideen mit.

Die Kurs-leitung besteht aus einer fachlichen und
 einer sozial-pädagogischen Unterstützung.
 Wenn Sie einen Assistenten brauchen, müssen Sie ihn selbst mitbringen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp0.003-H



Termin für den Kurs
 13. September 2018 bis 29. November 2018
 10 Termine, Donnerstag von 18 Uhr bis 20 Uhr



Ort
 Ev. Johannesstift, Schönwalder Allee 26/21 C,
 13589 Berlin, „Macherei“



Kursleitung
 Hartmut Rau

6 Teilnehmende



Kosten
 20 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin
 Fax: 030 – 90279 5001
 E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

„Macherei“ Ev. Johannesstift, Telefon 030 – 33 60 98 002
 E-Mail: nelli.elkind@evangelisches-johannesstift.de



Titel des Kurses **Nähen**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie kleine Dinge nähen.

Zum Beispiel Handy-taschen.

Zum Beispiel bunte Kissen.

Zum Beispiel Rolli-taschen.

Wenn Sie etwas Großes nähen wollen,
müssen Sie den Stoff selbst mitbringen.

Oder Sie bekommen Stoff im Kurs.

Sie bezahlen dann ein bisschen Geld.

Die Kurs-leitung besteht aus einer fachlichen und
einer sozial-pädagogischen Unterstützung.

Wenn Sie einen Assistenten brauchen, müssen Sie ihn selbst mitbringen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp0.004-H



Termin für den Kurs

8. September 2018 bis 6. Oktober 2018

5 Termine, Samstag von 10 Uhr bis 13 Uhr



Ort

Ev. Johannesstift, Schönwalder Allee 26/21 C,
13589 Berlin, „Macherei“



Kursleitung

Liisa Häkansson und Gabriele Kaminski

7 Teilnehmende



Kosten

16 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 – 90279 5001

E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

„Macherei“ Ev. Johannesstift, Telefon 030 – 33 60 98 002

E-Mail: nelli.elkind@evangelisches-johannesstift.de



Titel des Kurses **Afrikanisches Trommeln**

Beschreibung des Kurses

Eine Djembe ist eine Trommel aus Afrika.
 Man kann darauf spielen.
 Es ist gar nicht so schwer.
 Sie brauchen keine Vor-kennntnisse.
 Trommeln sind da.

Die Kurs-leitung besteht aus einer fachlichen und
 einer sozial-pädagogischen Unterstützung.
 Mit dem Monats-beitrag unterstützen Sie die Al Samar-Projekte im Tschad.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp0-JS01H



Termin für den Kurs
 Immer Mittwoch von 18 Uhr bis 20 Uhr
 Der Einstieg ist jederzeit möglich.



Ort
 Ev. Johannesstift, Schönwalder Allee 26/21 C,
 13589 Berlin, „Macherei“



Kursleitung
 Boukar und Renate Amine



Kosten
 30 € im Monat

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Evangelisches Johannesstift, Behindertenhilfe gGmbH
 Schönwalder Allee 26, 13587 Berlin
 E-Mail: lernerei@evangelisches-johannesstift.de



Information

„Macherei“ Ev. Johannesstift, Telefon 030 – 33 60 98 002
 E-Mail: nelli.elkind@evangelisches-johannesstift.de

Rückentraining - Fitness von Kopf bis Fuß | Sept. bis Dez. | Seite 50

Qi Gong zur Gesundheitspflege | Sept. bis Dez. | Seite 54

Qi Gong | Sept. bis Dez. | Seite 53

WOLKENHÄNDE - Tai Ji und Qigong für alle | Sept. bis Dez. | Seite 51

Yoga in Deinem Tempo
Sept. bis Dez. | Seite 55

Fitness-Gymnastik
Sept. bis Okt. | Seite 46

Yoga für alle
Aug. bis Dez. | Seite 47

18 Bewegungen des Tai Ji Qigong | Sept. bis Nov. | Seite 56

Yoga panta rhei (alles fließt): Bewegung genießen | Sept. bis Nov. | Seite 57

Yoga auf dem Stuhl | Sept. bis Dez. | Seite 52

Interkultureller Kochabend | Sept. bis Dez. | Seite 42

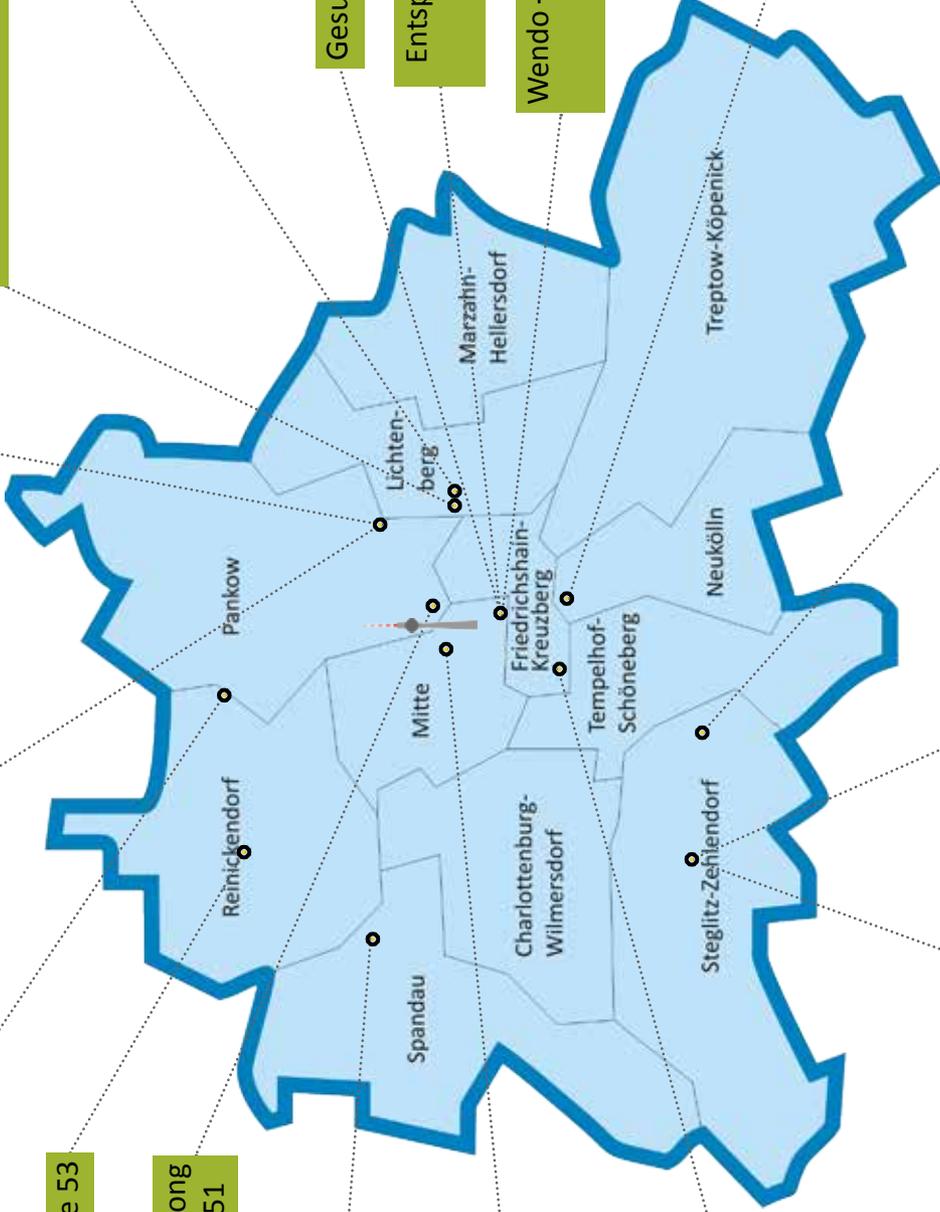
Internationales Essen unter
Freunden | Nov. | Seite 45

Gesunde Ernährung | Okt. | Seite 43

Entspannung für Rücken und Nacken
Dez | Seite 48

Wendo – Selbst-Verteidigung für Frauen
Okt. | Seite 49

Lecker kochen ist ganz leicht
Nov. | Seite 44



Gymnastik - Yoga - Entspannung:

Alles, was uns gut tut | Sept. bis Nov. | Seite 58

Gesundheit





Titel des Kurses **Interkultureller Kochabend**

Beschreibung des Kurses

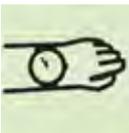
Wir kochen gemeinsam.
Wir essen und genießen gemeinsam!
Wir kochen Gerichte aus verschiedenen Ländern.

Sie haben Wünsche? Bitte vor dem Kurs an den Kurs-leiter schreiben:
cassetticlaudio@t-online.de

Für Zutaten und Getränke jedes Mal 5 €.
Bitte bei Herrn Casetti bezahlen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li 3.05-001H



Termin für den Kurs
Immer den letzten Freitag im Monat
von 17 Uhr bis 20 Uhr



Ort
Küche im Haus der Generationen,
Eingang Möllendorffstraße 67, 10367 Berlin



Kursleitung
Claudio Casetti



Kosten
3 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Telefon: 030 – 98 60 19 99 11
E-Mail: begegnungsstaette@rbo-info.de
oder cassetticlaudio@t-online.de



Information

Telefon: 030 – 98 60 19 99 11
E-Mail: begegnungsstaette@rbo-info.de



Titel des Kurses Gesunde Ernährung

Beschreibung des Kurses

Halten Sie sich fit mit gutem Essen und Trinken und viel Bewegung.

Essen und Trinken ist lecker.

In dem Kurs lernen wir, was gutes und was nicht so gutes Essen und Trinken ist.

Sie ertasten, schmecken und riechen gutes Essen.

Sie probieren leckeres Trinken.

Sie stellen gutes Essen selbst her.

Wir sehen uns gemeinsam an, was Sie gerne essen und trinken.

Wir lernen was Sie besser machen können.

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungsurlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H001



Termin für den Kurs
9. Oktober 2018,
Dienstag von 10 bis 16 Uhr



Ort
Lebenshilfe Berlin, Heinrich-Heine-Str. 15,
10179 Berlin



Kursleitung
Julita Konrad



Kosten
3 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Lebenshilfe Bildung gGmbH

Fax: 030 - 82 99 98 604

kontakt@erw-in.de



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Lecker kochen ist ganz leicht**

Beschreibung des Kurses

Gemeinsam zu kochen und zu essen, macht viel Spaß.
 In diesem Kurs können Sie lernen, einfache Gerichte zu kochen.
 Die Gerichte sind lecker und gesund.
 Am Ende des Kurses lassen wir es uns richtig schmecken.
 Die erlernten Rezepte können Sie mit nach Hause nehmen und dort nachkochen.

Bitte ein Küchenhandtuch und eine Schürze zum Kurs mitbringen.
 Die Kosten für Lebensmittel von 17 € sind beim Kursleiter zu zahlen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	NK-Q200c	
	Termin für den Kurs 3. November 2018 und 4. November 2018 Samstag und Sonntag von 10.30 Uhr bis 15.30 Uhr	
	Ort VHS Neukölln, Karlsgartenstraße 6, 12049 Berlin, Raum 211 Bitte beachten Sie: Die Küche ist leider nicht barrierefrei.	
	Kursleitung Lutz Bönhoff	8 Teilnehmende
	Kosten 25 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln, Boddinstraße 34, 12053 Berlin
 Fax: 30 – 90 23 93 298
 E-Mail: vhsinfo@bezirksamt-neukoelln.de



Information

Martin Grafe, Telefon: 030 – 90 23 92 090
 E-Mail: martin.grafe@bezirksamt-neukoelln.de



Titel des Kurses Internationales Essen unter Freunden

Beschreibung des Kurses

Wir kochen gemeinsam Gerichte aus verschiedenen Ländern.

Koch-wünsche können Sie vorher anmelden.
Schreiben Sie eine Mail an cassetticlaudio@t-online.de.

Die Kurs-leitung besteht aus einer fachlichen
und einer sozial-pädagogischen Unterstützung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa3819H



Termin für den Kurs
Freitag, 23. November 2018,
von 16.30 Uhr bis 21 Uhr



Ort
Begegnungsstätte im Haus der Generationen,
Möllendorffstr. 66/67, 10367 Berlin



Kursleitung
Claudio Cassetti und Nicole Seehaus 20 Teilnehmende



Kosten
5 € für Koch-zutaten (Bitte zu Kurs-beginn beim Kurs-leiter bezahlen.)

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin
E-Mail: vhs@ba-pankow.berlin.de



Information

Telefon: 030 – 98 60 19 99 11
E-Mail: begegnungsstaette@rbo-info.de (Frau Vogt)



Titel des Kurses **Fitness-Gymnastik**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs können Sie Ihre Ausdauer trainieren.
Auch die Beine werden durch gezielte Übungen gekräftigt und die Bauch- und Rumpf-muskulatur gestärkt.
Am Ende der Stunde entspannen wir gemeinsam unseren Körper und dehnen die Muskeln.
So bleiben wir beweglich und fühlen uns wohl.
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi302-018H	
	Termin für den Kurs 5. September 2018 bis 10. Oktober 2018, Mittwoch von 17 Uhr bis 18 Uhr	
	Ort VHS Mitte, Linienstr.162, 10115 Berlin, Raum 0.03	
	Kursleitung Frauke Hella Gambs	12 Teilnehmende
	Kosten 6 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

E-Mail: anmeldung@vhsmitte.de

Fax: 030 - 9018 37488



Information

Telefon: 030 - 9018 37413



Titel des Kurses **Yoga für alle**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs kann jede und jeder mitmachen.
 Bei Yoga-Übungen können Sie sich entspannen.
 Den Stress des Alltags spüren Sie nicht mehr.
 Sie kommen zur Ruhe.
 Die Bewegung sind wohl-tuend.
 Wir achten im Kurs aufeinander und
 unterstützen uns gegenseitig.
 Sie können gern kommen und Yoga für alle ausprobieren.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer FED-H002



Termin für den Kurs
 Dienstag von 18 Uhr bis 19.30 Uhr,
 nicht in den Schulferien



Ort
 Familienzentrum Mehringdamm, Mehringdamm 114,
 10965 Berlin



Kursleitung
 Carolin Hartmann



Kosten
 Keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Familientlastende Dienste
 Dohnagestell 10, 13351 Berlin
 Fax: 030 - 600 00 025
 E-Mail: fed@lebenshilfe-berlin.de



Information

Telefon: 030 - 600 00 00



Titel des Kurses **Entspannung für Rücken und Nacken**

Beschreibung des Kurses

Wir wollen Verspannungen und Schmerzen im Rücken und Nacken abbauen.

Wir bewegen zum Beispiel die Füße und Zehen.

Wir können uns dann besser aufrichten und der Nacken wird spannungsfrei.

Wir lernen, wie wir uns weniger anstrengen können.

Dazu machen wir Übungen mit kleinen, leichten Bewegungen nach der Feldenkrais-Methode.

Sie lernen 5-Minuten-Übungen für jeden Tag.

Im Kurs gibt es viel Spaß, Sie können staunen und lachen.

Bitte warme Kleidung, ein Hand-tuch und dicke Socken mitbringen.

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungs-urlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H005



Termin für den Kurs

13. Dezember 2018 und 14. Dezember 2018,
Donnerstag und Freitag von 10 bis 16 Uhr



Ort

Lebenshilfe Berlin, Heinrich-Heine-Str. 15,
10179 Berlin



Kursleitung

Ilse Furian



Kosten

25 € mit Essen und Trinken

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Lebenshilfe Bildung gGmbH

Fax: 030 - 82 99 98 604

kontakt@erw-in.de



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Wendo – Selbst-Verteidigung für Frauen – Anfängerinnen und Fortgeschrittene**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie, sich selbst zu verteidigen.

Wir probieren verschiedene Arten der Selbst-verteidigung:

- Wir üben einfache Schläge und Tritte.
- Wir üben, uns zu befreien, wenn uns jemand festhält.
- Wir üben, tief durch zu atmen und uns Mut zu machen.
- Wir üben, was eine Frau tun kann, wenn sie beleidigt oder angefasst wird.
- Wir üben, Hilfe zu holen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H002



Termin für den Kurs

20. Oktober 2018 und 21. Oktober 2018,
Samstag und Sonntag von 10 Uhr bis 15 Uhr



Ort

Lebenshilfe Berlin, Heinrich-Heine-Str. 15,
10179 Berlin



Kursleitung

Rike Schulz und Nives Bercht

12 Teilnehmende



Kosten

20 € mit Essen und Trinken

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Lebenshilfe Bildung gGmbH

Fax: 030 - 82 99 98 604

kontakt@erw-in.de



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Rückentraining - Fitness von Kopf bis Fuß**

Beschreibung des Kurses

Wir machen Übungen aus der Rücken-schule und aus dem Bauch-Beine-Po-Training. Auch Yoga-übungen sind dabei. Mit dem elastischen Seil wird der Rücken, Schulter-gürtel und Nacken gestärkt. Mit Dehnungs-übungen und Entspannungs-übungen wird das Programm beendet.

Menschen mit und ohne körperlicher Beeinträchtigung sind herzlich willkommen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Pa3209H	
	Termin für den Kurs 25. September 2018 bis 4. Dezember 2018 Dienstag von 8.30 Uhr bis 10 Uhr	
	Ort Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41, 13088 Berlin	
	Kursleitung Cornelia Schulz	
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

E-Mail: vhs@ba-pankow.berlin.de

Fax: 030 - 90295 1701



Information

Telefon: 030 - 90295 1700



Titel des Kurses **WOLKENHÄNDE - Tai Ji und Qigong für alle**

Beschreibung des Kurses

Sie lernen in diesem Kurs einfache chinesische Bewegungsübungen.
Die Gedanken werden ruhig und Sie können entspannen.
Die Bewegungen geben neue Kraft.
Sie verbessern die Beweglichkeit und das Zusammen-spiel von Geist und Körper.
Das gemeinsame Üben in der Gruppe macht Spaß.
In diesem Kurs sind alle willkommen.

Der Zugang ist barriere-frei (Aufzug im Hof).

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa3433H



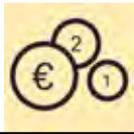
Termin für den Kurs
6. September 2018 bis 6. Dezember 2018,
Donnerstag von 16.15 Uhr bis 17.45 Uhr



Ort
Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner,
Prenzlauer Allee 227/228, 10405 Berlin



Kursleitung
Heike Richter



Kosten
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Berlin Pankow, Schulstraße 29, 13187 Berlin

Fax: 030 - 90 29 51 701

E-Mail: vhs@ba-pankow.berlin.de



Information

Telefon: 030 - 90295 1700



Titel des Kurses **Yoga auf dem Stuhl**

Beschreibung des Kurses

Bei Problemen mit dem Rücken oder der Hüfte sind Yoga - Asanas Übungen ohne viel Schwierigkeiten auf dem Stuhl durchzuführen. Auf schonende Weise werden bestimmte Muskeln trainiert. Sie lernen Übungen zur Entspannung und Lockerung. Eingeübt werden Asanas, Streckungen und Entspannung und Meditation. Es gibt auch einfache Übungen im Stehen und im Liegen. Menschen mit körperlicher Beeinträchtigung sind herzlich willkommen.

Bitte tragen Sie warme Trainings-bekleidung und bringen Sie dicke Socken mit.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa3608H



Termin für den Kurs
7. September 2018 bis 7. Dezember 2018,
Freitag von 10 Uhr bis 11.30 Uhr



Ort
Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41,
13088 Berlin



Kursleitung
Ann-Kathrin Mahler



Kosten
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

E-Mail: vhs@ba-pankow.berlin.de

Fax: 030 - 90295 1701



Information

Telefon: 030 - 90295 1700



Titel des Kurses **Qi Gong**

Beschreibung des Kurses

Sie lernen in diesem Kurs einfache chinesische Bewegungsübungen.
 Die Gedanken werden ruhig und Sie können entspannen.
 Die Bewegungen geben neue Kraft.
 Sie verbessern die Beweglichkeit und das Zusammen-spiel von Geist und Körper.
 Das gemeinsame Üben in der Gruppe macht Spaß.
 Qi Gong ist für Menschen in jedem Alter gut.

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Re3713-H



Termin für den Kurs
 3. September 2018 bis 10. Dezember 2018,
 Montag von 15.45 Uhr bis 17.15 Uhr
 In den Herbstferien findet der Kurs nicht statt.



Ort
 AVEO SPA, Waidmannsluster Damm 1, Kursraum



Kursleitung
 Niels Paulini

15 Teilnehmende



Kosten
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Reinickendorf, Buddestraße21, 13507 Berlin
 E-Mail: vhs@reinickendorf.berlin.de
 Fax: 030-90294-4812



Information

Frau Schaal, Telefon: 030 90294 3855



Titel des Kurses **Qi Gong zur Gesundheitspflege**

Beschreibung des Kurses

Sie lernen in diesem Kurs einfache chinesische Bewegungsübungen.
 Die Gedanken werden ruhig und Sie können entspannen.
 Die Bewegungen geben neue Kraft.
 Sie verbessern die Beweglichkeit und das Zusammen·spiel von Geist und Körper.
 Das gemeinsame Üben in der Gruppe macht Spaß.
 Qi Gong ist für Menschen in jedem Alter gut.

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Re3715-H	
	Termin für den Kurs 6. September 2018 bis 13. Dezember 2018, Donnerstag von 11.15 Uhr bis 12.45 Uhr In den Herbstferien findet der Kurs nicht statt.	
	Ort Fontane-Haus, Wilhelmsruher Damm 142c, 13439 Berlin, Raum 247	
	Kursleitung Niels Paulini	15 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Reinickendorf, Buddestraße21, 13507 Berlin

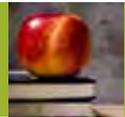
E-Mail: vhs@reinickendorf.berlin.de

Fax: 030-90294-4812



Information

Frau Schaal, Telefon: 030 90294 3855



Titel des Kurses **Yoga in Deinem Tempo**

Beschreibung des Kurses

Dieses Yoga ist leicht zu lernen.
 Dieser Kurs ist für alle, die Bewegung und Ent-spannung wollen.
 Jeder kann teil-nehmen.
 Fit oder nicht fit.
 Das einzige Ziel beim Yoga ist die Selbst-entwicklung.

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen!
 Die Toiletten in diesem Haus sind nicht barriere-frei.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp3.102-H



Termin für den Kurs
 6. September 2018 bis 6. Dezember 2018,
 12 Termine, Donnerstag von 18 Uhr bis 19.30 Uhr



Ort
 Volkshochschule Spandau, Eiswerder Straße 7,
 13585 Berlin, Raum 3



Kursleitung
 Or Shahr

12 Teilnehmende



Kosten
 36,40 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin
 Fax: 030 – 90279 5001
 E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

VHS: 030 – 90279 5000, 030 – 90279 5005
 E-Mail: info@vhs-spandau.de



Titel des Kurses **18 Bewegungen des Tai Ji Qigong**

Beschreibung des Kurses

Zu Beginn gibt es Übungen zum Auf-wärmen.
Wir lernen gemeinsam die 18 Bewegungen des Tai Ji Qigong.
Die Übungen sind einfach und leicht zu erlernen.
Die Übungen fördern die Gesundheit und das Wohlbefinden.
Wir üben im Stehen. Manchmal üben wir mit Musik.

Bitte bequeme Kleidung, weiche Schuhe oder dicke Socken und etwas zum Trinken mitbringen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ320-355



Termin für den Kurs
4. September 2018 bis 27. November 2018,
11 Termine, Dienstag von 17 Uhr bis 18 Uhr



Ort
Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Onkel-Tom-Str. 14,
14169 Berlin-Zehlendorf, Säulenhalle



Kursleitung
Karin Hergl

16 Teilnehmende



Kosten
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

E-Mail: service@vhssz.de



Information

Carolin Becker, Telefon: 030 – 90 29 92 206

E-Mail: becker@vhssz.de



Titel des Kurses **Yoga panta rhei (alles fließt): Bewegung genießen**

Beschreibung des Kurses

Sanfte Yoga-übungen bringen uns mit uns selbst in Kontakt.
 Die Übungen richten uns auf, erweitern unsere Wahrnehmung und geben mehr Raum für den Atem.
 Stress wird abgebaut.
 Die einzelnen Yoga-übungen werden in gymnastischer Form für jeden leicht anwendbar durchgeführt.
 Die Bewegungen sind in einem sehr langsamen aber intensiven Tempo.
 Die wichtigsten Muskelgruppen werden dabei gekräftigt, besonders der Bauch und der Rücken.
 Sie werden gelenkiger.

Bitte für den Meditations-teil am Ende des Kurses mitbringen:
 Eine warme Decke, bequeme Kleidung und warme Socken.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ320-575



Termin für den Kurs
 4. September 2018 bis 20. November 2018,
 10 Termine, Dienstag von 15 Uhr bis 16.30 Uhr



Ort
 Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Onkel-Tom-Str. 14,
 14169 Berlin-Zehlendorf, Säulenhalle



Kursleitung
 Andrea Bannat

10 Teilnehmende



Kosten
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin
 Fax: 030 – 90 29 95 040
 E-Mail: service@vhssz.de



Information

Carolin Becker, Telefon: 030 – 90 29 92 206
 E-Mail: becker@vhssz.de



Titel des Kurses **Gymnastik - Yoga - Entspannung:
Alles, was uns gut tut**

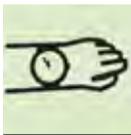
Beschreibung des Kurses

Am Anfang bewegen wir uns schnell.
Damit trainieren wir Herz und Kreislauf.
Jeder kann das in seinem Tempo tun.
Im Gymnastik-teil stärken wir alle Muskeln und dehnen uns.
Für die Rücken-übungen und die Bauch-muskeln holen wir uns Matten.
Im Yoga werden die Bewegungen ruhiger.
In der Stille kommen auch die Gedanken zur Ruhe.
Am Ende legen wir uns bei Tiefen-entspannung auf die Matten.
Dafür ziehen wir etwas Warmes an oder decken uns zu.

Bitte weiche Gymnastik-schuhe und etwas Warmes zum Anziehen mitbringen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ340-545



Termin für den Kurs
6. September 2018 bis 22. November 2018,
10 Termine, Donnerstag von 16 Uhr bis 17.30 Uhr



Ort
Stadtteilbibliothek Lankwitz, Bruchwitzstraße 37,
12247 Berlin-Lankwitz, Yogaraum



Kursleitung
Susanne Mannheim

10 Teilnehmende



Kosten
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

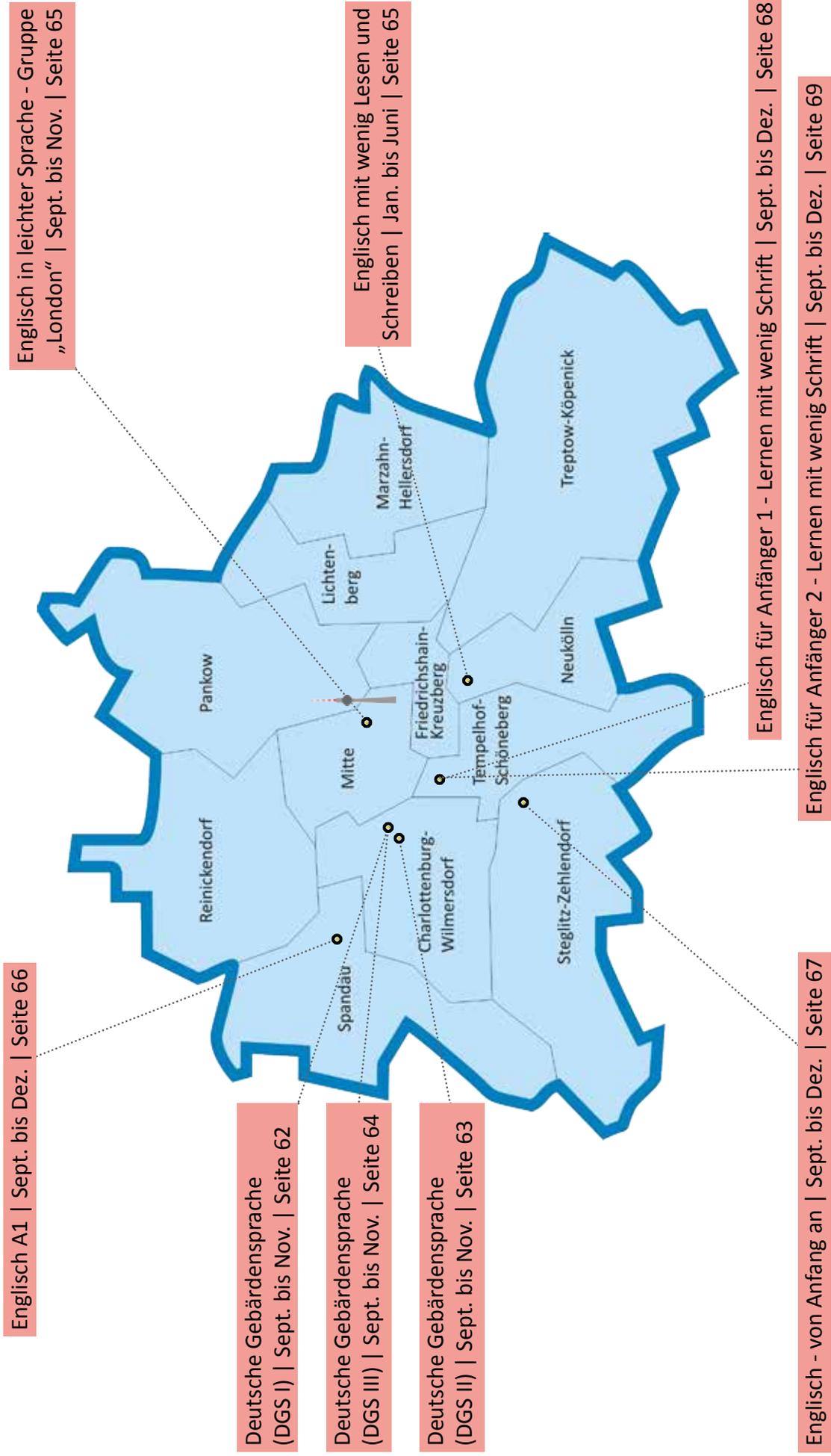
E-Mail: service@vhssz.de



Information

Carolin Becker, Telefon: 030 – 90 29 92 206

E-Mail: becker@vhssz.de



Sprachen





Titel des Kurses **Deutsche Gebärdensprache (DGS I)**

Beschreibung des Kurses

Deutsche Gebärdensprache ist Sprache für Menschen, die nicht hören und nicht sprechen können.

In diesem Kurs lernen Sie viele Sachen, die gehörlose Menschen machen, damit sie sich verstehen.

Zum Beispiel:

- Finger-alphabet
- Verschiedene Gebärden
- Bilder beschreiben
- Fragen beantworten
- Plaudern

Die ‚Wörter‘ der Gebärdensprache nennt man Gebärden.

Man benutzt dazu die Hände, die Arme, den Oberkörper und das Gesicht.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 428-100H



Termin für den Kurs

7. September 2018 bis 23. November 2018

10 Termine, Freitag von 17.45 Uhr bis 19.15 Uhr



Ort

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Prinzregentenstraße 33-34,
10715 Berlin, Raum 305



Kursleitung

Andreas Costrau

14 Teilnehmende



Kosten

81 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40-41, 10627 Berlin

Fax: 030 – 90 29 28 831

E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Martin Behringer, Telefon: 030 - 90 29 28 819



Titel des Kurses **Deutsche Gebärdensprache (DGS II)**

Beschreibung des Kurses

Deutsche Gebärdensprache ist Sprache für Menschen, die nicht hören und nicht sprechen können. Dieser Kurs ist die Fortsetzung vom Kurs DGS I. Sie lernen noch mehr Sachen, die gehörlose Menschen machen, wenn sie mit einander sprechen wollen.

Zum Beispiel:

- Über sich selbst reden
- Sprechen über die Wohnung und die Gegend
- Sprechen über Kultur von gehörlosen Menschen
- Sprechen über Medien von gehörlosen Menschen
- Sprechen über Zahlen und Farben
- Rechnen
- 2-D und 3-D Technik
- Übungen Gebärdensprache

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 428-200H



Termin für den Kurs

7. September 2018 bis 23. November 2018
10 Termine, Freitag von 18.30 Uhr bis 20 Uhr



Ort

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40-41,
10627 Berlin, Raum 201



Kursleitung
Diana Spieß

12 Teilnehmende



Kosten
81 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40-41, 10627 Berlin
Fax: 030 – 90 29 28 831
E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Martin Behringer, Telefon: 030 - 90 29 28 819



Titel des Kurses **Deutsche Gebärdensprache (DGS III)**

Beschreibung des Kurses

Lerninhalte:

- Rezeption, Wiederholungen,
- Regionen, Bezirke von Berlin,
- Wie-Fragen, Wohnsituation,
- Fahrzeuge, Bilder beschreiben,
- Elemente, Familie,
- Gebärdenraum, Pronomen,
- Altersangabe und Klassifikatoren.

Test über DGS I bis III.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 428-130H



Termin für den Kurs

7. September 2018 bis 23. November 2018
10 Termine, Freitag von 16 Uhr bis 17.30 Uhr



Ort

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Prinzregentenstraße 33-34,
10715 Berlin, Raum 305



Kursleitung

Andreas Costrau

12 Teilnehmende



Kosten

81 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40-41, 10627 Berlin

Fax: 030 – 90 29 28 831

E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Martin Behringer, Telefon: 030 - 90 29 28 819



Titel des Kurses **Englisch in leichter Sprache - Gruppe „London“**

Beschreibung des Kurses

Wenn Sie schon Englisch gelernt haben und einfache Sätze bilden können, sind Sie hier richtig.

Wir werden viele neue Wörter lernen.

Wir werden über verschiedene Themen sprechen.

Wir üben typische Situationen.

In diesen Kurs können Sie auch kommen, wenn Sie nicht lesen und schreiben können.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi406-001H



Termin für den Kurs

20. September 2018 bis 22. November 2018,
9 Termine, Donnerstag von 17 Uhr bis 19 Uhr



Ort

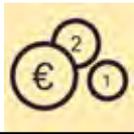
Volkshochschule Berlin Mitte, Linienstr. 162,
10115 Berlin, Raum 3.01



Kursleitung

Rebecca Maccioni

10 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

Fax: 030 - 90 18 37 488

E-Mail: anmeldung@vhsmittle.de



Information

Simone Massanz, Telefon: 030 - 90 18 37 421



Titel des Kurses Englisch A1

Beschreibung des Kurses

Wir lernen uns vorzustellen.

Wir lernen nach dem Weg zu fragen.

Wir lernen einfache Fragen zu verstehen.

Dabei kommen wir mit kurzen Dialogen auch gleich ins Reden!

Der Kurs-besuch ist möglich, ohne Lesen und Schreiben zu können.

Lehr-material erhalten Sie von der Kurs-leitung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp5.06-011-H



Termin für den Kurs

12. September 2018 bis 12. Dezember 2018,
11 Termine, Mittwoch von 16 Uhr bis 17.30 Uhr



Ort

VHS Spandau, Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin
Raum 1.06



Kursleitung

Heide-Marie Stein

12 Teilnehmende



Kosten

9 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 – 90279 5001

E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

VHS Info-Telefon: 030 90279 5000 oder Vanessa Pinn 030 90279 5013

E-Mail: v.pinn@vhs-spandau.de



Titel des Kurses Englisch - von Anfang an

Beschreibung des Kurses

Dieser Kurs ist für Anfänger.
 Wir lernen erste Wörter und Zahlen.
 Wir begrüßen andere Menschen.
 Wir sagen unsere Namen.
 Wir bestellen Essen.
 Wir führen einfache Gespräche.
 Wir lernen die vielen englischen Wörter im öffentlichen Leben verstehen.
 Wir lernen die englischen Wörter richtig sagen.
 Wir lernen langsam.
 Wir wiederholen viel.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ700-013



Termin für den Kurs
 12. September 2018 bis 5. Dezember 2018
 10 Termine, Mittwoch von 16.15 Uhr bis 17.45 Uhr



Ort
 Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Goethestraße 9-11,
 12207 Berlin, Raum 001



Kursleitung
 Nancy Huber

12 Teilnehmende



Kosten
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin
 Fax: 030 – 90 29 95 040
 E-Mail: service@vhssz.de



Information

Cornelia Dannenberg, Telefon 030 - 90299 5845
 E-Mail: dannenberg@vhssz.de



Titel des Kurses Englisch für Anfänger 1 - Lernen mit wenig Schrift

Beschreibung des Kurses

Englisch - von Anfang an.
 Wir lernen erste Wörter und Zahlen.
 Wir begrüßen andere Menschen.
 Wir stellen uns vor.
 Wir bestellen Essen.
 Wir führen einfache Gespräche.
 Wir üben vor allem das Sprechen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS702.001H



Termin für den Kurs
 4. September 2018 bis 4. Dezember 2018,
 12 Termine, Dienstag von 18 Uhr bis 19.30 Uhr



Ort
 Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin, Raum 115



Kursleitung
 Nancy Huber



Kosten
 9 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses Englisch für Anfänger 2 - Lernen mit wenig Schrift

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs können Sie Ihre Englisch-Grundkenntnisse vertiefen.
 Es gibt viele Wiederholungen.
 Sie lernen kurze Gespräche zu führen.
 Zum Beispiel, wie man nach dem Weg fragt.
 Und sich Essen in einer Gaststätte bestellt.
 Und zu sagen, wie Sie heißen.
 Und Sie lernen die Zahlen.
 Hier üben Sie vor allem das Sprechen.
 In diesem Kurs brauchen Sie nur wenige Wörter zu schreiben.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS702.003H



Termin für den Kurs
 4. September 2018 bis 4. Dezember 2018,
 12 Termine, Dienstag von 16.30 Uhr bis 18 Uhr



Ort
 Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin, Raum 115



Kursleitung
 Nancy Huber



Kosten
 9 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de

Was kann man am Computer machen? | Sept. bis Okt. | Seite 73

Was kann man im Internet machen? | Nov. bis Dez. | Seite 74

Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen am PC | Sept. bis Dez. | Seite 75

Computer Schnupperkurs | Nov. | Seite 76

Einführung in den Computer - Teil 1 | Okt. | Seite 77

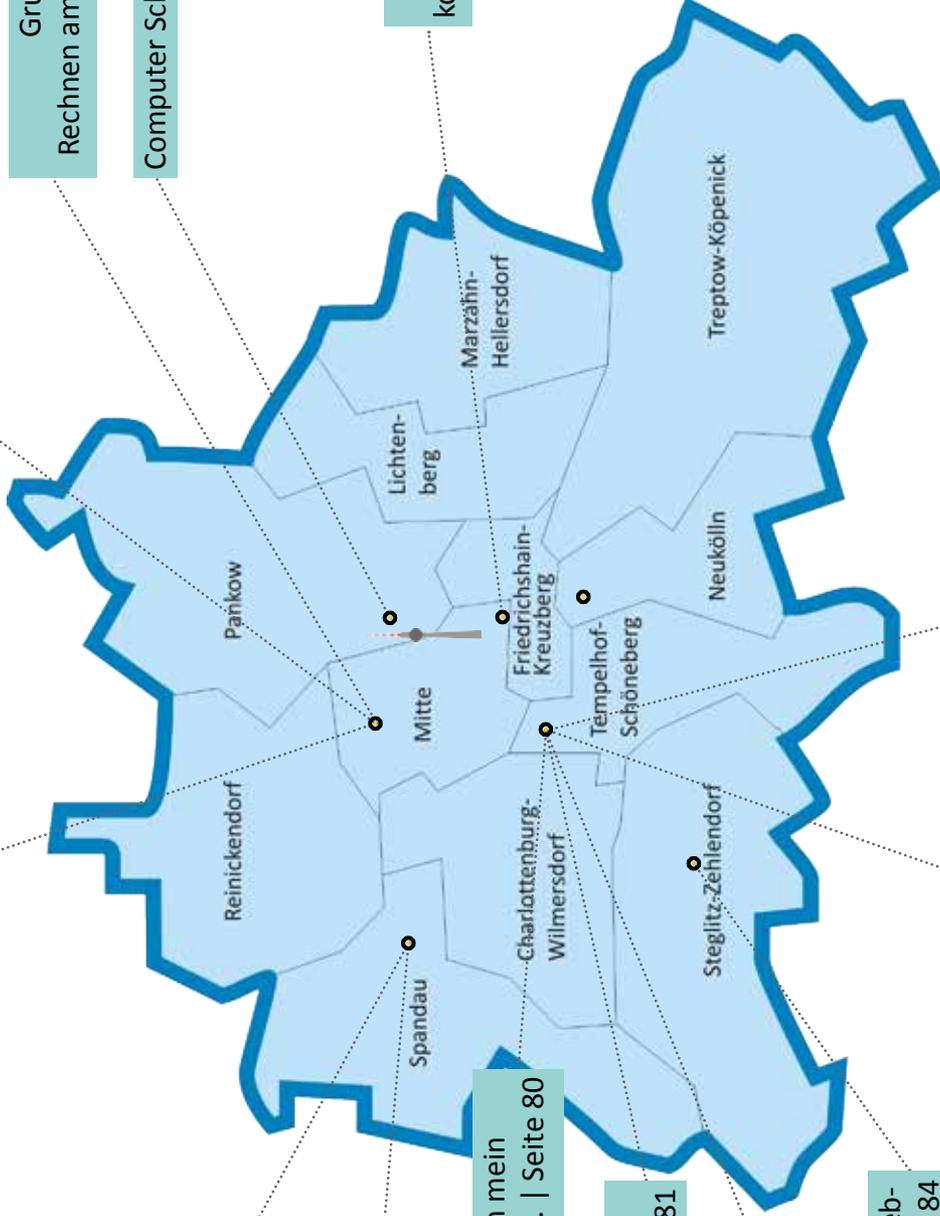
Einführung in den Computer - Teil 2 | Okt. | Seite 78

Android Teil 2: Wie bediene ich mein Smartphone oder Tablet | Aug. | Seite 80

Android: Whats App – ich bin auch mit dabei! | Aug. | Seite 81

Erste Schritte am PC
Sept. bis Okt. | Seite 79

Meine eigene Homepage – Webseiten gestalten | Sept. | Seite 84



Kontakt mit Kunden – worauf kommt es an? | Dez. | Seite 72

Android: Wie bediene ich mein Smartphone oder Tablet? | Sept. | Seite 82

Android: Wie bediene ich mein Smartphone oder Tablet? | Nov. | Seite 83

Arbeit – Beruf – Computer





Titel des Kurses **Kontakt mit Kunden – worauf kommt es an?**

Beschreibung des Kurses

Immer mehr Menschen arbeiten im Dienstleistungs-Sektor. Sie bieten zum Beispiel einen Hotel-aufenthalt an. Oder ein leckeres Essen im Restaurant. Es gibt auch Firmen, die ihre Kunden beraten oder ihnen etwas erklären. Das Kunden-Gespräch ist dabei immer sehr wichtig.

Im Kurs sprechen wir über:

- Wann und warum ist der Kunde zufrieden?
- Was erwarten Kunden?
- Wieso ist die Umgebung für den Kunden wichtig?
- Was ist eine Sichtbarkeits-Linie?
- Was ist Qualität und wie entsteht gute Qualität?

Sie können sich für diesen Kurs anmelden, wenn Ihr Arbeit-geber Dienst-leistungen anbietet und Sie oft mit Kunden sprechen. Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungs-urlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H003



Termin für den Kurs
4. Dezember 2018 und 5. Dezember 2018,
Dienstag und Mittwoch von 9 Uhr bis 15 Uhr



Ort
Lebenshilfe Berlin, Heinrich-Heine-Str. 15,
10179 Berlin



Kursleitung
Stana Schenck



Kosten
20 € mit Essen und Trinken

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Lebenshilfe Bildung gGmbH
Fax: 030 - 82 99 98 604
kontakt@erw-in.de



Information Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Was kann man am Computer machen?**

Beschreibung des Kurses

Mit dem Computer arbeiten ist nicht schwer!
 Sie lernen, mit dem Computer zu arbeiten.
 Sie lernen, mit Maus und Tastatur zu arbeiten.
 Wir schreiben einfache Texte und gestalten sie.
 Sie lernen:

- Wie funktioniert der Computer?
- Wie schreibe ich einen Text?
- Wie kann ich meinen Text schön gestalten?
- Wie kann ich Bilder einfügen?

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi500-030H



Termin für den Kurs
 5. September 2018 bis 24. Oktober 2018,
 Mittwoch von 16.30 Uhr bis 18.30 Uhr



Ort
 Volkshochschule Mitte, Antonstr. 37,
 13347 Berlin, Raum 204



Kursleitung
 Ruth Kerst



Kosten
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin
 Fax: 030 – 90 18 37 488
 E-Mail: infoservice.vhs@ba-mitte.berlin.de



Information

Telefon: 030 – 9018 37417



Titel des Kurses **Was kann man im Internet machen?**

Beschreibung des Kurses

Dieser Kurs ist für Teilnehmende, die schon erste Erfahrungen mit dem Computer haben. In diesem Kurs geht es um das Internet.

Es gibt viele Angebote, die alle Menschen leicht verstehen.

Wir haben Möglichkeiten im Internet zum Lernen, für Spaß und Unterhaltung.

- Wie funktioniert das Internet?
- Wie schreibe und erhalte ich E-Mails?
- Wie finde ich Informationen?
- Wie speichere und drucke ich Informationen?
- Wie kann ich etwas herunterladen?

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi500-031H



Termin für den Kurs
7. November 2018 bis 19. Dezember 2018
Mittwoch von 16.30 Uhr bis 18.30 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Antonstr. 37,
13347 Berlin, Raum 204



Kursleitung
Ruth Kerst



Kosten
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Liniestr. 162, 10115 Berlin

Fax: 030 – 90 18 37 488

E-Mail: infoservice.vhs@ba-mitte.berlin.de



Information

Telefon: 030 – 9018 37417



Titel des Kurses Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen am PC

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen und üben Sie das Lesen, Schreiben und Rechnen mit Hilfe des Computers.

Sie lernen mit einem besonderen Programm und im Internet.

So kann jeder in seinem Tempo lernen.

Auch das Verfassen von eigenen Texten ist möglich.

Kenntnisse im Umgang mit dem Computer werden nicht vorausgesetzt.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi607-104H



Termin für den Kurs
14. September 2018 bis 7. Dezember 2018
Freitag von 15.30 Uhr bis 17.45 Uhr

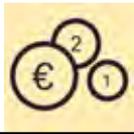


Ort
Volkshochschule Mitte, Antonstr. 37,
13347 Berlin, Raum 205



Kursleitung
Claudia Vaegs

12 Teilnehmende



Kosten
14 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

Fax: 030 – 90 18 37 488

E-Mail: infoservice.vhs@ba-mitte.berlin.de



Information

Telefon: 030 – 9018 37417



Titel des Kurses **Computer Schnupperkurs**

Beschreibung des Kurses

Sie lernen den Umgang mit einem Computer.

Sie lernen den Umgang mit der Maus und der Tastatur.

Sie lernen einige Anwendungsmöglichkeiten des Computers kennen, zum Beispiel:

- einen einfachen Text schreiben, speichern und drucken
- ein Bild malen
- ein Kartenspiel am Computer spielen
- ein Foto am Computer ansehen
- die Wettervorhersage ansehen
- Nachrichten am Computer lesen
- eine CD am Computer hören

Für diesen Kurs müssen Sie lesen und schreiben können.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Pa5293H	
	Termin für den Kurs Montag, 12. November 2018 bis Mittwoch, 14. November 2018, von 9 Uhr bis 12.45 Uhr	
	Ort Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29, 13187 Berlin	
	Kursleitung Bettina Schwarz	12 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

E-Mail: vhs@ba-pankow.berlin.de



Information

Telefon: 030 - 90295 1700



Titel des Kurses **Einführung in den Computer - Teil 1**

Beschreibung des Kurses

Mit dem Computer zu arbeiten ist gar nicht so schwer!

Sie lernen in diesem Kurs:

- wie Sie mit der Maus und der Tastatur arbeiten
- wie Sie den Bildschirm mit einem Hintergrundbild schöner machen
- wie Sie ein kleines Computerspiel spielen
- wie Sie einen Text schreiben und schön gestalten können
- wie Sie ein Bild zum Text hinzufügen.

Für diesen Kurs müssen Sie lesen und schreiben können.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp6.102-H



Termin für den Kurs

1. Oktober 2018, Montag von 09 Uhr bis 12:30 Uhr



Ort

VHS Spandau, Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin
Raum 2.07



Kursleitung

Doris Katanic

8 Teilnehmende



Kosten

6,50 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 – 90279 5001

E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

VHS Spandau 030 – 90279 5000, Dr. Schmidt-Köhnlein 030 – 90279 5014

E-Mail: k.schmidt-koehnlein@vhs-spandau.de



Titel des Kurses **Einführung in den Computer - Teil 2**

Beschreibung des Kurses

Waren Sie schon im Schnupper-kurs oder im Teil 1?
Dann haben Sie die ersten Schritte schon gemacht.

Sie lernen in diesem Kurs:

- wie Sie einen Text am Computer schreiben
- wie Sie Fehler im Text berichtigen
- wie Sie den Text größer oder kleiner machen
- wie Sie andere Schriften benutzen
- wie Sie den Text mit Farben und Rahmen hübsch gestalten
- wie Sie Bilder in den Text einfügen

Für diesen Kurs müssen Sie lesen und schreiben können.
Sie müssen schon ein bisschen mit der Maus
und der Tastatur umgehen können.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp6.103-H



Termin für den Kurs
2. Oktober 2018, Dienstag von 9 Uhr bis 12.30 Uhr



Ort
VHS Spandau, Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin
Raum 2.07



Kursleitung
Doris Katanic

8 Teilnehmende



Kosten
6,50 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin
Fax: 030 – 90279 5001
E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

VHS Spandau 030 – 90279 5000, Dr. Schmidt-Köhnlein 030 – 90279 5014
E-Mail: k.schmidt-koehnlein@vhs-spandau.de



Titel des Kurses **Erste Schritte am PC**

Beschreibung des Kurses

Sie lernen die ersten Schritte am Computer.
 Dabei lernen Sie zuerst den Umgang mit der Maus und der Tastatur.
 Sie lernen Programm zu öffnen, wie den Taschen-rechner oder ein Mal-programm.
 Sie lernen einfache Texte schreiben, speichern und drucken.
 Sie lernen Fotos am Bild-schirm anzuschauen.
 Für diesen Kurs müssen Sie lesen und schreiben können.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS702.020H



Termin für den Kurs
 11. September 2018 bis 2. Oktober 2018,
 4 Termine, Dienstag von 9 Uhr bis 12.15 Uhr



Ort
 Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin, Raum 119



Kursleitung
 Claudia Aufderheide



Kosten
 9 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses **Android Teil 2: Wie bediene ich mein Smartphone oder Tablet – es geht weiter!**

Beschreibung des Kurses

Sie haben im Grundkurs schon teilgenommen.
Nun möchten Sie noch mehr wissen oder auch Bekanntes wiederholen.
Sie haben schon gelernt, wo sich die Einstellungen Ihres Gerätes befinden.
Sie können mit Apps umgehen.

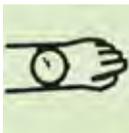
Im Teil 2 werden Sie folgendes lernen:

- Wiederholung aus dem Kurs 1: Wo war das noch mal?
- Worauf muss ich beim Speichern von Telefon-nummern und Adressen achten?
- Umgang mit Ihrer Kamera
- Wo finde ich meine Bilder oder Videos?

Für den Kurs benötigen Sie ein Google-Konto.
Bitte bringen Sie Ihr Gerät und das Lade-kabel mit!

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.008S



Termin für den Kurs
6. August 2018 bis 8. August 2018,
3 Termine, Montag bis Mittwoch von 9 Uhr bis 12.15 Uhr



Ort
Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin, Raum 119



Kursleitung
Claudia Aufderheide



Kosten
9 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses Android: Whats App – ich bin auch mit dabei!

Beschreibung des Kurses

Sie besitzen schon ein Smart-phone und immer wieder hören Sie:

Hast Du auch WhatsApp?

Mit WhatsApp können Sie in Sekunden Nachrichten,
Bilder, Videos oder Musik versenden.

Sie lernen im Kurs:

- sich mit vielen Leuten gleichzeitig zu unterhalten
- Bilder, Videos oder Töne zu senden
- Ihr Status-bild ändern
- über WhatsApp anrufen
- Einblick in die Privat-sphäre: Was können Sie dort einstellen?

Voraussetzung:

Ein bereits eingerichtetes Android-Gerät mit funktionierendem WhatsApp.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.009S



Termin für den Kurs

14. August 2018 und 16. August 2018,
Dienstag und Donnerstag von 9 Uhr bis 12.15 Uhr



Ort

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin, Raum 219



Kursleitung

Claudia Aufderheide



Kosten

9 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses **Android: Wie bediene ich mein Smartphone oder Tablet?**

Beschreibung des Kurses

Smart-phones und Tablets sind beliebt.

Haben Sie ein Gerät mit dem Betriebs-system Android?

Möchten Sie das Gerät besser bedienen?

In diesem Kurs lernen Sie:

- Grund-einstellungen ändern
- die Ober-fläche anpassen
- Kontakte und Notizen anlegen
- nützliche Programme (Apps) herunterladen, die nichts kosten
- Radio und Fernsehen
- Telefonieren über das Internet

Für den Kurs benötigen Sie ein Google-Konto.

Bitte bringen Sie Ihr Gerät und das Lade-kabel mit!

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS702.025H



Termin für den Kurs

10. September 2018 bis 24. September 2018,
3 Termine, Montag von 9 Uhr bis 12.15 Uhr



Ort

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin, Raum 118, Raum 119



Kursleitung

Claudia Aufderheide



Kosten

9 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses **Android: Wie bediene ich mein Smartphone oder Tablet?**

Beschreibung des Kurses

Smart-phones und Tablets sind beliebt.

Haben Sie ein Gerät mit dem Betriebs-system Android?

Möchten Sie das Gerät besser bedienen?

In diesem Kurs lernen Sie:

- Grund-einstellungen ändern
- die Ober-fläche anpassen
- Kontakte und Notizen anlegen
- nützliche Programme (Apps) herunterladen, die nichts kosten
- Radio und Fernsehen
- Telefonieren über das Internet

Für den Kurs benötigen Sie ein Google-Konto.

Bitte bringen Sie Ihr Gerät und das Lade-kabel mit!

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS702.026H



Termin für den Kurs

16. November 2018 bis 30. Dezember 2018,
3 Termine, Freitag von 14 Uhr bis 17.15 Uhr



Ort

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin, Raum 219



Kursleitung

Claudia Aufderheide



Kosten

9 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses **Meine eigene Homepage –
Webseiten gestalten für Einsteiger mit Jimdo**

Beschreibung des Kurses

Wir lernen gemeinsam mit einem kostenlosen Programm eine Webseite zu erstellen.

- Das Programm ist einfach zu lernen.
- Wir schreiben etwas über uns.
- Die erste fertige Homepage kann dann jeder im Internet sehen.
- Wir können dort Fotos und Bilder zeigen, die uns gefallen. Zum Beispiel: Photos von uns, Photos von unserem Hobby oder Photos von Tieren.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ500-013



Termin für den Kurs

5. September 2018 bis 21. September 2018,
Mittwoch und Freitag von 15.15 Uhr bis 17.45 Uhr



Ort

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Onkel-Tom-Str. 14,
14169 Berlin-Zehlendorf, Raum 23



Kursleitung

Andrea Bannat

10 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

E-Mail: service@vhssz.de

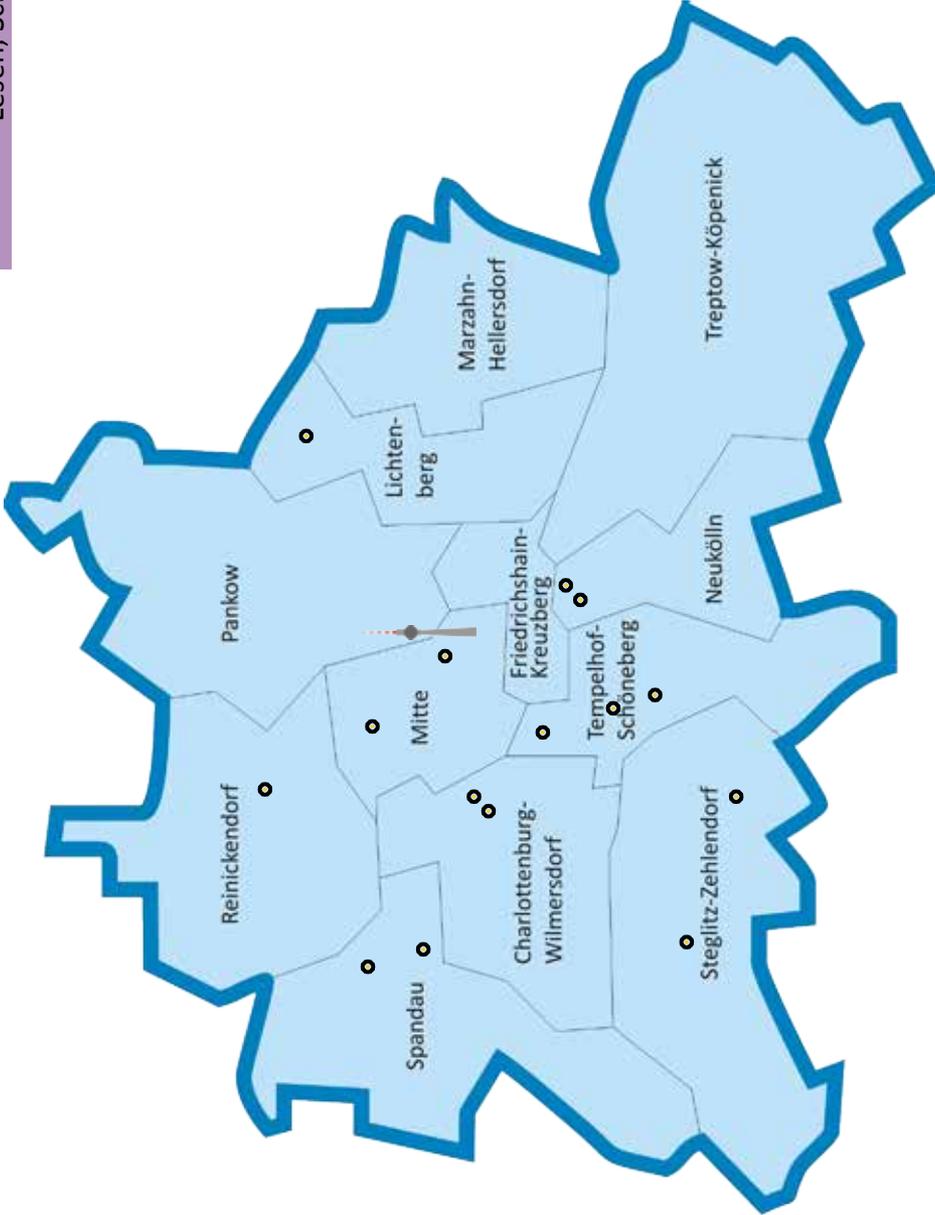


Information

Christian Steiner, Telefon 030 - 90299 2205

E-Mail: steiner@vhssz.de

An allen Kurs-orten Kurse zu den Themen
Lesen, Schreiben und Rechnen



Grundbildung





Titel des Kurses **Lerntreff Grundbildung Alpha Level 1-2 –
Lesen, Schreiben, Verstehen**

Beschreibung des Kurses

Vom Buchstaben zum Wort.

Beratung und Einstufung erfolgt im Kurs.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 707-130H



Termin für den Kurs
4. September 2018 bis 13. Dezember 2018
26 Termine, Dienstag und Donnerstag von 10 Uhr bis 13.15 Uhr



Ort
VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Prinzregentenstraße 33-34,
10715 Berlin, Raum 416a



Kursleitung
Gunnar Borchardt 16 Teilnehmende



Kosten
5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40-41, 10627 Berlin

Fax: 030 – 90 29 28 831

E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818



Titel des Kurses **Lerntreff Grundbildung Alpha Level 2 –
Lesen, Schreiben, Verstehen**

Beschreibung des Kurses

Sie können schon etwas Lesen und Schreiben.
In diesem Kurs werden Ihre Fähigkeiten gefestigt und erweitert.
Sie können in Ihrem Alltag wichtige Informationen lesen.
Sie verstehen die Bedeutung der Zahlen.

Beratung und Einstufung erfolgt im Kurs.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 707-140H



Termin für den Kurs
3. September 2018 bis 14. Dezember 2018
Dienstag und Donnerstag von 17:30 Uhr bis 20 Uhr



Ort
VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40/41,
10627 Berlin, Raum 3



Kursleitung
Britta Borchardt

16 Teilnehmende



Kosten
5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40-41, 10627 Berlin
Fax: 030 – 90 29 28 831
E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818



Titel des Kurses **Lerntreff Grundbildung Alpha Level 2-3 –
Lesen, Schreiben, Verstehen**

Beschreibung des Kurses

Vom Wort zum Satz.

Vom Satz zum Text.

Beratung und Einstufung erfolgt im Kurs.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 707-142H



Termin für den Kurs

4. September 2018 bis 13. Dezember 2018

26 Termine, Dienstag und Donnerstag von 10 Uhr bis 13.15 Uhr



Ort

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40/41,
10627 Berlin, Raum 422



Kursleitung

Britta Borchardt

10 Teilnehmende



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40-41, 10627 Berlin

Fax: 030 – 90 29 28 831

E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818



Titel des Kurses **Lerntreff Grundbildung Alpha Level 2-4 –
Lesen und Schreiben**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs werden Laut- und Buchstabenzuordnungen gefestigt.
Es erfolgt eine Einführung in die Wort- und Satzebene.
Anhand kurzer Texte wird das Lesen geübt.
Die Wortarten werden eingeführt.
Außerdem beschäftigen wir uns mit der Fallbildung und den Zeiten.
Voraussetzung: Buchstaben sollen bekannt sein.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 707-146H



Termin für den Kurs
18. September 2018 bis 29. November 2018
Dienstag und Donnerstag von 17 Uhr bis 19 Uhr



Ort
VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40/41,
10627 Berlin, Raum 214



Kursleitung
Ingrid Klenk

10 Teilnehmende



Kosten
5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40-41, 10627 Berlin
Fax: 030 – 90 29 28 831
E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818



Titel des Kurses **Alpha Spezial – Alpha Level 1-4**

Beschreibung des Kurses

Sie wollen besser lesen und schreiben?

Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Wir üben Lesen und Schreiben für uns und für die Arbeit.

Sie suchen sich die Themen und das Lern-tempo selbst aus.

Beratung und Einstufung erfolgt im Kurs.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 707-152H



Termin für den Kurs

3. September 2018 bis 14. Dezember 2018

26 Termine, Montag und Freitag von 17.30 Uhr bis 20 Uhr



Ort

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40/41,
10627 Berlin, Raum 2



Kursleitung

Gunnar Borchardt

16 Teilnehmende



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40-41, 10627 Berlin

Fax: 030 – 90 29 28 831

E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818



Titel des Kurses **Alltagskunde und Lerntechniken
für Menschen mit Migrationshintergrund**

Beschreibung des Kurses

Im Kurs werden Lesen, Sprechen, Schreiben und Rechnen verbessert und geübt.
Sie lernen für Ihren Alltag.
Ihre Fähigkeiten werden erweitert.
Sie können dann zum Beispiel Formulare selbst ausfüllen.
Gelerntes wird wiederholt und gefestigt.

Anmeldung nur mit Beratung der Kursleiterinnen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 707-202H



Termin für den Kurs
4. September 2018 bis 23. November 2018
30 Termine, Dienstag und Donnerstag und Freitag
von 9 Uhr bis 12.15 Uhr



Ort
VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40/41,
10627 Berlin, Raum 311



Kursleitung
Ingrid Klenk und Helga Rübsamen 16 Teilnehmende



Kosten
5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40-41, 10627 Berlin
Fax: 030 – 90 29 28 831
E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818



Titel des Kurses **Lesen und Schreiben von Anfang an**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie Lesen und Schreiben von Anfang an.
 Sie ordnen Laute den Buchstaben zu.
 Sie lesen einfache Wörter und kleine Texte und lernen, sie zu verstehen.
 Sie lernen die Rechtschreibregeln.
 Sie lernen Großschreibung und Kleinschreibung.
 Sie schreiben einfache Sätze.
 Sie lernen Einzahl und Mehrzahl von Wörtern.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Li 7.01-001H oder Li 7.01-002H	
	Termin für den Kurs 5. September 2018 bis 12. Dezember 2018, Mittwoch von 16.30 Uhr bis 18 Uhr oder Mittwoch von 18.10 Uhr bis 19.40 Uhr	
	Ort Volkshochschule Lichtenberg, Fritz-Reuter-Schule, Prendener Straße 29, 13059 Berlin, Raum 3.17	
	Kursleitung Dörte Hasselberg	
	Kosten 3 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Margarete-Steffin-Volkshochschule Lichtenberg,
Paul-Junius-Straße 71, 10369 Berlin



Information

Telefon: 030 – 90 29 65 971 und 030 – 90 296 5976



Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

Beschreibung des Kurses

Sie wollen das Lesen und Schreiben von Anfang an lernen?
 Sie können schon etwas Lesen und Schreiben?
 Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.
 Wir lernen und üben Lesen und Schreiben.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi607-020H



Termin für den Kurs
 8. September 2018 bis 8. Dezember 2018,
 Samstag von 10 Uhr bis 12.30 Uhr

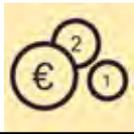


Ort
 Volkshochschule Mitte, Liniestr. 162,
 10115 Berlin, Raum 3.02



Kursleitung
 Claudia Vaegs

8 Teilnehmende



Kosten
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Mitte, Liniestr. 162, 10115 Berlin
 E-Mail: anmeldung@vhsmitte.de
 Fax: 030 - 9018 37488



Information

Telefon: 030 - 9018 47417



Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

Beschreibung des Kurses

Sie wollen das Lesen und Schreiben von Anfang an lernen?
 Sie können schon etwas Lesen und Schreiben?
 Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.
 Wir lernen und üben Lesen und Schreiben.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi607-021H	
	Termin für den Kurs 8. September 2018 bis 8. Dezember 2018, Samstag von 12.45 Uhr bis 15.15 Uhr	
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin, Raum 3.02	
	Kursleitung Claudia Vaegs	8 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin
 E-Mail: anmeldung@vhsmitte.de
 Fax: 030 - 9018 37488



Information

Telefon: 030 - 9018 47417



Titel des Kurses Mach was mit Zahlen - Rechnen von Anfang an

Beschreibung des Kurses

Sie lernen, wie die Zahlen aufgebaut sind und verstehen große und kleine Zahlen.
 Sie lernen, im Kopf zu rechnen, schriftlich und mit dem Taschenrechner.
 Sie üben Plus-aufgaben, Minus-aufgaben, Mal-aufgaben und Geteilt-aufgaben mit Beispielen aus dem Alltag.
 Sie üben, mit Geld zu rechnen und Preise zu vergleichen.
 Sie üben, mit Prozenten und Zinsen zu rechnen.
 Der Kurs ist für Menschen, die nur wenig die Schule besucht haben.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Nk-E003c	
	Termin für den Kurs 27. August 2018 bis 14. Dezember 2018, Dienstag von 15 Uhr bis 16.30 Uhr	
	Ort Lernhaus, Werbellinstraße 77, 12053 Berlin	
	Kursleitung Petra Klingberg	10 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln
 Boddinstraße 34, 12053 Berlin



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90239 3690
 E-Mail: nikola.amrhein@bezirksamt-neukoelln.de



Titel des Kurses **Grundlagen des Lesens und Schreibens**

Beschreibung des Kurses

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten und verbessern in diesem Kurs ihre Rechen-fähigkeiten.

Die Übungen sind aus dem Lebens-alltag.

Dabei werden die Aufgaben den rechnerischen Fähigkeiten der einzelnen Teilnehmenden angepasst.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Re1301-H



Termin für den Kurs

4. September 2018 bis 11. Dezember 2018,
Dienstag, 17 Uhr bis 18:30 Uhr

In den Herbstferien findet der Kurs nicht statt.



Ort

Schule am Park, Eichborndamm 276 – 284 a,
Berlin



Kursleitung

Marlies Lutz

12 Teilnehmende



Kosten

Der Kurs ist kostenlos

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Reinickendorf, Buddestraße21, 13507 Berlin

E-Mail: vhs@reinickendorf.berlin.de

Fax: 030-90294-4812



Information

Frau Schaal, Telefon: 030 90294 3855



Titel des Kurses **Grundlagen des Lesens und Schreibens**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden Buchstaben.
 Aus den Buchstaben werden Silben und Wörter gebildet.
 Darauf folgt der Aufbau einfacher Sätze.
 Die Teilnehmenden bekommen individuell angepasstes Kursmaterial.
 Die Themen sind aus der Lebens·umwelt der Teilnehmenden.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Re1302-H



Termin für den Kurs
 4. September 2018 bis 11. Dezember 2018,
 Dienstag, 15.30 Uhr bis 17 Uhr
 In den Herbstferien findet der Kurs nicht statt.



Ort
 Schule am Park, Eichborndamm 276 – 284 a,
 Berlin



Kursleitung
 Marlies Lutz

12 Teilnehmende



Kosten
 Der Kurs ist kostenlos

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Reinickendorf, Buddestraße21, 13507 Berlin
 E-Mail: vhs@reinickendorf.berlin.de
 Fax: 030-90294-4812



Information

Frau Schaal, Telefon: 030 90294 3855



Titel des Kurses **Grundlagen des Lesens und Schreibens**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden Buchstaben.
 Aus den Buchstaben werden Silben und Wörter gebildet.
 Darauf folgt der Aufbau einfacher Sätze.
 Die Teilnehmenden bekommen individuell angepasstes Kursmaterial.
 Die Themen sind aus der Lebens-umwelt der Teilnehmenden.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Re1303-H	
	Termin für den Kurs 4. September 2018 bis 11. Dezember 2018, Dienstag, 18.30 Uhr bis 20 Uhr In den Herbstferien findet der Kurs nicht statt.	
	Ort Schule am Park, Eichborndamm 276 – 284 a Berlin	
	Kursleitung Marlies Lutz	12 Teilnehmende
	Kosten Der Kurs ist kostenlos	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Reinickendorf, Buddestraße21, 13507 Berlin

E-Mail: vhs@reinickendorf.berlin.de

Fax: 030-90294-4812



Information

Frau Schaal, Telefon: 030 90294 3855



Titel des Kurses Lesen und Schreiben

Beschreibung des Kurses

Wir lernen zusammen lesen und schreiben.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp7.014-H



Termin für den Kurs

3. September 2018 bis 10. Dezember 2018,
13 Termine, Montag 18 Uhr bis 19.30 Uhr



Ort

Bertolt-Brecht-Oberschule, Wilhelmstraße 10,
13595 Berlin, Raum 1.0.04



Kursleitung

Roland Krisanamitra

14 Teilnehmende



Kosten

4 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 – 90279 5001

E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

VHS Telefon 030 – 90 27 50 00, Tabea Lätsch 030 - 90279 5007

E-Mail: t.laetsch@vhs-spandau.de



Titel des Kurses **Lesen und Schreiben lernen – Grundstufe 1**

Beschreibung des Kurses

Lesen und Schreiben von Anfang an oder mit geringen Vor-kenntnissen.

In diesem Kurs üben Sie,

- Buchstaben und Laute,
- einfache Wörter und
- kleine Texte zu schreiben und zu lesen.

Sie lernen ohne Druck mithilfe spielerischer Übungen.

So können Sie mehr Worte lernen und werden sicherer beim Sprechen.

Bitte mit-bringen:

- Blei-stift
- Farb-stifte
- Radier-gummi
- Schreib-heft mit Linien

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ700-001



Termin für den Kurs

4. September 2018 bis 11. Dezember 2018

13 Termine, Dienstag von 16 Uhr bis 18.15 Uhr



Ort

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Rondellstr. 5,
14163 Berlin, Raum 04



Kursleitung

Brigitte Katz

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

E-Mail: service@vhssz.de



Information

Cornelia Dannenberg, Telefon 030 - 90299 5845

E-Mail: dannenberg@vhssz.de



Titel des Kurses **Lesen und Schreiben lernen – Grundstufe 2**

Beschreibung des Kurses

Sie kennen die Buchstaben und können schon einfache Wörter oder Texte lesen?

In diesem Kurs können Sie weiter machen.

In abwechslungsreichen und stressfreien Übungen festigen und erweitern Sie Ihr Schreibvermögen und Lesevermögen.

Sie lernen die Regeln für Rechtschreibung.

Sie lernen die Regeln für Wortbau und Satzbau.

Ganz nach Ihren Wünschen beschäftigen wir uns mit:

Bildergeschichten, Sachtexten, Zeitungstexten, Briefen, Formularen,

Gebrauchsanweisungen, Bewerbungen und anderem.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ700-003



Termin für den Kurs

6. September 2018 bis 13. Dezember 2018

13 Termine, Donnerstag von 16.30 Uhr bis 18.45 Uhr



Ort

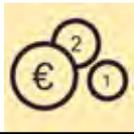
Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Rondellstr. 5,
14163 Berlin, Raum 03



Kursleitung

Brigitte Katz

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

E-Mail: service@vhssz.de



Information

Cornelia Dannenberg, Telefon 030 - 90299 5845

E-Mail: dannenberg@vhssz.de



Titel des Kurses **Lesen und Schreiben lernen - Grundstufe 3**

Beschreibung des Kurses

Sie können schon lesen und schreiben.
 Was Sie bis jetzt gelernt haben, wird verstärkt und verbessert.
 Sie lernen Grammatik-regeln und
 Recht-schreib-regeln für die Praxis.
 Der Grund-wort-schatz sowie die Schreib-fähigkeit und
 Lese-fähigkeit werden erweitert.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	SZ700-005	
	Termin für den Kurs 5. September 2018 bis 5. Dezember 2018 12 Termine, Mittwoch von 16.30 Uhr bis 18.45 Uhr	
	Ort Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Rondellstr. 5, 14163 Berlin, Raum 14	
	Kursleitung Brigitte Katz	12 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

E-Mail: service@vhssz.de



Information

Cornelia Dannenberg, Telefon 030 - 90299 5845

E-Mail: dannenberg@vhssz.de



Titel des Kurses **Rechnen von Anfang an**

Beschreibung des Kurses

Sie lernen Zahlen schreiben, zusammen zählen, abziehen, mal nehmen und teilen.

Sie rechnen mit Geld.

Sie rechnen mit Gewichten.

Sie rechnen mit Längen.

Der Kurs ist für alle, die in der Schule das Rechnen nicht richtig gelernt haben.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ700-007



Termin für den Kurs

7. September 2018 bis 14. Dezember 2018

16 Termine, Freitag von 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr



Ort

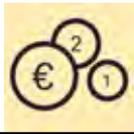
Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Rondellstr. 5,
14163 Berlin, Raum 04



Kursleitung

Brigitte Katz

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

E-Mail: service@vhssz.de



Information

Cornelia Dannenberg, Telefon 030 - 90299 5845

E-Mail: dannenberg@vhssz.de



Titel des Kurses **Rechtschreiben**

Beschreibung des Kurses

Sie sprechen bereits Deutsch und möchten das Schreiben wiederholen und festigen?

Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Wir trainieren hier die Rechtschreibung und Grammatik.

Wir wenden das Gelernte an.

Zum Beispiel bei Briefen, Bewerbungen oder schriftlichen Anfragen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ700-009



Termin für den Kurs

7. September 2018 bis 14. Dezember 2018,

16 Termine, Freitag von 17.15 Uhr bis 18.45 Uhr



Ort

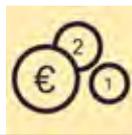
Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Rondellstr. 5,
14163 Berlin, Raum 04



Kursleitung

Brigitte Katz

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

E-Mail: service@vhssz.de



Information

Cornelia Dannenberg, Telefon 030 - 90299 5845

E-Mail: dannenberg@vhssz.de



Titel des Kurses **Bürgerliches Rechnen**

Beschreibung des Kurses

Überall müssen Sie rechnen:

Zu Hause, im Supermarkt, bei Handy-Verträgen oder beim Einkauf im Internet.

Manchmal geht es um Prozente oder um Zinsen.

Sie sind in diesem Kurs richtig, wenn Sie nicht mehr genau wissen, wie Prozente und Zinsen gerechnet werden.

Sie lernen und wiederholen in einfacher Weise unter anderem:

- Prozent-rechnung
- Zins-rechnung
- Verhältnis-rechnung
- Flächen-inhalte
- Diagramme
- und was Sie möchten

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ700-021



Termin für den Kurs

18. September 2018 bis 4. Dezember 2018

10 Termine, Dienstag von 18 Uhr bis 19.30 Uhr



Ort

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Goethestraße 9-11,
12207 Berlin-Lichterfelde, Raum 116 - ZBW



Kursleitung

Dr. Heinz-Jürgen Maibaum

16 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

E-Mail: service@vhssz.de



Information

Cornelia Dannenberg, Telefon 030 - 90299 5845

E-Mail: dannenberg@vhssz.de



Titel des Kurses **Grundkurs Lesen und Schreiben 1**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie Lesen und Schreiben von Anfang an.
 Sie ordnen Laute den Buchstaben zu.
 Sie lesen und schreiben einfache Wörter und kleine Texte.
 Sie schreiben einfache Sätze.
 Sie lernen ohne Druck.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS701.003H



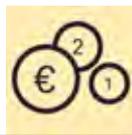
Termin für den Kurs
 3. September 2018 bis 5. Dezember 2018,
 23 Termine, Montag und Mittwoch von 16 Uhr bis 18 Uhr



Ort
 Tempelhof, Alarichstraße 12-17, 12105 Berlin,
 hinterer Eingang (bei der Jugendberufsagentur),
 Raum 354



Kursleitung
 Brigitte Katz und Claudia Aufderheide



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses **Grundkurs Lesen und Schreiben 1**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie Lesen und Schreiben von Anfang an.
 Sie ordnen Laute den Buchstaben zu.
 Sie lesen und schreiben einfache Wörter und kleine Texte.
 Sie schreiben einfache Sätze.
 Sie lernen ohne Druck.

Für neue Teilnehmende: Bitte melden Sie sich an der Eingangstür.
 Sie werden zum Unterrichtsraum begleitet.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS701.005H



Termin für den Kurs
 3. September 2018 bis 3. Dezember 2018,
 12 Termine, Montag von 9.30 Uhr bis 11.30 Uhr



Ort
 Mosaik Spandau, Raum 1
 Askaniering 155, 13585 Berlin



Kursleitung
 Ruth Kerst



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses **Grundkurs Lesen und Schreiben 1**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie Lesen und Schreiben von Anfang an.
 Sie ordnen Laute den Buchstaben zu.
 Sie lesen und schreiben einfache Wörter und kleine Texte.
 Sie schreiben einfache Sätze.
 Sie lernen ohne Druck.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS701.007H **oder** TS701.008H



Termin für den Kurs

10. September 2018 bis 3. Dezember 2018 **oder**

11. September 2018 bis 4. Dezember 2018,

jeweils 13 Termine, Montag **oder** Dienstag von 13.30 Uhr bis 16 Uhr



Ort

Vereinigung für Jugendhilfe, Seminargebäude, Raum 1
 Grenzallee 53, 12057 Berlin-Neukölln



Kursleitung

Ulrike Ertl



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



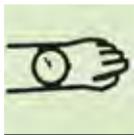
Titel des Kurses **Grundkurs Lesen und Schreiben 1**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie Lesen und Schreiben von Anfang an.
 Sie ordnen Laute den Buchstaben zu.
 Sie lesen und schreiben einfache Wörter und kleine Texte.
 Sie schreiben einfache Sätze.
 Sie lernen ohne Druck.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS701.009H **oder** TS701.010H



Termin für den Kurs

6. September 2018 bis 6. Dezember 2018,
 11 Termine, Donnerstag von 10 Uhr bis 12 Uhr **oder**
 11 Termine, Donnerstag von 12.30 Uhr bis 14 Uhr



Ort

Vereinigung für Jugendhilfe, Seminargebäude, Raum 1
 Grenzallee 53, 12057 Berlin-Neukölln



Kursleitung

Helga Rübsamen



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses **Grundkurs Lesen und Schreiben 2**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs festigen Sie den Grund-wort-schatz.
 Sie erweitern Ihre Schreib-fähigkeit und Lese-fähigkeit.
 Sie lernen einfache Grammatik-regeln und Rechtschreib-regeln.
 Sie brauchen das, wenn Sie Bewerbungen und Briefe schreiben.
 Sie lesen auch Geschichten und schreiben sie nach
 oder erzählen sie mit eigenen Worten.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS701.020H



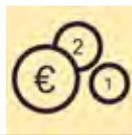
Termin für den Kurs
 3. September 2018 bis 5. Dezember 2018,
 23 Termine, Montag und Mittwoch von 18 Uhr bis 20 Uhr



Ort
 Tempelhof, Alarichstraße 12-17, 12105 Berlin,
 hinterer Eingang (bei der Jugendberufsagentur),
 Raum 354



Kursleitung
 Brigitte Katz und Claudia Aufderheide



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses **Grundkurs Lesen und Schreiben 2**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs festigen Sie den Grund-wort-schatz.
 Sie erweitern Ihre Schreib-fähigkeit und Lese-fähigkeit.
 Sie lernen einfache Grammatik-regeln und Rechtschreib-regeln.
 Sie brauchen das, wenn Sie Bewerbungen und Briefe schreiben.
 Sie lesen auch Geschichten und schreiben sie nach
 oder erzählen sie mit eigenen Worten.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS701.022H



Termin für den Kurs
 3. September 2018 bis 3. Dezember 2018,
 12 Termine, Montag von 12 Uhr bis 14 Uhr



Ort
 Mosaik Spandau, Raum 1
 Askaniering 155, 13585 Berlin



Kursleitung
 Ruth Kerst



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses **Grundkurs Lesen und Schreiben 3 –
Rechtschreibung und Grammatik**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs können Sie Ihre Fähigkeiten im Lesen und Schreiben festigen und verbessern.

Wir beschäftigen uns mit:

- Wortarten,
- Fallsetzung,
- richtige Schreibung der Laute,
- Verdoppelung und Dehnung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS701.027H



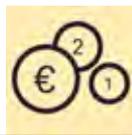
Termin für den Kurs
3. September 2018 bis 5. Dezember 2018,
23 Termine, Montag und Mittwoch von 17.30 Uhr bis 19.30 Uhr



Ort
Tempelhof, Alarichstraße 12-17,
12105 Berlin, hinterer Eingang (bei der Jugendberufsagentur),
Raum 366/368



Kursleitung
Doris Held



Kosten
5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses	Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen im Alltag
------------------	---

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie Lesen, Schreiben und Rechnen von Anfang an.
 Sie ordnen Laute den Buchstaben zu.
 Sie lesen und schreiben einfache Wörter und kleine Texte.
 Sie schreiben einfache Sätze.
 Sie üben Zahlen schreiben.
 Sie üben Zahlen zusammenzählen.
 Sie üben Zahlen abziehen.
 Sie lernen, mit Geld zu rechnen und die Uhr zu lesen.
 Sie lernen ohne Druck mithilfe spielerischer Übungen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	TS701.030H
-------------	------------



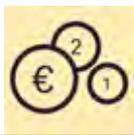
Termin für den Kurs
 5. September 2018 bis 5. Dezember 2018,
 11 Termine, Mittwoch von 10 Uhr bis 12.30 Uhr



Ort
 VIA Werkstätten gGmbH, Reichartstraße 2, 10829 Berlin,
 GSG-Tor 1, Aufgang G
 1. OG, Raum 1.27 (Schulungsraum)



Kursleitung
 Helga Rübsamen



Kosten
 8 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



Allgemeine Geschäftsbedingungen in Leichter Sprache

Allgemeine Geschäftsbedingungen sind Regeln. Die Abkürzung heißt AGB.
Allgemeine Geschäftsbedingungen zeigen die Pflichten und Rechte der Teilnehmer.
Allgemeine Geschäftsbedingungen zeigen die Rechte und Pflichten der Volkshochschule.
Die AGB der Lebenshilfe Bildung finden Sie unter www.lebenshilfe-bildung.de.

1. Wie entsteht ein Vertrag?

Der Vertrag entsteht mit der Anmeldung zum Kurs und der Bestätigung durch die Volkshochschule.
Diese Bestätigung ist eine Quittung. Diese Quittung bekommen Sie nach Ihrer Anmeldung zum Kurs. Diese Anmeldebestätigung müssen Sie zum Kurs mitbringen.

2. Kann ich an jedem Kurs teilnehmen?

Für manche Kurse müssen Sie eine Teilnahmebedingung erfüllen.
Zum Beispiel: Wenn Sie einen Aufbaukurs besuchen wollen, müssen Sie zuerst den Grundkurs besuchen.
Sie werden darüber in der Kursausschreibung informiert.

3. Gibt es noch Ermäßigungen für mich?

Sie bekommen keine Ermäßigung mehr.
Alle Kurse kosten pro Stunde schon jetzt sehr viel weniger als andere Kurse der Volkshochschule.

4. Wie kann ich bezahlen?

Sie können über Lastschrift bezahlen. Das bedeutet die Volkshochschule bucht den Betrag von Ihrem Konto ab. Sie können Ihren Kurs auch bei der Kasse der Volkshochschule bar bezahlen.
Sie müssen unbedingt vor dem Kursanfang bezahlen.

5. Wie bekomme ich eine Teilnahmebescheinigung?

Wenn Sie den Kurs immer besucht haben (mindestens 70 Prozent), bekommen Sie eine Teilnahmebescheinigung. Die 1. Teilnahmebescheinigung ist kostenlos.

6. Wer leitet den Kurs?

Wenn ein Dozent krank wird, kann der Kurs von einem Ersatzdozenten geleitet werden. Wenn Stunden von dem Kurs ausfallen, werden diese Stunden später nachgeholt.

7. Wer ist verantwortlich bei Unfällen oder Diebstahl?

Nur bei grober Fahr-lässigkeit übernimmt die Volkshochschule die Verantwortung für einen Unfall oder einen Diebstahl.

Grobe Fahr-lässigkeit ist zum Beispiel: Das Geländer an einer Treppe ist seit Wochen kaputt. Es gibt keinen Hinweis auf die Gefahr.

Jemand stürzt deshalb auf der Treppe und verletzt sich.

Für Ihren Weg zum Kurs und vom Kurs wieder zurück nach Hause übernimmt die Volkshochschule keine Verantwortung.

8. Was sind meine Pflichten?

Bei jedem Kurs gibt es eine Teilnehmer-liste. Auf dieser Liste müssen Sie unterschreiben.

Bringen Sie Ihre Anmelde-bestätigung zum Kurs mit.

Sie müssen die Haus-ordnung in der Volkshochschule beachten. Sie müssen die Brand-schutz-ordnung beachten. Bitte beachten Sie das Rauch-verbot.

9. Wie kann die Volkshochschule den Vertrag kündigen?

Die Volkshochschule kann den Vertrag kündigen.

Zum Beispiel, wenn die Kurs-leitung krank ist.

Zum Beispiel, wenn sich nicht genügend Teilnehmer angemeldet haben.

Der Vertrag kann auch gekündigt werden, wenn zu viele Teilnehmer mehrmals nicht zum Kurs kommen. Wenn die Volkshochschule den Kurs absagt, bekommen Sie Ihr Geld zurück.

Der Vertrag kann auch gekündigt werden, wenn Sie sich nicht an die Haus-ordnung halten. Oder wenn Sie sich nicht an die Regeln der Volkshochschule halten.

10. Wie kann ich den Vertrag kündigen?

Der Vertrag kann schriftlich gekündigt werden. Oder Sie gehen in die Geschäfts-stelle der Volkshochschule und kündigen den Vertrag dort.

Sie bekommen einen Teil Ihres Geldes zurück, wenn Ihr Kurs noch nicht angefangen hat. Wenn der Kurs angefangen hat, bekommen Sie kein Geld zurück.

11. Darf ich im Kurs filmen oder fotografieren?

Fotografieren, Filmen oder eine Ton-aufnahme ist nicht erlaubt. Fragen Sie den Dozenten, wenn Sie filmen möchten.

Die Arbeits-blätter dürfen nicht kopiert werden. Fragen Sie die Kurs-leitung, wenn Sie die Arbeits-blätter kopieren möchten.

12. Was muss ich bei meiner Anmeldung beachten?

Alle persönlichen Daten, wie zum Beispiel Ihr Name, Ihre Adresse und Ihre Telefon-nummer werden im Computer der Volkshochschule gespeichert. Für diese Speicherung brauchen wir Ihre Erlaubnis. Ohne Ihre Erlaubnis können Sie sich nicht anmelden.

Hinweise

1. Füllen Sie das Anmelde-formular aus und senden Sie es zum Veranstalter.
2. Der Veranstalter sendet Ihnen eine Anmelde-bestätigung zu.
3. Benötigen Sie Unterstützung, um an einem Kurs teilnehmen zu können? Dann rufen Sie bitte bei Liane Neubert an: 030 - 829 998 601. Unterstützung kann bedeuten: Begleitung auf dem Weg zum Kurs, Hilfe bei der Verständigung, Hilfe beim Lernen, bei der Pflege und Ähnliches.
4. Die Teilnahme für eine Begleit-person eines schwer-behinderten Menschen ist kostenlos (Merk-zeichen „B“ im Schwer-behinderten-ausweis).

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?	
Name des Veranstalters <small>(siehe Kursausschreibung)</small>	
Straße, Nummer	
Postleitzahl, Ort	
Fax, E-Mail	

Ihre persönlichen Daten	
Ihr Vorname	
Ihr Nachname	
Ihre Adresse	
Ihre Telefon-nummer	
Ihre E-Mail	
Ihr Geburtsdatum <small>(freiwillige Angabe)</small>	

Für welchen Kurs melden Sie sich an?	
Titel des Kurses	
Termin	
Kurs-nummer und Kosten des Kurses	

Hinweis: Diese Seite ist nicht leicht zu verstehen. Leider dürfen wir einige Fragen und Texte nicht verändern. Wenn Sie Hilfe brauchen sprechen Sie mit uns: Lebenshilfe Bildung, Telefon 030 - 82 99 98 601.

Der Kurs ist bei der Lebenshilfe Bildung?

- Ich bezahle bar. Ich bezahle per Einzugsermächtigung.

Der Kurs ist in der Volkshochschule?

- Ich bezahle per Einzugsermächtigung. Ich bezahle bar.

Im Ausnahme-fall ist auch eine Barzahlung an der Kasse der Volkshochschule möglich. Bitte informieren Sie sich im Internet oder telefonisch über die Kassenöffnungszeiten.

Ihre Konto-daten

Ihre Konto-daten	
Wem gehört das Konto? Name:	
IBAN	
BIC	
Kredit-institut	

Einzugsermächtigung

Ich ermächtige den oben genannten Veranstalter widerruflich, die von mir zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit durch Lastschrift von meinem Konto einzuziehen.

Sepa-Lastschriftmandat

Ich ermächtige den oben genannten Veranstalter, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom oben genannten Veranstalter auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Ich bin damit einverstanden, dass zur Erleichterung des Zahlungsverkehrs, die grundsätzlich 14-tägige Frist für die Information vor Einzug einer fälligen Zahlung bis auf einen Tag vor Belastung verkürzt werden kann. Dieses Mandat gilt für die/den Kontoinhaber/in und wird einmalig erteilt.

Persönliche Daten, wie zum Beispiel Ihr Name, Ihre Adresse und Telefon-Nummer, werden im Computer des Veranstalters gespeichert werden. Mit der Anmeldung erkenne ich die allgemeinen Geschäftsbedingungen des Veranstalters an. Die Mandatsreferenz entnehmen Sie bitte der Anmeldebestätigung/Rechnung.



Datum

Ihre Unterschrift

Unterschrift des
Konto-inhabers.



Herzliche Einladung zum Sommer-Kursprogramm



9. Juli 2018 bis 13. Juli 2018

Themenwoche:

*In einer Woche um die Welt 2.0
Die Reise geht weiter*

Nicht nur im Urlaub können Sie Neues lernen – auch bei uns!

Eine Bildungsreise bei der Lebenshilfe Bildung gGmbH

Weitere Informationen unter www.ERW-IN.de oder

rufen Sie an: 030 - 829 998 601

Interesse, doch der Termin ist vorbei? 2019 gibt es wieder ein Sommer-Kursprogramm.



Fit für den Beruf – Lesen, Schreiben, Mathe und PC

Lesen, Schreiben, Mathe und PC für den Beruf

Lehrgangsinhalt

- Lesen und Schreiben
- Mathematik
- PC / Internet
- Berufsvorbereitung
- Soziale Kompetenzen

Es lernen in jeder Gruppe 5 - 10 Personen.
Der Kurs ist kostenlos und kann jederzeit
begonnen werden.

Kurszeiten

Montag bis Donnerstag: 9:00- 14:30 Uhr
Freitag: 9:00- 12:15 Uhr



Lehrerteam

Persönliche Beratung

Raum B1.42
Dienstag, Mittwoch und Donnerstag
9:30 - 12 Uhr

Ansprechpartnerin: Nikola Amrhein

Adresse: VHS Neukölln, Boddinstraße 34,
12053 Berlin

Telefon: (030) 90239-3690

E-Mail:

Nikola.Amrhein@bezirksamt-neukoelln.de

Die Lebenshilfe in Berlin setzt sich für Menschen mit geistiger Behinderung und ihre Familien ein.

Wir haben Angebote in vielen Bereichen:

Wohnen, Jugendhilfe, Arbeit, Freizeit, Beratung, Recht und Bildung.

Neues lernen stärkt das Selbstbewusstsein.

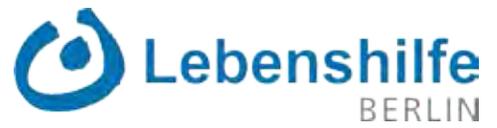
Neues lernen bedeutet Teilhabe.

Jeder Mensch hat ein Leben lang das Recht auf Bildung.

Die Lebenshilfe Bildung bietet zusammen mit der Lebenshilfe Berlin Seminare an. Diese Seminare sind für Menschen mit Behinderung, ihre Angehörigen und Mitarbeiter/innen in der Behindertenhilfe.



Unterstützt durch



und



www.ERW-IN.de

Herbst 2018

ERW-IN Programm