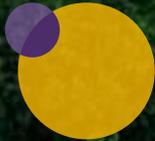




Margarete-Steffin-Volkshochschule
Berlin-Lichtenberg

English information available



Ihre Zeit für Bildung

Programm VHS Lichtenberg
Herbst-Semester 2024
August – Dezember

BERLIN



INFORMATION UND ANMELDUNG

Information

☎ (030) 90296 5971/5973
✉ vhs@lichtenberg.berlin.de

Schließzeiten

■ 21.12.2024–05.01.2025

Fachliche Beratung

Ansprechpartner:innen und Kontaktdaten finden Sie auf der ersten Seite des jeweiligen Programmbereichs.

Anmeldung

Für alle Kurse und Veranstaltungen ist eine vorherige Anmeldung erforderlich. Nutzen Sie hierzu das kontaktlose Bezahlen per EC-Karte und SEPA-Lastschrift – eine Barzahlung ist nicht möglich.

mit Anmeldeformular

siehe Seite 112 und im Internet

- Per E-Mail: vhs@lichtenberg.berlin.de
- Per Fax: (030) 9028 7075
- Per Post: VHS Lichtenberg
Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin

Online-Anmeldung

Auf vhs-lichtenberg.de mit Ihrem persönlichem Benutzerkonto! Einmal angemeldet und das SEPA-Mandat für Mehrfachlastschrift erteilt und schon können Sie mehrere Kurse an allen Berliner Volkshochschulen online buchen und bezahlen – siehe auch Seite 6.

Persönliche Anmeldung

Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin · Raum 106
Dienstag + Donnerstag: 14:00–17:00 Uhr
Mittwoch: 10:00–14:00 Uhr

21.–25.10. keine persönliche Anmeldung möglich

Deutsch- und Integrationskurse

Information Deutsch

☎ (030) 90296 5982
✉ vhs.deutsch@lichtenberg.berlin.de

Anmeldung und Beratung Deutsch

Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin · Raum 211
Dienstag + Donnerstag: 14:00–17:00 Uhr

Zahlung per EC-Karte und SEPA-Lastschrift
(keine Barzahlung)

21.–25.10. keine persönliche Anmeldung möglich

Weiterbildung an der
VHS Lichtenberg
VHS-LICHTENBERG.DE



**Buchen Sie frühzeitig,
um sich einen Kursplatz zu sichern.**



VORWORT



Sehr geehrte Kursteilnehmerinnen,
sehr geehrte Kursteilnehmer,

es ist mir eine große Freude, Ihnen das Programm für das Herbstsemester 2024 vorzustellen. Wir, das Team der VHS Lichtenberg, sind stolz auf unser vielfältiges, attraktives und gleichwohl preiswertes Angebot. Sie finden Ihre VHS im modern ausgestatteten Hauptgebäude in der Paul-Junius-Str. 71, direkt am schönen Fennpfuhlpark gelegen. Die VHS ist auch präsent an circa 40 weiteren Orten im gesamten Bezirk. Sehen Sie sich gerne mal die Karte auf Seite 110 an.

Wussten Sie, dass der Verbund der Berliner Volkshochschulen jährlich mehr als 20.000 Kurse mit ca. 200.000 Teilnehmenden anbietet? Das ist vor allem auch die Leistung von fast 4.000 Kursleitenden in Berlin, für die ich mich an dieser Stelle herzlich bedanke.

Wenn Sie unsere Angebote wahrnehmen, sind Sie auch Teil einer großen Gemeinschaft. Für mich ist Weiter-Bildung ein Grundrecht und ein Lebens-Mittel, das beitragen kann, persönliche Chancen zu ergreifen und größeren Herausforderungen zu begegnen. Damit können wir alle einen Beitrag für eine nachhaltigere Entwicklung leisten – der auch noch Freude bringt! Auch deshalb befassen wir uns als VHS Lichtenberg verstärkt mit dem Thema „Nachhaltigkeit“. Sie finden diesen Ansatz wieder in unserem Angebot in den einzelnen Programmbereichen. Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) ist eines der weltweiten Nachhaltigkeitsziele und beruht auf dem Dreiklang: Wissen – Können – Wollen. Das nehmen wir auch als Institution ernst und wollen Nachhaltigkeit auf verschiedenen Ebenen wie zum Beispiel „Bewirtschaftung“ und „Kooperationen“ aufnehmen. Wir unterstützen damit auch ein zentrales Ziel des Bezirksamts, nämlich Lichtenberg zu einem klimaresilienten Bezirk zu entwickeln.

Große Ziele und weite Wege brauchen Zeit. Damit Sie (bezahlte) Zeit für Bildung haben, können Sie unsere zahlreichen Bildungszeitangebote nutzen. Alles Weitere und eine Übersicht finden Sie ab Seite 106.

Ich hoffe, Sie sind nun neugierig auf das Programm geworden, ich wünsche Ihnen viel Freude bei einem Besuch in Ihrer VHS. Schauen Sie für aktuelle Angebote bitte auf unsere Webseite www.vhslichtenberg.de oder abonnieren Sie unseren Instagram-Kanal #vhs.berlin.lichtenberg. Auf der Webseite finden Sie auch die detaillierten Beschreibungen aller Kurse und Veranstaltungen.

Seien Sie herzlich willkommen in Ihrer VHS – hier vor Ort, im Kiez oder überall online.

Thorsten Thorein
Leitung VHS Lichtenberg

Mission Verantwortung – stark für die Gemeinschaft, stark für über 20.000 Persönlichkeiten

©WGLi/Melanie Zabel

Bauingenieure/
-techniker (w/m/d)

Elektriker/
Handwerker (w/m/d)

Auszubildende
Immobilien-
kaufleute

Arbeiten bei der WGLi

Wir übernehmen Verantwortung – für Sie:

- gutes Betriebsklima und kompakter Standort
- flexible Arbeitszeiten, feste für Handwerker, Hausmeister
- 37-Stundenwoche
- 30 Tage Urlaub
- zwei tarifliche Sonderzahlungen pro Jahr
- Altersvorsorge
- Vergütung nach dem Tarifvertrag der Wohnungs- und Immobilienwirtschaft
- vielfältige Weiterbildungsmöglichkeiten
- Gesundheitsprävention, z. B. Rückenschule
- Betriebsfahrten
- Arbeitskleidung für Handwerker, Hausmeister

Wir übernehmen Verantwortung – für die Gemeinschaft:

- Wir sind mehr als 130 Persönlichkeiten, in kaufmännischen und technischen Berufen, mit dem gemeinsamen Ziel der Wohnzufriedenheit unserer Mitglieder und Mieter.
- Als mittelständisches Unternehmen kümmern wir uns um mehr 20.000 Persönlichkeiten in über 10.000 Wohnungen in Berlin-Lichtenberg.



Fotos©WGLi/Karolina Wrobel

WGLi Wohnungsgenossenschaft Lichtenberg eG

Personalbüro – Torsten Thelke

Landsberger Allee 180 B • 10369 Berlin • Bewerbungen@wgli.de

wgli.de

INHALTSVERZEICHNIS

Information und Anmeldung	U2	Fremdsprachen	
Vorwort	1	Fremdsprachenberatung	64
Team der VHS Lichtenberg	4	Sprachprüfungen– Bildungszeit	65
Kompetenzen der Kursleitungen	5	Arabisch	65
Fragen und Antworten	6	Englisch	66
Unsere Kursformate	7	Französisch	71
		Italienisch	73
		Latein	73
		Neugriechisch	74
		Polnisch	75
		Russisch	76
		Schwedisch	77
		Spanisch	77
		Koreanisch	80
		Vietnamesisch	81
Politik · Gesellschaft · Umwelt			
Politik – Gesellschaft	10		
Ökonomie – Recht – Finanzen	11		
Globales lernen – Umweltbildung – Verbraucherfragen	12		
Persönlichkeitsentwicklung – Psychologie	13		
Philosophie – Religion – Ethik	15		
Länderkunde – Heimatkunde – Stadtkultur	15		
Kunst · Kultur · Gestalten		Arbeit · Beruf · Digitales	
Literarische Praxis	19	Kursorte – Bildungszeit	84
Theaterpraxis – Kleinkunst	20	Berufliche Entwicklung und Selbstmanagement	85
Tanzpraxis	22	Konversation für Beruf und Alltag	86
Kunst- und Kulturgeschichte	24	Kommunikation	86
Malen – Zeichnen – Drucktechniken	24	Organisation und Management	87
Plastisches Gestalten	30	Fachspezifische Fortbildungen für den Berufsbereich	88
Textiles Gestalten	31	Marketing und Social Media	88
Handwerk – Kunsthandwerk	34	Digitalisierung und Technologien	90
Foto-, Film-, Audio- und sonstige Medienpraxis	35	Grafik, Bild, Video, 3D und Ton	90
Musikalische Praxis	36	Computer- und Technikgrundlagen	92
		Softwareanwendungen	93
		Betriebssysteme	94
		Webentwicklung und Design	95
Entspannung · Bewegung · Gesundheit		Grundbildung · Alltagskompetenz	
Bildungszeit	42	Alpha-Bündnis Lichtenberg	98
Augenentspannung – Sehtraining	43	Lesen, Schreiben, Rechnen	99
Entspannung	43	Kunst und Kultur	100
Fitness	44	Digitale Grundkompetenzen	100
Gymnastik	46	ER-WIN	101
Massage	47	Kunst und Kultur inklusiv	101
Pilates	48	Gesundheit Inklusiv	103
QiGong	49		
Tai Ji Quan	50	Vision – EFQM – VHS-Förderverein	105
Volleyball	50	Unsere Bildungszeit-Angebote	106
Yoga	51	AGB – Datenschutz – Widerrufsbelehrung	108
Zumba®Fitness – Latin Fitness Dance	52	Unsere Unterrichtsorte	110
Lehrküche	53	Anmeldeformular	112
		Gutschein „Bildung schenken!“ – Impressum	U3
Deutsch als Zweitsprache		Information in English	
Auswahl Deutschkurse	56	Integration courses	60
Mütter-Eltern-Kurse	57		
B1 Prüfungstraining DTZ	57		
Deutschkurse für Geflüchtete	57		
Einbürgerungstest	58		
Integrationskurse	59		
Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen	62		

TEAM DER VHS LICHTENBERG



Leitung der Volkshochschule

Thorsten Thorein

☎ (030) 90296 5970

✉ thorsten.thorein@lichtenberg.berlin.de

von links nach rechts: An Bui Thuy, Johanna Ellerbrock, Jana Rutkowski, Thorsten Thorein, Virginia Lewis (Auszubildende), Doreen Krüger, Victoria Castrillejo, Andreas Gerdt, Kerstin Drecke, Karl Pfennig, Silvelin Scheffer (Auszubildende), Andreas Pohnke, Willi Woidicke, Christian Michaelis (nicht im Bild: Franziska Bethage, Jana Bleyel, Martin Elias, Kerstin Fuhrmann, Joshua Olatunde)

E-Learning / Mediencoach

Johanna Ellerbrock

☎ (030) 90296 5974

✉ johanna.ellerbrock@lichtenberg.berlin.de

Sachbearbeitung (Deutsch)

Christian Michaelis

☎ (030) 90296 5982

✉ christian.michaelis@lichtenberg.berlin.de

Verwaltung / Service

Jana Bleyel

☎ (030) 90296 5972

✉ jana.bleyel@lichtenberg.berlin.de

Willi Woidicke

☎ (030) 90296 5986

✉ willi.woidicke@lichtenberg.berlin.de

Sachbearbeitung

Franziska Bethage

☎ (030) 90296 5971

✉ franziska.bethage@lichtenberg.berlin.de

Qualitäts- und Beschwerdemanagement

Beauftragte: Victoria Castrillejo

☎ (030) 90296 5988

✉ victoria.castrillejo@lichtenberg.berlin.de

An Bui Thuy

☎ (030) 90296 5973

✉ an.buithuy@lichtenberg.berlin.de

Gebäudemanagement

Hausmeister: Martin Elias

☎ (0177) 6466910

✉ martin.elias@lichtenberg.berlin.de

Assistent: Andreas Gerdt

Aufenthaltsqualität: Doreen Krüger

KOMPETENZEN DER KURSLEITUNGEN

Leitung Programmbereiche

Programmbereich 1

Politik · Gesellschaft · Umwelt

Jana Rutkowski

☎ (030) 90296 5968

✉ jana.rutkowski@lichtenberg.berlin.de

Programmbereich 2

Kunst · Kultur · Gestalten

Jana Rutkowski

☎ (030) 90296 5968

✉ jana.rutkowski@lichtenberg.berlin.de

Programmbereich 3

Entspannung · Bewegung · Gesundheit

Andreas Pohnke

☎ (030) 90296 5977

✉ andreas.pohnke@lichtenberg.berlin.de

Programmbereich 4

Deutsch als Fremdsprache

Karl Pfennig

☎ (030) 90296 5983

✉ karl.pfennig@lichtenberg.berlin.de

Sachgebietsleitung: N. N.

Fremdsprachen

Victoria Castrillejo

☎ (030) 90296 5988

✉ victoria.castrillejo@lichtenberg.berlin.de

Programmbereich 5

Arbeit · Beruf · EDV

Kerstin Fuhrmann

☎ (030) 90296 5975

✉ kerstin.fuhrmann@lichtenberg.berlin.de

Programmbereich 7

Grundbildung · Alphabetisierung

Kerstin Fuhrmann

☎ (030) 90296 5975

✉ kerstin.fuhrmann@lichtenberg.berlin.de

Koordinierung Alpha-Bündnis Lichtenberg /
Organisatorisch-pädagogische Mitarbeit:

Kerstin Drecke

☎ (030) 90296 5967

✉ kerstin.drecke@lichtenberg.berlin.de

Die Margarete-Steffin-Volkshochschule Lichtenberg setzt auf hochqualifizierte Kursleitende mit Fachkompetenz und Erfahrung, die sich stets weiterbilden. Neben fachlicher Expertise verfügen sie auch über methodisch-didaktische, soziale, kommunikative und interkulturelle Kompetenzen, um einen Teilnehmer:innen-orientierten Unterricht mit Methodenvielfalt und motivierender Lernatmosphäre zu gewährleisten. Die Kursleitenden sind der Schlüssel zum Erfolg der Bildungsarbeit und werden durch interne Weiterbildungsangebote und kontinuierliche Unterstützung gefördert. Das Team besteht aus engagierten und qualifizierten Personen, die die Bedürfnisse und Erwartungen der Kursteilnehmer:innen erfüllen möchten.

Lernen Sie unsere Kursleitungen kennen!

vhs.link/t6HXCb



Möchten Sie selbst Kurse anleiten?

Wir suchen aktuell nach motivierten Kursleitenden, die Freude daran haben, ihr Wissen und ihre Fähigkeiten an andere weiterzugeben.

Sie haben einen Hochschulabschluss oder einen gleichwertigen Abschluss sowie Erfahrung in der Erwachsenenbildung?

Dann laden wir Sie herzlich ein, sich bei uns zu bewerben und Ihre Ideen bei uns umzusetzen.

Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen!

vhs.link/dozentengesucht



Erfahren Sie, wie Ihr Kurs vom Einsatz der vhs.cloud profitieren kann!
vhs.cloud-Zugang erforderlich
vhs.link/F3dYrb



FRAGEN UND ANTWORTEN

Wer kann an Veranstaltungen der Volkshochschule teilnehmen?

Sie können Volkshochschulveranstaltungen besuchen, wenn Sie das 16. Lebensjahr vollendet haben, unabhängig von Vorbildung und Beruf. Bitte individuelle Voraussetzungen in den Kursbeschreibungen beachten.

Wie kann ich bezahlen?

- Mit einem SEPA-Mandat erteilen Sie uns bei der schriftlichen Anmeldung für einen Kurs / eine Veranstaltung die Genehmigung, das Kursentgelt per Lastschrift von Ihrem Konto abzubuchen. Sie erhalten dann von uns die Anmeldebestätigung per Post (außer für Deutschkurse).
- Mit Ihrer EC-Karte. Diese Möglichkeit besteht nur vor Ort in der Volkshochschule in der Paul-Junius-Str. 71.
- Grundsätzlich sind keine Barzahlungen in der VHS möglich.

Wer bekommt eine Ermäßigung des Entgelts?

Empfängerinnen und Empfänger der unten aufgeführten Leistungen sowie die Mitglieder der Bedarfsgemeinschaft eines Leistungsempfängers oder einer Leistungsempfängerin zahlen ein ermäßigtes Entgelt, wenn bei Anmeldung ein entsprechender Nachweis vorgelegt wird.

Hierzu gehören Nachweise über den Bezug von:

- Sozialhilfe
- Grundsicherung
- Arbeitslosengeld II und Sozialgeld
- Arbeitslosengeld I
- Wohngeld
- Kinderzuschlag
- Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz

Ermäßigungen erhalten auch:

- Schülerinnen und Schüler
- Studierende in Vollzeit
- Auszubildende
- Wehr- und Bundesfreiwilligendienstleistende
- BerlinPass-Inhaberinnen und -Inhaber
- Schulabgänger:innen ohne Ausbildungs- oder Arbeitsplatz bis zur Aufnahme der weiteren Ausbildung (längstens bis 12 Monate nach Abschluss der Schule)
- Inhaberinnen und Inhaber einer Ehrenamtskarte

- Eine nachträgliche Ermäßigung bei erfolgter Bezahlung ist nicht möglich. Bereits ermäßigte Kursentgelte können nicht nochmals ermäßigt werden. Die Verwaltungskostenpauschale wird nicht ermäßigt.
- Für Deutschkurse ist das Entgelt bereits ermäßigt. Hier sind keine weiteren Ermäßigungen möglich.

Kann ich auch ohne vorherige Anmeldung direkt zum Kursbeginn in die VHS kommen und teilnehmen?

Nein. Sie müssen sich vor Kursbeginn verbindlich angemeldet haben. Der Besuch eines Kurses ohne vorherige Anmeldung ist nicht möglich.

In der Regel wird eine Woche vor Kursbeginn entschieden, ob genügend Anmeldungen vorliegen und der Kurs stattfinden kann. In Einzelfällen kann es wegen zu geringer Anmeldezahlen zu Kursabsagen kommen.

Kann ich mich noch für einen Kurs anmelden, wenn dieser schon begonnen hat?

Ja, das ist für einige Kurse möglich, sofern noch freie Plätze vorhanden sind. Hierzu sprechen Sie bitte direkt die zuständige Programmbereichsleitung an.

Ich möchte einen Bildungszeit-Kurs an der VHS besuchen. Was muss ich tun?

Bildungszeit kann von allen Arbeitnehmer:innen frei gewählt werden für Veranstaltungen, die der politischen und/oder beruflichen Weiterbildung dienen. Die Bildungsveranstaltungen der Berliner Volkshochschulen gelten nach §10 Berliner Bildungszeitgesetz als anerkannt. Die Inanspruchnahme und der Zeitpunkt der Bildungszeit sind der Arbeitgeberin oder dem Arbeitgeber spätestens 6 Wochen vor Kursbeginn mitzuteilen.

Auf Wunsch fertigt die Volkshochschule dafür unentgeltlich eine Bescheinigung auf Anerkennung der Bildungszeit-Veranstaltung zur Vorlage beim Arbeitgebenden an. Bildungszeit kann die Arbeitgeberin oder der Arbeitgeber nur unter Angabe zwingender betrieblicher Gründe ablehnen.

Unter berlin.de/vhs/themen/bildungsurlaub finden Sie alle Bildungszeit-Kurse der Berliner Volkshochschulen.

UNSERE KURSFORMATE

Ich kann den gebuchten Kurs nicht wahrnehmen. Bekomme ich mein Geld zurück?

Bei Kündigungen bis 14 Tage vor Kursbeginn behalten wir eine Stornogebühr von 6,00 € ein. Bei kurzfristigeren Kündigungen vor Kursbeginn behalten wir 12,00 € ein. Wenn der Kurs bereits begonnen hat, gibt es keinen Anspruch auf Erstattung.

Bei Fernabsatzgeschäften (Anmeldung online oder schriftlich) können Sie binnen 14 Tagen den Vertrag widerrufen (siehe Seite 109) und bekommen das Kursentgelt voll bzw. anteilig zurückgezahlt.

Weitere Details siehe AGB auf Seite 108.

Der Kurs, für den ich mich angemeldet habe, fällt aus. Was passiert dann?

Wenn ein Kurs ausfällt, werden Sie von uns benachrichtigt und erhalten Ihr Entgelt per Überweisung zurück. Dafür benötigen wir Ihre Konto-Verbindung. Aus buchungstechnischen Gründen bitten wir Sie, nicht der Abbuchung der Kursgebühr zu widersprechen, sondern die Rücküberweisung abzuwarten.

Wie bekomme ich eine Teilnahmebescheinigung?

Voraussetzung ist, dass Sie mindestens 70 % der Kurszeit anwesend waren. Die Teilnahmebescheinigung wird auf Ihren Wunsch hin ausgestellt. Sie ist kostenfrei bis zu einem Jahr nach Kursende. Danach können Sie die Bescheinigung gegen eine Verwaltungsgebühr von 10,00 € erhalten.

Ist die VHS barrierefrei?

Der Hauptstandort Paul-Junius-Str. 71 und die Fritz-Reuter-Schule in der Prendener Straße 29 sind barrierefrei, die anderen Unterrichtsorte nur teilweise. Bitte informieren Sie sich vor Kursbeginn und teilen Sie uns mit, wenn Sie besondere Hilfe und Unterstützung benötigen.

Mit dem Angebot verschiedener Lernformate gehen wir auf aktuelle Ansprüche an einen zeitgemäßen Unterricht ein.

Präsenzkurs

Unsere Kurse finden, wenn nicht anders ausgeschrieben, in Präsenzform statt – das heißt vor Ort in der Volkshochschule oder an einem anderen Lernort (siehe Kursbeschreibung). Im Unterricht werden vielfältige Methoden und praktische Übungen umgesetzt. Detaillierte Informationen zur Umsetzung eines spezifischen Präsenzkurses entnehmen Sie bitte der jeweiligen Kursbeschreibung.

Präsenzkurs mit Online-Option

Diese Kurse werden vorzugsweise im Präsenzunterricht durchgeführt. Ist eine Durchführung der Präsenztermine nicht möglich, kann in den digitalen Kursraum gewechselt werden. Für die Online-Durchführung nutzen wir die Lernplattform vhs.cloud sowie das Videokonferenzsystem BigBlueButton.

Online

Der Unterricht wird digital durchgeführt und kann synchrone (live per Videokonferenz) als auch asynchrone (z. B. Selbstlernzeiten) Phasen beinhalten. In der Regel werden die Kurse über die Lernplattform vhs.cloud durchgeführt. Hierin sind die Videokonferenzfunktionen BigBlueButton und Zoom integriert. Nähere Informationen zur genauen Umsetzung der einzelnen Kurse können Sie den detaillierten Kursbeschreibungen auf unserer Webseite entnehmen.

Teilnahme an Online-Kursen in der vhs.cloud

Für die Teilnahme an einem Online-Kurs in der vhs.cloud benötigen Sie einen Computer mit stabiler Internetverbindung, Kopfhörer und Mikrofon (Headset) sowie eine Webcam. Zudem ist ein aktueller Internetbrowser wie Edge, Mozilla oder Chrome und ein kostenloses Benutzerkonto auf unserer Lernplattform vhs.cloud erforderlich:

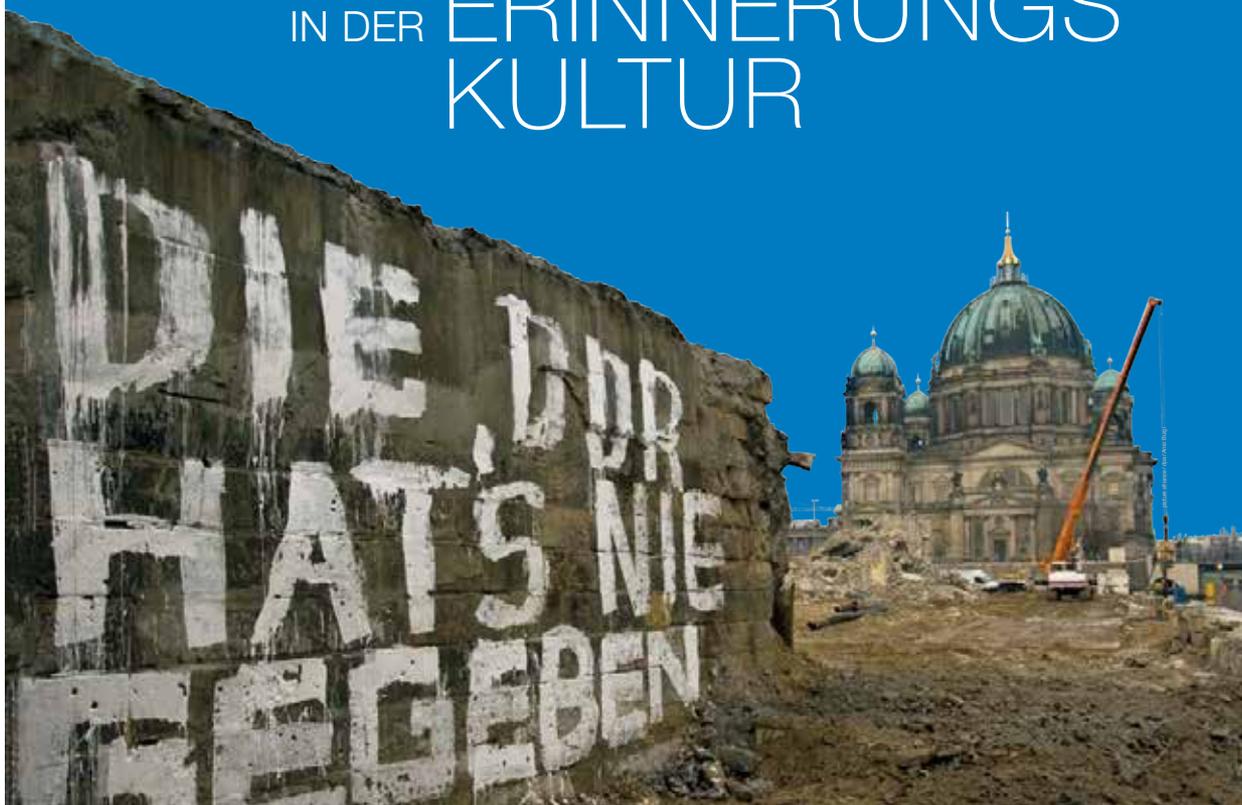
1. Besuchen Sie www.vhs.cloud und registrieren Sie sich dort kostenlos als Kursteilnehmer:in.
2. Nach erfolgreicher Anmeldung zum Kurs erhalten Sie einen Kurscode für die vhs.cloud. Mit diesem Code können Sie Ihrem Kurs beitreten.
3. Am Kurstag können Sie über Ihr Benutzerkonto in der vhs.cloud an der Videokonferenz via BigBlueButton oder Zoom teilnehmen.

Eine Ausstellung
der Bundesstiftung
zur Aufarbeitung
der SED-Diktatur
von Ulrich Mählert
und Stefan Wolle

BUNDESSTIFTUNG
AUFARBEITUNG 

AUFARBEITUNG

DIE DDR
IN DER ERINNERUNGS
KULTUR



Volkshochschule Lichtenberg · 04.09.2023–31.12.2024

Die Ausstellung „Aufarbeitung. Die DDR in der Erinnerungskultur“ erzählt vom Umgang mit der Geschichte der SED-Diktatur und der deutschen Teilung bis 1989. Ihre Autoren sind Dr. Stefan Wolle, wissenschaftlicher Direktor des DDR-Museums Berlin, und Dr. Ulrich Mählert von der Bundesstiftung zur Aufarbeitung der SED-Diktatur, die die Ausstellung herausgegeben hat.

20 Tafeln präsentieren prägnante Texte, 110 Fotos, Faksimiles, Statistiken und Karikaturen. QR-Codes verlinken auf audiovisuelle Materialien im Internet. Die Ausstellung ist ein Beitrag der Bundesstiftung zum Erinnerungsjahr 2024. Im kommenden Jahr werden sich die doppelte deutsche Staatsgründung zum 75. Mal und die Friedliche Revolution zum 35. Mal jähren.

**Paul-Junius-Str. 71
10369 Berlin
1. OG
Mo–Fr, von 10:00–20:00 Uhr
Eintritt frei**

-
- 10 Politik – Gesellschaft
 - 11 Ökonomie – Recht – Finanzen
 - 12 Globales lernen – Umweltbildung – Verbraucherfragen
 - 13 Persönlichkeitsentwicklung – Psychologie
 - 15 Philosophie – Religion – Ethik
 - 15 Länderkunde – Heimatkunde – Stadtkultur
-

1

POLITIK GESELLSCHAFT UMWELT

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG

Jana Rutkowski

☎ (030) 90296 5968

✉ jana.rutkowski@lichtenberg.berlin.de

Fachliche Beratung nach Vereinbarung



Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens.

Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt, sondern allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden. Das Programmangebot des Programmbereichs „Politik – Gesellschaft – Umwelt“ ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen.

Wichtiger Bestandteil ist hierbei auch die „Bildung für nachhaltige Entwicklung“, die Menschen befähigt, den ökologischen, ökonomischen und sozialen Herausforderungen der Gegenwart und Zukunft durch verantwortungsbewusstes Handeln zu begegnen. Einen Beitrag hierzu leisten praxisorientierte Angebote, unter anderem zu Natur und Umwelt, nachhaltigem Konsum und Finanzbildung.

POLITIK – GESELLSCHAFT

Das Stasi-Unterlagen-Archiv in Lichtenberg

Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem Bundesarchiv

Die Veranstaltung führt über das historische Gelände der Stasi-Zentrale und zu fußläufigen Orten im Bezirk Lichtenberg. Anhand von ausgewählten Archivalien erfahren Teilnehmende mehr über die Methoden und Liegenschaften der Staatssicherheit sowie die aktuelle Arbeit des Stasi-Unterlagen-Archivs auf dem heutigen „Campus für Demokratie“ und lernen diesen besonderen Aspekt der Stadtgeschichte besser kennen.

Stasi-Unterlagen-Archiv 3,00 €
18.09.24 · Mi, 15:30–18:00 Uhr 3 UE
Campus für Demokratie – Stasi-Unterlagen-Archiv,
Normannenstraße 21a, Haus 7 5–10 TN
Li1.01-003H

Die letzten Tage des Ministeriums für Staatssicherheit

Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem Bundesarchiv

Am historischen Ort werden die wichtigsten Stationen der damaligen Entwicklungen nachvollzogen. In der Dauerausstellung und den Magazinräumen erfahren Teilnehmende

mehr über die belastenden Akteninhalte, die Rekonstruktion vorvernickelter Unterlagen und die großen Herausforderungen bei der Bestandserhaltung.

Stasi-Unterlagen-Archiv 3,00 €
13.11.24 · Mi, 16:00–18:00 Uhr 3 UE
Campus für Demokratie – Stasi-Unterlagen-Archiv,
Normannenstraße 21a, Haus 7 5–10 TN
Li1.01-004H

Zwischen Verhör und Isolation – Politische Haft in der DDR

Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Gedenkstätte Berlin-Hohenschönhausen

Die Verfolgung und Inhaftierung politischer Gegnerinnen und Gegner der DDR stehen im Mittelpunkt dieses Seminars an der Gedenkstätte Berlin-Hohenschönhausen. Tausende Bürgerinnen und Bürger waren im zentralen Untersuchungsgefängnis des Ministeriums für Staatssicherheit inhaftiert und sahen sich psychischem Druck, aber auch körperlicher Gewalt ausgesetzt. Nach einem Überblicksvortrag zum ehemaligen Haftort begehen die Teilnehmenden mit einem Zeitzeugen das ehemalige Gefängnis. Im Anschluss findet eine Gesprächsrunde statt, die den politischen Widerstand, die staatliche Verfolgung und die Haftverfahren in der DDR beleuchten.

Gedenkstätte Hohenschönhausen 3,00 €
16.11.24 · Sa, 10:00–13:00 Uhr 4 UE
Gedenkstätte Hohenschönhausen, Genslerstraße 66,
(1. OG Verwaltungsgebäude) 6–10 TN
Li1.01-006H

ÖKONOMIE – RECHT – FINANZEN

Besteuerung von Renten, Altersbezügen und Kapitalanlagen, Immobilien

Die Veranstaltung ist ein kleiner Wegweiser durch die Besteuerung von Kapitalerträgen, Renten, Vermietungseinkünften.

Steffen Feiereis **8,10 €**
14.11.24 · Do, 18:00–20:30 Uhr **3 UE**
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **8–10 TN**
Li1.03-005H

Patientenverfügungen, Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen

ONLINE

Welche Möglichkeiten der Vorsorge gibt es und wie sorge ich für den Ernstfall richtig vor? Was ist beim Verfassen dieser Verfügungen und Vollmachten zu beachten und wo lauern Probleme und Stolpersteine? Die Kursleiterin ist Volljuristin und Expertin für Medizin- und Gesundheitsrecht. Den Link zum Kurs finden Sie in der Anmeldebestätigung.

Christiane Rock **7,50 €**
09.11.24 · Sa, 13:00–15:15 Uhr **3 UE**
VHS Lichtenberg online **6–10 TN**
online · Li1.03-008H

Wie gestalte ich mein Testament? ONLINE

In Kooperation mit: **IB-Stiftung & Fachanwalt für Erbrecht**

Was bleibt? Mit dieser Frage beschäftigt sich niemand gerne. Und doch ist Vorsorge eine wichtige Unterstützung für Familie und Freunde. Das Testament spielt dabei eine zentrale Rolle. Wie Sie Ihr Testament verfassen, was Sie dabei beachten müssen und wo Sie Unterstützung finden, möchten wir mit Ihnen in diesem Kurs besprechen.

Die gemeinnützige IB-Stiftung und ein Fachanwalt werden Sie inhaltlich durch den Online-Vortrag führen. Es wird Zeit und Raum geben, Ihre offenen Fragen zu besprechen.

Den Link zum Kurs finden Sie in der Anmeldebestätigung.

IB-Stiftung & Fachanwältin **entgeltfrei**
30.10.24 · Mi, 18:00–19:30 Uhr **2 UE**
VHS Lichtenberg online **6–12 TN**
online · Li1.03-010H

Wie gestalte ich mein behinderten-gerechtes Testament? ONLINE

In Kooperation mit: **IB-Stiftung & Fachanwältin für Erbrecht**

Worauf Sie beim Testament achten sollten und wie Sie es so gestalten können, dass Ihr Vermögen erhalten bleibt und dazu beiträgt, das Leben Ihres Kindes mit Behinderung abzusichern, erfahren Sie an diesem Abend.

Die gemeinnützige IB-Stiftung und Ruth Mundanjoht, Fachanwältin für Erbrecht, führen durch diesen Online-Vortrag. Es wird ausreichend Raum für Ihre Fragen geben. Den Link zum Kurs finden Sie in der Anmeldebestätigung.

IB-Stiftung & Fachanwältin **entgeltfrei**
26.11.24 · Di, 18:00–19:30 Uhr **2 UE**
VHS Lichtenberg online **6–12 TN**
NEU · online · Li1.03-011H

Das Einmaleins der nachhaltigen Geldanlage ONLINE

Wer im Alltag Wert auf Nachhaltigkeit und Klimaschutz legt, kann dies mittlerweile auch im Finanzbereich umsetzen. Denn es gibt bereits ein breites Angebot an nachhaltigen Geldanlagen und Finanzdienstleistungen. Der Online-Vortrag bietet einen Einstieg in das Thema.

Die Referentin Gesa Vögele ist Diplom-Volkswirtin und ausgebildete Fachredakteurin. 2004 hat sie sich erstmals intensiv mit Fragen der sozialverantwortlichen Geldanlage auseinandergesetzt. Seit 2010 arbeitet sie in verschiedenen Rollen zum Thema Sustainable Finance.

Den Link zum Kurs finden Sie in der Anmeldebestätigung.

Gesa Vögele **8,10 €**
19.09.24 · Do, 18:00–20:15 Uhr **3 UE**
VHS Lichtenberg online **8–10 TN**
online · Li1.03-020H

Nachhaltig anlegen mit ETF – geht das? ONLINE

Exchange Traded Funds (ETF) liegen im Trend und werden gerne aus Kostengründen empfohlen. Doch sind ETF auch etwas für Menschen, denen Nachhaltigkeit und Klimaschutz am Herzen liegen?

Den Online-Vortrag runden Hinweise auf weiterführende Informationen und Literatur ab. Bitte beachten Sie: Bei dem Vortrag handelt es sich um eine Bildungsveranstaltung, nicht um eine Finanzberatung.

Den Link zum Kurs finden Sie in der Anmeldebestätigung.

Gesa Vögele **8,10 €**
17.10.24 · Do, 18:00–20:15 Uhr **3 UE**
VHS Lichtenberg online **8–10 TN**
online · Li1.03-021H

Nachhaltige ETF und Fonds finden und bewerten (Workshop) ONLINE

Neben Grundlagen zu (nachhaltigen) Fonds und ETF lernen die Teilnehmenden in dem Online-Workshop unter anderem Vor- und Nachteile bestehender Webportale kennen, welche Siegel für nachhaltige Fonds in Deutschland wichtig sind und was erste Schritte zum nachhaltigen Investment sein können. Bitte beachten Sie: Bei dem Workshop handelt es sich um eine Bildungsveranstaltung, nicht um eine Finanzberatung. Den Link zum Kurs finden Sie in der Anmeldebestätigung.

Gesa Vögele **9,80 €**
30.11.24 · Sa, 10:00–13:00 Uhr **4 UE**
VHS Lichtenberg online **8–10 TN**
online · Li1.03-022H

Globales Lernen – Umweltbildung – Verbraucherfragen

Digitalisierung in Europa: Geschichte, Gegenwart, Zukunft ONLINE

In dieser Online-Veranstaltung sehen wir uns „die Digitalisierung“ einmal näher an. Wir fangen an mit einer begrifflichen Einführung – was bedeutet Digitalisierung überhaupt? Im Anschluss wollen wir die Debatten rund um Digitalisierung besser verstehen. Dafür zoomen wir rein in die Geschichte, Akteur:innen und aktuelle politische Themen der Digitalisierung. Zum Schluss werfen wir einen Blick in die Zukunft: Wie wird „das mit der Digitalisierung“ zukünftig weitergehen, und welche Rolle können Deutschland und Europa in der Digitalisierung einnehmen? Da der Vortrag einführend ist, braucht es keinerlei Vorwissen, um gut teilnehmen zu können. Die Veranstaltung lädt zum Nachfragen und Diskutieren ein. Den Link zum Kurs finden Sie in der Anmeldebestätigung.

Pauline Kussmann **entgeltfrei**
12.10.24 · Sa, 10:00–13:00 Uhr **4 UE**
VHS Lichtenberg online **6–20 TN**
NEU · online · Li1.04-010H

Auf, auf, ihr Wandersleut – Dörferwanderung durch den grünen Nordosten Berlins

In Kooperation mit dem Naturschutz Berlin-Malchow

Der erfahrene Wanderleiter Bernd Neuschulz begleitet Sie 16 km lang durch die drei geschichtsträchtigen Dörfer Falkenberg, Wartenberg und Malchow. Dort erwarten Sie die Überreste von Feldsteinkirchen, Rinderherden, ein Lehmofen sowie ein Flakbunker. Die Wanderung führt entlang des Malchower Sees über den Barnim bis hin nach Falkenberg (Nähe Tram-Haltestelle). Treffpunkt: Tram-Haltestelle Zingster Str., 13051 Berlin Kontakt für konkrete Fragen zur Wanderung ist Bernd Neuschulz: Tel. 0176 50453728, berndneuschulz@gmail.com

Bernd Neuschulz **entgeltfrei**
05.10.24 · Sa, 09:30–15:00 Uhr **6 UE**
Ort siehe Text **6–25 TN**
Li1.04-011H

Fledermausquartiere an Gebäuden finden, schützen und optimieren ONLINE

In Kooperation mit dem Naturschutz Berlin-Malchow

Experte und Umweltgutachter Florian Gloza-Rausch erzählt in seinem Online-Vortrag Wissenswertes zum Thema Fledermausquartiere. Er klärt auf, wie es möglich ist, Fledermäusen im menschlichen Siedlungsraum künstliche Versteckmöglichkeiten anzubieten und so das Angebot an Quartieren zu erhöhen. Den Link zum Online-Vortrag erhalten Sie ca. 2 Tage vor der Veranstaltung per E-Mail.

Florian Gloza-Rausch **entgeltfrei**
19.11.24 · Di, 18:00–19:30 Uhr **2 UE**
VHS Lichtenberg online **6–25 TN**
NEU · online · Li1.04-012H

Winterpilze im Liepnitzwald suchen und kennenlernen

In Kooperation mit dem Naturschutz Berlin-Malchow

Pilz-Sachverständiger Mario Gohmert nimmt Sie mit auf Pilzsuche und eine gemächliche Rundtour durch den Liepnitzwald (bei Wandlitz, ca. 4 km). Mit seinem ehrwürdigen Buchenbestand gibt es dort gute Chancen verschieden Arten zu finden – und das im Winter. Bitte bringen Sie ein Messer und einen Korb mit. Auf wettergerechte Kleidung und Schuhwerk ist zu achten. Treffpunkt: Parkplatz Zweijahreszeiten, B273 50, 16348 Wandlitz (Ca. 20–30 min. Fußweg vom S-Bahnhof Wandlitz)

Mario Gohmert **entgeltfrei**
07.12.24 · Sa, 10:00–13:00 Uhr **4 UE**
Ort siehe Text **6–20 TN**
NEU · Li1.04-013H

Spaziergangsreihe Stadtnatur: Alleen-Spaziergang um den Orankesee

In Kooperation mit dem Umweltbüro Lichtenberg

Alleen sind wichtige Lebensräume für Tiere, sie filtern Schadstoffe und Abgase aus der Luft und beeinflussen das Mikroklima der Großstadt positiv. Das Umweltbüro Lichtenberg berichtet gern über die Besonderheiten von Alleen und führt Sie zu ausgewählten Baumreihen des Bezirkes. Der Spaziergang hat eine Länge von ca 3 km. Das Tempo wird an die Teilnehmenden angepasst. Start: TRAM-Haltestelle Simon-Bolivar-Str., stadtauswärts

Umweltbüro Lichtenberg **entgeltfrei**
01.11.24 · Fr, 14:00–16:00 Uhr **2 UE**
Ort siehe Text **4–20 TN**
NEU · Li1.04-020H

Fermentieren und Haltbarmachen

Lernen Sie in diesem Workshop, wie Sie Lebensmittel gesund und lecker haltbar machen. Die Materialkosten in Höhe von 5,00 € pro Person für Infomaterial und Lebensmittelzukaufe sind vor Ort in bar bei der Kursleiterin zu begleichen. Bitte mitbringen: zwei große und einige kleine Schraubgläser, ein großes Messer, Schürze, Schreibzeug für Rezepte und Spaß am Schnippeln und Rühren.

Catrin Bechmer **18,50 € · erm. 11,50 €**
26.10.24 · Sa, 12:00–16:00 Uhr **5 UE**
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **5–8 TN**
Li1.04-030H

Catrin Bechmer **18,50 € · erm. 11,50 €**
27.10.24 · So, 11:00–15:00 Uhr **5 UE**
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **5–8 TN**
Li1.04-031H

Pilzkunde und systematische Pilzbestimmung

Sie üben die Pilzbestimmung mit Frischpilzen anhand von Merkmalen und verschiedenen Bauplänen der Pilze. Sie erhalten Tipps zum verantwortungsbewussten Sammeln, Aufbereiten und Zubereiten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Im Kurs wird auch das Außengelände der VHS erkundet, um Boden- und Zeigerpflanzen kennenzulernen. Bitte beachten Sie, dass dieser Kurs keine Exkursion zum Sammeln von Pilzen ist, sondern eine theoretische Einführung ins Thema.

Tamara Pilz-Hunter 15,40 € · erm. 9,80 €
01.10.24 · Di, 17:30–20:30 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
NEU · Li1.04-040H

Berlin, deine Pilze: Speisepilze in der Stadt finden

In diesem Kurs lernen Sie etwas über die verschiedenen Pilze und deren Standorte, die Baupläne und Merkmale der Pilze und die Grundlagen zur systematischen Pilzbestimmung anhand von Frischpilzen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Im Kurs wird auch das Außengelände der VHS erkundet, um Boden- und Zeigerpflanzen kennenzulernen. Bitte beachten Sie, dass dieser Kurs keine Exkursion zum Sammeln von Pilzen ist, sondern eine theoretische Einführung ins Thema.

Tamara Pilz-Hunter 15,40 € · erm. 9,80 €
15.10.24 · Di, 17:30–20:30 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
NEU · Li1.04-041H

Pilze kultivieren: Speise- und Heilpilze selber anbauen

In diesem Kurs lernen Sie Pilze mit einfachen Mitteln zu Hause oder im Garten anzubauen. Sie werden auch selbst eine Körnerbrut und eine Pilzkultur herstellen, die Sie dann auch nach Hause mitnehmen können, um die Fruchtkörper zu ernten. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bringen Sie gerne etwas zum Schreiben mit, um sich eigene Notizen zu machen. Sie erhalten auch eine Anleitung in schriftlicher Form für zu Hause. Materialkosten von 10,00 € sind bei der Kursleitung zu begleichen.

Tamara Pilz-Hunter 21,60 € · erm. 13,20 €
02.11.24 · Sa, 10:30–15:15 Uhr 6 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
NEU · Li1.04-043H

Der Wald und unsere Umwelt

Dieser Kurs gibt Ihnen einen Einblick in die Bedeutung des Waldes und der Umwelt für uns Menschen. Er vermittelt die Verbindung zur Natur, was uns Wälder, Parks und Naturschutzgebiete geben und was wir für ihren Schutz tun können und sollten. Es sind hierfür keinerlei Vorkenntnisse erforderlich und Ihre Fragen sind willkommen.

Tamara Pilz-Hunter 15,40 € · erm. 9,80 €
12.11.24 · Di, 17:30–20:30 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
NEU · Li1.04-042H

PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG – PSYCHOLOGIE

Gewohnheiten erfolgreich ändern

In diesem Kurs erfahren Sie, warum es schwer, aber nicht unmöglich ist, signifikante Verbesserungen in Ihrem Leben zu etablieren und wie Sie die Ursachen Ihrer Verhaltensmuster identifizieren und sie besser verstehen können.

Lernen Sie, wie Sie positive Gewohnheiten aufbauen und schlechte Gewohnheiten loswerden können und wie Sie Ihre Umgebung gestalten sollten, damit die Umsetzung auch klappt. Sie erlernen außerdem die besten Strategien, um nachhaltig Erfolge zu erzielen.

Kursleiterin Daniela Slezak ist Ordnungskoach, zertifizierte KonMari Consultant und Psychologische Beraterin.

Daniela Slezak 27,80 € · erm. 16,60 €
07.09.24 · Sa, 10:00–16:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li1.06-010H

Endlich Ordnung auf dem Schreibtisch und im Büro

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie Ihren Arbeitsplatz und Ihre Arbeitsroutine organisieren können, um eine produktive Umgebung zu schaffen.

Lernen Sie, warum Unordnung und Durcheinander die Fähigkeit beeinträchtigen kann, sich zu konzentrieren und Entscheidungen zu treffen und welche Systeme und Methoden Ihnen dabei helfen, Ihre Dinge pünktlich zu erledigen.

Daniela Slezak 27,80 € · erm. 16,60 €
12.10.24 · Sa, 10:00–16:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li1.06-011H

Die Kunst der Priorisierung: Mit klarem Fokus zu mehr Gelingen in allen Lebensbereichen

Prioritäten setzen in Alltag und Beruf

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie Ihre Prioritäten, aber auch Störungen identifizieren; warum Sie durch Fokus und Konzentration schnellere Erfolge erzielen; welche Tools und Techniken Ihnen helfen, Ihre Konzentration und Fokus zu verbessern und wie Sie Überforderung vermeiden und eine positive Einstellung zu Ihren Aufgaben entwickeln können.

Daniela Slezak 27,80 € · erm. 16,60 €
02.11.24 · Sa, 10:00–16:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li1.06-012H

Nachhaltig aufräumen mit Methode

Sie lernen, warum uns das Loslassen oft so schwerfällt, was ein Leben in Unordnung mit Zeitmangel zu tun hat, und wie Sie durch eine neue Ordnung Geld sparen und bewusster konsumieren können.

Daniela Slezak 27,80 € · erm. 16,60 €
07.12.24 · Sa, 10:00–16:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li1.06-013H

Ein lebendiges Selbst – sich wertvoll fühlen

Der Kurs möchte zu einer Auseinandersetzung mit dem eigenen Selbstwert anregen. An diesem Tag wollen wir mit kreativen Übungen, mit Methoden aus dem biografischen Coaching (u. a.) unserem Wert nachspüren und lernen, wie wir das Selbstwertgefühl stärken können. Für diesen Kurs ist keine Vorerfahrung erforderlich. Näheres über die Kursleiterin Daniela Enskat finden Sie unter: www.daniela-enskat.de.

Daniela Enskat 26,60 € · erm. 15,40 €
09.11.24 · Sa, 10:00–17:00 Uhr 8 UE
Kiezläden Potpourrie Karlshorst, Eginhardstraße 9,
Veranstaltungsraum 6–8 TN
Li1.06-015H

Sprechen ohne Angst und Lampenfieber

Fällt es Ihnen schwer im Mittelpunkt zu stehen? Oder können Sie Aufmerksamkeit von Menschen schwer aushalten? Haben Sie Angst vor Vorträgen oder vermeiden bewusst Präsentationen? In diesem Kurs lernen Sie, mit Sprechangst und Lampenfieber umzugehen. Bewährte Rhetorik-, Improvisations- und Coaching-Techniken bilden hierbei die Grundlage des Kurses.

Andreas Arnstedt 65,00 € · erm. 37,00 €
09.+10.11.24 · Sa+So, 09:00–17:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li1.06-021H

Sicher kommunizieren: Körpersprache und Rhetorik (Grundlagen)

Lernen Sie in verschiedenen Übungen, überzeugend vor anderen zu sprechen und entwickeln Sie Ihre eigene Stimme, unterstützt von einer souveränen Körpersprache. Der Kurs richtet sich an alle, die ihre rhetorischen Fähigkeiten und ihre kommunikative Ausdrucksfähigkeit erkennen, erweitern und optimieren möchten.

Andreas Arnstedt 65,00 € · erm. 37,00 €
16.+17.11.24 · Sa+So, 09:00–17:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li1.06-022H

Spontanität, Lockerheit, Schlagfertigkeit (Workshop)

Im Workshop werden verschiedene Schlagfertigkeiten- und Improvisationstechniken erprobt. Es werden hierbei theaterpädagogische und psychologische Körper-, Stimm-, und Atemübungen sowie verschiedene Entspannungsübungen einfließen.

Der Workshop eignet sich für Personen, die sich mehr Freiheit (auch in beruflichen Zusammenhängen) erarbeiten, feste Strukturen lockern oder befreier ihren Alltag gestalten wollen.

Tammy Link 34,00 € · erm. 20,00 €
28.+29.09.24 · Sa+So, 10:00–14:00 Uhr 10 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li1.06-030H

Souverän präsentieren (Workshop)

ONLINE

Ziel des Online-Workshops ist es, ein sicheres Gefühl für und Freude an Rede- und Präsentationssituationen zu vermitteln, um u. a. bei den Zuhörenden Interesse zu wecken und Aufmerksamkeit zu binden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Für Ihre Teilnahme benötigen Sie einen PC oder Laptop mit ausreichend schneller Internet-Verbindung (Smartphones sind nur eingeschränkt nutzbar) sowie die Bereitschaft zur aktiven Teilnahme mit Mikrofon und Kamera. Den Link zum Kurs erhalten Sie in der Anmeldebestätigung.

Tammy Link 34,00 € · erm. 20,00 €
12.+13.10.24 · Sa+So, 10:00–14:15 Uhr 10 UE
VHS Lichtenberg online, vhs-cloud 6–8 TN
NEU · online · Li1.06-031H

DAS WILL ICH LESEN!

Mehr Information.
Mehr Themen.
Mehr Hintergrund.
Mehr Köpfe.
Mehr Meinung.
Mehr Parlament.*

Im Internet unter
www.das-parlament.de



* Bestellen Sie unverbindlich vier kostenlose Ausgaben. Lieferung immer montags druckfrisch per Post.

Telefon 089-8585 3832
fazit-com@cover-services.de • www.das-parlament.de



Schminkschule (Workshop)

Bringen Sie Ihre natürliche Schönheit zur Geltung: An vorbereiteten Schminkplätzen lernen Sie unter Anleitung einer Visagistin, sich zu schminken. Für das verwendete Material ist ein Beitrag von 9,00 € bei der Kursleiterin zu begleichen.

Cornelia Wandel 15,40 € · erm. 9,80 €
05.09.24 · Do, 18:00–21:15 Uhr 4 UE
Studio Wandel, Invalidenstraße 16, Seminarraum 6–8 TN
Li1.06-001H

Cornelia Wandel 15,40 € · erm. 9,80 €
08.11.24 · Fr, 18:00–21:15 Uhr 4 UE
Studio Wandel, Invalidenstraße 16, Seminarraum 6–8 TN
Li1.06-002H

Farb- und Typberatung

In diesem Kurs werden wesentliche Aspekte der Farb- und Typberatung vermittelt.

Cornelia Wandel 46,40 € · erm. 26,80 €
07.+08.09.24 · Sa+So, 10:00–16:15 Uhr 14 UE
Studio Wandel, Invalidenstraße 16, Seminarraum 6–8 TN
Li1.06-005H

Cornelia Wandel 46,40 € · erm. 26,80 €
12.+13.10.24 · Sa+So, 10:00–16:15 Uhr 14 UE
Studio Wandel, Invalidenstraße 16, Seminarraum 6–8 TN
Li1.06-006H

Stilberatung

Dieser Wochenend-Workshop hilft Ihnen, Ihren individuellen Stil zu finden.
Für Unterrichtsmaterial ist ein Unkostenbeitrag von 9,00 € bei der Kursleiterin zu begleichen.

Cornelia Wandel 46,40 € · erm. 26,80 €
21.+22.09.24 · Sa+So, 10:00–16:15 Uhr 14 UE
Studio Wandel, Invalidenstraße 16, Seminarraum 6–8 TN
Li1.06-007H

PHILOSOPHIE – RELIGION – ETHIK

Weiter denken – Eine Einführung in die Philosophie

Eine Einladung zum Denken und Diskutieren

Wie kann Philosophie uns helfen, den großen Fragen des Lebens und Problemen unserer Zeit zu begegnen? Wie können wir mit philosophischen Ansätzen Dinge klarer sehen und zu einem besseren Umgang mit Mitmenschen und Umwelt finden? Und: Was ist überhaupt Philosophie, was Philosophieren? Dieser Kurs lädt zum Denken und Diskutieren ein. Dabei wird von Fragestellungen in wichtigen philosophischen Texten ausgegangen.
Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Dr. Johann Reifßer 42,60 € · erm. 22,80 €
10.09.–3.12.24 · 6x Di, 18:00–20:15 Uhr
(etwa 14-tägig) 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li1.08-006H

LÄNDERKUNDE – HEIMATKUNDE – STADTKULTUR

Tagesausflug nach Stettin/Szczecin in Polen

Stettin ist eine junge und interessante Hafenstadt in Polen mit einer vielfältigen Architektur und einer reichen Geschichte. Während der Reise werden wir Stadtspaziergänge unternehmen, historische Sehenswürdigkeiten besuchen, lokale Spezialitäten genießen und das pulsierende Zentrum erleben. Bitte Personalausweis mitbringen! Nicht-EU-Staatsangehörige beachten bitte selbstverantwortlich ihre Reisebestimmungen. Wir teilen uns Berlin-Brandenburg-Tickets. Es ist zusätzlich mit ca. 6,00–10,00 € Fahrtkosten zu rechnen plus Kosten für Verpflegung. Anmeldeschluss: 13.09.2024. Die VHS ist nicht der Reiseveranstalter.
Alle Teilnehmenden erhalten nach Anmeldeschluss noch eine E-Mail mit aktuellen Informationen, auch zum Treffpunkt.

Katharine Machnik 36,60 € · erm. 19,80 €
21.09.24 · Sa, 08:00–17:30 Uhr 12 UE
Ort siehe Text 8–10 TN
Li1.09-005H

„Als aus Dörfern Stadt geworden“ – Wege der Stadtgeschichte

Wanderung von Biesdorf nach Mahlsdorf (ca. 7 km)

Bitte festes Schuhwerk und geeignete Kleidung (an Regenschutz denken) sowie ausreichend Getränke mitbringen. Einkehrmöglichkeiten sind auf dem Weg vorhanden. Es entstehen Fahrtkosten bei Nutzung des ÖPNV: Tarifbereich B. Treffpunkt: S-Bahnhof Biesdorf (S 5), Ausgang Oberfeldstraße. Die Stadtwanderung endet am S-Bahnhof Mahlsdorf (S 5).

Frank Goyke 9,00 €
22.09.24 · So, 11:00–14:00 Uhr 4 UE
Ort siehe Text 6–15 TN
Li1.09-010H

„Berlin am Wasser“ – Stadt- und Kulturgeschichte wandernd erfahren

Herbstwanderung vom Treptower Park zur Altstadt Köpenick (ca. 12 km)

Bitte festes Schuhwerk und geeignete Kleidung (an Regenschutz denken) sowie ausreichend Getränke mitbringen. Einkehrmöglichkeiten sind auf dem Weg vorhanden. Es entstehen Fahrtkosten bei Nutzung des ÖPNV: Tarifbereich B. Treffpunkt: S-Bahnhof Treptower Park, Ausgang zum Park. Die Stadtwanderung endet am Schlossplatz Köpenick (Bus und Tram).

Frank Goyke 12,00 €
13.10.24 · So, 10:30–15:00 Uhr 6 UE
Ort siehe Text 6–15 TN
Li1.09-011H



EUROPA

Unser Jahresthema 2024 »Europa«:

Lernen Sie mit uns die Europäische Union und ihre Institutionen im Wahljahr des EU-Parlaments besser kennen. Entdecken Sie dabei das Vereinende und die vielfältige Unterschiedlichkeit.

Europa wählt

vhs Pankow | Online-Vortrag
5. Juni 2024 | 18:00 bis 19:30 Uhr
Kursnummer: Pa1003F

Europas Grüne Grenzen: Naturkundliche Fahrradtour durch die deutsch-polnische Oderaue

vhs Tempelhof-Schöneberg
22. September 2024 | 9:00 bis 18:45 Uhr
Kursnummer: TS104.750H

Europa in Zeiten der weltpolitischen Herausforderungen

vhs Reinickendorf
25. September 2024 | 19:00 bis 20:30 Uhr
Kursnummer: Re1210-H

Neues EU-Parlament und neue EU-Kommission – Wie funktioniert eigentlich die EU?

vhs Steglitz-Zehlendorf
26. September 2024 | 18:15 bis 19:45 Uhr
Kursnummer: SZ112-007

Wie steht's um Europas Klima?

vhs Friedrichshain-Kreuzberg
26. September 2024 | 16:30 bis 19:00 Uhr
Kursnummer: FK1.161

Europa nach den Wahlen – Ein Blick in die Zukunft

vhs City West
10. Oktober 2024 | 19:00 bis 20:30 Uhr
Kursnummer: CW102-110H

Zum 75. Geburtstag der NATO

vhs Spandau
10. Oktober 2024 | 18:00 bis 21:00 Uhr
Kursnummer: Sp1.011-H

Digitalisierung in Europa: Geschichte, Gegenwart und Zukunft

vhs Lichtenberg | Online-Vortrag
12. Oktober 2024 | 10:00 bis 13:00 Uhr
Kursnummer: Li1.04-010H

Europa – Herausforderungen und Chancen

vhs Mitte
4. November 2024 | 19:30 bis 21:00 Uhr
Kursnummer: Mi102-007H



-
- 19 Literarische Praxis
 - 20 Theaterpraxis – Kleinkunst
 - 22 Tanzpraxis
 - 24 Kunst- und Kulturgeschichte
 - 24 Malen – Zeichnen – Drucktechniken
 - 30 Plastisches Gestalten
 - 31 Textiles Gestalten
 - 34 Handwerk – Kunsthandwerk
 - 35 Foto-, Film-, Audio- und sonstige Medienpraxis
 - 36 Musikalische Praxis
-

2

KUNST KULTUR GESTALTEN

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG

Jana Rutkowski

☎ (030) 90296 5968

✉ jana.rutkowski@lichtenberg.berlin.de

Fachliche Beratung nach Vereinbarung



In den Angeboten der kulturellen Bildung können Sie mit den Mitteln der Kunst Ihre kreativen Kernkompetenzen erproben und weiterentwickeln. Das vielfältige Angebot an Kursen und Workshops sowie die unterschiedlichen künstlerischen Genres und Techniken sollen dazu beitragen, Kunst und Kultur sowohl sinnlich als auch intellektuell erfahrbar zu machen und den unterschiedlichen Ausdrucksmöglichkeiten individuell Raum zu geben. Die Kursleitungen werden Sie bei diesen Prozessen fachkompetent unterstützen – sie haben ein kunst- oder kulturwissenschaftliches Studium oder eine handwerkliche Ausbildung abgeschlossen und/oder sind selbst professionelle Künstler:innen.

Die kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Interessierten Zugänge zur Kultur, ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe und fördert Integration, Inklusion und Diversität. Kulturelle Bildungsangebote fördern somit auch die „Bildung für eine nachhaltige Entwicklung“.

Die Reflexion von Handlungsmöglichkeiten und das eigene (Mit-)Gestalten spielen dabei eine zentrale Rolle. Teilnehmende können unter anderem lernen, wie sie kreative und zugleich nachhaltige Lösungen umsetzen können, indem sie umweltfreundliche Materialien und ressourcenschonende Techniken kennenlernen.



LITERARISCHE PRAXIS

Gedichtwerkstatt – Die Sprache zum Klingen bringen

Dichterisches Handwerkszeug für Lyrik-Begeisterte

Die entstehenden Texte werden im Kurs besprochen und nachbearbeitet. Auch ältere eigene Gedichte können gern mitgebracht werden.

Dr. Johann Reifger 40,20 € · erm. 23,40 €
16.+17.11.24 · Sa+So, 10:00–15:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.02-001H

Liebesgeschichten schreiben ONLINE

Ein Online-Kurs für alle, die sich über ihre Texte mit anderen austauschen wollen und neue Impulse mitnehmen möchten. Den Kurscode und eine Anleitung zur Einwahl in die vhs.cloud finden Sie in der Anmeldebestätigung.

Bettina Hampf 52,60 € · erm. 30,20 €
03.+04.08.24 · Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 16 UE
VHS, vhs.cloud 6–8 TN
online · Li2.02-010H

Drehbuch schreiben

für Einsteiger:innen

In diesem Kurs geht es um das Denken und Schreiben in Bildern, Szenen und Sequenzen.

Bettina Hampf 46,40 € · erm. 26,80 €
31.08.+01.09.24 · Sa+So, 11:00–17:00 Uhr 14 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.02-011H

Kindergeschichten schreiben

Sie lernen, wie Kinder- und Jugendgeschichten aufgebaut sind und welche Figuren Kinder in welchem Alter interessieren – und Sie lernen, wie Sie diese Geschichten altersgerecht formulieren.

Bettina Hampf 52,60 € · erm. 30,20 €
09.+10.11.24 · Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.02-012H

Autobiografisches Schreiben

Im Workshop nutzen wir kreative Schreibübungen, um persönliche Erinnerungen festzuhalten, bearbeiten sie dramaturgisch und halten am Ende eine berührende Lebensgeschichte in den Händen, die nicht nur uns selbst, sondern auch anderen ein tieferes Verständnis ermöglicht.

Bettina Hampf 65,00 € · erm. 37,00 €
22.–24.11.24 · Fr, 18:00–21:00 Uhr;
Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.02-013H

Fenster zur Kunst – Schreiben in Ausstellungen

An drei Vormittagen besuchen wir ein Museum, eine Gedenkstätte und den Deutschen Dom (alle eintrittsfrei) – mit angespitzten Stiften und Schreibblöcken.
Treffpunkt am ersten Tag: vor dem Weinhaus Huth, Alte Potsdamer Straße 5.

Bettina Hampf 30,90 € · erm. 18,30 €
13.–15.09.24 · Fr–So, 11:00–13:15 Uhr 9 UE
Ort siehe Text 6–8 TN
Li2.02-014H

Werkstatt für Textarbeit ONLINE

Ein Online-Kurs für alle, die sich über ihre Texte mit anderen austauschen wollen und neue Impulse mitnehmen möchten. Den Kurscode und eine Anleitung zur Einwahl in die vhs.cloud finden Sie in der Anmeldebestätigung.

Bettina Hampf 30,90 € · erm. 18,30 €
27.09.–29.11.24 · 3x Fr, 11:00–13:15 Uhr 9 UE
VHS Lichtenberg online, vhs-cloud 6–8 TN
online · Li2.02-015H

Kreatives Schreiben

Kreatives Schreiben ist eine Methode, um mühelos ins Schreiben zu kommen und Ihre Kreativität zum Fließen zu bringen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte denken Sie daran, ausreichend Papier und einen Stift mitzubringen.

Janina Kutschan 77,40 € · erm. 43,80 €
05.09.–31.10.24 · 6x Do, 18:00–21:00 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.02-020H

Kreatives Schreiben (Workshop)

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte denken Sie daran, ausreichend Papier und einen Stift mitzubringen.

Janina Kutschan 71,20 € · erm. 40,40 €
08.–10.11.24 · Fr, 16:00–20:30 Uhr;
Sa+So, 10:00–16:30 Uhr 22 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.02-021H

Headlines, Keywords, SEO: Schreiben für Websites ONLINE

Dieser Online-Kurs richtet sich an Personen aus dem Bereich Journalismus, PR und Texten mit Grundkenntnissen, aber auch an all jene, die für ihr Unternehmen, eine Behörde oder Organisation oder ganz privat mehr über Content-Produktion und -Publikation im Web erfahren möchten. Thematische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, Grundwissen ist jedoch von Vorteil. Den Kurscode und eine Anleitung zur Einwahl in die vhs.cloud finden Sie in der Anmeldebestätigung. Die Materialien werden über die vhs.cloud zum Selbstaussdrucken zur Verfügung gestellt.

Jana Illhardt 44,32 € · erm. 25,66 €
12.+13.10.24 · Sa+So, 10:00–16:00 Uhr 13 UE
VHS Lichtenberg online, vhs-cloud 6–8 TN
online · Li2.02-030H

Literarisches Schreiben ONLINE

Sie haben bereits Erfahrung im kreativen Schreiben gesammelt und möchten als Autor:in die nächsten Schritte gehen? Dieser Kurs begleitet Sie beim Verfassen Ihrer literarischen Texte im Bereich Autobiografie, Autofiktion und Fiktion von der Idee bis zu den ersten Schritten in Richtung Veröffentlichung. Sie erhalten Feedback zu Ihren Texten, Zugang zu Schreibaufgaben und Materialien für das Selbststudium zwischen den Treffen.

Für Ihre Teilnahme benötigen Sie einen PC oder Laptop mit ausreichend schneller Internet-Verbindung (Smartphones sind nur eingeschränkt nutzbar) sowie die Bereitschaft zur aktiven Teilnahme mit Mikrofon und Kamera. Den Kurscode und eine Anleitung zur Einwahl in die vhs.cloud finden Sie in der Anmeldebestätigung.

Isabel Morgenstern 58,80 € · erm. 33,60 €
03.–24.09.24 · 4x Di, 18:00–19:40 Uhr
(+ zusätzliche Schreibbegleitung) 18 UE
VHS Lichtenberg online, vhs-cloud 5–7 TN
online · Li2.02-040H

Isabel Morgenstern 127,00 € · erm. 71,00 €
08.10.–10.12.24 · 9x Di, 18:00–19:40 Uhr
(+ zusätzliche Schreibbegleitung) 40 UE
VHS Lichtenberg online, vhs-cloud 5–7 TN
online · Li2.02-041H

THEATERPRAXIS – KLEINKUNST

Stimm- und Sprechtraining (Workshop)

Im Kurs lernen Sie, im täglichen Leben und im Beruf mühevoller und genussvoller mit Ihrer „Instrument Stimme“ umzugehen. Auch Teilnehmer:innen ohne Vorkenntnisse sind willkommen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Socken.

Susanne Jansen 40,20 € · erm. 23,40 €
21.+22.09.24 · Sa+So, 10:00–15:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.04-001H

Susanne Jansen 40,20 € · erm. 23,40 €
23.+24.11.24 · Sa+So, 10:00–15:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.04-002H

Theater-Schauspiel-Grundlagen

Ein Kurs für alle, die ihre schauspielerischen Fähigkeiten entdecken möchten, auch ohne Vorerfahrung. Bitte sportliche Kleidung mitbringen. Weitere Information zum Kursleiter: www.thomas-donndorf.jimdosite.com.

Thomas Donndorf 52,60 € · erm. 30,20 €
19.+20.10.24 · Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.04-006H

Thomas Donndorf 52,60 € · erm. 30,20 €
23.+24.11.24 · Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.04-007H

Der sprechende Körper: Klassische Vortragskunst, Schauspieltechnik und Bühnenpräsenz

für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Der Kurs wendet sich sowohl an interessierte Laien als auch an professionelle Schauspieler:innen oder Sänger:innen. Bitte ein zweites Schuhwerk (Schuhe mit Absatz, Ballettschläppchen oder Socken) mitbringen. Weitere Informationen zum Kursleiter finden Sie unter www.nilsniemann.de.

Nils Niemann 46,40 € · erm. 26,80 €
16.+17.11.24 · Sa+So, 11:00–17:00 Uhr 14 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.04-008H

Camera Acting (Grundlagen)

Erste Schritte in Schauspielführung vor der Kamera vermittelt dieser Workshop. Durch Sprach- und Körpertraining, Übungen zur Figuren- und Szenenanalyse sowie Monolog und Szenenarbeit vor laufender Kamera lernen die Teilnehmer:innen Grundlagen der Arbeit vor der Kamera kennen und umsetzen. Kursleiter ist Andreas Arnstedt, Schauspieler, Regisseur und Autor preisgekrönter Spielfilme. Mehr Informationen auch unter www.questionmark-entertainment.de.

Vorkenntnisse nicht erforderlich, Rollen werden innerhalb des Workshops erarbeitet.

Andreas Arnstedt 65,00 € · erm. 37,00 €
02.+03.11.24 · Sa+So, 09:00–17:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.04-010H

Camera Acting (Aufbaukurs)

In diesem Aufbaukurs lernen wir die verschiedenen Kameraeinstellungen kennen (totale-close up) und wie diese Einstellungen optimal genutzt werden.

Andreas Arnstedt 65,00 € · erm. 37,00 €
30.11.+01.12.24 · Sa+So, 09:00–17:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.04-011H

Improvisationstheater

für Einsteiger:innen

Sie lernen, spontan auf unvorhersehbare Situationen zu reagieren und zusammen mit Ihren Mitspieler:innen spannende Geschichten zu erzählen. Das fördert Spontaneität, Selbstsicherheit und Kooperationsfähigkeit.

Claudia Hoppe 46,40 € · erm. 26,80 €
14.+15.09.24 · Sa+So, 11:00–17:00 Uhr 14 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Li2.04-014H

Bühnenbilder gestalten: Vom Entwurf zum Modellbau

Im Kurs entwickeln wir ein Bühnenbild als künstlerische Ausdrucksform. Bitte mitbringen: Lineal, Dreieck, Zirkel, Blei- und Farbstifte, Pinsel, Farben, Papierschere, Cutter, Schuhkarton. Bringen Sie gerne auch eine Auswahl an Geschichten, Gedichten, Theaterstücken oder Büchern mit, die Sie selbst interessant finden, sowie einen Klappentext.

Katrin Wittig 52,60 € · erm. 30,20 €
05.+06.10.24 · Sa+So, 10:00–16:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–6 TN
Li2.04-018H

Puppenbau: Die Handpuppe – vom Bau bis zur Animation

In diesem Kurs bauen wir Handpuppen aus Modelliermasse und Stoff, basierend auf einer Geschichte, und besprechen verschiedene Ausdrucksformen anhand von Film- und Foto-präsentationen. Nach dem Modellieren, Bemalen und Gestalten der Puppen erwecken wir sie zum Leben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Pinsel, Schere und Acrylfarben. Materialkosten von 8,00 € p. P. sind bei der Kursleiterin zu begleichen.

Sylvia Barth 46,40 € · erm. 26,80 €
19.+20.10.24 · Sa+So, 10:00–15:30 Uhr 14 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–6 TN
Li2.04-020H

Sylvia Barth 46,40 € · erm. 26,80 €
16.+17.11.24 · Sa+So, 10:00–15:30 Uhr 14 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–6 TN
Li2.04-021H

Kreatives Handpuppenspiel

In diesem Workshop wird die Animation ausprobiert: Figuren werden erschaffen, entwickeln ihre Stimmen, Bewegungen, manchmal auch Gesang und spielen kleine Szenen. Grundlagen für jedes Spiel ist jedoch die schauspielende Person selbst. Wer Handpuppen besitzt, kann diese gerne mitbringen.

Sylvia Barth 46,40 € · erm. 26,80 €
12.+13.10.24 · Sa+So, 10:00–15:30 Uhr 14 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.04-022H

Einführung in die Pantomime/Mime

Der Kurs fördert die körperliche Ausdrucksfähigkeit durch praktische Übungen und vermittelt grundlegende Pantomime-Techniken, um Illusionen mit dem Körper zu erzeugen und kreative Szenen zu entwickeln.

Bitte mitbringen: sportliche Bekleidung und, wer möchte, gerne mehr oder weniger stilechte Pantomime-Handschuhe.

Natalie Conrad 46,40 € · erm. 26,80 €
14.+15.09.24 · Sa+So, 11:00–17:00 Uhr 14 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.04-023H

Seniorenkabarett „Die Weisetreter“

Weitere Informationen können Sie auch unter www.weisetreter.de im Internet finden.

Lina Wendel 13,00 €
05.09.–28.11.24 · 12x Do, 10:00–13:00 Uhr 48 UE
Begegnungsstätte Karlshorst,
Hönower Str. 30a, Veranstaltungsraum 8–12 TN
Li2.04-025H

Improvisationstheater am Morgen

Im Kurs verbessern Sie Ihre Schlagfertigkeit und Ihren Mut durch Improvisationstheater-spiele und -übungen, lernen, im Moment zu sein, erkunden Ihre Emotionen, spielen verschiedene Rollen und Szenen und wachsen dabei über sich hinaus. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Bequeme Kleidung wird empfohlen.

Janina Kutschan 65,00 € · erm. 37,00 €
03.09.–08.10.24 · 5x Di, 09:30–12:30 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Li2.04-040H

Improvisationstheater für pädagogische Fachkräfte

Geeignet für Teilnehmende ohne und mit geringen Vorkenntnissen.

In diesem Kurs machen wir uns Methoden aus dem Improvisationstheater für den (sozial-)pädagogischen Berufsalltag zunutze.

Janina Kutschan 52,60 € · erm. 30,20 €
02.+03.11.24 · Sa+So, 10:00–16:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
NEU · Li2.04-041H

Grundlagen des Maskenbaus

Der Kurs erfordert keinerlei Vorkenntnisse oder Kunstfertigkeit. Wir bauen expressive Masken, die auch für das Bühnenspiel genutzt werden können. So werden die Teilnehmenden eingeladen, sich eine Figur zu formen und zu schaffen, die sie gerne einmal spielen möchten. Bitte mitbringen: Arbeitskleidung, die das Gestalten mit Ton, Holzleim und Farbe gut vertragen kann. Die Materialkosten pro Person betragen 10,00 €.

Stefan Lochau 127,00 € · erm. 71,00 €
27.09.–06.10.24 · 2x Fr, 17:00–20:00 Uhr;
2x Sa+So, 10:00–16:30 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–6 TN
Li2.04-050H

TANZPRAXIS

Von Discofox bis Samba – Gesellschaftstanz für alle

Hierzu bitte paarweise anmelden und Schuhe (zum Wechseln) mit glatten Sohlen mitbringen.

Rainer Pohlentz 77,40 € · erm. 43,80 €
04.09.–04.12.24 · 12x Mi, 20:00–21:30 Uhr 24 UE
Manfred von Ardenne-Gymnasium,
Werneuchener Str. 27, Sporthalle 6–12 TN
Li2.05-010H

„Tanzen macht Spaß“ – Gesellschaftstanz

für Anfänger:innen

Hierzu bitte paarweise anmelden und Schuhe (zum Wechseln) mit glatten Sohlen mitbringen.

Rainer Pohlentz 77,40 € · erm. 43,80 €
03.09.–03.12.24 · 12x Di, 18:00–19:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Li2.05-011H

für Fortgeschrittene

Hierzu bitte paarweise anmelden und Schuhe (zum Wechseln) mit glatten Sohlen mitbringen.

Rainer Pohlentz 77,40 € · erm. 43,80 €
03.09.–03.12.24 · 12x Di, 19:45–21:15 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–18 TN
Li2.05-012H

Bachata Dominicana & Bachata Moderna

für Einsteiger:innen

Anmeldungen sind sowohl für Tanzpaare als auch für Einzelpersonen möglich. Bitte ein Paar saubere Schuhe mitbringen. Your course instructor can answer your questions in English, Italian or Spanish, if required.

Julio Maturana 77,40 € · erm. 43,80 €
25.09.–18.12.24 · 12x Mi, 18:30–20:00 Uhr 24 UE
Begegnungsstätte im Haus der Generationen,
„RoBerto“, Paul-Junius-Str. 64a 8–10 TN
Li2.05-017H

Salsa Cubana, Salsa en Línea, Bachata

für Fortgeschrittene

Anmeldungen sind sowohl für Tanzpaare als auch für Einzelpersonen möglich. Bitte ein Paar saubere Schuhe mitbringen.

Julio Maturana 77,40 € · erm. 43,80 €
25.09.–18.12.24 · 12x Mi, 20:00–21:30 Uhr 24 UE
Begegnungsstätte im Haus der Generationen,
„RoBerto“, Paul-Junius-Str. 64a 8–12 TN
Li2.05-018H

Bachata Dominicana & Bachata Moderna (Workshop)

für Fortgeschrittene

Bitte ein Paar saubere Schuhe mitbringen. Bitte nur paarweise anmelden.

Julio Maturana 27,80 € · erm. 16,60 €
23.+24.11.24 · Sa+So, 14:00–17:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–12 TN
Li2.05-019H

Tango Argentino (Workshop)

Der Workshop eignet sich sowohl für Anfänger:innen als auch für Fortgeschrittene, die ihre Sicherheit und ihr Tanzgefühl vertiefen möchten. Bitte paarweise anmelden.

Christian Tagger; 25,12 € · erm. 14,46 €
Adina Dürrwald Tallini
01.09.24 · So, 12:00–16:30 Uhr 5 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–12 TN
Li2.05-021H

Tango Argentino

Der Kurs eignet sich sowohl für Anfänger:innen als auch für Fortgeschrittene, die ihre Sicherheit und ihr Tanzgefühl vertiefen möchten.

Eine paarweise Anmeldung wird empfohlen. Es ist auch eine Anmeldung ohne Tanzpartner:in möglich, bitte wenden Sie sich hierfür vorab an die VHS, um sich beraten zu lassen.

Christian Tagger; 83,00 € · erm. 43,00 €
Adina Dürrwald Tallini
06.09.–22.11.24 · 10x Fr, 19:30–21:00 Uhr 20 UE
Grundschule am Faulen See,
Degnerstraße 71, Sporthalle 8–12 TN
Li2.05-022H

Orientalischer Tanz

für Anfänger:innen mit Vorkenntnissen und Mittelstufe

Petra Skarupke 73,80 € · erm. 40,20 €
05.09.–28.11.24 · 12x Do, 18:00–19:30 Uhr 24 UE
Selbsthilfekontaktstelle, Ahrenshooper Str. 5,
Übungsraum 6–8 TN
Li2.05-033H

Orientalischer Tanz (Workshop)

für Einsteiger:innen

Dieser Kurs ist offen für alle Tanz-Interessierten, ohne Vorkenntnisse zum Kennenlernen sowie auch als Auffrischung der Grundkenntnisse des orientalischen Tanzes.

Petra Skarupke 14,80 € · erm. 9,20 €
27.10.24 · So, 10:00–13:00 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.05-034H

Orientalischer Tanz: Vielfalt der Stile

für Anfänger:innen mit geringen Vorkenntnissen
bis Mittelstufe

Wir erlernen Schrittkombinationen und Bewegungen zur Musik und Elemente aus verschiedenen Tanzstilen. Dabei werden individueller Ausdruck und Präsenz gefördert.

Renate Petersen 77,40 € · erm. 43,80 €
04.09.–04.12.24 · 12x Mi, 18:00–19:30 Uhr 24 UE
Selbsthilfekontaktstelle, Ahrenshooper Str. 5,
Übungsraum 6–8 TN
Li2.05-038H

Orientalischer Tanz (Workshop)

für Anfänger:innen auch ohne Vorkenntnisse

Bitte bequeme Sportbekleidung und ein Tuch für die Hüften mitbringen. Wir tanzen in Socken oder mit flachen Turn- bzw. Tanzschlappchen. Bitte ausreichend Wasser zum Trinken mitbringen.

Fidi Cioponea-Schweer 12,30 € · erm. 8,10 €
31.08.+01.09.24 · Sa+So, 10:00–13:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.05-040H

Orientalischer Tanz – Mittelstufe

Wir lernen eine Choreografie mit Spielraum für unsere eigene persönliche Ausdruckskraft.

Fidi Cioponea-Schweer 89,52 € · erm. 48,46 €
20.09.–13.12.24 · 11x Fr, 18:30–20:30 Uhr 29 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.05-041H

Orientalischer Tanz: Tanz mit dem Isis-Schleier (Workshop)

für Anfänger:innen mit Vorkenntnissen und Mittelstufe

Bitte mitbringen: Isis-Schleier.

Susan Golling 14,80 € · erm. 9,20 €
26.10.24 · Sa, 11:00–14:00 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li2.05-042H

Dance Up Your Mind: Improvisation für Tanzbegeisterte (Workshop)

Der Kurs ist offen für alle Tanzinteressierten mit und ohne Vorkenntnisse. Bitte mitbringen: bequeme Trainingskleidung und Wasser.

Eva Burghardt 40,20 € · erm. 23,40 €
07.+08.09.24 · Sa+So 11:00–15:30 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Li2.05-043H

Eva Burghardt 40,20 € · erm. 23,40 €
02.+03.11.24 · Sa+So 11:00–15:30 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Li2.05-044H

Swing-Tanz: Lindyhop

für Einsteiger:innen

Im Kurs lernen Sie spielerisch die Tanzfreiheit im Blues kennen, die dann auch in den Lindyhop-Schritten wieder einfließen wird. Spaß ist garantiert. Eine Anmeldung ist auch ohne Tanzpartner:in möglich. Voraussetzung ist die Neugierde am Swing-Tanz.

Dietmar Rüttiger 65,00 € · erm. 37,00 €
20.09.–13.12.24 · 10x Fr, 20:00–21:30 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Li2.05-050H

Swing-Tanz: From Blues to Lindyhop (Workshop)

für Einsteiger:innen

Sie lernen in diesem Tanz-Workshop an einem Wochenende die Swing-routes. Wir starten mit der Mutter des Swing, dem Bluestanz und kommen über den Shuffle-Blues organisch zum Triplestep, der uns dann zum Swing-Lindyhop führt. Eine Anmeldung ist auch ohne Tanzpartner:in möglich. Voraussetzung ist die Neugierde am Swing-Tanz.

Dietmar Rüttiger 40,20 € · erm. 23,40 €
28.+29.09.24 · Sa+So, 11:00–15:30 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Li2.05-051H

Swing-Tanz: Lindyhop 6- & 8-Counts (Workshop)

Eine Anmeldung ist auch ohne Tanzpartner:in möglich. Voraussetzung für den Workshop sind Grundkenntnisse in Blues bzw. Swing-Lindyhop, z. B. durch vorherige Teilnahme am Swing-Tanz-Workshop oder Kurs für Einsteiger:innen.

Dietmar Rüttiger 40,20 € · erm. 23,40 €
26.+27.10.24 · Sa+So, 11:00–15:30 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
NEU · Li2.05-052H

KUNST- UND KULTUR- GESCHICHTE

Japanisches Wochenende: Einführung in die traditionellen japanischen Künste

Japanischer Tanz (No-Theater) – Teezeremonie – Schwertkunst

Die japanischen Künste, stark verwoben mit Geschichte, Religion und Kultur, werden als „Wege“ bezeichnet und teilen Achtsamkeit, Stille und das Streben nach innerer Mitte. Das No-Theater, die Teezeremonie und Schwertformen (Kata) haben eine jahrhundertelange Tradition, die Minimalismus, Stille und Verwurzelung in der Bewegung betont. An diesem Wochenende können Sie diese Künste kennenlernen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Socken sowie 10,00 € für die Teezeremonie, die vor Ort beim Kursleiter gezahlt werden. Der Kursleiter kann Fragen auch auf Japanisch, Englisch, Französisch beantworten. Your course instructor can answer your questions in Japanese, English and French, if required.

Matthias Stettler 52,60 € · erm. 30,20 €
21.+22.09.24 · Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Li2.06-001H

Berliner Kunstszene: Atelierbesuche und Galierundgänge

In jedem Kurs wechseln die Galerien und Künstler:innen. Details werden zu Kursbeginn bekannt gegeben. Den ersten Treffpunkt erfahren Sie vor dem Start des Kurses per E-Mail. Alle weiteren werden mit dem Kursleiter abgestimmt. Die Termine sind aus technischen Gründen auf Montag festgelegt, können aber auch – nach Absprache mit den Teilnehmenden und den Öffnungszeiten der Ateliers/Galerien – variieren. Your course instructor can answer your questions in English and Italian, if required.

Claudio Wichert 40,20 € · erm. 23,40 €
30.08.–07.10.24 · 6x 17:00–18:30 Uhr
(Freitag bzw. nach Absprache) 12 UE
Ort siehe Text 6–8 TN
Li2.06-010H

MALEN – ZEICHNEN – DRUCKTECHNIKEN

Aquarell – Experimentierfeld Farbe

für Beginnende und Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Pinsel, Aquarellschwamm, Aquarellblock, andere Materialien nach Bedarf. Die Materialien können für 15,00 € auch komplett von der Kursleiterin gestellt werden.

Ellena Olsen 65,00 € · erm. 37,00 €
25.09.–06.11.24 · 5x Mi, 18:00–21:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-001H

Malen intensiv: Flower-Power

Der Kurs ist für Beginnende und Fortgeschrittene geeignet. Künstlerische Beispiele und Blumenstillleben stehen zur Verfügung.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Pinsel, Aquarellschwamm, Aquarellblock, Acrylfarben bzw. Pastellkreiden (plus Fixativ). Die Materialien können für 15,00 € auch komplett von der Kursleiterin gestellt werden.

Ellena Olsen 49,50 € · erm. 28,50 €
28.+29.09.24 · Sa+So, 10:00–16:00 Uhr 15 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
NEU · Li2.07-002H

Malen intensiv: Auf den Spuren der Moderne – Edvard Munch

Für die Teilnahme sind Grundkenntnisse im Malen wünschenswert.

Bitte mitbringen: Acrylfarben, Pinsel, Leinwand oder Malkarton sowie Malkleidung. Die Materialien können für 15,00 € auch komplett von der Kursleiterin gestellt werden.

Ellena Olsen 49,50 € · erm. 28,50 €
23.+24.11.24 · Sa+So, 10:00–16:00 Uhr 15 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
NEU · Li2.07-003H

Malen mit Acrylfarben – experimentell

für Beginnende und Fortgeschrittene

Das Spielen und Experimentieren mit den Farben und Medien soll Beginnenden den Einstieg erleichtern und Fortgeschrittenen neue Möglichkeiten aufzeigen.

Bitte mitbringen: Malkleidung, Acrylfarben, Borstenpinsel, Aquarellblock, evtl. Malspachtel, Palette. (Materialien können für 15,00 € auch komplett gestellt werden.)

Ellena Olsen 65,00 € · erm. 37,00 €
13.11.–11.12.24 · 5x Mi, 18:00–21:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.07-004H

Malen mit Pigmenten – Leuchtstarke Farben selbst herstellen

für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: Papier (mind. A3), Mallappen, eine Schürze und eine kleine Mischpalette, falls vorhanden. Für Pigmente sind 5,00 € bei der Kursleiterin zu begleichen.

Karolin Hägele-Wegner 52,60 € · erm. 30,20 €
16.+17.11.24 · Sa+So, 10:00–16:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-009H

Aquarell- und Acrylmalerei

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Aquarellpinsel, A3-Aquarellpapier und Lappen.

Anke Rische 52,60 € · erm. 30,20 €
12.09.–24.10.24 · 6x Do, 18:30–20:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-010H

Aquarell-, Acryl- und Pastellmalerei

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: A3-Aquarellpapier, -pinsel, -farben, Wasserbehälter und Lappen.

Anke Rische 86,70 € · erm. 48,90 €
10.09.–26.11.24 · 10x Di, 13:00–15:00 Uhr 27 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-011H

Anke Rische 86,70 € · erm. 48,90 €
12.09.–05.12.24 · 10x Do, 15:45–17:45 Uhr 27 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-012H

Portrait-Zeichnen und Malen

Der Kurs ist auch geeignet für eine Mappenvorbereitung auf ein künstlerisches Studium.

Bitte mitbringen: A3-Zeichenpapier, Naturzeichenkohle, Haarspray, Lappen, Wasserbehälter und Knetradiergummi.

Die Kosten für das Modell sind im Kursentgelt enthalten.

Anke Rische 75,90 € · erm. 50,70 €
09.09.–14.10.24 · 6x Mo, 10:00–12:15 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6 TN
Li2.07-014H

Anke Rische 75,90 € · erm. 50,70 €
21.10.–25.11.24 · 6x Mo, 10:00–12:15 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-015H

Portrait, Akt, Figur – Zeichnen und Malen

Der Kurs ist auch geeignet für eine Mappenvorbereitung auf ein künstlerisches Studium. Bei Neueinsteigern sind Vorkenntnisse im Zeichnen oder im Malen erwünscht.

Bitte mitbringen: A3-Zeichenpapier, Naturzeichenkohle, Haarspray, Lappen und Knetradiergummi. Die Kosten für das Modell sind im Kursentgelt enthalten.

Anke Rische 75,90 € · erm. 50,70 €
07.11.–12.12.24 · 6x Do, 18:15–20:30 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-016H

Zeichenkurs

Dieser Kurs setzt das Programm des vorherigen Semesters fort und ist auch offen für Neueinsteiger:innen. Bitte mitbringen: A3-Zeichenpapier, Bleistift und Radiergummi.

Anke Rische 86,70 € · erm. 48,90 €
13.09.–06.12.24 · 10x Fr, 11:00–13:00 Uhr 27 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-017H

Pastellmalerei

Unter Anleitung werden in diesem Kurs die Technik der Pastellmalerei und allgemeine Grundlagen der Kompositions- und Farbenlehre kennengelernt und umgesetzt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: A3-Zeichenpapier, Pastellkreide und Haarspray.

Anke Rische 27,80 € · erm. 16,60 €
25.09.–09.10.24 · 3x Mi, 15:00–17:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.07-019H

Acrylmalerei: Landschaft ONLINE

Benötigte Materialien: Acrylfarben, Malgrund z. B. Pappe, Leinwand, fester Zeichenkarton, Acrylmalpinsel, Mallappen, Schwamm, Pastellkreide.

Für den Online-Kurs sind entsprechende technische Voraussetzungen notwendig: wie z. B. Internetverbindung, Computer mit Webkamera und Mikrofon oder Laptop, Headset, aktueller Internetbrowser: Mozilla Firefox, Google Chrome.

Den Kurscode und eine Anleitung zur Einwahl in die vhs.cloud finden Sie in der Anmeldebestätigung.

Anke Rische 18,60 € · erm. 11,40 €
07.12.24 · Sa, 12:00–15:00 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg online, vhs-cloud 5–8 TN
online · Li2.07-020H

Perspektive Sehen und Zeichnen lernen

Bitte mitbringen: Skizzenblock, Zeichenpapier A3, Bleistift, Naturzeichenkohle, Knetradiergummi und Haarspray.

Anke Rische 27,80 € · erm. 16,60 €
06.–20.11.24 · 3x Mi, 15:00–17:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-024H

Skizzieren im Tierpark

Bitte mitbringen: Skizzenblock, Bleistift, Buntstifte oder Finesliner. Der Eintritt in den Tierpark ist vor Ort zu begleichen und nicht im Entgelt enthalten.

Treffpunkt: Haupteingang, Bärenschaufenster.

Anke Rische 24,70 € · erm. 14,90 €
06.09.24 · Di, 10:00–16:00 Uhr 7 UE
Ort siehe Text 6 TN
Li2.07-025H

Perspektivisches Zeichnen: Grundlagen

ONLINE

Benötigte Materialien: Skizzenpapier A5, Zeichenpapier in A3 oder A2 mit Zeichenbrett, Bleistift oder Kohlestift, Naturzeichenkohle, Radiergummi.

Für den Online-Kurs sind entsprechende technische Voraussetzungen notwendig: z. B. Internetverbindung, Computer mit Webkamera und Mikrofon oder Laptop, Headset, aktueller Internetbrowser: Mozilla Firefox, Google Chrome.

Den Kurscode und eine Anleitung zur Einwahl in die vhs.cloud finden Sie in der Anmeldebestätigung.

Anke Rische 18,60 € · erm. 11,40 €
30.11.24 · Sa, 12:00–15:00 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg online, vhs-cloud 5–6 TN
online · Li2.07-028H

Perspektivzeichnen – ganz leicht gemacht

Sofern vorhanden, bitte mitbringen: Bleistiftset (2H–8B) sowie Papier (mindestens 200g, A2), alternativ sind Materialkosten von ca. 5,00 € beim Kursleiter zu begleichen. Weitere Informationen: www.atelierbalzer.de.

Christopher Balzer 52,60 € · erm. 30,20 €
12.+13.10.24 · Sa+So, 12:00–19:00 Uhr 16 UE
Atelier Balzer, 7. OG, Frankfurter Allee 10 5–6 TN
Li2.07-030H

Portraitzeichnen – Ähnlichkeit und Ausdruck

Sofern vorhanden, bitte mitbringen: Bleistiftset (2H–8B) sowie Papier (mindestens 200g, A2), alternativ sind Materialkosten von ca. 5,00–10,00 € beim Kursleiter zu begleichen.

Modellkosten sind im Entgelt enthalten. Weitere Informationen: www.atelierbalzer.de.

Christopher Balzer 93,00 € · erm. 59,40 €
09.09.–14.10.24 · 6x Mo, 18:00–21:00 Uhr 24 UE
Atelier Balzer, 7. OG, Frankfurter Allee 10 4–5 TN
Li2.07-031H

Einführung in die Chinesische Tuschemalerei und Kalligraphie (Workshop)

Bitte mitbringen: Pinsel, Reispapier, Flaschentusche, einen kleinen Teller und einen Becher. Die Materialien können bei der Kursleiterin auch käuflich erworben werden (ca. 10,00–15,00 €).

Lan Wang 21,60 € · erm. 13,20 €
14.09.24 · Sa, 11:00–16:00 Uhr 6 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.07-036H

Lan Wang 21,60 € · erm. 13,20 €
16.11.24 · Sa, 11:00–16:00 Uhr 6 UE
Studio Bildende Kunst, John-Sieg-Str. 13, Kleines Atelier 5–7 TN
Li2.07-037H

Chinesische Tuschemalerei und Kalligraphie

Eine Teilnahme bedarf keiner besonderen Vorkenntnisse oder künstlerischen Begabung. Bitte bringen Sie einen Chinesischen Pinsel, Reispapier oder Bambuspapier, Chinesische Flaschentusche, einen kleinen Teller für die Tusche sowie altes Zeitungspapier mit. Die Materialien können bei der Kursleiterin auch käuflich erworben werden (ca. 5,00–20,00 €).

Lan Wang 82,65 € · erm. 44,85 €
20.09.–06.12.24 · 9x Fr, 17:30–19:45 Uhr 27 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li2.07-038H

Urban Sketching im Stadtpark Lichtenberg

Für den Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: Stifte und Skizzenbuch oder Papier und Unterlage, wahlweise Kohle, Rötel oder Aquarell, evtl. Klappstuhl.

Treffpunkt: Freilichtbühne im Volkspark Lichtenberg.

Bei schlechtem Wetter wird der Kurstermin in Absprache verschoben.

Thomas Smorek 46,40 € · erm. 26,80 €
07.+08.09.24 · Sa+So, 11:00–17:00 Uhr 14 UE
Ort siehe Text 6–8 TN
Li2.07-040H

Typografie – Die Kunst der Schrift

Das Wichtigste zum Thema Typografie erlernen wir hier am ersten Tag, bevor wir am zweiten Tag selbst zu Stift, Marker oder Feder greifen und Schrift und Blatt gestalten. Bitte mitbringen: Fineliner, Filzstifte, Marker oder Feder. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Thomas Smorek 52,60 € · erm. 30,20 €
23.+24.11.24 · Sa+So, 10:30–17:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-041H

Graffiti – Schriftzüge im Skizzenbuch

Ideal für Anfänger:innen, aber auch für Fortgeschrittene (mit Tipps zum „Sketchen“). Bitte mitbringen: Stifte und Skizzenbuch oder Papier.

Thomas Smorek 52,60 € · erm. 30,20 €
12.+13.10.24 · Sa+So, 10:30–17:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-042H

Jeder kann zeichnen

für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: Bleistifte, Buntstifte, Zeichenpapier.

Marita Czepa 58,80 € · erm. 33,60 €
02.09.–14.10.24 · 6x Mo, 16:00–18:15 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li2.07-043H

Marita Czepa 58,80 € · erm. 33,60 €
28.10.–02.12.24 · 6x Mo, 16:00–18:15 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li2.07-044H

Faszination Aquarell

für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Aquarellpinsel, Aquarellblock.

Marita Czepa 58,80 € · erm. 33,60 €
02.09.–14.10.24 · 6x Mo, 18:30–20:45 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li2.07-045H

Marita Czepa 58,80 € · erm. 33,60 €
28.10.–02.12.24 · 6x Mo, 18:30–20:45 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li2.07-046H

Abstrakte Malerei

Der Kurs ist sowohl für Anfänger:innen als auch für Interessierte mit Vorerfahrung geeignet. Bitte mitbringen: Papier Format A4/A3, verschiedene Größen Flachpinsel Nr. 6–12 und größere Pinsel, 2 Bleistifte im B-Bereich, Radiergummi, Schere, Schürze, Mallappen, Pastellkreiden in den Primärfarben (rot, blau, gelb), Tempera-, oder Acrylfarben, Palette, Wasserglas, Klebeband. Die Arbeit auf Leinwand ist möglich.

Kerstin Priebe 49,80 € · erm. 28,20 €
14.+15.09.24 · Sa+So, 10:00–15:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.07-047H

Kerstin Priebe 49,80 € · erm. 28,20 €
09.+10.11.24 · Sa+So, 10:00–15:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.07-048H

Aquarellmalerei

für Einsteiger:innen

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Aquarellpapier, -farben und -pinsel.

Sandra Neugebauer 77,40 € · erm. 43,80 €
03.09.–08.10.24 · 6x Di, 17:30–20:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li2.07-050H

Sandra Neugebauer 77,40 € · erm. 43,80 €
05.11.–10.12.24 · 6x Di, 17:30–20:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li2.07-051H

Die Kunst der Collage – kreativ mit Papier und Schere

Keine Vorkenntnisse nötig. Bitte mitbringen: alte Zeitschriften, Papiere, Schere, Kleber, Unterlage.

Sandra Neugebauer 27,80 € · erm. 16,60 €
24.11.24 · So, 10:30–17:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li2.07-052H

Holzschnitt – Hochdruck – Farbe lebt

Schneidewerkzeuge können selbst mitgebracht oder gegen eine Nutzungsgebühr von 5,00 € geliehen werden. Weitere Materialien wie Druckerwalzen, hölzerne Druckstöcke (z. B. Sperrholz Linde/Birke), Transparentpapier, wasserlösliche Druckfarben und Papier zum Drucken können selbst mitgebracht werden oder je nach Verbrauch für 15,00–30,00 € von der Kursleiterin bereitgestellt werden. Die Materialkosten werden bei der Kursleiterin bezahlt.

Sarah Hartwig 65,00 € · erm. 37,00 €
11.–13.10.24 · Fr, 18:00–20:00 Uhr;
Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
Li2.07-057H

Spiel mit Buchstaben: Schrift – Kleckse – Kalligrafie

Bitte mitbringen: unempfindliche, klecksfreundliche Kleidung, ausreichend Papier (z. B. Aquarellpapier, große und kleine Formate) und inspirierende Gedichte/Zitate, wie es beliebt. Alle weiteren Materialien wie Schreibflüssigkeiten (Gouache, Beize, Tusche) und Schreibwerkzeuge (Holz, Pipetten, Pinsel) können selbst mitgebracht oder für 12,00 € von der Kursleiterin bereitgestellt werden. Die Materialkosten werden bei der Kursleiterin bezahlt.

Sarah Hartwig 52,60 € · erm. 30,20 €
07.+08.09.24 · Sa+So, 10:00–16:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
Li2.07-058H

Handgemacht: Intuitives Drucken und Gestalten

Bitte mitbringen: bequeme, klecksfreundliche Kleidung, ausreichend Papier in großen und kleinen Formaten, wie es beliebt. Alle weiteren Materialien (Gouachefarben, Beize, Tusche, Ölpastellkreiden, Pastellkreiden, Druckfarben) können selbst mitgebracht oder für 12,00 € von der Kursleiterin bereitgestellt werden. Die Materialkosten werden bei der Kursleiterin bezahlt.

Sarah Hartwig 52,60 € · erm. 30,20 €
16.+17.11.24 · Sa+So, 10:00–16:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
Li2.07-059H

Intuitives Gestalten: Malen – Zeichnen – Drucken

Bitte mitbringen: bequeme, klecksfreundliche Kleidung, ausreichend Papier in großen und kleinen Formaten, wie es beliebt. Alle weiteren Materialien (Gouachefarben, Beize, Tusche, Ölpastellkreiden und Pastellkreiden sowie Pipetten, Pinsel etc.) können selbst mitgebracht werden oder für 12,00 € von der Kursleiterin bereitgestellt werden. Die Materialkosten werden bei der Kursleiterin bezahlt.

Sarah Hartwig 52,60 € · erm. 30,20 €
21.+22.09.24 · Sa+So, 10:00–16:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
Li2.07-060H

Kunst-Retreat zum Jahresausklang: Intuitives Gestalten mit Farben und Gold (Intensiv-Woche)

Bitte mitbringen: bequeme, klecksfreundliche Kleidung und ausreichend Papier in großen und kleine Formaten, wie es beliebt. Alle weiteren Materialien (Gouachefarben, Beize, Tusche, Ölpastellkreiden und Pastellkreiden, Pipetten, Pinsel etc.) können selbst mitgebracht werden oder für ca. 15,00–20,00 € von der Kursleiterin bereitgestellt werden. Die hauchdünnen Schlagmetallblätter werden einzeln nach Verbrauch abgerechnet. Die Materialkosten werden bei der Kursleiterin bezahlt.

Sarah Hartwig 99,00 € · erm. 54,20 €
18.–21.11.24 · Mo–Do, 10:00–16:30 Uhr 32 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
NEU · Li2.07-061H

Vom Wort zum Bild: Illustration (Grundkurs)

Diese Werkstatt gibt Anstöße, inspiriert und zeigt Methoden, um eventuell an eigenen Projekten (weiter)arbeiten zu können. Der Kurs eignet sich für Anfänger:innen mit Vorkenntnissen. Eigenes Textmaterial ist willkommen, die Kursleiterin sorgt aber auch für eine Auswahl an Texten. Bitte mitbringen: je nach Vorliebe Bleistifte, Buntstifte, Filzstifte, Pinsel, Wasserfarben, Gouache etc. Materialkosten: 5,00 € pro Person für Papier/Karton sind bei der Kursleiterin zu bezahlen.

Anne-Sophie Malmberg 62,00 € · erm. 34,00 €
11.–13.10.24 · Fr, 18:00–21:00 Uhr;
Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-066H

Vom Wort zum Bild: Illustration (Aufbaukurs)

Der Kurs eignet sich für Personen, die am Grundkurs teilgenommen haben, aber auch für diejenigen, die bereits mit den Grundtechniken der Illustration vertraut sind. Eigenes Text- und Bildmaterial ist willkommen, die Kursleiterin sorgt aber auch für eine Auswahl an Bild-Texten. Bitte mitbringen: je nach Vorliebe Bleistifte, Buntstifte, Filzstifte, Pinsel, Wasserfarben, Gouache etc. Materialkosten: 5,00 € pro Person für Papier/Karton sind bei der Kursleiterin zu bezahlen.

Anne-Sophie Malmberg 62,00 € · erm. 34,00 €
06.–08.12.24 · Fr, 18:00–21:00 Uhr;
Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-067H

Farblaboratorium – Erschaffe dein persönliches Farblexikon

Im Kurs entsteht eine persönliche Enzyklopädie der Farben und ihrer Stofflichkeit.

Für Papier, Pigmente und Leimbindung zur Farbherstellung sind 10,00 € Materialkosten bei der Kursleiterin zu begleichen. Gerne können auch Aquarell-, Gouache-, Acrylfarben und/oder Buntstifte mitgebracht werden.

Anne-Sophie Malmberg 62,00 € · erm. 34,00 €
22.–24.11.24 · Fr, 18:00–21:00 Uhr;
Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-068H

Malereiklasse

Die Malereiklasse umfasst vielfältige Themen der künstlerischen Gestaltung. Der Kurs findet an insgesamt 10 Wochenenden im Zeitraum von September 2024 bis Juni 2025 statt. Sämtliche Themen können jedoch auch einzeln gebucht werden. Die Modellkosten sind bei den entsprechenden Kursen im Entgelt enthalten.

Der Kurs richtet sich sowohl an Anfänger:innen als auch an Fortgeschrittene, die ihre Fähigkeiten weiterentwickeln möchten. In ihm stellen zwei erfahrene Künstler unterschiedliche Herangehensweisen und Maltechniken im Umgang sowohl mit figürlicher als auch abstrakter Malerei vor. Neben praktischen Übungen und dem Austausch mit den Kursleitern gibt es auch die Möglichkeit, eigene Projekte umzusetzen und dabei individuelle Betreuung zu erhalten.

Die Kurse eignen sich auch zur Mappenvorbereitung. Die Termine sind einzeln buchbar.

Die Kunst des Stillebens: Erzählen mit Objekten

Bitte mitbringen: Malmaterialien (z. B. Acrylfarben, diverse Pinsel und Spachtel, Leinwand und/oder Malblock) sowie Zeichenmaterialien (z. B. Skizzenblock, diverse Stifte, ggf. Zeichenkohle, Kreiden o. Ä.).

Mathias Roloff 56,10 € · erm. 30,90 €
07.+08.09.24 · Sa+So, 09:45–17:00 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-070H

Farbklänge, Grundlagen der Farbkomposition

Bitte mitbringen: Acrylfarben, Flachpinsel, Spachteln, Leinwand und/oder Malblock.

Andreas Kramer 56,10 € · erm. 30,90 €
12.+13.10.24 · Sa+So, 09:45–17:00 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-071H

Die Darstellung von Raum und Figur in der Malerei: Grundlagen und Techniken

Bitte mitbringen: Malmaterialien (z. B. Acrylfarben, diverse Pinsel und Spachtel, Leinwand und/oder Malblock) sowie Zeichenmaterialien (z. B. Skizzenblock, diverse Stifte, ggf. Zeichenkohle, Kreiden o. Ä.).

Mathias Roloff 56,10 € · erm. 30,90 €
09.+10.11.24 · Sa+So, 09:45–17:00 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-072H

Bild und Form: Wege zur Abstraktion

Bitte mitbringen: Acrylfarben, Flachpinsel, Spachteln, Leinwand und/oder Malblock.

Andreas Kramer 56,10 € · erm. 30,90 €
14.+15.12.24 · Sa+So, 09:45–17:00 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-073H

Projekt Skizzenbuch

Gedanken, Beobachtungen oder eigene Ideen visuell festhalten

Dieser Kurs eignet sich für Anfänger:innen sowie für Fortgeschrittene.

Bitte mitbringen: Skizzenbuch, Zeichenmaterial (z. B. Bleistifte, Buntstifte, Kohle) und Malmaterial (z. B. Aquarell, Tusche) nach Belieben. Weitere Informationen zur Kursleiterin unter: teresacasanueva.de.

Teresa Casanueva 20,70 € · erm. 12,30 €
19.10.24 · Sa, 11:00–16:00 Uhr 6 UE
Studio Bildende Kunst, John-Sieg-Str. 13, Kleines Atelier 5–7 TN
Li2.07-079H

Leporello – Faltbuch für Anfänger:innen

Bitte mitbringen: Cutter-Messer, Falzbein, Lineal aus Metall 30 cm und eine Schneidematte A3. Die Kosten für die Materialien betragen 12,00 € und werden im Kurs direkt an die Kursleiterin entrichtet (Buchbinder-Leinen, Karton, diverse Papiersorten, Kleber, Pinsel, Papierbögen zum Üben). Weitere Informationen zur Kursleiterin unter: teresacasanueva.de.

Teresa Casanueva 20,70 € · erm. 12,30 €
23.11.24 · Sa, 11:00–16:00 Uhr 6 UE
Studio Bildende Kunst, John-Sieg-Str. 13, Kleines Atelier 5–7 TN
Li2.07-080H

Kunst-Atelier am Vormittag: Freude am Intuitiven Gestalten

Dieser Kurs richtet sich an Neugierige, die mit dem Wunsch, sich künstlerisch frei auszudrücken, Kreativität entwickeln und Entspannung erleben möchten.

Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Zum ersten Termin können mitgebracht werden: Aquarell-Farben, Pinsel, Aquarell-Papier (mindestens A4, gerne auch größer), Wasserbehälter, Ölpastellfarben. Zur Inspiration gern auch Bücher/Bilder und Lieblings-Kunstmateriale wie Buntstifte, Filzstifte, Acrylfarben, Papiere mitbringen.

Sarah Hartwig 89,80 € · erm. 50,60 €
12.09.–28.11.24 · 7x Do, 10:30–13:30 Uhr 28 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
Li2.07-089H

Botanisches Zeichnen und Malen

Zeichnerische Vorkenntnisse sind von Vorteil. Bitte bringen Sie zur ersten Sitzung feinkörniges Zeichenpapier (A3) und 3 Bleistifte (F, 2H, 3B) mit. Alle weiteren Materialien, die Sie benötigen, wie z. B. Aquarellfarben, Buntstifte, glattes Aquarellpapier etc. werden vorher mit der Kursleiterin besprochen.

Your course instructor can answer your questions in English, if required.

Simone Schneider 58,80 € · erm. 33,60 €
02.09.–07.10.24 · 6x Mo, 18:00–20:15 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.07-100H

Drawing Workshop – Zeichenkurs

Bilingual Course – Bilingualer Kurs

Please bring: some drawing paper (A3) and pencils (3B, 6B). This course will be held in English and German.

Bitte mitbringen: Zeichenpapier (A3) und Bleistifte (3B, 6B).

Weitere Materialbesprechung im Kurs. Dieser Kurs wird zweisprachig (in Deutsch und Englisch) durchgeführt.

Simone Schneider 58,80 € · erm. 33,60 €
04.11.–09.12.24 · 6x Mo, 18:00–20:15 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
NEU · Li2.07-101H

Enkaustik – eine kreative Maltechnik mit ungeahnten Möglichkeiten und Wirkungen

Materialkosten (1 Set Malmedien für 20,00 €) werden bei der Kursleiterin bezahlt (die Werkzeuge sind nicht im Preis enthalten, werden aber für die Kursdauer gestellt). Bitte mitbringen: Malunterlage aus Karton oder Papier, Küchenrolle, geeignete Schutztextilien für Ihre Kleidung (Schürze oder altes Hemd).

Anna Görner 40,20 € · erm. 23,40 €
07.+08.12.24 · Sa+So, 11:00–16:30 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–6 TN
Li2.07-110H

Henri Matisse – Einstieg in den Scherenschnitt

Für die Teilnahme sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: große und kleine Scheren, Klebestift, einen Bleistift, Anspitzer, Radiergummi, eine Tageszeitung, unterschiedliche Dicken von schwarzen und weißen Papieren und eine Mappe für den Transport Ihrer Arbeiten.

Für Rückfragen steht Ihnen die Kursleiterin nach der Anmeldung gern zur Verfügung: anna.goerner@yahoo.de.

Anna Görner 71,20 € · erm. 40,40 €
07.10.–11.11.24 · 6x Mo, 17:30–20:15 Uhr 22 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
NEU · Li2.07-111H



PLASTISCHES GESTALTEN

Plastisches Gestalten mit Ton

Brenn- und Glasurkosten in Höhe von 20,00 € sind bei der Jugendkunstschule zu begleichen. Die Materialkosten betragen 7,00 € pro 5 kg Ton. Diese sind bei der Kursleiterin zu begleichen. Bitte bringen Sie eine Arbeitsschürze mit. Information zur Kursleiterin: www.kiessig-keramik.de.

Tatjana Kiefjig **77,40 € · erm. 43,80 €**
15.10.–26.11.24 · 6x Di, 17:00–20:00 Uhr 24 UE
Jugendkunstschule, Demminer Str. 4,
Keramikatelier 6–7 TN
Li2.08-001H

Keramik-Kurs am Montag I

Es entstehen für die Teilnehmenden zusätzliche Materialkosten: 10 kg Ton 15,00 €; andere Materialien für 7 Abende 17,00 €; Geräte sind ausreichend vorhanden.

André Bauersfeld **89,80 € · erm. 50,60 €**
26.08.–07.10.24 · 7x Mo, 18:30–21:30 Uhr 28 UE
Jugendclub „eastside“, Volkradstraße 6,
Keramikwerkstatt 5–8 TN
Li2.08-003H

Keramik-Kurs am Montag II

Es entstehen für die Teilnehmenden zusätzliche Materialkosten: 10 kg Ton 15,00 €; andere Materialien für 7 Abende 17,00 €; Geräte sind ausreichend vorhanden.

André Bauersfeld **89,80 € · erm. 50,60 €**
14.10.–25.11.24 · 7x Mo, 18:30–21:30 Uhr 28 UE
Jugendclub „eastside“, Volkradstraße 6,
Keramikwerkstatt 6–7 TN
Li2.08-005H

Keramik-Kurs am Mittwoch I

Es entstehen für die Teilnehmenden zusätzlich Materialkosten: 10 kg Ton = 10,00 €; andere Materialien für 7 Abende 17,00 €; Geräte sind ausreichend vorhanden.

André Bauersfeld **89,80 € · erm. 50,60 €**
28.08.–09.10.24 · 7x Mi, 18:30–21:30 Uhr 28 UE
Jugendclub „eastside“, Volkradstraße 6,
Keramikwerkstatt 6–7 TN
Li2.08-004H

Keramik-Kurs am Mittwoch II

Es entstehen für die Teilnehmenden zusätzlich Materialkosten: 10 kg Ton = 10,00 €; andere Materialien für 7 Abende 17,00 €; Geräte sind ausreichend vorhanden.

André Bauersfeld **89,80 € · erm. 50,60 €**
16.10.–27.11.24 · 7x Mi, 18:30–21:30 Uhr 28 UE
Jugendclub „eastside“, Volkradstraße 6,
Keramikwerkstatt 6–7 TN
Li2.08-006H

Alabaster: Einstieg in die bildhauerische Arbeit (Workshop)

Der Workshop richtet sich an Anfänger:innen, die gerne Naturstein als Material erkunden und sich figurativ ausprobieren möchten. Bitte mitbringen: festes Schuhwerk und Arbeitskleidung. Es entstehen ca. 20,00 € Materialkosten, die bei der Kursleiterin zu begleichen sind. Werkzeuge stehen zur Verfügung. Gearbeitet wird im Freien, vor Sonne und Regen geschützt, unter einem „Bildhauerschauer“.

Simone Klag **40,20 € · erm. 23,40 €**
21.+22.09.24 · Sa+So, 12:00–16:30 Uhr 12 UE
B.L.O.-Ateliers, Kaskelstraße 55,
Bildhauerwerkstatt 5–6 TN
Li2.08-008H

Simone Klag **40,20 € · erm. 23,40 €**
26.+27.10.24 · Sa+So, 12:00–16:30 Uhr 12 UE
B.L.O.-Ateliers, Kaskelstraße 55,
Bildhauerwerkstatt 5–6 TN
Li2.08-009H

Alabaster: Einstieg in die bildhauerische Arbeit

Bitte mitbringen: festes Schuhwerk und Arbeitskleidung. Es entstehen ca. 25,00 € Materialkosten, die bei der Kursleiterin zu begleichen sind, Werkzeuge stehen zur Verfügung. Gearbeitet wird im Freien, vor Sonne und Regen geschützt, unter einem „Bildhauerschauer“.

Simone Klag **40,20 € · erm. 23,40 €**
03.–24.09.24 · 4x Di, 16:00–18:15 Uhr 12 UE
B.L.O.-Ateliers, Kaskelstraße 55,
Bildhauerwerkstatt 5–6 TN
Li2.08-010H

Gips- und Papiermaché-Plastiken nach Vorbild der Studien und Modelle der großen Meister

Zur Teilnahme sind keine Vorkenntnisse nötig. Die vollendeten Skulpturen können am Ende des Kurses auch mit Farben, wie Acryl, Pigment oder Aquarell (bitte selbst mitbringen), patiniert werden. Es entstehen zusätzliche Materialkosten in Höhe von ca. 20,00 €. Zum ersten Termin bitte mitbringen: Werkzeug wie Zangen, Spachtel, Pinsel, Gipsbecher und Raspeln (sofern vorhanden) sowie Arbeitskleidung, da die Verarbeitung von Gips staubig und spritzig ist.

Fabian Bruske **83,60 € · erm. 47,20 €**
31.08.–08.09.24 · 2x Sa, 10:00–16:00 Uhr;
2x So, 10:00–15:00 Uhr 26 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–6 TN
Li2.08-015H

Holzbildhauerei – Figuren schnitzen nach Vorbild des Jugendstils und Kubismus

Für das im Kurs ausschließlich verwendete Lindenholz entstehen zusätzliche Materialkosten in Höhe von 35,00–45,00 € (entsprechend der Größe). Werkzeug für die Bearbeitung des Lindenholzes steht zur Verfügung, eigenes Werkzeug kann gerne mitgebracht werden. Sie dürfen auch eigenes Holz (z. B. Eiche oder Fichte) mitbringen, jedoch müssen Sie in diesem Fall Ihr eigenes Werkzeug dafür nutzen.

Bitte mitbringen: festes, geschlossenes Schuhwerk und bei Bedarf einen Gehörschutz.

Fabian Bruske 83,60 € · erm. 47,20 €
16.–24.11.24 · 2x Sa, 10:00–16:00 Uhr;
2x So, 10:00–15:00 Uhr 26 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–6 TN
Li2.08-016H

Holzbildhauerei in der Natur

Ein Workshop in Brandenburger Natur für Menschen, die gestalterisch und künstlerisch mit Holz und anderen Werkstoffen arbeiten möchten.

Die Teilnahme am Vorbesprechungstermin ist verbindlich. Er findet am Donnerstag, 05.09.2024, um 18:00 Uhr im Laden-Atelier Martin Henkel, Görlitzer Str. 39, 10997 Berlin statt. Die VHS ist nicht der Reiseveranstalter. Die Anreise erfolgt in Eigenverantwortung. Bitte informieren Sie sich über die zusätzlichen Kosten im Beschreibungstext. Weitere Informationen finden Sie unter www.martin-henkel.de.

Martin Henkel 75,80 € · erm. 39,40 €
05.–08.09.24 · Fr–So + Vorbesprechung Do,
(Termine siehe Termindetails online) 26 UE
Ort siehe Text 5–7 TN
Li2.08-018H

Skulpturen in Sandstein (Workshop)

Geeignet für Anfänger:innen und Teilnehmer:innen mit Erfahrung im plastischen Gestalten sowie als Vorbereitung auf eine künstlerische Ausbildung. Materialkosten von ca. 25,00–30,00 € sind bei der Kursleiterin zu begleichen. Wir arbeiten im Freien, bei Regen unter einem Zelt. Bitte dem Wetter angepasste Arbeitskleidung und festes Schuhwerk tragen.

Heidemarie Kasanowski 58,80 € · erm. 33,60 €
12.+13.10.24 · Sa+So, 10:00–17:30 Uhr 18 UE
Kulturgießerei Schöneiche, An der Reihe 5,
Werkstatt 6–8 TN
Li2.08-020H

Keramik für Einsteiger:innen – Modellier- und Aufbautechniken

Bitte mitbringen: Schürze, Stifte und Skizzenbuch. Für Ton sowie weitere Materialien, die Benutzung von Werkzeug und anteilige Brennkosten sind beim 1. Termin 20,00 €/2 kg Ton an die Kursleiterin zu zahlen.

Anke Buchmann 143,00 € · erm. 87,00 €
05.09.–28.11.24 · 10x Do, 10:00–13:00 Uhr 40 UE
Anke Buchmann Atelier & Showroom,
Sredzkistraße 46, Atelier 6–8 TN
Li2.08-040H

Keramik – Japanische Teeschalen modellieren

Bitte mitbringen: Schürze. Für Ton sowie weitere Materialien, die Benutzung von Werkzeug und anteilige Brennkosten sind beim 1. Termin 20,00 €/2 kg Ton an die Kursleiterin zu zahlen.

Anke Buchmann 42,65 € · erm. 26,79 €
28.+29.09.24 · Sa+So, 11:00–16:00 Uhr 11 UE
Anke Buchmann Atelier & Showroom,
Sredzkistraße 46, Atelier 6–8 TN
Li2.08-041H

TEXTILES GESTALTEN

Nähen lernen – Tipps und Tricks

Nähmaschinen sind vorhanden, eigene Maschinen können mitgebracht werden. Bitte mitbringen: Stoffe und Nähutensilien (Schere, Nahttrenner, Garne, Stecknadeln). Ein Unkostenbeitrag für die Raumnutzung in Höhe von 7,00 € ist bei der Jugendkunstschule zu begleichen.

Petra Helbig 96,00 € · erm. 54,00 €
18.09.–04.12.24 · 10x Mi, 19:00–21:15 Uhr 30 UE
Jugendkunstschule, Demminer Str. 4,
Textilwerkstatt 6–8 TN
Li2.09-001H

Nähen lernen und Upcycling

Nähmaschinen sind vorhanden, eigene Maschinen können mitgebracht werden. Bitte mitbringen: das alte Lieblingskleidungsstück, dazu passende Stoffe und Nähutensilien (Schere, Nahttrenner, Garne, Stecknadeln).

Petra Helbig 77,40 € · erm. 43,80 €
11.10.–13.12.24 · 8x Fr, 14:00–16:15 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.09-003H

Entwerfen, Zuschneiden, Nähen (Workshop)

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Schere, Maßband, Stoffe bzw. Kleidungsstücke, evtl. Nähmaschine. Organisation/Material bitte mit der Kursleiterin besprechen: Tel. (030) 4422094. Ein Unkostenbeitrag für die Raumnutzung in Höhe von 7,00 € ist bei der Jugendkunstschule zu begleichen.

Gabriela Helm 65,00 € · erm. 37,00 €
28.+29.09.24 · Sa+So, 10:00–18:00 Uhr 20 UE
Jugendkunstschule, Demminer Str. 4,
Textilwerkstatt 6–8 TN
Li2.09-005H

Gabriela Helm 65,00 € · erm. 37,00 €
09.+10.11.24 · Sa+So, 10:00–18:00 Uhr 20 UE
Jugendkunstschule, Demminer Str. 4,
Textilwerkstatt 6–8 TN
Li2.09-006H

Gabriela Helm 65,00 € · erm. 37,00 €
16.+17.11.24 · Sa+So, 10:00–18:00 Uhr 20 UE
Jugendkunstschule, Demminer Str. 4,
Textilwerkstatt 6–8 TN
Li2.09-007H

Häkeln lernen (Einstiegs-Workshop)

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: nicht zu dunkles, einfarbiges Häkelgarn am besten aus Baumwolle, für Nadelstärke 3–4 und dazu passende Nadeln.

Anne Strauß 21,60 € · erm. 13,20 €
14.09.24 · Sa, 10:00–15:00 Uhr 6 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.09-010H

Einfach häkeln

Dieser Kurs richtet sich an absolute Häkel-Neulinge sowie an Menschen, die bereits über Grundkenntnisse im Häkeln verfügen und diese vertiefen oder wieder auffrischen möchten. Bitte mitbringen: nicht zu dunkles, einfarbiges Häkelgarn, am besten aus Baumwolle, für Nadelstärke 3–4 und dazu passende Nadeln. Beim ersten Termin besprechen wir das jeweilige Projekt und das dazu benötigte Material.

Anne Strauß 58,80 € · erm. 33,60 €
08.10.–26.11.24 · 6x Di, 18:00–20:15 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
NEU · Li2.09-011H

Stricken lernen (Einstiegs-Workshop)

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: nicht zu dunkle, einfarbige Wolle für Nadelstärke 4–5 und dazu passende Nadeln (zum Beispiel eine kurze Rundstricknadel oder zwei Nadeln eines Nadelspiels).

Anne Strauß 21,60 € · erm. 13,20 €
21.09.24 · Sa, 10:00–15:00 Uhr 6 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
NEU · Li2.09-013H

Einfach stricken

Dieser Kurs richtet sich an absolute Strick-Neulinge sowie an Menschen, die bereits über Grundkenntnisse im Stricken verfügen und diese vertiefen oder wieder auffrischen möchten. Bitte mitbringen: nicht zu dunkle, einfarbige Wolle für Nadelstärke 4–5 und dazu passende Nadeln. Beim ersten Termin besprechen wir das jeweilige Projekt und das dazu benötigte Material.

Anne Strauß 58,80 € · erm. 33,60 €
10.10.–28.11.24 · 6x Do, 18:00–20:15 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.09-014H

Chinesische Handstickerei (Workshop)

für Anfänger:innen

Bitte mitbringen: Baumwollstoff oder Leinen- bzw. Halbleinengewebe, Stickgarn, passende Nadeln, eine spitze Schere, einen Stickrahmen und einen Kugelschreiber. Für die Verbrauchsmaterialien sind bei der Kursleiterin 5,00 € zu begleichen.

Lan Wang 21,60 € · erm. 13,20 €
28.09.24 · Sa, 11:00–16:00 Uhr 6 UE
Studio Bildende Kunst, John-Sieg-Str. 13, Kleines Atelier 5–7 TN
Li2.09-015H

Bitte mitbringen: Baumwollstoff oder Leinen- bzw. Halbleinengewebe, Stickgarn, verschieden große Sticknadeln, eine spitze Schere, einen Stickrahmen und einen Kugelschreiber. Die Verbrauchsmaterialien können auch bei der Kursleiterin für 10,00 € erworben werden.

Lan Wang 27,80 € · erm. 16,60 €
30.11.+01.12.24 · Sa, 11:00–14:00 Uhr; So, 11:00–15:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.09-016H

Sashiko – eine japanische Sticktechnik

Wie aus kleinen Stichen tolle Muster entstehen

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: kleine, spitze (Stick-)Schere und Fingerhut sowie 5,00 € für Materialkosten an die Kursleiterin.

Anne-Luise Vierling 15,40 € · erm. 9,80 €
13.09.24 · Fr, 17:00–20:00 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.09-017H

Textilien verzieren mit Sashiko

Eine japanische Sticktechnik

Bitte mitbringen: 1 oder 2 Textilien aus gewebter Baumwolle, Leinen oder Seide (grober gewebter Stoff ist am Anfang besser geeignet, traditionell blau oder weiß, alle Farben sind möglich), kleine, spitze (Stick-)Schere, Fingerhut sowie 3,00–5,00 € für Materialkosten an die Kursleiterin.

Anne-Luise Vierling 15,40 € · erm. 9,80 €
08.11.24 · Fr, 17:00–20:00 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.09-018H

Furoshiki – das japanische Tuch

Dieser Kurs ist auch für Nähanfänger:innen geeignet. Für die Nutzung der Nähmaschine sollten Grundkenntnisse damit vorhanden sein.

Bitte mitbringen: weicher Stoff für 2 bis 3 Tücher in Wunschgröße (Webware aus Baumwolle oder anderen Fasern, etwa in der Stärke eines Geschirrtuchs oder dünner, uni, mit Motiv oder Muster, idealerweise schön von beiden Seiten), passendes Garn. Für die Herstellung eines kleinen Furoshiki (50 cm) können Sie auch beidseitig bedrucktes Baumwollgewebe für 10,00 € bei der Kursleiterin erwerben.

Anne-Luise Vierling 18,50 € · erm. 11,50 €
29.11.24 · Fr, 17:00–20:45 Uhr 5 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.09-019H

Nähen lernen (an der eigenen Nähmaschine)

Bitte mitbringen: gewebte, unifarbene Stoffreste, Reißverschluss; weitere Materialien für den 2. Kurstag nach Absprache und ggf. je nach Verbrauch bis zu 5,00 € Materialkosten an die Kursleiterin zzgl. zum Kursentgelt.
Die eigene Nähmaschine darf gern mitgebracht werden, bitte mit Bedienungsanleitung. Alternativ stehen 6 Nähmaschinen der VHS zur Verfügung.

Anne-Luise Vierling 52,60 € · erm. 30,20 €
14.+15.09.24 · Sa+So, 10:00–16:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.09-020H

Matinäh – Schneiderkurs am Vormittag

Grundkenntnisse an der Nähmaschine oder die vorherige Teilnahme am Kurs „Nähen lernen (an der eigenen Nähmaschine)“ sind empfehlenswert.
Bitte mitbringen: eigene Ideen, Schnittmuster, Stoff, benötigte Kurzwaren wie Schere, Garn, Nadeln, Reißverschlüsse usw.
Die Kursleiterin berät Sie am ersten Kurstermin auch gern zu benötigten Materialien.
6 Nähmaschinen und 1 Overlockmaschine sind vorhanden.

Anne-Luise Vierling 68,10 € · erm. 38,70 €
18.09.–13.11.24 · 7x Mi, 11:00–13:15 Uhr 21 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.09-021H

Makramee – Einführung in die Technik der Knotenkunst

Im Kurs erhalten Sie eine Einführung in die traditionelle Knotentechnik, Tipps für Material und Anwendungsbeispiele und lernen die grundlegenden Knoten zur Gestaltung eigener Ideen.
Das Material wird für einen Unkostenbeitrag in Höhe von 8,00 € von der Kursleiterin gestellt.

Sandra Neugebauer 27,80 € · erm. 16,60 €
23.11.24 · Sa, 10:30–17:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.09-025H

Baby- und Kinderbekleidung nähen

Der Kurs eignet sich auch für Anfänger:innen, es sollten jedoch Grundkenntnisse des Nähens vorhanden sein.
Bitte mitbringen: 50–100 cm Jersey- oder Sweatstoff, Bündchenstoff, Nähgarn, Gummiband sowie eventuell Druckknöpfe und (falls gewünscht) Dekomaterial, wie z. B. Bänder oder Aufnäher. Auf Wunsch können Sie Ihre eigene Nähmaschine mitbringen.

Wilfried Pletzinger 52,60 € · erm. 30,20 €
12.+13.10.24 · Sa+So, 10:00–16:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
Li2.09-030H

Kleidung reparieren

Der Kurs ist für Menschen mit und ohne Näherfahrung geeignet.
Bitte mitbringen: je nach Bedarf, alles was defekt ist und repariert werden soll; Stoffe oder Stoffreste, Näh- und Stopfgarn sowie die entsprechenden Nadeln, bei Laufmaschinen eine Häkelnadel. Auf Wunsch können Sie Ihre eigene Nähmaschine mitbringen.

Wilfried Pletzinger 27,80 € · erm. 16,60 €
30.11.24 · Sa, 10:00–16:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
NEU · Li2.09-031H

Individuelle Taschen und Aufbewahrungsgegenstände nähen

Der Kurs ist für Menschen mit und ohne Näherfahrung geeignet.
Bitte mitbringen: gewebte Baumwollstoffe und/oder Stoffreste, Nähgarn, evtl. einen Reißverschluss. Transparentpapier kann zum Selbstkostenpreis von max. 2,00 € beim Kursleiter erworben werden. Auf Wunsch können Sie Ihre eigene Nähmaschine mitbringen.

Wilfried Pletzinger 27,80 € · erm. 16,60 €
01.12.24 · So, 10:00–16:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–8 TN
NEU · Li2.09-032H

Nähwerkstatt am Samstag

In Kooperation mit dem Nachbarschaftstreff an der Seefelder

Willkommen sind Anfänger:innen und auch Fortgeschrittene.
Bitte mitbringen: 2,00 € für Materialkosten, die vor Ort beim Nachbarschaftstreff zu zahlen sind; bei Bedarf auch gerne Bekleidung, die Sie reparieren oder verschönern möchten, oder Stoffe.

Die Anmeldung erfolgt direkt über den Nachbarschaftstreff an der Seefelder: info@nachbarschaftstreff-seefelder.de; Tel. (030) 50 17 79 89; www.nachbarschaftstreff-seefelder.de.

Ludmila Olenberg entgeltfrei
14.09.24 · Sa., 15:00–19:00 Uhr 5 UE
Nachbarschaftstreff an der Seefelder,
Seefelderstraße 50, Nähwerkstatt 5 TN
NEU · Li2.09-040H

Ludmila Olenberg entgeltfrei
12.10.24 · Sa, 15:00–19:00 Uhr 5 UE
Nachbarschaftstreff an der Seefelder,
Seefelderstraße 50, Nähwerkstatt 5 TN
NEU · Li2.09-041H

Ludmila Olenberg entgeltfrei
09.11.24 · Sa, 15:00–19:00 Uhr 5 UE
Nachbarschaftstreff an der Seefelder,
Seefelderstraße 50, Nähwerkstatt 5 TN
NEU · Li2.09-042H

Ludmila Olenberg entgeltfrei
07.12.24 · Sa, 15:00–19:00 Uhr 5 UE
Nachbarschaftstreff an der Seefelder,
Seefelderstraße 50, Nähwerkstatt 5 TN
NEU · Li2.09-043H

HANDWERK – KUNSTHANDWERK

Schmuckgestaltung

Klassischen Techniken des Goldschmiedens

Wichtig: Die benötigten Materialien bitte mitbringen. Informationen zu Materialkosten und -beschaffung (z. B. Schlauch- und Mundstück für die Nutzung der Mundlötrohre) bitte rechtzeitig vor Kursbeginn telefonisch bei der Kursleiterin Frau Schmalwaßer erfragen (0176 24806091). Außerdem bitte einen Permanentmarker, Feuerzeug und Bleistift mit Radiergummi mitbringen. Es können Materialkosten zwischen 5,00–20,00 € entstehen.

Ann Schmalwaßer 93,00 € · erm. 59,40 €
09.09.–14.10.24 · 6x Mo, 18:00–21:00 Uhr 24 UE
VHS Berlin Mitte, Liniestraße 162,
Schmuckwerkstatt 7–10 TN
Li2.10-010H

Schmuckkurs

Traditionelle Goldschmiedetechniken

Zum Kurs sind mitzubringen: festes Schuhwerk, Arbeitskleidung aus Baumwolle oder Schürze, Feuerzeug, unliniertes Skizzenbuch ab A5, Bleistift, Radiergummi, Kugelschreiber und Permanentmarker 0,7 mm.

Für Materialkosten und Gerätenutzung entstehen zusätzliche Kosten je nach Verbrauch. Für die Verwendung des Mundlötrohres benötigen Sie ein eigenes Mundstück und einen eigenen Gummischlauch für die Luftzufuhr.

Auskunft zu Materialbeschaffung und Kosten erhalten Sie vor Beginn des Kurses von der Kursleiterin (Mo–Fr 13:00–15:00 Uhr unter der Tel. 0178 1329179).

Claudia Gatterburg 93,00 € · erm. 59,40 €
28.10.–02.12.24 · 6x Mo, 16:00–19:00 Uhr 24 UE
VHS Berlin Mitte, Liniestraße 162,
Schmuckwerkstatt 7–10 TN
Li2.10-011H

Blumensträuße selber binden

Eigenes Material wie Blumen, Beiwerk, Gehölze und passende Vasen können gern mitgebracht werden. Die Auswahl der Kursleiterin an Blumen und Beiwerk wird der Jahreszeit entsprechen. Die Materialkosten betragen ca. 20,00 €, je nach eigenem Verbrauch, und werden bei der Kursleiterin vor Ort beglichen.

Sabine le Vrang 18,50 € · erm. 11,50 €
12.10.24 · Sa, 09:30–13:15 Uhr 5 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6 TN
Li2.10-018H

Blumengestecke im Herbst

Eigene Materialien und Behältnisse, z. B. Körbe, Gefäße, Schalen, Kisten, Blumen, Gartenmaterial oder Früchte können mitgebracht werden.

Die Materialkosten betragen ca. 20,00 €, je nach eigenem Verbrauch, und werden bei der Kursleiterin vor Ort beglichen.

Sabine le Vrang 18,50 € · erm. 11,50 €
19.10.24 · Sa, 09:30–13:15 Uhr 5 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6 TN
Li2.10-019H

Dekoration im Advent

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: Schürze, Gartenschere und Messer. Es wird empfohlen, eigene Steckunterlagen, z. B. Körbe oder Kerzen, ergänzend mitzubringen.

Die Materialkosten betragen ca. 20,00 €, je nach eigenem Verbrauch, und werden bei der Kursleiterin vor Ort beglichen.

Sabine le Vrang 18,50 € · erm. 11,50 €
23.11.24 · Sa, 09:30–13:15 Uhr 5 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.10-020H

Kränze im Advent

Bitte mitbringen: Schürze, Gartenschere und Messer.

Der Materialkostenanteil beträgt ca. 20,00 € und wird vor Ort bei der Kursleiterin beglichen.

Sabine le Vrang 18,50 € · erm. 11,50 €
16.11.24 · So, 09:30–13:15 Uhr 5 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.10-021H

Einführungskurs Floristik

Ziel des Kurses ist es, Ausbildungssuchenden, Quereinsteiger:innen und Hobbyflorist:innen entsprechendes Wissen und Techniken zu vermitteln. Materialkosten in Höhe von 10,00–20,00 €, je nach Verbrauch pro Termin (4 Kurstermine), werden vor Ort bei der Kursleiterin beglichen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Sabine le Vrang 62,00 € · erm. 34,00 €
16.09.–07.10.24 · 4x Mo, 13:15–17:15 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.10-022H

Zimmerpflanzen – natürliche Sauerstoffspender

Sie erfahren etwas über: Standortansprüche, Soforthilfeprogramm bei Mangelerscheinungen, Vermehrung, Dünger, Spurenelemente und ihre Wirkung, Pflege von Grünpflanzen, Wachstumseigenschaften und Pflanzenbeispiele für schöne grüne Räume. Außerdem vermehren Sie selbst am praktischen Beispiel eine Pflanze.

Materialkosten von ca. 5,00–10,00 € für die kleinen Pflanzen-Ableger (Topf, Erde, Pflanze) richten sich nach dem Verbrauch und werden vor Ort bei der Kursleiterin beglichen.

Sabine le Vrang 18,50 € · erm. 11,50 €
21.09.24 · Sa, 09:30–13:15 Uhr 5 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6 TN
Li2.10-026H

Florale Bilder gestalten

Eigenes Material, wie Blumen und Beiwerk, kann gern mitgebracht werden, es kann jedoch auch von der Kursleiterin gestellt werden. Die Materialkosten betragen ca. 20,00 €, je nach eigenem Verbrauch, und werden vor Ort bei der Kursleiterin beglichen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Sabine le Vrang 19,80 € · erm. 11,40 €
07.12.24 · Sa, 11:00–16:00 Uhr 6 UE
Studio Bildende Kunst, John-Sieg-Str. 13, Galerie 6 TN
Li2.10-027H

FOTO-, FILM-, AUDIO- UND SONSTIGE MEDIENPRAXIS

Besser fotografieren mit dem Smartphone

Sie lernen im Kurs etwas zu Perspektive und Zoom, Über- und Unterbelichtung, Licht und Farbe, Schärfe und Unschärfe, Bildformat, Anordnung der Bildelemente und Linienführung und wie das Bild nach der Aufnahme verändert werden kann. Mit Übungen zu den Themen Selfie, Street- und Stadtfotografie. Bitte mitbringen: Smartphone (Handy) und Ladegerät.

Dieter Lange 32,70 € · erm. 20,10 €
09.–23.09.24 · 3x Mo, 17:30–19:45 Uhr 9 UE
Fotostudio Lange, Heinrich-Heine-Platz 9a,
Atelier 6–8 TN
Li2.11-002H

Portrait- und Aktfotografie

Personen, die am Kurs teilnehmen, erhalten einen Modellvertrag für die Möglichkeit einer nicht-kommerziellen Verwendung der Aufnahmen. Modellkosten sind im Entgelt enthalten.

Dieter Lange 57,60 € · erm. 36,00 €
25.11.–16.12.24 · 4x Mo, 17:30–19:45 Uhr 12 UE
Fotostudio Lange, Heinrich-Heine-Platz 9a,
Atelier 5–6 TN
Li2.11-005H

Fotografieren lernen

Eine Exkursion in die Berliner City ist vorgesehen (extra Fahrtkosten bitte einplanen), Informationen erhalten Sie am ersten Kurstag vom Kursleiter. Modellkosten sind im Entgelt enthalten. Bitte mitbringen: Kamera, volle Akkus, eine leere Speicherkarte.

Dieter Lange 48,30 € · erm. 31,50 €
07.–28.10.24 · 4x Mo, 17:30–19:45 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 und
Exkursion nach Absprache 6–8 TN
Li2.11-006H

Mein Fotobuch – Mein Leben

Bitte mitbringen: als Grundlage für den Kurs möglichst viele Fotos, z. B. alte Familienbilder (Stammbaum), Fotos von Bekannten, Selbstporträts, Tierporträts, Reisefotos, Fotos von besonderen Orten, experimentelle Fotografien usw. (auf dem eigenen Laptop/USB-Stick, gerne auch als Ausdruck: Mindestgröße 13x18 cm).

Anne Ida Helmer 38,12 € · erm. 22,26 €
12.+18.10.24 · Sa, 10:00–16:30 Uhr;
Fr, 17:30–20:00 Uhr 11 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–7 TN
Li2.11-011H

Nature Morte – Mein persönliches Fotostillleben

In diesem Kurs beschäftigen wir uns nicht nur mit der geschichtlichen/künstlerischen Entwicklung des Stilllebens, sondern vor allem auch mit der Frage, wie man unbewegte Gegenstände durch gekonnte Lichtführung, Komposition, Form und Farbe lebendig machen kann.

Bitte mitbringen: Kamera, Stativ und handliche Gegenstände für die Praxis (mind. 7–10) sowie – falls vorhanden – (gebügelte) Stoffe und Materialien für den Hintergrund.

Anne Ida Helmer 38,22 € · erm. 23,28 €
23.+24.11.24 · Sa, 10:00–15:00 Uhr;
So, 10:00–14:00 Uhr 10 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–6 TN
Li2.11-012H

Anzeige



Ihr Reise-Glück
im CEWE FOTOBUCH

mein
cewe fotobuch

cewe.de

Von Brutalismus bis Blob – Gebaute Utopien für Forschung und Wissenschaft

Stadt fotografie für Einsteiger:innen und Fortgeschrittene

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse der Fotografie, sicherer Umgang mit der eigenen (Spiegelreflex-)Kamera; Stativ und Notebooks sind willkommen (weitere Informationen beim Kursleiter unter konzept@gmx.fm).

Bitte mitbringen: Digitalkamera mit vollgeladenem Akku.

Ragnar Knittel 64,62 € · erm. 38,48 €
08.–10.11.24 · Fr, 08.11., 18:00–21:00 Uhr;
Sa, 09.11., 09:00–16:30 Uhr;
So, 10.11., 11:00–16:00 Uhr 18 UE
VHS, Paul-Junius-Str. 7 (Fr + So), Exkursion (Sa) 8 TN
Li2.11-020H

Smartphoneography Course – Smartphone-Fotografie

A course in English – Ein Kurs auf Englisch

If you want to get to know your smartphone better as an everyday companion in the field of photography, this is the course for you. Questions can also be answered in Italian and German by the instructor. Please bring your smartphone.

Unterrichtssprache ist Englisch. Wenn Sie Ihr Smartphone als alltäglichen Begleiter auf dem Gebiet des Fotografierens besser kennenlernen wollen, ist dies der richtige Kurs für Sie. Fragen können vom Kursleiter auch auf Italienisch und Deutsch beantwortet werden. Bitte bringen Sie Ihr Smartphone mit.

Luca Morgantini 19,52 € · erm. 12,06 €
28.09.24 · Sa, 10:00–14:15 Uhr 5 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
Li2.11-030H

MUSIKALISCHE PRAXIS

Gitarre spielen

ohne Vorkenntnisse

Dieser Kurs bietet die Gelegenheit, die Grundlagen des Gitarrenspiels zu erlernen. Akkorde und Akkordwechsel, Schlagmuster und Melodien stehen dabei im Vordergrund. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Eine Gitarre ist mitzubringen.

Daniel Hofbauer 75,00 € · erm. 39,00 €
02.09.–02.12.24 · 12x Mo, 18:45–20:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–6 TN
Li2.13-001H

Gitarre spielen

geringe Vorkenntnisse

Eine Gitarre ist mitzubringen.

Daniel Hofbauer 75,00 € · erm. 39,00 €
02.09.–02.12.24 · 12x Mo, 20:05–21:20 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–6 TN
Li2.13-002H

Einführung in die Flamenco-Gitarre (Workshop)

Der Workshop richtet sich an alle, die an Flamenco interessiert sind und diese Art des Gitarrenspiels lernen oder weiter lernen möchten. Bitte eine Gitarre mitbringen.

Daniel Hofbauer 31,80 € · erm. 17,40 €
21.+22.09.24 · Sa+So, 13:30–17:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–6 TN
Li2.13-004H

Gitarre I

für Anfänger:innen

Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Gitarre, wenn bereits vorhanden, bitte mitbringen; ansonsten vor dem Kauf Beratung durch den Kursleiter einholen (bitte bei VHS melden).

Lehrmaterial: Peter Bursch, Gitarrenbuch, Teil 1, ISBN 978-3-8024-0208-1.

Harald Wilk 65,00 € · erm. 37,00 €
03.09.–03.12.24 · 12x Di, 17:00–18:15 Uhr 20 UE
Comhard, Möllendorffstraße 52, R-4.64 6–8 TN
Li2.13-006H

Gitarre II

für Fortgeschrittene

Der Kurs führt das Programm des Kurses für Anfänger:innen fort, die Teilnahme setzt daher einige Vorkenntnisse voraus.

Bitte eine Gitarre mitbringen. Lehrmaterial:

Peter Bursch, Gitarrenbuch, Teil 1, ISBN 978-3-8024-0208-1.

Harald Wilk 65,00 € · erm. 37,00 €
03.09.–03.12.24 · 12x Di, 18:30–19:45 Uhr 20 UE
Comhard, Möllendorffstraße 52, R-4.64 6–8 TN
Li2.13-007H

Gitarre III

für Könner

Dieser Kurs baut auf Kurs I und II auf, ausreichende Vorkenntnisse sind die Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs. Bitte eine Gitarre mitbringen. Lehrmaterial: Peter Bursch, Gitarrenbuch, Teil 1, ISBN 978-3-8024-0208-1.

Harald Wilk 65,00 € · erm. 37,00 €
03.09.–03.12.24 · 12x Di, 20:00–21:15 Uhr 20 UE
Comhard, Möllendorffstraße 52, R-4.64 6–8 TN
Li2.13-008H

Gitarrenkurs

für Anfänger:innen

Dieser Kurs eignet sich besonders für Anfänger:innen, die die einfache Liedbegleitung auf der Gitarre erlernen wollen. Bitte eine Gitarre mitbringen. Lehrmaterial: Peter Bursch, Gitarrenbuch, Teil 1, ISBN 978-3-8024-0208-1.

Harald Wilk 65,00 € · erm. 37,00 €
04.09.–04.12.24 · 12x Mi, 17:00–18:15 Uhr 20 UE
Comhard, Möllendorffstraße 52, R-4.64 6–8 TN
Li2.13-009H

Gitarrenkurs

für Anfänger:innen mit Vorkenntnissen und Fortgeschrittene

Der Kurs führt das Programm des Kurses für Anfänger:innen fort, die Teilnahme setzt daher geringe Vorkenntnisse voraus. Bitte eine Gitarre mitbringen. Lehrmaterial: Peter Bursch, Gitarrenbuch, Teil 1, ISBN 978-3-8024-0208-1.

Harald Wilk 65,00 € · erm. 37,00 €
04.09.–04.12.24 · 12x Mi, 18:30–19:45 Uhr 20 UE
Comhard, Möllendorffstraße 52, R-4.64 6–8 TN
Li2.13-010H

UKULELE

für Anfänger:innen

Die Ukulele bitte mitbringen. Vor dem Kauf kann eine Beratung durch den Kursleiter eingeholt werden (bitte bei VHS melden). Für Kursunterlagen sind 2,00 € beim Kursleiter zu begleichen.

Bernd Kirstein 34,20 € · erm. 19,80 €
07.+08.09.24 · Sa+So, 11:00–14:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-013H

Bernd Kirstein 34,20 € · erm. 19,80 €
14.+15.09.24 · Sa+So, 11:00–14:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-014H

Bernd Kirstein 34,20 € · erm. 19,80 €
21.+22.09.24 · Sa+So, 11:00–14:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-015H

UKULELE

für Anfänger:innen mit Vorkenntnissen

Die Ukulele bitte mitbringen. Für Kursunterlagen sind 2,00 € beim Kursleiter zu begleichen.

Bernd Kirstein 34,20 € · erm. 19,80 €
05.+06.10.24 · Sa+So, 11:00–14:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-016H

Bernd Kirstein 34,20 € · erm. 19,80 €
12.+13.10.24 · Sa+So, 11:00–14:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-017H

Bernd Kirstein 34,20 € · erm. 19,80 €
19.+20.10.24 · Sa+So, 11:00–14:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-018H

UKULELE

für Fortgeschrittene

Die Ukulele bitte mitbringen. Für Kursunterlagen sind 2,00 € beim Kursleiter zu begleichen.

Bernd Kirstein 34,20 € · erm. 19,80 €
02.+03.11.24 · Sa+So, 11:00–14:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-019H

Bernd Kirstein 34,20 € · erm. 19,80 €
09.+10.11.24 · Sa+So, 11:00–14:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-020H

UKULELE

für Könner

Grundlegende musiktheoretische Kenntnisse werden ausgebaut. Mit dem Kennenlernen der ersten Tonleitern werden Grundlagen für das Melodiespiel gelegt.

Die Ukulele bitte mitbringen. Für Kursunterlagen sind 2,00 € beim Kursleiter zu begleichen.

Bernd Kirstein 34,20 € · erm. 19,80 €
23.+24.11.24 · Sa+So, 11:00–14:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-021H

Bernd Kirstein 34,20 € · erm. 19,80 €
30.11.+01.12.24 · Sa+So, 11.00–14.30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-022H

UKULELE – Ensemblespiel

Im Ensemblespiel steht das gemeinsame Musizieren im Vordergrund. Die Gruppe erarbeitet sich ein Song-Repertoire, in dem sich alle Fähigkeiten des Ukulele-Spiels und des Singens vereinen. Das Mitspielen im UKULELE-Ensemble ist Höhepunkt der UKULELE-Workshop-Reihe.

Bernd Kirstein 43,80 € · erm. 43,80 €
28.08.–04.12.24 · 9x Mi, 18:30–20:30 Uhr 24 UE
(14-tägig)
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Li2.13-025H

Mundharmonika: Bluesharp (Einstiegs-Workshop)

Musikalische Vorkenntnisse sind nicht nötig, aber hilfreich. Diatonische Mundharmonika in C-Dur (10 Kanäle) bitte mitbringen. Der Kursleiter Thomas Bertram Jahn ist auch als Live-Musiker zu erleben, unterwegs mit Tom Blacksmith & Soulminers und EB Davis.

Thomas Jahn 52,60 € · erm. 30,20 €
09.+10.11.24 · Sa+So, 10:00–16:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-011H

Atemarbeit und Powervoice (Einstiegs-Workshop)

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: bewegungsfreundliche Kleidung und dicke Socken oder Gymnastikschuhe.

Gerd Muchow; 68,60 € · erm. 35,80 €
Detlef Spielvogel
19.+20.10.24 · Sa+So, 10:00–16:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-026H

Atemarbeit und Powervoice (Vertiefungs-Workshop)

Der Workshop richtet sich an alle, die bereits den „Einstiegs-Workshop“ oder ähnliche Formate belegt haben. Er ist aber auch offen für Menschen ohne solche Vorerfahrungen und zum erstmaligen neuen Kennenlernen. Bitte mitbringen: bewegungsfreundliche Kleidung und dicke Socken oder Gymnastikschuhe.

Gerd Muchow; 68,60 € · erm. 35,80 €
Detlef Spielvogel
30.11.+01.12.24 · Sa+So, 10:00–16:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-027H

Gesangs-Workshop

Der Workshop richtet sich an alle, die ihre Singstimme entdecken oder Fähigkeiten erweitern möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: lockere Kleidung und ausreichend zu trinken.

Susanne Jansen; Lutz Schlosser 52,20 € · erm. 27,60 €
07.+08.09.24 · Sa+So, 10:00–15:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-028H

Susanne Jansen; Lutz Schlosser 52,20 € · erm. 27,60 €
09.+10.11.24 · Sa+So, 10:00–15:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-029H

Songwriting-Workshop

Bitte mitbringen: Schreibmaterial. Auf Wunsch können eigene Instrumente (Gitarre, Keyboard, Kleinpercussion) mitgebracht werden (Verstärker werden nicht gestellt). Grundkenntnisse über Harmonielehre (Akkorde, Tonleitern) und Rhythmus sind hilfreich, aber nicht erforderlich.

Armin Wegscheider 49,80 € · erm. 28,20 €
19.+20.10.24 · Sa+So, 09:30–14:30 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
Li2.13-032H

Blues-Gitarren-Workshop

Für Einsteiger:innen wie für Geübte interessant. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: Schreibmaterial und eigenes Instrument (Akustik-Gitarre oder E-Gitarre mit Übungsverstärker).

Armin Wegscheider 49,80 € · erm. 28,20 €
02.+03.11.24 · Sa+So, 09:30–14:30 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
Li2.13-033H

Rock-Guitar-Workshop

Grundkenntnisse auf der Gitarre wie Powerchords und Pentatonik sind hilfreich, Notenkenntnisse nicht erforderlich. Bitte mitbringen: eigene Gitarre und Übungsverstärker, Schreibmaterial.

Armin Wegscheider 49,80 € · erm. 28,20 €
07.+08.12.24 · Sa+So, 09:30–14:30 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
Li2.13-034H

Jazzgitarre (Einstiegs-Workshop)

Kenntnisse der Grundakkorde C, A, G, E, D in Dur und Moll und etwas Spielpraxis mit Plektrum sind hilfreich. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: eigene Gitarre (akust./elektr.) und 4,00 € für Unterrichtsmaterialien.

Francesco Pocai 49,80 € · erm. 28,20 €
07.+08.09.24 · Sa+So, 11:00–16:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
Li2.13-035H

Jazzgitarre (Vertiefungs-Workshop)

Die Teilnahme am Einstiegs-Workshop ist empfehlenswert, allerdings nicht Voraussetzung. Gute Griffbrettkenntnisse sind von Vorteil, Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: eigene Gitarre (akust./elektr.) und 4,00 € für Unterrichtsmaterialien.

Francesco Pocai 49,80 € · erm. 28,20 €
12.+13.10.24 · Sa+So, 11:00–16:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
Li2.13-036H

Harmonielehre auf der Gitarre

Dieser Kurs richtet sich sowohl an Gitarrist:innen mit Grundkenntnissen als auch an bereits Fortgeschrittene, die ihre Theorielücken im Verständnis schließen wollen. Bitte mitbringen: eigene Gitarre (akust./elektr.) und 4,00 € für Unterrichtsmaterialien.

Francesco Pocai 49,80 € · erm. 28,20 €
28.+29.09.24 · Sa+So, 11:00–16:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
Li2.13-037H

Improvisation auf der Gitarre: Griffbrettgeometrie

Dieser Kurs richtet sich an alle Gitarrist:innen, die sich stilübergreifend für Improvisation auf der Gitarre interessieren. Bitte mitbringen: eigene Gitarre (akust./elektr.) und 4,00 € für Unterrichtsmaterialien.

Francesco Pocai 49,80 € · erm. 28,20 €
16.+17.11.24 · Sa+So, 11:00–16:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
Li2.13-038H

Rhythmusgitarre – Workout

Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: eigene Gitarre (akust./elektr.) und 4,00 € für Unterrichtsmaterialien.

Francesco Pocai 49,80 € · erm. 28,20 €
30.11.+01.12.24 · Sa+So, 11:00–16:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5–7 TN
NEU · Li2.13-039H

Swing Guitar (Workshop)

Der Workshop ist geeignet für Einsteiger:innen in die Swing-Musik, ebenso für leicht Fortgeschrittene. Als Vorkenntnisse sind Barré-Akkorde und etwas Spielpraxis mit Plektrum hilfreich. Eigene Instrumente und Plektren sind bitte mitzubringen.

Lutz Schlosser 52,60 € · erm. 30,20 €
12.+13.10.24 · Sa+So, 10:00–16:45 Uhr 16 UE
Centre Manouche, Liebigstraße 25, Atelier 5–6 TN
Li2.13-040H

Klänge und Rhythmus im Zusammenspiel

Gemeinsam musizieren

Dieser Basiskurs ist eine musikalische Entdeckungsreise in die Welt gemeinsamer Klangerlebnisse und Rhythmen – für und mit interessierten Menschen. Es sind keine musikalischen Vorkenntnisse nötig. Akustische Instrumente sind willkommen. Die Teilnahme ohne eigenes Instrument ist möglich. Es gibt eine Auswahl an Instrumenten vor Ort (u. a. Gitarre).

Lutz Schlosser 24,70 € · erm. 14,90 €
19.10.24 · Sa, 10:30–16:30 Uhr 7 UE
Centre Manouche, Liebigstraße 25, Atelier 5–6 TN
NEU · Li2.13-041H

Lieder und Texte singen, sprechen und spielen für Bühne und Podium

Der Kurs ist für den Bereich der Kleinkunst bzw. der Theater gedacht, ein Angebot vornehmlich an Interpret:innen, Schauspieler:innen und Liedermacher:innen und natürlich an jene, die es werden wollen.

Gina Pietsch, Fabio Costa 167,00 € · erm. 85,00 €
21.09.–17.11.24
6x · Uhrzeiten siehe Kursdetails online 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-047H

Abschlusspräsentation am 17.11.24 · So, 15:00–18:00 Uhr

Abschlusspräsentation der Teilnehmer:innen des VHS-Chansonkurses unter Leitung von Gina Pietsch und Fabio Costa in der VHS Lichtenberg. Um Anmeldung unter der Kursnummer Li2.13-048H bis zum 15.11.24 wird gebeten, der Eintritt ist frei!

Afrikanisches Trommeln – African Drums

Wir spielen westafrikanische Rhythmen aus dem Senegal und aus Guinea. Vermittelt werden die Sounds und Anschlagstechniken der Djembe sowie mehrstimmiges Zusammenspiel. Ein Workshop mit Rhythmusgefühl und Spaß am Spielen. Eine eigene Djembe-Trommel kann gerne mitgebracht werden oder für 2,50 € beim Kursleiter geliehen werden.

Detlef Spielvogel 31,80 € · erm. 17,40 €
15.09.24 · So, 10:00–16:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–10 TN
Li2.13-050H

Detlef Spielvogel 31,80 € · erm. 17,40 €
10.11.24 · So, 10:00–16:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–10 TN
Li2.13-051H

Musik mit dem Computer

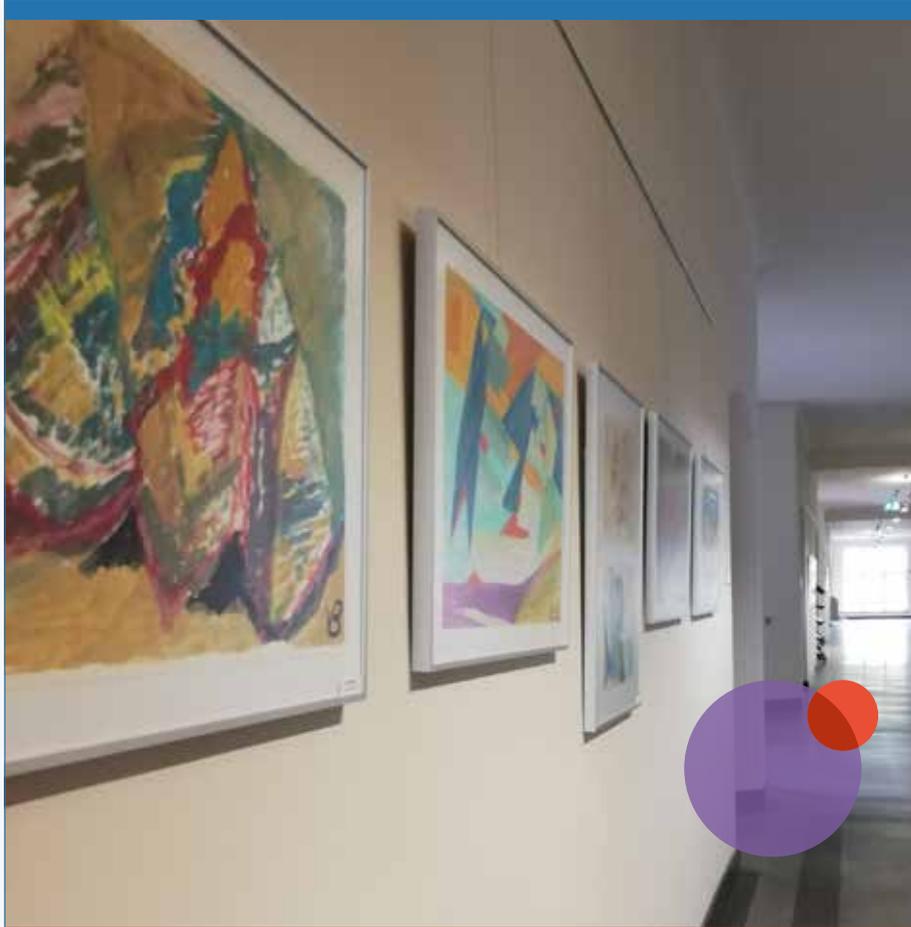
Der Kurs verbindet Musiktheorie, Klangerzeugung und Einführung in universale Ideen der softwaregestützten „Computermusik“ für Einsteiger:innen in Digital Audio Workstations (DAW). Zudem gibt es Tipps zum Aufbau eines Heimstudios. Bitte bringen Sie Ihren Laptop und Kopfhörer mit. Wir verwenden die freie Software Reaper, welche vom Kursleiter zur Verfügung gestellt wird.

Thomas Smorek 52,60 € · erm. 30,20 €
21.+22.09.24 · Sa+So, 10:30–17:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-060H

Klangbearbeitung am PC + Mac

Bitte mitbringen: Ihren Laptop und Kopfhörer. Wir verwenden die freie Software Audacity, welche vom Kursleiter zur Verfügung gestellt wird.

Thomas Smorek 52,60 € · erm. 30,20 €
16.+17.11.24 · Sa+So, 10:30–17:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li2.13-061H



IMPRESSIONEN AUS DEN KURSEN

Kunst – Kultur – Gestalten

Teilnehmer:innen präsentieren ihre Werke.

Aus den Bereichen Malen und Zeichnen, Fotografie, Kunsthandwerk und weiteren Themen werden regelmäßig Werke der Teilnehmenden und auch Kursleitungen unserer Kurse ausgestellt:

In Form von Bildern an den Wänden und plastisch in unseren Vitrinen. Dies bietet einen kleinen Einblick in die Vielfalt der künstlerischen Arbeit.

VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71

-
- 42 Bildungszeit
 - 43 Augenentspannung – Sehtraining
 - 43 Entspannung
 - 44 Fitness
 - 46 Gymnastik
 - 47 Massage
 - 48 Pilates
 - 49 QiGong
 - 50 Tai Ji Quan
 - 50 Volleyball
 - 51 Yoga
 - 52 Zumba®Fitness – Latin Fitness Dance
 - 53 Lehrküche

3

ENTSPANNUNG BEWEGUNG GESUNDHEIT

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG

Andreas Pohnke

☎ (030) 90296 5977

✉ andreas.pohnke@lichtenberg.berlin.de

Fachliche Beratung nach Vereinbarung

„VHS MACHT GESÜNDER!“



Gesundheitsbildung an den Berliner Volkshochschulen

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Gesundheitskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten.

In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. Das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig. Die aktuelle Forschung weist immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen berücksichtigen seit langem diese Erkenntnisse. Sachinformationen und Lernen werden mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte. All dies sind wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.

Wir achten darauf, dass die Kursleiterinnen und Kursleiter neben der überprüfbaren fachlichen Qualifikation erwachsenenpädagogische Erfahrungen sowie persönliche und pädagogische Eignung besitzen, fachlich auf dem neusten Kenntnisstand sind und die Ziele der Gesundheitsbildung der Berliner Volkshochschulen verwirklichen wollen.

Bildungszeit

Programmbereich 3 umfasst auch Kurse, die als Bildungszeit anerkannt sind. Die ganztägigen Kurse unter der Woche sind entsprechend gekennzeichnet. Wenn Sie am Wochenende arbeiten, können auch Wochenendkurse als Bildungszeit anerkannt werden.

Wir freuen uns darauf, Sie bei Ihrer Weiterbildung zu unterstützen!

Alle Bildungszeit-Angebote der VHS Lichtenberg finden Sie im Überblick auf Seite 106.

AUGENENTSPANNUNG – SEHTRAINING

Leichter lernen durch Sehtraining und Augenentspannung

Bitte bequeme Kleidung und Kontaktlinsenbehälter mitbringen.

Cornelia Jakob 28,40 € · erm. 17,20 €
16.10.–06.11.24 · Mi, 17:00–18:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.03-001H

Sehtraining und Augenentspannung

Bitte bequeme Kleidung und Kontaktlinsenbehälter mitbringen.

Cornelia Jakob 28,40 € · erm. 17,20 €
16.11.24 · Sa, 10:00–16:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.03-002H

ENTSPANNUNG

Mindfulness – Achtsamkeit

Maika Beckers 50,80 € · erm. 28,40 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 11:15–12:15 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.01-003

Feldenkrais® für Schultern & Nacken

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

Antek Freitag 34,00 € · erm. 20,00 €
23.+24.11.24 · Sa+So 10:00–15:15 Uhr 10 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.01-007H

Mit PMR und AT entspannt ins Wochenende

Progressive Muskelentspannung und Atemtechnik Präsenzkurs

Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken, ein kleines Handtuch und soweit vorhanden – eine kleine, leichte Decke mitbringen.

Andrea Lehmann 67,60 € · erm. 36,80 €
19.09.–05.12.24 · Do, 18:15–19:45 Uhr 22 UE
Nachbarschaftshaus Kiezspinne FAS,
Schulze-Boysen-Str. 38, Bewegungsraum 6–8 TN
Li3.01-028H

Online-Kurs

Der Kurs wird auf dem Portal der VHS-Cloud angeboten. Den Kurscode erhalten Sie mit der Anmeldung.

Andrea Lehmann 66,06 € · erm. 36,03 €
20.09.–29.11.24 · Fr, 18:15–19:45 Uhr 22 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
online · Li3.01-103H

Entspannungstechniken – kompakt

Der Kurs richtet sich an alle, die Entspannung brauchen und verschiedene Entspannungstechniken kennenlernen möchten.

Hannelore Patschinsky 25,60 € · erm. 15,80 €
12.10.24 · Sa, 10:00–15:15 Uhr 7 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.01-029H

Autogenes Training

Bitte warme Socken und eine Decke mitbringen.

Hannelore Patschinsky 62,00 € · erm. 34,00 €
25.09.–27.11.24 · Mi, 18:45–20:15 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.01-030H

Kommt Frauen, Kurzurlaub!

Erholung für Körper, Geist und Seele

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke, Schreibmaterialien und ein kleines Kissen mitbringen. Informationen zur Kursleiterin: www.gang-art.com.

Cornelia Schulz 38,66 € · erm. 38,66 €
11.–13.10.24 · Fr, 17:30–21:00 Uhr;
Sa, 10:00–18:00 Uhr; So, 10:00–16:00 Uhr 23 UE
culturLAWINE e. V., Streustraße 42,
Kreativraum HH 6 TN
Li3.01-035H

Cornelia Schulz 38,66 € · erm. 38,66 €
22.–24.11.24 · Fr, 17:30–21:00 Uhr;
Sa, 10:00–18:00 Uhr; So, 10:00–16:00 Uhr 23 UE
culturLAWINE e. V., Streustraße 42,
Kreativraum HH 6 TN
Li3.01-036H

Effektives Stressmanagement & Resilienz im Beruf

Für Jedermann geeignet; keine Vorkenntnisse nötig. Bitte Trinken, Snacks, bequeme Kleidung, warme Socken und – wenn möglich – Decke und Yogamatte mitbringen.

Tanja Tress 118,00 € · erm. 62,00 €
02.–06.09.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–12 TN
Bildungszeit · Li3.01-039H

Tanja Tress 118,00 € · erm. 62,00 €
16.–20.12.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–12 TN
Bildungszeit · Li3.01-038H

Mindfulness – Achtsamkeit ONLINE

Starten Sie bewusst und entspannt in den Tag

Der Kurs wird auf dem Portal der VHS-Cloud angeboten. Den Kurscode erhalten Sie mit der Anmeldung.

Maika Beckers 47,80 € · erm. 25,40 €
12.09.–05.12.24 · Do, 08:30–09:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
online · Li3.01-101H

Maika Beckers 47,80 € · erm. 25,40 €
17.09.–03.12.24 · Di, 08:30–09:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
online · Li3.01-100H

Die Feldenkrais®Methode

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

Anete Wolf 73,20 € · erm. 39,60 €
12.09.–05.12.24 · Do, 15:30–17:00 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.01-042H

Achtsamkeit & Yoga ONLINE

Der Kurs wird auf dem Portal der VHS-Cloud angeboten.
Den Kurscode erhalten Sie mit der Anmeldung.

Andrea Gaussmann 77,68 € · erm. 40,34 €
19.09.–28.11.24 · Do, 18:00–20:00 Uhr 26 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
online · Li3.01-102H

Entspannung durch Achtsamkeit ONLINE

Kurzurlaub für den Körper

Der Kurs wird auf dem Portal der VHS-Cloud angeboten.
Den Kurscode erhalten Sie mit der Anmeldung.
Informationen zur Kursleiterin: www.gang-art.com

Cornelia Schulz 62,00 € · erm. 34,00 €
30.09.–02.12.24 · Mo, 18:30–20:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
online · Li3.01-105H

Achtsamkeit für Körper & Geist (Workshop)

Stefan Hoffmann 28,40 € · erm. 17,20 €
05.10.24 · Sa, 10:00–16:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
NEU · Li3.01-106H

Stefan Hoffmann 28,40 € · erm. 17,20 €
26.10.24 · Sa, 10:00–16:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
NEU · Li3.01-108H

Innere Ruhe und Gelassenheit durch Autogenes Training (Workshop)

Stefan Hoffmann 28,40 € · erm. 17,20 €
06.10.24 · So, 10:00–16:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
NEU · Li3.01-107H

Effektiver Stressabbau durch Progressive Muskelentspannung (PMR-Workshop)

Stefan Hoffmann 28,40 € · erm. 17,20 €
27.10.24 · So, 10:00–16:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
NEU · Li3.01-109H

FITNESS

Eine gesunde, glückliche Stimme

Dieser Kurs ist geeignet für alle, die im Beruf viel sprechen, aber auch für diejenigen, die neugierig darauf sind, den Kontakt zu ihrer authentischen Stimme zu vertiefen.

Präsenzkurs

Maïke Beckers 50,80 € · erm. 28,40 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 12:30–13:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
NEU · Li3.02-007F

Online-Kurs

Der Kurs wird auf dem Portal der VHS-Cloud angeboten. Den Kurscode erhalten Sie mit der Anmeldung.

Maïke Beckers 47,80 € · erm. 25,40 €
12.09.–05.12.24 · Do, 09:45–10:45 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
online · Li3.02-102H

Fitness für Frauen ab 40

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Ines Preylowski; 49,20 € · erm. 27,60 €
Bernd Bernhardt
13.09.–29.11.24 · Fr, 16:45–17:45 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–16 TN
Li3.02-013H

Fitnessgymnastik – Bauch, Beine, Po

Bitte lockere Kleidung und Hallenturnschuhe mitbringen.

Uta Borrmann 50,80 € · erm. 28,40 €
19.09.–12.12.24 · Do, 17:00–18:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.02-014H

Konditionstraining

90 Minuten in Bewegung

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Mirko Fischer 70,80 € · erm. 38,40 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 19:00–20:30 Uhr 24 UE
Grundschule am Faulen See, Degnerstr. 71, Sporthalle 8–16 TN
Li3.02-021H

Funktionelle Gymnastik – 40plus

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Heidrun Grosch **65,40 € · erm. 35,70 €**
05.09.–12.12.24 · Do, 18:00–19:30 Uhr 22 UE
Grundschule am Faulen See, Degnerstr. 71,
Sporthalle 8–16 TN
Li3.02-024H

Fitnessgymnastik

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Dorota Kiehl **52,79 € · erm. 29,40 €**
10.09.–03.12.24 · Di, 18:00–19:00 Uhr 17 UE
Grundschule am Faulen See, Degnerstr. 71,
Sporthalle 8–16 TN
Li3.02-026H

Bewegung für Frauen

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Annerose Klügl **70,80 € · erm. 38,40 €**
17.09.–03.12.24 · Di, 19:00–20:30 Uhr 24 UE
Sporthalle Doberaner Straße 53 8–16 TN
Li3.02-027H

Bewegung macht Spaß

Bitte leicht und bequem kleiden und eine Gymnastikmatte mitbringen.

Hannelore Kretzschmar **49,20 € · erm. 27,60 €**
17.09.–03.12.24 · Di, 18:30–19:30 Uhr 16 UE
Sporthalle Rüdickenstraße 24 8–16 TN
Li3.02-028H

Selbstverteidigung mit Karate-Techniken (Workshop)

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Anthony Navarro **49,20 € · erm. 27,60 €**
02.–03.11.24 · Sa+So 10:00–15:15 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–16 TN
Li3.02-031H

Fitness Kickboxen

Der Einstieg ist auch ohne Kondition und Vorkenntnisse jederzeit möglich. Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Anna Pliakou **76,20 € · erm. 41,10 €**
13.09.–06.12.24 · Fr, 15:00–16:30 Uhr 26 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.02-032H

Anna Pliakou **76,20 € · erm. 41,10 €**
11.09.–04.12.24 · Mi, 20:00–21:30 Uhr 26 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–16 TN
Li3.02-033H

Fitness Boxen

Der Einstieg ist auch ohne Kondition und Vorkenntnisse jederzeit möglich. Bitte Hallenturnschuhe, bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Anna Pliakou **78,80 € · erm. 42,40 €**
13.09.–06.12.24 · Fr, 17:00–18:30 Uhr 26 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.02-034H

Fitness Kickboxen (Workshop)

Der Einstieg ist auch ohne Kondition und Vorkenntnisse jederzeit möglich. Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Anna Pliakou **43,32 € · erm. 24,66 €**
31.08.–01.09.24 · Sa+So, 11:00–16:00 Uhr 13 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–16 TN
Li3.02-035H

Ganzkörpertraining Kraft – Ausdauer

Der Einstieg ist auch ohne Kondition und Vorkenntnisse jederzeit möglich. Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Anna Pliakou **70,80 € · erm. 38,40 €**
12.09.–05.12.24 · Do, 18:00–19:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–16 TN
Li3.02-036H

Gymnastik 55plus

Bitte feste Turnschuhe, bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Ines Preylowski **62,00 € · erm. 34,00 €**
02.09.–09.12.24 · Mo, 13:30–14:30 Uhr 20 UE
Begegnungsstätte Karlshorst, Hönower Str. 30a,
Veranstaltungsraum 6–8 TN
Li3.02-038H

Ines Preylowski **62,00 € · erm. 34,00 €**
02.09.–09.12.24 · Mo, 14:45–15:45 Uhr 20 UE
Begegnungsstätte Karlshorst, Hönower Str. 30a,
Veranstaltungsraum 6–8 TN
Li3.02-037H

Problemzonengymnastik

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Ines Preylowski **73,50 € · erm. 39,75 €**
11.09.–18.12.24 · Mi, 18:00–19:15 Uhr 25 UE
Schule am Wilhelmsberg, Sandinostraße 8,
Sporthalle Sandinostraße 8–16 TN
Li3.02-039H

Fit durch Sport

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Moritz Schulz 70,80 € · erm. 38,40 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 17:30–19:00 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–16 TN
Li3.02-049H

Body Shape

Bitte ein Handtuch, feste Hallenturnschuhe und Sportbekleidung mitbringen.

Bonnie Wowsnik 49,20 € · erm. 27,60 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 19:15–20:15 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–16 TN
Li3.02-053H

Gut zu Fuß

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken, Badetuch oder Laken, Decke, Massageöl und ein kleines Kissen mit. Informationen zur Kursleiterin unter www.gang-art.com.

Cornelia Schulz 50,80 € · erm. 28,40 €
09.+10.11.24 · Sa+So, 10:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.02-054H

GYMNASTIK

Rückenwohl und Kreuzfidel

Rückenfitness auf neuen Wegen

Online-Kurs

Der Kurs wird auf der Plattform Zoom durchgeführt. Den Zugangslink erhalten Sie vor dem Kurs vom Kursleiter.

Moritz Schulz 44,08 € · erm. 23,54 €
19.09.–05.12.24 · Do, 17:00–18:00 Uhr 14 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
online · Li3.02-100H

Moritz Schulz 44,08 € · erm. 23,54 €
19.09.–05.12.24 · Do, 18:15–19:15 Uhr 14 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
online · Li3.02-101H

Präsenzkurs

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Moritz Schulz 73,20 € · erm. 39,60 €
17.09.–03.12.24 · Di, 17:00–18:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.02-050H

Rheuma-Gymnastik

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Kontakt Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont: Tel.: 9621033

Ina Weinel 50,80 € · erm. 28,40 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 09:30–10:30 Uhr 16 UE
Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont,
Ahrenshooper Str. 5, Übungsraum 6–8 TN
Li3.02-052H

Rückengymnastik

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibblock und Stift mitbringen.

Moritz Schulz 73,20 € · erm. 39,60 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 17:00–18:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.02-048H

Wirbelsäulengymnastik

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Kontakt Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont: Tel.: 9621033

Kirsten Ramm 54,52 € · erm. 30,26 €
11.09.–04.12.24 · Mi, 14:30–15:30 Uhr 17 UE
Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont,
Ahrenshooper Str. 5, Übungsraum 6–8 TN
Li3.02-044H

Sanfte Fitnessgymnastik

Bitte Gymnastikkleidung und Turnschuhe oder rutschfeste Socken mitbringen.

Marianne Raeschler 49,20 € · erm. 27,60 €
05.09.–12.12.24 · Do, 17:00–18:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–16 TN
Li3.02-043H

Fitness für Frauen 55plus

Der Kurs ist auch geeignet für Teilnehmerinnen mit kleineren Bewegungseinschränkungen. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

Marianne Raeschler 50,80 € · erm. 28,40 €
05.09.–12.12.24 · Do, 09:30–10:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.02-041H

Marianne Raeschler 50,80 € · erm. 28,40 €
05.09.–12.12.24 · Do, 10:45–11:45 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.02-042H

Wirbelsäulenfitness

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Kerstin Püschel 49,20 € · erm. 27,60 €
04.09.–04.12.24 · Mi, 17:45–18:45 Uhr 16 UE
Grundschule am Faulen See, Degnerstr. 71,
Sporthalle 8–25 TN
Li3.02-040H

Stuhlgymnastik 55plus

Bitte lockere Kleidung und Hallenturnschuhe mitbringen.

Heidrun Grosch 50,80 € · erm. 28,40 €
06.09.–13.12.24 · Fr, 15:45–16:45 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.02-025H

Rücken & Co. 55plus

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Kontakt Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont: Tel.: 9621033

Heidrun Grosch 54,52 € · erm. 30,26 €
04.09.–11.12.24 · Mi, 11:00–12:00 Uhr 17 UE
Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont,
Ahrenshooper Str. 5, Übungsraum 6–8 TN
Li3.02-023H

Heidrun Grosch 54,52 € · erm. 30,26 €
04.09.–11.12.24 · Mi, 09:45–10:45 Uhr 17 UE
Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont,
Ahrenshooper Str. 5, Übungsraum 6–8 TN
Li3.02-022H

Wirbelsäulengymnastik und Körperwahrnehmung

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Jutta Bruckner 50,80 € · erm. 28,40 €
10.09.–03.12.24 · Di, 14:30–15:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–9 TN
Li3.02-015H

Jutta Bruckner 70,80 € · erm. 38,40 €
11.09.–04.12.24 · Mi, 17:00–18:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.02-016H

Rückentraining mit elastischem Seil

ONLINE

Dynamisches Spiralmuskeltraining nach Dr. R. Smíšek

Der Kurs wird auf dem Portal der VHS-Cloud angeboten.
Den Kurscode erhalten Sie mit der Anmeldung.
Informationen zur Kursleiterin: www.gang-art.com.

Cornelia Schulz 62,00 € · erm. 34,00 €
30.09.–02.12.24 · Mo, 17:00–18:30 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
online · Li3.01-104H

MASSAGE

Klassische Massage

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung (kurzärmelig), warme Socken, zwei Laken, eine Decke, drei Handtücher, Massageöl und Schreibmaterial mit. Bitte nur paarweise anmelden, das Entgelt gilt für eine Person.

Martina Katharina Sünkel 50,80 € · erm. 28,40 €
07.+08.12.24 · Sa+So, 10:00–15:15 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.04-006H

Massage für Paare

Ein Wochenende zum Entspannen und Genießen

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung (kurzärmelig), warme Socken, zwei Laken, eine Decke, drei Handtücher, Massageöl und Schreibmaterial mit. Bitte nur paarweise anmelden, das Entgelt gilt für eine Person.

Martina Katharina Sünkel 50,80 € · erm. 28,40 €
14.+15.09.24 · Sa+So 10:00–15:15 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.04-003H

Martina Katharina Sünkel 50,80 € · erm. 28,40 €
09.+10.11.24 · Sa+So, 10:00–15:15 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.04-005H

Sanfte Massage für Paare

Ein Wohlfühl-Wochenende zu zweit

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung (kurzärmelig), warme Socken, zwei Laken, eine Decke, drei Handtücher, Massageöl und Schreibmaterial mit. Bitte nur paarweise anmelden, das Entgelt gilt für eine Person.

Martina Katharina Sünkel 50,80 € · erm. 28,40 €
19.+20.10.24 · Sa+So, 10:00–15:15 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.04-004H

Handmassage

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung (kurzärmelig), warme Socken, zwei Laken, eine Decke, drei Handtücher und Massageöl mit. Bitte nur paarweise anmelden, das Entgelt gilt für eine Person.

Cornelia Jakob 28,40 € · erm. 17,20 €
21.09.24 · Sa, 10:00–16:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.04-001H

PILATES

Klassisches Pilates

Keine Vorkenntnisse nötig, für jedes Alter geeignet. Bitte bequeme Kleidung und ein Handtuch mitbringen.

Natalie Bergschwinger 73,20 € · erm. 39,60 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 17:15–18:45 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
[Li3.02-008H](#)

Natalie Bergschwinger 50,80 € · erm. 28,40 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 09:00–10:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
[Li3.02-010H](#)

Erfahrung mit Pilates-Training oder ähnlichen Trainingsmethoden ist wünschenswert. Bitte bequeme Kleidung und ein Handtuch mitbringen.

Natalie Bergschwinger 73,20 € · erm. 39,60 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 19:00–20:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
[Li3.02-009H](#)

Natalie Bergschwinger 50,80 € · erm. 28,40 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 10:15–11:15 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
[Li3.02-011H](#)

Klassisches Pilates (Grundkurs)

Keine Vorkenntnisse nötig, für jedes Alter geeignet. Bitte bequeme Kleidung und ein Handtuch mitbringen.

Natalie Bergschwinger 73,20 € · erm. 39,60 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 18:45–20:15 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
[Li3.02-012H](#)

Klassisches Pilates

Grundkurs

Gut für alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen. Keine Vorkenntnisse nötig, für jedes Alter geeignet. Bitte bequeme Kleidung und ein Handtuch mitbringen.

Lea Burkart 73,20 € · erm. 39,60 €
12.09.–05.12.24 · Do, 17:15–18:45 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
[Li3.02-019H](#)

Aufbaukurs

Bitte bequeme Kleidung und ein Handtuch mitbringen.

Lea Burkart 73,20 € · erm. 39,60 €
12.09.–05.12.24 · Do, 19:00–20:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
[Li3.02-020H](#)

Klassisches Pilates

Bitte Trinkflasche, Handtuch und elastische Trainingskleidung, bei der deine Körperlinie gut sichtbar ist, mitbringen. Bei einer Verletzungsgeschichte wie z. B. Bandscheibenvorfall, Knieoperation oder chronischen Beschwerden wie Rückenschmerzen oder Nacken-/Schulterproblemen informiere mich bitte vor deiner ersten Stunde darüber.

Grundkurs

Vorkenntnisse sind nicht nötig, und es ist für jedes Alter geeignet. Wir arbeiten zusammen für das Wohl deiner Mind-Body-Verbindung.

Dietmar Rüttiger 62,00 € · erm. 34,00 €
20.09.–13.12.24 · Fr, 16:30–18:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
[Li3.02-045H](#)

Aufbaukurs

Dietmar Rüttiger 62,00 € · erm. 34,00 €
20.09.–13.12.24 · Fr, 18:15–19:45 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
[Li3.02-046H](#)

Early morning Pilates ONLINE

Der Kurs wird auf dem Portal der VHS-Cloud angeboten. Den Kurscode erhalten Sie mit der Anmeldung.

Natalie Bergschwinger 47,80 € · erm. 25,40 €
17.09.–03.12.24 · Di, 07:30–08:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
[online · Li3.02-104H](#)

Klassisches Pilates ONLINE

Der Kurs wird auf dem Portal der VHS-Cloud angeboten. Den Kurscode erhalten Sie mit der Anmeldung.

Natalie Bergschwinger 47,80 € · erm. 25,40 €
17.09.–03.12.24 · Di, 12:30–13:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
[online · Li3.02-105H](#)

QIGONG

Gesund und vital im Beruf durch QiGong

Bitte bequeme Kleidung, etwas zu trinken, Handtuch, dicke rutschfeste Socken oder leichte Gymnastikschuhe mitbringen.

Gerhard Bächer 118,00 € · erm. 62,00 €
26.–30.08.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–12 TN
NEU · Bildungszeit · Li3.01-001H

Gerhard Bächer 118,00 € · erm. 62,00 €
25.–29.11.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–12 TN
NEU · Bildungszeit · Li3.01-002H

Mit QiGong entspannt und voller Energie im Beruf

Bitte bequeme Kleidung, etwas zu trinken, warme Socken oder Hallenschuhe, eine Decke mitbringen.

Carola Fietkau 118,00 € · erm. 62,00 €
28.10.–01.11.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–12 TN
Bildungszeit · Li3.01-004H

QiGong für Fortgeschrittene

Bitte bequeme Kleidung, etwas zu trinken, Handtuch, dicke rutschfeste Socken oder leichte Gymnastikschuhe mitbringen.

Carola Fietkau 67,60 € · erm. 36,80 €
11.09.–27.11.24 · Mi, 10:30–12:00 Uhr 22 UE
Nachbarschaftshaus Kiezspinne FAS,
Schulze-Boysen-Str. 38, Bewegungsraum 6–10 TN
Li3.01-006H

QiGong für Fortgeschrittene

Bitte warme Kleidung und dicke Socken sowie etwas zu trinken mitbringen.

Adrian Ladenberger 73,20 € · erm. 39,60 €
23.09.–09.12.24 · Mo, 19:30–21:00 Uhr 24 UE
Begegnungsstätte im Haus der Generationen,
„RoBerto“, Paul-Junius-Str. 64a 6 TN
Li3.01-023H

QiGong für jede Jahreszeit

Alltagskleidung ist ausreichend. Bitte etwas zu trinken und dicke Socken mitbringen.

Adrian Ladenberger 73,20 € · erm. 39,60 €
23.09.–09.12.24 · Mo, 15:30–17:00 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.01-024H

Mit Qigong fit durch den Herbst

Bitte warme Kleidung und dicke Socken sowie etwas zu trinken mitbringen.

Adrian Ladenberger 73,20 € · erm. 39,60 €
23.09.–09.12.24 · Mo, 17:30–19:00 Uhr 24 UE
Begegnungsstätte im Haus der Generationen,
„RoBerto“, Paul-Junius-Str. 64a 6 TN
Li3.01-025H

QiGong

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Kontakt Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont: Tel.: 9621033

Marianne Raeschler 50,80 € · erm. 28,40 €
02.09.–25.11.24 · Mo, 17:30–18:30 Uhr 16 UE
Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont,
Ahrenshooper Str. 5, Übungsraum 6–8 TN
Li3.01-031H

QiGong

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Marianne Raeschler 50,80 € · erm. 28,40 €
05.09.–12.12.24 · Do, 18:15–19:15 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.01-033H

QiGong

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Kontakt Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont: Tel.: 9621033

Marianne Raeschler 50,80 € · erm. 28,40 €
02.09.–25.11.24 · Mo, 18:45–19:45 Uhr 16 UE
Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont,
Ahrenshooper Str. 5, Übungsraum 6–8 TN
Li3.01-034H

TAI JI QUAN

Tai Ji Quan am Mittag

Der Kurs ist sowohl für Anfänger:innen als auch Teilnehmende mit Vorkenntnissen geeignet. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Frank Adler 73,20 € · erm. 39,60 €
11.09.–04.12.24 · Mi, 12:00–13:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–12 TN
Li3.02-001H

Entspannung für den Beruf mit Tai Ji Quan

Der Kurs ist sowohl für Anfänger:innen als auch Teilnehmende mit Vorkenntnissen geeignet. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Frank Adler 118,00 € · erm. 62,00 €
09.–13.09.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–12 TN
Bildungszeit · Li3.02-002H

Frank Adler 118,00 € · erm. 62,00 €
18.–22.11.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–12 TN
Bildungszeit · Li3.02-003H

Tai Ji Quan (Tai Chi Chuan)

für Fortgeschrittene

Der Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen geeignet. Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Rica Schücke 73,20 € · erm. 39,60 €
13.09.–29.11.24 · Fr, 19:00–20:30 Uhr 24 UE
Sporthalle Wustrower Straße 28 8–16 TN
Li3.02-047H

Tai Ji Quan (Tai Chi Chuan)

Tai Ji kann von Menschen jeden Alters erlernt werden. Der Kurs ist sowohl für Anfänger als auch Teilnehmer mit Vorkenntnissen geeignet. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Hartmut Sehls 73,20 € · erm. 39,60 €
13.09.–29.11.24 · Fr, 19:00–20:30 Uhr 24 UE
Sporthalle Wustrower Straße 28 8–16 TN
Li3.02-051H

VOLLEYBALL

Volleyball

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Mario Burda 87,00 € · erm. 46,50 €
29.08.–12.12.24 · Do, 18:30–20:00 Uhr 30 UE
Fritz-Reuter-Schule, Prendener Str. 29,
Sporthalle 8–16 TN
Li3.02-017H

Volleyball

für Fortgeschrittene

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Mario Burda 87,00 € · erm. 46,50 €
29.08.–12.12.24 · Do, 20:00–21:30 Uhr 30 UE
Fritz-Reuter-Schule, Prendener Str. 29,
Sporthalle 8–16 TN
Li3.02-018H

YOGA

Lachyoga ist gesund und baut Stress ab

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Handtuch, dicke Socken oder Hallenschuhe, etwas zu trinken. Wettergerechte Kleidung, um ggf. auch mal draußen zu üben. Bitte nicht bei Erkältungssymptomen oder -krankheiten teilnehmen.

Carola Fietkau 47,08 € · erm. 26,54 €
16.09.–27.11.24 · Mi, 12:15–13:15 Uhr 14 UE
Nachbarschaftshaus Kiezspinne FAS,
Schulze-Boysen-Str. 38, Bewegungsraum 6–8 TN
Li3.01-005H

Hatha Yoga

Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Grundkurs

Andrea Gaussmann 73,20 € · erm. 39,60 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 17:00–18:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li3.01-008H

Aufbaukurs

Andrea Gaussmann 73,20 € · erm. 39,60 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 18:45–20:15 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li3.01-009H

Hatha Yoga und Meditation

Keine Vorkenntnisse nötig. Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Andrea Gaussmann 41,48 € · erm. 23,74 €
30.11.+01.12.24 · Sa+So, 10:00–15:15 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.01-010H

Mit Yoga zu innerer Ausrichtung und Gelassenheit

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Andrea Gaussmann 118,00 € · erm. 62,00 €
11.–15.11.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–12 TN
Bildungszeit · Li3.01-011H

Yoga und Stressreduktion im Beruf

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Annette Grünler; 118,00 € · erm. 62,00 €
Amely Gundlach
14.–18.10.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–12 TN
Bildungszeit · Li3.01-012H

Yin Yoga & Klang

Der Kurs ist für alle Level geeignet. Mehr Informationen, Hörproben und Videos gibt es auf www.amelody.de. Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Amely Gundlach 73,20 € · erm. 39,60 €
19.09.–12.12.24 · Do, 15:15–16:45 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.01-013H

Yin Yoga (Workshop)

Der Kurs ist für alle Level geeignet. Mehr Informationen, Hörproben und Videos gibt es auf www.amelody.de. Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Amely Gundlach 17,20 € · erm. 11,60 €
28.09.24 · Sa, 10:00–13:00 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.01-014H

Yoga und Stressreduktion im Beruf

Bitte bringen Sie zur Yoga-Woche wenn möglich eine eigene Yogamatte, ein kleines Kissen und eine leichte Decke (oder Tuch), bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibzeug und eine Trinkflasche mit.

Amely Gundlach 118,00 € · erm. 62,00 €
04.–08.11.24 · Mo–Fr, 09:30–16:30 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–12 TN
Bildungszeit · Li3.01-015H

Yoga Grundkurs am Vormittag

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Decke und warme Socken mit.

Amely Gundlach 73,20 € · erm. 39,60 €
17.09.–03.12.24 · Di, 09:30–11:00 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.01-016H

Yoga Grundkurs zur Mittagszeit

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Decke und warme Socken mit.

Amely Gundlach 73,20 € · erm. 39,60 €
17.09.–03.12.24 · Di, 11:15–12:45 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.01-017H

Hatha Yoga (Grundkurs)

Bitte lockere Kleidung mitbringen. Der Kurs ist besonders für Senioren mit Yoga-Vorerfahrungen geeignet.

Sigrid Heger 67,60 € · erm. 36,80 €
11.09.–04.12.24 · Mi, 09:30–11:00 Uhr 22 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.01-018H

Hatha Yoga

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Kontakt Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont: Tel.: 9621033

Grundkurs

Margit Malini Langa 73,20 € · erm. 39,60 €
17.09.–10.12.24 · Di, 18:30–20:00 Uhr 24 UE
Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont,
Ahrenshooper Str. 5, Übungsraum 6–8 TN
Li3.01-026H

Aufbaukurs

Margit Malini Langa 73,20 € · erm. 39,60 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 18:00–19:30 Uhr 24 UE
Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont,
Ahrenshooper Str. 5, Übungsraum 6–8 TN
Li3.01-027H

Yoga und Körpererfahrung

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Grundkurs

Tanja Tress 73,20 € · erm. 39,60 €
05.09.–12.12.24 · Do, 17:00–18:30 Uhr 24 UE
Begegnungsstätte im Haus der Generationen,
„RoBerto“, Paul-Junius-Str. 64a 6–7 TN
Li3.01-040H

Aufbaukurs

Tanja Tress 73,20 € · erm. 39,60 €
05.09.–12.12.24 · Do, 18:30–20:00 Uhr 24 UE
Begegnungsstätte im Haus der Generationen,
„RoBerto“, Paul-Junius-Str. 64a 6–7 TN
Li3.01-041H

Hatha Yoga und Körpererfahrung

Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Grundkurs

Judith Wolff 73,20 € · erm. 39,60 €
10.09.–10.12.24 · Di, 17:15–18:45 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
NEU · Li3.01-043H

Aufbaukurs

Judith Wolff 73,20 € · erm. 39,60 €
10.09.–10.12.24 · Di, 19:00–20:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
NEU · Li3.01-044H

ZUMBA®FITNESS – LATIN FITNESS DANCE

ZUMBA™Fitness

Bringen Sie bitte ausreichend zu trinken, bequeme Kleidung, Turnschuhe und ein Handtuch mit.

Isabel Adler 49,20 € · erm. 27,60 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 17:40–18:40 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–20 TN
Li3.02-004H

Isabel Adler 49,20 € · erm. 27,60 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 18:45–19:45 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–20 TN
Li3.02-005H

CIRCL Mobility™

Bitte bequeme Kleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Isabel Adler 49,20 € · erm. 27,60 €
17.09.–03.12.24 · Di, 17:00–18:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–20 TN
NEU · Li3.02-006H

Latin Fitness Dance

Bringen Sie bitte ausreichend zu trinken, bequeme Kleidung, Turnschuhe und ein Handtuch mit.

Victor Loayza 49,20 € · erm. 27,60 €
20.09.–06.12.24 · Fr, 17:45–18:45 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–20 TN
Li3.02-029H

Latin Fitness Dance ONLINE

Der Kurs wird auf dem Portal der VHS-Cloud angeboten. Den Kurscode erhalten Sie mit der Anmeldung.

Maike Beckers 47,80 € · erm. 25,40 €
17.09.–03.12.24 · Di, 09:45–10:45 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
Li3.02-103H



LEHRKÜCHE

KULTUR UND KÜCHE, KOCHEN, ERNÄHRUNG

Vegan kochen

Gerne können Sie eine Schürze, ein Geschirrhandtuch, ein scharfes Messer sowie einen kleinen Behälter mitbringen.

Claudio Cassetti 24,20 € · erm. 18,60 €
17.10.24 · Do, 17.00–20.00 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.05-002H

Claudio Cassetti 24,20 € · erm. 18,60 €
18.10.24 · Fr, 17.00–20.00 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.05-001H

Italienisch kochen

Bitte bringen Sie eine Schürze, ein Geschirrhandtuch, ein scharfes Messer sowie einen kleinen Behälter mit.

Italienische Antipasti

Claudio Cassetti 29,80 € · erm. 21,40 €
09.11.24 · Sa, 10:30–15:00 Uhr 6 UE
Küche RBO Wohngemeinschaft Spittastraße,
Spittastraße 36, Küche 6 TN
Li3.05-003H

Gnocchi

Claudio Cassetti 32,60 € · erm. 22,80 €
03.11.24 · So, 10:30–15:45 Uhr 7 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.05-004H

Pizza e Pane

Claudio Cassetti 29,80 € · erm. 21,40 €
16.11.24 · Sa, 10:30–15:00 Uhr 6 UE
Küche RBO Wohngemeinschaft Spittastraße,
Spittastraße 36, Küche 6 TN
Li3.05-005H

Pasta

Claudio Cassetti 32,60 € · erm. 22,80 €
24.11.24 · So, 10:30–15:45 Uhr 7 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.05-006H

Hühnergerichte aus aller Welt

Bernd Dornbusch 29,80 € · erm. 21,40 €
05.09.24 · Do, 17:00–21:30 Uhr 6 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.05-100H

Griechische Küche

Bernd Dornbusch 29,80 € · erm. 21,40 €
06.09.24 · Fr, 17:00–21:30 Uhr 6 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.05-101H

Küche & Kultur

Baskenland

Bernd Dornbusch 32,60 € · erm. 22,80 €
07.09.24 · Sa, 11:00–16:15 Uhr 7 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–10 TN
Li3.05-102H

Südfrankreich

Bernd Dornbusch 32,60 € · erm. 22,80 €
08.09.24 · So, 11:00–16:15 Uhr 7 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–10 TN
Li3.05-103H

Südindien

Bernd Dornbusch 32,60 € · erm. 22,80 €
12.10.24 · Sa, 11:00–16:15 Uhr 7 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–10 TN
Li3.05-106H

Thailand und Malaysia

Bernd Dornbusch 32,60 € · erm. 22,80 €
13.10.24 · So, 11:00–16:15 Uhr 7 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–10 TN
Li3.05-107H

Israel

Bernd Dornbusch 29,80 € · erm. 21,40 €
14.11.24 · Do, 17:00–21:30 Uhr 6 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li3.05-108H

Flandern

Bernd Dornbusch 32,60 € · erm. 22,80 €
16.11.24 · Sa, 11:00–16:15 Uhr 7 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–10 TN
Li3.05-110H

Irland

Bernd Dornbusch 32,60 € · erm. 22,80 €
17.11.24 · So, 11:00–16:15 Uhr 7 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–10 TN
Li3.05-111H

Sizilien

Bernd Dornbusch 32,60 € · erm. 22,80 €
30.11.24 · Sa, 11:00–16:15 Uhr 7 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–10 TN
Li3.05-114H

Rund um die Suppe

Bernd Dornbusch 29,80 € · erm. 21,40 €
 10.10.24 · Do, 17:00–21:30 Uhr 6 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
 Li3.05-104H

Alpenküche

Bernd Dornbusch 29,80 € · erm. 21,40 €
 11.10.24 · Fr, 17:00–21:30 Uhr 6 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
 Li3.05-105H

Französische Herbst- und Winterküche

Bernd Dornbusch 29,80 € · erm. 21,40 €
 15.11.24 · Fr, 17:00–21:30 Uhr 6 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
 Li3.05-109H

Karibische Küche

Bernd Dornbusch 29,80 € · erm. 21,40 €
 28.11.24 · Do, 17:00–21:30 Uhr 6 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
 Li3.05-112H

Kochen und backen mit Esskastanien

Bernd Dornbusch 29,80 € · erm. 21,40 €
 29.11.24 · Fr, 17:00–21:30 Uhr 6 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
 Li3.05-113H

Weihnachtsmenü für Feinschmecker

Bernd Dornbusch 32,60 € · erm. 22,80 €
 01.12.24 · So, 11:00–16:15 Uhr 7 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–10 TN
 Li3.05-115H

Gesund leben mit den Fünf Elementen der gesunden Ernährung

Bitte bringen Sie eine Schürze, ein Geschirrhandtuch, ein scharfes Messer sowie einen kleinen Behälter mit.

Jana Vogler 32,60 € · erm. 22,80 €
 20.10.24 · So, 10:00–15:15 Uhr 7 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
 Li3.05-200H

Jana Vogler 32,60 € · erm. 22,80 €
 10.11.24 · So, 10:00–15:15 Uhr 7 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
 Li3.05-201H

Mexikanische Quesadillas

Eines der bekanntesten Gerichte der mexikanischen Küche

Dieser Kurs findet in deutscher und englischer Sprache statt.
 This courses take place in German and English.

Rose Marie Plaschinski Minakata 32,60 € · erm. 22,80 €
 29.09.24 · So, 10:00–15:15 Uhr 7 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
 NEU · Li3.05-300H

Prä-hispanische mexikanische Küche

Die mexikanische Küche der alten Mexikaner vor der Ankunft der Spanier, die auch heute noch verwendet wird.

Dieser Kurs findet in deutscher und englischer Sprache statt.
 This course takes place in German and English.

Rose Marie Plaschinski Minakata 32,60 € · erm. 22,80 €
 23.11.24 · Sa, 10:00–15:15 Uhr 7 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
 NEU · Li3.05-301H

-
- 56 Auswahl Deutschkurse
 - 57 Mütter-Eltern-Kurse
 - 57 B1 Prüfungstraining DTZ
 - 57 Deutschkurse für Geflüchtete
 - 58 Einbürgerungstest
 - 59 Integrationskurse
 - 60 Integration Courses
 - 62 Kompetenzstufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens
-

4

DEUTSCH ALS ZWEITSPRACHE

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG

Karl Pfennig

☎ (030) 90296 5983

✉ karl.pfennig@lichtenberg.berlin.de

Fachliche Beratung nach Vereinbarung



Das gesamte Deutschkurs-Angebot der VHS Lichtenberg finden Sie unter vhs.link/devhsl



In unserem Programm für Deutsch als Fremdsprache legen wir großen Wert auf Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE), denn wir sind überzeugt, dass Sprachbildung nicht nur das Erlernen einer neuen Sprache umfasst, sondern auch ein Bewusstsein für ökologische, soziale und wirtschaftliche Zusammenhänge schafft. Wir integrieren Themen wie Umweltschutz, interkulturelles Verständnis und globale Zusammenarbeit in unseren Unterricht. So ermöglichen wir unseren Teilnehmenden, die deutsche Sprache zu erlernen und sich als verantwortungsbewusste und engagierte Mitglieder einer globalen Gesellschaft zu entwickeln. Unsere Kurse bieten daher nicht nur sprachliche Bildung, sondern auch die Möglichkeit, sich aktiv für eine nachhaltige Zukunft einzusetzen und sich mit anderen Menschen auszutauschen, um gemeinsam Lösungen für globale Herausforderungen zu finden.

Wir laden Sie herzlich ein, Teil dieses ganzheitlichen Lernprozesses zu werden!

Falls Sie sich bei Ihrem Sprachniveau unsicher sind, nehmen Sie bitte an einem kostenfreien Online-Einstufungstest teil, zum Beispiel hier: vhs.link/einstufungonline

Deutsch B1+ (Brückenkurs zu B2)

Dörte Hasselberg **158,40 €**
 26.08.–24.09.24 · Mo–Fr, 09:15–12:35 Uhr **88 UE**
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **6–18 TN**
[Li4.04-064H](#)

Prüfungstraining telc Deutsch B2

Abendkurs – 2x pro Woche

Bitte melden Sie sich rechtzeitig für Ihren Prüfungstermin an. Die Prüfungszentrale der Berliner Volkshochschulen bietet am 28.09.2024 einen Prüfungstermin an (Anmeldezeitraum: 09.07. bis 12.09.2024).

Ina Hoppe **57,60 €**
 03.–25.09.24 · Di+Mi, 17:30–20:45 Uhr **32 UE**
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **6–16 TN**
[NEU · Li4.04-060H](#)

Deutsch B2.1 / Blended Learning

Es handelt sich nicht um einen Berufssprachkurs. Um sich für den Kurs anmelden zu können, müssen Sie erfolgreich an einer B1-Prüfung (z. B. Deutsch-Test für Zuwanderer) teilgenommen haben. Anmeldung bitte per E-Mail mit B1 Nachweis oder zu unseren Anmeldezeiten.

Dörte Hasselberg **180,00 €**
 26.09.–08.11.24 · Mo–Fr, 09:15–12:35 Uhr **100 UE**
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **6–18 TN**
[teilweise online · Li4.04-065H](#)

Deutsch C2

Abendkurs – 2x pro Woche

Der Kurs eignet sich für sowohl für Personen, die ihre Sprachkenntnisse nach Abschluss der Niveaustufe C1 aktiv halten und ausbauen wollen, als auch für jene, die langfristig ein C2-Zertifikat anstreben. Bitte planen Sie wöchentlich etwa zwei Stunden für das Selbststudium ein.

Ina Hoppe **115,20 €**
 01.10.–04.12.24 · Di+Mi, 17:30–20:45 Uhr **64 UE**
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **6–12 TN**
[Li4.04-061H](#)

Deutsch B2.2 / Blended Learning

Es handelt sich nicht um einen Berufssprachkurs.

Dörte Hasselberg **180,00 €**
 12.11.–16.12.24 · Mo–Fr, 09:15–12:35 Uhr **100 UE**
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **8–18 TN**
[teilweise online · Li4.04-066H](#)

Deutsch C1.1

Voraussetzung für diesen Kurs sind sichere Grammatikkenntnisse auf dem Niveau B2. Bitte planen Sie wöchentlich etwa zwei Stunden für das Selbststudium ein.

Ina Hoppe **180,00 €**
 02.09.–15.10.24 · Mo–Do, 13:45–17:00 Uhr 100 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–16 TN
 Li4.04-062H

Deutsch C1.2

Bitte planen Sie täglich etwa eine halbe Stunde für das Selbststudium ein.

Ina Hoppe **180,00 €**
 04.11.–16.12.24 · Mo–Do, 13:45–17:00 Uhr 100 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–16 TN
 Li4.04-063H

MÜTTER-ELTERN-KURSE

**Wie ist das deutsche Schulsystem aufgebaut?
 Wie unterstütze ich mein Kind bei den Hausaufgaben? Das und mehr lernen Sie in den Deutschkursen für Mütter/Eltern.**

Mütter-Eltern-Kurse sind scholorientierte Deutschkurse zur Förderung der Erziehungskompetenz der Eltern. Sie erwerben systematisch Wissen über das Berliner Schulsystem sowie die vielfältigen Möglichkeiten, den Bildungsweg Ihrer Kinder zu fördern. Genauer ist detailliert im Elternkurs-Curriculum festgeschrieben (veröffentlicht auf www.elternkursedeutsch.de). Sprachlich orientieren sich die Kurse an den Kompetenzstufen des Europäischen Referenzrahmens und bereiten auf die B1-Prüfung vor. Die Kurse für Mütter und Väter von schulpflichtigen Kindern nichtdeutscher Herkunft finden während der Unterrichtszeit in der Schule oder der Aufenthaltszeit in der Kindertagesstätte statt. Das Lehrbuch wird Ihnen kostenlos zur Verfügung gestellt.

Deutsch für Eltern A1.1

Das Kurs- und Übungsbuch wird kostenlos zur Verfügung gestellt.

Martina Müller **20,00 €**
 10.09.–13.12.24 · Di+Do+Fr, 09:00–12:20 Uhr 136 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
 Li4.04-050H

Deutsch für Eltern B1.1

Das Kurs- und Übungsbuch wird kostenlos zur Verfügung gestellt.

Daniel Haering **20,00 €**
 16.09.–17.12.24 · Mo+Di, 09:00–13:15 Uhr 120 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
 Li4.04-051

B1 PRÜFUNGSTRAINING DTZ

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die die Niveaustufe B1 absolviert haben und sich auf die bevorstehende Prüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“ gründlich vorbereiten möchten. Die Inhalte der mündlichen und schriftlichen Prüfung (Leseverstehen, Hörverstehen, schriftlicher Ausdruck) werden mit vielen Übungen trainiert. Das Unterrichtsmaterial wird zur Verfügung gestellt.

DEUTSCHKURSE FÜR GEFLÜCHTETE

Diese Kurse richten sich an geflüchtete Menschen, die in Berlin gemeldet sind, sich im Asylverfahren befinden, nicht mehr schulpflichtig sind und keinen Zugang zu geförderten Integrationskursen oder anderen Deutschkursen haben. Diese durch den Senat von Berlin geförderten Kurse umfassen Alphabetisierungs- sowie Sprachkurse von A1–B1 entsprechend des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

Abschlussprüfungen „Start Deutsch A1, A2 und B1“ sind für die Teilnehmer:innen kostenlos. Jede teilnehmende Person kann kostenlos maximal 1000 Unterrichtsstunden besuchen.

Bitte bringen Sie zur Anmeldung Ihren jeweiligen Ausweis oder ein anderes Behördenpapier mit, dem Ihr Aufenthaltsstatus zu entnehmen ist.

Weitere Informationen erhalten Sie unter:

✉ vhs.deutsch@lichtenberg.berlin.de
www.vhs-refugees.de
 oder lesen Sie weiter bei „Integrationskurse“ auf Seite 59.

EINBÜRGERUNGSTEST

Durch die erfolgreiche Teilnahme am Einbürgerungstest können Sie Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse nachweisen, die Sie benötigen, um sich in Deutschland einbürgern zu lassen.

Wenn Sie nach dem 01.05.2013 den Orientierungskurstest „Leben in Deutschland“ Ihres Integrationskurses bestanden haben, reichen Sie den Nachweis dazu bitte bei der Staatsangehörigkeitsbehörde ein. Er ist gleichwertig mit dem Einbürgerungstest.

Sie können zur Vorbereitung auf den Test unter www.bamf.de die 330 bundeseinheitlichen sowie die 10 länderspezifischen Testfragen und Antworten finden und aus dem Gesamtkatalog einen Modelltestbogen online bearbeiten.

Der Test kostet 25,00 €.



Hallo!

Einen Termin für die Anmeldung zum Einbürgerungstest an einer Berliner Volkshochschule können Sie unter folgendem Link buchen: vhs.link/ebtest



INTEGRATIONSKURSE

**Haben Sie Fragen wie: Wie kann ich mich zu einem Integrationskurs anmelden?
Welche Kurse sind für Geflüchtete geeignet?**

Deutsch als Zweitsprache – wir beraten Sie gerne!

Beratung und Einstufungstest sind kostenlos und erfolgen ohne Termin.

Dienstag + Donnerstag von 14:00–17:00 Uhr

☎ (030) 90296 5982

✉ vhs.deutsch@lichtenberg.berlin.de

Bitte bringen Sie zur Beratung mit:

- Ausweisdokument (Pass, ID-Card, ...)
- Wenn Sie Leistungen vom Jobcenter, der Agentur für Arbeit oder Sozialhilfe erhalten: Ihren Leistungsbescheid
- Wenn Sie schon einen Berechtigungsschein haben: Ihren Berechtigungsschein im Original

Unser Service im Überblick – Hilfe bei der Antragstellung für:

- Antrag auf Zulassung zum Integrationskurs
- Antrag auf Kostenbefreiung
- Antrag auf Fahrtkostenerstattung
- Antrag auf Wiederholung von 300 Unterrichtsstunden im Sprachkurs
- Beratung zu Deutschkursen
- Einstufung des Sprachniveaus für die Anmeldung zum Deutschkurs
- Anmeldung zu Deutschkursen

Weitere Informationen finden Sie hier:
www.vhs-lichtenberg.de

Was kostet ein Integrationskurs?

Wenn Sie sich zum ersten Mal oder als Wiederholende seit 01.08.2022 anmelden, kostet der Integrationskurs 229,00 € pro Modul (100 Unterrichtseinheiten).



Erhalten Sie Leistungen vom Jobcenter, der Agentur für Arbeit oder Sozialhilfe?

Dann können Sie einen Antrag auf Kostenbefreiung stellen. Sie müssen dann den Integrationskurs nicht selbst bezahlen.

Wenn Sie kostenbefreit sind, können auch Fahrtkosten für die Fahrt zum Kursort erstattet werden. Das hängt davon ab, wie weit entfernt Sie vom Kursort wohnen. Auch für die Fahrtkostenerstattung müssen Sie einen Antrag stellen.

Wir helfen Ihnen bei allen Anträgen. Kommen Sie zu uns in die Beratung!

Welche Vorteile habe ich durch den Integrationskurs?

- Kostenlose Prüfungen: Die Prüfungen „Deutsch-Test für Zuwanderer“ und „Leben in Deutschland“ sind für Sie kostenlos. Den „Deutsch-Test für Zuwanderer“ können Sie kostenfrei wiederholen.
- Rückerstattung von 50 % der Kurskosten: Wenn Sie den Integrationskurs innerhalb von 2 Jahren bestehen, können Sie beim Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) einen Antrag auf Rückerstattung des Kostenbeitrags stellen.
- Vorzeitige Einbürgerung: Wenn Sie den Integrationskurs bestehen, können Sie sich bereits nach 7 Jahren einbürgern lassen.
- Automatische Reservierung für den nächsten Kurs: Im Integrationskurs reservieren wir Ihnen automatisch einen Platz für den folgenden Kurs.
- Kostenbefreiung: Wenn Sie Leistungen vom Jobcenter, der Agentur für Arbeit oder Sozialhilfe erhalten, können Sie von den Kosten befreit werden (siehe oben).
- Fahrtkostenzuschuss: Wenn Sie kostenbefreit sind, können Sie auch Fahrtkosten erstattet bekommen.

Alle Integrationskurse:
vhs.link/jDvQbr
Lassen Sie sich beraten.



INTEGRATION COURSES

Do you have questions like: How can I register for an integration course? Which courses are suitable for refugees?

German as a second language – our consultants will advise you!

Counselling and placement tests are free of charge and take place without an appointment. Tuesday+Thursday 2:00–5:00 p.m.

☎ +49 30 90296 5982

✉ vhs.deutsch@lichtenberg.berlin.de

Please bring with you:

- Passport and/or ID card
- If you receive benefits from Jobcenter, Agentur für Arbeit or Sozialamt: your benefits letter
- If you already hold a course permission paper: your original document

Our service at a glance – support with application for:

- Course permission papers
- Exemption of costs
- Travel costs aid
- Additional 300 language course lessons
- Advice on German language courses
- Language level assessment tests in order to book a German language course
- Registration for German language courses

You can find further information here: www.vhs-lichtenberg.de

What do I have to pay for an integration course?

If you book an integration course for the first time since Aug 1st, 2022, or you repeat the language lessons for the first time, one module (100 lessons) of an integration course costs € 229.

Do you receive benefits through Jobcenter, Agentur für Arbeit (ALG I) or Sozialamt (Sozialhilfe)?

In that case, you can apply for exemption from costs. You then won't have to pay for the integration course yourself.

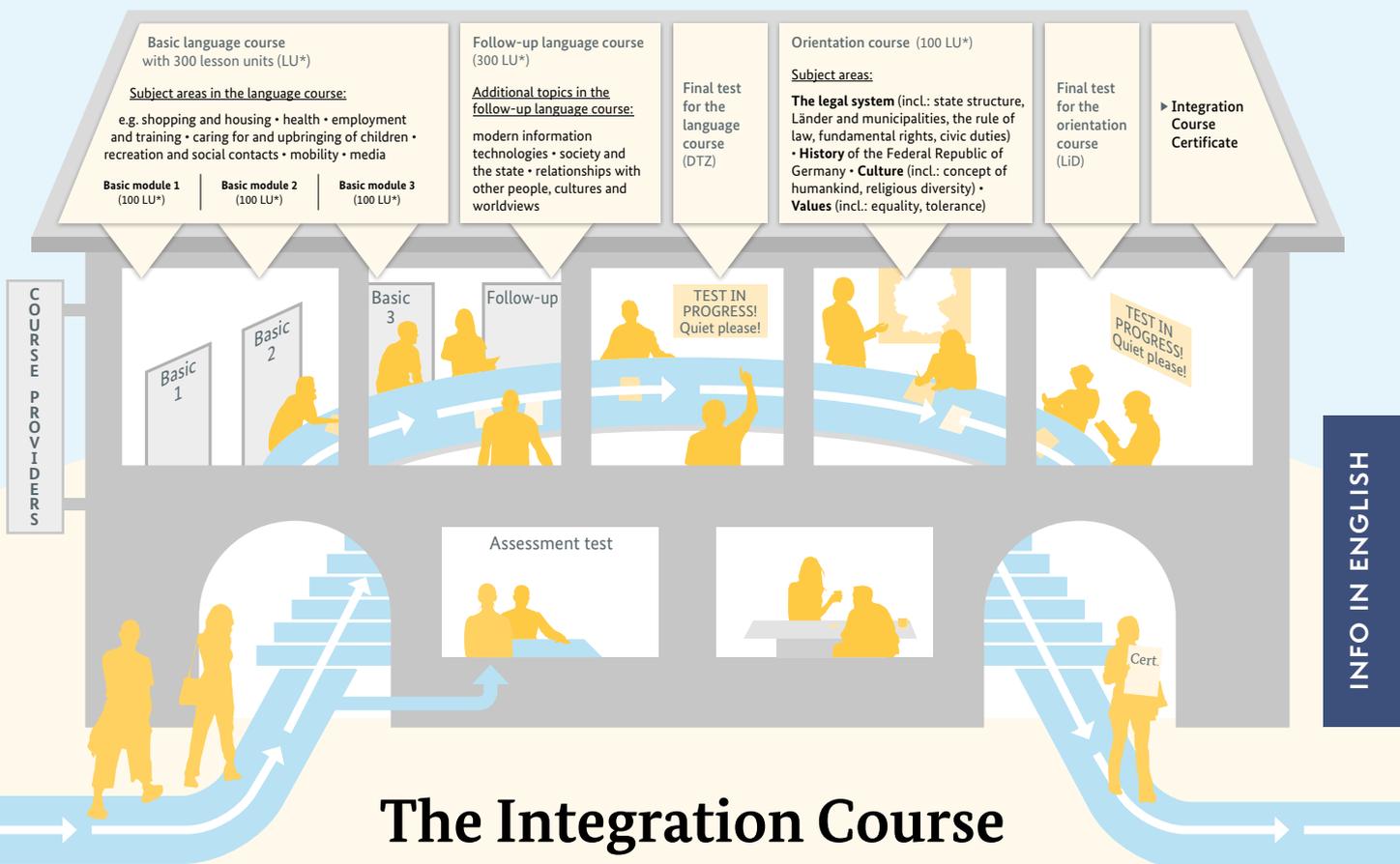
If you have been exempted from the course fees, you may receive travel costs aid for the commute from your home to the school and back. This depends on how far away from the school you live.

In order to receive travel costs aid, you will have to fill out an application form, too.

What are the benefits of an integration course?

- Free exams: The exams “Deutsch-Test für Zuwanderer” and “Leben in Deutschland” are free for you. You may repeat the “Deutsch-Test für Zuwanderer” exam free of cost.
- Refund of 50 % of the course fees: If you complete and pass the integration course within 2 years, you may apply for a 50% refund of the course fees through Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).
- Early naturalization: If you pass the integration course, you may apply for German citizenship as early as after 7 years.
- Guaranteed spot in the next course module: In integration courses, we reserve a spot for you in the follow-up course by default.
- Exemption of costs: If you receive benefits through Jobcenter, Agentur für Arbeit or Sozialamt, you may be exempted from course fees (see before: What do I have to pay for an integration course?)
- Travel costs aid: If you are exempted from course fees, you may be reimbursed for your travel costs to school as well.





The Integration Course

The objective of the course

is to promote immigrants' integration and social participation. This is achieved by

- a **language course** with a total of 600 LU*, and
- the **orientation course** with 100 LU*.

Language course attendees learn German up to level B1 of the Common European Framework of Reference for Languages (CEFR). This enables them to find their way in everyday life and to communicate without assistance.

Attendees at the orientation course acquire knowledge of the legal system, history and culture of Germany. The orientation course also teaches them which values are particularly important in Germany.

Special integration courses

Special integration courses with up to 1,000 LU* are tailored to the needs of specific target groups:

- youth integration courses,
- integration courses for students learning an additional alphabet,
- integration courses for parents and women,
- integration courses with a literacy element,
- catch-up courses (for persons who have been living in Germany for a relatively long period but have only learned limited German),
- integration courses for people with disabilities.

Intensive courses with a total of 430 LU* are also offered for rapid learners.

The target group

The following groups are entitled to attend:

- all ethnic German resettlers and recently-immigrated individuals with potentially permanent residence status,
- foreigners who have been living in Germany for a prolonged period, EU citizens, as well as Germans with special integration-related needs (on application and as available course places permit),
- asylum seekers with good prospects to remain, persons with temporary suspension of deportation status (*Geduldete*) who hold a residence permit in accordance with section 60a subsection (2), third sentence, of the Residence Act (*AufenthG*), as well as persons with a residence permit in accordance with section 25 subsection (5) of the Residence Act,
- since 1 August 2019: asylum seekers who entered Germany prior to 1 August 2019 and are considered immediately available to take up work.

Attendance is mandatory for the following groups:

- recent immigrants who cannot make themselves understood orally in German at a simple level, or who do not yet have sufficient knowledge of German,
- foreigners in particular need of integration who are requested to attend by the foreigners authority,
- foreigners receiving benefits under Book II of the German Social Code (SGB II) who are requested to attend by the basic social security institutions.

• The authorities providing benefits in accordance with the Asylum Seekers Benefits Act (*Asylbewerberleistungsgesetz*) may oblige asylum seekers who have good prospects to remain in Germany, persons with temporary suspension of deportation status (*Geduldete*) in accordance with section 60a subsection (2), third sentence, of the Residence Act, as well as persons with a residence permit in accordance with section 25 subsection (5) of the Residence Act, to attend an integration course,

- since 1 August 2019: asylum seekers who entered Germany prior to 1 August 2019 and are considered immediately available to take up work (can be obliged by the providers of benefits in accordance with the Asylum Seekers Benefits Act to attend an integration course).

The assessment test

All attendees must take an assessment test before the start of the course. Based on the test results, they are assigned to a specific course module. Attendance at a special integration course is recommended where appropriate.

The final tests

The language course concludes with the "German Test for Immigrants" (DTZ), and the orientation course culminates in the "Life in Germany" (LiD) test. Attendees who have passed both tests receive the "Integration Course Certificate".

Anyone not passing the language test at level B1 according to the CEFR but who has always attended regularly can repeat a maximum of 300 lesson units of the language course and take the final test again free of charge.



Further information at
www.bamf.de/integrationskurs

* One lesson unit (LU) lasts 45 minutes.

February 2022

Published by:
Federal Office for Refugees and Migration, D-90461 Nürnberg
Printed by: Bonifatius GmbH

KOMPETENZSTUFEN DES GEMEINSAMEN EUROPÄISCHEN REFERENZRAHMENS

Grundstufe A1

Hören: Ich kann vertraute Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, vorausgesetzt, es wird langsam und deutlich gesprochen.

Lesen: Ich kann einzelne vertraute Namen, Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern, Plakaten oder in Katalogen.

Sprechen: Ich kann mich auf einfache Art verständigen. Ich kann einfache Sätze gebrauchen, um bekannte Leute zu beschreiben und um zu beschreiben, wo ich wohne.

Schreiben: Ich kann eine kurze, einfache Postkarte schreiben, z. B. Feriengrüße.

Grundstufe A2

Hören: Ich kann sehr einfache Informationen verstehen. Ich verstehe das Wesentliche von kurzen, klaren und einfachen Mitteilungen und Durchsagen.

Lesen: Ich kann in einfachen Texten (z. B. Prospekten, Speisekarten, Fahrplänen) konkrete Informationen auffinden und einfache, persönliche Briefe verstehen.

Sprechen: Ich kann mich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen. Ich kann mit einer Reihe von Sätzen mein persönliches und berufliches Umfeld beschreiben.

Schreiben: Ich kann kurze, einfache Notizen und Mitteilungen schreiben. Ich kann einen ganz einfachen, persönlichen Brief schreiben, z. B. um mich für etwas zu bedanken.

Grundstufe

Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)
Telc-Zertifikat Deutsch B1

B1.1 B1.2

A2.1 A2.2 Telc Deutsch A2

A1.1 A1.2 Telc Deutsch A1

Alphabetisierung

Mittelstufe B1

Hören: Ich kann die Hauptinformationen verstehen, wenn es um Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Ich kann Sendungen verstehen, wenn deutlich gesprochen wird.

Lesen: Ich kann Texte in Alltags- oder Berufssprache verstehen. Ich kann private Briefe verstehen, in denen von Ereignissen und Wünschen berichtet wird.

Sprechen: Ich kann an Gesprächen über Familie, Hobbys, Arbeit, Reisen oder aktuellen Ereignissen teilnehmen.

Schreiben: Ich kann einfache Texte über vertraute Themen schreiben. Ich kann in persönlichen Briefen von meinen Erfahrungen und Eindrücken berichten.

Mittelstufe B2

Hören: Ich kann längeren Redebeiträgen und Vorträgen folgen und Nachrichtensendungen, Reportagen und Spielfilme verstehen.

Lesen: Ich kann Artikel und Berichte lesen und dabei Standpunkte des Autors verstehen. Ich kann zeitgenössische literarische Prosatexte verstehen.

Sprechen: Ich kann mich mit Muttersprachler:innen in Gesprächen verständigen und mich aktiv an Diskussionen beteiligen.

Schreiben: Ich kann in Berichten Informationen wiedergeben und Argumente darlegen.

Mittelstufe

Telc B2
Goethe-Zertifikat B2

B2.2

B2.1

B1+/B2.0

Oberstufe

Großes Deutsches Sprachdiplom
Telc C2
Goethe-Zertifikat C2

C2

Telc C1
Goethe-Zertifikat C1

C1.2

Test DaF
DSH

C1.1

PDF „Sprachen lernen“
der Berliner Volkshochschule:
www.berlin.de/vhs/kurse/sprachen/sprachen_lernen_broschuere_1.pdf



Wichtige Informationen
der Prüfungszentrale:
berlin.de/vhs/themen/pruefungen-zertifikate/pruefungszentrale



64	Fremdsprachenberatung für Kurse an der VHS Lichtenberg	
65	Sprachprüfungen	
65	Bildungszeit	
65	Arabisch	75 Polnisch
66	Englisch	76 Russisch
71	Französisch	77 Schwedisch
73	Italienisch	77 Spanisch
73	Latein	80 Koreanisch
74	Neugriechisch	81 Vietnamesisch

4

FREMDSPRACHEN

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG

Victoria Castrillejo

☎ (030) 90296 5988

✉ victoria.castrillejo@lichtenberg.berlin.de

Fachliche Beratung nach Vereinbarung



In einem sich öffnenden europäischen und internationalen Arbeits- und Lebensraum erhöhen sich durch das Erlernen von Fremdsprachen die beruflichen Chancen auf Erfolg, es macht Spaß und vertieft den Austausch mit Nachbarn und anderen Kulturen, es fördert das gegenseitige Verständnis und eröffnet nicht selten neue Lebensperspektiven. Als EFQM-zertifizierte Bildungseinrichtung stellen wir die Qualität der Kurse in den Mittelpunkt und gewährleisten kompetente Kursleiterinnen und Kursleiter mit Berufserfahrung in der Erwachsenenbildung, die nach modernen Methoden unterrichten und sich selbst regelmäßig fortbilden. Der pädagogische Ansatz ist kommunikativ und interaktiv, Sie erlernen die Fremdsprache mit Handlungs- und Praxisbezug und Sie lernen vieles über die jeweilige Kultur und landeskundlichen Gepflogenheiten.

Die Vielfalt der Sprachenangebote orientiert sich konsequent am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER), der europaweite Vergleichbarkeit und Anerkennung garantiert sowie Lernfortschritte messbar macht. Damit Sie, je nach verfügbarer Zeit und persönlichen Möglichkeiten, kontinuierlich weiterlernen oder immer wieder Ihren Lernweg unterbrechen und neu aufnehmen können, bieten wir Sprachkurse im Baustein-system an. Damit ist Ihr Anschluss zum Weiterlernen gesichert.

Fremdsprachenberatung für Kurse an der VHS Lichtenberg

Welche Sprachniveaustufe, welcher Kurs?

Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen wir den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in unserer Kursplanung und im Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in verschiedenen Kompetenzstufen (A1-C2) und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht, siehe Beschreibung Seite 62. Bitte lesen Sie vor der Buchung diese Beschreibung, um Ihre sprachliche Kompetenz einzuschätzen.

Zur Einschätzung Ihrer sprachlichen Kenntnisse nutzen Sie bitte einen Einstufungstest, eingestellt auf der Internetseite unserer VHS www.vhs-lichtenberg.de oder der Berliner Volkshochschulen www.vhs.berlin.de. Bitte bringen Sie das Ergebnis für die VHS-Sprachberatung mit. Eine Beratung ist nicht notwendig, wenn Sie über keinerlei Vorkenntnisse verfügen. Dann ist die Stufe A1.1 passend für Sie.

Kostenfreie Termine zur Fremdsprachenberatung

Gern beraten wir Sie während des gesamten Semesters in der VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71, Raum 215.

Zusätzlich haben wir zu Semesterbeginn für Sie folgende Termine zur Fremdsprachenberatung eingeplant:

- Li4.00-400H 03.09.24, Di, 14:00-17:00 Uhr
- Li4.00-401H 05.09.24, Do, 14:00-17:00 Uhr
- Li4.00-402H 10.09.24, Di, 14:00-17:00 Uhr
- Li4.00-404H 12.09.24, Do, 14:00-17:00 Uhr

Nutzen Sie den kostenlosen Einstufungstest:
vhs.link/einstufungstest.
Bitte bringen Sie das Ergebnis zur Beratung mit.



Sprachprüfungen

In jeder Kompetenzstufe kann eine Prüfung abgelegt werden, siehe Übersicht Seite 62. Diese Prüfungen sind freiwillig, kostenpflichtig und werden nicht an unserer Volkshochschule durchgeführt.

Die Berliner Volkshochschulen bieten telc Language Tests an. Die Abkürzung steht für „The European Language Certificates“ / „Die europäischen Sprachenzertifikate“ – ein System von Sprachprüfungen, das von der gemeinnützigen telc GmbH, einer Tochtergesellschaft des Deutschen Volkshochschulverbandes e.V. (DVV), entwickelt wurde. Alle telc-Prüfungen werden von der Prüfungszentrale der Berliner Volkshochschulen durchgeführt. Die Prüfungstermine finden Sie im VHS-Internetportal. Die Anmeldung für eine telc-Prüfung ist online sowie über jede VHS möglich.

Die Prüfungszentrale

Servicezentrum der Berliner Volkshochschulen,
Freiheit 6, 13597 Berlin
Telefon: (030) 90279-5232
E-Mail: pz@vhs-servicezentrum.berlin.de

Prüfungstraining für Muttersprachler:innen

An der VHS Tempelhof-Schöneberg können Schüler:innen mit den Familiensprachen Arabisch, Türkisch, Polnisch und Russisch durch das Ablegen einer Prüfung das telc-B1-Zertifikat erwerben, das als Nachweis der zweiten Fremdsprache anerkannt wird.

Mehr Informationen: vhs.link/tszermu

Bildungszeit

Der Programmbereich Fremdsprachen umfasst auch Kurse, die nach §10 des Berliner Bildungszeitgesetzes (BiZeitG) vom 05.07.2021 als Bildungszeit im Sinne der beruflichen Weiterbildung anerkannt sind. Wenn Sie am Wochenende arbeiten, können auch Wochenendkurse als Bildungszeit anerkannt werden. Die VHS stellt Ihnen auf Wunsch eine Bildungsurlaubsbescheinigung zur Beantragung beim Arbeitgeber aus.

Alle Bildungszeit-Angebote der VHS Lichtenberg finden Sie im Überblick auf Seite 106.



Alle Arabisch-Kurse finden Sie hier:
vhs.link/arali



ARABISCH

Arabisch A1.1

keine Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben: Habibi heißt mein Liebling – A1, Matar Verlag, Lehr- und Arbeitsbuch, Lektionen 1–3. Die Teilnehmende können das Lehrbuch beim Kursleiter für 18,00 € erhalten.

Dr. Yousef Kouriyhe 96,00 € · erm. 54,00 €
10.09.–26.11.24 · Di, 17:30–20:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.01-001H

Arabisch A1.1 ONLINE

keine Vorkenntnisse

Lehrmaterial: wird von der Kursleitung zur Verfügung gestellt.

Samir Matar 108,00 € · erm. 66,00 €
17.09.–03.12.24 · Di, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.01-002H

Arabisch A1.1

keine Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben: Habibi heißt mein Liebling – A1, Matar Verlag, Lehr- und Arbeitsbuch, Lektionen 1–3. Die Teilnehmer:innen können das Lehrbuch beim Kursleiter für 18,00 € erhalten.

Dr. Yousef Kouriyhe 96,00 € · erm. 54,00 €
13.09.–06.12.24 · Fr, 17:00–19:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.01-003H

Arabisch A1.1 – Arabisch für Alltag und Beruf

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Samir Matar 111,00 € · erm. 69,00 €
28.10.–01.11.24 · Mo–Fr, 10:00–15:15 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Bildungszeit · Li4.01-004H

Arabisch A2.1 ONLINE

geringe Vorkenntnisse

Lehrmaterial: wird von der Kursleitung zur Verfügung gestellt.

Samir Matar 108,00 € · erm. 66,00 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.01-006H

Arabisch A2- Konversation ONLINE

Lehrmaterial: wird von der Kursleitung zur Verfügung gestellt.

Samir Matar 80,00 € · erm. 49,20 €
07.09.–30.11.24 · Sa, 11:00–12:30 Uhr 22 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.01-008H

Arabisch A2 – Konversation

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Dr. Yousef Kouriyhe 65,00 € · erm. 37,00 €
13.09.–06.12.24 · Fr, 19:45–21:15 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.01-012H



Alle Englisch-Kurse finden Sie hier:
vhs.link/engli



ENGLISCH A1

Englisch A1.1 mit Muße

keine Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Speakout 3rd Edition A1 Student's Book and eBook
with Online Practice, ISBN 978-1-292-35951-9, ab Unit 1.

Mathias Gellrich 114,60 € · erm. 64,20 €
09.09.–09.12.24 · Mo, 09:15–11:45 Uhr 36 UE
Begegnungsstätte Karlshorst,
Hönower Str. 30a, Veranstaltungsraum 6–10 TN
Li4.06-004H

Englisch A1.1

keine Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
English Network Now A1 Starter, Klett Verlag, Student's Book
mit 3 Audio-CD, ISBN 978-3-12-606585-6, Lektionen 1–6.

Susanne Mammach 133,20 € · erm. 74,40 €
09.09.–16.12.24 · Mo, 18:15–20:45 Uhr 42 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-005H

Englisch A1.1

keine Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Headway Beginner Student's Book with Online Practice.
5th Edition. ISBN 978-0-19-452392-9, Lektionen 1–6.

Philip Cronin 96,00 € · erm. 54,00 €
12.09.–05.12.24 · Do, 14:00–16:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-006H

Englisch A1.1 Starter (Teil 2) – Englisch lernen mit Muße

geringe Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Network Now A1 Starter, Klett Verlag, Student's Book mit
3 Audio-CDs, ISBN 978-3-12-606585-6, Lektionen 4–6.

Christian Badel 105,30 € · erm. 59,10 €
05.09.–05.12.24 · Do, 10:00–12:30 Uhr 33 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li4.06-009H

Englisch A1.2

geringe Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Headway Beginner Student's Book with Online Practice.
5th Edition. ISBN 978-0-19-452392-9, Lektionen 6–12.

Philip Cronin 96,00 € · erm. 54,00 €
10.09.–26.11.24 · Di, 17:30–20:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-012H

Englisch A1.3 für die Generation 55+

geringe Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
English Network Now A1, Klett Verlag, Student's Book
mit 3 Audio-CDs, ISBN 978-3-12-606588-7, Lektionen 4–6.

Susanne Mammach 105,30 € · erm. 59,10 €
19.09.–12.12.24 · Do, 09:30–12:00 Uhr 33 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-018H

Englisch A1 – Für Alltag und Reisen

Lehrmaterial: wird von der Kursleitung kostenlos zur
Verfügung gestellt.

Christian Badel 77,40 € · erm. 43,80 €
20.09.–29.11.24 · Fr, 09:30–12:00 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li4.06-019H

Englisch A1 – Englisch für Auslandsaufenthalte

geringe Vorkenntnisse, Kursort: Hohenschönhausen

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Englisch für den Urlaub, Einstieg in Sprache und Kultur, A1,
Lehrbuch + Audio-CD, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-501546-3.

Thomas Samain 96,00 € · erm. 54,00 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 17:00–19:30 Uhr 30 UE
Fritz-Reuter-Schule, Prendener Str. 29, R. 3.12 6–14 TN
Li4.06-020H

ENGLISCH A2

Englisch A2.1

Headway Elementary, Fifth Edition, Student's Book, Oxford
University Press, ISBN 978-0-19-452423-0, Lektionen 1–5.

Philip Cronin 96,00 € · erm. 54,00 €
10.09.–26.11.24 · Di, 10:00–12:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-022H

Englisch A2.1

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
English Network Now A2.1, Klett Verlag, Student's Book mit
3 Audio-CDs, ISBN 978-3-12-606591-7, Lektion 1–6.

Susanne Mammach 133,20 € · erm. 74,40 €
11.09.–18.12.24 · Mi, 18:00–20:30 Uhr 42 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-023H

Englisch A2.2

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
English Network Now A2.2, Student's Book mit 3 Audio-CDs,
Klett Verlag, ISBN 978-3-12-606593-1, Lektionen 1–6.

Susanne Mammach 133,20 € · erm. 74,40 €
10.09.–17.12.24 · Di, 18:00–20:30 Uhr 42 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-036H

Englisch A2.2

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Headway Elementary, Student's Book with Online Practice,
(Headway Fifth Edition), ISBN 978-0-19-452423-0,
Lektionen 5–8.

Simone Schneider 114,60 € · erm. 64,20 €
02.09.–02.12.24 · Mo, 09:30–12:00 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-037H

Englisch A2.2 (Teil 3) – Englisch lernen mit Muße

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
English Network Now A2.2, Student's Book mit 3 Audio-CDs,
Klett Verlag, ISBN 978-3-12-606593-1, Lektionen: 4.1–5.1.

Doris Starke 114,60 € · erm. 64,20 €
02.09.–02.12.24 · Mo, 10:00–12:30 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-038H

Englisch A2.2 (Teil 4) – Englisch lernen mit Muße

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
English Network Now A2.2, Student's Book mit 3 Audio-CDs,
Klett Verlag, ISBN 978-3-12-606593-1, Lektionen 5.2–6.3.

Doris Starke 114,60 € · erm. 64,20 €
03.09.–03.12.24 · Di, 10:00–12:30 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-039H

Englisch A2.2 – Englisch lernen mit Muße

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
English Network Now A2.2, Student's Book mit 3 Audio-CDs,
Klett Verlag, ISBN 978-3-12-606593-1, Lektionen 1–2.

Christian Badel 105,30 € · erm. 59,10 €
04.09.–27.11.24 · Mi, 09:30–12:00 Uhr 33 UE
Begegnungsstätte Karlshorst,
Hönower Str. 30a, Veranstaltungsraum 6–10 TN
Li4.06-040H

Englisch A2

langsames Lerntempo

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Easy English Upgrade, Book 3: A2.1, Coursebook
inkl. E-Book und PagePlayer-App, Cornelsen Verlag,
ISBN 978-3-06-122719-7, ab Lektion 5.

Thomas Samain 105,30 € · erm. 59,10 €
06.09.–06.12.24 · Fr, 09:30–12:00 Uhr 33 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-041H

Englisch A2 – Refresher (Speaking Practice)

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Go for it! A2, Kursbuch + Arbeitsbuch mit Audios und Videos
online, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-102939-5, ab Lektion 4.

Thomas Samain 71,20 € · erm. 40,40 €
05.09.–05.12.24 · Do, 19:00–20:30 Uhr 22 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-048H

Englisch A2 – Refresher für die Generation 55+ (Teil 1)

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Network Refresh Now A2, Kurs- und Übungsbuch mit
2 Audio-CDs, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-605187-3, Units 1–6.

Susanne Mammach 114,60 € · erm. 64,20 €
11.09.–04.12.24 · Mi, 10:00–12:30 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-049H

Englisch A2 – Auffrischung

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
On Point A2, Kursbuch, Klett Verlag,
ISBN 978-3-12-501283-7, Lektionen 7–9.

Andrew Dumbrill 96,00 € · erm. 54,00 €
11.09.–27.11.24 · Mi, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-050H

Englisch A2 – Refresher

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Great! A2, 2nd edition, Kurs- und Übungsbuch mit Audios und
Videos, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-501754-2, ab Unit 7B.

Thomas Samain 96,00 € · erm. 54,00 €
12.09.–05.12.24 · Do, 10:00–12:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 8–14 TN
Li4.06-052H

Englisch A2 Refresher und Konversation

Kursort: Hohenschönhausen

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Great! A2, 2nd edition, Kurs- und Übungsbuch mit
Audios und Videos, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-501754-2
oder ISBN 978-3-12-501757-3, ab Lektion 5B.

Thomas Samain 71,20 € · erm. 40,40 €
11.09.–04.12.24 · Mi, 17:00–18:30 Uhr 22 UE
Fritz-Reuter-Schule, Prendener Str. 29, R. 3.12 6–14 TN
Li4.06-054H

ENGLISCH B1

Englisch B1 – Brush up your English A2/B1 (Kompaktkurs) ONLINE

Lehrmaterial: wird von der Kursleitung zur Verfügung gestellt.

Mathias Gellrich 55,50 € · erm. 34,50 €
28.10.–01.11.24 · Mo–Fr, 18:00–19:30 Uhr 15 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.06-056H

Mathias Gellrich 55,50 € · erm. 34,50 €
09.–13.12.24 · Mo–Fr, 18:00–19:30 Uhr 15 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.06-057H

Englisch B1 – Step by Step und Konversation

Kursort: Hohenschönhausen

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Go for it! B1 Kursbuch + Arbeitsbuch mit Audios und Videos
online, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-102940-1 oder digitale
Ausgabe: ISBN 978-3-19-252940-5, Lektionen 1–3.

Thomas Samain 71,20 € · erm. 40,40 €
10.09.–03.12.24 · Di, 17:00–18:30 Uhr 22 UE
Fritz-Reuter-Schule, Prendener Str. 29, R. 3.12 6–14 TN
Li4.06-061H

Englisch A2 (Speaking Practice)

Kursort: Hohenschönhausen

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Go for it! A2, Kursbuch + Arbeitsbuch mit Audios und Videos
online, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-102939-5 oder
ISBN 978-3-19-252939-9, ab Lektion 1.

Thomas Samain 71,20 € · erm. 40,40 €
11.09.–04.12.24 · Mi, 19:00–20:30 Uhr 22 UE
Fritz-Reuter-Schule, Prendener Str. 29, R. 3.12 6–14 TN
Li4.06-062H

Englisch B1.1 für die Generation 55+

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
English Network Now B1.1, Student's Book mit 2 Audio-CDs,
Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-605122-4, Lektionen 1–2.

Susanne Mammach 114,60 € · erm. 64,20 €
16.09.–09.12.24 · Mo, 09:30–12:00 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-070H

Susanne Mammach 114,60 € · erm. 64,20 €
17.09.–10.12.24 · Di, 09:00–11:30 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-073H

Englisch B1.1

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
On Point-Pre Intermediate English, Student's Book,
Klett Verlag, ISBN 978-3-12-501263-9.

Hartmut Angermüller 96,00 € · erm. 54,00 €
17.09.–03.12.24 · Di, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-075H

Englisch B1

Lehrmaterial: wird am ersten Kurstag vereinbart.

Philip Cronin 96,00 € · erm. 54,00 €
11.09.–27.11.24 · Mi, 14:30–17:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-081H

Englisch B1 – In Conversation

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben: In Conversation II, Kursbuch mit Audio-CD, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-501556-2.

Mathias Gellrich 105,30 € · erm. 59,10 €
09.09.–02.12.24 · Mo, 14:00–16:30 Uhr 33 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-082H

Englisch B1 – Conversation

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Hartmut Angermüller 96,00 € · erm. 54,00 €
13.09.–06.12.24 · Fr, 09:30–12:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-083H

Englisch B1 – Vertiefung und Festigung

Speakout 3rd Edition Students Book and Ebook with Online Practice, Pearson, ISBN 978-1-292-35953-3, Lektionen 5–6.

Philip Cronin 96,00 € · erm. 54,00 €
12.09.–05.12.24 · Do, 11:00–13:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-088H

Englisch B1 – Refresher and Conversation

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben: Great! B1, 2nd edition, Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos, Printausgabe: ISBN 978-3-12-501758-0, digitale Ausgabe auf allango.net: ISBN 978-3-12-501776-4, ab Lektion 1.

Thomas Samain 73,00 € · erm. 45,00 €
12.09.–05.12.24 · Do, 17:00–18:30 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-089H

Englisch B1 – Learning English with Generative Artificial Intelligence ONLINE

ChatGPT and DeepL for Language Improvement

Voraussetzung: Englischkenntnisse ab Niveau B1.1. Der Kurs wird in englischer Sprache unterrichtet.

Prerequisite: English language skills from level B1.1. The course is taught in English.

Mathias Gellrich 45,00 € · erm. 28,20 €
26.08.–06.09.24 · Mo, Mi, Fr, 18:00–19:30 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.06-090H

Mathias Gellrich 38,00 (erm: 24,00)
12.09.–17.10.24 · Do, 19:00–20:30 Uhr 10 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.06-091H

Mathias Gellrich 38,00 € · erm. 24,00 €
07.11.–05.12.24 · Do, 19:00–20:30 Uhr 10 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.06-092H

Englisch B1 – Conversation and Language Practice with fun

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Mathias Gellrich 96,00 € · erm. 54,00 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-093H

Englisch ab B1 – Conversation and Reading

Teaching materials: The story-book for this semester will be announced in the first English lesson.

Mathias Gellrich 105,30 € · erm. 59,10 €
11.09.–04.12.24 · Mi, 09:30–12:00 Uhr 33 UE
Begegnungsstätte Karlshorst, 6–10 TN
Hönower Str. 30a, Veranstaltungsraum
Li4.06-141H

Englisch B1 and above – Revise your Grammar (Kompaktkurs) ONLINE

Lehrmaterial: wird von der Kursleitung zur Verfügung gestellt.

Mathias Gellrich 45,00 € · erm. 28,20 €
02.+03.11.24 · Sa+So, 09:00–13:15 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.06-142H

English B1+ – Conversation for Everyday Situations

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Andrew Dumbrill 96,00 € · erm. 54,00 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-144H

English B1/B2 – Conversation for Everyday Situations

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Andrew Dumbrill 96,00 € · erm. 54,00 €
12.09.–05.12.24 · Do, 09:30–12:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-145H

Englisch B1/B2 – Conversation and Reading

Teaching materials: The story-book for this semester will be announced in the first English lesson.

Mathias Gellrich 96,00 € · erm. 54,00 €
13.09.–06.12.24 · Fr, 09:30–12:00 Uhr 30 UE
Begegnungsstätte Karlshorst, 6–10 TN
Hönower Str. 30a, Veranstaltungsraum
Li4.06-151H

ENGLISCH B2–C1

Englisch B2 – Konversation für die Generation 55+

Das Kursmaterial wird zu Beginn des Kurses von der Kursleiterin bekanntgegeben.

Eva Taegener 114,60 € · erm. 64,20 €
04.09.–04.12.24 · Mi, 09:30–12:00 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-158H

Englisch B2 – Conversation – the Next Step

Lehrmaterial: wird am ersten Kurstag vereinbart.

Hartmut Angermüller 65,00 € · erm. 37,00 €
12.09.–05.12.24 · Do, 18:00–19:30 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-159H

Englisch B2/C1 – Advanced English

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
In conversation 2nd edition B2/C1: Student's Book with audios, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-501560-9.

Hartmut Angermüller 96,00 € · erm. 54,00 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 18:30–21:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li4.06-165H

Englisch B2+/C1

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Philip Cronin 96,00 € · erm. 54,00 €
10.09.–26.11.24 · Di, 13:00–15:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.06-166H

ENGLISCH BILDUNGSZEIT

Englisch A1 Refresher – Englisch für Alltag und Beruf

Lehrmaterial: wird von der Kursleitung zur Verfügung gestellt.

Philip Cronin 111,00 € · erm. 69,00 €
02.–06.09.24 · Mo–Fr, 10:00–15:15 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Bildungszeit · Li4.06-205H

Englisch A1 – Refresher Speaking and Grammar

mit Vorkenntnissen

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Thomas Samain 129,00 € · erm. 80,00 €
28.10.–01.11.24 · Mo–Fr, 09:00–15:15 Uhr 35 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Bildungszeit · Li4.06-208H

Englisch B1 – Business und Everyday English: English for Work, Socializing and Travel

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr von 2,50 € zur Verfügung gestellt.

Mathias Gellrich 129,00 € · erm. 80,00 €
28.10.–01.11.24 · Mo–Fr, 09:00–15:15 Uhr 35 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Bildungszeit · Li4.06-210H

Englisch B1 – Englisch für Alltag und Beruf

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Philip Cronin 111,00 € · erm. 69,00 €
26.–30.08.24 · Mo–Fr, 10:00–15:15 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Bildungszeit · Li4.06-211H

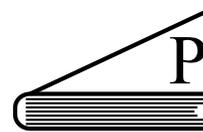
Englisch B2/C1 – English for Business

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Andrew Dumbrill 111,00 € · erm. 69,00 €
28.10.–01.11.24 · Mo–Fr, 9:00–14:15 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Bildungszeit · Li4.06-217H

Anzeige

Buchhandlung Petersohn



Anton-Saefkow-Platz 14
10369 Berlin (direkt neben der Bibliothek)

Tel.: (030) 97 89 59 91
Fax: (030) 97 89 59 92

Bücher für alle Volkshochschulkurse

www.buchhandlungpetersohn.de • mail@buchhandlungpetersohn.de • Mo.–Fr. 9.00–18.30 Uhr • Sa. 9.00–13.00 Uhr



Alle Französisch-Kurse finden Sie hier:
t1p.de/franli



FRANZÖSISCH

Französisch A1.1

keine Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
 Perspektives Allez-y! A1, Kurs- und Übungsbuch, Cornelsen
 Verlag, ISBN 978-3-06-520176-6, Lektionen 1–4.

Valery Gerhäuser 96,00 € · erm. 54,00 €
 01.10.–03.12.24 · Di, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
 Li4.08-002H

Französisch A1.1 – Spaß mit Französisch

keine Vorkenntnisse

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr von 3,00 € zur Verfügung
 gestellt.

Christophe Pujaletplaá 105,30 € · erm. 59,10 €
 16.09.–02.12.24 · Mo, 18:00–20:30 Uhr 33 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
 Li4.08-003H

Französisch A1.1 ONLINE

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
 Perspektives Allez-y! A1, Kurs- und Übungsbuch, Cornelsen
 Verlag, ISBN 978-3-06-520176-6, Lektionen 1–3.

Raphaël Silvain 108,00 € · erm. 66,00 €
 20.09.–22.11.24 · Fr, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
 VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
 online · Li4.08-004H

Französisch A1.3

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
 Perspektives Allez-y! A1, Kurs- und Übungsbuch, Cornelsen
 Verlag, ISBN 978-3-06-520176-6, Lektionen 7–9.

Valery Gerhäuser 96,00 € · erm. 54,00 €
 09.09.–11.11.24 · Mo, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
 Li4.08-008H

Französisch A1.4 ONLINE

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
 Perspektives Allez-y! A1, Kurs- und Übungsbuch, Cornelsen
 Verlag, ISBN 978-3-06-520176-6, Lektionen 7–9.

Raphaël Silvain 108,00 € · erm. 66,00 €
 19.09.–28.11.24 · Do, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
 VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
 online · Li4.08-009H

Französisch A1 / Reaktivierung (Wochenend-Kompaktkurs)

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr von 2,00€ zur Verfügung
 gestellt.

Christophe Pujaletplaá 57,60 € · erm. 32,40 €
 30.08.–01.09.24 · Fr, 17:00–20:15 Uhr, 14 UE
 Sa+So, 10:00–14:15 Uhr 4–12 TN
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 Li4.08-010H

Französisch A2 / Reaktivierung (Wochenend-Kompaktkurs)

Lehrmaterial: Wird gegen Gebühr von 2,00€ zur Verfügung
 gestellt.

Christophe Pujaletplaá 57,60 € · erm. 32,40 €
 06.–08.09.24 · Fr, 17:00–20:15 Uhr, 14 UE
 Sa+So, 10:00–14:15 Uhr 4–12 TN
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 Li4.08-011H

Französisch A2.1 – Spaß mit Französisch

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr von 3,00 € zur Verfügung
 gestellt.

Christophe Pujaletplaá 105,30 € · erm. 59,10 €
 17.09.–03.12.24 · Di, 18:00–20:30 Uhr 33 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
 Li4.08-012H

Französisch A2.2 – Spaß mit Französisch

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr von 3,00 € zur Verfügung
 gestellt.

Christophe Pujaletplaá 96,00 € · erm. 54,00 €
 20.09.–06.12.24 · Fr, 09:30–12:00 Uhr 30 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
 Li4.08-015H

Französisch A2.5 – Spaß mit Französisch «Le français en s’amusant»

Lehrmaterial: Wird gegen Gebühr von 3,00 € zur Verfügung
 gestellt.

Christophe Pujaletplaá 96,00 € · erm. 54,00 €
 19.09.–05.12.24 · Do, 18:30–21:00 Uhr 30 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
 Li4.08-018H

Französisch A2+ / La grammaire en s'amusant – Teil 1 (Kompaktkurs)

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr von 2,00€ zur Verfügung gestellt.

Christophe Pujaletplaá 65,40 € · erm. 36,60 €
26.–29.08.24 · Mo–Do, 17:30–20:45 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
Li4.08-024H

Französisch A2+ / La grammaire en s'amusant – Teil 2 (Kompaktkurs)

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr von 2,00€ zur Verfügung gestellt.

Christophe Pujaletplaá 65,40 € · erm. 36,60 €
02.–05.09.24 · Mo–Do, 17:30–20:45 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
Li4.08-025H

Französisch A2+ / La grammaire en s'amusant – Teil 3 (Kompaktkurs)

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr von 2,00€ zur Verfügung gestellt.

Christophe Pujaletplaá 65,40 € · erm. 36,60 €
09.–12.09.24 · Mo–Do, 17:30–20:45 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
Li4.08-026H

Französisch B1 / Reaktivierung (Wochenend-Kompaktkurs)

Lehrmaterial: Wird gegen Gebühr von 2,00€ zur Verfügung gestellt.

Christophe Pujaletplaá 46,40 € · erm. 26,80 €
13.–15.09.24 · Fr, 17:00–20:15 Uhr, 14 UE
Sa+So, 10:00–14:15 Uhr 6–8 TN
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71
Li4.08-028H

Französisch B1.1 – Spaß mit Französisch «Le français en s'amusant»

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr von 3,00 € zur Verfügung gestellt.

Christophe Pujaletplaá 105,30 € · erm. 59,10 €
17.09.–03.12.24 · Di, 09:30–12:00 Uhr 33 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.08-029H

Französisch B1.4 – Le français en s'amusant

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr von 3,00 € zur Verfügung gestellt.

Christophe Pujaletplaá 105,30 € · erm. 59,10 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 18:30–21:00 Uhr 33 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.08-034H

Französisch B2 – Cours de conversation ONLINE

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt.

Raphaël Silvain 73,00 € · erm. 45,00 €
14.09.–16.11.24 · Sa, 14:00–15:30 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.08-036H

Französisch B1 – Konversation: Gesellschaft, Kultur und internationale Beziehungen

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Valery Gerhäuser 96,00 € · erm. 54,00 €
20.09.–29.11.24 · Fr, 17:30–20:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.08-037H

Französisch B2.4 – Le français en s'amusant

Lehrmaterial: Wird gegen Gebühr von 3,00 € zur Verfügung gestellt.

Christophe Pujaletplaá 96,00 € · erm. 54,00 €
19.09.–05.12.24 · Do, 09:30–12:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.08-041H

Französisch B2.5 – Le français en s'amusant

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr von 3,00 € zur Verfügung gestellt.

Christophe Pujaletplaá 105,30 € · erm. 59,10 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 09:30–12:00 Uhr 33 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.08-043H



Alle Italienisch-Kurse finden Sie hier:
vhs.link/itali



ITALIENISCH

Italienisch A1.1

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con piacere nuovo A1, Kurs- und Übungsbuch, Klett Verlag,
ISBN 978-3-12-525201-1, Lektionen 1–3

Präsenzkurs – keine Vorkenntnisse

Laura Bondi € 96,00 € · erm. 54,00 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 18:00–19:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–13 TN
[Li4.09-001H](#)

Online-Kurs – keine Vorkenntnisse

Laura Bondi 73,00 € · erm. 45,00 €
17.09.–03.12.24 · Di, 18:00–19:30 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
[online · Li4.09-002H](#)

Italienisch A1.3

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Con piacere nuovo A1, Kurs- und Übungsbuch, Klett Verlag,
ISBN 978-3-12-5252201-1, ab Lektion 8.

Rosario Musillami 96,00 € · erm. 54,00 €
12.09.–05.12.24 · Do, 17:30–20:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
[Li4.09-007H](#)

Italienisch A2.1

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con piacere nuovo A1, Kurs- und Übungsbuch, Klett Verlag,
ISBN 978-3-12-525201-1, ab Lektion 9.

Rosario Musillami 96,00 € · erm. 54,00 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 17:30–20:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
[Li4.09-009H](#)

Italienisch A2.4

Kursort: Hohenschönhausen

Lehrmaterial: wird am ersten Kurstag vereinbart.

Rosario Musillami 96,00 € · erm. 54,00 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 17:00–19:30 Uhr 30 UE
Fritz-Reuter-Schule, Prendener Str. 29, R. 3.2 4–8 TN
[Li4.09-011H](#)

Italienisch A2.1 – am Vormittag

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben: Con piacere nuovo A2, Klett, ISBN 978-3-12-525206-6, ab Lektion 1.

Rosario Musillami 120,00 € · erm. 66,00 €
17.09.–03.12.24 · Di, 10:15–12:45 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
[Li4.09-012H](#)

Italienisch B1.1

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Nuovo Espresso B1, Lehr- und Arbeitsbuch mit DVD
und Audio-CD, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-205440-2.

Gesche Elsholz 114,60 € · erm. 64,20 €
03.09.–03.12.24 · Di, 18:00–20:30 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
[Li4.09-014H](#)

Italienisch B2 – Konversation

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Nuovo Espresso 4, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-465466-2.

Gesche Elsholz 96,60 € · erm. 53,40 €
02.09.–25.11.24 · Mo, 18:00–19:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
[Li4.09-018H](#)



Alle Latein-Kurse finden Sie hier:
vhs.link/latli



LATEIN

Latein A1.1 – Spracherwerb I ONLINE

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Sprachkurs Latein, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-507917-4,
Lektionen 1–4.

Dr. Marietheres Döhler 87,00 € · erm. 53,40 €
29.08.–05.12.24 · Do, 18:45–20:15 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
[online · Li4.11-001H](#)

Latein A1.1 – Spracherwerb I (Intensivkurs) ONLINE

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Sprachkurs Latein, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-507917-4,
Lektionen 1–4

Dr. Marietheres Döhler 73,00 € · erm. 45,00 €
23.–27.09.24 · Mo–Fr, 9:30–13:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.11-002H

Latein A1.2 – Spracherwerb II ONLINE

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Sprachkurs Latein, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-507917-4,
Lektionen 5–8.

Dr. Marietheres Döhler 87,00 € · erm. 53,40 €
29.08.–05.12.24 · Do, 18:45–20:15 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.11-003H

Latein A2.1 – Spracherwerb III ONLINE

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Sprachkurs Latein, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-507917-4,
Lektionen 9–12.

Dr. Marietheres Döhler 106,20 € · erm. 63,00 €
02.09.–02.12.24 · Mo, 18:45–20:15 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 4–8 TN
online · Li4.11-005H

Latein A2.2 – Spracherwerb und Übersetzung ONLINE

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Sprachkurs Latein, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-507917-4,
Lektionen 9–12.

Dr. Marietheres Döhler 106,20 € · erm. 63,00 €
02.09.–02.12.24 · Mo, 17:00–18:30 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 4–8 TN
online · Li4.11-006H

Latein B2 – Lektüre ONLINE

Lehrmaterial: Die Texte werden online zur Verfügung gestellt.

Dr. Marietheres Döhler 106,20 € · erm. 63,00 €
04.09.–04.12.24 · Mi, 17:30–19:00 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 4–8 TN
online · Li4.11-007H



Alle Neugriechisch-Kurse finden Sie hier:
vhs.link/neugriili



NEUGRIECHISCH

Neugriechisch A1.1 für Alltag und Beruf

keine Vorkenntnisse

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Athina-Nena Fanti 123,75 € · erm. 74,75 €
28.10.–01.11.24 · Mo–Fr, 09:00–15:15 Uhr 35 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Bildungszeit · Li4.12-003H

Neugriechisch A2.3

Lehrbücher: Ellinika Tora 1+1, Lehrbuch mit CD, Nostos Verlag, ISBN 978-3-88975-196-6, ab Lektion 12; Übungsheft Ellinika Tora +1, Nostos Verlag, ISBN 978-960-7317-22-3; „Loipon ti les?“, Nostos Verlag, ISBN 978-960-7317-19-3.
Die Lehrbücher werden vor der Kursleiterin als Sammelbestellung beim Verlag bestellt.

Athina-Nena Fanti 96,60 € · erm. 53,40 €
04.09.–04.12.24 · Mi, 19:15–20:45 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
Li4.12-008H

Neugriechisch B2 – Auffrischung

Lehrbücher: Ellinika Tora 2+2, Lehrbuch mit 2 CDs, Nostos Verlag, ISBN 978-3-88975-197-3, ab Lektion 7; Elinika Tora Übungsheft 2; Nostos Verlag, ISBN 978-3-88975-172-0; „Ta magika Meteora“, Deltos Verlag, ISBN 978-960-7914-47-7.
Die Lehrbücher werden vor der Kursleiterin als Sammelbestellung beim Verlag bestellt.

Athina-Nena Fanti 96,60 € · erm. 53,40 €
04.09.–04.12.24 · Mi, 17:30–19:00 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
Li4.12-015H



Alle Polnisch-Kurse finden Sie hier:
vhs.link/polli



POLNISCH

Polnisch A1.1

keine Vorkenntnisse

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt. Die Inhalte basieren auf den Lektionen 1–4 im Buch „Razem neu“.

Beata Dietrich **123,75 € · erm. 74,75 €**
 28.10.–01.11.24 · Mo–Fr, 09:00–15:15 Uhr 35 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Bildungszeit · Li4.17-005H

Polnisch A1.2 ONLINE

ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
 Razem neu Polnisch für Anfänger A1-A2, Kursbuch + 2 Audio-CDs, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-528641-2 und Übungsbuch, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-528642-9, Lektionen 4–5.

Agnieszka Charkowska **81,00 € · erm. 45,00 €**
 13.09.–06.12.24 · Fr, 18:45–20:15 Uhr 20 UE
 VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.17-011H

Polnisch A1.4

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
 Razem neu Polnisch für Anfänger A1-A2, Klett Verlag, Kursbuch + 2 Audio-CDs, ISBN 978-3-12-528641-2 und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528642-9, Lektionen 6–7.

Agnieszka Charkowska **65,00 € · erm. 37,00 €**
 11.09.–27.11.24 · Mi, 17:30–19:00 Uhr 20 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.17-016H

Polnisch A1.4 ONLINE

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
 Razem neu Polnisch für Anfänger A1-A2, Klett Verlag, Kursbuch + 2 Audio-CDs, ISBN 978-3-12-528641-2 und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528642-9, Lektionen 6–7.

Agnieszka Charkowska **73,00 € · erm. 45,00 €**
 13.09.–06.12.24 · Fr, 17:00–18:30 Uhr 20 UE
 VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.17-017H

Polnisch A2.2

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
 Razem neu Polnisch für Anfänger A1-A2, Klett Verlag, Kursbuch + 2 Audio-CDs, ISBN 978-3-12-528641-2 und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528642-9, Lektionen 12–13.

Agnieszka Charkowska **73,00 € · erm. 45,00 €**
 12.09.–05.12.24 · Do, 17:30–19:00 Uhr 20 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.17-020H

Polnisch A2.3

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
 Razem neu Polnisch für Anfänger A1-A2, Klett Verlag, Kursbuch + 2 Audio-CDs, ISBN 978-3-12-528641-2 und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528642-9, Lektionen 14–15.

Agnieszka Charkowska **58,80 € · erm. 33,60 €**
 19.09.–05.12.24 · Do, 19:15–20:45 Uhr 18 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.17-021H

Polnisch A2.4 – Kommunikation und Grammatik ONLINE

Lehrmaterial: wird online zur Verfügung gestellt.

Beata Dietrich **73,00 € · erm. 45,00 €**
 20.09.–06.12.24 · Fr, 17:00–18:30 Uhr 20 UE
 VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 4–10 TN
online · Li4.17-024H

Polnisch A2 – Auffrischung langsam und entspannt

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Beata Dietrich **81,00 € · erm. 45,00 €**
 17.09.–03.12.24 · Di, 17:15–18:45 Uhr 20 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
Li4.17-026H

Polnisch A2 Auffrischung (Crashkurs)

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Beata Dietrich **65,40 € · erm. 36,60 €**
 02.–05.09.24 · Mo–Do, 17:15–20:30 Uhr 16 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
Li4.17-027H

Polnisch B1 – Konsolidierung

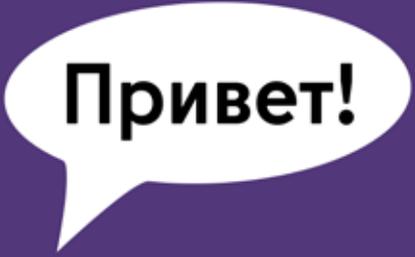
Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Beata Dietrich **81,00 € · erm. 45,00 €**
 17.09.–03.12.24 · Di, 19:00–20:30 Uhr 20 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
Li4.17-028H

Polnisch B2/C1

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
 Hurra Po Polsku 3, ISBN 978-83-67351-13-3, Lektionen 13–14.

Agnieszka Charkowska **96,00 € · erm. 54,00 €**
 11.09.–27.11.24 · Mi, 19:15–21:30 Uhr 30 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.17-030H



Привет!

Alle Russisch-Kurse finden Sie hier:
vhs.link/rusli



RUSSISCH

Russisch A1.1 ONLINE

keine Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Otlitschno! aktuell A1, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag,
ISBN 978-3-19-204477-9, ab Lektion 1.

Svetlana Lyu 80,00 € · erm. 49,20 €
10.09.–03.12.24 · Di, 18:30–20:00 Uhr 22 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.19-002H

Russisch A1.3 ONLINE

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Otlitschno! aktuell A1, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag,
ISBN 978-3-19-204477-9, ab Lektion 5.

Svetlana Lyu 80,00 € · erm. 49,20 €
11.09.–04.12.24 · Mi, 18:30–20:00 Uhr 22 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.19-005H

Russisch A2.2

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Otlitschno! aktuell A2, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-204478-6, Lektionen 3–4.

Carola Hamann 106,20 € · erm. 60,00 €
11.09.–04.12.24 · Mi, 18:30–21:00 Uhr 33 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.19-007H

Russisch A2 – Auffrischung für Alltag und Beruf

mit Vorkenntnissen

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Svetlana Lyu 111,00 € · erm. 69,00 €
02.–06.09.24 · Mo–Fr, 09:00–14:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Bildungszeit · Li4.19-015H

Russisch B1.2

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Otlitschno! B1, Kursbuch, Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-004479-5, ab Lektionen 3–4.

Carola Hamann 105,30 € · erm. 59,10 €
05.09.–05.12.24 · Do, 18:30–21:00 Uhr 33 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–14 TN
Li4.19-018H

Russisch B1.6 – am Vormittag

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Jasno! B1, Kurs- und Übungsbuch + 2 Audio-CDs, Klett Verlag
ISBN 978-3-12-527593-5, ab Lektion 5.

Svetlana Lyu 96,00 € · erm. 54,00 €
11.09.–27.11.24 · Mi, 10:30–13:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.19-020H

Russisch B1 – Konversation in der Mittagspause ONLINE

Ekaterina Kerner 45,00 € · erm. 28,20 €
03.09.–03.12.24 · Di, 12:15–13:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.19-022H

Russisch B1 – Auffrischung und Konversation ONLINE

Lehrmaterial: Die Materialien werden online zur Verfügung
gestellt.

Ekaterina Kerner 108,00 € · erm. 66,00 €
17.09.–03.12.24 · Di, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.19-024H

Russisch B1+ – Unterhaltsam

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Carola Hamann 120,00 € · erm. 66,00 €
17.09.–03.12.24 · Di, 18:30–21:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
Li4.19-025H

Russisch B2 ONLINE

Lehrmaterial: Die Materialien werden online zur Verfügung
gestellt.

Ekaterina Kerner 108,00 € · erm. 66,00 €
19.09.–05.12.24 · Do, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.19-028H

Russisch C1 – Fortgeschrittene Konversation im Russisch-Klub

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Svetlana Lyu 96,00 € · erm. 54,00 €
12.09.–05.12.24 · Do, 18:45–21:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.19-032H



Alle Schwedisch-Kurse finden Sie hier:
vhs.link/schweli



SCHWEDISCH

Schwedisch B1 – Konversation

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Gisela Kosubek	114,60 € · erm. 64,20 €
09.09.–09.12.24 · Mo, 18:00–20:30 Uhr	36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71	6–14 TN
	Li4.20-006H



Alle Spanisch-Kurse finden Sie hier:
vhs.link/spanli



SPANISCH

Spanisch A1.1 ONLINE

keine Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con gusto nuevo A1, hybride Ausgabe auf allango.net, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514676-1 oder Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514671-6, Lektionen 1–3.

Enriqueta Castello Klein	108,00 € · erm. 66,00 €
07.09.–09.11.24 · Sa, 9:00–11:30 Uhr	30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud	6–10 TN
	online · Li4.22-001H

Enriqueta Castello Klein	108,00 € · erm. 66,00 €
19.09.–28.11.24 · Do, 17:30–20:00 Uhr	30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud	6–10 TN
	online · Li4.22-004H

Enriqueta Castello Klein	108,00 € · erm. 66,00 €
07.10.–09.12.24 · Mo, 17:30–20:00 Uhr	30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud	6–10 TN
	online · Li4.22-005H

Spanisch A1.1 ONLINE

keine Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con gusto nuevo A1, hybride Ausgabe auf allango.net, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514676-1 oder Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514671-6, Lektionen 1–3.

Beatriz Cobos Lirola	108,00 € · erm. 66,00 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 9:30–12:00 Uhr	30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud	6–10 TN
	online · Li4.22-002H

Spanisch A1.1

keine Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con gusto nuevo A1, hybride Ausgabe auf allango.net, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514676-1 oder Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514671-6, Lektionen 1–4.

Reynol Pérez Vázquez 96,00 € · erm. 54,00 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.22-003H

Spanisch A1.1

keine Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con gusto nuevo A1, hybride Ausgabe auf allango.net, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514676-1 oder Kurs- und Übungsbuch Lektionen 1–3.

Marta Maria Civera Ortega 96,00 € · erm. 54,00 €
09.09.–25.11.24 · Mo, 09:30–12:00 Uhr 30 UE
Lichtenberger Begegnungszentrum (LIBEZEM),
Rhinstr. 09, Raum C3 6–14 TN
Li4.22-006H

Spanisch A1.1 – Spanische Sprache für Alltag, Kultur und Beruf

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con gusto nuevo A1, hybride Ausgabe auf allango.net, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514676-1 oder Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514671-6, ab Lektion 1.

Bárbara García Linares 111,00 € · erm. 69,00 €
28.10.–01.11.24 · Mo–Fr, 10:00–15:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Bildungszeit · Li4.22-007H

Spanisch A1.2

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con gusto nuevo A1, hybride Ausgabe auf allango.net, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514676-1 oder Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514671-6, Lektionen 3–4.

Bárbara García Linares 83,60 € · erm. 47,20 €
03.09.–10.12.24 · Di, 19:15–20:45 Uhr 26 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.22-011H

Spanisch A1.2 ONLINE

geringe Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con gusto nuevo A1, hybride Ausgabe auf allango.net, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514676-1 oder Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514671-6, Lektionen 4–6.

Enriqueta Castello Klein 108,00 € · erm. 66,00 €
18.09.–20.11.24 · Mi, 17:30–20:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.22-012H

Spanisch A1.3 mit Muße – auch für Senioren geeignet

geringe Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con gusto nuevo A1, hybride Ausgabe auf allango.net, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514676-1 oder Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514671-6, ab Lektion 6.

Bárbara García Linares 114,60 € · erm. 64,20 €
06.09.–13.12.24 · Fr, 10:00–12:30 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–14 TN
Li4.22-017H

Spanisch A1.3

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con gusto nuevo A1, Klett Verlag, Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514671-6, Lektionen 7–9.

Beatriz Cobos Lirola 96,00 € · erm. 54,00 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.22-018H

Spanisch A1.4

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con gusto nuevo A1, hybride Ausgabe auf allango.net, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514676-1 oder Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514671-6, Lektionen 9–12.

Marta Maria Civera Ortega 96,00 € · erm. 54,00 €
09.09.–25.11.24 · Mo, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.22-020H

Spanisch A2.1 ONLINE

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con gusto nuevo A2, Klett Verlag, Kurs- und Übungsbuch mit Audios und Videos, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514677-8, Lektionen 1–4.

Enriqueta Castello Klein 108,00 € · erm. 66,00 €
17.09.–19.11.24 · Di, 17:30–20:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.22-023H

Spanisch A2.1

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Lehr- und Arbeitsbuch Con gusto nuevo A2, Klett-Verlag,
ISBN 978-3-12-514677-8, Lektionen 1–3.

Elsa Mesa Llanes 96,00 € · erm. 54,00 €
04.09.–27.11.24 · Mi, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.22-024H

Spanisch A1 – Auffrischung (Wochenend-Kurs)

Lehrmaterial: wird von der Kursleitung zur Verfügung gestellt.

Marta María Civera Ortega 27,80 € · erm. 16,60 €
13.–14.09.24 · Fr, 17:15–20:30; 8 UE
Sa, 10:00–13:15 Uhr 6–14 TN
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 Li4.22-026H

Spanisch A2 – Wiederholung zum Auffrischen, Üben und Vertiefen

Das Lehrmaterial wird am ersten Kurstag bekannt gegeben.

Bárbara García Linares 114,60 € · erm. 64,20 €
05.09.–12.12.24 · Do, 17:30–20:00Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.22-030H

Spanisch A2 – Auffrischung (Wochenend-Kurs)

Lehrmaterial: wird von der Kursleitung zur Verfügung gestellt.

Marta María Civera Ortega 27,80 € · erm. 16,60 €
20.–21.09.24 · Fr, 17:15–20:30; 8 UE
Sa, 10:00–13:15 Uhr 6–14 TN
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 Li4.22-032H

Spanisch A2 (Auffrischungs- und Wiedereinstiegskurs)

Lehrmaterial wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.
Teilnehmer:innen, die das Lehrbuch „Con gusto A2“ vom Klett
Verlag besitzen, bitte mitbringen.

Bárbara García Linares 65,40 € · erm. 36,60 €
26.–29.08.24 · Mo–Do, 17:30–20:45 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li4.22-033H

Spanisch B1 – Spanisch für den Beruf: Bewerbungen auf Spanisch meistern

ONLINE

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt.

Enriqueta Castello Klein 45,00 € · erm. 28,20 €
26.11.–17.12.24 · Mo, 17:30–20:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.22-039H

Spanisch B1 – ¿Cómo puedo aprender español con ayuda de la inteligencia artificial? ONLINE

Lehrmaterial: wird von der Kursleitung zur Verfügung gestellt.

Noema Pérez Fernandez 45,00 € · erm. 28,20 €
03.–19.09.24 · Di+Do, 18:00–19:30 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.22-040H

Spanisch B1 – ¿Cómo puedo aprender español con ayuda de la inteligencia artificial? ONLINE

Lehrmaterial: wird von der Kursleitung zur Verfügung gestellt.

Noema Pérez Fernandez 45,00 € · erm. 28,20 €
30.11.–14.12.24 · Sa, 10:00–13:30 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.22-041H

Spanisch B1.2 – Spanisch mit Muße

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Con gusto nuevo B1, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und
DVD, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514684-6, ab Lektion 3.

Bárbara García Linares 114,60 € · erm. 64,20 €
09.09.–09.12.24 · Mo, 15:00–17:30 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.22-045H

Spanisch B1.2 ONLINE

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Con gusto nuevo B1, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und
DVD, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514684-6, Lektionen 4–6.

Olga López Rodríguez 129,00 € · erm. 78,60 €
10.09.–03.12.24 · Di, 17:30–20:00 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li4.22-048H

Spanisch B1.4

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
Con gusto nuevo B1, Klett Verlag, Kurs- und Übungsbuch mit
MP3-CD und DVD, ISBN 978-3-12-514684-6, ab Lektion 9.

Bárbara García Linares 114,60 € · erm. 64,20 €
09.09.–09.12.24 · Mo, 17:30–19:00 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
Li4.22-049H

Spanisch B1.5

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Con gusto nuevo B1, Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und
DVD, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514684-6, ab Lektion 11.

Bárbara García Linares 83,60 € · erm. 47,20 €
03.09.–10.12.24 · Di, 17:30–20:00 Uhr 26 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
[Li4.22-050H](#)

Spanisch B1 – Festigung und Vertiefung

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Olga López Rodríguez 114,60 € · erm. 64,20 €
09.09.–02.12.24 · Mo, 17:30–20:00 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
[Li4.22-051H](#)

Spanisch B1 – Spanisch für Beruf und Alltag

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Elsa Mesa Llanes 111,00 € · erm. 69,00 €
23.–27.09.24 · Mo–Fr, 09:00–14:00 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
[Bildungszeit · Li4.22-052H](#)

Spanisch B2.2

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Con gusto nuevo B2, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-544688-4,
Lektionen 4–6.

Olga López Rodríguez 114,60 € · erm. 64,20 €
11.09.–04.12.24 · Mi, 17:30–20:00 Uhr 36 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
[Li4.22-054H](#)

Spanisch B2 – Consolidación y conversación

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
Lehr- und Arbeitsbuch Aula internacional 4 B2.1 (nueva edición),
Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-515745-3, Lektionen 1–2.

Elsa Mesa Llanes 96,00 € · erm. 54,00 €
03.09.–26.11.24 · Di, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
[Li4.22-056H](#)

Spanisch B2/C1 Conversación: Cultura en la Mittagspause ONLINE

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt.

Beatriz Cobos Lirola 66,00 € · erm. 40,80 €
25.09.–04.12.24 · Mi, 12:00–13:30 Uhr 18 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
[online · Li4.22-057H](#)



Alle Koreanisch-Kurse finden Sie hier:
vhs.link/koreli



KOREANISCH

Koreanisch A1.1

keine Vorkenntnisse

Lehrmaterial: wird gegen Gebühr zur Verfügung gestellt.

Dr. Youngsil Lee 129,00 € · erm. 80,00 €
21.–25.10.24 · Mo–Fr, 09:00–15:15 Uhr 35 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–14 TN
[Bildungszeit · Li4.35-001H](#)

Koreanisch A1.1 ONLINE

keine Vorkenntnisse

Empfohlenes Lehrbuch: SEOUL University Korean 1A
Student's Book, ISBN 978-89-539-3428-3, Lektionen 1–5.

Dr. Youngsil Lee 108,00 € · erm. 66,00 €
16.09.–18.11.24 · Mi, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
[online · Li4.35-002H](#)

Koreanisch A1.3 ONLINE

geringe Vorkenntnisse

Empfohlenes Lehrbuch: SEOUL University Korean 1A
Student's Book, ISBN 978-89-539-3428-3, Lektionen 6–9.

Dr. Youngsil Lee 108,00 € · erm. 66,00 €
18.09.–20.11.24 · Mo, 18:00–20:30 Uhr 30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
[online · Li4.35-008H](#)



Alle Vietnamesisch-Kurse finden Sie hier:
vhs.link/vietli



VIETNAMESISCH

Vietnamesisch als Fremdsprache – Einstufung und Beratung ONLINE

Diese kostenlose Beratung findet online statt.

Wenn Sie bereits Vorkenntnisse in Vietnamesisch haben und sich nicht sicher sind, welcher Kurs für Sie der richtige ist, helfen wir Ihnen gerne bei der Kurswahl.

In dieser Online-Beratung haben Sie die Möglichkeit, sich beraten zu lassen und herauszufinden, welcher Kurs für Sie am besten geeignet ist.

Anmeldung online oder per E-Mail: vhs@lichtenberg.berlin.de. Den ZugangslinK erhalten Sie 3 Tage vor der Veranstaltung per E-Mail.

Thi Minh Phuong Chu	entgeltfrei
10.09.24 · Di, 18:00–19:30 Uhr	2 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud	4–6 TN
online · Li4.44-001H	

Vietnamesisch A1.1 ONLINE

keine Vorkenntnisse

Die Materialien werden von der Lehrkraft zur Verfügung gestellt.

Thi Minh Phuong Chu	108,00 € · erm. 66,00 €
12.09.–05.12.24 · Do, 18:00–20:30 Uhr	30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud	6–10 TN
online · Li4.44-003H	

Thi Minh Phuong Chu	108,00 € · erm. 66,00 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 18:00–20:30 Uhr	30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud	6–10 TN
online · Li4.44-005H	

Thi Minh Phuong Chu	73,00 € · erm. 45,00 €
14.09.–07.12.24 · Sa, 09:00–10:30 Uhr	20 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud	6–10 TN
online · Li4.44-006H	

Vietnamesisch A1.1

keine Vorkenntnisse

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
 Lextra – Vietnamesisch Sprachkurs Plus: Anfänger A1–A2,
 Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-589-01944-1, Kapitel 1 + 2.

Minh Ha Le	96,00 € · erm. 54,00 €
16.09.–02.12.24 · Mo, 18:00–20:30 Uhr	30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71	6–14 TN
Li4.44-004H	

Vietnamesisch A1.3

Lehrbuch wird von Teilnehmer:innen eigenständig erworben:
 Lextra – Vietnamesisch Sprachkurs Plus: Anfänger A1–A2,
 Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-589-01944-1, Kapitel 5–7.

Minh Ha Le	96,00 € · erm. 54,00 €
17.09.–03.12.24 · Di, 18:00–20:30 Uhr	30 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71	6–14 TN
Li4.44-009H	

Vietnamesisch A1.3 ONLINE

Die Materialien werden von der Lehrkraft zur Verfügung gestellt.

Thi Minh Phuong Chu	108,00 € · erm. 66,00 €
17.09.–03.12.24 · Di, 18:00–20:30 Uhr	30 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud	6–10 TN
online · Li4.44-010H	

Vietnamesisch hay A1 – Vietnamesisch als Familiensprache ONLINE

mit Vorkenntnissen

Die Materialien werden von der Lehrkraft zur Verfügung gestellt.

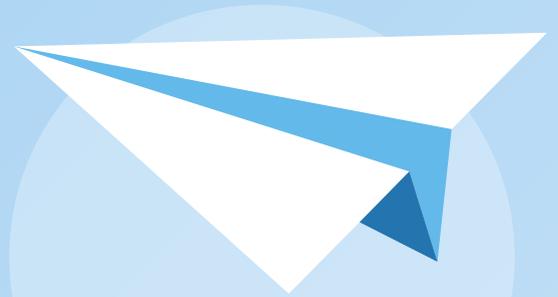
Thi Minh Phuong Chu	73,00 € · erm. 45,00 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 18:30–20:00 Uhr	20 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud	6–10 TN
online · Li4.44-012H	

Vietnamesisch hay A2 – Vietnamesisch als Familiensprache ONLINE

mit Vorkenntnissen

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:
 Lehrbuch der vietnamesischen Sprache, Kurs- und Übungsbuch,
 Buske Verlag, ISBN 978-3-96769-432-1, Lektionen 11–21.

Hoa Bui Duc	73,00 € · erm. 45,00 €
18.09.–04.12.24 · Mi, 18:30–20:00 Uhr	20 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud	6–10 TN
online · Li4.44-015H	



Bildung für KMUs –
Stärken Sie Ihr Unternehmen,
stärken Sie Ihre Zukunft!

Willkommen bei der Volkshochschule Lichtenberg –

Ihre regionale Bildungspartnerin für kleine
und mittelständische Unternehmen!

1 Unser Angebot für kleine und mittelständische Unternehmen

Unternehmen brauchen Zugang zu Bildungsressourcen, um die Fähigkeiten ihrer Mitarbeitenden weiterzuentwickeln. Die Volkshochschule Lichtenberg bietet ein breites Weiterbildungsangebot: Sprachkurse, IT-Schulungen, Führungskräfte trainings, Fachseminare. Erfahrene Dozenten vermitteln praxisnahe Inhalte.

2 Breites Weiterbildungsangebot für Unternehmen

Die Volkshochschule Lichtenberg ist die ideale Partnerin für kleine und mittelständische Unternehmen. Mit vielfältigen Weiterbildungsmöglichkeiten und erfahrenen Dozent:innen unterstützen wir gezielt die Entwicklung der Mitarbeitenden. Von Sprachkursen über IT-Schulungen bis hin zu Führungskräfte trainings bieten wir eine breite Palette an praxisnahen Seminaren für Unternehmen.

3 Flexibilität und Individualität im Fokus

Wir bieten Präsenz- und Online-Kurse an, um flexibles Lernen zu ermöglichen. So können Ihre Mitarbeitenden ihre Weiterbildung in den Arbeitsalltag integrieren und von maßgeschneiderten Lösungen profitieren.

4 Vernetzung und Erfahrungsaustausch

Bei uns können Unternehmen sich vernetzen, Kooperationen bilden und Ihr Netzwerk erweitern. Mit Veranstaltungen, Seminaren und Workshops fördern wir den Erfahrungsaustausch und schaffen neue Geschäftsmöglichkeiten.

5 Attraktive Incentives für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Unsere attraktiven Incentives steigern den Wert der Weiterbildung für Ihre Mitarbeitenden. Erfolgreiche Abschlüsse bringen anerkannte Zertifikate und erweitern berufliche Perspektiven. Gezielte Weiterbildungen eröffnen neue Karriere-möglichkeiten und stärken die Bindung der Mitarbeitenden durch gesteigerte Motivation.

Nehmen Sie noch heute Kontakt zu uns auf und vereinbaren Sie eine kostenlose Weiterbildungsberatung. Gemeinsam bringen wir Ihr Unternehmen auf Erfolgskurs!



Ansprechperson: Kerstin Fuhrmann

✉ vhs@lichtenberg.berlin.de

☎ (020) 90296-5975



84	Kursorte
84	Bildungszeit
85	Berufliche Entwicklung und Selbstmanagement
86	Konversation für Beruf und Alltag
86	Kommunikation
87	Organisation und Management
88	Fachspezifische Fortbildungen für den Berufsbereich
88	Marketing und Social Media
90	Digitalisierung und Technologien
90	Grafik, Bild, Video, 3D und Ton
92	Für Einsteiger:innen – Computer- und Technikgrundlagen
93	Softwareanwendungen
94	Betriebssysteme
95	Webentwicklung und Design

5

ARBEIT BERUF DIGITALES

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG

Kerstin Fuhrmann

☎ (030) 90296 5975

✉ kerstin.fuhrmann@lichtenberg.berlin.de

Fachliche Beratung nach Vereinbarung

NACHHALTIG IN DIE ZUKUNFT



Arbeit, Beruf und Digitales im Einklang

Willkommen im Programmbereich „Arbeit – Beruf – Digitales“! In einer sich ständig wandelnden Welt, geprägt von rasanten technologischen Fortschritten und globalen Herausforderungen, ist es von entscheidender Bedeutung, nachhaltige Prinzipien in den Fokus unserer beruflichen Tätigkeiten zu rücken. Unser Programm lädt Sie dazu ein, innovative Perspektiven und praktische Ansätze zu entdecken, wie wir eine zukunftsfähige Arbeitswelt gestalten können.

Die Kurse dieses Programmbereichs beleuchten die Schnittstelle zwischen Arbeit, Beruf und Digitalisierung, ohne dabei die Verantwortung für unsere Umwelt und Gesellschaft aus den Augen zu verlieren. Wir erkunden, wie wir im digitalen Zeitalter ethische Standards in unsere berufliche Praxis integrieren können und dabei eine ausgewogene Balance zwischen ökologischen, sozialen und ökonomischen Aspekten finden.

Besuchen Sie unsere Kurse, um gemeinsam neue Wege zu entdecken, die uns befähigen, nachhaltige Entscheidungen in unserem beruflichen Alltag zu treffen. Unsere Veranstaltungen bieten eine Plattform für inspirierende Diskussionen, praxisnahe Einblicke und die Möglichkeit, gemeinsam an Lösungen für die Herausforderungen von morgen zu arbeiten. Wir laden Sie herzlich ein, Teil dieses Austauschs zu sein und freuen uns darauf, gemeinsam mit Ihnen die Weichen für eine nachhaltige Zukunft zu stellen.

Kursorte

Bitte beachten Sie:
Den Kurs-Teilnehmenden steht in unseren IT-Schulungsräumen jeweils ein PC/Laptop bzw. MacBook mit Internetzugang sowie der erforderlichen aktuellen Software zur Verfügung.

Bildungszeit

Alle im Programmbereich 5 geführten Kurse können als Bildungszeit anerkannt werden. Wenn Sie am Wochenende arbeiten, können auch Wochenend-Kurse als Bildungszeit anerkannt werden.

Gerne beraten wir Sie, ob eine Bildungszeit oder eine berufliche Weiterbildung für Sie infrage kommt. Wir freuen uns darauf, Sie bei Ihrer Weiterbildung zu unterstützen!

Weitere Bildungszeit-Angebote aus anderen Programmbereichen der VHS Lichtenberg finden Sie im Überblick auf Seite 106.

Weitere Kurse finden Sie im Internet:
vhs.link/lichtenbergberuf



BERUFLICHE ENTWICKLUNG UND SELBSTMANAGEMENT

Kreativ denken in Beruf und Alltag (Modul 1)

Entdecken Sie ein Ihr kreatives Mindset und neue Methoden zur Ideenfindung für den Umgang mit den Herausforderungen des 21. Jahrhunderts. Erfahren Sie, wie Sie Innovation fördern und sich einem erfüllteren Leben öffnen können. Dieser Kurs steht einzeln oder in Kombination mit „Produktiv sein in Beruf und Alltag“ zur Verfügung.

Tobias Rebscher 55,80 € · erm. 33,40 €
02.+03.09.24 · Mo+Di, 09:00–16:00 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Bildungszeit · Li5.01-001H

Produktiv sein in Beruf und Alltag (Modul 2)

Erfahren Sie im Kurs die Grundlagen stressfreier Produktivität im 21. Jahrhundert: von effektiver Organisation über motivierte Arbeitsansätze bis hin zum Aufbau eines persönlichen Produktivitätssystems. Gewinnen Sie mehr Klarheit, Effizienz und Wohlbefinden im beruflichen und privaten Alltag.

Tobias Rebscher 82,20 € · erm. 48,60 €
04.–06.09.24 · Mi–Fr, 09:00–16:00 Uhr 24 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Bildungszeit · Li5.01-002H

Endlich den Job bekommen, der zu Ihnen passt!

ab Sprachniveau B1/B2

In diesem VHS-Kurs lernen Sie in 3 Modulen (fast) alles, was sie für die Jobsuche in Deutschland brauchen.
SPECIAL: Spezialisierung auf Menschen aus anderen Ländern. Dieser Kurs ist für Menschen, die in Deutschland leben und arbeiten wollen.

Christine Müller 21,00 € · erm. 21,00 €
07.+08.09.24 · Sa+So, 09:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li5.01-003H

Job-Café der Volkshochschule Berlin Lichtenberg: Dein Partner für Jobs in Lichtenberg und Berlin

Regionales Netzwerk, Beratung und Unterstützung für Menschen aus anderen Ländern.

Das Job-Café bietet:

- Zugang zu Stellenangeboten
- Beratung und Unterstützung
- maßgeschneiderte Dienstleistungen für Einwanderer und Zugewanderte

Dein Partner für den erfolgreichen Start in den deutschen Arbeitsmarkt!

Christine Müller 19,00 € · erm. 19,00 €
19.09.–12.12.24 · 10x Do, 13:00–14:30 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li5.01-004H

Finanzen & Altersvorsorge in die eigenen Hände nehmen

Sichern Sie Ihre Zukunft: Vorsorge treffen trotz Rente oder Selbstständigkeit. Lernen Sie, wie Sie Ihre Einnahmen optimieren und ein sicheres finanzielles Polster aufbauen.

In diesem Kurs:

- optimieren Sie Ihre Einnahmen und Ausgaben
 - entdecken Sie anlagemöglichkeiten und Strategien
 - profitieren Sie von neutraler und provisionsfreier Beratung
- Bringen Sie Ihre Unterlagen mit!

Maximilian Neumann 55,80 € · erm. 33,40 €
28.+29.09.24 · Sa+So, 09:15–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Li5.01-005H

Kursbeschreibungen schreiben war gestern: Mit KI zum perfekten Text in Sekundenschnelle

KI revolutioniert Kursbeschreibungen!

Erstellen Sie in Sekundenschnelle professionelle Texte mit KI. Lernen Sie von Expertin Christine Müller und entdecken Sie:

- Schnelligkeit & Professionalität durch KI
- Einfache Bedienung von KI-Tools
- Tipps & Tricks für optimale Texterstellung

Für alle, die Kursbeschreibungen erstellen oder verbessern möchten. Jetzt anmelden und Kursbeschreibungen neu denken!

Christine Müller 27,80 € · erm. 16,60 €
18.10.24 · Fr, 09:00–16:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li5.01-006H

Selbstmanagement in der Karriere-gestaltung für Frauen

Entdecken Sie Ihre persönlichen Stärken und Schwächen, formulieren Sie karriererelevante Ziele. Mit praktischen Übungen zur Optimierung Ihrer Bewerbungsunterlagen und Rollenspielen für Bewerbungs- und Gehaltsgespräche erhalten Sie wertvolle Werkzeuge für Ihre berufliche Weiterentwicklung. Bringen Sie am ersten Tag Schreibutensilien/Papier mit und am zweiten Tag Ihren Laptop/Tablet sowie Ihre persönlichen Bewerbungsunterlagen, digital oder ausgedruckt.

Sabine Heymann 55,80 € · erm. 33,40 €
07.+08.11.24 · Do+Fr, 09:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Li5.01-007H

Einzelcoaching für erfolgreiches Selbstmanagement und die Bewältigung kreativer Prozesse ONLINE

Entdecken Sie im Einzelcoaching, wie Sie kreative Ideen generieren und effektiv umsetzen können, um in Beruf und Alltag erfolgreicher zu sein. Trainieren Sie Ihre Fähigkeiten, Ihre Aufmerksamkeit zu kontrollieren und Aufgaben effizient zu erledigen, um ein erfüllteres Leben zu führen und Ihre Ziele zu erreichen. Ideal für alle, die ihr kreatives Potenzial ausschöpfen und stressfreier arbeiten möchten.

Tobias Rebscher 17,00 € · erm. 10,50 €
11.11.–09.12.24 · individuelle Terminvereinbarung 90 min.
VHS Lichtenberg online, vhs-cloud 6–12 TN
online · Li5.01-008H

Zeitmanagement, Arbeits- und Aufgabenorganisation, Work-Life-Balance

Erfahren Sie im Workshop, wie Sie Ihre Zeit effektiver nutzen und Ihre Work-Life-Balance verbessern können, indem Sie Ihren persönlichen Tagesplan analysieren und verschiedene Methoden zur Zeitkoordination kennenlernen, von ALPEN bis zum Pareto-Prinzip. Entdecken Sie Strategien, um Stressoren zu bewältigen, Nein zu sagen und Aufgaben effizient zu delegieren.

Sabine Heymann 77,40 € · erm. 43,80 €
21.+22.11.24 · Do+Fr, 09:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Bildungszeit · Li5.01-009H

KONVERSATION FÜR BERUF UND ALLTAG

Deutsch – Konversation im Beruf A2/B1

Voraussetzung: Deutschkenntnisse auf dem Niveau A2/B1

Verbessern Sie Ihre mündlichen Deutschkenntnisse im kleinen Kreis und erleben Sie gemeinsam das Motto: „Ohne Angst sprechen!“ Üben Sie Gespräche aus Beruf und Alltag. Es handelt sich um einen Konversationskurs und keinen Sprachkurs.

Christine Müller 23,00 € · erm. 23,00 €
04.09.–20.11.24 · 10x Mi, 09:00–12:15 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–15 TN
Li5.02-001H

Christine Müller 23,00 € · erm. 23,00 €
05.09.–05.12.24 · 10x Do, 09:00–12:15 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–15 TN
Li5.02-002H

KOMMUNIKATION

Leichte Sprache – Einführung in das Konzept

Wenn Sie eine Fremdsprache lernen oder mit Leseeinschränkungen leben, kann Leichte Sprache helfen, indem sie Texte vereinfacht und zugänglich macht. Der Kurs vermittelt rechtliche Grundlagen, Zielgruppen, Funktionen und Praxisübungen zur Leichten Sprache und richtet sich an alle, die sie in ihren Alltag integrieren möchten.

Nadine Rüstow 12,60 € · erm. 9,80 €
29.10.24 · Di, 19:00–20:30 Uhr 2 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–15 TN
Li5.03-001H

Einführung in die Thematik „Leichte Sprache“

Entdecken Sie die Welt der Leichten Sprache: Ein Kurs, der Ihnen die Grundlagen vermittelt und Ihnen ermöglicht, eine inklusive Kommunikation zu fördern – für mehr Verständnis und Teilhabe in Ihrer Gemeinschaft.

Nadine Rüstow 29,40 € · erm. 18,20 €
15.11.24 · Do, 09:00–15:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–15 TN
Bildungszeit · Li5.03-002H

Die Kunst des beruflichen Smalltalks

Leicht ins Gespräch kommen, locker Kontakte knüpfen

Entdecken Sie in dieser Weiterbildung die Kunst des Smalltalks, um im beruflichen Alltag Kontaktfähigkeit und Kommunikationsgeschick zu stärken. Trainieren Sie in realen Situationen, Hemmungen zu überwinden, Fettnäpfchen zu vermeiden und eine lockere Atmosphäre zu schaffen, um langfristige Beziehungen aufzubauen. Ideal für Teilnehmer:innen, die ihre kommunikativen Fähigkeiten verbessern möchten, mit kostenlosen digitalen Begleitmaterialien vom Kursleiter.

René C. Mannhold 52,60 € · erm. 30,20 €
11.12.24 · Mi, 09:30–16:30 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Bildungszeit · Li5.03-003H

Konfliktmanagement

Der Kurs richtet sich vor allem an Personen, die sich im beruflichen Umfeld mit Konflikten konfrontiert sehen und daran interessiert sind, Methoden zu erlernen, um diese konstruktiv und nachhaltig zu lösen.

Diana Mann 52,60 € · erm. 30,20 €
14.+15.10.24 · Mo+Di, 09:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li5.03-004H

Mit Körpersprache und Stimme überzeugen – Präsenztraining für Frauen

Dieses Seminar richtet sich gezielt an Frauen, die sich im beruflichen wie im privaten Umfeld als zurückhaltend und unsicher erleben. Sie werden dabei unterstützt, Ihre individuelle körpersprachliche und stimmliche Kraft zu entfalten. Anhand von Erkenntnissen aus der Kommunikationsforschung und Sozialpsychologie lernen Sie, körpersprachliche Signale zu deuten und eine selbstsichere und authentische Körpersprache zu entwickeln. In Atem-, Stimm- und Sprechübungen bauen Sie Unsicherheiten und Redehemmungen ab. Um Mut, Spontaneität und Durchsetzungsvermögen zu fördern, werden Übungen und Methoden aus der Schauspielerarbeit eingesetzt.

Liz Hencke 77,40 € · erm. 43,80 €
11.–13.11.24 · Mo–Mi, 09:00–16:00 Uhr 24 UE
Kreiskolkhochschule Barnim, Bürgerhaus Bernau,
Jahnstraße 45, 16321 Bernau bei Berlin 6–12 TN
Bildungszeit · Li5.03-005H

ORGANISATION UND MANAGEMENT

Agiles Projektmanagement mit Scrum & Kanban BLENDED LEARNING

Entdecken Sie die revolutionären Möglichkeiten des agilen Projektmanagements! Lernen Sie die Grundlagen von Scrum und Kanban kennen und erfahren Sie, wie Sie diese Methoden erfolgreich in Ihrem beruflichen Alltag einsetzen können.

Maximilian Neumann 31,00 € · erm. 19,80 €
11.09.–02.10.24 · 4x Mi, 16:00–17:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
teilweise online · Li5.04-001H

Gründungsworkshop: Kunden und Produkte – die zwei zentralen Säulen für den Unternehmenserfolg

Erfahren Sie im Workshop die essenziellen Schritte für einen erfolgreichen Start in die Selbstständigkeit! Von der Kundenorientierung bis zur Produktentwicklung lernen Sie praxisnah, wie Sie Ihre Zielgruppe verstehen, maßgeschneiderte Angebote entwickeln und einen überzeugenden Businessplan erstellen.

Christine Müller 49,20 € · erm. 29,60 €
21.+22.09.24 · Sa+So, 09:00–16:00 Uhr 14 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
Li5.04-002H

Wie führe ich ein Mitarbeitergespräch?

Erfahren Sie in diesem Workshop die essenziellen Schritte für erfolgreiche Mitarbeitergespräche! Von der Vorbereitung bis zur Umsetzung erhalten Sie praxisnahe Tipps und können Gesprächssituationen zu verschiedenen Anlässen üben, unterstützt durch wertvolles Videofeedback. Bitte bringen Sie Ihren Laptop oder einen USB-Stick mit.

Bernd Dressler 52,60 € · erm. 30,20 €
28.+29.09.24 · Sa+So, 09:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Bildungszeit · Li5.04-003H

Personal- und Arbeitsrecht: Rechte und Pflichten im Arbeitsverhältnis

Erhalten Sie einen umfassenden Einblick in die gesetzlichen Regelungen rund um das Arbeitsrecht, inklusive Mitbestimmung im Betrieb und Kündigungsverfahren. Ideal für Arbeitnehmer:innen und Unternehmende, um ihre Rechte und Pflichten zu verstehen und rechtlich korrekt zu handeln. Entwickeln Sie unter Anleitung eines erfahrenen Kursleiters praxisnahes Verständnis für komplexe rechtliche Aspekte und erreichen Sie Ihre beruflichen Ziele.

Bernd Dressler 59,00 € · erm. 36,60 €
26.+27.10.24 · Sa+So, 09:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li5.04-004H

Gründungsworkshop für Migrant:innen

ab Sprachniveau B1/B2

Entdecken Sie im Kurs die Grundlagen der Existenzgründung in Deutschland und spezielle Chancen für Menschen mit Migrationshintergrund! Erhalten Sie praktische Tipps zur Businessplanerstellung und Finanzierung und lassen Sie sich von inspirierenden Erfolgsgeschichten echter Gründer:innen mit Migrationsgeschichte motivieren.

Zielgruppe: Der Kurs richtet sich an Menschen mit Migrationshintergrund, die sich mit dem Gedanken einer Selbstständigkeit in Deutschland tragen.

Es wird darum gebeten, vor Kursbeginn an einem kostenlosen Beratungstermin teilzunehmen.

Christine Müller 55,80 € · erm. 33,40 €
26.+27.10.24 · Sa+So, 09:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
Li5.04-005H

Projektmanagement mit KI-Unterstützung

Der Kurs richtet sich an alle, die in ihrem beruflichen oder privaten Umfeld Projekte planen, durchführen oder daran beteiligt sind.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in der PC-Anwendung sind von Vorteil. Bringen Sie gerne Ihr eigenes Projektthema mit (keine Voraussetzung).

Christine Müller 143,00 € · erm. 87,00 €
25.–29.11.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Bildungszeit · Li5.04-006H

Personalführung, Personalentwicklung, Führungskräfte- und Führungsmittel

Entdecken Sie in unserem Führungskräfte-Seminar für die erste und zweite Ebene die wichtigsten Führungsmittel, Mitarbeiterbewertung, Motivationstechniken und Mitarbeitergesprächsstrukturen. Mit Videotraining und praxisnahen Beispielen aus 25 Jahren Führungserfahrung lernen Sie, schwierige Situationen zu meistern und erfolgreiche Führungsstrategien zur Teambildung anzuwenden. Entwickeln Sie Ihr Führungshandwerk und stärken Sie Ihre Management-Fähigkeiten. Bitte bringen Sie Ihren Laptop oder einen USB-Stick mit.

Bernd Dressler 52,60 € · erm. 30,20 €
14.+15.12.24 · Sa+So, 09:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Bildungszeit · Li5.04-007H

Businessplan-Workshop für Gründer

Erlernen Sie im Kurs die Erstellung eines eigenen Businessplans, um Ihr Gründungsvorhaben erfolgreich umzusetzen. Von der Darstellung der Geschäftsidee bis zur Finanzplanung für 36 Monate werden alle relevanten Komponenten praxisnah behandelt, damit Sie bestmöglich auf Ihre unternehmerische Zukunft vorbereitet sind. Bitte bringen Sie Ihren Laptop oder einen USB-Stick mit.

Voraussetzung: Gründungsvorhaben.

Bernd Dressler 55,80 € · erm. 33,40 €
18.+19.11.24 · Mo+Di, 09:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–8 TN
Li5.04-008H

Dynamische Workshops: Moderation & Medien effektiv nutzen

Erlernen Sie die Grundlagen der Seminarleitung, Moderationstechniken und den effektiven Einsatz von Medien, angefangen von der Gestaltung von Seminaren bis hin zum Umgang mit Herausforderungen und Zeitmanagement. Für angehende und erfahrene Trainer:innen, Dozent:innen und Teamleiter:innen, die ihre Fähigkeiten erweitern möchten.

Isabelle Herz **63,80 € · erm. 63,80 €**
08.–11.10.24 · Di–Fr, 09:30–15:30 Uhr **32 UE**
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **4 TN**
Li5.04-009H

Erfolgreiche Projektanträge

Es besteht die Option, die Module I und II entweder einzeln oder gemeinsam zu buchen.

Dieser Workshop richtet sich an jene, die bisher keine oder kaum Erfahrungen in der Akquise von Fördermitteln und Fundraising haben.

Einführung ins Fundraising (Modul I)

Susanne Birk **59,00 € · erm. 36,60 €**
02.+03.12.24 · Mo+Di, 09:00–16:00 Uhr **16 UE**
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **6–10 TN**
Bildungszeit · Li5.04-010H

Fördermittelakquise (Modul II)

Friederike Vorhof **87,00 € · erm. 53,40 €**
04.–06.12.24 · Mi–Fr, 09:00–16:00 Uhr **24 UE**
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **6–10 TN**
Bildungszeit · Li5.04-011H

FACHSPEZIFISCHE FORTBILDUNGEN FÜR DEN BERUFSBEREICH

Grundlagenkurs AutoCAD 2023: Vom Entwurf zur Konstruktion (2D)

In diesem Kurs lernen Sie das rationale Arbeiten des computer-gestützten Entwerfens mit AutoCAD kennen. Vermittelt werden Grundlagen von Benutzeroberfläche, Zeichenbefehlen und Objektbearbeitung – vom Entwurf zur Konstruktion in nur einem Kurs.

Yvon Kavungu **73,00 € · erm. 45,00 €**
18.–20.10.24 · Fr, 18:00–21:15 Uhr;
Sa+So, 09:00–16:00 Uhr **20 UE**
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **6–10 TN**
Li5.05-001H

AutoCAD 2023 – Aufbaukurs 3D: Von 3D-Zeichnungen zur Konstruktion

Entdecken Sie die Welt des fortgeschrittenen 3D-Designs mit AutoCAD! Von der Erstellung von 3D-Zeichnungen über Blöcke und Referenzen bis hin zu Booleschen Operationen – vertiefen Sie Ihr Können und bringen Sie Ihre Konstruktionen auf ein neues Level.

Vorkenntnisse: Grundkenntnisse in AutoCAD oder erfolgreicher Abschluss des Grundkurses.

Yvon Kavungu **69,00 € · erm. 41,00 €**
29.11.–01.12.24 · Fr, 18:00–21:15 Uhr;
Sa+So, 09:00–16:00 Uhr **20 UE**
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **6–8 TN**
Li5.05-002H

MARKETING UND SOCIAL MEDIA

Schritt für Schritt zum eigenen Podcast

Tauchen Sie in die Welt des Podcastings ein, entwickeln Sie Ihre eigenen Ideen und produzieren Sie Ihre erste Podcast-Episode mit unserem Kurs, der Ihnen alle relevanten Aspekte eines erfolgreichen Podcast-Konzepts vermittelt. Nutzen Sie die professionelle Anleitung, um Ihre Zielgruppe optimal zu erreichen, Ihr Unternehmen oder Ihre Dienstleistungen erfolgreich zu bewerben und Ihre Podcast-Reise zum Erfolg zu starten.

Bringen Sie nach Möglichkeit einen Mac oder Laptop mit (nicht zwingend erforderlich).

Lars Rühmann **52,60 € · erm. 30,20 €**
24.08.–01.09.24 · 2 x Sa+So, 10:00–13:00 Uhr **16 UE**
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **6–12 TN**
Li5.06-001H

Social Media-Kommunikation mit Konzept

Sie wollen mit Ihrem Unternehmen auf Social Media aktiv werden? Im Workshop lernen Sie Schritt für Schritt – praxisorientiert und mit Beispielen, wie Sie ein Social Media-Konzept entwerfen und eine Strategie entwickeln – von der Analyse bis zum Redaktionsplan.

Der Workshop richtet sich an Mitarbeiter:innen aus kleinen und mittleren Unternehmen, aus gemeinnützigen Organisationen und an Solo-Selbstständige.

Julia Günster 17,00 € · erm. 11,40 €
13.11.24 · Mi, 17:00–20:30 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–35 TN
Bildungszeit · Li5.06-002H

Praxis- und Aufbau-Workshop

Im Praxis-Workshop setzen wir das Gelernte um und entwickeln in Kleingruppen Schritt für Schritt ein Social Media-Konzept für Ihre Organisation. Der Workshop baut auf dem Workshop „Social Media Kommunikation mit Konzept“ auf und richtet sich an Mitarbeiter:innen aus kleinen und mittleren Unternehmen, aus gemeinnützigen Organisationen sowie an Solo-Selbstständige. Die Teilnahme am Workshop „Social Media-Kommunikation mit Konzept“ wird empfohlen. Bitte bringen Sie Ihren Laptop oder Ihr Smartphone mit.

Julia Günster 24,00 € · erm. 15,60 €
30.11.24 · Sa, 10:00–15:00 Uhr 6 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Bildungszeit · Li5.06-003H

Einführung in die Grundelemente der Public Relations

Modul I

Der Kurs vermittelt die ersten Schritte in den Bereich Public Relations und hilft die Basiselemente für professionelle Pressearbeit nachhaltig zu etablieren: Zielgruppen, Presseverteiler, Formatvorlagen, Abbinder/Boilerplate, Vorbereitungen für Interviews und nicht zu vergessen die interne Kommunikation. Bitte zum Kurs mitbringen: Schreibutensilien und/oder Laptop/Tablet.

Sabine Heymann 29,40 € · erm. 18,20 €
17.10.24 · Do, 09:00–16:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li5.06-004H

Modul II

In diesem Workshop lernen Sie, Ihre PR-Strategien weiterzuentwickeln: von der Pressemitteilung bis zur Krisenkommunikation. Bereiten Sie sich darauf vor, professionelle Pressekonferenzen und Events zu organisieren und zielgerichtete Pressemappen zu erstellen.

Bitte zum Kurs mitbringen: Schreibutensilien und/oder Laptop/Tablet.

Sabine Heymann 29,40 € · erm. 18,20 €
24.10.24 · Do, 09:00–16:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li5.06-004H

Storytelling mit künstlicher Intelligenz

ONLINE

In diesem Workshop lernen Teilnehmende, wie sie künstliche Intelligenz für effektives Storytelling nutzen können, um Emotionen zu wecken und zu überzeugen. Der Workshop richtet sich an alle, die Storytelling im Berufsleben oder Alltag für Motivation, Bewerbungsgespräche, Webgestaltung oder Social Media anwenden möchten.

Tobias Rebscher 32,70 € · erm. 20,10 €
04.11.24 · Mo, 09:00–16:45 Uhr 9 UE
VHS Lichtenberg online, vhs-cloud 6–12 TN
online · Li5.06-005H

Einführung in Canva

Sie möchten möglichst einfach, kostenlos und schnell ansprechende und schöne Grafiken erstellen?

Neben den technischen Aspekten geht der Kurs auch auf die gestalterischen Möglichkeiten ein: Wie arbeite ich mit Farben, Schriften und Bildern in Canva? Wir gestalten gemeinsam Designs zu verschiedenen Themen und mit unterschiedlichen Vorlagen.

Voraussetzungen: Bringen Sie Ihren eigenen Laptop mit.

Manuela Strehober 59,00 € · erm. 36,60 €
09.+10.12.24 · Mo+Di, 09:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Bildungszeit · Li5.06-006H

Bauen Sie Ihr Online-Business auf

Mit einer individuellen Strategie für eine erfolgreiche Positionierung, Kommunikation und Vermarktung

Entdecken Sie, wie Sie Ihr Online-Business gezielt auf das nächste Level heben können – von Arbeitsabläufen über Marketing bis hin zum Kundenmanagement. In unserem Wochenendkurs entwickeln Sie praxisnah Ihre individuelle Strategie und stärken Ihre Marktposition.

Voraussetzungen: Bringen Sie Ihren eigenen Laptop mit.

Manuela Strehober 59,00 € · erm. 36,60 €
07.+08.12.24 · Sa+So, 09:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li5.06-007H

Instagram – Techniken und Strategien für den beruflichen Erfolg

Nutzen Sie Instagram als kreative Werbeform, um digital sichtbar zu sein und beruflichen Erfolg zu erzielen. Der Kurs behandelt die App-Oberfläche, Funktionen, Begriffe wie Influencer und Hashtags sowie strategisches Instagram-Marketing und die Gestaltung von Beiträgen und Reels.

Gaby Schulze 143,00 € · erm. 87,00 €
16.+17.11.24 · Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li5.06-008H

DIGITALISIERUNG UND TECHNOLOGIEN

Wie funktionieren KI & andere Technologien der Zukunft?

Entdecken Sie die Chancen der Digitalisierung für Ihr Unternehmen! Lernen Sie in einem Workshop die Potenziale von KI, Cloud-Software und Blockchain kennen und bringen Sie Ihre digitale Kompetenz auf Zukunftskurs.

Maximilian Neumann 27,80 € · erm. 16,60 €
 27.08.24 · Di, 09:15–16:00 Uhr 8 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Bildungszeit · Li5.08-001H

Künstliche Intelligenz (KI) – die Revolution in der Arbeitswelt

Entdecken Sie die Welt der KI-Tools für Ihren Beruf!

Der Workshop wendet sich an Menschen, die ihre KI-Kompetenzen für den Beruf erweitern und neue Lösungen mit digitalen Werkzeugen ausprobieren möchten. Es wird eine Checkliste zur Nutzung von KI in Unternehmen vorgestellt und welche rechtlichen Aspekte dabei zu beachten sind. Bringen Sie Ihr Smartphone oder Ihren Laptop mit, eine WLAN-Verbindung wird bereitgestellt. Sie erhalten ein digitales Handout (3,00 €) mit kommentierten KI-Linktipps von unserem Referenten René Mannhold.

René C. Mannhold 27,80 € · erm. 16,60 €
 02.+03.09.24 · Mo+Di, 09:30–16:30 Uhr 8 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Bildungszeit · Li5.08-002H

Blockchain für Einsteiger: Bitcoin, Ethereum und die Zukunft des Geldsystems

Entdecken Sie die Zukunft des Geldsystems: Tauchen Sie ein in die Welt von Bitcoin, Ethereum und der Blockchain-Technologie. Keine IT-Vorkenntnisse erforderlich – bringen Sie einfach Ihr Smartphone oder Laptop mit und erleben Sie die Revolution hautnah. Voraussetzung: Englisch-Kenntnisse.

Maximilian Neumann 27,80 € · erm. 16,60 €
 30.11.24 · Sa, 09:15 –16:00 Uhr 8 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Li5.08-003H

GRAFIK, BILD, VIDEO, 3D UND TON

Professionelle Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop CC (Grundlagenkurs)

Entdecken Sie in unserem Kurs die Welt der digitalen Bildbearbeitung mit Photoshop, dem führenden Programm in diesem Bereich. Lernen Sie die vielfältigen Werkzeuge, Funktionen und Techniken kennen, um Bilder professionell zu bearbeiten, zu retuschieren und mithilfe der neuen KI-gestützten Funktionen zu optimieren.

Voraussetzung: sehr gute PC- und Windows-Kenntnisse. Bringen Sie einen USB-Stick.

Teilnehmende an diesem Kurs können die komplette Adobe Creative Cloud (27 Programme) zum Sonderpreis von 235,00 € statt 713,86 € für ein Jahr abonnieren.

Wolfgang Klemm 73,00 € · erm. 45,00 €
 13.–15.09.24 · Fr, 18:00–21:15 Uhr;
 Sa+So, 09:00–16:00 Uhr 20 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Li5.09-001H

Digitaler Videoschnitt mit Adobe Creative Cloud

Bereichern Sie Ihre Fähigkeiten in der Videobearbeitung mit Adobe Creative Cloud. Unser Kurs vermittelt Ihnen grundlegende Kenntnisse in Premiere Pro, After Effects und Audition, um Ihre Videoinhalte auf das nächste Level zu heben.

Anna-Maria Weber 55,80 € · erm. 33,40 €
 16.–20.09.24 · Mo–Fr, 10:00 – 17:00 Uhr 16 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Bildungszeit · Li5.09-002H

Blender 3D – Der umfassende Einstieg in die faszinierende Welt der 3D-Animation und -Grafik

Der Kurs bietet eine umfassende Einführung in die leistungsstarke Welt der 3D-Visualisierung und -Animation mit dem professionellen Programm Blender 3D. Teilnehmende erlernen die Erstellung eigener 3D-Objekte, die Gestaltung von Szenen inklusive Materialien, Texturen und Beleuchtung sowie die Umsetzung von 2D- und 3D-Animationen. Zusätzlich werden Themen wie Zeichentrickfilm, Videoschnitt und die Erstellung von 3D-Druck-Modellen behandelt.

Gaby Schulze 143,00 € · erm. 87,00 €
 23.–27.09.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Bildungszeit · Li5.09-004H







FEHLT DER DURCHBLICK?

WEITERBILDUNGEN
FINDEN & VERGLEICHEN!

Finde aktuelle Informationen und Deine Weiterbildung

www.wdb-berlin.de



Printmediengestaltung mit Adobe Creative Cloud

In dieser Bildungszeitwoche lernen Sie die wichtigsten Werkzeuge und Techniken der Programme InDesign, Illustrator und Photoshop kennen sowie deren Zusammenspiel bei der Gestaltung von Printmedien (Plakat, Flyer) am PC. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die privat oder beruflich veranlasst Printmedien erstellen müssen und dafür entsprechendes Grundwissen benötigen.

Wolfgang Klemm 127,00 € · erm. 71,00 €
07.–11.10.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–10 TN
Bildungszeit · Li5.09-005H

Digitale Videobearbeitung mit Adobe After Effects

Lernen Sie in diesem Kurs durch kurze Übungen den Umgang mit der Software, den Workflow zwischen Adobe Photoshop, Illustrator und After Effects sowie Grafik-, Logo- und Titelanimation, Maskenerstellung und -verwendung, Effektanwendungen und mehr kennen. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Anna-Maria Weber 55,80 € · erm. 33,40 €
07.–11.10.24 · Mo–Fr, 10:00–17:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Bildungszeit · Li5.09-006H

Digitaler Videoschnitt mit Adobe Premiere Pro CC

In diesem Kurs lernen Sie, wie man professionelle Videos mit Adobe Premiere Pro CC schneidet, bearbeitet und optimiert. Unser erfahrener Dozent Sascha Quednau führt Sie durch die Benutzeroberfläche, den Import, die Medienverwaltung, den Schnitt, die Tonbearbeitung, Effekte und den Export.

Sascha Quednau 69,00 € · erm. 41,00 €
11.–13.10.24 · Fr, 17:00–20:15 Uhr;
Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Bildungszeit · Li5.09-007H

DJ Basics – Analogtechnik in praktischer Anwendung (für Anfänger)

In diesem Workshop lernst du praktisches Auflegen mit Turntables, einem Pioneer-Mixer und einer Vinylplattensammlung elektronischer Musik aus den 90er und frühen 2000er Jahren. Du wirst in der Lage sein, das Equipment anzuschließen, Tracks zu mixen und eigene Mixtapes zu erstellen.

Mike Prössel 83,00 € · erm. 48,00 €
18.–20.10.24 · Fr, 18:00–21:15 Uhr;
Sa+So, 11:00–18:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 5 TN
Li5.09-008H

Video-Storytelling für YouTube & Co.

Der Workshop vermittelt die Grundlagen des Video-Storytellings, um effektiv kleine Geschichten durch Bildsprache zu erzählen. Teilnehmende analysieren erfolgreiche Videos, erstellen Storyboards und setzen ihre Ideen praktisch um. Dabei lernen sie, durch Einstellungsgrößen, Perspektiven und Schnitttechniken überzeugende Filmstrukturen zu schaffen und haben die Gelegenheit, eigene Internet-Video-Projekte umzusetzen.

Bitte zum Kurs mitbringen: Kamera bzw. Smartphone, Stativ, nach Möglichkeit separates Mikrofon, Verbindungskabel.

Heiner Jans 55,80 € · erm. 33,40 €
11.+12.11.24 · Mo+Di, 09:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Bildungszeit · Li5.09-009H

Adobe InDesign CC

Sie haben die Möglichkeit, die Module I + II separat oder gemeinsam zu buchen.

Grundkurs (Modul I)

Entdecken Sie die grundlegenden Funktionen des Desktop-Publishing-Programms, von der Programmbedienung über Textgestaltung bis hin zur Druckvorbereitung, während Sie an Windows-Rechnern praktische Übungen zur Erstellung von verschiedenen Druckerzeugnissen wie Flyern und Broschüren durchführen.

Sehr gute PC- und Windows-Kenntnisse. Grundlegende Kenntnisse anderer DTP-Programme sind vorteilhaft, aber nicht Voraussetzung.

Wolfgang Klemm 73,00 € · erm. 45,00 €
18.–20.11.24 · Mo–Di, 09:00–16:00 Uhr;
Mi, 09:00–12:15 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Bildungszeit · Li5.09-011H

Aufbaukurs (Modul II)

Vertiefen Sie Ihr Wissen im Desktop-Publishing mit unserem Fortgeschrittenenkurs zu Adobe InDesign. Entdecken Sie fortgeschrittene Funktionen wie die Anwendung von Zeichen- und Absatzformatvorlagen, das Einbinden und Formatieren von Tabellen sowie das Erstellen komplexer Musterseiten mit Seiten- und Abschnittsnummerierungen.

Voraussetzung: Empfohlen wird die Teilnahme am Kurs Adobe InDesign CC – Grundkurs (Modul I).

Wolfgang Klemm 73,00 € · erm. 45,00 €
20.–22.11.24 · Mi, 12:45–16:00 Uhr;
Do+Fr 09:00–16:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Bildungszeit · Li5.09-012H

Das Smartphone als Tonstudio

Guter Ton ist schon die halbe Miete – Professionelle Soundproduktion mit dem Smartphone

Teilnahmevoraussetzung: der sichere Umgang mit dem dem Smartphone.

Teilnehmer:innen bringen ihr Smartphone mit und, wenn vorhanden, Zubehör. Die Apple-ID und Passwörter, um Apps installieren zu können, sind griffbereit zu halten.

Gaby Schulze 29,40 € · erm. 18,20 €
23.+24.11.24 · Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li5.09-013H

Videoreportagen planen, drehen, schneiden (Workshop)

Das Workshop-Angebot richtet sich an Personen, die den Beruf des Videojournalisten erlernen wollen bzw. an Fotograf:innen, PR- und Online-Redakteur:innen etc., die ihre Kompetenzen erweitern möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die im Kurs verwendete Schnittsoftware ist Adobe Premiere CC. Bitte zum Kurs mitbringen: Kamera bzw. Smartphone, Stativ, nach Möglichkeit separates Mikrofon, Verbindungskabel.

Heiner Jans 135,00 € · erm. 79,00 €
25.–29.11.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Bildungszeit · Li5.09-014H

Digitaler Videoschnitt mit Adobe Premiere Pro CC

Erlernen Sie unter Anleitung des erfahrenen Filmdozenten die Grundlagen des Videoschnitts, von der Sequenzanlage über den Schnitt bis zur Anwendung von Effekten und Musik, einschließlich neuer Technologien wie textbasierter Schnitt, Enhance und Firefly – praktische Übungen inklusive. Ideal für alle, die professionell Videos schneiden und bearbeiten möchten.

Sascha Quednau 69,00 € · erm. 41,00 €
06.–08.12.24 · Fr, 17:00–20:15 Uhr;
Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 20 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–12 TN
Bildungszeit · Li5.09-015H

Blender 3D für Ungeduldige

Dieser Kurs bietet Neugierigen einen schnellen Einstieg in Blender 3D und die Welt der 3D-Modellierung. Anhand praktischer Übungen lernen die Teilnehmenden, wie man 3D-Modelle erstellt, verformt und konstruiert, wobei Blender 3D als leistungsstarkes, kostenloses Programm genutzt wird. Gerne können Sie auch Ihren eigenen Computer mitbringen.

Gaby Schulze 143,00 € · erm. 87,00 €
07.+08.12.24 · Sa+So, 10:00–17:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li5.09-010H

FÜR EINSTEIGER:INNEN – COMPUTER- UND TECHNIK-GRUNDLAGEN

Computer-Kompass: Grundlagen für den Umgang mit dem PC

Die Angst vor dem Computer ablegen!

In diesem Kurs lernen Sie, wie ein Computer aufgebaut ist und wie er funktioniert. Außerdem lernen Sie, wie man die Maus, Tastatur und das Windows-Programm benutzt. Durch einfache Übungen werden Sie lernen, wie man Texte bearbeitet und im Internet surft.

Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Kurs ist besonders geeignet für ältere Menschen.

Rainer Merten 24,20 €
14.–16.10.24 · Mo–Mi, 10:00–14:15 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–10 TN
Li5.10-001H

Sicher im Internet (Grundlagenkurs)

Entdecken Sie die Grundlagen des sicheren Surfens im Internet: Von der Nutzung von Suchmaschinen bis hin zur Einrichtung persönlicher Internetkonten. Stärken Sie Ihre Internetkompetenz mit praktischen Übungen und lernen Sie, wie Sie sicher online einkaufen und mobiles Homebanking nutzen.

Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Kurs ist besonders geeignet für ältere Menschen.

Rainer Merten 24,20 €
18.–20.11.24 · Mo–Mi, 10:00–14:15 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–10 TN
Li5.10-002H

Computerschreiben in 4 Lektionen

10-Finger-Schreiben lernen in nur 2 Vormittagen!

Lernen Sie mit einer innovativen Methode, die auf neuesten Erkenntnissen der Hirnforschung basiert, in kürzester Zeit blind und richtig zu schreiben. Mit Farben und Bildern erarbeiten Sie die Tastatur mental und trainieren dann am PC. So schaffen Sie in entspannter Atmosphäre das gesamte Tastaturfeld inklusive Ziffern und Zeichen.

Teilnehmer:innen erhalten je 4 Lernhefte für insgesamt 20,00 € – bitte zu Kursbeginn bei der Kursleiterin bar bezahlen.

Katja Thal 31,00 € · erm. 19,80 €
16.+17.11.24 · Sa+So, 09:00–12:30 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li5.10-003H

Apple für Menschen ab 60

iPhone, iPad, Apple Watch – für Senioren einfach & verständlich erklärt

Der Kurs bietet gezielte Unterstützung bei Fragen zu Apple-Geräten, vermittelt verständlich den Umgang, die kreative Nutzung und Sicherheitsaspekte, ermöglicht die selbstständige Bewältigung des digitalen Alltags und kann auch als Geschenkgutschein genutzt werden.

Mario Bittermann 59,00 € · erm. 36,60 €
18.10.–20.10.24 · Fr, 18:00–21:15 Uhr;
Sa+So, 09:00–16:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li5.10-004H

SOFTWAREANWENDUNGEN

MS Excel Pivot-Tabellen: Daten auswerten, analysieren und visualisieren! ONLINE

Verwandeln Sie komplexe Datenmengen in übersichtliche Analysen und Berichte mit Pivot-Tabellen.

In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie mit Pivot-Tabellen große Datenmengen in Excel strukturieren, analysieren und visualisieren können.

Pivot-Tabellen sind ein leistungsstarkes Werkzeug in Excel, mit dem Sie Daten nach verschiedenen Kriterien zusammenfassen, auswerten und visualisieren können.

In diesem Workshop lernen Sie die wichtigsten Funktionen und Techniken von Pivot-Tabellen kennen und können diese sofort in Ihrer täglichen Arbeit anwenden.

Bettina Breton 31,00 € · erm. 19,80 €
10. + 11.09.24 · Di+Mi, 18:00–21:00 Uhr 8 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
online · Li5.11-001H

Grundlagen barrierefreier Dokumentengestaltung mit MS Word ONLINE

Barrierefreie Dokumente: Inklusion leicht gemacht!

Erstellen Sie barrierefreie Dokumente, die für alle Menschen zugänglich sind – erlernen Sie in diesem Workshop die wichtigsten Grundlagen und Techniken.

Barrierefreie Dokumente sind Dokumente, die für alle Menschen zugänglich sind, unabhängig von Beeinträchtigungen. In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie barrierefreie Dokumente in MS Word erstellen und die wichtigsten Anforderungen der Barrierefreiheit erfüllen.

Bettina Breton 16,20 € · erm. 10,60 €
12.09.24 · Do, 18:00–21:00 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–15 TN
online · Li5.11-002H

MS Excel Power Pivot: Datenanalyse und Reporting! ONLINE

Der Umgang mit klassischen Pivot-Tabellen ist Ihnen vertraut, und Sie wollen den erweiterten Funktionsumfang von Power Pivot kennenlernen? Power Pivot ermöglicht die Verarbeitung von fast unbegrenzten Datensätze aus unterschiedlichen Quellen in hoher Geschwindigkeit und den gleichzeitigen Zugriff auf mehrere Tabellen. Diese hohe Flexibilität gestattet Ihnen noch mehr Möglichkeiten in der Datenanalyse und Berichtsgestaltung. Mit der integrierten Formelsprache DAX können Sie zusätzliche Berechnungen und Auswertungen durchführen.

Voraussetzungen:

- grundlegende Kenntnisse in MS Excel und Windows Dateiverwaltung.
- ab MS Excel 2019 oder höher
- Praxisbeispiele basieren auf der Version Excel 2021

Bettina Breton 17,00 € · erm. 11,40 €
17.09.2024 · Di, 18:00–21:00 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–15 TN
online · Li5.11-003H

MS Excel Power Query – Daten abrufen und transformieren! ONLINE

Entdecken Sie mit Power Query eine leistungsstarke Methode, um Daten aus verschiedenen Quellen zu importieren, bereinigen und kombinieren. Optimieren Sie Ihre Datenanalysen in Excel und sparen Sie wertvolle Zeit bei der Datenaufbereitung für Pivot-Tabellen und automatisierte Auswertungen.

Voraussetzungen: grundlegende Kenntnisse in Excel und Umgang mit Pivot-Tabellen, Windows-Handhabung (Dateiverwaltung). Windows 10 oder höher in der aktuellen Version, MS Excel ab 2016. Die Praxisbeispiele basieren auf der Version Excel 2019 und höher; Laptop oder Computer erforderlich, Tablet nicht geeignet!

Bettina Breton 16,20 € · erm. 10,60 €
18.09.24 · Mi, 18:00–21:00 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
online · Li5.11-004H

Barrierefreiheit als Schlüssel für gute PowerPoint-Präsentationen ONLINE

Entdecken Sie in unserem Workshop, wie Sie überzeugende PowerPoint-Präsentationen gestalten und von den Vorteilen einer barrierefreien Gestaltung profitieren können. Erweitern Sie Ihr Wissen über die wesentlichen Anforderungen der Gestaltung und arbeiten Sie effektiv mit dem Folienmaster. Der Workshop findet mit MS PowerPoint 2021 statt.

Bettina Breton 16,20 € · erm. 10,60 €
19.09.24 · Do, 18:00–21:00 Uhr 4 UE
VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–8 TN
online · Li5.11-005H

Microsoft Office 2021: Die wichtigsten Programme im Überblick!

Word, Excel, PowerPoint, Access

Lernen Sie in diesem Kurs die vier wichtigsten Microsoft Office-Programme für die tägliche Arbeit kennen. Dieser Kurs vermittelt Ihnen die grundlegenden Funktionen von Word, Excel, PowerPoint und Access, um Ihre Produktivität zu steigern. Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene: Der Kurs ist sowohl für Einsteiger:innen als auch für Office-Anwender:innen geeignet, die ihr Wissen auffrischen möchten.

Wolfgang Klemm 143,00 € · erm. 87,00 €
11.–15.11.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Bildungszeit · Li5.11-006H

Excel für Anfänger: Tabellen erstellen, verwalten und verstehen

Erlernen Sie in diesem Kurs die Grundlagen von Microsoft Excel und erstellen Sie Ihre ersten Tabellen.

Dieser Kurs vermittelt Ihnen die wichtigsten Funktionen von Excel, um Tabellen zu erstellen, formatieren und analysieren. Ohne Vorkenntnisse: Der Kurs ist ideal für alle, die erste Schritte mit Excel machen möchten, geeignet auch für ältere Menschen.

Rainer Merten 24,20 € · erm. 24,20 €
23.+24.11.24 · Sa+So, 09:00–16:00 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–12 TN
Li5.11-007H

Microsoft Word Grundkurs: Text-erstellung, Formatierung und mehr

Dieser Kurs vermittelt Ihnen die wichtigsten Funktionen von Microsoft Word, um Texte zu erstellen, zu formatieren und auszudrucken.

Sie lernen, Dokumente zu erstellen, zu speichern und wiederzufinden, Rechtschreibung zu prüfen, Texte zu formatieren, Bilder einzufügen und Textbausteine anzulegen.

Zudem erfahren Sie, wie Sie Briefe nach Norm erstellen und Tabellen bearbeiten können.

Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Kurs ist besonders geeignet für ältere Menschen.

Rainer Merten **24,20 €**
 25.–27.11.24 · Mo–Mi, 10:00–14:15 Uhr 16 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–10 TN
Bildungszeit · Li5.11-008H

Microsoft Access – Datenbankverwaltung für den Job (Grundlagen)

Grundkurs (Modul 1)

Erlernen Sie in diesem Kurs die Datenbankverwaltung mit Access. Erfahren Sie, wie Sie mithilfe von Access Datenbanken erstellen, verwalten und effektiv nutzen können. Windows-Kenntnisse sind erforderlich.

Wolfgang Klemm **73,00 € · erm. 45,00 €**
 02.–04.12.24 · Mo+Di, 09:00–16:00 Uhr; 20 UE
 Mi 09:00–12:15 Uhr 6–10 TN
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71
Bildungszeit · Li5.11-009H

Aufbaukurs (Modul 2)

Erweitern Sie in diesem Kurs Ihr Wissen über Microsoft Access und entdecken Sie fortgeschrittene Funktionen für eine effizientere Datenbankverwaltung. Erfahren Sie, wie Sie Beziehungen zwischen Tabellen herstellen, Aktionsabfragen nutzen und maßgeschneiderte Formulare und Berichte erstellen können.

Teilnahmevoraussetzung: Access Modul 1 oder vergleichbare Kenntnisse.

Wolfgang Klemm **73,00 € · erm. 45,00 €**
 04.–06.12.24 · Mi, 12:45–16:00 Uhr; 20 UE
 Do+Fr, 09:00–16:00 6–10 TN
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71
Bildungszeit · Li5.11-010H

Tabellenkalkulation MS Excel 2021

In diesem Kurs erhalten Sie eine kompakte Einführung in die Möglichkeiten und Funktionen des Tabellenkalkulationsprogramms Excel von Microsoft.

Zu den Inhalten gehören unter anderem der Aufbau und die Bedienung der Benutzeroberfläche, die Eingabe von Text, Zahlen, Datum und Uhrzeit, die Verwendung von Formeln, die Tabellenformatierung, Autoausfüllfunktionen, der Einsatz des Funktionsassistenten sowie die Erstellung und Formatierung von Diagrammen.

Voraussetzungen: Gute PC- und Windows-Kenntnisse (Tastatur, Maus, Explorer); sicherer Umgang mit dem Computer.

Wolfgang Klemm **143,00 € · erm. 87,00 €**
 26.–30.08.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–12 TN
Bildungszeit · Li5.11-011H

BETRIEBSSYSTEME

Linux kennenlernen: Zweitbetriebssystem Ubuntu (Grundlagenkurs)

Erweitern Sie Ihren Computer-Horizont und entdecken Sie die Vorteile von Linux! In diesem Kurs lernen Sie, Linux als Zweitbetriebssystem zu installieren, erste Schritte in der Linux-Oberfläche zu unternehmen, Unterschiede zu Windows zu verstehen, Dateien zu verwalten und die Oberfläche anzupassen sowie nützliche Zusatzprogramme kennen. Ideal für alle, die Windows-Alternativen entdecken und die Welt von Linux kennenlernen möchten.

Mario Bittermann **83,00 € · erm. 48,00 €**
 27.–29.09.24 · Fr, 18:00–21:15 Uhr; 20 UE
 Sa+So, 09:00–16:00 Uhr 6–10 TN
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71
Li5.12-001H

Windows 11: Crashkurs für Umsteiger

Sie kennen Windows? Entdecken Sie jetzt die Neuerungen von Windows 11! In diesem Kurs lernen Sie kennen:

- das neue Startmenü, den Desktop und die Taskleiste
- die Arbeit mit Kacheln, Apps und Programmen
- den Explorer, die Suchfunktion und den Virenschanner

Voraussetzungen: Sehr gute PC- und Windows-Kenntnisse.

In kurzer Zeit fit für Windows 11!

Wolfgang Klemm **17,00 € · erm. 11,40 €**
 16.10.24 · Mi, 18:00–21:15 Uhr 4 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
Li5.12-002H

Betriebssystem MS Windows 11 (Grundkurs)

Der Grundkurs vermittelt praxisnah die Nutzung – von Systemstart bis zur effektiven Handhabung von Programmen, Systemsteuerung, Maus und Tastatur sowie grundlegenden Aspekten der Datenspeicherung und -verwaltung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich; der Kurs ist besonders auf ältere Menschen zugeschnitten.

Rainer Merten **24,20 €**
 28.–30.10.24 · Mo–Mi, 10:00–14:15 Uhr 16 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–10 TN
Li5.12-003H

Apple MacOS für Anfänger (Kompaktkurs)

Entdecken Sie die zahlreichen Möglichkeiten Ihres MacBooks

Lernen Sie alles rund um das MacOS und seine vorinstallierten Programme kennen, um mit Ihrem Mac optimal zu arbeiten. MacOS im Überblick: Dieser Kurs zeigt Ihnen die wichtigsten Funktionen und Einstellungen des MacOS und seiner Programme, damit Sie Ihren Mac im Alltag voll nutzen können. Alles inklusive: Von der Apple-ID bis hin zu iMovie und Sicherheitsthemen lernen Sie alles, was Sie für Ihren Mac brauchen.

Mario Bittermann 73,00 € · erm. 45,00 €
 18.–20.10.24 · Fr, 18:00–21:15 Uhr;
 Sa+So, 09:00–16:00 Uhr 20 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
 Li5.12-004H

WEBENTWICKLUNG UND DESIGN

JIMDO – die eigene Website: kostenlos – schnell – professionell ONLINE

Dieser Kurs ermöglicht es, ohne Programmierkenntnisse mühe-los und mit einfachen Klicks die eigene Internet-Präsenz zu gestalten, von Textformatierung über Farbharmonie bis hin zur Pflege der Website in kurzer Zeit; verschiedene hochwertige Designs mit vielseitigen Style-Optionen stehen zur Verfügung, und durch die Erstellung von Übungswebsites mit den kostenlosen Paketen JimdoPlay und JimdoFree werden alle Grundfunktionen vermittelt.

Notwendige Vorkenntnisse: sehr gute Maus-, Tastatur- und Windows-Handhabung (Dateiverwaltung) sowie vertrauter Umgang mit dem Internet.

Bettina Breton 45,00 € · erm. 28,20 €
 14.+15.09.24 · Sa+So, 09:00–14:00 Uhr 12 UE
 VHS Lichtenberg online, vhs.cloud 6–10 TN
 online · Li5.13-001H

Website erstellen mit WordPress – Grundlagen ohne Programmieren

Erlernen Sie in diesem Kurs die Grundlagen von WordPress und erstellen Sie Schritt für Schritt Ihre eigene Website – ganz ohne Programmierkenntnisse!

Erstellen Sie Menüs, fügen Sie Inhalte hinzu und integrieren Sie Bilder. Mit praktischen Übungen an einer vorbereiteten Installation erstellen Sie im Handumdrehen eine eigene Website.

Zielgruppe: Interessierte für eine Website, WordPress-Einsteiger:innen. Erforderlich Vorkenntnisse: EDV-Grundlagen. Bitte bringen Sie mit: E-Mail-Adresse (jede:r Teilnehmer:in benutzt nur die eigene), Stift & Papier für Skizzen, USB-Stick zum Mitnehmen der fertigen Website.

Fragen zu Kursinhalten können gerne vorab an den Dozenten gestellt werden: mail@maximilianneumann.de.

Maximilian Neumann 70,20 € · erm. 42,20 €
 09.+10.11.24 · Sa+So, 09:15–16:00 Uhr 16 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
 Li5.13-002H

Website erstellen mit WordPress – Individuelles Design mit Elementor

Lernen Sie in diesem Kurs, wie Sie mit Elementor und WordPress eine professionelle und individuelle Website erstellen – ganz ohne Programmierkenntnisse!

Vom Konzept bis zur Umsetzung: Planen Sie Ihre Inhalte, strukturieren Sie Ihre Website visuell und optimieren Sie sie für Suchmaschinen und Sicherheit.

Zielgruppe: Anwender:innen von WordPress, Elementor-Interessierte. Notwendige Vorkenntnisse: WordPress-Grundlagen, HTML- & CSS-Grundlagen.

Bitte bringen Sie mit: E-Mail-Adresse (jede Teilnehmer:in benutzt nur die eigene), Stift & Papier für Skizzen, USB-Stick zum Mitnehmen der fertigen Website.

Fragen zu Kursinhalten können gerne vorab an den Dozenten gestellt werden: mail@maximilianneumann.de.

Maximilian Neumann 171,00 € · erm. 101,00 €
 25.–29.11.24 · Mo–Fr, 09:15–16:00 Uhr 40 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
 Bildungszeit · Li5.13-003H

WordPress & Divi

Die eigene professionelle und strategische Website mit WordPress & dem Divi Theme

Alle Teilnehmenden entwickeln ihre eigene Website – von der IDEE über die PLANUNG bis zur UMSETZUNG.

Auch das DRANBLEIBEN ist nach dem Kurs kein Problem mehr. Voraussetzungen: sicheres Arbeiten an einem Computer mit Internetanschluss und Browser, aber keine Programmierkenntnisse; eigenes digitales Bild- und Textmaterial für die Website.

Manuela Strehober 143,00 € · erm. 87,00 €
 09.–13.09.24 · Mo–Fr, 09:00–16:00 Uhr 40 UE
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–10 TN
 Bildungszeit · Li5.13-004H

Anzeige

TUXMAN.DE COMPUTER
 Inh. Mathias Grimm
 • Computer • Zubehör •
 • Reparatur • Service •
 im ehemaligen Kaufhaus
Anton-Saefkow-Platz 8
10369 Berlin
 Zufahrt über Karl-Lade-Straße, 160 Pkw Stellplätze
 Tel.: 030 97 609 773 Mo.-Fr.: 09.30–19.00 www.tuxman.de
 FAX: 030 97 609 775 Sa.: 09.30–14.00 info@tuxman.de



Beruf

vhs die Berliner
Volkshochschulen

- für deutschsprachige Erwachsene
- mit geringen Lese- und Schreibkenntnissen
- mit und ohne Migrationshintergrund

Das
Angebot ist
kostenfrei.

Ich kann es!

Schritte in den Beruf

lesen • schreiben • rechnen • PC • gesunde Ernährung
Berufsvorbereitung • Lernen lernen

Ort: Volkshochschule Lichtenberg, Duden-Institut
Degenerstraße 7, 13053 Berlin

Anmeldung Kerstin Fuhrmann

und Infos: ☎ 030 90296-5975

✉ Kerstin.Fuhrmann@lichtenberg.berlin.de

[www.berlin.de/vhs/
volkshochschulen/lichtenberg/](http://www.berlin.de/vhs/volkshochschulen/lichtenberg/)

Ein
Einstieg ist
jederzeit
möglich.

Der Lehrgang „Ich kann es! Schritte in den Beruf“ ist Teil des Projektes „AGIL – Alphabetisierung und Grundbildung in Lernhäusern der Berliner Volkshochschulen“. Das Projekt wird gefördert aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Sozialfonds



-
- 98 Alpha-Bündnis Lichtenberg
 - 99 Lesen, Schreiben, Rechnen
 - 100 Kunst und Kultur inklusiv
 - 100 Digitale Grundkompetenzen
 - 101 ER-WIN
 - 101 Kunst und Kultur inklusiv
 - 103 Gesundheit Inklusiv

7

GRUNDBILDUNG ALPHABETISIERUNG ALLTAGSKOMPETENZ

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG

Kerstin Fuhrmann

☎ (030) 90296 5975

✉ kerstin.fuhrmann@lichtenberg.berlin.de

Fachliche Beratung nach Vereinbarung

LESEN, SCHREIBEN, RECHNEN

und weitere Alltagskompetenzen

Wenn Sie Deutsch sprechen, aber Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben haben, können Sie an unseren Kursen teilnehmen.

Wir geben Ihnen Tipps, wie Sie das Lesen und Schreiben verbessern können.

Sie können jederzeit anfangen und in kleinen Gruppen ohne Druck üben, wie man liest und schreibt.

Gemeinsam machen wir den Weg zum Erfolg möglich!



Möchten Sie besser lesen, schreiben oder rechnen lernen?

Wir helfen Ihnen, den richtigen Kurs zu finden – kostenlos und anonym.

☎ (030) 90296 5975 oder

✉ vhs@lichtenberg.berlin.de

Möchten Sie jemandem helfen, der gerne besser lesen, schreiben und rechnen möchte?

Wir stehen Ihnen zur Seite und bieten Ihnen telefonisch oder nach Terminvereinbarung eine individuelle Beratung an. Wir geben Ihnen Tipps und Tricks, wie Sie die Person unterstützen können, ihr Ziel zu erreichen.

ALPHA-BÜNDNIS LICHTENBERG

Das Lichtenberger Alpha-Bündnis arbeitet daran, die Grundbildungsangebote im Bezirk bekannter zu machen und zu bündeln. Unser Ziel ist es, die Akteure besser zu vernetzen, um Menschen mit Bedarf gezielter zu erreichen und zu vermitteln.

Wir freuen uns über die großartige Unterstützung unseres Schirmherrn, Bezirksbürgermeister Martin Schaefer.

Das Alpha-Bündnis Lichtenberg besteht aus vielen verschiedenen bezirklichen Partner:innen, und wir möchten gerne weiter wachsen. Wenn Sie Teil unseres Netzwerks werden möchten, senden Sie bitte Ihre Anfrage an alphabuendnis@lichtenberg.berlin.de oder rufen Sie uns gerne an unter (030) 90296-5967

Weitere Informationen finden Sie auch auf unserer Webseite

www.alphabuendnis-lichtenberg.de

Gemeinsam können wir viel erreichen!

LESEN, SCHREIBEN, RECHNEN

Lehrgang

„Ich kann es! Schritte in den Beruf“

Lernhaus Lichtenberg

Einstieg jederzeit möglich, auch in Teilzeit.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Wir unterstützen

- Deutsch sprechende Erwachsene
- mit geringen Lese- und Schreibkenntnissen
- mit und ohne Migrationshintergrund.

Unterrichtet wird wöchentlich in den Bereichen Lesen, Schreiben, Rechnen, PC, Berufsvorbereitung. Wir nutzen auch das vhs-Lernportal.

Wir bereiten gemeinsam vor auf

- Maßnahmen der Berufsvorbereitung und Ausbildung,
- Lehrgänge zum Nachholen des Schulabschlusses,
- den (Wieder-)Eintritt in den Job.

Weitere Informationen unter

vhs.link/vhslernhaeuser

Beratung und Anmeldung:

Tel: 030 90296-5975

E-Mail: Kerstin.Fuhrmann@lichtenberg.berlin.de

AGiL 2.0

Der Lehrgang „Ich kann es! Schritte in den Beruf“ im Lernhaus Lichtenberg ist Teil des Projekts „AGiL 2.0 – Alphabetisierung und Grundbildung in Lernhäusern der Berliner Volkshochschulen“. Projektlaufzeit ist 01.10.2023–31.08.2025.

Das Vorhaben wird gefördert mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF im Land Berlin).

Matl Findel; Annette Baginska;

Sabine Dembele

entgeltfrei

12.08.–20.12.24

täglich, Mo–Fr, 9:00–12:15 Uhr

VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–6 TN

Li7.00-001H

Lesen und Schreiben von Anfang an (Grundstufe 1 und 2)

In diesem Kurs lernen Sie Lesen und Schreiben von Anfang an. Wir führen das Alphabet und wichtige Gruppen von Buchstaben ein und machen Übungen zum Schreiben und Aussprechen der Buchstaben. Sie lernen, wie Laut und Buchstabe zusammenhängen, sodass Sie schnell einfache Wörter und Silben lesen und schreiben können. Der Kurs wird durch Spiele und verschiedene mündliche und schriftliche Anweisungen gestaltet.

Dieser Kurs ist besonders für Menschen mit Lernschwierigkeiten geeignet, die Lesen und Schreiben lernen möchten.

Lehrbuch wird von Teilnehmenden eigenständig erworben:

Alphamar: Wege in die Alphabetisierung für erwachsene Deutschlernende, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-606624-2

Svetlana Lyu

13,00 €

09.09.–09.12.24

14x Mo, 15:30–17:00 Uhr

20 UE

Anna-Seghers-Bibliothek im Lindencenter,

Prerower Platz 2, Veranstaltungsraum 4–8 TN

Li7.01-001H

Deutsche Rechtschreibung für Alltag und Beruf

In diesem Kurs beschäftigen wir uns ausführlich mit der deutschen Rechtschreibung. Wir bauen auf Ihrem vorhandenen Wissen auf und erwerben viele neue Kenntnisse. Wir werden uns insbesondere mit den folgenden Themen auseinandersetzen:

- Die korrekte Zeichensetzung im Satz, mit besonderem Fokus auf die sichere Kommasetzung nach der Rechtschreibreform
- Die korrekte Schreibung von getrennten und zusammengesetzten Wörtern
- Die korrekte Groß- und Kleinschreibung von Wörtern

Sie können gerne Briefe oder E-Mails mitbringen, die Sie im Kurs bearbeiten möchten. Zusätzliches Übungsmaterial wird bereitgestellt.

Der Kurs steht Teilnehmenden mit deutscher Muttersprache genauso offen wie anderen Teilnehmenden mit einem Sprachniveau von mindestens B1.

Dörte Hasselberg

13,00 €

24.09.–10.12.24

12x Di, 16:00–17:30 Uhr

20 UE

VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–6 TN

Li7.01-002H

Lesen-Schreiben-Rechnen mit Spaß

Anliegen des Kurses ist es, Menschen, die in der Stephanus-Werkstatt Weißensee tätig sind, die Grundlagen des Lesens, Schreibens und Rechnens (Grundrechenarten) zu vermitteln.

Die Teilnehmer:innen erlernen, den Lauten die entsprechenden Buchstaben zuzuordnen und einfache kurze Wörter und Sätze zu lesen und abzuschreiben.

Schwerpunkte der Kurse sind die Singular- und Pluralbildung der Substantive, die Konjugation der Verben, die Tempusformen der Verben und das inhaltliche Erfassen von Texten.

Zahlen und Rechnen werden an Beispielen aus den Werkstattbereichen geübt.

Die Übungen erfolgen an Themen aus den Bereichen Familie, Alltagsleben, Umgebung sowie persönlichen Erlebnissen und Arbeitsalltag.

Der Kurs findet in der Stephanus-Werkstatt Weißensee statt und ist nur für Teilnehmende der Werkstatt ausgeschrieben.

Svetlana Lyu 14,20 €
07.10.–09.12.24
10 x Mo, 10:00–10:45 Uhr
8 UE
TN 4–6
Li7.01-003H

Svetlana Lyu 14,20 €
08.10.–10.12.24
10 x Di, 09:15–10:00 Uhr
8 UE
4–6 TN
Li7.01-005H

Svetlana Lyu 14,20 €
08.10.–10.12.24
10 x Di, 10:30–11:15 Uhr
8 UE
4–6 TN
Li7.01-006H

Svetlana Lyu 14,20 €
08.10.–10.12.24
10 x Di, 11:30–12:15 Uhr
15 UE
4–6 TN
Li7.01-007H

Svetlana Lyu 14,20 €
08.10.–10.12.24
10 x Di, 12:30–13:15 Uhr
8 UE
4–6 TN
Li7.01-008H

Svetlana Lyu 14,20 €
08.10.–10.12.24
10 x Di, 13:30–14:15 Uhr
8 UE
4–6 TN
Li7.01-009H

KUNST UND KULTUR INKLUSIV

Die interessante Geschichte unserer Stadt

Ein 2-tägiges Bildungs-Seminar mit Stadtführung und Besuch des Reichstagsgebäudes

Das Seminar ist in leichter/einfacher Sprache.

Es ist für alle Menschen gedacht, die mehr über die Geschichte von Deutschland und Berlin erfahren wollen.

Wichtig: Bitte bis zum 10. Oktober 2024 mit Namen und Geburtsdatum anmelden. Die Daten werden für den Einlass in den Bundestag benötigt.

Rita Hüenthal-Montero entgeltfrei
24.+25.10.24
Do, 10:00–15:00 Uhr;
Fr, 10:00–14:00 Uhr 12 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–18 TN
Li7.02-002H

DIGITALE GRUNDKOMPETENZEN

Smartphones und Tablets für Einsteiger:innen

Lernen Sie das Android-Betriebssystem kennen

Sie benötigen keine Vorkenntnisse. Bitte bringen Sie Ihr Android Smartphone oder Tablet mit.

Andre Goslar 38,20 €
12.09.–10.10.24
4x Do, 14:00–17:15 Uhr 16 UE
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 6–8 TN
Li7.05-001H

ER-WIN



Die VHS Lichtenberg ist Kooperationspartner von ERWachsenbildung INklusiv. Wir bieten Kurse in einfacher Sprache und langsamem Lerntempo an. Das gesamte Angebot finden Sie unter www.erw-in.de

KUNST UND KULTUR INKLUSIV

Die Berliner Mauer – eine Tandem-Führung zur Gedenkstätte in der Bernauer Straße

Stadtführung in einfacher Sprache zum Tag der Deutschen Einheit

Deutschland war viele Jahre in 2 Länder geteilt – die beiden Länder waren die DDR und die Bundesrepublik Deutschland.

Auch Berlin war viele Jahre geteilt. Es gab Ost-Berlin und West-Berlin.

Ost-Berlin gehörte zur DDR. West-Berlin gehörte zur Bundesrepublik Deutschland.

Wir wollen uns mit vielen Fragen zu dem Thema beschäftigen. Zum Beispiel:

- Wie kam es zu der Teilung?
- Was passierte mit den Menschen nach der Teilung?
- Was haben die Menschen gemacht, um aus der DDR zu fliehen?

Die Veranstaltung wird als Tandem-Führung in Kooperation mit dem Projekt „Berlin Erzählen“ von Förderband e. V. durchgeführt. Menschen mit und ohne Behinderung geben die Führung.

Rita Hübenthal-Montero **entgeltfrei**
05.10.24 · Sa, 10:30–13:00 Uhr **3 UE**
Gedenkstätte Berliner Mauer,
Besucherzentrum,
Bernauer Straße 119, 13355 Berlin **6–15 TN**
ER-WIN · Li7.02-001H

Generationenchor FröSi

Wir haben Spaß am Singen im Chor.

Sie lernen, zusammen zu singen.
Sie lernen, andere zu hören.

Sie können die Auswahl der Lieder mitbestimmen.
Wir singen überwiegend Lieder auf Deutsch.

Wir haben auch Auftritte.

Jeder ist eingeladen.
Jeder ist willkommen.

FröSi bedeutet: fröhlich sein und singen.

Unser Chor begeistert seit Jahren durch seine Freude am Singen.
Die Gemeinschaft steht im Vordergrund.

Bitte unbedingt bei der VHS oder unter der Telefonnummer 0152 22 55 16 91 anmelden.

Das Angebot findet ganzjährig statt!

Sebastian Sellheim; Jörg Hempel **3,00 €**
21.08.–11.12.24
jeden Mittwoch, 16:30–18:00 Uhr
Begegnungsstätte im Haus der Generationen,
„RoBerto“, Paul-Junius-Str. 64a **10–16 TN**
ER-WIN · Li7.03-001H

Malen und Zeichnen im Fennpfuhl

Wir malen im Landschafts-Park. Dort gibt es viele Motive: Bäume, Enten, Blumen oder den Himmel.
Die Kursleitung Frau Rische hilft gerne bei Fragen.

Wir malen mit Pastellkreide auf Farbkarton.
Sie müssen nichts mitbringen.
Materialien werden gestellt.

Keine Vorkenntnisse nötig.
Der Kurs ist in einfacher Sprache.

Anke Rische **7,20 €**
11.–18.09.24
2x Mi, 13:00–15:15 Uhr **6 UE**
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **4–7 TN**
ER-WIN · Li7.03-002H

Mal- und Zeichenkurs in der Volkshochschule

Zu den folgenden Themen werden Bilder und Zeichnungen entstehen: Blumen, Früchte, Landschaften, Tiere, Menschen, Stadt und Fantasie. Es wird gemalt und gezeichnet mit Kreiden, Stiften, Acryl- und Wasserfarben. Die malerischen und zeichnerischen Techniken werden immer praktisch vorgeführt und erklärt. Jede/r Teilnehmer/in wird individuell unterstützt. Eigene Materialien können mitgebracht werden, es werden aber auch Materialien zur Verfügung gestellt. Dies ist ein Angebot für alle interessierten Mal- und Zeichenfreudigen.

Anke Rische **11,40 €**
 16.09.2024, 14.10.2024, 11.11.2024,
 09.12.2024
 4 x Mo, 13:00–15:15 Uhr **12 UE**
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **4–6 TN**
ER-WIN · Li7.03-003H

Wir gehen ins Museum Lichtenberg – Kunst-Geschichte inklusiv

Ein Bildungsseminar in Kooperation mit dem Bildungsinstitut leben lernen gGmbH

In diesem Kurs lernen wir das Museum Lichtenberg kennen.

- Welche Orte in Lichtenberg sind mir wichtig?
- Wo war ich schon mal?

Im Atelier gestalten wir eine eigene biografische Stadtkarte.

- Tag 1: Was ist alles in Lichtenberg passiert? Lichtenberg und ich.
- Tag 2: Wir besuchen die Ausstellung.
- Tag 3: Wir gehen ins Atelier.

Unkostenbeitrag vor Ort: 32,00 € · erm. 8,00 €.

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungszeit!

Das Bildungsinstitut ist barrierefrei.

09.–11.10.24
 Mi–Fr, 09:00–13:30 Uhr **16 UE**
 Bildungsinstitut der leben lernen gGmbH
 am EDKE, Herzbergstraße 87–99,
 Kursraum **5–6 TN**
ER-WIN · Bildungszeit · Li7.03-004H

Töpfern mit Kerstin

Wir machen aus Ton schöne Dinge. Zum Beispiel eine Tasse. Sie entscheiden selbst, was Sie töpfern wollen. Die Kursleitung unterstützt Sie dabei. Wir malen den Ton mit Spezial-Farben an. Wie das geht lernen Sie in diesem Kurs. Am Ende können Sie Ihr Kunstwerk mitnehmen.

Materialbeitrag vor Ort: 80,00 €, erm. 20,00 € für 2 Termine.

Bitte bringen Sie eine Schürze mit.

Kerstin Just
 16.10.+06.11.24
 2 x Mi, 15:00–17:30 Uhr **6 UE**
 Bildungsinstitut der leben lernen gGmbH
 am EDKE, Herzbergstraße 87–99,
 Kursraum **4 TN**
Li7.03-005H

Malen und Gestalten von weihnachtlichen Motiven

Wir greifen die vorweihnachtliche Stimmung auf, malen und gestalten ein Bild mit weihnachtlichem Motiv, auf Wunsch auch unter fachlicher Anleitung. Viele Anregungen und schöne passende Vorlagen stehen zur Auswahl bereit. Eigene Ideen können auch mitgebracht werden.

Die Maltechnik kann frei gewählt werden.

Bitte mitbringen: Farben, Pinsel und Malgrund (Pappe, fester Zeichenkarton oder eine kleine Leinwand) und Lappen. Wer es mag, auch farbiges Papier, Gold- bzw. Glitzerpapier. Klebestift und Schere.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Anke Rische **5,25 €**
 25.11.24 · Mi, 13:00–15:15 Uhr **3 UE**
 VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 **5–8 TN**
ER-WIN · Li7.03-006H

Theater YRRWAHRIA

Die inklusive Theatergruppe YRRWAHRIA besteht aus verschiedenen Personen.

Einige haben eine Behinderung, andere nicht. Das Alter der Mitglieder liegt zwischen 21 und 64 Jahren. Zusammen lachen sie, spielen verschiedene Rollen und entwickeln eigene Theaterstücke.

Um Kostüme und Requisiten zu finanzieren, wird ein Beitrag von 10,00 € pro Monat an die Kursleiterin gezahlt.

Wenn du dich anmelden möchtest oder Fragen hast, kannst du dich an Nina Olczak wenden: ninad.olczak@gmail.com

Nina Olczak **3,00 €**
 08.09.–08.12.24 · jeden 2. Sonntag im Monat
 12:00–17:00 Uhr 24 UE
 MSZ Kreatifhaus, Rudolf-Seiffert-Straße 50,
 10369 Berlin 8–10 TN
ER-WIN · Li7.03-007H

GESUNDHEIT INKLUSIV

Kreatives Entspannen

Ein Bildungsseminar in Kooperation mit dem Bildungsinstitut leben lernen gGmbH

Bei Stress, Schmerzen oder Schlafstörungen hilft Entspannung. Entspannung kann man schnell und einfach lernen. Es werden viele Techniken angewendet, zum Beispiel in Gedanken auf Reisen gehen (Traum-Reise) oder Atem-Übungen machen. Sie wählen, was Ihnen am besten gefällt.

Unkostenbeitrag: 1,00 € pro Termin

Hierbei handelt es sich um ein inklusives Bildungsangebot.

Das Bildungsinstitut ist barrierefrei.

Claudia Gips; Steffen Horatschke
 12.09.2024, 17.10.2024, 11.07.2024,
 12.12.2024
 4 x Do, 10:00–11:00 Uhr 18 UE
 Bildungsinstitut der leben lernen gGmbH
 am EDKE, Herzbergstraße 87–99,
 Kursraum 5–11 TN
ER-WIN · Li7.04-001H

Yoga Inklusiv – Alles in Deinem Tempo

Ein Kurs für alle Frauen, die Yoga ausprobieren wollen.

Die Übungen beinhalten:

- Körperhaltungen
- Atemtechniken
- Entspannung

Mit den einzelnen Übungen kräftigen wir zum Beispiel unsere Körpermitte.

Es wird mit Elementen aus dem traumasensiblen Yoga gearbeitet.

Der Kurs wird in einfacher Sprache angeleitet. Der Kurs ist besonders für Menschen mit geistiger und/oder psychischer Beeinträchtigung geeignet.

Bringe bitte bequeme Kleidung mit.

Nancy Horn **13,00 €**
 16.09.–09.12.24
 12 x Mo, 14:45–16:15 Uhr 20 UE
 Begegnungsstätte im Haus der Generationen,
 „RoBerto“, Paul-Junius-Str. 64a 4–6 TN
ER-WIN · Li7.04-002H

Interkultureller Kochabend

Ein Kurs für Menschen mit und ohne Handicap. Gemeinsam kochen, essen und genießen!

Menschen kochen inklusiv zusammen Gerichte aus nicht nur der italienischen Küche. Der Kurs wird von erfahrenen Betreuer:innen begleitet.

Kochwünsche können vorab an den Kursleiter geschickt werden: cassetticlaudio@t-online.de.

Für Zutaten und Getränke ist ein Beitrag von 5,00 € pro Termin an den Dozenten zu entrichten.

Claudio Cassetti **3,00 €**
 25.10.24, 29.11.24, 13.12.24
 3 x Fr, 16:00–19:00 Uhr 12 UE
 Küche RBO, Möllendorfstraße 68,
 10367 Berlin 4–6 TN
ER-WIN · Li7.04-003H

Gesund und günstig kochen – und nebenbei Deutsch lernen

Für Neu-berliner:innen

Wir kochen zusammen gesunde Mahlzeiten für wenig Geld und sprechen dabei Deutsch mit anderen Neu-Berliner:innen. Wir kochen und essen zusammen und genießen die Mahlzeiten.

Wir kochen Berliner, deutsche, italienische, syrische, afghanische Gerichte, sprechen dabei Deutsch und erzählen Geschichten.

Bitte kommen Sie mit der Lust, neue Leute kennenzulernen.

Für die Zutaten zahlen Sie einen Beitrag von 5,00 € an den Dozenten.

Claudio Cassetti

06.–20.11.24

3 x Mi, 17:15–20:15 Uhr

VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71 4–10 TN

ER-WIN · Li7.04-004H

3,00 €

12 UE

Alles im Gleichgewicht – inklusive Sportkurs

Ein Bildungsseminar in Kooperation mit dem Bildungsinstitut leben lernen gGmbH

Ein Sportkurs mit Spaß an der Bewegung. Wir trainieren das Gleichgewicht und unseren Körper. Macht mit und seid dabei.

Ihr braucht: Sportsachen, ein Handtuch & Trinken.

Die Termine sind nicht zusammenhängend. Sie können einzeln gebucht werden.

Unkostenbeitrag vor Ort:
pro Termin 6,00 € · erm. 2,00 €

Der Kurs ist in einfacher Sprache. Hierbei handelt es sich um ein inklusives Sportangebot.

Das Bildungsinstitut ist barrierefrei.

Steffen Horatschke

01.07.2024, 05.08.2024, 02.09.2024,
07.10.2024, 04.11.2024, 02.12.2024

6 x Mo, 16:00–17:00 Uhr

6 UE

Bildungsinstitut der leben lernen gGmbH
am EDKE, Herzbergstraße 87–99,
Kursraum

5–10 TN

ER-WIN · Li7.04-005H

EINFACH FÜR DICH.

Mehr Infos:



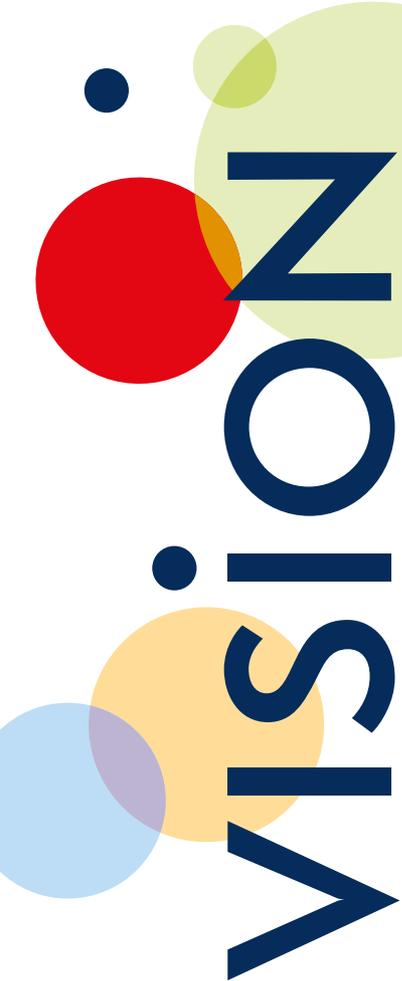
PSST!
Eintritt frei
für alle unter
18 Jahren.

SDTB | Foto: Ervier Hügano



www.technikmuseum.berlin

Anzeige



EINE VISION FÜR DIE BERLINER VOLKSHOCHSCHULEN

Beschlossen durch die AG Direktor:innen der Berliner Volkshochschulen am 8. Dezember 2021

Die Berliner Volkshochschulen sind die bedeutendsten Einrichtungen der allgemeinen Erwachsenenbildung in Berlin. Als Lern- und Begegnungsorte fördern sie die gelebte Diversität in Berlin, aktivieren gesellschaftliche Teilhabemöglichkeiten und stärken damit die Entwicklung von Demokratie und Zivilgesellschaft.

In ihrem Kurs- und Veranstaltungsprogramm sind die Berliner Volkshochschulen den Inhalten und Zielen der UN-Agenda 2030 für eine nachhaltige Entwicklung und dem Europäischen Manifest der Erwachsenenbildung im 21. Jahrhundert »The power and joy of learning« verpflichtet.

Die Berliner Volkshochschulen nutzen die digitale Transformation des Lehrens und Lernens, um den Menschen in der Stadt zukunftsorientiert eine Weiterbildungsperspektive zu geben.

Durch ihren starken Verbund erschließen und sichern sie in der deutschen Bundeshauptstadt die notwendigen Kompetenzen und Ressourcen für eine qualitativ hochwertige und stadtweit dezentral verankerte Erwachsenenbildung.

EFQM

Bereits seit Januar 2017 haben sich die 12 Berliner Volkshochschulen den Prinzipien des anerkannten Qualitätsmanagementsystems der „European Foundation for Quality Management“ (EFQM) verpflichtet. Mit diesem Vorhaben orientierten sie sich an den Werten und Richtlinien des EFQM-Modells und nahmen dieses als Maßstab für ihre qualitative Weiterentwicklung. Zusammen mit dem Servicezentrum der Berliner Volkshochschulen haben es sich die 12 Institutionen zur Aufgabe gemacht, den nachhaltigen Nutzen für sich, die Kund:innen und Mitarbeiter:innen sowie alle Partner:innen kontinuierlich zu fördern und voranzutreiben. Ein Bewusstsein für aktuelle Trends und Entwicklungen wie eine gelebte Diversität und Inklusion gehören gleichermaßen zu den Zielen.



Gesellschaft zur Förderung der Volkshochschulen in Berlin e. V.

Die Gesellschaft zur Förderung der Volkshochschulen in Berlin e. V. engagiert sich für aktuelle bildungspolitische Themen. An der Seite der 12 Berliner Volkshochschulen thematisiert sie Zukunftsfragen der kommunalen Erwachsenen- und Weiterbildung in Berlin. Mit Diskussionsrunden, Fachtagungen, Fortbildungen und systematischer Gremienarbeit wendet sich die Gesellschaft an die Öffentlichkeit. Unabhängige Interessierte sind willkommen, ebenso wie die Mitarbeiter:innen der Volkshochschulen.

Informationen unter:
www.vhs-foerdergesellschaft-berlin.de



UNSERE BILDUNGSZEIT-ANGEBOTE

Im September 2021 ist das Berliner Bildungszeitgesetz in Kraft getreten. Demnach haben Sie das Recht, innerhalb von zwei Jahren zehn Tage anerkannte Bildungsveranstaltungen zu besuchen. Das gilt für alle Arbeitnehmer:innen im Land Berlin. Junge Erwachsene bis 25 Jahre haben sogar das Recht, zehn Tage Bildungszeit pro Jahr in Anspruch zu nehmen. Die Freistellung ermöglicht eine Teilnahme an den Bildungszeit-Kursen während der Arbeitszeit, das Arbeitsentgelt wird währenddessen weitergezahlt. Abseits vom Arbeitsstress können Sie sich so neue Kenntnisse und Fähigkeiten aneignen sowie Ihre politischen, sozialen, beruflichen und persönlichen Kompetenzen erweitern.

Alle beruflichen und politischen Bildungsveranstaltungen der Berliner Volkshochschulen gelten nach §10 des Berliner Bildungszeitgesetzes (BiZeitG) als anerkannt.

Die Volkshochschule Lichtenberg hat zahlreiche Bildungszeit-Angebote im Programm, die entsprechend auch als solche gekennzeichnet sind.

Spätestens sechs Wochen vor Kursbeginn sollten Sie bei der Arbeitgeberin oder dem Arbeitgeber die Freistellung beantragen. Auf Wunsch fertigt die Volkshochschule Ihnen unentgeltlich eine Bescheinigung über die Anerkennung der Bildungszeit-Veranstaltung zur Vorlage bei der Arbeitgeberin oder dem Arbeitgeber an.

Nutzen Sie diese Möglichkeit, es ist Ihr gutes Recht.

Entspannung · Bewegung · Gesundheit

Effektives Stressmanagement & Resilienz im Beruf

S. 43

16.–20.12.24 / 02.09.–06.09.24

Li3.01-038H / Li3.01-039H

Gesund und vital im Beruf durch QiGong

S. 49

26.–30.08.24 / 25.–29.11.24

Li3.01-001H / Li3.01-002H

Mit QiGong entspannt und voller Energie im Beruf

S. 49

28.10.–01.11.24

Li3.01-004H

Mit Yoga zu innerer Ausrichtung und Gelassenheit

S. 51

11.–15.11.24

Li3.01-011H

Yoga und Stressreduktion im Beruf

S. 51

14.–18.10.24 / 04.11.–08.11.24

Li3.01-012H / Li3.01-015H

Entspannung für den Beruf mit Tai Ji Quan

S. 50

09.–13.09.24 / 18.11.–22.11.24

Li3.02-002H / Li3.02-003H

Fremdsprachen

Arabisch A1.1 – Arabisch für Alltag und Beruf

S. 65

28.10.–01.11.24

Li4.01-004H

Englisch A1 Refresher – Englisch für Alltag und Beruf

S. 70

02.–06.09.24

Li4.06-205H

Englisch A1 – Refresher Speaking and Grammar

S. 70

28.10.–01.11.24

Li4.06-208H

Englisch B1 – Business und Everyday English: English for Work, Socializing and Travel

S. 70

28.10.–01.11.24

Li4.06-210H

Englisch B1 – Englisch für Alltag und Beruf

S. 70

26.–30.08.24

Li4.06-211H

Englisch B2/C1 – English for Business

S. 70

28.10.–01.11.24

Li4.06-217H

Neugriechisch A1.1 für Alltag und Beruf

S. 74

28.10.–01.11.24

Li4.12-003H

Polnisch A1.1

S. 75

28.10.–01.11.24

Li4.17-005H

Russisch A2 – Auffrischung für Alltag und Beruf

S. 76

02.–06.09.24

Li4.19-015H

Spanisch A1.1 – Spanische Sprache für Alltag, Kultur und Beruf

S. 78

28.10.–01.11.24

Li4.22-006H

Spanisch B1 – Spanisch für Beruf und Alltag

S. 80

23.–27.09.24

Li4.22-052H

Koreanisch A1.1

S. 80

21.–25.10.24

Li4.35-001H

Arbeit · Beruf · Digitales

Kreativ denken in Beruf und Alltag (Modul 1) 02.+03.09.24	S. 85	Digitaler Videoschnitt mit Adobe Premiere Pro CC 11.–13.10.24	S. 91
_____ Li5.01-001H		_____ Li5.09-007H	
Produktiv sein in Beruf und Alltag (Modul 2) 04.–06.09.24	S. 85	Video-Storytelling für YouTube & Co. 11.+12.11.24	S. 91
_____ Li5.01-002H		_____ Li5.09-009H	
Selbstmanagement in der Karrieregestaltung für Frauen 07.+08.11.24	S. 85	Adobe Indesign CC Modul I: 18.–20.11.24 / Modul II: 20.–22.11.24	S. 91
_____ Li5.01-007H		_____ Li5.09-011H / Li5.09-012H	
Zeitmanagement, Arbeits- und Aufgabenorganisation, Work Life Balance 21.+22.11.24	S. 86	Workshop: Videoreportagen planen, drehen, schneiden 25.–29.11.24	S. 92
_____ Li5.01-009H		_____ Li5.09-014H	
Einführung in die Thematik „Leichte Sprache“ 15.11.24	S. 86	Digitaler Videoschnitt mit Adobe Premiere Pro CC 06.–08.12.24	S. 92
_____ Li5.03-002H		_____ Li5.09-015H	
Die Kunst des beruflichen Smalltalks 11.12.24	S. 86	Computer-Kompass: Grundlagen für den Umgang mit dem PC 14.–16.10.24	S. 92
_____ Li5.03-003H		_____ Li5.10-001H	
Konfliktmanagement 14.+15.10.24	S. 86	Microsoft Office 2021: Die wichtigsten Programme im Überblick! 11.–15.11.24	S. 93
_____ Li5.03-004H		_____ Li5.11-006H	
Wie führe ich ein Mitarbeitergespräch? 28.+29.09.24	S. 87	Microsoft Word Grundkurs: Texterstellung, Formatierung und mehr 25.–27.11.24	S. 94
_____ Li5.04-003H		_____ Li5.11-008H	
Projektmanagement mit KI-Unterstützung 25.–29.11.24	S. 87	Microsoft Access – Datenbankverwaltung Modul I: 02.–04.12.24 / Modul II: 04.–06.12.24	S. 94
_____ Li5.04-006H		_____ Li5.11-009H / Li5.11-010H	
Personalführung, Personalentwicklung, Führungskräfte- und Führungsmittel 14.+15.12.24	S. 87	Tabellenkalkulation MS Excel 2021 26.–30.08.24	S. 94
_____ Li5.04-007H		_____ Li5.11-011H	
Social Media-Kommunikation mit Konzept 13.11.24 / Praxisworkshop 30.11.24	S. 89	Website erstellen mit WordPress II Individuelles Design mit Elementor 25.11.–29.11.24	S. 95
_____ Li5.06-002H / Li5.06-003H		_____ Li5.13-003H	
Digitale Transformation: Chancen und Praxis – Ein Workshop für die Zukunft 27.08.24	S. 90		
_____ Li5.08-001H			
Künstliche Intelligenz (KI) – die Revolution in der Arbeitswelt 02.+03.09.24	S. 90		
_____ Li5.08-002H			
Digitaler Videoschnitt mit der Adobe Creative Cloud 16.–20.09.24	S. 90		
_____ Li5.09-002H			
Blender 3D – Der umfassende Einstieg 23.–27.09.24			
_____ Li5.09-004H			
Printmediengestaltung mit Adobe CC 07.–11.10.24			
_____ Li5.09-005H			
Digitale Videobearbeitung mit Adobe After Effects 07.–11.10.24	S. 91		
_____ Li5.09-006H			

Bei Fragen zu den jeweiligen Bildungszeit-Kursen wenden Sie sich bitte an die entsprechenden Programmbereichsleitungen oder an unser Serviceteam.

Alle aktuell buchbaren Bildungszeit-Kurse mit allen Informationen:
vhs.link/bizeit



Allgemeine Geschäftsbedingungen für die Teilnahme an Volkshochschulveranstaltungen

1. Vertrag

- (1) Der Vertrag kommt mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung und Ihrer Annahme durch die Volkshochschule zustande. Wird bei schriftlicher und fernmündlicher Anmeldung bzw. Anmeldung per E-Mail die Annahme von der Volkshochschule nicht ausdrücklich erklärt, kommt der Vertrag mit der Aushändigung der Anmeldebestätigung zustande. Nachträgliche Änderungen, insbesondere das nachträgliche Geltendmachen von Ermäßigungstatbeständen, kommen nicht in Betracht.
- (2) Zum Beleg und als Quittung erhalten die Teilnehmenden bei der Anmeldung zu einer Veranstaltung (mit Ausnahme der Anmeldung zu Einzelberatungen, Einstufungstests und Präsentationen von Volkshochschularbeit) eine Anmeldebestätigung. Die Teilnahmeberechtigung an der Kinderbeaufsichtigung wird auf der Anmeldebestätigung nachgewiesen. Die Anmeldebestätigung ist nicht übertragbar.
- (3) Die Verträge werden unter der Bedingung geschlossen, dass die im Volkshochschulprogramm veröffentlichte Mindestteilnehmerzahl erreicht wird; dies gilt für abschlussbezogene Veranstaltungen mit mehr als einem Semester Dauer nur für das erste Semester.

2. Leistungsumfang und Teilnahmevoraussetzungen

- (1) Der Umfang der Leistungen der Volkshochschule (Ort, Zeit, Dauer, Kursthema, Bildungsziel) ergibt sich aus der Beschreibung im Volkshochschulprogramm in der zum Zeitpunkt der Anmeldung bekannt gemachten und in den Geschäftsräumen ausgehängten bzw. ausgelegten und im Internet veröffentlichten Fassung.
- (2) Die Volkshochschule kann die Teilnahme an einer Lehrveranstaltung von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen. Soweit möglich, wird über die erforderlichen Voraussetzungen im Volkshochschulprogramm und im Internet informiert.

3. Entgelte

- (1) Über die allgemeinen Regelungen zur Höhe der Entgelte und über die Ermäßigungsmöglichkeiten wird mit dem Volkshochschulprogramm und im Internet informiert.
- (2) Die Gesamtkosten für jede Veranstaltung (für Vollzahlende und für Teilnehmende mit Anspruch auf Entgeltermäßigung) werden im Volkshochschulprogramm und im Internet ausgewiesen.
- (3) Der Anspruch auf Entgeltermäßigung ist bei der Anmeldung durch Vorlage des erforderlichen gültigen Nachweises zu belegen. Eine nachträgliche Ermäßigung gebuchter Lehrveranstaltungen ist nicht möglich. Für bereits ermäßigte Veranstaltungen wird keine weitere individuelle Ermäßigung gewährt.

4. Zahlungsmodalitäten

- (1) Die Anmeldung verpflichtet – unabhängig von der tatsächlichen Teilnahme – zur Zahlung der im Programm ausgewiesenen Kosten vor Beginn der Veranstaltung bei der Volkshochschule.
- (2) Barzahlung oder EC-Kartenzahlung erfolgt zum Zeitpunkt der Anmeldung und ist nur in den Geschäftsstellen der Volkshochschule möglich, die die Veranstaltung durchführt.
- (3) Bei der Teilnahme am SEPA-Lastschriftverfahren wird das Entgelt vor Veranstaltungsbeginn fällig.
- (4) Kann eine Lastschrift aufgrund fehlerhafter Angaben der teilnehmenden Person, mangelnder Kontendeckung oder aufgrund einer entgegenstehenden Anweisung der teilnehmenden Person an ihre Bank nicht eingelöst werden, so hat die teilnehmende Person die entstehenden Kosten zu tragen. Die Volkshochschule kann in einem solchen Fall den Vertrag kündigen und den Kursplatz neu vergeben.
- (5) Zahlung per Überweisung ist nur in Ausnahmefällen nach Absprache mit der Volkshochschule möglich.
- (6) Eine nachträgliche Rechnungsstellung auf den Namen Dritter ist nicht möglich.
- (7) In besonders begründeten Einzelfällen kann Ratenzahlung vereinbart werden.

5. Teilnahmebescheinigung

Bei regelmäßig erfolgter Teilnahme an einer Lehrveranstaltung (mindestens 70 %) erstellt die Volkshochschule auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung. Die erste Ausfertigung innerhalb eines Jahres nach Beendigung der Veranstaltung ist unentgeltlich, für eine spätere Ausfertigung bzw. Zweitausfertigung wird eine Kostenpauschale von 10,00 € erhoben.

6. Organisatorische Änderungen

- (1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass die Veranstaltung von dem oder der im Volkshochschulprogramm angekündigten Kursleitenden geleitet wird.
- (2) Wird eine Veranstaltung aufgrund einer zu geringen Zahl von Anmeldungen nicht durchgeführt, erhalten die Teilnehmenden das bereits entrichtete Entgelt und evtl. Entgeltzuschläge, den Kostenbeitrag zur Kinderbeaufsichtigung sowie die Verwaltungskostenpauschale zurück.
- (3) Können Teile von Veranstaltungen nicht in der ursprünglich vorgesehenen Form durchgeführt werden (z. B. wegen Verhinderung der Kursleitung oder Schließung von Veranstaltungsräumen), bietet die Volkshochschule den Teilnehmenden insbesondere durch Nachholen ausgefallener Veranstaltungsteile gleichwertigen Ersatz. Kann ein gleichwertiger Ersatz nicht angeboten werden, oder können Teilnehmende von dem Ersatzangebot keinen Gebrauch machen, werden die Entgelte für nicht in Anspruch genommene Leistungen zurückgezahlt. Einzelheiten dazu sind unter Nummer 9 Absatz 1 bis 4 geregelt.
- (4) Schadenersatzleistungen in Geldform sind – außer bei Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit – der Höhe nach auf das Entgelt für den laufenden Unterrichtsabschnitt begrenzt.

7. Haftungsausschluss

- (1) Für Unfälle und sonstige Schädigungen der Teilnehmenden bzw. Diebstähle oder Schädigungen ihrer Sachen während der Lehrveranstaltung haftet das Land Berlin nur bei ihm zuzurechnendem Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit.
- (2) Der Ausschluss gemäß Absatz 1 gilt nicht, wenn die Volkshochschule Pflichten schuldhaft verletzt, die das Wesen des Vertrages ausmachen (Kardinalpflichten), ferner nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit der Teilnehmenden.
- (3) Für Unfälle und sonstige Schädigungen während des Hin- bzw. Rückweges zu bzw. von den Veranstaltungen übernimmt das Land Berlin keine Haftung.

8. Pflichten der Teilnehmenden

- (1) Bei jeder Teilnahme an einer Lehrveranstaltung der Volkshochschule ist die namentliche Eintragung in die Anwesenheitsliste (durch Kurzzeichen) erforderlich.
- (2) Auf Verlangen ist die Anmeldebestätigung vorzuzeigen. Ist dies nicht möglich, kann die teilnehmende Person von der weiteren Teilnahme ausgeschlossen werden, wenn die Teilnahmeberechtigung nicht auf andere Weise nachgewiesen werden kann. Dies gilt auch für die Kinderbeaufsichtigung.
- (3) Die teilnehmende Person ist verpflichtet, die von ihr oder ihm benutzten Geräte, Einrichtungen und Veranstaltungsräume der Volkshochschule sorgsam zu behandeln sowie die Hausordnung und die Brandschutzordnung der Gebäude, in denen die Veranstaltungen stattfinden, sowie eventuelle Rauchverbote zu beachten.

9. Rücktritt und Kündigung durch die Volkshochschule

- (1) Die Volkshochschule kann vom Vertrag zurücktreten oder diesen kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die Volkshochschule nicht zu vertreten hat (z. B. wegen Verhinderung der Kursleitung oder Schließung von Veranstaltungsräumen), ganz oder teilweise nicht stattfinden kann.
- (2) Die Volkshochschule kann den Vertrag während eines Unterrichtsabschnittes mit sofortiger Wirkung kündigen, wenn die tatsächliche Teilnehmerzahl einer Lehrveranstaltung dauerhaft (mindestens an drei aufeinander folgenden Veranstaltungsterminen) unter die unterrichtsmethodisch gebotene Mindestzahl von Teilnehmenden sinkt.
- (3) Wird eine Veranstaltung nicht durchgeführt, erhalten die Teilnehmenden das bereits entrichtete Entgelt und evtl. Entgeltzuschläge, den Kostenbeitrag zur Kinderbeaufsichtigung sowie die Verwaltungskostenpauschale zurück.
- (4) Wird eine Veranstaltung nur teilweise durchgeführt, werden die Entgelte für nicht in Anspruch genommene Leistungen zurückgezahlt. Gleiches gilt für den Kostenbeitrag zur Kinderbeaufsichtigung. Eine Rückerstattung der Verwaltungskostenpauschale sowie von Auslagen für in Anspruch genommene Verbrauchsmaterialien ist ausgeschlossen. In Fällen, in denen eine Berechnung der erbrachten Teilleistung unzumutbar wäre (insbesondere, wenn die erbrachte Teilleistung für die Teilnehmenden ohne Wert ist), erhalten die Teilnehmenden das entrichtete Entgelt, erhobene Entgeltzuschläge, ggf. den Kostenbeitrag zur Kinderbeaufsichtigung sowie die Verwaltungskostenpauschale zurück.
- (5) Die Volkshochschule kann den Vertrag während eines Unterrichtsabschnittes aus wichtigem Grund mit sofortiger Wirkung kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in den in Absatz 1 und 2 beschriebenen sowie in folgenden Fällen vor:
 - a) bei nicht erfolgter Zahlung des Entgeltes bzw. bei nicht rechtzeitiger Zahlung vereinbarter Raten,
 - b) bei fehlenden persönlichen oder sachlichen Voraussetzungen für die Teilnahme an der Lehrveranstaltung gemäß Nummer 2 Absatz 2,
 - c) bei gemeinschaftswidrigem Verhalten,
 - d) bei beachtlichen Verstößen gegen die Hausordnung.
- (6) Kündigt die Volkshochschule gemäß Absatz 5 wegen fehlender persönlicher und sachlicher Voraussetzungen für die Teilnahme, so werden gegebenenfalls die Entgelte für nicht in Anspruch genommene Leistungen wie unter Absatz 4 beschrieben zurückgezahlt.

10. Kündigung und Widerruf durch die Teilnehmenden

- (1) Die teilnehmende Person kann den Vertrag schriftlich, persönlich, per Fax oder per E-Mail in der Geschäftsstelle der Volkshochschule kündigen.
- (2) Eine telefonische Mitteilung, die Abmeldung bei der Kursleitenden oder dem Kursleitenden oder das Fernbleiben vom Kurs gelten nicht als Kündigung.
- (3) Die Kündigung wird von der Volkshochschule schriftlich bestätigt. Kündigungen per E-Mail können per E-Mail bestätigt werden.
- (4) Bei einer Kündigung bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn werden das Entgelt, evtl. Entgeltzuschläge sowie ggf. der Kostenbeitrag zur Kinderbeaufsichtigung unter Einbehaltung einer Pauschale in Höhe von 6,00 € erstattet. Bei einer Kündigung ab dem 13. Tag bis einen Werktag vor Veranstaltungsbeginn werden das Entgelt, evtl. Entgeltzuschläge sowie ggf. der Kostenbeitrag zur Kinderbeaufsichtigung unter Einbehaltung einer Pauschale in Höhe von 12,00 € erstattet. Entgelte unter 12,00 € werden in voller Höhe fällig.
- (5) Ab dem Tag des Veranstaltungsbeginns besteht kein Anspruch auf Erstattung des Entgeltes, evtl. Entgeltzuschläge, der Verwaltungskostenpauschale sowie ggf. des Kostenbeitrages zur Kinderbeaufsichtigung.
- (6) Weist die Veranstaltung einen Mangel auf, der geeignet ist, um das Ziel der Veranstaltung nachhaltig zu beeinträchtigen, hat die teilnehmende Person die Volkshochschule auf den Mangel schriftlich hinzuweisen und ihr innerhalb einer zu setzenden angemessenen Nachfrist Gelegenheit zu geben, den Mangel zu beseitigen. Geschieht dies nicht, kann die teilnehmende Person nach Ablauf der Frist den Vertrag aus wichtigem Grund kündigen.
- (7) Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht (z. B. bei Fernabsatzgeschäften) bleibt unberührt.
- (8) Soweit die Teilnahme an Veranstaltungen der Volkshochschule aus öffentlichen Mitteln gefördert wird und die Förderungsbedingungen weitergehende Kündigungsmöglichkeiten zulassen als in diesen Geschäftsbedingungen vorgesehen, werden den Teilnehmenden diese eingeräumt.

11. Urheberrecht

Das Kopieren und die Weitergabe von Lehrmaterialien ist ohne Genehmigung nicht gestattet. Fotografieren, Filmen und Aufnahmen auf Tonträgern in den Lehrveranstaltungen sind ohne Genehmigung nicht gestattet.

12. Speicherung personenbezogener Daten und Datenschutz

Zum Zwecke der Verwaltung der Lehrveranstaltungen setzen die Volkshochschulen eine automatisierte Datenverarbeitung ein. Die ausführliche Teilnehmenden-Information zu den Datenschutzbestimmungen findet sich im Programmheft und auf der Website der Volkshochschule unter: www.berlin.de/vhs/service/datenschutz.

Im Falle einer Anmeldung vor Ort wird die Datenschutzerklärung persönlich in Schriftform ausgehändigt. Im Zuge einer Online-Anmeldung über www.vhs.it.berlin.de erhält die Kursteilnehmerin / der Kursteilnehmer automatisch mit der Buchung eine Erklärung zum Datenschutz.

13. Sonderveranstaltungen

Es gelten die Merkblätter der veranstaltenden Volkshochschulen.

Stand 13.06.2018

Datenschutzbestimmungen Kursanmeldung

1. Information über die Erhebung personenbezogener Daten

Nachfolgend informieren wir Sie über die Erhebung personenbezogener Daten, wenn Sie sich zu einem Kurs oder einer Veranstaltung der Volkshochschule (VHS) Berlin Lichtenberg anmelden. Verantwortlich für die Erhebung gem. Art. 4 Abs. 7 Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) ist die Volkshochschule Berlin Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin, als öffentliche Einrichtung des Bezirksamtes Lichtenberg von Berlin. Unseren Datenschutzbeauftragten Herrn Meyer erreichen Sie unter: christopher.meyer@lichtenberg.berlin.de, Möllendorffstr. 6, 10367 Berlin.

2. Datenerhebung und -verwendung zur Vertragsabwicklung, bei Eröffnung eines Kundenkontos und sonstigen Anfragen

- 2.1. Wir erheben personenbezogene Daten, wenn Sie uns diese im Rahmen einer Kursanmeldung zukommen lassen. Pflichtfelder werden als solche (mit Sternchen) gekennzeichnet, da wir diese Daten zwingend zu Vertragsschluss und Vertragsabwicklung im Sinne des Art. 6 Abs. 1 lit. b sowie zur Eröffnung eines Kundenkontos benötigen. Welche Daten erhoben werden, ist aus dem Anmeldeformular ersichtlich. Hierzu gehören insbesondere Name, Adresse, Kommunikationsdaten und Ihre IBAN-Nummer, wenn Sie die Kursgebühr durch Lastschrift begleichen wollen. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.
Ihr Geburtsdatum erheben wir, um das Mindestalter für die Kursbuchung und Ihre Geschäftsfähigkeit beurteilen zu können. Ferner erheben wir das Alter aus unserem berechtigten Interesse Art. 6 Abs. 1 Lit. f. zu statistischen Zwecken zur Verbesserung unseres Kursangebotes sowie zur Identifikation der jeweiligen User im System. Für besondere Kurse, z. B. Integrationskurse, können wir gesetzlich (z. B. Integrationskurs VO) dazu verpflichtet sein, weitere persönliche Angaben zu erheben und zu verarbeiten. Dies ergibt sich aus dem jeweiligen Gesetz.
Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse (Art. 6 Abs. 1 lit. f), Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname der kontoinhabenden Person können Sie uns ein Lastschriftmandat (SEPA-Mandat) erteilen. In diesem Fall leiten wir Ihre Daten zum Einzug der Kursgebühr an unsere Bank/Sparkasse weiter. Ihre Kontodaten nutzen wir ggf. auch zur Erstattung etwaiger Guthaben.
- 2.2. Sollten Sie eine Ermäßigung der Kursgebühr beanspruchen, prüfen wir, ob die Voraussetzungen für die Ermäßigung tatsächlich vorliegen. Hierzu ist die Einreichung entsprechender Nachweise notwendig. Bei Integrationskursen sind wir dazu verpflichtet, personenbezogene Daten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) zu übermitteln.
- 2.3. Die von Ihnen in der Anmeldung abgegebenen Daten werden digitalisiert und in unserem Buchungssystem verarbeitet. Die hierfür verwendete Datenbank wird von VHS-IT im Servicezentrum der Berliner Volkshochschulen betreut. Darüber hinaus nutzt die VHS die kommunale IT-Struktur der Stadt Berlin.

3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihre Daten an Vertragspartner (z. B. Kursleitung, Prüfungsinstitute, Auftragsverarbeitende und öffentliche Stellen) weiter, soweit wir hierzu gesetzlich berechtigt oder verpflichtet sind (z. B. Auftragsdatenverarbeitungsverträge, Befugnisse nach Art. 6 DSGVO, insbesondere vertragliche Pflichten, gerichtliche Anordnungen etc.). Wir geben Ihren Namen an die Kursleitungen zur Durchführung des Kurses weiter. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z. B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüsse) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Ferner kann bei Landesmittel-Kursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung. Die Volkshochschulen haben gemäß § 10 Abs. 3 EBiG ihr Programmangebot als einen gemeinsamen Berliner Datenbestand digital zu führen und sicherzustellen, dass dieser öffentlich online zugänglich ist.

4. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten gemäß der LHO Berlin aufbewahrt. Ihre Daten werden für andere Verwendung gesperrt, es sei denn, es liegt eine anderweitige Berechtigung im Sinne des Art. 6 DSGVO, z. B. eine Einwilligung vor. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

5. Ihre Rechte

- (1) Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Wenden Sie sich hierzu bitte per E-Mail an jana.bleyl@lichtenberg.berlin.de.
Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen.
- (2) Sie haben zudem das Recht, sich bei einer Datenschutz-Aufsichtsbehörde über die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten durch uns zu beschweren, z. B. wenn Sie davon ausgehen, dass diese ohne ausreichende rechtliche Grundlage erfolgt. Die für uns zuständige Aufsichtsbehörde ist die

Berliner Beauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit, Friedrichstraße 219, 10969 Berlin, Telefon: (030) 138890,
Telefax: (030) 2155050, E-Mail: mailbox@datenschutz-berlin.de

Stand 21.09.2020

Widerrufsbelehrung

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. E-Mail, Brief, Fax) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i. V. m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312g Abs. 1 Satz 1 BGB i. V. m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an:

Margarete-Steffin-Volkshochschule
10369 Berlin, Paul-Junius-Str. 71
E-Mail: vhs@lichtenberg.berlin.de
Fax: (030) 9028 7075
Wiederrufsformular der
Berliner Volkshochschulen



<https://vhs.link/Widerrufsbelehrung>:

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

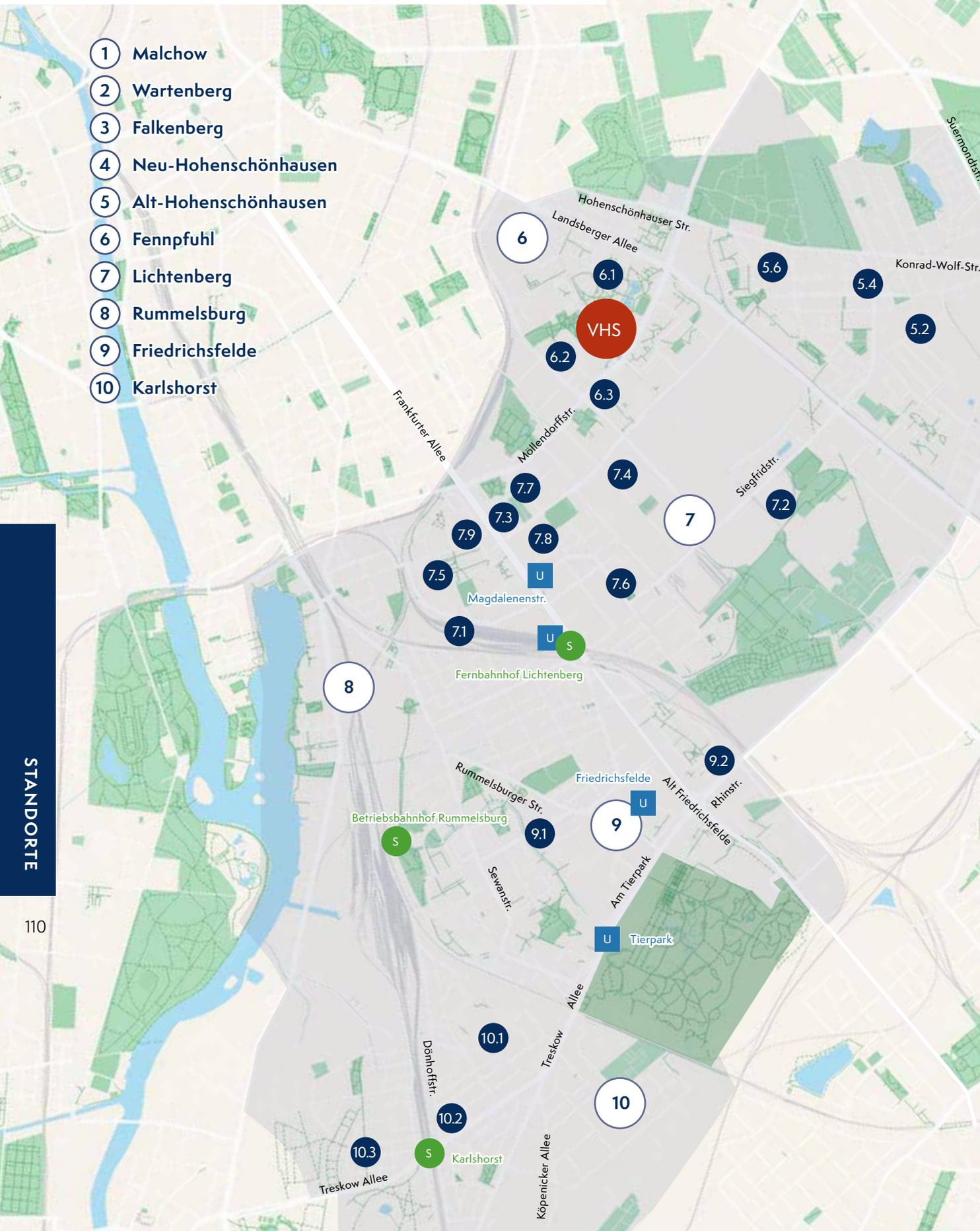
Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

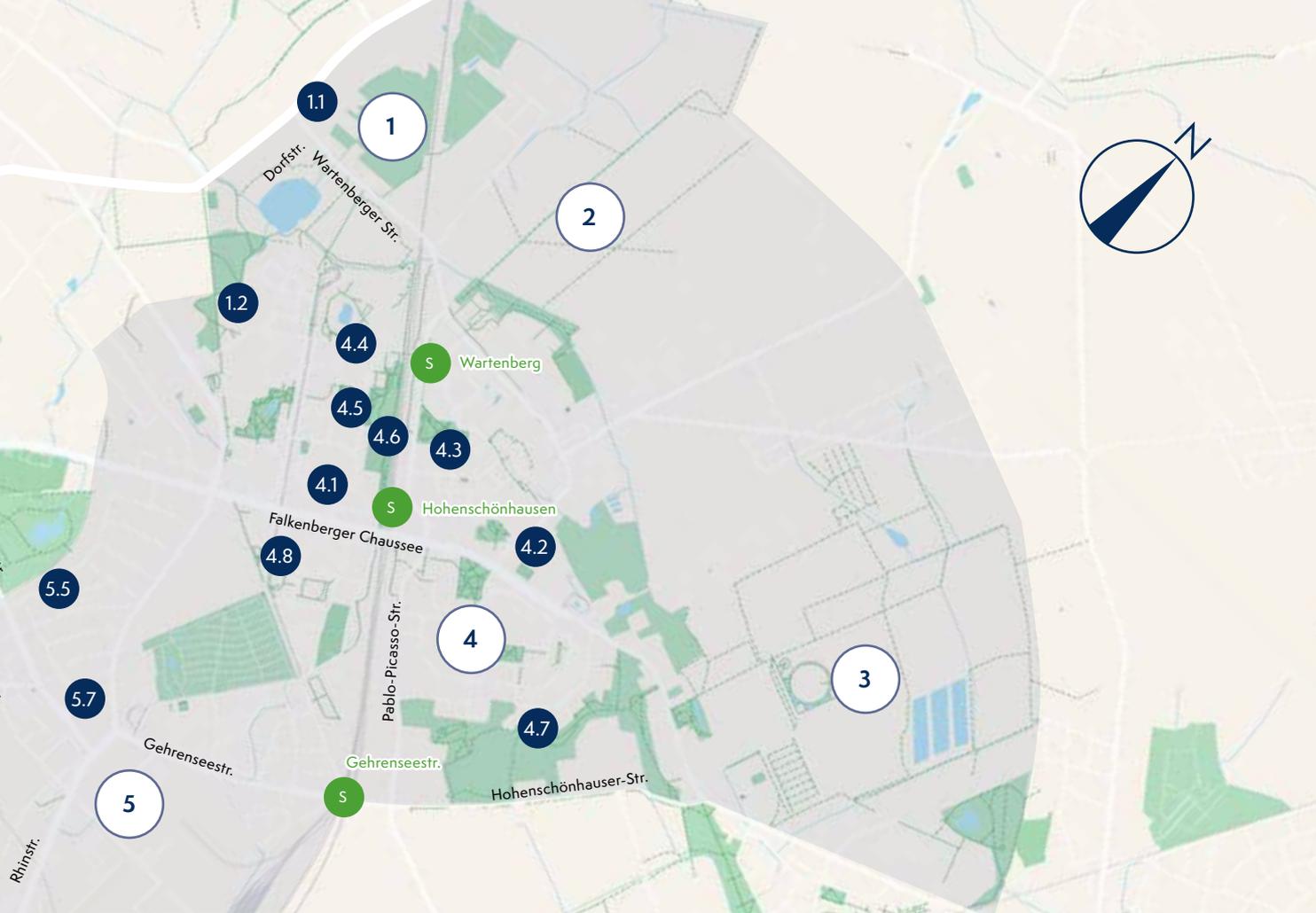
UNSERE UNTERRICHTSORTE

in Lichtenberg

(Kursorte außerhalb von Lichtenberg werden hier nicht ausgewiesen)

- ① Malchow
- ② Wartenberg
- ③ Falkenberg
- ④ Neu-Hohenschönhausen
- ⑤ Alt-Hohenschönhausen
- ⑥ Fennpfuhl
- ⑦ Lichtenberg
- ⑧ Rummelsburg
- ⑨ Friedrichsfelde
- ⑩ Karlshorst





Margarete-Steffin-Volkshochschule
Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin

Sie erreichen uns umweltfreundlich und direkt mit der
 Straßenbahn, Haltestelle Roederplatz, M 8, M 13, 16 und 21.

Anna-Seghers-Bibliothek, Prerower Platz 2, 13051 Berlin	4.1	Kommunale Begegnungsstätte Karlshorst, Hönow Str. 30a, 10318 Berlin	10.1	Rathaus Lichtenberg, Möllendorffstraße 6, 10365 Berlin	7.7
Anton-Saefkow-Bibliothek, Anton- Saefkow-Platz 14, 10369 Berlin	6.1	Kommunale Begegnungsstätte Ruschestraße, Ruschestraße 43, 10367 Berlin	7.4	Selbsthilfe-Kontaktstelle Horizont, Ahrenshooper Str. 5, 13051 Berlin	4.5
Begegnungsstätte im Haus der Generationen „RoBerto“, Paul-Junius-Str. 64A, 10367 Berlin	6.2	Kulturhaus Karlshorst, Treskowallee 112, 10318 Berlin	10.2	Sporthalle Doberaner Straße, Doberaner Str. 53, 13051 Berlin	1.2
Bildungsinstitut der leben lernen gGmbH am EDKE, Herzberg- straße 87-99, 10365 Berlin	7.2	Lichtenberger Begegnungszentrum (LIBEZEM), Rhinstraße 9, 10315 Berlin	9.2	Sporthalle Wustrower Str. 28, 13051 Berlin	4.6
B.L.O. Ateliers, Kaskelstraße 55, 10317 Berlin	7.1	Nachbarschaftlicher Interessenver- bund Kiezspinne-FAS e. V., Schulze- Boysen-Str. 38, 10365 Berlin	7.5	Sporthalle Manfred-von-Ardenne- Gymnasium, Werneuchener Str. 27, 13055 Berlin	5.4
Comhard GmbH, Möllendorff- straße 52, 10367 Berlin	6.3	Nachbarschaftshaus im Ostseeviertel, Ribnitzer Str. 1b, 13051 Berlin	4.4	Sporthalle Rüdickenstraße, Rüdickenstraße 24, 13053 Berlin	4.8
Egon-Erwin-Kisch-Bibliothek, Frankfurter Str. 149, 10365 Berlin	7.3	NachbarschaftsTreff an der Seefelder, Seefelderstraße 50, 13053 Berlin	5.7	Sporthalle Schule am Faulen See, Degner Str. 71, 13053 Berlin	5.5
Fritz-Reuter-Schule (FRS), Prenderer Str. 29, 13059 Berlin	4.2	Naturschutz Berlin-Malchow, Dorfstraße 35, 13051 Berlin	1.1	Sporthalle Schule am Wilhelmsberg, Sandinostraße 8, 13055 Berlin	5.6
Gedenkstätte Hohenschönhausen, Genslerstraße 66, 13055 Berlin	5.2	„Potpourri“ Karlshorster Kiezladen e. V., Eginhardstraße 9, 10318 Berlin	10.3	Stasi-Zentrale. Campus für Demokratie, Normannenstraße 21a, 10365 Berlin	7.8
Jugendclub „East Side“, Volkradstraße 6, 10319 Berlin	9.1			Studio „Bildende Kunst“, John-Sieg-Str. 13, 10365 Berlin	7.9
Jugendkunstschule Lichtenberg, Demminer Str. 4, 13059 Berlin	4.3			Umweltbüro Lichtenberg, Passower Str. 35, 13057 Berlin	4.7

STANDORTE



BILDUNG SCHENKEN!

... mit einem Gutschein der VHS Lichtenberg:

Der Gutschein bietet die Möglichkeit, einen bestimmten Betrag festzulegen und die beschenkte Person für diesen Wert selbst aussuchen zu lassen, welches Angebot am besten passt. Das Programm umfasst Themen wie Sprachen, Gesundheit, Ernährung und berufliche Bildung bis hin zu Kunst und Kultur sowie Gesellschafts- und Umweltbildung. Ob Kurse, Workshops oder Vorträge – die Formate sind vielfältig und laden dazu ein, Neues zu lernen, Kenntnisse zu vertiefen und Horizonte zu erweitern.

Die Gutscheine gelten auch für die zahlreichen Bildungszeit-Angebote, siehe Seite 106. Ob zum Geburtstag, zu Feiertagen oder einfach so, ob für Freundinnen, Familie oder im beruflichen Kontext – ein Gutschein der VHS Lichtenberg ist ein wertvolles Geschenk.

Erhältlich im Servicebüro

Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin · Raum 106
 Dienstag+Donnerstag: 14:00–17:00 Uhr
 Mittwoch: 10:00–14:00 Uhr

allgemeine Informationen



Berliner Volkshochschulen
 Alle Kursangebote der Berliner Volkshochschulen mit Möglichkeit zur Online-Buchung: vhs.berlin.de



Dachverband der deutschen Volkshochschulen
volkshochschule.de



Zweiter Bildungsweg
 Zugangsvoraussetzungen, Lehrgangs- und Prüfungsordnungen
vhs.link/2terbiweg

Impressum

Herausgeber ·
 Bezirksamt Lichtenberg von Berlin,
 Abteilung Bildung, Kultur und Sport

Redaktionsschluss · 28.06.2024

Redaktion · Thorsten Thorein

Layout und Satz · glut.berlin

Auflagenhöhe: 6.000

Fotos ·
 Titel, S. 40 Bezirksamt Lichtenberg,
 U3 glut.berlin, alle anderen: Thomas
 Mocka – www.thomasmocka.com

Lektorat ·
 Vera Jakoby – www.subtlescript.com

Druck ·
 Bonifatius GmbH Druck | Buch | Verlag
 Karl-Schurz-Str. 26, 33100 Paderborn

Änderungen nach Redaktionsschluss sind möglich, diese entnehmen Sie bitte dem Internet oder den aktuellen Aushängen an unseren Standorten.

Wir bitten um Beachtung unserer Inserate.

SCHLOSSKONZERTE FRIEDRICHSFELDE



DONNERSTAG 12/09/2024 UM 19:00 UHR

FRANZ TRIO STREICHTRIO

DONNERSTAG 26/09/2024 UM 19:00 UHR

MARTINA CONSONNI KLAVIERABEND

DONNERSTAG 10/10/2024 UM 19:00 UHR

VIATORES QUARTETT STREICHQUARTETT

DONNERSTAG 24/10/2024 UM 19:00 UHR

TINA TEUBNER, STEPHAN PICARD & BEN SÜVERKRÜP KABARETT, VIOLINE & KLAVIER

DONNERSTAG 07/11/2024 UM 19:00 UHR

ALICE LACKNER & IMKE LICHTWARK LIEDERABEND

DONNERSTAG 21/11/2024 UM 19:00 UHR

MAX BROD TRIO KLAVIERTRIO

Tickets an den Tierpark-Kassen und online unter WWW.TIERPARK-BERLIN.DE/KONZERT

