



PROGRAMM

August - Dezember 2026

DREH AN DEINER IDEE

Alberto Gobber und Mila Christina Heberlein
über Lithografie, Radierung und Kurse im
Atelier - auf Seite 30 und 31.

Mit Weiterbildung neue Horizonte erobern

Anmeldung

**für alle Kurse, außer
Integrationskurse**

Online

über ein persönliches Benutzerkonto unter
www.vhspankow.de

Schriftlich

per Anmeldeformular - siehe Seite 127.

Persönlich

Unsere Servicebüros mit ihren Öffnungszeiten
finden Sie auf der letzten Innenseite.

**Anmeldung für
Integrationskurse**

Die Anmeldung zum Integrationskurs erfolgt
nach einem Beratungsgespräch.
Beachten Sie hierzu die Hinweise auf den Seiten 96 und 97.



Auf unserer Website:

Das vollständige Programm, immer
neue Kursangebote und Aktuelles.

www.vhspankow.de

Beratung

Unsere Mitarbeiter:innen beraten Sie gern bei der
Kursauswahl. Ihre Kontaktdaten finden Sie auf den ersten
Seiten jedes Programmbereichs.

Kontakt

(030) 90295-1700
vhs@ba-pankow.berlin.de

PROGRAMM
August - Dezember 2026



„Weil es guttut,
anderen zuzuhören.“

Warum kommen Menschen an die Volkshochschule?

Wegen Englischkursen natürlich. Wegen Yoga. Wegen der Frage, wie man besser fotografiert, Italienisch spricht oder versteht, was eigentlich hinter Künstlicher Intelligenz steckt.

Aber vielleicht auch aus einem anderen Grund.

Weil es guttut, anderen zuzuhören.

Gerade in einer Zeit, in der Debatten schneller, Urteile härter und viele Menschen unsicher geworden sind, wie wir eigentlich miteinander leben wollen. Wirkliches Zuhören braucht Zeit, Aufmerksamkeit und manchmal die Bereitschaft, die eigene Sicht noch einmal infrage zu stellen.

Die Volkshochschule ist einer der wenigen Orte, an denen genau das passieren kann.

Unser neues Programm bietet viele Gelegenheiten dazu: in Sprachkursen, Kulturveranstaltungen und Gesundheitsangeboten ebenso wie in politischen Diskussionen... etwa in unserer Vortragsreihe **„Habe ich eine Wahl?“**

Ich freue mich, wenn Sie dabei sind.

Ihre

Susanne Roggenhofer

Volkshochschuldirektorin



S. 27

**Achtsamkeit als
Methode in der Malerei**
mit Shira Orion

S. 110

**Schreiben mit System,
Lernen mit Freude**

Julia Neig über ihren Weg vom
Tastschreibkurs zur Kursleiterin



INFORMATIONEN

Bildungszeit	122
Leitbild der Berliner Volkshochschulen,	
Feedback und Hinweise	123
Häufig gestellte Fragen (FAQ)	
mit Legende der Symbole	124
Ansprechpersonen und Team	125
Datenschutzbestimmungen,	
Impressum	126
Anmeldeformular	127
Hinweise zu AGB	128
Standorte der VHS Pankow	U3



Politik
Gesellschaft
Umwelt
Pädagogik
Psychologie **6**

Natur erleben, Wildkräuter entdecken - mit Anja Doms 13

Kunst
Kultur
Kreativität **18**

Achtsamkeit als Methode in der Malerei - mit Shira Orion 27

S. 60

Vegan ist genial

sagt Alexandra Adam
im Interview

Gesundheit **36**

Mit Bewegung zu mehr Lebensenergie.
Im Rhythmus mit Karsten Prosche 42

Natürlich schlafen lernen - mit
Cornelia Michalek und dem Sounder
Sleep System® 47

Die Kunst des Nichtkämpfens -
Aikido und Selbstschutz mit Roland
Klimpel und Marion Kranz 54

Vegan ist genial -
Alexandra Adam im Interview 60

Sprachen **66**

Beat für beat von Berkeley nach Berlin.
Wie Jake Wiest mit Herz und
Musik Sprache erfahrbar macht 75

Sophia Hörhold - Kursleiterin
für Französisch und Italienisch 78

Hej Sverige! Schwedisch und
Schweden mit Nora Lindstein-Below
entdecken 88

Deutsch **94**

Sprache als Verbindung zwischen
Kulturen - Nisreen Amr und
ihre Begeisterung für den
Deutschunterricht 101

Arbeit
Beruf
Informatik **106**

Schreiben mit System, Lernen
mit Freude - Julia Neig über
ihren Weg vom Tastschreibkurs
zur Kursleiterin 110

Grundbildung **118**
Mathematik
Astronomie

S. 75

**Beat für beat von
Berkeley nach Berlin**

Wie Jake Wiest mit Herz und
Musik Sprache erfahrbar macht



S. 42

**Mit Bewegung zu
mehr Lebensenergie**

Im Rhythmus mit Karsten Prosche



INHALT



Mission Gemeinsam – Begegnung durch Bildung

Einsamkeit ist eine wachsende gesellschaftliche Herausforderung mit erheblichen Folgen für Gesundheit, Teilhabe und Lebensqualität. Besonders betroffen sind Menschen in akuten psychischen Krisen, bei denen Einsamkeit häufig zu Isolation und Ausgrenzung führt.

Mit dem Projekt „Mission Gemeinsam“ setzt die VHS Pankow sowohl auf ihre Funktion als Ort der Begegnung als auch auf aufsuchende Bildungsarbeit, um diesen Herausforderungen wirksam zu begegnen.

Ziel ist es, durch niedrigschwellige Bildungsangebote soziale Isolation zu reduzieren und Einsamkeit präventiv entgegenzuwirken.

Wir erproben neue Zugangswege, um Menschen in psychisch belastenden Lebenslagen frühzeitig zu erreichen, Begegnung zu ermöglichen und nachhaltige Anknüpfungspunkte für Bildung und gesellschaftliche Teilhabe zu schaffen.

In enger Kooperation mit dem Alexianer St. Joseph Krankenhaus Berlin-Weißensee bringen wir Bildungsangebote direkt in die Räume der Klinik. So erreichen wir Menschen in ihrem vertrauten Umfeld und schaffen neue niedrigschwellige Zugänge zu Bildung.

Ihre Fragen beantworten gern:



Theresa Meyer
Projektverantwortung



Iven Merten
Projektleitung
iven.merten@ba-pankow.berlin.de

Das Projekt wird von der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie im Rahmen des Förderprogramms Erwachsenenbildung gefördert. Förderzeitraum ist der 01.01.2026 bis 31.12.2027.



Gefördert durch:



VHS zum Frühstück – gut in den Tag starten!

Werden Sie aktiv, bevor der Alltag Fahrt aufnimmt. Unsere „Frühstückskurse“ bieten Ihnen vielfältige Möglichkeiten, mit Wissen und neuer Energie, gut in den Tag zu starten.

Wie wäre es mit Kultur, Sprache oder gesundheitsbezogenen Themen – online oder vor Ort? Finden Sie Ihren Muntermacher!

Die Angebote beginnen zwischen 8:00 und 9:30 Uhr.

- **Kultur zum Frühstück**, zum Beispiel Buchclub für Vielbeschäftigte – Pa2031H (S. 20) oder Intuitives Malen – Pa2434H (S. 26)
- **Gesundheit zum Frühstück**, zum Beispiel Qigong – Pa3408H (S. 50) oder Yoga – Pa3557H, Pa3562H, Pa3570H (S. 51) oder Sanfte Ganzkörpergymnastik für Frauen – Pa3015H (S. 39) oder Zumba® – Pa3151H (S. 41)
- **Sprachen zum Frühstück**, zum Beispiel Bird-Watching: The dawn chorus – Pa4121H (S. 74) oder Italienisch B1 – Pa4301H (S. 82), Französisch A1 – Pa4441H (S.77), Portugiesisch – Pa4485H (S. 86) oder Spanisch B1 – Pa4409H (S. 92)



Alle aktuellen Angebote präsentieren wir Ihnen online unter fruehstueck.vhspankow.de

Jetzt entdecken und den Morgen für Neues nutzen!

Weißenseer Kultursommer

28. August bis 27. September 2026

Wir sind dabei! Mit ausgewählten Angeboten.

Alle Infos gibt es unter weissenseerkultursommer.de



Die gemeinsame Ehrenamtskarte von Berlin und Brandenburg ist ein Zeichen des Dankes und der Anerkennung für engagierte Bürgerinnen und Bürger. Sie gewährt Vergünstigungen bei mehr als 300 Partnerinnen und Partnern, darunter Freizeit- und Kultureinrichtungen sowie Unternehmen, in beiden Bundesländern.

Ehrenamt lohnt sich

Sie engagieren sich und besitzen eine Ehrenamtskarte? Dann können Sie VHS-Kurse zum ermäßigten Preis buchen! Stöbern Sie in diesem Heft und entdecken Sie Ihre Lieblingskurse.

Sie haben noch keine Ehrenamtskarte?
ehrenamtskarte.berlin.de

Hier erfahren Sie mehr über die Voraussetzungen!





Politik, Gesellschaft, Umwelt, Pädagogik, Psychologie

8 **Aktuelles zu Politik und Berlin-Wahlen**

9 **Religion, Philosophie und Geschichte**

11 **Exkursionen und Stadtführungen**

14 **Natur und Umwelt**

15 **Pädagogik**

16 **Psychologie, Persönlichkeitsentwicklung, NLP**

17 **Psychose-Seminare**

Diskutieren und partizipieren

Der Mensch ist ein politisches Wesen. Sein ganzes Leben ist er in soziale Beziehungen eingebunden, die ihn prägen und die er mitgestaltet. Politische Bildung wird im Sinne lebenslangen Lernens und Erfahrens als integraler Bestandteil von Erwachsenenbildung verstanden und dient der Demokratieentwicklung. Wir sehen unsere Aufgabe darin, Verständnis für politische Sachverhalte zu fördern und die Bereitschaft zur politischen Mitarbeit zu stärken. Wenn Sie sich für Politik interessieren und sich näher mit gesellschaftlichen Themen befassen möchten, treffen Sie bei uns auf Gleichgesinnte. Zusätzlich zum reichhaltigen Vortragsprogramm bieten wir Ihnen wissensvermittelnde Exkursionen und Spaziergänge zur Berliner Stadtgeschichte und Gegenwart sowie zu Themen aus Natur und Umwelt.

Nicole Mackowiak
Programmbereichsleiterin





**WER NICHT
FRAGT, BLEIBT
... STEHEN**



Programmbereichsleitung:
Nicole Mackowiak
 nicole.mackowiak@ba-pankow.berlin.de
 Telefon: (030) 90295-1711

Schulstraße 29, 13187 Berlin
 Raum 301



Organisatorisch-pädagogische
 Mitarbeiterin:
Marleen Hilker
 marleen.hilker@ba-pankow.berlin.de
 Telefon: (030) 90295-1733

Schulstraße 29, 13187 Berlin
 Raum 111



Die Kurssprache ist Deutsch. Bei Bedarf kann die Kursleitung Ihre Fragen in der angegebenen Sprache beantworten.



Die ausgezeichneten Kurse sind als Bildungszeitveran-
 staltung anerkannt.

Alle Angebote dieses Programmbereichs immer
 aktuell auf unserer Webseite, mit ausführlichen
 Informationen und Möglichkeit zur Online-Anmeldung.



← politik.vhspankow.de



psychologie.vhspankow.de →

Aktuelles zu Politik und Berlin-Wahlen

Alle Vorträge sind entgeltfrei.
 Um vorherige Anmeldung wird gebeten, gern auch per E-Mail an
 vhs@ba-pankow.berlin.de.

Was hat Politik mit meinem Alltag zu tun?

Von Miete bis Mülltonne - Wo dir Politik täglich begegnet

Pa1025H Prof. Ilona Wuschig
 📅 24.08.26, Mo, 18.30-20.00 Uhr
 🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

Was steht wirklich zur Wahl?

Pa1027H Prof. Ilona Wuschig
 📅 27.08.26, Do, 17.00-18.30 Uhr
 🏠 Vortrag, JugendKulturZentrum Pumpe, Lützowstraße 42, 10785 Berlin

Wahlkampf vs. Wirklichkeit

Wir haben die Wahl!

Pa1026H Prof. Ilona Wuschig
 📅 31.08.26, Mo, 18.00-19.30 Uhr
 🏠 Vortrag, Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

Medien, Desinformation, KI

Pa1028H Dr. Christian Trippe
 📅 03.09.26, Do, 18.00-19.30 Uhr
 🏠 Vortrag, Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

Neue Rechte und neuer Faschismus

Pa1000H Dr. Maurice Schuhmann
 📅 03.09.26, Do, 19.00-20.30 Uhr
 🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

Nachrichten lesen - Einordnung statt Emotionen

Die Empörten und die verdammte Komplexität

Pa1029H Prof. Ilona Wuschig
 📅 07.09.26, Mo, 18.00-19.30 Uhr
 🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

Was öffentlich-rechtlicher Journalismus leisten soll

Pa1030H Dr. Christian Trippe
 📅 10.09.26, Do, 18.00-19.30 Uhr
 🏠 Vortrag, Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

PolitikLust - Politischer Gesprächskreis

Politische Entwicklungen in Berlin, Deutschland, Europa und in der Welt

Pa1006H Wolfgang Ratzel
 📅 10.09.-03.12.26, Do, 19.00-21.15 Uhr, 4 Termine, 12 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29/Rathaus Pankow
 € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

DDR neu denken - Fragen zur bundesdeutschen Doppelbiografie

Pa1010H Dr. Karsten Krampitz
 Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 📅 28.09.-02.10.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 € 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Welche weltpolitischen Visionen haben die USA?

Pa1016H Tarek Sharaf
 📅 29.09.26, Di, 17.30-19.00 Uhr
 🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

Alle Kursdetails auf
 vhsit.berlin.de
 Suche mit der Kursnummer!

China versus USA und Europa

Pa1017H Tarek Sharaf
📅 13.10.26, Di, 17.30-19.00 Uhr
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

Die Bedrohung akademischer Freiheit

Pa1003H Dr. Maurice Schuhmann
📅 29.10.26, Do, 19.00-20.30 Uhr
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

Demokratie in Gefahr

Antidemokratische Strömungen und Angriffe von rechts



Pa1011H Dr. Karsten Krampitz
Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
📅 02.-06.11.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Wie retten wir die moderne Demokratie?

Die Postdemokratie

Pa1004H Dr. Maurice Schuhmann
📅 05.11.26, Do, 19.00-20.30 Uhr
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

Putin, Xi, Trump, Netanyahu – Historische Dynamik verändert unsere Welt

Pa1008H Tarek Sharaf
📅 09.11.26, Mo, 18.00-20.15 Uhr
🏠 Vortrag, Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

Russland ist keine Erfindung Putins

Pa1018H Tarek Sharaf
📅 10.11.26, Di, 17.30-19.00 Uhr
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

Reagieren nach der Wahl: Koalitionen, Kompromisse, Machtlogiken

Pa1031H Dr. Christian Trippe
📅 24.11.26, Di, 18.00-19.30 Uhr
🏠 Vortrag, Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

Projekt Mittlerer Osten

Pa1019H Tarek Sharaf
📅 01.12.26, Di, 17.30-19.00 Uhr
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

Religion, Philosophie und Geschichte

Liebe in der Geschichte

Liebe in der römischen Stadt Pompeji
Pa1620H Veronica Leali
📅 07.09.26, Mo, 17.45-20.00 Uhr
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
€ entgeltfrei


Liebe in der Antike

Pa1622H Veronica Leali
📅 05.10.26, Mo, 17.45-19.15 Uhr
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
€ entgeltfrei



Sommer Sonne Streitkultur

**Wir haben die Wahl.
Ein Fest für Groß und Klein.**

 im JugendKulturZentrum PUMPE, Lützowstraße 42, 10785 Berlin
 am Donnerstag, 27. August 2026 von 15 bis 19 Uhr

Bühnen-
programm

Aktions-
stände

Speisen
und Getränke

Workshops

Spiele

Zum detaillierten
Programm:



www.berlin.de/vhs/Berlinwahl

Fortsetzung: Liebe in der Geschichte

Liebe im Mittelalter: Verboten. Geduldet. Faszinierend.

Pa1627H Veronica Leali

📅 16.11.26, Mo, 17.45-20.00 Uhr

🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

€ entgeltfrei

Philosophie und Liebe

Philosophische Diskussionen für die Gesellschaft der Gegenwart

Pa1040H Dr. Johann Reißer

📅 14.09.-30.11.26, Mo, 18.00-20.15 Uhr,

8 Termine, nicht in den Ferien, 18 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

DenkLust - Philosophischer Gesprächskreis

Pa1041HN Wolfgang Ratzel

📅 15.09.-08.12.26, Di, 19.00-21.15 Uhr, 6 Termine, 18 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Mörder in Weiß - Euthanasie und Zwangsarbeit in Berlin-Buch



Pa1111H Stefan Hückler

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 21.-25.09.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Philosophische Perspektiven zur Einsamkeit

Pa1001H Dr. Maurice Schuhmann

📅 24.09.26, Do, 19.00-20.30 Uhr

🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

€ entgeltfrei

Von Judentum bis Hinduismus

Entdecken Sie die Vielfalt der Religionen in Berlin!

Pa1044H Dr. Liane Wobbe

📅 03.11.-01.12.26, Do, 18.00-20.15 Uhr,

5 Termine plus 5 Exkursionen, 30 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 56,25 € (ermäßigt 30,75 €)

Frauenleben im Spiegel der Berliner Geschichte

Fragen der Herrschaft und die Wiederentdeckung der Landesfrau

Pa1023H Dr. Gerhild Komander

📅 09.11.26, Mo, 17.00-18.30 Uhr

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ entgeltfrei

Bürgerin und Höckerin, Hure und Begine

Pa1024H Dr. Gerhild Komander

📅 16.11.26, Mo, 17.00-18.30 Uhr

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ entgeltfrei

Kunst nach 1945

Pa1015H Karen Pastofski

📅 11.11.26, Mi, 18.00-20.15 Uhr, 3 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ entgeltfrei

Kunsträume in Berlin

Kunstführungen

Pa1012H Karen Pastofski

📅 12.11.-03.12.26, Do, 15.45-18.00 Uhr, 4 Termine, 12 UE

€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

60 Jahre Lucky Luke

Popkulturelles Phänomen des einsamen Cowboys

Pa1005H Dr. Maurice Schuhmann

📅 03.12.26, Do, 19.00-20.30 Uhr

🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

€ entgeltfrei

Dolce Natale. Wenn Italien Weihnachten feiert

Pa1625H Veronica Leali

📅 07.12.26, Mo, 17.45-19.15 Uhr

🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

€ entgeltfrei

Exkursionen und Stadtführungen

Die Exkursionen sind größtenteils entgeltfrei.

Den Treffpunkt erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung.

Melden Sie sich einfach per E-Mail an: vhs@ba-pankow.berlin.de

Im Garten von Schloss Glienicke

Pa1075H Swantje Glock

📅 01.08.26, Sa, 10.00-13.00 Uhr

Im Landschaftspark vom Schloss Babelsberg

Pa1076H Swantje Glock

📅 02.08.26, So, 10.00-13.00 Uhr

Berliner Mauer: Vom Brandenburger Tor zur Bösebrücke

Fahrradtour

Pa1116H Serena Fellwock

📅 22.08.26, Sa, 11.00-14.45 Uhr, 5 UE

€ 18,75 € (ermäßigt 10,25 €)

Weißdorn trifft Entspannung im August

Kräuter- und Baumwanderung in Mühlenbeck-Mönchmühle

Pa1154H Anja Doms

📅 23.08.26, So, 13.30-16.30 Uhr, 4 UE

€ 15,00 € (ermäßigt 8,20 €)

UNESCO-Weltkulturerbe im Prenzlauer Berg

Die Wohnstadt Carl Legien

Pa1070H Swantje Glock

📅 05.09.26, Sa, 11.00-13.15 Uhr

Die Friedhöfe an der Liesenstraße

Pa1177H Dr. Gerhild Komander

📅 05.09.26, Sa, 11.00-13.15 Uhr

Das Humboldt-Forum

Pa1143H Karen Pastofski

📅 05.09.26, Sa, 11.00-13.15 Uhr

Fortsetzung: Exkursionen und Stadtführungen

Der Ernst-Thälmann-Park im Prenzlauer Berg

Prestigeprojekt unter Denkmalschutz

Pa1078H Swantje Glock

📅 05.09.26, Sa, 14.00-16.15 Uhr

Villenkolonie Babelsberg

Die großen Drei und der Kalte Krieg

Pa1112H Karen Pastofski

📅 05.09.26, Sa, 15.00-17.15 Uhr

Das Pankower Städtchen

Pa1130H Karen Pastofski

📅 06.09.26, So, 11.00-13.15 Uhr

Jüdischer Friedhof Weißensee



Pa1135H Dr. Jan Wilkens

📅 06.09.26, So, 11.00-12.30 Uhr

Pa1136H Dr. Jan Wilkens

📅 06.09.26, So, 14.00-15.30 Uhr

Gauner, Gangster, Galgenvögel

Das kriminelle Berlin

Pa1142H Karen Pastofski

📅 06.09.26, So, 15.00-17.15 Uhr

Literaturort Friedenau

Pa1079H Karen Pastofski

📅 10.09.26, Do, 17.00-19.15 Uhr

Tore und Friedhöfe entlang der Torstraße

Pa1071H Stefan Hückler

📅 12.09.26, Sa, 13.00-16.00 Uhr

Queer History Berlin - Rundgang Nollendorf-Kiez

Pa1617H Veronica Leali

📅 13.09.26, So, 13.00-15.15 Uhr

Napoleon in Berlin - Die Besetzung Berlins 1806

Pa1060H Stefan Hückler

📅 13.09.26, So, 13.30-16.30 Uhr

Gesundheitswanderung Mühlenbeck-Mönchmühle

Zur Stärkung der Resilienz

Pa1155H Anja Doms

📅 13.09.26, So, 13.30-17.15 Uhr, 5 UE

€ 18,75 € (ermäßigt 10,25 €)

Die Beine von Dolores

VIPs in der Fasanen Straße

Pa1096H Karen Pastofski

📅 17.09.26, Do, 17.00-19.15 Uhr

Kiezspaziergang rund um den Kollwitzplatz

Erleben Sie das Herzstück des Prenzlauer Bergs

Pa1191H Serena Fellwock

📅 19.09.26, Sa, 13.00-15.15 Uhr

Pankow in der DDR-Zeit

Ein Leben zwischen Politik und Diplomatie

Pa1082H Swantje Glock

📅 20.09.26, So, 11.00-13.15 Uhr

Bronzezeit in Berlin-Buch

Die Dörfer im Bucher Boden

Pa1152H Stefan Hückler

📅 20.09.26, So, 13.30-16.30 Uhr

Charlottenburg ohne Schloss

Pa1080H Karen Pastofski

📅 24.09.26, Do, 17.00-19.15 Uhr

Mörder in Weiß

Euthanasie und Zwangsarbeit in Berlin-Buch

Pa1149H Stefan Hückler

📅 27.09.26, So, 13.30-16.30 Uhr

Konfektion und Kaufpaläste

Modegeschichte made in Berlin

Pa1114H Karen Pastofski

📅 01.10.26, Do, 17.00-19.15 Uhr

Neucölln am Wasser

Pa1188H Dr. Gerhild Komander

📅 02.10.26, Fr, 15.00-17.15 Uhr

Vom Passierscheinabkommen zum Mauerfall

Willy Brandts Wirken in und für Berlin

Pa1087H Swantje Glock

📅 04.10.26, Sa, 11.00-14.00 Uhr

Jüdisches Viertel am Hackeschen Markt

Pa1123H Karen Pastofski

📅 08.10.26, Do, 17.00-19.15 Uhr

Studententag in der Mahn- und Gedenkstätte Ravensbrück

Studententag für Deutschlernende

Pa1195H Ulrike Schätte

📅 10.10.26, Sa, 08.30-18.15 Uhr

Das Bayerische Viertel

Pa1098H Karen Pastofski

📅 10.10.26, Sa, 11.00-13.15 Uhr

Entlang der Berliner Mauer

Bernauer Straße

Pa1186H Serena Fellwock

📅 10.10.26, Sa, 13.00-15.15 Uhr

Naturwanderung Bogensee

Geschichte und Pflanzenwelt

Pa1160H Stefan Hückler

📅 10.10.26, Sa, 13.30-16.30 Uhr

Kennen Sie Köpenick?

Henriette Lustig und REWATEX

Pa1146H Karen Pastofski

📅 10.10.26, Sa, 15.00-17.15 Uhr

Die Künstlerkolonie Wilmersdorf

Pa1133H Karen Pastofski

📅 11.10.26, So, 11.00-13.15 Uhr

Berlin Karow - ein Mittelalterdorf

Pa1147H Stefan Hückler

📅 11.10.26, Sa, 13.30-16.30 Uhr

Weißdorn trifft Entspannung im Oktober

Kräuter- und Baumwanderung in Mühlenbeck-Mönchmühle

Pa1156H Anja Doms

📅 11.10.26, So, 13.30-16.30 Uhr, 4 UE

€ 15,00 € (ermäßigt 8,20 €)

Von Marlene Dietrich bis Comedian Harmonists

Spaziergang in Friedenau

Pa1110H Karen Pastofski

📅 11.10.26, So, 15.00-17.15 Uhr

Berliner Scheunenviertel 20er Jahre

Pa1131H Karen Pastofski

📅 15.10.26, Do, 17.00-19.15 Uhr

Masterplan Museumsinsel

Plus Museen im Humboldtforum

Pa1132H Karen Pastofski

📅 17.10.26, Sa, 11.00-13.15 Uhr

Nachhaltigkeit in Schöneberg

Pa1134H Karen Pastofski

📅 17.10.26, Sa, 15.00-17.15 Uhr

Das Bötzowviertel

Volkspark Friedrichshain und Anton-Saefkow-Park

Pa1176H Dr. Gerhild Komander

📅 18.10.26, So, 11.00-13.15 Uhr

Der Schlosspark Buch - aus dem Schlaf erwacht

Pa1150H Stefan Hückler

📅 24.10.26, Sa, 13.30-16.30 Uhr



Anja Doms - Natur erleben, Wildkräuter entdecken

Ich begeistere mich für alles, was draußen wächst, duftet und Menschen guttut. Fast täglich streife ich durch die Natur rund um Mühlenbeck-Mönchmühle und entdecke dabei essbare Wildpflanzen, Kräuter und alte Bäume immer wieder neu. Besonders faszinieren mich der Duft einer gelben Blüte, der Geschmack frischer Wildkräuter am Wegesrand und die erstaunliche Vielfalt dessen, was direkt vor unserer Haustür wächst und oft unbeachtet bleibt. Schon als Kind war ich am liebsten draußen unterwegs.

Viele Jahre arbeitete ich als Wanderführerin und Reiseleiterin für Wikinger Reisen. Dabei erlebte ich, wie sehr Menschen aufblühen, wenn sie die Natur bewusst wahrnehmen: einmal an wildem Thymian riechen, dem Wind in den Bäumen lauschen oder entdecken, was alles Essbares direkt vor unseren Füßen wächst. Die begeisterten Reaktionen meiner Gäste motivierten mich zu meinen Weiterbildungen Gesundheitswandern, Entspannung in der Natur und Pflanzenwissen.

Heute verbinde ich Naturgenuss, Wildkräuter und gemeinsames Erleben auf meine ganz eigene Weise. In meinen Gruppen entsteht schnell eine offene und fröhliche Atmosphäre, in der Menschen miteinander ins Gespräch kommen, gemeinsam Spaß haben und die Natur mit allen Sinnen entdecken. Besonders gern zeige ich, wie Wildpflanzen unseren Alltag bereichern können - ob im Salat, im Smoothie oder einfach als kleine Entdeckung am Wegesrand.

Kurse mit Anja Doms

Beifuß trifft Entspannung im August	Pa1154H	23.08.26	S. 11
Gesundheitswanderung von Mühlenbeck-Mönchmühle nach Lübars	Pa1155H	13.09.26	S. 12
Weißdorn trifft Entspannung im Oktober	Pa1156H	11.10.26	S. 13

Fortsetzung: Exkursionen und Stadtführungen

Die ehemaligen Rieselfelder

Heute ein Heidewald

Pa1148H Stefan Hückler

📅 25.10.26, So, 13.30-16.30 Uhr

Gleich hinter der Mauer

Prater, Hirschhof, Andersdenkende

Pa1072H Swantje Glock

📅 07.11.26, Sa, 14.00-16.15 Uhr

Die Karower Teiche

Ehemalige Sandgruben vom Bahndamm

Pa1151H Stefan Hückler

📅 08.11.26, So, 13.30-16.30 Uhr

Über die Museumsinsel zum Bebelplatz

Pa1185H Serena Fellwock

📅 14.11.26, Sa, 13.00-14.30 Uhr

Wolf Biermann

Im Umfeld des Dissidenten

Pa1089H Swantje Glock

📅 14.11.26, Sa, 12.00-14.15 Uhr

Die Biermann-Ausbürgerung im November 1976

Der offene Brief aus Pankow und seine Folgen

Pa1091H Swantje Glock

📅 15.11.26, So, 12.00-14.15 Uhr

Spaziergang durch Alt-Charlottenburg

Pa1095H Swantje Glock

📅 05.12.26, Sa, 12.00-14.15 Uhr

Natur und Umwelt

Klimakrise

Wenn aus Prognosen Realität wird

Pa1251H Wolfgang Müller

📅 17.09.26, Do, 18.00-20.15 Uhr

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ entgeltfrei

Wie nachhaltig ist Deutschlands Energieversorgung?

Pa1252H Wolfgang Müller

📅 19.11.26, Do, 18.00-20.15 Uhr, 3 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ entgeltfrei

Pilzkenner:in - Stufe 1

Pa1272H Veronika Wähnert

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 08.-10.09.26, Di-Do, 10.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 21 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 78,75 € (ermäßigt 43,05 €) plus 25 € für Test und Abschlusszertifikat



Pilzexkursion - Pilze suchen und Müll sammeln

Pa1275H Veronika Wähnert

📅 13.09.26, So, 11.00-14.00 Uhr, 4 UE

🏠 Im Norden von Berlin

€ 15,00 € (ermäßigt 8,20 €)

Geführte Pilzwanderung mit Abendseminar

Pa1290H Ludwig Schindler

📅 03./05.09.26, Do, 17.00-20.00 Uhr, Sa, 10.00-13.45 Uhr,

2 Termine, 9 UE

🏠 Do: Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 33,75 € (ermäßigt 18,45 €)

Vitalpilze - Was steckt dahinter?

Pa1291H Veronika Wähnert

📅 14.11.26, Sa, 11.00-15.00 Uhr, 5 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 18,75 € (ermäßigt 10,25 €)

Giftpilze in Theorie und Praxis

Pa1292H Ludwig Schindler

📅 12.09.26, Sa, 10.00-16.45 Uhr,

Theorie in der VHS und praktischer Teil im Wald, 9 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 33,75 € (ermäßigt 18,45 €)

Geführte Pilzwanderung

Pa1294H Ludwig Schindler

📅 13.09.26, So, 10.00-14.30 Uhr, 6 UE

🏠 Im Norden von Berlin

€ 22,50 € (ermäßigt 12,30 €)

Pilzzucht - einfach und durchschaubar

Pa1295H Veronika Wähnert

📅 21.11.26, Sa, 11.00-14.00 Uhr, 4 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 15,00 € (ermäßigt 8,20 €) plus 5 € Materialkosten

Einfach färben mit Pilzen

Pa1296H Veronika Wähnert

📅 28.11.26, Sa, 11.00-15.00 Uhr, 5 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 18,75 € (ermäßigt 10,25 €) plus 5 € Materialkosten

Heil- und Vitalpilz

Vortrag mit anschließender Exkursion

Pa1297H Ludwig Schindler

📅 07.11.26, Sa, 10.00-16.45 Uhr

🏠 Vormittags: Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

🏠 Nachmittags: Wald im Großraum Berlin

€ 33,75 € (ermäßigt 18,45 €)



Den eigenen Adventskranz binden

- Pa1300H** Stefan Ludwig
 📅 29.11.26, So, 14.00-16.15 Uhr, 3 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 € 11,25 € (ermäßigt 6,15 €)

Wildkräuterspaziergang im Sommer

- Pa1306H** Stefan Ludwig
 📅 30.08.26, So, 10.00-13.00 Uhr
 🏠 Blankenfelde-Pankow
 € entgeltfrei

Wildkräuter und Früchte im Herbst

- Pa1319H** Stefan Ludwig
 📅 11.10.26, So, 10.00-13.00 Uhr
 🏠 Im Norden von Berlin
 € entgeltfrei

Berlins Wasserzukunft in Pankow

Kooperation mit dem Museum für Naturkunde Berlin

- Pa1312H** Elisabeth Heyne, Julia Tovote
 📅 14.-21.09.26, 2x Mo, 18.30-20.00 Uhr, 4 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 € entgeltfrei

Pädagogik

Eltern im Gespräch - Sexuaufklärung für Kinder

- Pa1618H** Veronica Leali
 📅 12.10.26, Mo, 17.45-20.00 Uhr
 🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
 € entgeltfrei

Crashkurs für Eltern - queere Kinder

Alles, was Sie wissen müssen, wenn Ihr Kind queer ist

- Pa1619HN** Veronica Leali
 📅 30.11.26, Mo, 17.45-20.00 Uhr
 🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
 € entgeltfrei



Veronica Leali

Veronica Leali ist eine nicht-binäre, queere Sexualpädagog*In. Nach dem Studium der Kunstgeschichte und dem Masterabschluss im Jahr 2021 an der HU Berlin folgten Ausbildungen zur Sexualpädagogik und Sexualtherapie. Vero gestaltet zahlreiche Workshops und Ausstellungen, die von ihrer Expertise geprägt sind.

Psychologie, Persönlichkeitsentwicklung, NLP

Mentale Souveränität: Klar denken in bewegten Zeiten

- Pa1041H** Prof. Ilona Wuschig, Christine Fitterer
 📅 26.09.26, Sa, 10.00-16.00 Uhr, 7 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 € 26,25 € (ermäßigt 14,35 €)

Erfolgreich Flirten

Mit Sympathie überzeugen - authentisch, selbstbewusst, kontaktfreudig

- Pa1050H** Gregor Wersche
 📅 19.-20.09.26, Sa/So, 10.00 -15.00 Uhr, 2 Termine, 12 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Storytelling im Berufsalltag

Überzeugend darstellen und präsentieren

- Pa1515H** Julia Grebe
 Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 📅 17.09.26, Do, 09.00-16.00 Uhr, 8 UE
 🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
 € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)



Sexismus am Arbeitsplatz

- Pa1626H** Veronica Leali
 Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 📅 09.11.26, Mo, 09.00-16.00 Uhr, 8 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)



Emotionale Selbstregulation - eine Einführung

- Pa1032H** Sebastian Teubner
 📅 14.09.26, Mo, 18.30-20.00 Uhr
 🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
 € entgeltfrei

Emotionale Selbstregulation

7-teilige Workshopreihe

- Pa1033H** Sebastian Teubner
 📅 22.09.-03.11.26, Di, 18.30-20.00 Uhr, 7 Termine, 14 UE
 🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
 € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Identität entdecken, gestalten, leben

Reset your identity

- Pa1603H** Michael Gruner
 Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 📅 14.-16.12.26, Mi-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE
 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Die Kraft der Gedanken nutzen

- Pa1611H** Julianna Koch
 📅 26.-27.09.26, Sa/So, 10.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 14 UE
 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
 € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Meditation im Sitzen, Gehen und Leben

- Pa1612H** Julianna Koch
 📅 05.-06.12.26, Sa/So, 10.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 14 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Fortsetzung: Psychologie, Persönlichkeitsentwicklung, NLP

Einsamkeit begreifen

Pa1613H Julianna Koch

- 📅 28.-29.11.26, Sa/So, 10.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Einführung in die Achtsamkeitsmeditation

Basierend auf Jack Kornfield und Tara Brach

Pa1619H Iris Bothmer

- 📅 10.09.-15.10.26, Do, 19.30-21.00 Uhr, 6 Termine, 12 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Sicheres Auftreten durch Improvisationstheater-Techniken

Herausforderungen entspannter begegnen

Pa1621H Dragana Kistner

- 📅 16.-18.10.26, Fr, 16.30-20.30 Uhr, Sa/So, 10.00-17.30 Uhr, 3 Termine, 22 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Nein sagen ohne Skrupel!

Pa1630H Grit Klück

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 02.12.26, Mi 09.00-16.00 Uhr, 8 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Einführung in das systemische Coaching

Wer fragt, der führt

Pa1644H Monika Hassenkamp

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 11.09.26, Fr, 09.00-16.00 Uhr, 8 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Konfliktmanagement

Pa1645H Julia Grebe

- 📅 12.-13.09.26, Sa/So, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Pa1646H Monika Hassenkamp

- 📅 10.-11.10.26, Sa/So, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Gehirngerecht kommunizieren

Pa1648H Julia Grebe

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 16.09.26, Mi, 09.00-16.00 Uhr, 8 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Hochsensibel - ich auch?

Pa1652H Antje Remke

- 📅 17.09.26, Do, 18.00-20.15 Uhr
- 🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
- € entgeltfrei

Hochsensibel selbstbewusst

Pa1660H Antje Remke

- 📅 13.11.26, Fr, 18.00-20.15 Uhr
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € entgeltfrei

Stark und ausgeglichen im Job

Pa1703H Julianna Koch

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 16.-20.11.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Resilienz durch Selbstcoaching und Kommunikation

Mit NLP für den Beruf

Pa1704H Hans-Hermann Baertz

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 21.-25.09.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Pa1705H Hans-Hermann Baertz

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 30.11.-04.12.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

NLP im Job - so erleichtern Sie Ihren Berufsalltag

Pa1706H Julia Grebe

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 15.-16.10.26, Do/Fr, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Pa1707H Julia Grebe

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 03.-04.12.26, Do/Fr, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Psychose-Seminare

Im Psychose-Seminar begegnen sich Expert:innen aus eigener Erfahrung bzw. durch Miterleben als Angehörige sowie Expert:innen durch Ausbildung und Beruf auf gleicher Ebene. Im Vordergrund steht das Erzählen von Erfahrungen und eigenen Geschichten, das Austauschen von Wahrnehmungen und das Verknüpfen von unterschiedlichen Perspektiven. Alle Beteiligten sind Lehrende und Lernende zugleich. Die Veranstaltungen werden dialogisch vorbereitet und moderiert. Die Pankower Psychose-Seminare existieren ohne Unterbrechung seit 2004. Interessierte Bürger:innen sind willkommen.

An jedem zweiten Mittwoch im Monat immer 18.00-19:30 Uhr im Gesundheitshaus Pankow, Grunowstraße 8-11, Raum 303. Die Veranstaltungen sind entgeltfrei.

Für weitere Informationen:

Konstanze Knopp, Psychiatriekoordinatorin Pankow
konstanze.knopp@ba-pankow.berlin.de
Telefon (030) 90295 5057

Einführung in das Psychose-Seminar - Niemand ist nur krank oder nur gesund

Pa1722H Annette Berg
📅 09.09.26

Psychose und Achtsamkeit

Pa1723H Annette Berg
📅 09.12.26

Psychose und Wahn-Sinn: Welchen Sinn hat der Wahnsinn

Pa1724H Annette Berg
📅 14.10.26

Psychose und Verantwortung: Psychose und gegenseitiges Verstehen

Pa1728H Annette Berg
📅 11.11.26

Dialogisch gemeinsam singen

Machen Sie mit in unserem Chor!

Einstieg ist jederzeit möglich, bitte über die VHS anmelden.

Pa1730H Anna-Christina Gorbatschova
📅 01.09.-15.12.26, Di, 17.00-18.30 Uhr, 16 UE
€ entgeltfrei

Das vollständige Programm,
neue Angebote und Service-Informationen
immer aktuell nur im Web
www.vhspankow.de





Kunst, Kultur, Kreativität

- 20 **Kulturelles Erbe: Gesellschaftsspiele**
- 20 **Literatur**
- 21 **Theaterarbeit**
- 21 **Tanz**
- 23 **Musik in Theorie und Praxis**
- 24 **Fotografie und Film**
- 25 **Malen und Zeichnen**
- 28 **Schrift, Bild, Material - Kreative Spielarten**
- 28 **Drucktechnik**
- 33 **Plastisches Gestalten - Stein und Holz**
- 33 **Plastisches Gestalten - Keramik**
- 33 **Plastisches Gestalten**
- 34 **Textiles Gestalten**

Wo Ideen Gestalt annehmen

Die Welt verändert sich rasant: Technologische Entwicklungen, gesellschaftliche Umbrüche und ökologische Herausforderungen erfordern neue Antworten. Umso wichtiger werden Zukunftskompetenzen wie Kreativität, kritisches Denken, Empathie und die Fähigkeit zur Zusammenarbeit. Kulturelle Bildung spielt dabei eine zentrale Rolle, denn sie öffnet Räume, in denen Menschen sich ausdrücken, reflektieren, ausprobieren und wachsen können.

Ob beim Schreiben, Gestalten, Musizieren, Tanzen oder Drucken: Entwickeln Sie Ihre Kompetenzen mit den Mitteln der Kunst!

Unsere Kurse richten sich an alle, die ihre Fähigkeiten stärken, neue Sichtweisen entdecken und ihre eigene Ausdruckskraft entfalten möchten - unabhängig von Vorkenntnissen. So werden Kunst und Kultur zu Impulsgebern für persönliche Entwicklung und gesellschaftlichen Wandel.

Theresa Meyer
Programmbereichsleiterin





**KUNST
KOMMT VON ...
AUSPROBIEREN**



Programmbereichsleitung:

Theresa Meyer

vhs.kultur@ba-pankow.berlin.de

Telefon: (030) 90295-3824

Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin
Vorderhaus, 1. Etage



Organisatorisch-pädagogische
Mitarbeiterin:

Juliane Krimmenau

vhs.kultur@ba-pankow.berlin.de

Telefon: (030) 90295-3945

Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin
Vorderhaus, 1. Etage



Die Kursprache ist Deutsch. Bei Bedarf kann die Kursleitung Ihre Fragen in der angegebenen Sprache beantworten.



Der Kurs wird in der angegebenen Sprache unterrichtet.



Die ausgezeichneten Kurse sind als Bildungszeitveran-
staltung annerkannt.



Angebote, die besonders für Jugendliche und junge
Erwachsene im Alter von 16 bis 27 Jahren geeignet sind.



Alle Angebote dieses Programmbereichs
immer aktuell auf unserer Webseite,
mit ausführlichen Informationen und
Möglichkeit zur Online-Anmeldung.
kunst.vhspankow.de

Zusatzkosten

Bitte beachten Sie, dass bei einigen Kursen zusätzliche
Gebühren für Material und Werkzeugnutzung anfallen
können. Diese sind in der Regel vor Ort in bar zu bezah-
len. Konkrete Angaben finden Sie online in den ausführ-
lichen Kursbeschreibungen.

Kulturelles Erbe: Gesellschaftsspiele

Schach für Leute mit Grundkenntnissen



Pa2010H John Paul Atkinson

19.09.-12.12.26, Sa, 10.30-12.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE

Vitascope Filmatelier, Stubbenkammerstraße 13

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Bitte beachten Sie auch den englischsprachigen Kurs
Learn to play bridge in English (B1 plus) auf Seite 74.

Literatur

Buchclub für Vielbeschäftigte



Pa2031H Marleen-Rosalie Baganz

10.09.-10.12.26, Do (10.09./08.10./12.11.10.12.), 9.30-11.00 Uhr,
4 Termine, 8 UE

Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Pa2030H Marleen-Rosalie Baganz

10.09.-10.12.26, Do (10.09./08.10./12.11.10.12.), 19.00-20.30 Uhr,
4 Termine, 8 UE

Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Keine Angst vor Virginia Woolf



Ein Lektürekurs

Pa2035H Marleen-Rosalie Baganz

03.09.-03.12.26, Do, 19.00-20.30 Uhr, 7 Termine, 14 UE

Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

VHS-Schreibwerkstatt



In Zusammenarbeit mit SchreibART e. V.

Pa2040H Astrid Vehstedt

27.08.-17.12.26, Do, 18.30-21.30 Uhr (2wöch.), 8 Termine, 32 UE

Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 60,00 € (ermäßigt)

Literarisches Schreiben - Werkstatt

Pa2047H Bettina Hampl

Blended-Learning-Kurs

05.09.-18.10.26, Sa/So, 10.00-16.00 Uhr, Do, 17.00-19.15 Uhr,
10 Termine, 44 UE

Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 181,80 € (ermäßigt 110,30 €)

Creative Writing: Short Stories



Pa2051H Çağla Arıbal

15.09.-03.11.26, Do, 19.00-21.00 Uhr, 8 Termine, 21 UE

Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 79,99 € (ermäßigt 43,73 €)

Die Welt der Märchen



Mit dem Autor Gabriel Wolkenfeld

Pa2052H Gabriel Wolkenfeld

08.09.-24.11.26, Di, 18.00-20.30 Uhr, 10 Termine, 30 UE

Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

Autofiktionales Schreiben: Weg vom Ich



Mit dem Autor Gabriel Wolkenfeld

Pa2060H Gabriel Wolkenfeld

08.09.-24.11.26, Di, 10.00-12.30 Uhr, 10 Termine, 30 UE

Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

Die eigene Stimme finden - ein Kurs über Stil und Sprache

Pa2062H Bettina Hampl

20.-22.11.26, Fr, 18.00-21.00 Uhr, Sa/So, 10.00-16.00 Uhr,
3 Termine, 18 UE

Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Lyrik lesen, Lyrik schreiben – eine Gedichtwerkstatt



Pa2070H Dr. Johann Reißer

- 22.09.-15.12.26, Di, 19.00-21.15 Uhr, 6 Termine (2wöch.), 18 UE
- Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Schreiben mit ChatGPT

Pa2080H Bettina Hampf

- 24.-27.10.26, Sa-Di, 17.30-20.30 Uhr, 4 Termine, 16 UE
- Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Journalistisches Schreiben – Bloggen

Pa2090H Bettina Hampf

- 16.11.-07.12.26, Mo, 18.00-21.00 Uhr, 4 Termine, 16 UE
- Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Theaterarbeit

Atem, Stimme, Bewegung



Pa2105H Ursula Preußler

- 14.-15.11.26, Sa/So, 11.00-17.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Bitte beachten Sie auch den Kurs **Klare und klangvolle Stimme auf der Bühne mit der Alexander-Technik** auf Seite 49 und **Alexander-Technik für Musiker:innen – Natürlich bewegen, sicher auftreten und den Klang entfalten** auf Seite 53.

Schauspiel I



Pa2110H Ursula Preußler

- 22.09.-08.12.26, Di, 17.30-21.30 Uhr, 11 Termine, 55 UE
- Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 206,25 € (ermäßigt 112,75 €)

Schauspiel II



Pa2112H Ursula Preußler

- 17.09.-10.12.26, Do, 17.30-21.30 Uhr, 12 Termine, 60 UE
- Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 225,00 € (ermäßigt 123,00 €)

Schauspielworkshop – Improvisation



Pa2113H Ursula Preußler

- 28.-29.11.26, Sa/So, 11.00-17.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Sag Ja! Einstieg ins Improvisationstheater



Im Rahmen des Weißenseer Kultursommers

Pa2120H Jelle De Wit

- 31.08.26, Mo, 18.30-21.30 Uhr, 4 UE
- Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € entgeltfrei



Improvisationstheater & Storytelling



Spielerisch improvisieren in der Gruppe – mit Wirkung auf und neben der Bühne

Pa2121H Jelle De Wit

- 07.09.-12.10.26, Mo, 18.30-21.30 Uhr, 6 Termine, 24 UE
- Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Wer bin ich? Und wer noch? – Improvisation und Schauspiel für Frauen*

Pa2132H Janina Kutschan

- 21.-22.11.26, Sa/So, 10.30-17.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Tanz

Einstieg in die Welt der Paartänze



Forró und Samba de Gafieira – Im Rahmen des Weißenseer Kultursommers



Pa2152H Charlotte Brohmeyer, Myriam Brigmann

- 29.08.-30.08.26, Sa/So, 14.00-16.15 Uhr, 2 Termine, 6 UE
- Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € entgeltfrei

Tango, Samba, Forró

Pa2153H Charlotte Brohmeyer, Myriam Brigmann

- 10.09.-15.10.26, Do, 20.00-21.30 Uhr, 6 Termine, 12 UE
- Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Tanzkurs für Standard- und lateinamerikanische Tänze



Für Fortgeschrittene

Pa2155H Laura Donle

- 14.09.-30.11.26, Mo, 17.30-19.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- Bucher Bürgerhaus, Franz-Schmidt-Straße 8-10
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Salsa Cubana und Salsa Mambo



Für Anfänger:innen

Pa2160H Julio Maturana

- 08.09.-13.10.26, Di, 18.20-19.50 Uhr, 6 Termine, 12 UE
- Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Bachata (Dominicana und Moderna) und Salsa (Cubana und Mambo)



Für Anfänger:innen

Pa2161H Julio Maturana

- 03.11.-08.12.26, Di, 18.20-19.50 Uhr, 6 Termine, 12 UE
- Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Für Fortgeschrittene

Pa2162H Julio Maturana

- 15.09.-01.12.26, Di, 20.00-21.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Jazz Dance



Pa2170H Sandrine Battut

- 16.09.-02.12.26, Mi, 13.00-14.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Fortsetzung: Tanz

Shuffle Dance

Basisworkshop

Pa2175H Dr. Svetlana Balk

📅 19.-20.09.26, Sa/So, 11.00-12.30 Uhr, 2 Termine, 4 UE

Pa2176H Dr. Svetlana Balk

📅 19.-20.09.26, Sa/So, 13.30-15.00 Uhr, 2 Termine, 4 UE

Pa2177H Dr. Svetlana Balk

📅 14.-15.11.26, Sa/So, 11.00-12.30 Uhr, 2 Termine, 4 UE

Pa2178H Dr. Svetlana Balk

📅 14.-15.11.26, Sa/So, 13.30-15.00 Uhr, 2 Termine, 4 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 15,00 € (ermäßigt 8,20 €)



Rhythmus in Bewegung

Pa2190H Myriam Brigmann

📅 05.-26.11.26, Do, 19.00-20.30 Uhr, 4 Termine, 8 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)



Transkultureller Tanz - FCBD®Style

Pa2191H Yuri Ferretti

📅 21.09.-30.11.26, Mo, 19.30-21.00 Uhr, 8 Termine, 16 UE

🏠 Eliashof, Senefelderstraße 6

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Tanzen ist für alle da!

Tanz-Improvisation für alle ab 50

Pa2192H Caroline Meyer Picard

📅 08.09.-08.12.26, Di, 13.45-15.15 Uhr, 10 Termine, 24 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Dance and Create

Ab 9 Jahren

Pa2193H Steffi Sembdner-Erfurt

📅 26.08.-02.12.26, Mi, 15.30-17.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 49,20 € (ermäßigt)



Ab 12 Jahren

Pa2194H Steffi Sembdner-Erfurt

📅 26.08.-02.12.26, Mi, 17.30-19.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 49,20 € (ermäßigt)

Für Erwachsene

Pa2195H Steffi Sembdner-Erfurt

📅 26.08.-02.12.26, Mi, 19.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

UNFOLD® - Neue Räume gestalten

Pa2196H Steffi Sembdner-Erfurt

📅 26.-27.09.26, Sa/So, 10.00-17.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,70 € (ermäßigt 33,50 €)



Kon.Takt - Kommunikation in Bewegung

Begegnung spüren. Verbindung erleben. Ausdruck finden.

Pa2198H Charlotte Brohmeyer, Myriam Brigmann

📅 31.10.-01.11.26, Sa/So, 13.30-16.30 Uhr, 2 Termine, 8 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)



Körper in Bewegung

Tanz- und Explorationsworkshop für Frauen ab 50

Pa2199H Caroline Meyer Picard

📅 06.12.26, So, 10.00-13.30 Uhr, 4 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 15,00 € (ermäßigt 8,20 €)



„Dance and Create“ mit
Kursleiterin Steffi Sembdner-Erfurt

Musik in Theorie und Praxis

Musiktheorie verstehen

Alle Kurse sind Hybridkurse. Die Teilnahme ist vor Ort oder online möglich. Die komplette Reihe finden Sie unter vhs.link/Musiktheorie.

- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27 oder online auf der Lernplattform vhs.cloud.
- € 42,60 € (ermäßigt 24,00 €)

Tonleitern - von der Obertonreihe zur temperierten Stimmung

- Pa2200H Gisbert Schürig
- 📅 07.-08.11.26, Sa/So, 11.00-16.15 Uhr, 2 Termine, 12 UE

Harmonielehre I - Töne im Zusammenklang

- Pa2202H Gisbert Schürig
- 📅 14.-15.11.26, Sa/So, 11.00-16.15 Uhr, 2 Termine, 12 UE

Harmonielehre II - von Melodien zu Akkordfolgen

- Pa2204H Gisbert Schürig
- 📅 21.-22.11.26, Sa/So, 11.00-16.15 Uhr, 2 Termine, 12 UE

Rhythmus - Muster in der Zeit

- Pa2206H Gisbert Schürig
- 📅 28.-29.11.26, Sa/So, 11.00-16.15 Uhr, 2 Termine, 12 UE

Komponieren & Songwriting - aus der Trickkiste der Komponistinnen und Komponisten

- Pa2208H Gisbert Schürig
- 📅 05.-06.12.26, Sa/So, 11.00-16.15 Uhr, 2 Termine, 12 UE

Das Akkordeon - Instrument des Jahres 2026

Ein musikalischer Vortrag mit der Akkordeonistin Anna-Katharina Schau

- Pa2219H Anna-Katharina Schau
- 📅 30.09.26, Mi, 19.00-20.30 Uhr, 2 UE
- 🏠 Janusz-Korczak-Bibliothek, Berliner Straße 120/121
- € entgeltfrei

Salon Ohr - genussvolle Gehörbildung

- Pa2220H Gisbert Schürig
- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 18.30-20.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Klangschleifen - Musik machen mit Loops

- Pa2230H Gisbert Schürig
- 📅 19.-20.09.26, Sa/So, 11.00-16.15 Uhr, 2 Termine, 12 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Musik machen mit Synthesizern

- Pa2232H Gisbert Schürig
- 📅 12.-13.09.26, Sa/So, 10.30-15.45 Uhr, 2 Termine, 12 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Musikproduktion und -aufnahme am Computer

Ab 16 Jahren

- Pa2234H Gisbert Schürig
- Hybridkurs
- 📅 26.-27.09.26, Sa/So, 11.00-16.15 Uhr, 2 Termine, 12 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Komponieren & Songwriting - Praxis

- Pa2236H Gisbert Schürig
- 📅 12.-13.12.26, Sa/So, 11.00-16.15 Uhr, 2 Termine, 12 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Stimmbildung und Gesangs improvisation

- Pa2240H Myriam Briggmann
- 📅 10.09.-15.10.26, Do, 18.00-19.30 Uhr, 6 Termine, 12 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Ganzheitliche Stimmbildung - Singen und Jubilieren

Monatlicher Abendkurs

- Pa2242H Sven Bernsmeister
- 📅 16.09.-02.12.26, Mi, 19.00-21.15 Uhr (16.09./07.10./04.11./02.12.), 4 Termine, 12 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Stimme und Bewegung

- Pa2244H Myriam Briggmann
- 📅 11.09.-16.10.26, Fr, 08.30-10.00 Uhr, 6 Termine, 12 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Obertongesang - Kehlgesang

Surfen auf den Wellen des Klangs

- Pa2250H Gisbert Schürig
- 📅 29.-30.08.26, Sa/So, 11.00-16.15 Uhr, 2 Termine, 12 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Schwerpunkt Kehlgesang

- Pa2253H Gisbert Schürig
- 📅 18.10.-01.11.26, So, 11.00-16.15 Uhr, 3 Termine, 18 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Lieder aus Osteuropa - gemeinsam singen ohne Noten

- Pa2255H Ewa Sawicka
- 📅 18.09.-20.11.26, Fr, 19.00-20.30 Uhr, 8 Termine, 16 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Gitarrenspiel

Zum Kennenlernen

- Pa2260H Frank Kiehl
- 📅 02.11.-07.12.26, Mo, 16.45-18.15 Uhr, 6 Termine, 12 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Grundkurs

- Pa2262H Frank Kiehl
- 📅 07.09.-12.10.26, Mo, 18.30-21.30 Uhr, 6 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa2263H Frank Kiehl

- 📅 08.09.-13.10.26, Di, 18.30-21.30 Uhr, 6 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Fortsetzung: Gitarrenspiel

Pa2264H Frank Kiehl

- 📅 09.09.-14.10.26, Mi, 18.00-21.00 Uhr, 6 Termine, 24 UE
- 🏠 Carl-von-Ossietzky-Gymnasium, Görschstraße 42/44
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Aufbaukurs

Pa2266H Frank Kiehl

- 📅 02.11.-07.12.26, Mo, 18.30-21.30 Uhr, 6 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa2267H Frank Kiehl

- 📅 03.11.-08.12.26, Di, 18.30-21.30 Uhr, 6 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa2268H Frank Kiehl

- 📅 04.11.-09.12.26, Mi, 18.00-21.00 Uhr, 6 Termine, 24 UE
- 🏠 Carl-von-Ossietzky-Gymnasium, Görschstraße 42/44
- € 171,60 € (ermäßigt 90,00 €)

Djembe-Trommeln

Rhythmen aus Westafrika

Grundkurs

Pa2270H Detlef Spielvogel

- 📅 12.09.26, Sa, 10.00-16.30 Uhr, 8 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Pa2271H Detlef Spielvogel

- 📅 08.11.26, So, 10.00-16.30 Uhr, 8 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Aufbaukurs

Pa2273H Detlef Spielvogel

- 📅 12.12.26, Sa, 10.00-16.30 Uhr, 8 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Bluesharp (Mundharmonika)



Pa2281H Thomas Jahn

- 📅 07.-08.11.26, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Fotografie und Film

Smartphoneography

Fotografieren mit dem Smartphone



Pa2314H Luca Morgantini

- 📅 06.-27.11.26, Fr, 18.00-21.00 Uhr, 4 Termine, 16 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Portraitfotografie

Ausdruck sozialer und gesellschaftlicher Zustandsbeschreibung



Pa2336H Jörg Klaus

- 📅 16.09.-09.12.26, Mi, 18.00-20.15 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Studio S8, Prinzenallee 58
- € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Grundlegende Prinzipien der

Portraitbeleuchtung unter Studiobedingungen

Tageslicht und Blitzlicht



Pa2337H Jörg Klaus

- 📅 13.-15.11.26, Fr, 18.00-20.15 Uhr, Sa/So, 11.00-15.00 Uhr, 3 Termine, 13 UE
- 🏠 Studio S8, Prinzenallee 58
- € 48,75 € (ermäßigt 26,65 €)

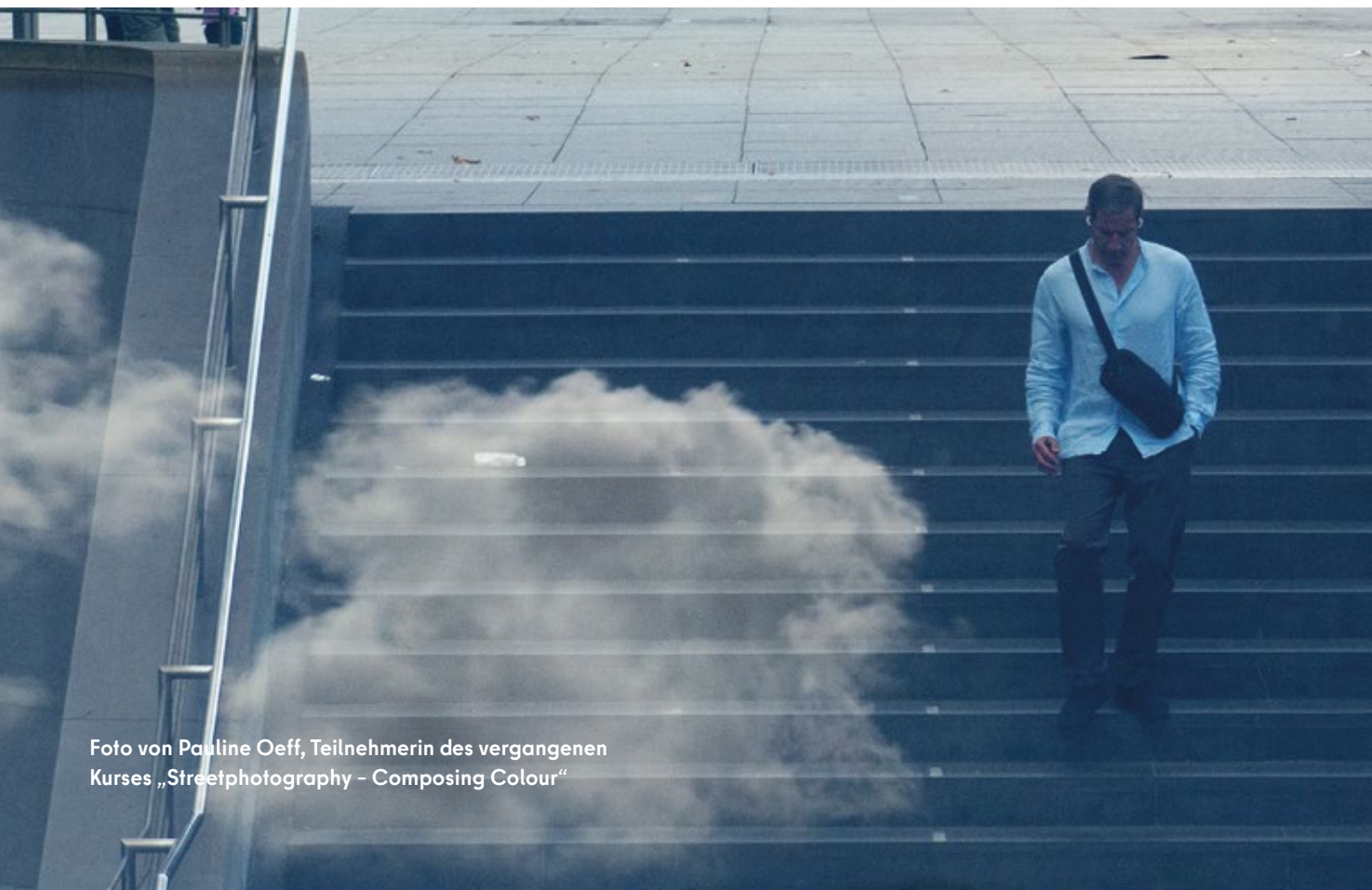


Foto von Pauline Oeff, Teilnehmerin des vergangenen Kurses „Streetphotography – Composing Colour“

Streetphotography - Composing Colour



Pa2340H Ebba Dangschat
Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
📅 17.-21.08.26, Mo-Fr, 10.00-17.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
📍 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Tatort Berlin - Spannungsreiche Stadtfotografie



Pa2342H Ragnar Knittel
📅 30.10.-01.11.26, Fr, 18.00-21.00 Uhr, Sa, 11.00-19.00 Uhr, So, 11.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 20 UE
📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Analoge S/W-Fotografie und Filmentwicklung



Pa2350H Nancy Ludwig
📅 07.-08.11.26, Sa/So, 12.00-18.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
📍 Kurt Lade Klub, Grabbeallee 33
€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Filmentwicklung im Fotolabor



Pa2351H Nancy Ludwig
📅 02.11.-07.12.26, Mo, 17.00-20.45 Uhr, 6 Termine, 30 UE
📍 Kurt Lade Klub, Grabbeallee 33
€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

Ferienworkshop Fotolabor



Für Jugendliche ab 16 Jahren

Pa2352H Nancy Ludwig
📅 17.-18.10.26, Mi/Do, 12.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 12 UE
📍 Kurt Lade Klub, Grabbeallee 33
€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Fotografie ohne Kamera - Fotogramme im Fotolabor



Pa2353H Nancy Ludwig
📅 05.12.26, Sa, 12.00-18.00 Uhr, 8 UE
📍 Kurt Lade Klub, Grabbeallee 33
€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Filme machen



Kurzfilm

Pa2372H Joachim Mühleisen
📅 13.-15.11.26, Fr, 18.00-21.00 Uhr, Sa/So, 10.00-17.00 Uhr, 3 Termine, 20 UE
📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Dokumentarfilm

Pa2375H Joachim Mühleisen
📅 16.-18.10.26, Fr, 18.00-21.00 Uhr, Sa/So, 10.00-17.00 Uhr, 3 Termine, 20 UE
📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Der künstlerische Experimentalfilm



Aufbaukurs

Pa2378H Ana Bilankov
📅 04.-09.12.2026, Fr/Mi, 17.30-20.30 Uhr, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 4 Termine, 24 UE
📍 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Malen und Zeichnen

Zeichnen für alle



Grundlagenkurs

Pa2412H Simone Schneider
📅 15.09.-08.12.26, Di, 18.15-20.30 Uhr, 11 Termine, 33 UE
📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 123,75 € (ermäßigt 67,65 €)

Drawing Workshop - Zeichenkurs



Pa2414H Simone Schneider
📅 29.09.-17.11.26, Do, 15.45-18.00 Uhr, 6 Termine, 18 UE
📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Perspektive zeichnen



Pa2416H Faezeh Shakoori Dizaji
📅 17.-18.10.26, Sa/So, 10.30-17.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Chiaroscuro



Licht und Schatten zeichnen

Pa2418H Sandra Neugebauer
📅 06.-20.11.26, Fr, 14.00-17.00 Uhr, 3 Termine, 12 UE
📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Malen und Zeichnen



Pa2420H Katrin Hoffert
📅 18.09.-04.12.26, Fr, 17.30-19.45 Uhr, 10 Termine, 30 UE
📍 Bucher Bürgerhaus, Franz-Schmidt-Straße 8-10
€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

Pa2421H Bernd Chill

📅 07.10.-09.12.26, Mi, 10.00-13.00 Uhr, 8 Termine, 32 UE
📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

Pa2422H Bernd Chill

📅 08.10.-10.12.26, Do, 19.00-22.00 Uhr, 8 Termine, 32 UE
📍 Kunsthaus Prenzlauer Berg, Danziger Straße 101
€ 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

Pa2425H Simone Schneider

📅 17.09.-10.12.26, Do, 10.00-13.00 Uhr, 11 Termine, 44 UE
📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 165,00 € (ermäßigt 90,20 €)

Mittwochsmaler:innen



Pa2428H Anna Görner

📅 02.09.-02.12.26, Mi, 17.00-19.00 Uhr, 12 Termine, 32 UE
📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
€ 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

Keine Angst vorm Malen



Pa2430H Christopher Balzer

📅 26.-27.09.26, Sa/So, 12.00-19.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
📍 Künstleratelier Balzer, Frankfurter Allee 10
€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Keine Angst vorm Weitermalen



Pa2431H Christopher Balzer

📅 03.-04.10.26, Sa/So, 12.00-19.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
📍 Künstleratelier Balzer, Frankfurter Allee 10
€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Fortsetzung: Malen und Zeichnen

Die Angst vor dem leeren Papier

Lösen von kreativen Blockaden



Pa2432H Sandra Neugebauer

- 📅 06.-27.11.26, Fr, 17.30-20.30 Uhr, 4 Termine, 16 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Intuitives Malen



Pa2433H Heike Reuter

- 📅 28.08.-16.10.26, Fr, 13.30-16.30 Uhr, 8 Termine, 32 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

Pa2434H Heike Reuter

- 📅 11.09.-04.12.26, Fr, 09.00-10.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Achtsame Malerei - Kreativität in Stille entdecken



Pa2435H Shira Orion

- Blended-Learning-Kurs
- 📅 16.09.-18.11.26, Mi, 16.45-19.00 Uhr, 8 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Malen in großen Formaten



Pa2438H Bernhard Leue

- 📅 08.10.-10.12.26, Do, 13.00-16.00 Uhr, 8 Termine, 32 UE

Pa2439H Bernhard Leue

- 📅 08.10.-10.12.26, Do, 16.00-19.00 Uhr, 8 Termine, 32 UE
- 🏠 Kunsthaus Prenzlauer Berg, Danziger Straße 101
- € 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

Das kleine, zeitlose „Handbuch“ der Malerei

Die wichtigsten Schritte zum spannenden Gemälde



Pa2440H Andreas Bauschke

- 📅 26.-27.09.26, Sa, 10.00-16.30 Uhr, So, 11.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 15 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 56,25 € (ermäßigt 30,75 €)

Zeichnung - Farbe - Komposition



Pa2442H Michael Hegewald

- 📅 04.09.-04.12.26, Fr, 18.30-21.30 Uhr, 12 Termine, 48 UE
- 🏠 Kunsthaus Prenzlauer Berg, Danziger Straße 101
- € 180,00 € (ermäßigt 98,40 €)

Lebendig Malen

Gegenständliche Malerei



Pa2444H Simone Schneider

- 📅 18.09.-11.12.26, Fr, 10.00-13.00 Uhr, 11 Termine, 44 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 165,00 € (ermäßigt 90,20 €)

Tiefe - das Geheimnis der Räumlichkeit und Bildtiefe

Zeichen- und Malkurs zur Bildkomposition

Pa2447H Anneli Schwager

- 📅 07.-08.11.26, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Chinesische Tuschmalerei



Pa2452H Chi Ying Yuen

- 📅 12.-13.09.26, Sa/So, 11.00-15.30 Uhr, 2 Termine, 10 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 37,50 € (ermäßigt 20,50 €)

Pa2453H Chi Ying Yuen

- 📅 24.09.-26.11.26, Do, 19.15-21.30 Uhr, 8 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Zeichnen mit Kohle



Pa2457H Shira Orion

- 📅 10.-11.10.26, Sa/So, 11.00-17.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Grundlagen des Aquarellierens



Pa2460H Eckhard Koenig

- 📅 06.-08.11.26, Fr, 18.00-21.15 Uhr, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 3 Termine, 20 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Aquarell und erweiterte Aquarelltechniken

Pa2462H Anneli Schwager

- 📅 07.09.-07.12.26, Mo, 14.30-17.30 Uhr, 9 Termine, 36 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Aquarellmalerei



Aufbaukurs

Pa2464H Oskar Ferschke

- 📅 09.09.-09.12.26, Mi, 10.00-12.15 Uhr, 10 Termine, 30 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

Atmosphäre durch Licht und Schatten

Pa2466H Oskar Ferschke

- 📅 05.-06.12.26, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Acrylmalerei auf dem Künstlerhof

Pa2470H Liz Miels-Kratochwil

- 📅 01.09.-08.12.26, Di, 18.00-21.00 Uhr, 12 Termine, 48 UE
- 🏠 Künstlerhof Blankenfelde, Hauptstraße 56
- € 180,00 € (ermäßigt 98,40 €)

Poesie der Farbe

Malen und Gestalten als komplexes Zusammenspiel

Pa2471H Annette Gundermann

- 📅 21.09.-23.11.26, Mo, 18.00-21.00 Uhr, 8 Termine, 32 UE
- 🏠 Kunstwerkstatt, Amalienpark 4
- € 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)



ACHTSAMKEIT ALS METHODE IN DER MALEREI

Shira Orion im Interview

Welche Erfahrungen oder Einflüsse prägen Ihre künstlerische Entwicklung?

Ich komme aus der figurativen Tradition, wobei ich den Begriff „Malerei aus der Beobachtung“ bevorzuge. Schon als Jugendliche habe ich exzessiv beobachtet und gezeichnet. Meine Lehrer:innen haben mir beigebracht, naturalistisch zu malen und eine radikale Präsenz der Materie zu erzeugen, ohne die Dinge zu idealisieren oder zu beschönigen.

Wie kam es zum Kurskonzept „Achtsame Malerei - Kreativität in Stille entdecken“?

Vor etwa zweieinhalb Jahren habe ich angefangen zu meditieren. Als ich später begann, Malerikurse an der VHS zu unterrichten, bemerkte ich die tiefen Parallelen zwischen meiner künstlerischen Lehre und meiner Meditationspraxis. Ich habe mein Wissen durch Weiterbildungen vertieft und daraus dieses Kurskonzept entwickelt. Mir fiel auf, dass sowohl meine Teilnehmer:innen als auch ich selbst oft von kritischen inneren Stimmen blockiert werden. Ich wollte einen Weg finden, durch eine andere Sprache, eine Sprache der Achtsamkeit, wieder in den kreativen Fluss zu finden.

Was unterscheidet diesen Kurs von Ihren anderen Angeboten?

Dieser Kurs ist ein Blended-Learning-Format. Wir treffen uns abwechselnd online und vor Ort in der VHS. Durch Meditationen und gezielte Übungen richten wir den Blick mal nach innen, mal nach außen. Während ich in meinen anderen Kursen den Fokus auf starkes Malen und die Technik lege, geht es hier primär um das Loslassen. Wir nutzen Achtsamkeit, um neue oder vielleicht vergessene kreative Qualitäten zu entdecken. Teilnehmende lernen, die Methoden der Achtsamkeit gezielt anzuwenden und in eigene kreative Prozesse zu integrieren.

Mit welchen Materialien arbeiten Sie?

Die Teilnehmer:innen arbeiten mit den Materialien, die für sie gut passen, wobei ich beratend zur Seite stehe. Ein Highlight ist die Arbeit mit chinesischer Tusche, die ich zu einem bestimmten Treffen mitbringe. Wir zeichnen, malen und schreiben.

Gibt es besondere Momente in Ihren Kursen, die Ihnen in Erinnerung geblieben sind?

Die Malerin Agnes Martin ist bekannt für ihre minimalistischen und meditativen Gitterstrukturen und feinen Linien. Ihr Stil ist extrem reduziert, aber gleichzeitig voller emotionaler Tiefe. Sie schafft es, mit Präzision einen Moment oder innere Zustände wie Glück oder Unschuld zu visualisieren, ganz ohne gegenständliche Motive.

In meinem Kurs war es inspirierend zu sehen, wie die Teilnehmer:innen diese formale Strenge als Freiheit erlebt haben. Die Vielfalt zeigte sich darin, dass jede:r eine ganz eigene Interpretation von Rhythmus und Struktur fand. Es ging nicht darum, sie zu kopieren, sondern darum, die gleiche radikale Präsenz und Geduld im eigenen Schaffensprozess zu finden.

Welche Rolle spielt Achtsamkeit in Ihrem Leben und in Ihrer künstlerischen Praxis?

Das ist eine wichtige Frage. Heutzutage konkurrieren so viele Dinge um unsere Aufmerksamkeit: Nachrichten, E-Mails, soziale Medien, aber auch existenzielle Sorgen und unsere eigenen Gedanken. Meine tägliche Praxis beginnt direkt nach dem Aufstehen mit Schreiben und Meditation. Ein ganz wesentlicher Teil meiner persönlichen Achtsamkeit ist der Verzicht auf Social Media, was ich jedem wärmstens empfehle.

Das vollständige Interview finden Sie auf der Webseite kursleitende.vhspankow.de.

Kurse mit Shira Orion siehe Seite 26.

Shira Orion wurde 1993 in Haifa, Israel, geboren. Seit 2014 lebt und arbeitet sie in Berlin. Als Meisterschülerin hat sie an den Kunsthochschulen in Berlin-Weißensee und Kassel studiert. Sie erhielt mehrere Stipendien und Förderungen, darunter das STIBET des Deutschen Akademischen Austauschdienstes e. V. (DAAD), das Mart-Stam-Stipendium der Weißensee Kunsthochschule Berlin und das Elsa-Neumann-Stipendium des Landes Berlin.

Fortsetzung: Malen und Zeichnen

Einführung in die Ölmalerei

Pa2473H Christine Falk

📅 09.09.-30.09.26, Mi, 18:00-20:15 Uhr, Sa, 11:00-15:30 Uhr,
4 Termine, 18 UE

🏠 Atelier Falk, Langhansstraße 7a

€ 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)



Öl- und Acrylmalerei

Pa2474H Sabine Herrmann

📅 07.09.-07.12.26, Mo, 18:00-21:00 Uhr, Mo, 18:00-21:00 Uhr,
12 Termine, 48 UE

🏠 Carl-von-Ossietzky-Gymnasium, Görschstraße 42/44

€ 180,00 € (ermäßigt 98,40 €)



Enkaustik und Ölpastell

Winterlandschaften

Pa2477H Anna Görner

📅 11.-13.12.26, Fr, 17.45-20.45 Uhr, Sa/So, 11.00-16.00 Uhr,
3 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Comic- und Cartoonzeichnen

Pa2480H Faezeh Shakoori Dizaji

📅 31.10.-01.11.26, Sa/So, 10.30-17.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Mode, Kostüm und Mensch

Grundkurs Modezeichnen

Pa2485H Sandra Neugebauer

📅 11.09.-02.10.26, Fr, 17.00-21.00 Uhr, 4 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Persische Buchkunst - Miniaturmalerei

Pa2488H Reza Moradi

📅 21.-22.11.26, Sa/So, 10.30-17.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Labor der spanischen Künstler:innen



Pa2490H Candela Paniagua

📅 19.-23.09.26, Sa/So, 12.00-16.00 Uhr, Mi, 17.00-20.00 Uhr,
3 Termine, 14 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Laboratorio de artistas españoles



Pa2491H Candela Paniagua

📅 21.-29.11.26, Sa/So, 12.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 15 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 56,25 € (ermäßigt 30,75 €)

Landschaft - die unendliche Weite

Öl- und Acrylmalerei auf Leinwand

Pa2500H Annette Gundermann

📅 13.-15.11.26, Fr, 18.00-21.00 Uhr, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr,
3 Termine, 20 UE

🏠 Kunstwerkstatt, Amalienpark 4

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Tiere zeichnen



Hasen und Kaninchen

Pa2517H Anna Görner

📅 02.-30.09.26, Mi, 19.15-21.30 Uhr, 5 Termine, 15 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 56,25 € (ermäßigt 30,75 €)

Insekten

Pa2518H Anna Görner

📅 04.11.-02.12.26, Mi, 19.15-21.30 Uhr, 5 Termine, 15 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 56,25 € (ermäßigt 30,75 €)

Das Einmaleins des Menschenzeichnens



Gut vorbereitet in den Aktzeichenkurs - Zeichenkurs ohne Modell

Pa2520H Andreas Bauschke

📅 12.-13.09.26, Sa, 11.00-16.30 Uhr, So, 10.00-16.30 Uhr, 2 Termine,
15 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 56,25 € (ermäßigt 30,75 €)

Anatomiezeichnen - Die Kunst der lebendigen Figuren



Pa2522H Faezeh Shakoori Dizaji

📅 10.-11.10.26, Sa/So, 10.30-17.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Menschen zeichnen - zwölf Grundregeln des Aktzeichnens



Grundkurs

Pa2525H Andreas Bauschke

📅 24.08.-28.09.26, Mo, 18.15-21.15 Uhr, 6 Termine, 24 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 114,00 € (ermäßigt 73,20 €)

Aufbaukurs für Fortgeschrittene

Pa2527H Andreas Bauschke

📅 02.11.-14.12.26, Mo, 18.15-21.15 Uhr, 7 Termine, 28 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 133,00 € (ermäßigt 85,40 €)



Einblick in den Kurs „Persische Buchkunst - Miniaturmalerei“

Aktzeichnen

Pa2533H Hans Joachim Niemann

📅 07.10.-09.12.26, Mi, 18.00-21.00 Uhr, 8 Termine, 32 UE

🏠 N.N.

€ 152,00 € (ermäßigt 97,60 €)

Aktzeichnen und Aktmalen



Pa2535H Michael Hegewald

📅 12.-13.09.26, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kunsthaus Prenzlauer Berg, Danziger Straße 101

€ 76,00 € (ermäßigt 48,80 €)

Pa2537H Michael Hegewald

📅 03.09.-03.12.26, Do, 09.30-12.30 Uhr, 12 Termine, 48 UE

🏠 Kunsthaus Prenzlauer Berg, Danziger Straße 101

€ 228,00 € (ermäßigt 146,40 €)

Porträtzeichnen

Für fortgeschrittene Zeichner:innen

Pa2540H Andreas Zahlaus

📅 21.-22.11.26, Sa/So, 10.30-17.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 76,00 € (ermäßigt 48,80 €)

Expressiver Malkurs mit Schwerpunkt Porträt



Pa2547H Shira Orion

📅 14.09.-16.11.26, Mo, 10.00-13.00 Uhr, 8 Termine, 32 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

Bildretung - Wege aus der malerischen Sackgasse



Wie aus einem „misslungenen“ Bild ein gutes Werk werden kann

Pa2549H Andreas Bauschke

📅 14.-15.11.26, Sa/So, 10.30-17.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Schrift, Bild, Material - Kreative Spielarten

Schreibschrift trifft Brushlettering

Pa2550H Katja Tränkner

📅 05.-26.11.26, Di, 17.00-18.30 Uhr, 4 Termine, 8 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Kalligrafische Schönheit der Bastarda Einführung in die gotische Schönschrift



Pa2551H Katja Tränkner

📅 10.-11.10.26, Sa/So, 10.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 14 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Kalligrafie mit der Spitzfeder



Pa2552H Katja Tränkner

📅 05.-06.12.26, Sa/So, 10.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 14 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Chinesische Kalligrafie



Pa2555H Chi Ying Yuen

📅 28.-29.11.26, Sa/So, 11.00-15.30 Uhr, 2 Termine, 10 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 37,50 € (ermäßigt 20,50 €)

Art Journaling - ein Mixed- Media-Skizzenbuch

Einführungsworkshop



Pa2565H Anja Ehrenberg

📅 26.-27.09.26, Sa/So, 10.30-17.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Aufbaukurs

Pa2566H Anja Ehrenberg

📅 04.11.-16.12.26, Mi, 19.15-21.30 Uhr, 6 Termine, 18 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)



Gestaltung eines Art Journals

Bildtransfermethoden und Umdruck- verfahren für Mixed-Media-Projekte



Pa2567H Anja Ehrenberg

📅 05.-06.12.26, Sa, 10.30-15.30 Uhr, So, 10.30-17.00 Uhr,
2 Termine, 14 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Drucktechniken

Experimentelles Drucken



Hoch- und Tiefdruckverfahren kennenlernen

Pa2570H Katrin Hoffert

📅 11.-12.09.26, Fr, 17.00-20.00 Uhr, Sa, 13.00-16.00 Uhr,
2 Termine, 8 UE

🏠 Bucher Bürgerhaus, Franz-Schmidt-Straße 8-10

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Linolschnitt und Radierung



Pa2571H Mila Christina Heberlein

📅 24.08.-28.09.26, Mo, 18.00-21.00 Uhr, 6 Termine, 24 UE

🏠 Druckgraphik-Atelier, Dietrich-Bonhoeffer-Straße 3

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Einführung in den Hochdruck



Druck mit Gummiplatten

Pa2572H Katrin Hoffert

📅 11.-12.12.26, Fr, 17.00-20.00 Uhr, Sa, 14.00-17.00 Uhr,
2 Termine, 8 UE

🏠 Bucher Bürgerhaus, Franz-Schmidt-Straße 8-10

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)



VON DER LEIDENSCHAFT FÜR DAS ANALOGE

Alberto Gobber und
Mila Christina Heberlein
über Lithografie, Radierung
und Kurse im Atelier

Hallo Mila, hallo Alberto, woher kommt bei euch diese Verbindung und Liebe zu analogen Techniken?

Alberto: Ich bin ein 90er-Kind. Ich bin mit Schreibmaschinen, VHS-Kassetten und Geräten mit Knöpfen aufgewachsen. In einer Welt voller Touchscreens vermisse ich das Haptische, Analoge einfach sehr.

Mila: Ich habe ab meinem 14. Lebensjahr »die Graphische« in Wien besucht und dort eine Art Fachabitur zur Graphikdesignerin absolviert. Zu meinem Glück war ich im letzten „analogen“ Jahrgang. In späteren Klassen hatten wir auch Computer, aber die Grundausbildung war reines Handwerk. Meinen Beruf komplett digital zu verstehen, liegt mir einfach nicht.

Wie ist es zur Übernahme des Ateliers gekommen?

Nach 10 Jahren Agenturalltag – wir waren damals in derselben Agentur angestellt – hatten wir Lust auf etwas Eigenes. Die vielen Umbrüche während der Pandemie haben uns den Anstoß gegeben, uns selbstständig zu machen. Wir wollten unser eigenes Ding, einen Ausgleich zur Computerarbeit und eine kurzweiligere Abwechslung zu den oft über einen langen Zeitraum laufenden Design-Projekten. Auf der Suche nach einem passenden Raum haben wir das Atelier entdeckt. Eberhard Hartwig, der damalige Inhaber, suchte Nachfolger. Wir waren sofort begeistert – nicht zuletzt durch unsere Liebe zu Illustration und Analogem.



Wer macht welche Drucktechnik am liebsten?

Wir sind beide sehr fasziniert von Lithografie, dem Druck vom Stein. Es ist die einzige Technik, bei der der eigene Strich wie auf Papier erhalten bleibt. Man arbeitet direkt auf dem Druckstock/Stein und druckt genau, was man zeichnet – nur spiegelverkehrt. Der Prozess an sich hat etwas Magisches. Die Lithographie zählt zu den Flachdruckverfahren. Das heißt, der Druckstock hat im Gegensatz zu Hoch- und Tiefdruck keine Höhenunterschiede. Die druckenden und nichtdruckenden Flächen werden chemisch getrennt und es ist immer wieder verblüffend, dass das wirklich funktioniert. Auch ist der Stein an sich ein wunderbares Material. Man wird schon ehrfürchtig, wenn man bedenkt, wie alt dieser Stein ist – die Lithosteine sind 60 bis 150 Millionen Jahre alte Kalkstein, die in Solnhofen in Bayern für den weltweiten Export abgebaut werden. Wegen unseres Designer-Alltags lieben wir natürlich auch den Bleisatz sehr. Typographie in Form von physischen Buchstaben zu erfahren und analog mit Prägung und tollen Farben zu drucken, macht einfach Spaß.

Welche künstlerischen Voraussetzungen muss man mitbringen für einen Kurs bei euch?

Mit Neugierde ist man ausreichend ausgestattet, um einen Kurs bei uns zu besuchen. Wir lehren die Techniken von Grund auf. Es geht in den Kursen nicht darum, ein perfektes Kunstwerk zu erschaffen, sondern darum, das Druckhandwerk kennenzulernen. In dem Prozess kommt aber immer etwas Erfreuliches heraus.

Was ist euch besonders wichtig, den Kursteilnehmer:innen mitzugeben?

Dass sie den Prozess und seine Eigenheiten annehmen. Ein Linolschnitt wird sehr unwahrscheinlich wie eine Bleistiftzeichnung aussehen. Wir wünschen uns, dass die Teilnehmenden sich auf den Prozess, nicht auf das Ergebnis, fokussieren können und sich in unserem Atelier wohlfühlen und eine gute, erfrischende Zeit haben.

Alberto, was hat dich nach Berlin geführt?

Meine Familie. Ich war fertig mit der Uni, meine Schwester hat in Berlin gelebt und damals ein Kind bekommen. Ich wollte in der Nähe sein, unterstützen können und meinen Neffen aufwachsen sehen. Außerdem hat mir die Stadt sehr gut gefallen, mit ihren bunten Plakaten, dem Graffiti überall, der Offenheit und Inklusivität.

Mila, was verbindet euch am meisten in Bezug auf eure Arbeit?

Unsere Herangehensweise ähnelt sich sehr, und wir teilen die gleichen Werte. Wir machen schöne Sachen ohne Schnickschnack für spannende Menschen – das trifft sowohl auf das Atelier als auch die Agentur zu. Wir probieren Dinge aus, ohne vorher zu lange darüber zu reden, und wir vertrauen einander und gehen bei Entscheidungen mit, wenn eine:r von uns wirklich überzeugt ist. In den Bereichen, in denen wir uns unterscheiden, ergänzen wir uns sehr gut.

Wodurch zeichnet sich eurer Arbeit besonders aus?

Ein großer Teil unserer Arbeit ist Kommunikation, und schlussendlich gestalten wir diese auch. In der Agentur verzichten

wir bewusst auf eine zwischengeschaltete Projekt-Management-Ebene und kommunizieren lieber direkt mit unseren Kund:innen. Im Atelier ist gute Kommunikation mit ihnen zwingend nötig. Wir vermitteln Wissen – das will verständlich und interessant verpackt werden.

Kurse mit Alberto Gobber und Mila Christina Heberlein finden Sie auf Seite 32.



Der Unterschied im Hoch- und Tiefdruckverfahren

Das Schöne an den deutschen Bezeichnungen in der Druckgraphik ist, dass sie sehr selbsterklärend sind. Im Hochdruck drucken die erhabenen Flächen, im Tiefdruck die vertieften. Beim Hochdruck berührt die Farbwalze nur die erhabenen, oberliegenden Flächen des Druckstocks. Die vertieften Bereiche bleiben farbfrei – und damit im fertigen Druck weiß. Das bedeutet: Man schneidet beim Vorbereiten des Druckstocks alle Flächen heraus, die nicht drucken sollen. Das klingt einfacher als es ist, denn das Denken in Positiv und Negativ kann anfangs etwas verwirren. Eine klare Skizze oder eine direkte Vorzeichnung auf dem Druckstock ist deshalb sehr empfehlenswert. Beim Tiefdruck ist es umgekehrt: Hier drucken genau die Stellen, die mit einem Werkzeug in die Platte geritzt oder gekratzt wurden. Zum Einfärben wird die gesamte Platte zunächst mit Farbe getränkt und anschließend wieder sauber abgewischt – die Farbe bleibt dabei in den feinen Vertiefungen haften. In der Druckpresse wird sie dann mit hohem Druck auf das Papier übertragen.



Fortsetzung: Drucktechniken

Der künstlerische Hochdruck – Holzschnitt und Linschnitt

Pa2573H Annette Gundermann

📅 06.-11.10.26, Di, 18.00-21.00 Uhr, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 3 Termine, 20 UE

🏠 Kunstwerkstatt, Amalienpark 4

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Textildruck mit Linoleum



Pa2574H Jens Schubert

📅 26.-27.09.26, Sa/So, 11.00-17.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Pa2575H Jens Schubert

📅 21.-22.11.26, Sa/So, 11.00-17.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Keine Angst vor Druck: Einführung in den Tiefdruck



Pa2580H Mila Christina Heberlein

📅 05.-06.11.26, Do/Fr, 13.00-19.15 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Druckgraphik-Atelier, Dietrich-Bonhoeffer-Straße 3

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Einführung in die Kaltnadelradierung



Pa2581H Sebastian Paul

📅 10.-11.10.26, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Steinmetzhof, Lehderstraße 74-79

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Aquatinta und Radierung



Pa2582H Alberto Gobber

📅 29.-30.08.26, Sa/So, 10.00-16.15 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Druckgraphik-Atelier, Dietrich-Bonhoeffer-Straße 3

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Pa2583H Alberto Gobber

📅 08.-09.10.26, Do/Fr, 13.00-19.15 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Druckgraphik-Atelier, Dietrich-Bonhoeffer-Straße 3

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Einführung in die Lithographie



Pa2588H Sebastian Paul

📅 12.-13.09.26, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Steinmetzhof, Lehderstraße 74-79

€ 63,75 € (ermäßigt 34,85 €)

Freier künstlerischer Siebdruck

Pa2590H Bernhard Leue

📅 04.-06.12.26, Fr, 18.30-20.45 Uhr, Sa/So, 11.00-18.00 Uhr, 3 Termine, 19 UE

🏠 Kunsthaus Prenzlauer Berg, Danziger Straße 101

€ 71,25 € (ermäßigt 38,95 €)

Künstlerischer Siebdruck auf Textilien



Pa2592H Andrea van Reimersdahl

📅 05.09.26, Sa, 11.00-17.00 Uhr, 8 UE

Pa2593H Andrea van Reimersdahl

📅 07.11.26, Sa, 11.00-17.00 Uhr, 8 UE

🏠 Motorwerk Berlin, An der Industriebahn 12

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Mehrfarbdruk

Pa2595H Andrea van Reimersdahl

📅 10.-11.10.26, Sa/So, 11.00-17.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

Pa2596H Andrea van Reimersdahl

📅 05.-12.12.26, Sa, 11.00-17.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Motorwerk Berlin, An der Industriebahn 12

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Stencil Printing – Drucken mit Schablonen



Pa2597H Sandra Neugebauer

📅 03.-17.09.26, Do, 13.15-16.15 Uhr, 3 Termine, 12 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Mappenkurs – Vorbereitung für ein künstlerisches Studium

Pa2599H Peter Geller

📅 12.-13.12.26, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Plastisches Gestalten - Stein und Holz

Begegnung am Stein - Steinbildhauerei-Workshop

Pa2610H Christine Polze-Frischkorn

📅 07.-16.08.26, Fr, 17.00-18.30 Uhr, Sa/So (2 x), 11.00-18.00 Uhr, 5 Termine, 34 UE

📍 Steinmetzhof, Lehderstraße 74-79

€ 127,50 € (ermäßigt 69,70 €)

Holzgestaltung - Bildhauern und Schnitzen

Pa2620H Hans-Dieter Schmidt

📅 21.-22.11.26, Sa/So, 11.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 12 UE

📍 Kunsthaus Prenzlauer Berg, Danziger Straße 101

€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Pa2621H Hans-Dieter Schmidt

📅 04.11.-09.12.26, Mi, 18.00-20.15 Uhr, 6 Termine, 18 UE

📍 Kunsthaus Prenzlauer Berg, Danziger Straße 101

€ 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Plastisches Gestalten - Keramik

Hier finden Sie eine Auswahl aus unserem vielfältigen Keramik-Angebot. Weitere Kurse finden Sie unter [vhs.link\keramik](#). Sollten Kurse ausgebucht sein, tragen sie sich gern in die Warteliste ein.

Keramik: Formen - Modellieren - Aufbauen

Unter fachkundiger Anleitung der Kursleiterin Cornelia Strehlitz gestalten Sie individuelle Objekte aus Ton. Diese kurzen Kurse sind besonders gut für den ersten Kontakt mit Ton geeignet.

📅 **Pa2651H**, 25.08.-01.09.26, Di, 18.00-21.00 Uhr, 2 Termine, 8 UE

📅 **Pa2652H**, 27.08.-03.09.26, Do, 10.00-13.00 Uhr, 2 Termine, 8 UE

📅 **Pa2653H**, 29.09.-06.10.26, Di, 18.00-21.00 Uhr, 2 Termine, 8 UE

📅 **Pa2654H**, 01.-08.10.26, Do, 10.00-13.00 Uhr, 2 Termine, 8 UE

📅 **Pa2655H**, 03.-10.11.26, Di, 18.00-21.00 Uhr, 2 Termine, 8 UE

📅 **Pa2656H**, 05.-12.11.26, Do, 10.00-13.00 Uhr, 2 Termine, 8 UE

📍 Keramikatelier Strehlitz, Pfirsichblütenweg 27

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

📅 **Pa2657H**, 17.11.-08.12.26, Di, 18.00-21.00 Uhr, 4 Termine, 16 UE

📅 **Pa2658H**, 19.11.-10.12.26, Do, 10.00-13.00 Uhr, 4 Termine, 16 UE

📍 Keramikatelier Strehlitz, Pfirsichblütenweg 27

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Keramik - vom Aufbau bis zum Drehen

Unter fachkundiger Anleitung des Kursleiters Dirk Walther erlernen Sie verschiedene Techniken der Gestaltung mit Ton. Unter anderem können Sie das Drehen an der Töpferscheibe ausprobieren, Erfahrungen mit der Arbeit mit Ton vorausgesetzt.

📅 **Pa2670H**, 01.09.-06.10.26, Di, 18.00-21.00 Uhr, 6 Termine, 24 UE

📅 **Pa2671H**, 03.09.-08.10.26, Do, 18.00-21.00 Uhr, 6 Termine, 24 UE

📅 **Pa2672H**, 03.11.-08.12.26, Di, 18.00-21.00 Uhr, 6 Termine, 24 UE

📅 **Pa2673H**, 05.11.-10.12.26, Do, 18.00-21.00 Uhr, 6 Termine, 24 UE

📍 Kunsthaus Prenzlauer Berg, Danziger Straße 101

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Keramik

Pa2680H Roland Friedrich

📅 02.09.-02.12.26, Mi, 18.00-21.00 Uhr, 12 Termine, 48 UE

📍 Kunsthaus Prenzlauer Berg, Danziger Straße 101

€ 180,00 € (ermäßigt 98,40 €)

Keramikwerkstatt



Wenn Sie bereits die Grundlagen der Arbeit mit Ton beherrschen, können Sie Ihr Wissen unter Anleitung der Bildhauerin Karin Gralki vertiefen.

Experimentieren Sie mit Aufbau- und Glasurtechniken, um individuelle Projekte zu realisieren.

📅 **Pa2683H**, 09.10.-11.12.26, Fr, 13.00-16.00 Uhr, 8 Termine, 32 UE

📅 **Pa2686H**, 09.10.-11.12.26, Fr, 17.00-20.00 Uhr, 8 Termine, 32 UE

📍 Frei-Zeit-Haus, Pistoriusstraße 23

€ 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

Keramik auf dem Künstlerhof

Pa2695H Felix Reinhard Miels

📅 03.09.-03.12.26, Do, 18.00-20.15 Uhr, 12 Termine, 36 UE

📍 Künstlerhof Blankenfelde, Hauptstraße 56

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Raku-Keramikworkshop

In den Raku-Workshops mit Dagmar Wichmann erlernen Sie die spezielle Brenntechnik, die einzigartige Glasuroberflächen schafft. Diese Kurse richten sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen im Töpfern.

📅 **Pa2704H**, 13.09.-08.11.26, 3 Termine, 22 UE

📅 **Pa2705H**, 13.09.-08.11.26, 3 Termine, 22 UE

📅 **Pa2706H**, 20.09.-06.12.26, 3 Termine, 22 UE

📅 **Pa2707H**, 14.11.-13.12.26, 3 Termine, 22 UE

📍 Kunsthaus Prenzlauer Berg, Danziger Straße 101

€ 132,00 € (ermäßigt 94,60 €)

Terminetails entnehmen Sie bitte den Angaben auf der Webseite.

Plastisches Gestalten

Papierschöpfen



Pa2750H Angelika Wolpert

📅 17.-18.10.26, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE

📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Japanische Buchblockheftung

Pa2754H Maja Kemnitz

📅 07.11.26, Sa, 10.00-16.30 Uhr, 8 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Buchbinden neu gedacht

Nachhaltig und experimentell

Pa2756H Maja Kemnitz

📅 14.11.26, Sa, 10.00-16.30 Uhr, 8 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Kleine Buchbinderei

Herstellung eines Reise-Skizzenbuches

Pa2757H Maja Kemnitz

📅 08.11.26, So, 10.00-16.30 Uhr, 8 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Papierlampen



Pa2763H Angelika Wolpert

📅 05.-06.12.26, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE

📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Fortsetzung: Plastisches Gestalten

Korbflechten - ein altes traditionelles Gewerbe

Pa2770H Martin Sperber

- 📅 28.11.26, Sa, 10.00-15.00 Uhr, 6 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 22,50 € (ermäßigt 12,30 €)

Glaskunst und Glasgestaltung



Pa2780H Ingo Thomas

- 📅 06.-08.11.26, Fr, 17.00-20.00 Uhr, Sa, 10.00-18.00 Uhr, So, 11.00-14.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE
- 🏠 Glaswerkstatt, Storkower Str. 115a
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Kranzbinden im Advent

Familienveranstaltung (für Kinder ab 10 Jahren geeignet)

Pa2792H Wenke Paul

- 📅 28.11.26, Sa, 10.00-15.00 Uhr, 6 UE

Pa2793H Wenke Paul

- 📅 29.11.26, So, 10.00-15.00 Uhr, 6 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 22,50 € (ermäßigt 12,30 €)

Den eigenen Adventskranz binden

Pa1300H Stefan Ludwig

- 📅 29.11.26, So, 14.00-16.15 Uhr, 3 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 11,25 € (ermäßigt 6,15 €)

Textiles Gestalten

Nähen lernen

Am Wochenende

Pa2811H Beate Rudnick

- 📅 12.-13.09.26, Sa/So, 10.00-15.15 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Kleidergarten Pankow, Heynstraße 1
- € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Pa2812H Beate Rudnick

- 📅 10.-11.10.26, Sa/So, 10.00-15.15 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Kleidergarten Pankow, Heynstraße 1
- € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Pa2813H Beate Rudnick

- 📅 21.-22.11.26, Sa/So, 10.00-15.15 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Kleidergarten Pankow, Heynstraße 1
- € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Pa2822H Wilfried Pletzinger

- 📅 07.-08.11.26, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Jugendkunstschule JUKS, Neue Schönholzer Straße 10
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Am Vormittag

Pa2815H Alina Kramer-Studinski

- 📅 31.08.-05.10.26, Mo, 09.30-12.30 Uhr, 6 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa2816H Alina Kramer-Studinski

- 📅 02.11.-07.12.26, Mo, 09.30-12.30 Uhr, 6 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa2818H Alina Kramer-Studinski

- 📅 13.11.-18.12.26, Fr, 09.00-12.00 Uhr, 6 Termine, 24 UE
- 🏠 Bucher Bürgerhaus, Franz-Schmidt-Straße 8-10
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Am Abend

Pa2820H Wilfried Pletzinger

- 📅 04.09.-09.10.26, Fr, 19.00-21.15 Uhr, 6 Termine, 18 UE
- 🏠 Jugendkunstschule JUKS, Neue Schönholzer Straße 10
- € 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)



Pa2821H Beate Rudnick

- 📅 01.10.-19.11.26, Do, 17.00-20.00 Uhr, 6 Termine, 24 UE
- 🏠 Kleidergarten Pankow, Heynstraße 1
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

An der eigenen Nähmaschine

Pa2828H Anne-Luise Vierling

- 📅 19.-20.09.26, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Nähen lernen - Aufbaukurs

Pa2825H Beate Rudnick

- 📅 05.-06.12.26, Sa/So, 10.00-15.15 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Kleidergarten Pankow, Heynstraße 1
- € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Nähetechniken an der eigenen Nähmaschine

Briefecke, Biese, Blindstich

Pa2829H Anne-Luise Vierling

- 📅 21.11.26, Sa, 10.00-16.30 Uhr, 8 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Offene Nähwerkstatt



Pa2832H Wilfried Pletzinger

- 📅 10.-11.10.26, Sa/So, 11.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Jugendkunstschule JUKS, Neue Schönholzer Straße 10
- € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Von der Idee zum Modell



Pa2834H Wilfried Pletzinger

- 📅 06.11.-11.12.26, Fr, 19.00-21.15 Uhr, 6 Termine, 18 UE
- 🏠 Jugendkunstschule JUKS, Neue Schönholzer Straße 10
- € 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Schneiderwerkstatt ohne Vorkenntnisse

Vom Schnittbogen zum fertigen Kleidungsstück (einfache Modelle)

Pa2838H Alina Kramer-Studinski

- 📅 03.09.-01.10.26, Do, 16.00-19.00 Uhr, 5 Termine, 20 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Der individuelle Hosenschnitt



Pa2842H Wilfried Pletzinger

- 📅 14.-15.11.26, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Jugendkunstschule JUKS, Neue Schönholzer Straße 10
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Upcycling Nähworkshop



Pa2848H Wilfried Pletzinger

- 📅 28.-29.11.26, Sa/So, 11.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Jugendkunstschule JUKS, Neue Schönholzer Straße 10
- € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Visible Mending

Textilien reparieren mit Sashiko

Pa2850H Anne-Luise Vierling

- 📅 22.11.26, So, 10.00-15.00 Uhr, 6 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 22,50 € (ermäßigt 12,30 €)

Sticken



Grundtechniken

Pa2860H Sandra Neugebauer

- 📅 28.08.26, Fr, 16.30-21.30 Uhr, 6 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 22,50 € (ermäßigt 12,30 €)

Traditionelle Muster

Pa2862H Sandra Neugebauer

- 📅 27.11.-11.12.26, Fr, 13.30-16.30 Uhr, 3 Termine, 12 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Häkeln

Häkeln lernen



Pa2865H Hanna Erke

- 📅 20.09.26, So, 10.00-13.00 Uhr, 4 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 15,00 € (ermäßigt 8,20 €)

Granny Square Muster



Pa2869H Sandra Neugebauer

- 📅 24.09.-01.10.26, Fr, 13.15-16.15 Uhr, 2 Termine, 8 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Ein eigenes Projekt umsetzen - Aufbaukurs
für Anfänger:innen



Pa2867H Hanna Erke

- 📅 08.-15.11.26, So, 10.00-13.00 Uhr, 2 Termine, 8 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Stricken

Stricken lernen



Pa2870H Hanna Erke

- 📅 20.09.26, So, 13.30-16.30 Uhr, 4 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 15,00 € (ermäßigt 8,20 €)

Ein eigenes Projekt umsetzen - Aufbaukurs
für Anfänger:innen



Pa2872H Hanna Erke

- 📅 08.-15.11.26, So, 13.30-16.30 Uhr, 2 Termine, 8 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Socken stricken lernen

Pa2874H Beate Rudnick

- 📅 26.11.-17.12.26, Do, 18.00-20.00 Uhr, 4 Termine, 16 UE
- 🏠 Kleidergarten Pankow, Heynstraße 1
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Nadelfilzen



Pa2882H Sandra Neugebauer

- 📅 04.09.26, Fr, 16.30-20.30 Uhr, 5 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 18,75 € (ermäßigt 10,25 €)

Wollmalerei - Nadelfilzen



Pa2883H Sandra Neugebauer

- 📅 11.12.26, Fr, 17.00-21.00 Uhr, 5 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 18,75 € (ermäßigt 10,25 €)

Weben lernen am Gatterkamm-Webrahmen



Pa2894H Dipl. Soz. Tanja Smolenski

- 📅 03.-08.11.26, Di, 17.15-20.15 Uhr, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 3 Termine, 20 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Textilien recyceln



Einen Flickenteppich am Gatterkamm-Webrahmen weben

Pa2895H Dipl. Soz. Tanja Smolenski

- 📅 10.-15.11.26, Di, 17.15-20.15 Uhr, Sa/So, 10.00-16.30 Uhr, 3 Termine, 20 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Kanzashi - Blumen aus Stoff



Pa2897H Sandra Neugebauer

- 📅 04.12.26, Fr, 17.00-21.00 Uhr, 5 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 18,75 € (ermäßigt 10,25 €)

Das vollständige Programm,
neue Angebote und Service-Informationen
immer aktuell nur im Web

www.vhspankow.de





Gesundheit

- | | | |
|---|---|--|
| 38 Besondere Kursangebote des Gesundheitsbereichs | 48 Atem - Sprechen - Singen | 59 Vegetarischer Genuss |
| 38 Junge VHS - Kinder in Bewegung | 49 Qigong und Tai Ji Quan | 61 Veganer Genuss |
| 40 Fitnessstraining | 51 Yoga - Stufe I bis II | 61 Ayurvedische Küche |
| 40 Ausdauertraining - Schwimmen - Boxen - Klettern | 52 Spezielle Yogaarten | 61 Nachhaltig kochen |
| 41 Fitnessstanz | 53 Körperbewusstsein - Alexander-Technik - Feldenkrais | 61 Themenküche |
| 43 Rückentraining - Pilates | 56 Selbstverteidigung - Kampfkunst | 61 Europäische Küche |
| 46 Massage - Shiatsu | 58 GESUNDE ERNÄHRUNG - KOCHKULTUR | 62 Internationale Küche |
| 48 Autogenes Training - Entspannung - PMR | 58 Informationsveranstaltungen | 63 Küche mit Kindern und Jugendlichen |
| 48 Meditation - Schlafgesundheit | 59 Naturkosmetik | 64 Festliches |
| | 59 Basiskurse - Grundlegendes | 64 Bier- und Weinseminare |
| | | 65 Whisk(e)y-Tastings |

Gesundheit für alle: Wir bringen Sie in Topform!

Sie wollen etwas für Ihre Gesundheit tun? Dann sind Sie in unserem Programmbereich genau richtig. Mit unseren vielfältigen Informationsveranstaltungen und Angeboten zur Bewegung, Entspannung und Ernährung ermöglichen wir Ihnen, die eigene Gesundheit nachhaltig zu stärken. Dabei orientiert sich unser Gesundheitsverständnis an dem Gesundheitsbegriff der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und ist ganzheitlich ausgerichtet. Gern beraten wir Sie, damit Sie den richtigen Kurs für sich finden und sich in Beruf und Alltag rundum fit fühlen.

Bleiben Sie aktiv und gesund!

Angela Kalisz

Programmbereichsleitung Gesundheit aktiv

Christian Schmelter

Programmbereichsleitung Gesundheit informativ,
Gesunde Ernährung und Kochkultur



IN BEWEGUNG BLEIBEN





Programmbereichsleitung
Gesundheit aktiv:
Angela Kalisz
vhs.gesundheit@ba-pankow.berlin.de
Telefon: (030) 90295-6021

Bizetstraße 27, 13088 Berlin
Raum 2.17



Organisatorisch-pädagogische
Mitarbeiterin Gesundheit aktiv:
Moana Waldeck
vhs.gesundheit@ba-pankow.berlin.de
Telefon: (030) 90295-6022

Bizetstraße 27, 13088 Berlin
Raum 2.17



Programmbereichsleitung
Gesunde Ernährung und Kochkultur:
Christian Schmelter
vhs.kochkultur@ba-pankow.berlin.de
Telefon: (030) 90295-1712

Schulstraße 29, 13187 Berlin
Raum 302



Organisatorisch-pädagogische
Mitarbeiterin Gesunde Ernährung
und Kochkultur:
Anne Beesk
vhs.kochkultur@ba-pankow.berlin.de
Telefon: (030) 90295-1713

Schulstraße 29, 13187 Berlin
Raum 208



Die Kurssprache ist Deutsch. Bei Bedarf kann die Kursleitung Ihre Fragen in der angegebenen Sprache beantworten.



Der Kurs wird in der angegebenen Sprache unterrichtet.



Angebote, die besonders für Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 16 bis 27 Jahren geeignet sind.



Alle Angebote dieses Programmbereichs immer aktuell auf unserer Webseite, mit ausführlichen Informationen und der Möglichkeit zur Online-Anmeldung.
gesundheit.vhspankow.de

Bonussysteme und Kostenerstattung durch Krankenkassen

Die gesetzlichen Krankenkassen können in Ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie den Versicherten im Rahmen eines Bonussystems anerkennen. Die Verfahren sind sehr unterschiedlich. Das Anerkennungsverfahren von Präventionskursen bei der „Zentralen Prüfstelle für Prävention“ gemäß §20 Abs. 1 SGB V führt die Volkshochschule nicht durch. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse nach alternativen Präventionskursen, die bezuschusst werden.

Besondere Kursangebote des Gesundheitsbereichs

Fasten

Bei Fragen, die die Fastenurse betreffen, können Sie sich direkt an die Kursleiterin wenden: Tel. 033875 90192. Zur Übernachtung steht Ihnen die Unterkunft „Sonnenhaus“ zur Verfügung. Die zusätzlichen Kosten für Unterkunft im Zweibettzimmer und Verpflegung betragen für den Kurs Pa3001H (Gemeinsam fasten in der Natur) 332,00 €, für den Kurs Pa3002H (Fasten sanft) 219,00 Euro und sind vor Ort zu entrichten. Einzelzimmer auf Anfrage. Weitere Informationen, u.a. zur Anreise erhalten Sie ca. 14 Tage vor Kursbeginn. Wir empfehlen vor Kursbeginn eine Konsultation mit Ihrem Hausarzt/Ihrer Hausärztin.

Gemeinsam fasten in der Natur

Pa3001H Marion Werner

18.-24.09.26, Fr, 18.09., 17.00 Uhr bis Do, 24.09., 14.00 Uhr, 7 Tage, 52 UE

„Raum der Vielfalt“ Strodehne (Sonnenhaus), Kleindorf 3

195,00 € (ermäßigt 106,60 €)

Fasten sanft

Pa3002H Marion Werner

06.-09.11.26, Fr, 06.11., 17.00 Uhr bis Mo, 09.11., 13.00 Uhr, 4 Tage, 37 UE

„Raum der Vielfalt“ Strodehne (Sonnenhaus), Kleindorf 3

138,75 € (ermäßigt 75,85 €)

Pilatestrainer:innen-Ausbildung

Die Pilatestrainer:innen-Ausbildung befähigt Sie, als Kursleiter:in ein professionelles Training anzuleiten. Die Ausbildungsinhalte umfassen: Grundausbildung in Theorie und Praxis, Erlernen korrekter Übungsabfolgen, anatomische Kenntnisse des Körpers sowie die Auswirkungen des Pilatestrainings auf das Muskel- und Skelettsystem. Weiterhin lernen Sie Atemtechniken und die Aktivierung des Powerhauses. Die Erstellung eines Trainingsplanes und dessen pädagogische Umsetzung sind weitere Bestandteile der Ausbildung. Der Kurs endet mit einer Prüfung und praktischen Lehrprobe. Die Zulassung zur Abschlussprüfung erfolgt nur bei 95-prozentiger Teilnahme am Kurs. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung, bringen eine Decke oder ein Handtuch, Schreibmaterialien und ein Getränk mit. Achtung: Pilatesvorkenntnisse sind erforderlich im Umfang von mindestens 2 Jahren.

Pa3005H Susan Diegler

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

17.-21.08.26, Mo-Fr, 09.15-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Junge VHS - Kinder in Bewegung

Wichtig: Bitte nicht online anmelden! Melden Sie Ihr Kind zum Kurs unter Angabe des Namens und des Geburtsdatums mit einem Anmeldeformular an. Anmeldeformulare finden Sie auf der letzten Seite des Programmheftes oder unter www.vhspankow.de.

Bewegung und Tanz für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Pa3010H Carina Otte

01.09.-01.12.26, Di, 16.00-16.45 Uhr, 12 Termine, 12 UE

Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

24,60 € (ermäßigt)

Pa3012H Eszter Parragi

04.09.-27.11.26, Fr, 15.30-16.15 Uhr, 11 Termine, 11 UE

Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

22,55 € (ermäßigt)



Bewegung und Tanz für Kinder von 7 bis 9 Jahren

Pa3011H Carina Otte

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 17.00-17.45 Uhr, 12 Termine, 12 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 24,60 € (ermäßigt)

Pa3013H Eszter Parragi

- 📅 04.09.-27.11.26, Fr, 16.30-17.15 Uhr, 11 Termine, 11 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 22,55 € (ermäßigt)



Fitnessstraining

Die Fitnesskurse der VHS Pankow fördern Ihre physische Leistungsfähigkeit, steigern Ihr körperliches Wohlbefinden und dienen gleichzeitig Ihrer Gesunderhaltung. Das angepasste Ausdauer-, Kraft- und Bewegungstraining besitzt einen hohen Stellenwert in der gesundheitlichen Prävention und fördert außerdem Ihre motorischen Fähigkeiten. Die Übungsprogramme dienen hauptsächlich dazu, Ihr Herz-Kreislauf-System zu stärken und Ihren Fitnesszustand zu verbessern. Durch gezielte Übungsblöcke werden Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Schnelligkeit und Koordination trainiert sowie die Fettverbrennung angeregt. Mit diesen Rundum-fit-Programmen wird der gesamte Körper trainiert, Stress abgebaut und neue Energie für die Belastungen des Alltages getankt. Alle Unterrichtseinheiten schließen mit Übungen zur Lockerung und Dehnung sowie Entspannung ab.

Sanfte Ganzkörpergymnastik für Frauen

Pa3015H Marina Günther-Spottke

- 📅 07.09.-30.11.26, Mo, 09.00-10.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Evangelische Schule Buch, Wiltbergstr. 90
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Sanfte Ganzkörpergymnastik 60 plus

Pa3016H Griselda Enciso

- 📅 24.08.-23.11.26, Mo, 10.15-11.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Pa3017H Anne O. Poncet

- 📅 03.09.-03.12.26, Do, 14.30-16.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Sanfte Ganzkörpergymnastik

Pa3018H Pascal Hübscher

- 📅 10.09.-26.11.26, Do, 18.30-20.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Stadtteilzentrum im Turm Karow/Buch, Busonistraße 136
- € 41,00 € (ermäßigt)

Gym-Mix - Gymnastik für Frauen

Pa3022H Stephanie-Cassy Kloppe

- 📅 31.08.-07.12.26, Mo, 18.15-19.45 Uhr, 12 Termine (kein Unterricht am 28.09.26), 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3023H Stephanie-Cassy Kloppe

- 📅 31.08.-07.12.26, Mo, 20.00-21.30 Uhr, 12 Termine (kein Unterricht am 28.09.26), 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Fitness für Frauen

Pa3025H Laura Santiso

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 19.45-21.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Pa3026H Annemary Kopp Marcano

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 19.45-21.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3027H Esther Nicklas

- 📅 01.09.-24.11.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Gymnastik für den ganzen Körper



Pa3028H Anne O. Poncet

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 16.00-17.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3029H Anne O. Poncet

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 17.45-19.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Combination Gym - Ganzkörpertraining

Pa3030H Gudrun Hüther

- 📅 24.08.-30.11.26, Mo, 17.45-19.15 Uhr, 13 Termine, 26 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 97,50 € (ermäßigt 53,30 €)

Gesund und fit - der Abnehmkurs

Pa3035H Ronald Thomschke

- 📅 04.09.-04.12.26, Fr, 16.15-17.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Bauch - Beine - Po - Arme

Pa3037H Maria Jedinger

- 📅 26.08.-25.11.26, Mi, 18.00-19.30 Uhr, 12 Termine, Eingang über Eschengraben, 24 UE
- 🏠 Trelleborg-Schule, Thulestr. 39/41
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3038H Maria Jedinger

- 📅 27.08.-26.11.26, Do, 16.15-17.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3039H Christoph Borowski

- 📅 14.09.-07.12.26, Mo, 19.45-21.15 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Picasso-Grundschule, Gounodstr. 71
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Fitness-Mix

Pa3040H Ronald Thomschke

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 16.15-17.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Functional Training

Den Körper stärken, Ausdauer und Beweglichkeit verbessern sowie entspannen!

Pa3041H Ronald Thomschke

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 18.00-19.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Fortsetzung: Fitnessstraining

Fit durch Beweglichkeit und Kraft

Pa3042H Stephanie-Cassy Kloppe

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 19.45-21.15 Uhr, 12 Termine, Eingang über Eschengraben, 24 UE
- 🏠 Trelleborg-Schule, Thulestr. 39/41
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Intervalltraining – HIIT und Tabata

Pa3049H Ronald Thomschke

- 📅 03.09.-03.12.26, Do, 15.00-16.00 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Fitness und Entspannung

Pa3057H Stina Bartels

- 📅 03.09.-26.11.26, Do, 18.00-19.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Körpertraining durch Bewegung und Entspannung

Pa3059H Stina Bartels

- 📅 03.09.-26.11.26, Do, 19.45-21.15 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Faszientraining

Pa3061H Ronald Thomschke

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Ausdauertraining – Schwimmen – Boxen – Klettern

Kraultechnik verbessern

Der Eintrittspreis (je nach Festlegung der Berliner Bäderbetriebe) ist nicht im Kursentgelt enthalten und muss vor jedem Unterrichtstermin an der Kasse der Schwimmhalle entrichtet werden.

Pa3100H Manuela Schinn

- 📅 19.-20.09.26, Sa/So, 14.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 6 UE
- 🏠 Schwimmhalle, Anton-Saefkow-Platz 1
- € 27,67 € (ermäßigt)

Pa3101H Pascal Hübscher

- 📅 26.-27.09.26, Sa/So, 12.00-14.30 Uhr, 2 Termine, 6 UE
- 🏠 Schwimmhalle in Buch, Wolfgang-Heinz-Straße 41
- € 27,67 € (ermäßigt)

Pa3102H Manuela Schinn

- 📅 10.-11.10.26, Sa/So, 14.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 6 UE
- 🏠 Schwimmhalle, Anton-Saefkow-Platz 1
- € 27,67 € (ermäßigt)

Pa3103H Manuela Schinn

- 📅 14.-15.11.26, Sa/So, 14.00-16.30 Uhr, 2 Termine, 6 UE
- 🏠 Schwimmhalle, Anton-Saefkow-Platz 1
- € 27,67 € (ermäßigt)

Kraultechnik verbessern

Fortgeschrittenenstufe

Der Eintrittspreis (je nach Festlegung der Berliner Bäderbetriebe) ist nicht im Kursentgelt enthalten und muss vor jedem Unterrichtstermin an der Kasse der Schwimmhalle entrichtet werden.

Pa3104H Christian Binner

- 📅 19.-23.10.26, Mo, Mi, Fr, 10.15-12.45 Uhr, 3 Termine, 10 UE
- 🏠 Schwimmhalle, Anton-Saefkow-Platz 1
- € 41,50 € (ermäßigt)

Richtig Kraulschwimmen lernen

Der Eintrittspreis (je nach Festlegung der Berliner Bäderbetriebe) ist nicht im Kursentgelt enthalten und muss vor jedem Unterrichtstermin an der Kasse der Schwimmhalle entrichtet werden.

Pa3105H Pascal Hübscher

- 📅 08.09.-24.11.26, Di, 16.00-17.00 Uhr, 10 Termine, 13 UE
- 🏠 Schwimmhalle in Buch, Wolfgang-Heinz-Straße 41
- € 62,33 € (ermäßigt)

Pa3106H Pascal Hübscher

- 📅 08.09.-24.11.26, Di, 17.00-18.00 Uhr, 10 Termine, 13 UE
- 🏠 Schwimmhalle in Buch, Wolfgang-Heinz-Straße 41
- € 62,33 € (ermäßigt)

Pa3107H Christian Binner

- 📅 11.09.-27.11.26, Fr, 11.15-12.45 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Schwimmhalle, Anton-Saefkow-Platz 1
- € 76,00 € (ermäßigt)

Pa3108H Max Bielig

- 📅 11.09.-27.11.26, Fr, 20.00-21.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Schwimmhalle, Anton-Saefkow-Platz 1
- € 76,00 € (ermäßigt)

Fit durch Schwimmen mit Technik

Der Eintrittspreis (je nach Festlegung der Berliner Bäderbetriebe) ist nicht im Kursentgelt enthalten und muss vor jedem Unterrichtstermin an der Kasse der Schwimmhalle entrichtet werden.

Pa3110H Pascal Hübscher

- 📅 10.09.-26.11.26, Do, 16.00-17.00 Uhr, 10 Termine, 13 UE
- 🏠 Schwimmhalle in Buch, Wolfgang-Heinz-Straße 41
- € 62,33 € (ermäßigt)

Pa3111H Pascal Hübscher

- 📅 10.09.-26.11.26, Do, 17.00-18.00 Uhr, 10 Termine, 13 UE
- 🏠 Schwimmhalle in Buch, Wolfgang-Heinz-Straße 41
- € 62,33 € (ermäßigt)

Pa3112H Christian Binner

- 📅 11.09.-27.11.26, Fr, 13.00-14.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Schwimmhalle, Anton-Saefkow-Platz 1
- € 76,00 € (ermäßigt)

Pa3113H Max Bielig

- 📅 11.09.-27.11.26, Fr, 18.15-19.45 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Schwimmhalle, Anton-Saefkow-Platz 1
- € 76,00 € (ermäßigt)

Professionell schwimmen lernen – in Theorie und Praxis

Der Eintrittspreis (je nach Festlegung der Berliner Bäderbetriebe) ist nicht im Kursentgelt enthalten und muss vor jedem Unterrichtstermin an der Kasse der Schwimmhalle entrichtet werden.

Pa3114H Christian Binner

- 📅 21.-22.11.26, Sa, 10.15-14.15 Uhr (Theorie), So, 14.00-16.30 Uhr (Praxis), 2 Termine, 8 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- 🏠 Schwimmhalle, Anton-Saefkow-Platz 1
- € 37,00 € (ermäßigt 23,40 €)

Fitness-Boxen

Pa3121H Igor Bartoletti

- 📅 28.08.-27.11.26, Fr, 16.15-17.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 📍 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3122H Anna Pliakou

- 📅 03.09.-03.12.26, Do, 20.00-21.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Klettern mit der ganzen Familie

Spaß und Abenteuer für die Familie

Wichtig: Für jeden Erwachsenen muss jeweils eine Anmeldung vorliegen. Pro Familie sind 2 Kinder von der Teilnahmegebühr befreit. Bitte melden Sie Ihr Kind zum Kurs unter Angabe des Namens und des Geburtsdatums mit einem Anmeldeformular an. Anmeldeformulare finden Sie auf der letzten Seite des Programmhefts und unter www.vhspankow.de.

Pa3128H Alexander Danilov

- 📅 19.09.26, Sa, 11.00-13.00 Uhr, 2 UE
- 📍 Sportjugendclub Buch, Karower Chaussee 169 c
- € 10,01 € (ermäßigt 5,47 €)



Fitnessstanz

Tanzworkout

Pa3031H N.N.

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 20.00-21.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Latin Dance - Tanzfitness mit Baby

Das mitreißende Fitnessworkout für Eltern mit Baby

Ab 8. Woche bis 12 Monate nach der Geburt möglich. Papas mit Baby und Schwangere sind ebenso herzlich willkommen.



Pa3135H Annemary Kopp Marcano

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 10.30-11.30 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 📍 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Pa3136H Annemary Kopp Marcano

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 10.45-11.45 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Bailemos - lasst uns Zumba® tanzen!

Zumbatag für alle und jede:n - in Spanisch und Deutsch



Pa3145H Griselda Enciso, Annemary Kopp Marcano

- 📅 11.10.26, So, 11.00-14.00 Uhr, 4 UE
- 📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 15,00 € (ermäßigt 8,20 €)

Pa3146H Griselda Enciso, Annemary Kopp Marcano

- 📅 08.11.26, So, 11.00-14.00 Uhr, 4 UE
- 📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 15,00 € (ermäßigt 8,20 €)

Pa3147H Griselda Enciso, Annemary Kopp Marcano

- 📅 06.12.26, So, 14.30-17.30 Uhr, 4 UE
- 📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 15,00 € (ermäßigt 8,20 €)

Zumba® Gold



Pa3150H Griselda Enciso

- 📅 25.08.-24.11.26, Di, 11.00-12.00 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 📍 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Zumba®

Pa3151H Griselda Enciso

- 📅 24.08.-23.11.26, Mo, 09.00-10.00 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Pa3152H Annemary Kopp Marcano

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 11.45-12.45 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 📍 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Pa3153H Annemary Kopp Marcano

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 09.00-10.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 📍 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Pa3154H Annemary Kopp Marcano

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 19.15-20.15 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 📍 Eliashof, Senefelderstraße 6
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Pa3155H Anne-Kathrin Berthold

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 19.45-20.45 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 📍 Bötzw-Grundschule, John-Schehr-Straße 38
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Pa3156H Annemary Kopp Marcano

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 20.30-21.30 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 📍 Eliashof, Senefelderstraße 6
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Pa3160H Annemary Kopp Marcano

- 📅 27.08.-26.11.26, Do, 10.45-11.45 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 📍 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)





MIT BEWEGUNG ZU MEHR LEBENSENERGIE

Im Rhythmus mit Karsten Prosche

In einer Welt, die zunehmend von Stress und Bewegungsmangel geprägt ist, wird es immer wichtiger, Körper und Geist aktiv zu fördern. Karsten Prosche, freiberuflicher Dozent und Sportübungsleiter aus Berlin, hat sich genau dieser Mission verschrieben. Mit seiner langjährigen Erfahrung und fundierten Ausbildungen in Gesundheitsprävention und Rehasport unterstützt er Menschen dabei, ihre Gesundheit zu stärken und aktiv zu bleiben.

„Es geht nicht nur darum, den Körper fit zu halten“, erklärt Karsten Prosche. „Es geht darum, eine Balance zu finden, in der sich Menschen sowohl körperlich als auch mental wohlfühlen.“ Seine Arbeit umfasst ein breites Spektrum an Kursen, darunter Wirbelsäulengymnastik und Orthopädie-Rehabilitationssport, die er in diversen Berliner Einrichtungen

und Vereinen erfolgreich anbietet. Doch besonders begeistert ihn die Tanzfitnessform Energy Dance®, die er seit mehreren Semestern an der VHS Pankow unterrichtet. Diese einzigartige Methode kombiniert natürliche, tanzästhetische Bewegungen, die von einer speziell ausgewählten Musik strukturiert werden. Sie ermöglicht es den Teilnehmenden, „vom Kopf in den Körper“ zu kommen. Dabei steht nicht nur das körperliche Training im Vordergrund, sondern auch das Gemeinschaftserlebnis – eine Erfahrung, die Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit auf eine ganz neue Weise fördert.

„Energy Dance® ist für mich mehr als nur ein Workout. Es ist eine Einladung, sich selbst neu zu entdecken und dabei viel Spaß zu haben“, so Karsten Prosche. Der Kurs ist für alle geeignet, die in einer positiven Atmosphäre ihren stressigen Alltag im wahrsten Sinne abschütteln wollen und an ihrer Fitness arbeiten möchten – ganz gleich, ob sie Anfänger:innen oder Fortgeschrittene sind.

Seinen Kurs finden Sie auf den Seiten 43 und 44.



Was versteht man unter Energy Dance®?

Energy Dance® zeichnet sich durch rhythmisch-dynamische, fließende Bewegungsabläufe aus, die in kleinen Schritten ausgeführt werden und denen man intuitiv folgen kann. Es ist nicht erforderlich, feste Schrittfolgen oder Bewegungsmuster zu erlernen, da man sich vom Kursleitenden beziehungsweise von der Musik führen lässt. Dieses Bewegungserlebnis bereichert emotional, geistig und seelisch. Die ganzheitlichen Tanzbewegungen sind leichtfüßig und fördern die Ausschüttung von Endorphinen, wodurch das Wohlbefinden gesteigert wird.

Fortsetzung: Zumba®

Pa3165H Annemary Kopp Marcano

- 📅 28.08.-27.11.26, Fr, 17.30-18.30 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 🏠 Eliashof, Senefelderstraße 6
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Pa3166H Annemary Kopp Marcano

- 📅 28.08.-27.11.26, Fr, 18.45-19.45 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 🏠 Eliashof, Senefelderstraße 6
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Pa3167H Griselda Enciso

- 📅 04.09.-27.11.26, Fr, 16.15-17.15 Uhr, 10 Termine (kein Unterricht am 16.10.26), 13 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 49,99 € (ermäßigt 27,33 €)



Toning - Stretching - Zumba®

Pa3169H Anne-Kathrin Berthold

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 18.15-19.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Grundschule im Moselviertel, Brodenbacher Weg 31
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Afrodiaspora-Power-Dance



Pa3170H Griselda Enciso

- 📅 04.09.-27.11.26, Fr, 17.25-18.40 Uhr, 10 Termine (kein Unterricht am 16.10.26), 16 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 62,51 € (ermäßigt 34,17 €)

Pa3171H Griselda Enciso

- 📅 05.-06.12.26, Sa/So, 10.30-13.30 Uhr, 2 Termine, 8 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Energy Dance®

Pa3172H Karsten Prosche

- 📅 03.09.-03.12.26, Do, 19.30-20.30 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 🏠 Carl-von-Ossietzky-Gymnasium, Görschstraße 42/44
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Biodanza



Tanz des Lebens

Pa3180H Eleonora Caielli

- 📅 31.08.-09.11.26, Mo, 16.15-17.45 Uhr, 9 Termine, 18 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Pa3181H Eleonora Caielli

- 📅 01.09.-10.11.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 9 Termine, 18 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Stress abbauen und neue Energie gewinnen

Pa3182H Eleonora Caielli

- 📅 04.09.-06.11.26, Fr, 14.30-16.00 Uhr, 8 Termine, 16 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Lebendigkeit und Verbindung wiederfinden

Pa3183H Eleonora Caielli

- 📅 05.-06.09.26, Sa/So, 10.30-16.15 Uhr, 2 Termine, 15 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 57,49 € (ermäßigt 31,43 €)

Mit Biodanza in den Herbst - loslassen und Energie auffanken



Pa3184H Eleonora Caielli

- 📅 17.-18.10.26, Sa/So, 10.30-16.15 Uhr, 2 Termine, 15 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 57,49 € (ermäßigt 31,43 €)

Somatic Movement & Tanz- und Bewegungs-Improvisation für Frauen

Pa3185H Helena Walter

- 📅 04.09.-27.11.26, Fr, 18.00-19.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Tänzerische Gymnastik

Pa3186H Esther Nicklas

- 📅 02.09.-25.11.26, Mi, 16.15-17.45 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Tanz, Bewegung und Entspannung

Pa3187H Carina Otte

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 19.45-21.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Rückentraining - Pilates

Funktionelle Gymnastikübungen sind Bewegungen, die die Funktion einzelner Körperbereiche durch Dehnen, Kräftigen, Steigerung der Beweglichkeit sowie Entspannung optimieren. Das gezielte Training wirkt einseitiger körperlicher Belastung und Bewegungsmangel entgegen. Spezielle Bewegungsabläufe und Übungen sind die Basis für eine verbesserte Gelenk- und Muskelpflege. Besonders die Rumpf-, Becken- und Rückenmuskulatur wird trainiert. Effektive Rückenübungen stärken die Wirbelsäule. Dadurch werden Körperhaltung und Selbstwahrnehmung geschult. Die Übungen bewirken außerdem eine Verbesserung der Belastungsverträglichkeit des Bewegungsapparats. Alle Unterrichtseinheiten schließen mit Übungen zur Lockerung und Dehnung sowie Entspannung ab.

Rückenprävention, Pilates und Yoga - für den Beruf



Pa3200H Runa Bulla

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 17.-21.08.26, Mo-Fr, 09.15-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Pa3201H Runa Bulla

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 26.-30.10.26, Mo-Fr, 09.15-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Prävention für den Rücken - fit für den Beruf



Pa3202H Ronald Thomschke

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 26.-30.10.26, Mo-Fr, 09.15-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Fortsetzung: Rückentraining - Pilates

Wirbelsäulen- und Gelenkgymnastik

Pa3203H Runa Bulla

📅 31.08.-30.11.26, Mo, 15.00-16.00 Uhr, 11 Termine (kein Unterricht am 12.10.26), 14 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 55,01 € (ermäßigt 30,07 €)

Pa3204H Ronald Thomschke

📅 01.09.-01.12.26, Di, 09.00-10.00 Uhr, 12 Termine, 16 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Wirbelsäulenfitness

Pa3205H Kerstin Püschel

📅 02.09.-02.12.26, Mi, 19.15-20.15 Uhr, 12 Termine, 16 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Pa3206H Kerstin Püschel

📅 02.09.-02.12.26, Mi, 20.30-21.30 Uhr, 12 Termine, 16 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

“ Der Kurs Wirbelsäulenfitness von Kerstin Püschel gefällt mir ausgesprochen gut. Die Stunden sind sehr abwechslungsreich und machen jedes Mal aufs Neue Spaß. Kerstin erklärt die Übungen verständlich, achtet auf eine saubere Ausführung und geht individuell auf die Teilnehmer ein. Ich fühle mich nach dem Training stets beweglicher und gut aufgehoben - ich bin sehr froh diesen Kurs gefunden und gebucht zu haben.

Johanna aus Weißensee, November 2025



Rückenfit

Pa3210H Griselda Enciso

📅 25.08.-24.11.26, Di, 12.15-13.15 Uhr, 12 Termine, 16 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Pa3211H Karsten Prosche

📅 03.09.-03.12.26, Do, 18.20-19.05 Uhr, 12 Termine, 12 UE

🏠 Carl-von-Ossietzky-Gymnasium, Görschstraße 42/44

€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Rückenfit mit Dehnung und Entspannung

Stärkung - Dehnung - Mobilisierung nach der Arbeit

Pa3212H Katrein Frenzel

📅 03.09.-03.12.26, Do, 14.30-15.30 Uhr, 12 Termine, 16 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Gesunder Rücken durch Tiefenmuskeltraining

Pa3213H Bärbel Sommer

📅 01.09.-01.12.26, Di, 18.10-19.40 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 SG Empor Pankow e.V. 49, Görschstr. 42-44

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Aufrechte Körperhaltung

Training und Bewegungsspaß für Fitness und einen starken Rücken

Pa3214H Ronald Thomschke

📅 04.09.-04.12.26, Fr, 18.00-19.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

RückenWohl und KreuzFidel

Dynamisches Spiralmuskeltraining nach Dr. R. Smíšek

Pa3215H Cornelia Schulz

📅 06.10.-01.12.26, Di, 08.45-10.15 Uhr, 7 Termine, 14 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Pa3216H Cornelia Schulz

📅 06.10.-01.12.26, Di, 10.30-12.00 Uhr, 7 Termine, 14 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Pa3217H Cornelia Schulz

📅 07.10.-02.12.26, Mi, 16.00-17.30 Uhr, 7 Termine, 14 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Pa3218H Cornelia Schulz

📅 07.10.-02.12.26, Mi, 17.45-19.15 Uhr, 7 Termine, 14 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Rückenfit-Pilates

Pa3220H Olga Osorio Lopez

📅 25.08.-24.11.26, Di, 12.30-13.30 Uhr, 12 Termine, 16 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Pa3221H Olga Osorio Lopez

📅 28.08.-27.11.26, Fr, 13.15-14.15 Uhr, 12 Termine, 16 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Pa3222H Runa Bulla

📅 31.08.-30.11.26, Mo, 13.45-14.45 Uhr, 11 Termine (kein Unterricht am 12.10.26), 14 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 55,01 € (ermäßigt 30,07 €)

Gesunder Rücken mit Yoga und Pilates

Pa3223H Katrein Frenzel

📅 03.09.-03.12.26, Do, 11.00-12.00 Uhr, 12 Termine, 16 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Faszien-Pilates

Für ein starkes Bindegewebe

Pa3224H Runa Bulla

📅 01.09.-01.12.26, Di, 14.00-15.30 Uhr, 11 Termine (kein Unterricht am 13.10.26), 22 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pilates und Faszientraining

Pa3225H Susan Diegler

📅 28.08.-27.11.26, Fr, 09.00-10.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Power-Pilates

Das perfekte Training für eine starke Körpermitte

Pa3228H Olga Osorio Lopez

📅 31.08.-30.11.26, Mo, 18.00-19.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Pa3229H Olga Osorio Lopez

📅 31.08.-30.11.26, Mo, 19.45-21.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pilates - sanftes Körpertraining für Balance, Kraft und Beweglichkeit

Pa3230H Susan Diegler

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 12.45-14.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3231H Susan Diegler

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 14.30-16.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3232H Benno Paulitz

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 16.45-17.45 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Pa3233H Olga Osorio Lopez

- 📅 25.08.-24.11.26, Di, 10.45-12.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Pa3234H Caroline Decoster /?EN,FR,NL

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 08.15-09.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3236H Caroline Meyer Picard

- 📅 08.09.-01.12.26, Di, 12.00-13.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)



Pa3239H Olga Osorio Lopez

- 📅 26.08.-25.11.26, Mi, 18.15-19.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Pa3241H Vivien Roo

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 12.30-14.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Pa3245H Olga Osorio Lopez

- 📅 27.08.-26.11.26, Do, 18.00-19.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Pa3247H Olga Osorio Lopez

- 📅 27.08.-26.11.26, Do, 19.45-21.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Pa3244H Susan Diegler

- 📅 28.08.-27.11.26, Fr, 10.45-12.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3248H Caroline Meyer Picard

- 📅 10.09.-03.12.26, Do, 12.00-13.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)



Pa3249H Olga Osorio Lopez

- 📅 28.08.-27.11.26, Fr, 14.30-16.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

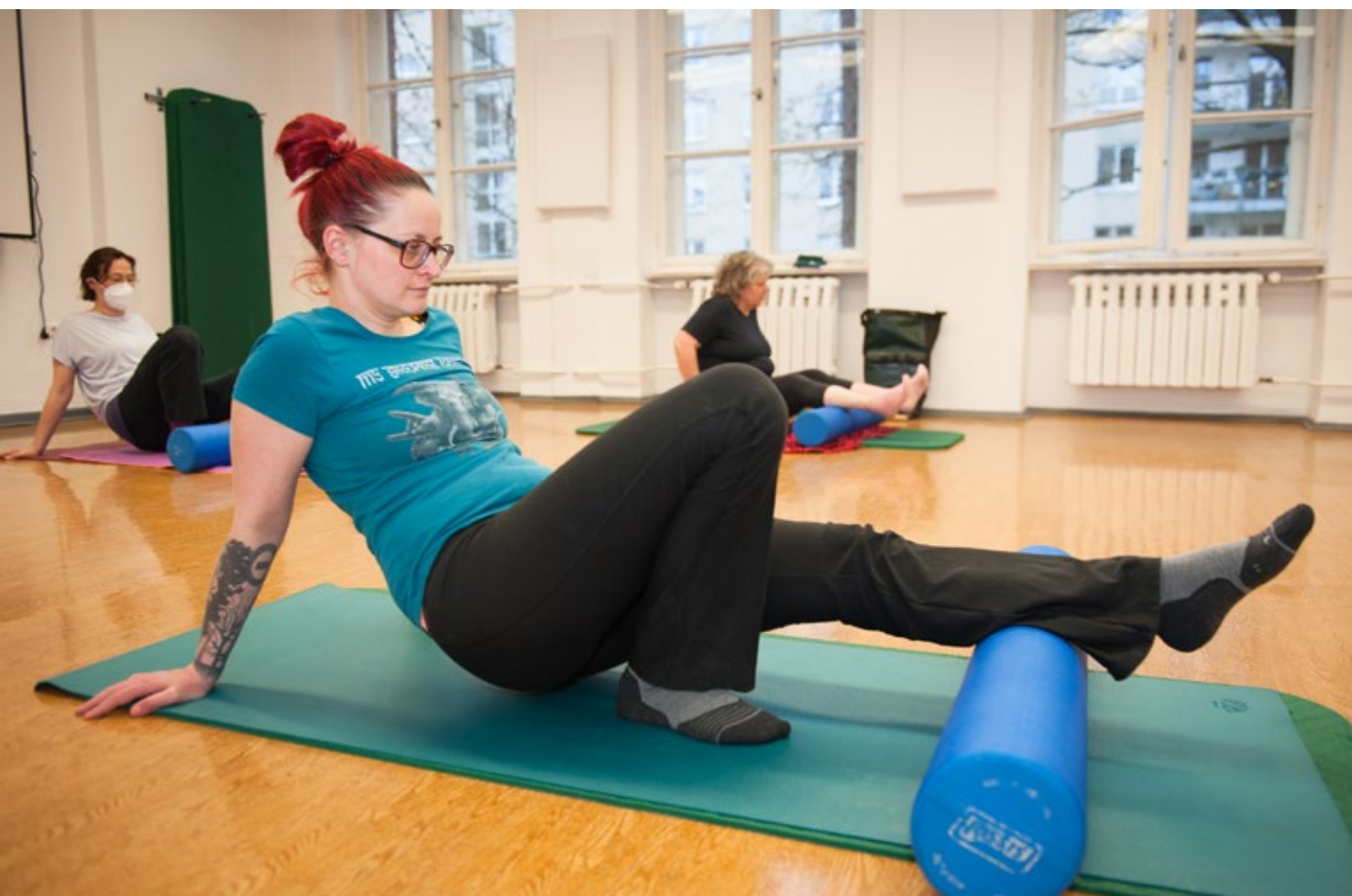


Pa3250H Anske Lipinski

- 📅 04.09.-27.11.26, Fr, 10.15-11.45 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa3251H Caroline Decoster

- 📅 04.09.-04.12.26, Fr, 16.15-17.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Fortsetzung: Rückentraining - Pilates

Pilates 60 plus

Pa3256H Benno Paulitz

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 15.30-16.30 Uhr, 12 Termine, 16 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Pilates sanft

Pa3258H Katrein Frenzel

- 📅 03.09.-03.12.26, Do, 12.15-13.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pilates und Stretching After Work

Gedehnt und entspannt ins Wochenende

Pa3259H N. N.

- 📅 11.09.-09.10.26, Fr, 19.15-20.15 Uhr, 5 Termine, 6 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 25,01 € (ermäßigt 13,67 €)

Pilates - Rückbildungskurs für Mütter mit Babys

Ab 10 Wochen nach der Geburt

Pa3263H Katrein Frenzel

- 📅 31.08.-05.10.26, Mo, 14.00-15.30 Uhr, 6 Termine, 12 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Pa3264H Katrein Frenzel

- 📅 02.-30.11.26, Mo, 14.00-15.30 Uhr, 5 Termine, 10 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 37,50 € (ermäßigt 20,50 €)

Pilates und Yoga



Pa3270H Vivien Roos

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 12.30-14.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3273H Vivien Roos

- 📅 04.09.-04.12.26, Fr, 12.15-13.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3275H Vivien Roos

- 📅 04.09.-04.12.26, Fr, 14.00-15.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pilates, Yoga und Meditation - Vitalität und Entspannung für den Beruf



Pa3276H Katrein Frenzel

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

- 📅 17.-21.08.26, Mo-Fr, 09.15-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Pa3277H Katrein Frenzel

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

- 📅 19.-23.10.26, Mo-Fr, 09.15-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Massage - Shiatsu

Stressreduktion und Entspannung

Stressreduktion und Entspannung sind elementare Voraussetzungen für das persönliche Wohlbefinden und stärken die Gesundheit. Durch verschiedene Entspannungsmethoden lernen Sie, sich körperlich und seelisch zu entlasten. In den Kursen zur Stressreduktion und Entspannung üben Sie Entspannungs- und Atemtechniken sowie Massage- und Meditationsformen ein, die im alltäglichen Leben stressbedingten Störungen entgegenwirken.

VHS-Herbstakademie: Wellnessmassagenausbildung II

Ein Grundkurs findet voraussichtlich im Frühjahr 2027 statt.

Pa3300H Martina Katharina Sünkel

- 📅 26.-30.10.26, Mo-Fr, 9.30-16.15 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Sanfte Massage für Paare

Ein Wohlfühlwochenende zu zweit

Wichtig: Bitte melden Sie sich zum Kurs nur paarweise (2 Personen) an. Für jede Person muss eine separate Anmeldung vorliegen!

Pa3301H Martina Katharina Sünkel

- 📅 19.-20.09.26, Sa/So, 09.30-16.15 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Pa3302H Martina Katharina Sünkel

- 📅 28.-29.11.26, Sa/So, 09.30-16.15 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Ganzkörpermassage für Paare

Ein Wochenende zum Entspannen und Genießen

Wichtig: Bitte melden Sie sich zum Kurs nur paarweise (2 Personen) an. Für jede Person muss eine separate Anmeldung vorliegen!

Pa3303H Martina Katharina Sünkel

- 📅 17.-18.10.26, Sa/So, 09.30-16.15 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Wellness- und Tiefengewebssmassage für Paare

Dem Vorweihnachtsstress entfliehen

Wichtig: Bitte melden Sie sich zum Kurs nur paarweise (2 Personen) an. Für jede Person muss eine separate Anmeldung vorliegen!

Pa3304H Tobias Dreßler

- 📅 14.-15.11.26, Sa/So, 09.30-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Fußreflexzonenmassage

Pa3305H Ulrike Berensmeyer

- 📅 10.-11.10.26, Sa/So, 10.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

NATÜRLICH SCHLAFEN LERNEN

Mit Cornelia Michalek und dem Sounder Sleep System®

Als Cornelia Michalek während ihrer Feldenkrais-Ausbildung zum ersten Mal vom Sounder Sleep System® hörte, war es eine begeisterte Empfehlung einer Kollegin, die sie neugierig machte. „Das musst du erleben – es ist so einfach und gleichzeitig so tief wirksam!“ Wenig später fuhr sie selbst nach München, um Sounder Sleep System®-Practitioner zu werden und war von der unmittelbaren Wirkung überrascht.

„Ich hatte damals keine Schlafprobleme und fragte mich eher skeptisch, wie man Schlafen lernen soll“, erzählt Cornelia Michalek. „Und dann vergaß ich während der Übungen die Zeit und die Welt um mich herum. Durch den Atem und durch das Synchronisieren des Atems mit minimalen Bewegungen, zum Beispiel eines einzelnen Fingers, stellte sich ein wunderbares Gefühl von Sicherheit und innerer Geborgenheit ein. In diesem Moment wurde mir klar, was mit ›to sleep safe and sound‹ gemeint ist – ich schlief so friedlich und tief wie lange nicht mehr!“

Diese persönliche Erfahrung wurde zu einem weiteren Ankerpunkt der Geigen- und Feldenkraislehrerin Cornelia Michalek aus Berlin. Sie integrierte das vom US-Amerikaner Michael Krugman entwickelte Sounder Sleep System® dauerhaft in ihre Arbeit. Heute gehört es zu den zentralen Angeboten in ihrem Studio für Musik und Feldenkrais Berlin. Ein besonderer Schwerpunkt ihrer Tätigkeit ist die Arbeit an der Volkshochschule Berlin-Pankow. Dort übernahm Cornelia Michalek zunächst ganz spontan eine Kursvertretung – und blieb. Gerade die Volkshochschule ist für sie ein wichtiger Ort: „Ich liebe es, dort zu unterrichten, weil Menschen aus allen Altersgruppen, Berufen und Kulturen zusammenkommen. Diese Vielfalt macht die Kurse lebendig und menschlich sehr berührend.“

Die Teilnehmenden bringen ganz unterschiedliche Erfahrungen mit – von gelegentlichen Schlafproblemen bis zu langjährigen Schlafstörungen. Viele erleben schon im Kurs spürbare Entlastung. „Besonders schön ist es zu sehen, wie

entspannt und erfüllt die Menschen am Ende eines Workshops nach Hause gehen“, ergänzt Cornelia Michalek. Das Sounder Sleep System® ist ein leicht erlernbares Übungsprogramm zur Förderung von Schlaf und Entspannung. Es basiert auf kleinsten, achtsamen Bewegungen – den sogenannten Mini Moves – die im Einklang mit dem natürlichen Atempuls ausgeführt werden. Diese unterstützen das Nervensystem dabei, zur Ruhe zu kommen, Stress zu reduzieren und Schlafprozesse auf natürliche Weise einzuleiten. Bis heute hat Cornelia Michalek eine persönliche Lieblingsübung aus dem Sounder Sleep System®: ›Die Tiefe‹ – eine einfache, gut umsetzbare Anleitung, die gerade auch allen, die gerne auf der Seite schlafen, beste Entspannung ermöglicht.

Mit ihrer Verbindung von FELDENKRAIS®, Sounder Sleep System® und der langjährigen Unterrichtserfahrung als Geigenlehrerin an der Musikschule Fanny Hensel bietet Cornelia Michalek praxisnahe Wege zu mehr Ruhe, besserem Schlaf und nachhaltiger Selbstregulation im Alltag.



Den Kurs „Gesunder, erholsamer Schlaf“ finden Sie auf Seite 48.

Fortsetzung: Massage - Shiatsu

Handreflexzonenmassage



Pa3306H Lucia Fogarolo

📅 14.11.26, Sa, 10.00-15.45 Uhr, 7 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 26,25 € (ermäßigt 14,35 €)

Lomi-Lomi-Massage - Grundstufe

Wichtig: Bitte melden Sie sich zum Kurs nur paarweise (2 Personen) an.

Für jede Person muss eine separate Anmeldung vorliegen!

Pa3310H Runa Bulla

📅 26.-27.09.26, Sa/So, 10.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 14 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Tuina Anmo - die chinesische Massagetherapie

Pa3317H Axel Does

📅 07.-08.11.26, Sa/So, 10.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 14 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Shiatsu für Kopf und Kragen

Weniger Spannung - mehr Leichtigkeit in Nacken, Schultern und Kopf

Pa3320H Petra Lohan

📅 20.09.26, So, 10.00-15.45 Uhr, 7 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 26,25 € (ermäßigt 14,35 €)

Shiatsu für Frauen in den Wechseljahren

Mehr Balance und neue Energie in einer Zeit des Wandels

Pa3322H Petra Lohan

📅 06.12.26, Sa, 10.00-15.45 Uhr, 7 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 26,25 € (ermäßigt 14,35 €)

Autogenes Training - PMR - Entspannung

Gesund für den Beruf - Achtsamkeit und ganzheitliche Stressbewältigung



Pa3350H Peggy Pohl

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 26.-30.10.26, Mo-Fr, 09.15-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Autogenes Training zur Stressbewältigung und Entspannung im Alltag

Ein Wochenende zum Kennenlernen und Wiedereinsteigen

Pa3355H Margit Berrsen

📅 19.-20.09.26, Sa/So, 10.30-16.30 Uhr, 2 Termine, 14 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 55,01 € (ermäßigt 30,07 €)

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Pa3356H Anneke Reinhardt

📅 10.-11.10.26, Sa, 10.00-15.15 Uhr, So, 10.00-13.15 Uhr, 2 Termine, 10 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 40,01 € (ermäßigt 21,87 €)

Selbstfürsorge und Selbstmitgefühl: ab heute selbstverständlich

Die Praxis der Achtsamkeit und des Selbstmitgefühls kennenlernen

Pa3357H Martina Kneis

📅 01.09.-13.10.26, Di, 19.45-21.15 Uhr, 7 Termine, 14 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Ruhe und Erholung durch Konzentrierte Entspannung nach Goralewski/Gindler - Sensory Awareness

Pa3358H Thomas Niering

📅 03.11.-08.12.26, Di, 19.45-21.15 Uhr, 6 Termine, 12 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Meditation - Schlafgesundheit

Meditation - die innere Ruhe finden



Pa3376H Caroline Meyer Picard

📅 10.09.-03.12.26, Do, 10.00-11.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Gesunder, erholsamer Schlaf - Schlafseminar mit dem Sounder Sleep System®

Pa3383H Cornelia Michalek

📅 14.-15.11.26, Sa/So, 10.30-15.30 Uhr, 2 Termine, 13 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 49,99 € (ermäßigt 27,33 €)

Atem - Sprechen - Singen

Achtsames Atmen

Unser Atem als Werkzeug zur Beruhigung unseres Herz-Kreislauf- und Nervensystems

Pa3385H Alexander Bütow

📅 08.11.26, So, 10.00-15.45 Uhr, 7 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 26,25 € (ermäßigt 14,35 €)

Der Erfahrbare Atem nach Middendorf

Pa3387H Thomas Abee

📅 28.-29.11.26, Sa/So, 10.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 14 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Entspannter durch Bewegung, Atmung und Stimmklang /?ES

Schwingende Körper - entspannte Körper

Pa3388H Olga Osorio Lopez

📅 15.11.26, So, 10.00-13.00 Uhr, 4 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 15,00 € (ermäßigt 8,20 €)

Sing dich gesund!

Erleben Sie die wohltuende Kraft des gemeinsamen Singens!

Pa3391H Jutta Hille-Ostermann

📅 08.09.-24.11.26, Di, 10.00-11.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Pa3395H Jutta Hille-Ostermann

📅 07.11.-08.11.2026, Sa/So, 10.00-14.00 Uhr, 2 Termine, 10 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 37,50 € (ermäßigt 20,50 €)

Stärken Sie Ihre Alltagsstimme mit der Alexander-Technik

Innere Ruhe finden, Stimme spüren, klarer klingen

Pa3398H Meike Strohbach

📅 21.11.26, Sa, 10.15-16.00 Uhr, 7 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 26,25 € (ermäßigt 14,35 €)

Klare und klangvolle Stimme auf der Bühne mit der Alexander-Technik

Ein Kurs für Schauspieler:innen, Sänger:innen und Vortragende

Pa3399H Meike Strohbach

📅 28.-29.11.26, Sa/So, 10.30-16.15 Uhr, 2 Termine, 14 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Qigong und Tai Ji Quan

Bewegung und Körperwahrnehmung

In Ruhe ausgeführte Übungen, fließende Bewegungen, Meridiandehnung, Selbstmassagen und Akupressur wirken beruhigend, fördern Ausgeglichenheit und Konzentrationsvermögen. Regelmäßiges Üben stärkt nachweislich das Immunsystem und die Lebensenergie und führt ebenfalls zu einer gesunden geistigen Verfassung. Die Übungen sind leicht zu erlernen und im alltäglichen Leben anzuwenden.

Qigong und Stressbewältigung - Strategien für den Beruf



Pa3403H Dr. Oliver EB

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 19.-23.10.26, Mo-Fr, 09.15-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Pa3404H Dr. Oliver EB

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 26.-30.10.26, Mo-Fr, 09.15-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Qigong - Tanz der Tiere

Bärenkraft und Tigermut - Stärkung der Resilienz

Pa3405H Christel Sperlich

📅 26.-27.09.26, Sa/So, 10.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 14 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Qigong - Die 8 Brokate

Pa3406H Dr. Oliver EB

📅 14.-15.11.26, Sa/So, 09.30-16.15 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Qigong

Pa3407H Dr. Kuan-wu Lin

📅 31.08.-23.11.26, Mo, 19.30-21.00 Uhr, 11 Termine, 22 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)



Fortsetzung: Qigong

Pa3408H Dr. Kuan-wu Lin

- 📅 03.09.-26.11.26, Do, 08.00-09.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa3409H Stephan Gürtler

- 📅 03.09.-26.11.26, Do, 16.15-17.45 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa3410H Christa Kohlhaas

- 📅 16.09.-02.12.26, Mi, 09.00-10.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Qi Gong für Zwischendurch

Abschalten und Energie auffanken

Pa3411H Dr. Kuan-wu Lin

- 📅 02.09.-25.11.26, Mi, 11.45-12.30, 11 Termine, 11 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 41,25 € (ermäßigt 22,55 €)

Entspannt in den Abend mit Qigong

Pa3412H Tamara Müller

- 📅 03.09.-26.11.26, Do, 19.45-21.15 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa3415H Tamara Müller

- 📅 08.09.-06.10.26, Di, 19.45-20.45 Uhr, 5 Termine, 6 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 25,01 € (ermäßigt 13,67 €)

Qigong und Frauengesundheit - Fortgeschrittenstufe

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Nei Yang Gong oder ähnlich komplexen Übungsreihen. Bei Unsicherheit nehmen Sie bitte Kontakt mit der Kursleitung auf.

Pa3412H Beate Müller, Johanna David

- 📅 02.09.-25.11.26, Mi, 14.30-16.00 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Qigong - Der schwimmende Drache lächelt

Pa3413H Karin Hesch

- 📅 07.09.-30.11.26, Mo, 08.15-09.45 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Wirbelsäulenqigong - Chan Mi Qigong

Pa3417H Karin Hesch

- 📅 07.09.-30.11.26, Mo, 10.00-11.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa3420H Ana Rodriguez Perez

- 📅 19.-20.09.26, Sa/So 10.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Innen Nährendes Qigong - Nei Yang Gong

Umfassende Aktivierung der Wirbelsäule

Grundstufe

Pa3422H Christa Kohlhaas

- 📅 14.09.-30.11.26, Mo, 16.15-17.45 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Aufbaustufe

Voraussetzung für die Kursteilnahme ist, dass Sie die erste Reihe „Wandle Muskeln und Sehnen und bewege das Qi“ seit mindestens zwei Jahren praktizieren.

Pa3423H Christa Kohlhaas

- 📅 14.09.-30.11.26, Mo, 18.00-19.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Mit Qigong zu innerer Kraft

Pa3426H Dr. Kuan-wu Lin

- 📅 02.09.-25.11.26, Mi, 09.30-11.00 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa3427H Dr. Kuan-wu Lin

- 📅 04.09.-27.11.26, Fr, 13.45-15.15 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Tai Ji Qigong - Fünf Drachen

Pa3431H Dr. Kuan-wu Lin

- 📅 02.09.-25.11.26, Mi, 12.45-14.15 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Tai Ji Quan mit 24 Folgen

Grundstufe

Pa3443H Dr. Kuan-wu Lin

- 📅 31.08.-23.11.26, Mo, 11.45-13.15 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa3444H Honghao Wang

- 📅 31.08.-23.11.26, Mo, 18.00-19.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Schule am Senefelderplatz, Schönhauser Allee 165
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa3445H Dr. Kuan-wu Lin

- 📅 02.09.-25.11.26, Mi, 17.15-18.45 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Reinhold-Burger-Schule, Neue Schönholzer Str. 32
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa3447H Irene Gagel

- 📅 07.09.-23.11.26, Mo, 10.00-11.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Pa3448H Tamara Müller

- 📅 08.09.-01.12.26, Di, 10.15-11.45 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Aufbaustufe

Pa3458H Honghao Wang

- 📅 31.08.-23.11.26, Mo, 19.45-21.15 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Schule am Senefelderplatz, Schönhauser Allee 165
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa3459H Dr. Kuan-wu Lin

- 📅 02.09.-25.11.26, Mi, 19.00-20.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Reinhold-Burger-Schule, Neue Schönholzer Str. 32
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa3461H Honghao Wang

- 📅 03.09.-26.11.26, Do, 16.15-17.45 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

**Fortgeschrittenstufe****Pa3463H** Honghao Wang

- 📅 03.09.-26.11.26, Do, 18.00-19.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

**Tai Ji Quan mit 42 Folgen, gemischte Form**

Wichtig: Vorausgesetzt wird, dass Sie bereits mit einer Form des Tai Ji Quan oder einer anderen Kampfkunst vertraut sind.

**Pa3465H** Honghao Wang

- 📅 31.08.-23.11.26, Mo, 16.15-17.45 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Schule am Senefelderplatz, Schönhauser Allee 165
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Tai Ji Quan mit Fächer - 36er Yang-Stil - Teil 3

Wichtig: Vorausgesetzt wird, dass Sie den 2. Teil „Tai Ji Quan mit Fächer“ abgeschlossen haben und die Übungsfolge bis zur 20. Figur beherrschen.

**Pa3466H** Dr. Kuan-wu Lin

- 📅 05.09.-28.11.26, Sa, 16.30-18.00 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Yoga - Stufe I**Yoga**

An der Pankower Volkshochschule werden verschiedene Yogaarten gelehrt. Unser Yogaangebot gliedert sich in die Bereiche Hatha-Yoga und spezielle Yogaarten. Hatha-Yoga ist die jüngste der klassischen indischen Yogaformen und bildet die Grundlage für viele andere Yogaformen, die ebenso in unsere Kurse einfließen. Der zweite Bereich umfasst unterschiedliche Stile des Yogas, die individuell in den Kurstexten beschrieben werden. Yoga ist ein ganzheitliches und komplexes Trainingssystem, das durch Körper-, Atem- und Entspannungsübungen innere Ausgeglichenheit und Konzentrationsfähigkeit fördert sowie eine Kräftigung der Muskulatur bewirkt. Yoga stärkt ebenso Atem-, Kreislauf- und Stoffwechselfunktionen, verbessert die Stressregulation und beeinflusst das vegetative Nervensystem günstig. Unsere Kurse sind in Stufe I, Stufe II und Stufe III gegliedert.

Yoga I - Erfolgreich und entspannt im Beruf mit Yoga und Meditation**Pa3553H** Angela Streich-Rickel

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 19.-23.10.26, Mo-Fr, 09.15-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Yoga I**Pa3555H** Tanja Gentsch

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 11.30-13.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bucher Bürgerhaus, Franz-Schmidt-Straße 8-10
- € 49,20 € (ermäßigt)

Pa3556H Annette Kathrin Baar

- 📅 01.09.-17.11.26, Di, 16.15-17.45 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Pa3557H Dorothea Hartmann

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 08.00-09.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3558H Alexander Bütow

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 12.00-13.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3559H Alexander Bütow

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 18.00-19.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3560H Sigrun Wagner

- 📅 03.09.-26.11.26, Do, 16.15-17.45 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa3561H Anja Ehrenberg

- 📅 09.09.-02.12.26, Mi, 10.15-11.45 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Pa3562H Anja Ehrenberg

- 📅 11.09.-04.12.26, Fr, 08.30-10.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Yoga I - sanft**Pa3563H** Dorothea Hartmann

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 10.00-11.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3564H Katrein Frenzel

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 16.15-17.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Asana-Grundlagen: Die Kunst der stabilen Haltung

Für Anfänger:innen, Neugierige und Fortgeschrittene

Pa3565H Sigrun Wagner

- 📅 07.11.26, So, 10.00-15.00 Uhr, 5 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 21,26 € (ermäßigt 11,62 €)

Yoga - Stufe II - Fortgeschrittene**Yoga II**

Vorkenntnisse: 2-4 Semester

Pa3570H Anja Ehrenberg

- 📅 09.09.-02.12.26, Mi, 08.30-10.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Yoga für Fortgeschrittene**Pa3571H** Sigrun Wagner

- 📅 03.09.-26.11.26, Do, 18.00-19.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Spezielle Yogaarten

Yin Yoga

Pa3585H Alexander Bütow

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 16.45-18.00 Uhr, 12 Termine, 20 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Pa3586H Alexander Bütow

- 📅 04.09.-04.12.26, Fr, 18.00-19.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3587H Amely Gundlach

- 📅 11.09.-27.11.26, Fr, 17.30-19.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Pa3588H Leila Marie Patzies

- 📅 10.10.26, Sa 10.00-15.45 Uhr, 7 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 26,25 € (ermäßigt 14,35 €)

Yin Yoga und Faszientraining

Pa3589H Runa Bulla

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 16.15-17.45 Uhr, 11 Termine (kein Unterricht am 14.10.26), 22 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Yin Yoga und Soundreise

Pa3590H Runa Bulla

- 📅 22.11.26, So, 10.00-15.45 Uhr, 7 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 26,25 € (ermäßigt 14,35 €)

Yin Yoga und Akupressur

Gesundheit und Balance für Ihren Körper

Pa3591H Runa Bulla

- 📅 05.12.26, Sa 10.00-15.45 Uhr, 7 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 26,25 € (ermäßigt 14,35 €)

Yin-Yang-Yoga

Pa3592H Alexander Bütow

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 19.45-21.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Yoga - Atmung - Meditation

Pa3593H Alexander Bütow

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 19.45-21.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Yoga Slow - die Mitte in sich finden

Pa3595H Annette Kathrin Baar

- 📅 03.09.-19.11.26, Do, 09.00-10.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Yoga und Faszientension

Pa3596H Runa Bulla

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 15.45-17.15 Uhr, 11 Termine (kein Unterricht am 13.10.26), 22 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)



Selbstfürsorge und Achtsamkeit mit Yoga und Faszienspannung

Pa3597H Runa Bulla

📅 02.09.-02.12.26, Mi, 18.00-19.30 Uhr, 11 Termine (kein Unterricht am 14.10.26), 22 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Yoga für Schwangere - Kundalini Yoga

Ab der 12. Schwangerschaftswoche empfohlen

Pa3600H Grit Zeume

📅 09.09.-07.10.26, Mi, 11.45-13.15 Uhr, 5 Termine, 10 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 37,50 € (ermäßigt 20,50 €)

Pa3601H Grit Zeume

📅 04.11.-02.12.26, Mi, 11.45-13.15 Uhr, 5 Termine, 10 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 37,50 € (ermäßigt 20,50 €)

Rückbildungsyoga für Mütter mit Babys

Für Mütter mit ihren Babys von 3 Monaten bis ins Laufalter

Pa3602H Grit Zeume

📅 09.09.-07.10.26, Mi, 13.30-15.00 Uhr, 5 Termine, 10 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 37,50 € (ermäßigt 20,50 €)

Pa3603H Grit Zeume

📅 04.11.-02.12.26, Mi, 13.30-15.00 Uhr, 5 Termine, 10 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 37,50 € (ermäßigt 20,50 €)

Yoga I - Vinyasa Flow

Pa3610H Katrein Frenzel

📅 31.08.-30.11.26, Mo, 16.15-17.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Yoga II - Vinyasa Flow

Pa3612H Katrein Frenzel

📅 31.08.-30.11.26, Mo, 18.00-19.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Yoga - Kundalini

Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Pa3615H Volker Neuert

📅 08.09.-01.12.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Körperbewusstsein - Alexander-Technik - Feldenkrais®

Leichtigkeit und Gelassenheit lernen für den Beruf durch die Alexander-Technik



Pa3650H Meike Strohbach

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 19.-23.10.26, Mo-Fr, 09.15-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Gesund für den Beruf - Salutogenese und Alexander-Technik



Pa3651H Tanja Hübner, Dr. Jutta Mönnich

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 16.-20.11.26, Mo-Fr, 09.15-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Praxis Dr. Jutta Mönnich, Jasmunder Straße 4

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Mach mal Pause! Mit Alexander-Technik zu neuer Kraft

Pa3652H Tanja Hübner

📅 26.-27.09.26, Sa/So, 10.00-14.00 Uhr, 2 Termine, 10 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 37,50 € (ermäßigt 20,50 €)

Einführung in die Alexander-Technik

Mein Potenzial für leichtes Bewegen und innere Gelassenheit entdecken

Pa3653H Meike Strohbach

📅 10.10.26, Sa, 13.00-16.00 Uhr, 4 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 15,00 € (ermäßigt 8,20 €)

Alexander-Technik für Zwischendurch

Zur Ruhe kommen und neu ausrichten

Pa3654H Meike Strohbach

📅 02.-24.11.26, Mo, 18.00-20.00 Uhr (Einführung), Di, 12.00-13.00 Uhr, 4 Termine, 8 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Alexander-Technik für Fortgeschrittene - Innehalten und Ausrichten praktisch anwenden Für Alltag, Büro, Sport, Musik und Stimme

Pa3655H Meike Strohbach

📅 07.-08.11.26, Sa, 13.00-16.00 Uhr, So, 10.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 11 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 41,25 € (ermäßigt 22,55 €)

Alexander-Technik für Musiker:innen

Natürlich bewegen, sicher auftreten und den Klang entfalten

Pa3656H Meike Strohbach

📅 17.10.26, Sa, 10.00-15.45 Uhr, 7 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 26,25 € (ermäßigt 14,35 €)

Feldenkrais®

Bewusstheit durch Bewegung

Pa3660H Hilde Daniel

📅 31.08.-30.11.26, Mo, 11.50-13.20 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa3661H Hilde Daniel

📅 02.09.-07.10.26, Mi, 14.30-16.00 Uhr, 6 Termine, 12 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Pa3662H Hilde Daniel

📅 04.11.-02.12.26, Mi, 14.30-16.00 Uhr, 5 Termine, 10 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 37,50 € (ermäßigt 20,50 €)

Pa3663H Hilde Daniel

📅 02.09.-07.10.26, Mi, 19.45-21.15 Uhr, 6 Termine, 12 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)



DIE KUNST DES NICHT-KÄMPFENS

Aikido und Selbstschutz mit Roland Klimpel und Marion Kranz

80 dicke, glatte Mattenquadrate bedecken das Parkett in der modernen Turnhalle in der Schulstraße. Ihr mattes Hellgrün verleiht der Halle noch mehr Leichtigkeit und Harmonie. Zehn Teilnehmer:innen ganz unterschiedlichen Alters tummeln sich barfuß darauf und kommen sitzend im „Seiza“, dem Fersensitz, zur Ruhe.

Mit seiner weiß-schwarzen Kleidung wirkt Kursleiter Roland Klimpel wie ein designer Kontrapunkt im Raum. Man spürt die Kraft, die Ruhe, die Konzentration, die von ihm ausgehen. Freundlich und offen begrüßt er die Teilnehmer:innen mit einer Verbeugung, die sich „Re“ nennt. Seine Worte sind so klar und schnörkellos wie die elegante Atmosphäre in der Turnhalle. Aikido, so sagt er, bedeute in der ersten Silbe „Harmonie“ und in der letzten Silbe „Weg“. Das entscheidende „Ki“ in der Mitte ließe sich nur umschreiben: Es ist das mentale Bild, das über die Sache, das Objekt – vielleicht auch über die eigene Begrenztheit – hinausgeht. Das Ziel von Aikido ist es, der Kraft oder Gewalt nicht zu begegnen, indem man sie erwidert, sondern indem man sie lenkt und abwehrt. Das gelingt mit „Ki“, der Gedankenkraft. Deshalb sind die Teilnehmer:innen hier: Sie wollen lernen, wie man sich gezielt einer brenzligen Situation entziehen kann, wenn man sie nicht vermeiden konnte.

Als Träger des 6. Dan Aikido und langjähriger Lehrer für Aikido, Selbstsicherheit und Feldenkrais ist es Roland Klimpel wichtig zu vermitteln, dass man Sicherheit erlernen kann: Welche Signale körpersprachlicher Art helfen mir bei Gefahr? Wie setze ich meine Stimme wirkungsvoll ein? Wie löse ich mich aus einem Griff ohne viel Kraft? In seinen Kursen geht es um ein Erkennen der richtigen Antwort und um Bewegungspraxis. Denn erst wenn der Körper weiß, wie er sich korrekt bewegen kann, erlangt der gesamte Mensch die erforderliche Selbstsicherheit.



Zurück zum Kursgeschehen. Die Trainingspaare üben das „Umschubsen“ und ungläubiges Staunen weicht eindrucksvollen Aha-Momenten der Praxis. Denn es ist wichtig, wie man seinen Stand „denkt“, das heißt, wie man sich seines Schwerpunktes unterhalb des Bauchnabels bewusst ist. Damit entsteht eine aktionsbereite Standfestigkeit, die Ausgangspunkt für schnelles Handeln wird. Und es geht noch imposanter! Ein leicht ausgestreckter Arm, gepackt von einem Angreifenden, erweist sich als erstaunlich stabil und wehrhaft, wenn man über den Angriffspunkt und den Angreifenden hinausdenkt – ganz im Sinne des „Ki“. Aber auch nur dann. Das notwendige Hintergrundwissen vermittelt Roland Klimpel ebenso freundlich wie präzise und immer mit der notwendigen Ernsthaftigkeit. „Aikido ist kein Spiel“, betont er. „Aikido ist eine geistige Haltung des Nicht-Kämpfens. Sie erfordert Übung sowohl auf körperlicher als auch auf geistiger Ebene.“

Seit 1999 leitet Roland Klimpel Aikido-Kurse an der VHS Pankow, seit 2001 auch Feldenkrais-Kurse. Beide Bewegungsschulen kombiniert er auf neue Weise in seinem Kurs „Selbstorganisation und Selbstverteidigung“. Mit seiner Partnerin Marion Kranz, 1. Dan Aikido, hat er für die VHS Pankow weitere Kurse für unterschiedliche Zielgruppen konzipiert. Sie arbeitete drei Jahrzehnte als Polizei-Psychologin in Berlin und steuert wichtige Erkenntnisse zum Verhalten in bedrohlichen Situationen bei. Ein zentrales Anliegen ist ihr die Überwindung der Scham. Sie sagt: „Der Angreifer muss sich schämen, nicht das Opfer! Belästigungssituationen und Angriffe sind aber oft mit dem Gefühl der Peinlichkeit verbunden. Dieses Gefühl hindert uns daran, andere offensiv auf unsere Lage aufmerksam zu machen. Andere Menschen helfen aber eher, wenn die Notlage eindeutig ist.“

Grenzen setzen zu lernen und sich selbst ermächtigen, zu handeln – das sind zentrale Aspekte dieser Kurse. Roland Klimpel und Marion Kranz laden interessierte Menschen ein, Aikido als Weg zur Selbststärkung auszuprobieren. Dabei betonen sie, dass dieser Weg auch viel Freude bereitet.

Kurse mit Roland Klimpel und Marion Kranz finden Sie auf Seite 56.



Fortsetzung: **Feldenkrais®**

Bewusstheit durch Bewegung

Pa3664H Hilde Daniel

- 📅 04.11.-02.12.26, Mi, 19.45-21.15 Uhr, 5 Termine, 10 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 37,50 € (ermäßigt 20,50 €)

Beweglicher werden und beweglich bleiben

Pa3665H Hilde Daniel

- 📅 03.09.-15.10.26, Do, 11.30-13.00 Uhr, 6 Termine (kein Unterricht am 01.10.26), 12 UE
- 🏠 Bucher Bürgerhaus, Franz-Schmidt-Straße 8-10
- € 24,60 € (ermäßigt)

Pa3666H Hilde Daniel

- 📅 05.11.-03.12.26, Do, 11.30-13.00 Uhr, 5 Termine, 10 UE
- 🏠 Bucher Bürgerhaus, Franz-Schmidt-Straße 8-10
- € 20,50 € (ermäßigt)

Freie Schultern und leichte Arme

Pa3667H Beate Gänssle

- 📅 19.09.26, Sa, 10.30-15.30 Uhr, 6 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 22,50 € (ermäßigt 12,30 €)

Weicher Kiefer und freier Kopf

Pa3668H Beate Gänssle

- 📅 17.-18.10.26, Sa/So, 10.30-15.30 Uhr, 2 Termine, 12 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Gesicht, Kiefer, Augen

Pa3669H Roland Klimpel

- 📅 14.11.26, Sa, 11.00-16.00 Uhr, 6 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 22,50 € (ermäßigt 12,30 €)

Kopf-und-Bauch-Zusammenhänge

Pa3670H Roland Klimpel

- 📅 22.11.26, So, 11.00-16.00 Uhr, 6 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 22,50 € (ermäßigt 12,30 €)

Beweglichkeit des Beckens, der Wirbelsäule und des Schultergürtels

Pa3672H Roland Klimpel

- 📅 28.11.26, Sa, 11.00-16.00 Uhr, 6 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 22,50 € (ermäßigt 12,30 €)

Selbstverteidigung - Kampfkunst

Aikido und Feldenkrais - Selbstorganisation und Selbstverteidigung

Pa3673H Roland Klimpel

- 📅 07.11.26, Sa, 11.00-16.00 Uhr, 6 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 22,50 € (ermäßigt 12,30 €)

Aikido - gewaltlose Selbstverteidigung

Pa3674H Roland Klimpel

- 📅 06.10.-01.12.26, Di, 19.45-21.15 Uhr, 7 Termine, 14 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Iaido - die japanische Schwertkampfkunst

Pa3675H André zum Bruch

- 📅 03.09.-26.11.26, Do, 20.00-21.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Eliashof, Senefelderstraße 6
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Selbstbehauptung - Selbstschutz - Selbstverteidigung für Mütter und Töchter

Für Mädchen von 12 bis 18 Jahren. Der Kurs ist für Mädchen kostenlos. Bitte melden Sie Ihr Kind nicht online, sondern mit Hilfe eines Anmeldeformulars (mit Angabe des Geburtsdatums) an. Anmeldeformulare finden Sie auf der letzten Seite des Programmhefts und unter www.vhspankow.de.

Pa3676H Roland Klimpel, Marion Kranz

- 📅 21.11.26, Sa, 11.00-16.00 Uhr, 6 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 25,01 € (ermäßigt 13,67 €)

Selbstbehauptung - Selbstschutz - Selbstverteidigung für queere Menschen

Pa3677H Roland Klimpel, Marion Kranz

- 📅 05.12.26, Sa, 11.00-16.00 Uhr, 6 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 25,01 € (ermäßigt 13,67 €)

Selbstbehauptung - Selbstschutz - Selbstverteidigung

Pa3678H Roland Klimpel, Marion Kranz

- 📅 13.12.26, Sa, 11.00-16.00 Uhr, 6 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 25,01 € (ermäßigt 13,67 €)

Selbstverteidigung für Frauen

Pa3680H Walter Carow

- 📅 10.-11.10.26, Sa/So, 10.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Selbstverteidigung mit Alltagsgegenständen

Pa3681H Walter Carow

- 📅 13.09.26, So, 10.00-15.45 Uhr, 7 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 26,25 € (ermäßigt 14,35 €)

Mach mal Volkshochschule, Pankow!

Entscheiden Sie mit,
welche Kurse die
Volkshochschule in Ihrem
Stadtteil anbietet.

Machen Sie jetzt bei unserer Umfrage mit:
machmal.vhspankow.de



Das vollständige Programm,
neue Angebote und Service-Informationen
immer aktuell nur im Web
www.vhspankow.de



Gesunde Ernährung und Kochkultur

Eine gesunde und vollwertige Ernährung ist Basis für das körperliche und seelische Wohlbefinden. Sie trägt dazu bei, Wachstum, Entwicklung und Leistungsfähigkeit sowie die Gesundheit des Menschen zu fördern bzw. zu erhalten. Unsere Kochkurs-Angebote schulen das Bewusstsein für eine gesundheitsfördernde Ernährung und vermitteln Techniken zur schonenden Zubereitung von Speisen.

Allgemeine Informationen, Tipps zum jeweiligen Kurs-thema und entsprechende Rezepte für daheim sind in den Kursverlauf integriert. Alle Kochkurse (Ausnahme: Weinseminare) beinhalten im Kursentgelt eine Umlage für die benötigten Lebensmittel. Sollten Sie Ihre Teilnahme stornieren müssen, so erhalten Sie das Kursentgelt bis zum sechsten Tag vor Kursbeginn erstattet. Bei später eingehenden Abmeldungen wird der Anteil der Lebensmittelumlage einbehalten. Da in der Lehrküche keine Geschirrhandtücher und keine Schürzen zur Verfügung gestellt werden können, bringen Sie bitte eigene mit. Außerdem empfehlen wir, einen Vorratsbehälter und ein scharfes Messer zum Kochkurs parat zu haben.

Ein Hinweis: Das gemeinsame Aufräumen und Säubern der Küche ist Teil eines jeden Kurses.

Christian Schmelter

Programmbereichsleitung
Gesundheit informativ
Gesunde Ernährung und Kochkultur



Die Kurssprache ist Deutsch. Bei Bedarf kann die Kursleitung Ihre Fragen in der angegebenen Sprache beantworten.



Der Kurs wird in der angegebenen Sprache unterrichtet.



Vegetarischer Kochkurs



Veganer Kochkurs



Angebote, die besonders für Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 16 bis 27 Jahren geeignet sind.



Alle Angebote dieses Programmbereichs immer aktuell auf unserer Webseite, mit ausführlichen Informationen und Möglichkeit zur Online-Anmeldung.

kochen.vhspankow.de

Informationsveranstaltungen

Gesunde Ernährung im Kindesalter

Eine Einführung

Pa3700H Dr. Cornelia Rißmann
📅 09.09.26, Mi, 18.00-20.15 Uhr, 3 UE
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
€ 4,55 €

Nachhaltige Ernährung: Vom Boden bis ins Mikrobiom

Pa3701H Dr. Cornelia Rißmann
📅 25.11.26, Mi, 18.00-20.15 Uhr, 3 UE
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
€ 4,55 €

Darmgesundheit im Fokus

Wie Bakterien unser Wohlbefinden beeinflussen

Pa3702H Dr. rer. med. Franz-Werner Dippel
📅 24.11.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 2 UE
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
€ 4,20 €

Lebensmittel unter der Lupe

Inhaltsstoffe erkennen und bewerten

Pa3703H Dr. Cornelia Rißmann
📅 10.11.26, Di, 18.00-21.00 Uhr, 4 UE
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
€ 4,90 €

Fett im Blick – ein Ölwechsel für die Gesundheit

Pa3704H Dr. rer. med. Franz-Werner Dippel
📅 17.11.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 2 UE
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
€ 4,20 €

Allergisch auf Essen?

Allergien, Pseudoallergien, Intoleranzen

Pa3705H Dr. rer. med. Franz-Werner Dippel
📅 10.11.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 2 UE
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
€ 4,20 €

Nahrungsergänzungsmittel

Durchblick im Pillen-Dschungel

Pa3706H Dr. rer. med. Franz-Werner Dippel
📅 08.12.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 2 UE
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
€ 4,20 €

Wie geht Intervallfasten?

Pa3707H Dr. rer. med. Franz-Werner Dippel
📅 03.11.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 2 UE
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
€ 4,20 €

Unser Nervensystem: Körperfunktion und Psychohygiene

Pa3708H Dr. Cornelia Rißmann
📅 03.11.26, Di, 18.00-20.15 Uhr, 3 UE
🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud
€ 4,55 €

Das unterschätzte Organ: Unsere Leber

Pa3709H Dr. Cornelia Ribmann

📅 14.10.26, Mi, 18.00-20.15 Uhr, 3 UE

🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

€ 4,55 €

Schlaf gut! - Wissenswertes zum Thema Schlaf und Ernährung

Pa3710H Dr. Cornelia Ribmann

📅 24.08.26, Mo, 18.00-20.15 Uhr, 3 UE

🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

€ 4,55 €

Der Männerweg zur Gesundheit

Pa3711H Dr. rer. med. Franz-Werner Dippel

📅 01.12.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 2 UE

🏠 Onlinevortrag, Lernplattform vhs.cloud

€ 4,20 €



Naturkosmetik

Aromatherapie - wärmende Düfte für Körper und Seele

Einführung in die Aromapflege mit Theorie und Praxis

Pa3712H Brigitte Karbe

📅 30.11.26, Mi, 18.00-21.00 Uhr, 4 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 18,10 € (ermäßigt 11,30 €)

Naturkosmetik für den Winter selber hergestellt

Zum Verwöhnen und Verschenken

Pa3730H Brigitte Karbe

📅 09.12.26, Mi, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 39,25 € (ermäßigt 30,75 €)

Basiskurse - Grundlegendes

Küchenworkshop für Einsteiger:innen

Teil 1: Vegetarisch

Pa3750H Kay Ivers

📅 17.09.26, Do, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 29,25 € (ermäßigt 20,75 €)



Teil 2: Fisch

Pa3751H Kay Ivers

📅 08.10.26, Do, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 33,25 € (ermäßigt 24,75 €)

Teil 3: Asiatisch

Pa3752H Kay Ivers

📅 19.11.26, Do, 17.00-21.30 Uhr, 6 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 35,50 € (ermäßigt 25,30 €)

Die Soße - Königin eines jeden Gerichts

Pa3753H Kay Ivers

📅 10.10.26, So, 10.30-16.30 Uhr, 8 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 49,00 € (ermäßigt 35,40 €)

Vegetarischer Genuss

Yotam Ottolenghi - Star der modernen Gemüseküche

Gemüse-Menü nach Ottolenghi

Pa3760H Michael Adrians

📅 14.10.26, Mi, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 35,25 € (ermäßigt 26,75 €)



Bunte Herbstküche mit Wildfrüchten und Kräutern

Aromatisch und vegetarisch

Pa3761H Brigitte Karbe

📅 21.09.26, Mo, 17.00-21.15 Uhr, 5 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 39,60 € (ermäßigt 29,96 €)



Buddha Bowls

Freude und Genuss aus einer Schale

Pa3762H Kerstin Thea Erwid

📅 08.11.26, So, 11.00-16.15 Uhr, 7 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 49,75 € (ermäßigt: 37,85 €)

Wenn's draußen kalt wird ...

Vegetarische Knödel mit einem Pilzgulasch, Wintersalat und brauner Butter

Pa3763H Michael Adrians

📅 11.11.26, Mi, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 34,25 € (ermäßigt 25,75 €)



Die vegetarische Küche der Anden

Neue Rezepte aus der peruanischen Höhenlage

Pa3764H Victor Marcial Mendivil

📅 05.11.26, Do, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 35,25 € (ermäßigt 26,75 €)



Persische vegetarische Küche

Pa3765H Roya Vahedi

📅 29.11.26, So, 11.00-16.30 Uhr, 7 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 49,65 € (ermäßigt 37,19 €)



VEGAN IST GENIAL

Alexandra Adam im Interview

„Vegan ist genial“ - was genau meinen Sie damit und was sagen Sie Menschen mit Lust auf Fleischgenuss?

Genial sind die Einfachheit und die unmittelbare Wirkung: Wir nähren nicht nur den Körper, sondern auch unsere Lebensenergie. Vegan bedeutet für mich kein Weglassen, sondern ein Hinzufügen von Vielfalt. Wenn ich auf Menschen treffe, die Fleisch lieben, argumentiere ich nicht mit Verzicht, sondern mit dem Genusserelebnis. Ich lade sie ein, die Texturen und die tiefe Umami-Würze der Pflanzenküche zu entdecken. Es geht um Neugier, nicht um Missionierung.

Sie leben seit 2012 vegan. Was war der Auslöser für den Ernährungswechsel?

Der Auslöser war der Wunsch nach einer tieferen Verbindung zu mir selbst und der Natur und unter anderem wieder das Gesundsein zu spüren. Dies hat ca. 3 Jahre gedauert. Rückblickend konnte ich vor allem gesundheitliche Probleme wie Entzündungsprozesse und ein konstantes Energietief auflösen. Mein Körper fühlt sich heute „leichter“ und belastbarer an. Diese Vitalität ist das beste Argument, das ich meinen Kursteilnehmer:innen mitgeben kann.

Welche Landesküche Ihrer Kursreihe „Vegane Weltreise“ ist traditionell am meisten vegan geprägt?

Ganz klar die indische und die äthiopische Küche! In Indien zum Beispiel sind Hülsenfrüchte und Gewürze seit Jahrtausenden die Hauptdarsteller. Diese Küchenkulturen zeigen uns, dass man für ein Festmahl kein Fleisch braucht, wenn die Aromen von Kreuzkümmel, Kurkuma und frischen Kräutern meisterhaft kombiniert werden.

Theorie versus Praxis: Wie ist das Verhältnis in Ihren Kursen?

Etwa 30% Wissen, 70% Handwerk. Mir ist wichtig, dass die Teilnehmer:innen verstehen, warum wir beispielsweise eine Gemüsepaste selbst herstellen, warum wir fermentieren oder bestimmte Kräuter nutzen. Aber das Herzstück ist das gemeinsame Schnuppeln, Riechen und Abschmecken.

Was sind die häufigsten Fragen der Teilnehmenden?

Die Klassiker sind: Bekomme ich genug Proteine, Vitamine? Ist das nicht furchtbar aufwendig? Neulinge sind oft verblüfft, wie satt und gleichzeitig beschwingt sie sich nach einem rein pflanzlichen Drei-Gänge-Menü fühlen. Dieser Aha-Moment ist für mich das Schönste.

Ihre fünf Gründe, vegane Ernährung auszuprobieren, sind ...?

1. Energie: Man entkommt dem „Suppenkoma“.
2. Entdeckung: Neue Zutaten und Gewürze bereichern den Speiseplan.
3. Klimaschutz: Der kleinste ökologische Fußabdruck beginnt auf dem Teller.
4. Klarheit: Viele spüren eine mentale Frische.
5. Mitgefühl: Ein friedvoller Umgang mit allen Lebewesen.

Was empfehlen Sie bei Heißhunger auf Grillhähnchen?

In veganer Butter gebratene Kräuterseitlinge oder marinierte Soja-Schnitzel mit viel geräuchertem Paprikapulver und Geflügelgewürz. Es ist oft das Aroma und die Textur, die wir suchen, nicht das Tier an sich.

Und Ihre fünf Lebensmittel für die einsame Insel sind ...?

1. Leinsamen - wegen Omega-3-Fettsäuren und für die Verdauung
2. Hefeflocken - für den würzigen Käseerz
3. Linsen - als Kraftpakete
4. Wildkräuter-Samen - um mir meinen Garten zu erschaffen
5. Dunkle Schokolade - für die Seele

**Kurse mit Alexandra Adam
siehe Seite 61.**



Veganer Genuss

Vegane Weltreise

Deutsche Heimatküche - neu definiert

Pa3770H Alexandra Adam

📅 04.12.26, Fr, 17.00-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 39,10 € (ermäßigt 29,46 €)



Griechenland - das Leuchten der Kykladen

Pa3771H Alexandra Adam

📅 09.10.26, Fr, 17.00-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 39,10 € (ermäßigt 29,46 €)



Casablanca - Marokkanische Träume

Pa3772H Alexandra Adam

📅 20.11.26, Fr, 17.00-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 39,10 € (ermäßigt 29,46 €)



Brasilien und Afrika - kontinentale Kraftpakete

Pa3773H Alexandra Adam

📅 24.11.26, Di, 17.00-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 39,10 € (ermäßigt 29,46 €)



Ayurvedische Küche

Ayurvedische Blitzgerichte

Im Herbst: Schnell, gesund und vegetarisch

Pa3780H Brigitte Karbe

📅 15.10.26, Do, 16.30-21.00 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 40,50 € (ermäßigt 30,30 €)



Nachhaltig kochen

Nachhaltig kochen

Pa3790H Cordula Maria Kuck

📅 07.12.26, Mo, 17.00-21.30 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 40,50 € (ermäßigt 30,30 €)



Wilde Fermentation

Was unter der Lake ruht, wird gut!

Pa3791H Kerstin Thea Erwied

📅 26.09.26, Sa, 11.00-16.15 Uhr, 7 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 48,75 € (ermäßigt 36,85 €)



Kimchi

Pa3792H Kerstin Thea Erwied

📅 21.11.26, Sa, 11.00-16.15 Uhr, 7 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 47,75 € (ermäßigt 35,85 €)



Superfood Möhre - in 4 Gängen

Pa3793H Cordula Maria Kuck

📅 13.10.26, Di, 17.00-21.30 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 40,50 € (ermäßigt 30,30 €)



Darm in Balance

Leckere Rezepte für einen gesunden Darm

Pa3794H Dr. Cornelia Reißmann

📅 05.09.26, Sa, 10.00-14.30 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 40,50 € (ermäßigt 30,30 €)

Themenküche

Kulinarisches Erbe: Eisbein mit Sauerkraut

Pa3800H Kay Ivers

📅 01.10.26, Do, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 31,25 € (ermäßigt 22,75 €)

Eintöpfe international - legendäre Rezepte aus Europa

Pa3801H Kay Ivers

📅 12.11.26, Do, 17.00-21.30 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 40,50 € (ermäßigt 30,30 €)

Mittelalterliche Küche

Was Bauern und Ritter verspeisten

Pa3802H Dr. Cornelia Reißmann

📅 18.10.26, So, 10.00-14.30 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 40,50 € (ermäßigt 30,30 €)

Das kleine Kochduell

Pa3803H Dr. Cornelia Reißmann

📅 22.11.26, So, 10.00-14.30 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 40,50 € (ermäßigt 30,30 €)

Omas saftige Hefebleckkuchen

Bienenstich, Apfel- und Pflaumenkuchen

Pa3804H Michael Adrians

📅 07.10.26, Mi, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 31,25 € (ermäßigt 22,75 €)

Internationales Essen unter Freunden

Ein Kurs für Menschen mit und ohne Behinderung



Pa3810H Claudio Cassetti

📅 25.09.26, Fr, 16.00-20.30 Uhr, 6 UE

📍 RBO Wohngemeinschaften, Spittastraße 36

€ entgeltfrei

Europäische Küche

Italienische Vorspeisen und Antipasti

Appetitregender und Schwarzkohl aus der italienischen Küche



Pa3830H Claudio Cassetti

📅 07.11.26, Sa, 10.00-14.30 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 35,50 € (ermäßigt 25,30 €)

Gnocchi und Pasta mit Wild und Trüffel - Saluti!

Pa3831H Michael Adrians

📅 18.11.26, Mi, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 40,25 € (ermäßigt 31,75 €)

Fortsetzung: Europäische Küche

Menu à la française – Steak flambiert mit Cognac

Pa3832H Michael Adrians

📅 04.11.26, Mi, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 41,25 € (ermäßigt 32,75 €)

Eine kulinarische Reise nach Georgien

Pa3835H Shay Dashevsky

📅 06.10.26, Di, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 34,25 € (ermäßigt 25,75 €)

Internationale Küche

Streetfood-Klassiker aus dem Nahen Osten

vegetarisch

Pa3837H Shay Dashevsky

📅 27.08.26, Do, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 34,25 € (ermäßigt 25,75 €)

Beachten Sie auch die **Kursangebote zur vegetarischen Küche** auf Seite 59.

Levantinische Fusionküche

Eine kulinarische Reise durch den Nahen Osten

Pa3838H Shay Dashevsky

📅 20.09.26, So, 10.00-14.30 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 38,50 € (ermäßigt 28,30 €)

Persisches Festmenü

Pa3841H Roya Vahedi

📅 28.11.26, Sa, 11.00-16.30 Uhr, 7 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 50,65 € (ermäßigt 38,19 €)

Authentic Indian cuisine – authentische indische Küche

DE+EN

New recipes – neue Rezepte

Pa3845H Anjali Manthanwar

📅 11.09.26, Fr, 17.00-21.30 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 43,50 € (ermäßigt 33,30 €)

Pa3846H Anjali Manthanwar

📅 09.11.26, Fr, 17.00-21.30 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 43,50 € (ermäßigt 33,30 €)

Ein Fest für die Sinne – die vielseitige Gewürzküche Indiens

vegetarisch

Pa3848H Brigitte Karbe

📅 06.11.26, Fr, 16.30-21.15 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 44,40 € (ermäßigt 33,64 €)

Beachten Sie auch die **Kursangebote zur vegetarischen Küche** auf Seite 59.



Date Night Indian

Fresh and delicate seafood

Pa3849H Pamela Roy

📅 27.09.26, Fr., 16.45-21.15 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 43,50 € (ermäßigt: 33,30 €)



Sacred Pumpkin Feast

A rare temple-inspired indian menu

Pa3850H Pamela Roy

📅 12.10.26, Mo, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 31,25 € (ermäßigt: 22,75 €)



Indian Restaurant Classics

Lassi, Naan and Butter chicken

Pa3851H Pamela Roy

📅 27.11.26, Fr, 16.45-21.15 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 39,50 € (ermäßigt: 29,30 €)



Hakko-Labo, Miso, Koji und Kimchi

Pa3854H Shoko Kono

📅 28.08.26, Fr, 18.00-21.00 Uhr, 4 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 29,00 € (ermäßigt 22,20 €)



Sushi - einfach zubereitet

Pa3855H Shoko Kono

📅 13.11.26, Fr, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 33,25 € (ermäßigt 24,75 €)



Konamon aus Osaka

Pa3856H Shoko Kono

📅 04.09.26, Fr, 18.00-21.00 Uhr, 4 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 29,00 € (ermäßigt 22,20 €)



Sushi selbst rollen - Futomaki und mehr

Japanischer Kochkurs mit Live-Musik

Pa3857H Ritsuko Günther

📅 29.08.26, Sa, 11.00-16.00 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 43,35 € (ermäßigt 32,01 €)



Vegetarische Umami

Pa3858H Shoko Kono

📅 16.10.26, Fr, 18.00-21.00 Uhr, 4 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 29,00 € (ermäßigt 22,20 €)



Ramen-Fabrik Tonkotsu

Pa3859H Shoko Kono

📅 14.11.26, Sa, 10.00-13.45 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 34,25 € (ermäßigt 25,75 €)



Bento-Box mit Teriyaki-Hähnchen und herbstlichen Aromen

Japanischer Kochkurs mit Live-Musik

Pa3860H Ritsuko Günther

📅 19.09.26, Sa, 11.00-16.00 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 43,35 € (ermäßigt 32,01 €)



Vegetarische novoandine Küche

Pa3862H Victor Marcial Mendivil

📅 18.09.26, Fr, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 35,25 € (ermäßigt 26,75 €)



Peruanisch-kreolische Küche

Pa3863H Victor Marcial Mendivil

📅 29.09.26, Di, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 35,75 € (ermäßigt 27,25 €)



Typisches aus der nordperuanischen Küche

Pa3864H Victor Marcial Mendivil

📅 10.11.26, Di, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 35,75 € (ermäßigt 27,25 €)



Chiles en Nogada: Un patillo para celebrar

Pa3866H Lissete Martinez Vazquez

📅 02.10.26, Fr, 17.00-21.00 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 37,65 € (ermäßigt 28,59 €)



Recorriendo México - Delicias de Yucatán

Tacos de Cochinita Pibil - Caballeros Pobres

Pa3867H Lissete Martinez Vazquez

📅 17.11.26, Di, 17.00-21.00 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 35,65 € (ermäßigt 26,59 €)



Küche mit Kindern und Jugendlichen

Fitness Food für Jugendliche

Einfach, vegetarisch und schnell zubereitet

Der Kurs ist ausschließlich für Jugendliche/junge Erwachsene gedacht - ohne Begleitung Erwachsener.

Pa3870H Frederic Trigault, Uta Knott

📅 17.10.26, Sa, 10.00-14.30 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 40,50 € (ermäßigt 30,30 €)



Kinderleichte Ausstech-Plätzchen

Weihnachtliche Plätzchenbäckerei für Kinder und Eltern

Kinder unter 6 Jahren nehmen entgeltfrei teil, belegen aber einen Platz.

Deshalb teilen Sie uns bitte den Namen und das Geburtsdatum mit. Kinder ab 6 Jahren melden Sie bitte separat über ein Anmeldeformular an.

Pa3871H Michael Adrians

📅 16.12.26, Mi, 12.30-16.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 34,25 € (ermäßigt 25,75 €)

Festliches

Weihnachtsbäckerei - Der bunte Teller einmal (roh)köstlich

Pa3875H Kerstin Thea Erwied

📅 13.12.26, So, 11.00-16.15 Uhr, 7 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 49,75 € (ermäßigt: 37,85 €)



Happy Food: Genussgerichte zu Weihnachten

Einfach, vegetarisch und gesund

Pa3876H Frederic Trigault, Uta Knott

📅 12.12.26, Sa, 10.00-14.30 Uhr, 6 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 40,50 € (ermäßigt 30,30 €)



Ente gut - alles gut!

Pa3877H Kay Ivers

📅 06.12.26, So, 10.30-15.45 Uhr, 7 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 46,75 € (ermäßigt 34,85 €)

So isst Italien zu Weihnachten

Italiens Küche ist Weltkulturerbe!

Pa3878H Michael Adrians

📅 02.12.26, Mi, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 40,25 € (ermäßigt 31,75 €)

Weihnachten auf mexikanische Art



Pa3879H Lisete Martinez Vazquez

📅 03.12.26, Do, 17.00-21.00 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 37,65 € (ermäßigt 28,59 €)

Peruanisches Weihnachtessen



Pa3880H Victor Marcial Mendivil

📅 08.12.26, Di, 17.30-21.15 Uhr, 5 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 35,75 € (ermäßigt 27,25 €)

Bierseminare

Bayerisches Bier und Schmankerl

Pa3910H Martin Rolshausen, Katharina Rolshausen

📅 27.09.26, So, 12.00-15.00 Uhr, 4 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 32,00 € (ermäßigt 25,20 €)

Winter-Biere und Foodpairing

Mit Weihnachtsgebäck

Pa3911H Martin Rolshausen, Katharina Rolshausen

📅 26.11.26, Do, 19.00-21.15 Uhr, 3 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 22,75 € (ermäßigt 17,65 €)

Weinseminare

Weine verdeckt verkosten, mit allen Sinnen genießen

Pa3920H Norbert Pobbig, Ingeborg Pobbig

📅 22.09.26, Di, 18.00-21.00 Uhr, 4 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 17,00 € (ermäßigt 10,20 €)

Paradoxe Weinwelt

Weine ungewöhnlicher Rebsorten und Herkünfte

Pa3921H Norbert Pobbig, Ingeborg Pobbig

📅 03.11.26, Di, 18.00-21.00 Uhr, 4 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 17,00 € (ermäßigt 10,20 €)

Gereifte Weine

Weine des Jahres 2016 und früher

Pa3922H Norbert Pobbig, Ingeborg Pobbig

📅 25.11.26, Mi, 18.00-21.00 Uhr, 4 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 17,00 € (ermäßigt 10,20 €)

Festtagsweine und Weine zum Jahreswechsel

Pa3923H Norbert Pobbig, Ingeborg Pobbig

📅 01.12.26, Di, 18.00-21.00 Uhr, 4 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 17,00 € (ermäßigt 10,20 €)

Alle Kursdetails auf
vhsit.berlin.de
Suche mit der Kursnummer!

Whisk(e)y-Tastings

Unabhängige Abfüller



Pa3930H Tanja Bempreiksz

📅 28.08.26, Fr, 19.00-21.15 Uhr, 3 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 22,75 € (ermäßigt 17,65 €)

Deutsche Whiskys



Pa3931H Tanja Bempreiksz

📅 09.10.2026, Fr, 19.00-21.15 Uhr, 3 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 22,75 € (ermäßigt 17,65 €)

Exotisches Japan



Pa3932H Tanja Bempreiksz

📅 16.10.26, Fr, 19.00-21.15 Uhr, 3 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 27,75 € (ermäßigt 22,65 €)

Whisky und Musik



Pa3933H Tanja Bempreiksz

📅 13.11.26, Fr, 19.00-21.15 Uhr, 3 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 22,75 € (ermäßigt 17,65 €)

Tasting und Brennereiführung



Whisky-Exkursion ins Eschenbräu im Wedding

Pa3934H Tanja Bempreiksz

📅 17.11.26, Di, 19.00-21.15 Uhr, 3 UE

€ 22,75 € (ermäßigt 17,65 €)

Literarisches Whisky-Tasting



Pa3935H Tanja Bempreiksz, Jürgen Diesl

📅 27.11.26, Fr, 19.00-21.15 Uhr, 3 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 22,75 € (ermäßigt 17,65 €)

Das vollständige Programm,
neue Angebote und Service-Informationen
immer aktuell nur im Web

www.vhspankow.de





Sprachen

68 Sprachkurse im Überblick

70 Sprachen entdecken - Vielfalt erleben

69 Beratung und Niveaustufen

Hartelijk welkom! Zapraszamy! Välkommen!

Willkommen zu einer Reise durch die Welt der Sprachen! In unserem Programm für Fremdsprachen, Gebärdensprache und Leichte Sprache haben Sie die Möglichkeit, neue Kulturen zu entdecken, bereits Gelerntes aufzufrischen oder in Ihre Lieblingssprache noch tiefer einzutauchen.

Von August bis Dezember 2026 erwarten Sie Kurse in über 30 Sprachen. Eine Auswahl finden Sie auf den nächsten Seiten dieses Heftes. Noch mehr Inspiration bietet Ihnen unser vollständiges Programm mit über 300 Kursen - jederzeit abrufbar unter sprachen.vhspankow.de.

Dort erhalten Sie auch ausführliche Informationen zu den Lernzielen, den Kursinhalten und den verwendeten Materialien.

Wir freuen uns auf Sie!



A young man with short dark hair, wearing a white hoodie, is shown in profile, focused on writing in a notebook with an orange pencil. He is sitting at a desk in a classroom. In the background, other students are visible, including a woman with glasses and a man, all appearing to be engaged in their work. The text "YOUR STORY IN ANY LANGUAGE" is overlaid in large white letters across the center of the image.

**YOUR STORY
IN ANY
LANGUAGE**



Programmbereichsleitung
Sprachen:
N.N.
vhskurse@ba-pankow.berlin.de
Telefon: (030) 90295-1713

Die personelle Neuaufstellung war zum Redaktionsschluss noch nicht bekannt.



Organisatorisch-pädagogische
Mitarbeiterin:
Anne Beesk
vhskurse@ba-pankow.berlin.de
Telefon: (030) 90295-1713

Schulstraße 29, 13187 Berlin
Raum 208



Organisatorisch-pädagogische
Mitarbeiterin:
Maria Ellmer
vhskurse@ba-pankow.berlin.de
Telefon: (030) 90295-1713

Schulstraße 29, 13187 Berlin
Raum 102

Bildungszeit

Die ausgezeichneten Kurse sind als Bildungszeitveranstaltung anerkannt. Informieren Sie sich über Ihren Freistellungsanspruch im Land Berlin auf Seite 122.



Angebote, die besonders für Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 16 bis 27 Jahren geeignet sind.



Alle Angebote dieses Programmbereichs immer aktuell auf unserer Webseite, mit ausführlichen Informationen und Möglichkeit zur Online-Anmeldung.
sprachen.vhspankow.de

Diese Sprachen können Sie bei uns lernen und entdecken:

Altgriechisch

Chinesisch

Englisch
Estnisch

Färöisch
Finnisch
Französisch

Gebärdensprache
Griechisch
Grönländisch
Guaraní

Hindi

Isländisch
Italienisch

Japanisch

Koreanisch

Latein
Litauisch
Leichte Sprache

Niederdeutsch/
Plattdeutsch
Niederländisch
Nordfriesisch
Nordgermanische
Sprachen
Nordsamisch

Persisch (Farsi)
Plansprachen
Polnisch
Portugiesisch

Rumänisch
Russisch

Schlesisch
Schwedisch
Spanisch

Türkisch

Vielfalt Sprache



Do you have little knowledge of German and would like to learn or improve a foreign language with us?

Please do not hesitate to contact us. We will be happy to discuss your interests and find a suitable course for you.

Beratung und Einstufung

Wir bieten ein vielfältiges Sprachenprogramm in unterschiedlichen Kursformaten und mit verschiedenen Lernzielen in den Niveaustufen A1 bis C2 an. Bitte melden Sie sich bei uns, wenn Sie Fragen dazu haben, welcher Kurs der richtige für Sie ist. Wir beraten Sie gern vor Ort, telefonisch und per E-Mail.

Informationen zu Lehrbüchern und vhs.cloud

Bitte bringen Sie die in den Kursbeschreibungen angegebenen Lehrbücher zum ersten Kurstermin mit. Viele Kurse werden durch einen digitalen Kursraum auf unserer Lernplattform vhs.cloud begleitet. Den Kurscode erhalten Sie zum Kursbeginn per E-Mail.

telc Sprachenzertifikate

Sie können sich mit unseren Sprachkursen auf verschiedene Zertifikatsprüfungen vorbereiten und so Ihren Lernerfolg sichtbar machen. Ein Beispiel sind die **Europäischen Sprachenzertifikate telc** (The European Language Certificates) - in zehn Sprachen können Prüfungen in den Kompetenzstufen A1 bis C2 abgelegt werden: Arabisch, Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Polnisch, Portugiesisch, Russisch, Spanisch und Türkisch. Telc-Zertifikate orientieren sich an dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER), der Kompetenzstufen für den Spracherwerb definiert. Die telc-Zertifikatsprüfung wird von der Prüfungszentrale der Berliner Volkshochschulen in Zusammenarbeit mit der telc gGmbH Frankfurt/Main (www.telc.net) organisiert und abgenommen. Informationen zu Prüfungsterminen und -gebühren erhalten Sie auf der Webseite der Prüfungszentrale. Hier können Sie sich auch online zu Prüfungen anmelden:

Servicezentrum der Berliner Volkshochschulen
Prüfungszentrale, Freiheit 6, 13597 Berlin
Ansprechpartner: Sergio Weigandt
Telefon: (030) 90279-5232
E-Mail: pz@vhs-servicezentrum.berlin.de
Webseite: vhs.berlin.de/pz

Darüber hinaus bereiten wir auf folgende international anerkannte Sprachenzertifikate für Englisch vor:

Cambridge Certificates in Advanced English (CAE)

Test of English as a Foreign Language/

Internetbased Test (TOEFL IBT)

International English Language Testing System (IELTS)

Niveaustufen und Lernziele nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER)

A1

Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können z. B. sagen, wie Sie heißen, wo Sie wohnen, wer Sie sind und nach diesen Informationen fragen sowie Auskünfte einholen, wie z. B. nach dem Weg fragen, und einfache Fragen beantworten.

A2

Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten aus dem Alltag, z. B. Einkaufen, Essen, Arbeit, Wohnen, Freizeit, die eigene Ausbildung und Ihre Umwelt, mit einfachen Worten verständigen.

B1

Sie können in privaten und beruflichen Bereichen über alltägliche Themen, wie z. B. Arbeit, Schule, Freizeit, Hobbys, Reisen, Familie u. ä., sprechen und sich über persönliche Erfahrungen, Pläne und Ereignisse austauschen sowie Erklärungen und Begründungen abgeben.

B2

Sie können beruflich und privat ohne größere Probleme zu einem breiten Themenspektrum mit Muttersprachlern kommunizieren.

C1

Sie können sich fließend im gesellschaftlichen und privaten Leben verständigen und sich dabei klar und strukturiert zu komplexen Sachverhalten äußern.

C2

Sie können sich spontan und sehr fließend ausdrücken und Bedeutungsnuancen deutlich machen. Sie können praktisch alles, was Sie lesen oder hören, mühelos verstehen.

Umfassende Informationen zu Prüfungen und Zertifikaten erhalten Sie hier:
www.berlin.de/vhs/themen/pruefungen-zertifikate/sprachen



Ausführliche Informationen zu den Niveaustufen erhalten Sie hier:
www.berlin.de/vhs/kurse/sprachen/kompetenzstufen



Sprachen entdecken – Vielfalt erleben

Mit der Reihe Vielfalt Sprache laden wir Sie herzlich dazu ein, sprachliche und kulturelle Vielfalt neu zu entdecken. Das Angebot ist für alle, die über die klassischen Fremdsprachen hinausblicken und Sprachen kennenlernen möchten, die in unserem Alltag weniger sichtbar sind.

Im Mittelpunkt stehen Minderheiten- und Regionalsprachen. Die Kurse eröffnen Ihnen erste Einblicke in die Sprachsysteme und vermitteln zugleich spannende Hintergründe zu Kultur, Geschichte und Gesellschaft. Sprache wird dabei als lebendiger Zugang zu unterschiedlichen Lebenswelten verstanden – und als Möglichkeit, neue Perspektiven kennenzulernen.

Die Angebote sind niedrigschwellig gestaltet. Die Kurse bieten Ihnen einen unkomplizierten Einstieg, etwa in Form eines Vortrags oder eines Schnupperkurses.

Sie werden Neues erfahren und ausprobieren, erste Wörter und Wendungen lernen, Geschichtliches und Kulturelles entdecken und sich mit anderen Teilnehmenden austauschen – ganz ohne oder mit nur geringen Vorkenntnissen.

Bitte beachten Sie: In diesem Programmheft sind nicht alle Angebote der Reihe enthalten. Es kommen laufend neue Angebote hinzu. Es lohnt sich daher, regelmäßig auf unsere Webseite zu schauen: vielfaltsprache.vhspankow.de

Die Reihe lebt von der Vielfalt und dem Engagement der Kursleitenden. Neue Impulse sind jederzeit willkommen: Wenn Sie selbst eine Sprache unterrichten oder ein Thema im Kontext von Sprache und Kultur anbieten möchten, freuen wir uns von Ihnen zu hören!



Auf den folgenden Seiten finden Sie eine Auswahl an Sprachkursen, die wir Ihnen gern empfehlen – von Anfängerkursen bis hin zu Fortgeschrittenen-Niveaus. Noch mehr Kurse – unser komplettes und ständig erweitertes Angebot in über 30 Sprachen – mit detaillierten Informationen zu allen Kursen, Formaten, Lehrbüchern und Niveaustufen finden Sie auf sprachen.vhspankow.de.

Altgriechisch

Altgriechisch und Latein kennenlernen

Pa4521H Carmen Prüfer
 📅 18.09.26, Fr, 17.30–19.00 Uhr
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 6,70 € (ermäßigt 3,70 €)

Altgriechisch und Latein für Anfänger:innen

Im **Mehrsprachenkurs** lernen Sie die Grundlagen beider Sprachen. Der Fokus liegt auf dem Sprechen, dem Hörverstehen, der Grammatik und den kulturellen Gemeinsamkeiten und Unterschieden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Pa4522H Carmen Prüfer
 📅 25.09.–11.12.26, Fr, 17.30–19.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Belgisches Deutsch

Belgisches Deutsch kennenlernen

Pa4518H Martin Pasiński
 📅 24.11.26, Di, 18.00–19.30 Uhr
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 6,70 € (ermäßigt 3,70 €)

Chinesisch

🌐 chinesisch.vhspankow.de

📖 Lehrbuch für alle A1- und A2-Kurse mit Lektionsangaben:
 Lóng neu (A1–A2), ISBN 978–3–12–528960–4

A1 – Lektionen 4–6

Pa4363H Yuqing Zhang
 📅 04.09.–04.12.26, Fr, 17.15–19.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

A2 – Lektionen 10–13

Pa4366H Yuqing Zhang
 📅 01.09.–01.12.26, Di, 18.15–20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

📖 Lehrbuch für alle B1-Kurse mit Lektionsangaben:
 Das Neue Praktische Chinesisch, Band 2, ISBN 978–3–90581602–0

B1 – Lektionen 15–18

Pa4365H Yuqing Zhang
 📅 31.08.–30.11.26, Mo, 18.15–20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 – Lektionen 19–22

Pa4368H Yuqing Zhang
 📅 03.09.–03.12.26, Do, 18.15–20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 – Lektionen 27–29

Pa4367H Yuqing Zhang
 📅 02.09.–02.12.26, Mi, 18.15–20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)






Englisch

 englisch.vhspankow.de

Einstufung und Beratung

Zur Einschätzung Ihrer sprachlichen Kenntnisse empfiehlt sich die Teilnahme an einer entgeltfreien Englisch-Beratung. Zu den unten angegebenen Zeiten können Sie in unserer Lehrstätte in der Schulstraße 29 einen Einstufungstest mit anschließendem Auswertungsgespräch und einer Beratung wahrnehmen. Sie sollten ca. 45-60 Minuten einplanen. Eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig.

Termine zur Einstufung und Beratung:

-  Mi, 26.08.26
-  Mi, 02.09.26, Mi, 09.09.26, Mi, 16.09.26, Mi., 23.09.2026
-  Mi, 02.12.26, Mi, 09.12.26
-  jeweils 16.30-19.30 Uhr
-  Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

Außerdem können Sie Einstufungstests mit selbstständiger Auswertung im Internet nutzen und/oder ein Beratungsgespräch mit der zuständigen Programmbereichsleitung vereinbaren. Die Kontaktdaten finden Sie auf Seite 68.

Online-Einstufungstests:

www.cornelsen.de/empfehlungen/sprachtest/englisch
www.sprachtest.de/einstufungstest-englisch




Sie benötigen ein Zertifikat, um Ihre Sprachkenntnisse nachzuweisen? Wir beraten Sie gern zu den verschiedenen Prüfungsangeboten. Informationen zu Englisch-Sprachzertifikaten finden Sie auf Seite 69.

Englisch A1 (Beginner)

A1, Lektionen 1-4


Langsames Lerntempo

Pa4020H Sean Lang




-  18.09.-11.12.26, Fr, 09.00-10.30 Uhr, 12 Termine (auch am 30.10.), 24 UE
-  Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
-  € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A1, Lektionen 1-5

Pa4021H Kiruba Chelladurai





-  03.11.26-16.02.27, Di, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
-  Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
-  Headway Beginner, ISBN 978-019-452392-9
-  € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Pa4022H David Morris

-  07.09.-07.12.26, Mo 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
-  Headway Beginner, ISBN 978-019-452392-9
-  Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
-  € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)





A1, Lektionen 6-9

Pa4024H Ines Thomas, Mark Thomas

-  26.08.-02.12.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine (nicht am 07.10.), 36 UE
-  Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
-  Headway Beginner, ISBN 978-019-452392-9
-  € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

A1, Lektionen 6-10





Pa4025H Kiruba Chelladurai

-  03.09.-03.12.26, Do, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
-  Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
-  Headway Beginner, ISBN 978-019-452392-9
-  € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

A1, Lektionen 9-11

Langsames Lerntempo

Pa4027H Jake Wiest

-  24.08.-07.12.26, Mo, 12.00-13.30 Uhr, 14 Termine, 28 UE
-  Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
-  Headway Beginner, ISBN 978-019-452392-9
-  € 105,00 € (ermäßigt 57,40 €)

A1, Lektionen 9-11

Langsames Lerntempo




Pa4028H Matthew Steven Cartas

-  08.09.-01.12.26, Di, 10.00-11.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
-  Nachbarschaftshaus Alte Apotheke, Romain-Rolland-Straße 112
-  Headway Beginner, ISBN 978-019-452392-9
-  € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

A1, Lektionen 11-12





Langsames Lerntempo

Pa4029H Jake Wiest

-  24.08.-07.12.26, Mo, 10.00-11.30 Uhr, 14 Termine, 28 UE
-  Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
-  € 105,00 € (ermäßigt 57,40 €)

A1, Lektionen 11-14





Pa4030H Kiruba Chelladurai

-  31.08.-30.11.26, Mo, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
-  Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
-  Headway Beginner, ISBN 978-019-452392-9
-  € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)





Englisch A2 (Elementary)

A2, Lektionen 1-4

Pa4038H David Morris

-  02.09.-02.12.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
-  Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
-  Headway Elementary, ISBN 978-0-19-452423-0
-  € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)





Pa4039H Philip Cronin

-  04.11.26-17.02.27, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
-  Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
-  Headway Elementary, ISBN 978-0-19-452423-0
-  € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

A2, Lektionen 4-6




Langsames Lerntempo

Pa4041H Cameron Tauschke

-  01.09.-01.12.26, Di, 15.30-17.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
-  Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
-  Headway Elementary, ISBN 978-0-19-452423-0
-  € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2, Lektionen 5-8

Pa4042H Ines Thomas, Mark Thomas

-  25.08.-08.12.26, Di, 18.15-20.45 Uhr, 13 Termine (nicht am 06.10.), 39 UE
-  Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
-  Headway Elementary, ISBN 978-0-19-452423-0
-  € 146,25 € (ermäßigt 79,95 €)

Fortsetzung: Englisch A2 (Elementary)**A2, Lektionen 7-9****Langsames Lerntempo****Pa4043H** Sean Lang

- 📅 07.09.-30.11.26, Mo, 09.00-10.30 Uhr, 12 Termine (auch am 19.10.), 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- 📖 Headway Elementary, ISBN 978-0-19-452423-0
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2, Lektionen 9-12**Pa4044H** Jake Wiest

- 📅 24.08.-07.12.26, Mo, 18.15-20.45 Uhr, 14 Termine, 42 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- 📖 Headway Elementary, ISBN 978-0-19-452423-0
- € 157,50 € (ermäßigt 86,10 €)

Pa4045H Simone Schneider

- 📅 09.09.-09.12.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

A2, Lektionen 9-12**Langsames Lerntempo****Pa4046H** Matthew Steven Cartas

- 📅 08.09.-01.12.26, Di, 12.00-13.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Nachbarschaftshaus Alte Apotheke, Romain-Rolland-Straße 112
- 📖 Headway Elementary, ISBN 978-0-19-452423-0
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

A2, Lektionen 11-12**Langsames Lerntempo****Pa4047H** Sean Lang

- 📅 17.09.-10.12.26, Do, 09.30-11.00 Uhr, 12 Termine (auch am 29.10.), 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- 📖 Headway Elementary, ISBN 978-0-19-452423-0
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2 - Conversation**Pa4049H** Sean Lang

- 📅 06.11.26-19.02.27, Fr, 17.30-19.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- 📖 Let's talk now A2, ISBN 978-3-12-605555-00
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2 - Problems with grammar?**Teil 1****Pa4051H** David Doran

- 📅 21.-22.11.26, Sa/So, 09.00-14.00 Uhr, 2 Termine, 12 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Teil 2**Pa4052H** David Doran

- 📅 28.-29.11.26, Sa/So, 09.00-14.00 Uhr, 2 Termine, 12 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

A2 - Refresher**Pa4055H** Philip Cronin

- 📅 09.09.-09.12.26, Mi, 10.00-11.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa4056H Sean Lang

- 📅 11.09.-16.10.26, Fr, 19.15-20.45 Uhr, 6 Termine, 12 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

A2 - Refresher: Let's practise speaking!**Pa4057H** David Morris

- 📅 03.09.-03.12.26, Do, 18.00-19.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bucher Bürgerhaus, Franz-Schmidt-Straße 8-10
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2/B1 - leichte Konversation: Learning by talking**Pa4060H** Shivaun Conroy

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 20.00-21.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2/B1 - Taste of English: a foodie adventure**Pa4061H** Kiruba Chelladurai

- 📅 16.09.-02.12.26, Mi, 17.00-18.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

A2/B1 - für den Alltag und den Beruf**Pa4064H** David Morris

- Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 24.-28.08.26, Mo-Fr, 10.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 30 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

Pa4065H Philip Cronin

- Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 26.-30.10.26, Mo-Fr, 10.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 30 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

Englisch B1 (Pre-Intermediate)**B1, Lektionen 1-2****Pa4070H** Sean Lang

- 📅 06.11.26-19.02.27, Fr, 19.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- 📖 Headway Pre-Intermediate, ISBN 978-0-19-452769-9
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1, Lektionen 1-3**Pa4071H** Atim Ani

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 📖 SpeakOut A2+, 3rd Edition, ISBN 978-1-292-40748-7
- € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1, Lektionen 4-6**Pa4073H** Cameron Tauschke

- 📅 26.08.-02.12.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 13 Termine, 39 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 📖 Headway Pre-Intermediate, ISBN 978-0-19-452769-9
- € 146,25 € (ermäßigt 79,95 €)

B1, Lektionen 4-6

Langsames Lerntempo

Pa4074H Kiruba Chelladurai

📅 01.09.-01.12.26, Di, 10.00-11.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

📖 Headway Pre-Intermediate, ISBN 978-0-19-452769-9

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1, Lektionen 5-6

Langsames Lerntempo

Pa4075H Sean Lang

📅 18.09.-11.12.26, Fr, 11.00-12.30 Uhr, 12 Termine

(auch am 30.10.), 24 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

📖 Headway Pre-Intermediate, ISBN 978-0-19-452769-9

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1, Lektionen 7-8

Langsames Lerntempo

Pa4076H Sean Lang

📅 09.09.-02.12.26, Mi, 09.00-10.30 Uhr, 12 Termine

(auch am 21.10.), 24 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

Headway Pre-Intermediate, ISBN 978-0-19-452769-9

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1, Lektionen 8-9

Langsames Lerntempo

Pa4077H Shivaun Conroy

📅 02.09.-02.12.26, Mi, 18.15-19.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

📖 Headway Pre-Intermediate, ISBN 978-0-19-452769-9

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1 - Conversation

Pa4080H Sean Lang

📅 15.09.-08.12.26, Di, 18.15-20.45 Uhr, 11 Termine, 33 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 123,75 € (ermäßigt 67,65 €)

Langsames Lerntempo

Pa4081H Sean Lang

📅 16.09.-02.12.26, Mi, 11.00-12.30 Uhr, 11 Termine

(auch am 21.10.), 22 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

B1 - Conversation and grammar made easy!

Pa4082H Matthew Steven Cartas

📅 07.09.-30.11.26, Mo, 18.15-20.45 Uhr, 11 Termine, 33 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 123,75 € (ermäßigt 67,65 €)

B1 - Let's start speaking!

Pa4083H David Morris

📅 01.09.-01.12.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Bucher Bürgerhaus, Franz-Schmidt-Straße 8-10

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1 - English for everyone

Pa4084H Philip Cronin

📅 07.09.-07.12.26, Mo, 13.30-15.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

📖 English for Everyone Course Book Level 3 Intermediate, ISBN 978-0-241-22606-3

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1 - Topical conversations

Pa4086H Atim Ani

📅 03.09.-03.12.26, Do, 17.00-18.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1 - British christmas traditions

Langsames Lerntempo

Pa4087H Sean Lang

📅 09.12.26, Mi, 09.00-10.30 Uhr, 2 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 7,50 € (ermäßigt 4,10 €)

B1 - Grammar course with communication activities

Pa4088H Matthew Steven Cartas

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 26.-30.10.26, Mo-Fr, 09.00-14.15 Uhr, 5 Termine, 30 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

B1/B1 plus - English breakthrough

Intensive English with listening focus

Pa4095H Michael Budden

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 26.-30.10.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

Englisch B1 plus (Intermediate)

B1 plus - Lektionen 1-3

Pa4100H Philip Cronin

📅 10.09.-10.12.26, Do, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

📖 Headway Intermediate, ISBN 978-019-452915-0

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 plus, Lektionen 1-4 - Culture and Literature

langsames Lerntempo

Pa4101H Sean Lang

📅 17.09.-10.12.26, Do, 11.15-12.45 Uhr, 12 Termine

(auch am 29.10.), 24 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

📖 Headway Intermediate, Culture and Literature Companion, ISBN 978-0-19-452927-3

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1 plus, Lektionen 3-4

Langsames Lerntempo

Pa4105H Matthew Steven Cartas

📅 08.09.-01.12.26, Di, 14.00-15.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE

🏠 Nachbarschaftshaus Alte Apotheke, Romain-Rolland-Straße 112

📖 Headway Intermediate, ISBN 978-019-452915-0

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

B1 plus, Lektionen 3-4

Langsames Lerntempo

Pa4106H Sean Lang

📅 07.09.-30.11.26, Mo, 11.00-12.30 Uhr, 12 Termine

(auch am 19.10.), 24 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

📖 Headway Intermediate, ISBN 978-019-452915-0

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Fortsetzung: Englisch B1 plus (Intermediate)

B1 plus – Bird-Watching in English

Birds, Walks and Talk

Moorlinse, Zick-Zack-Graben, Karpfenteich und Bogensee

Pa4116H Robert Crouch

📅 10.10.26, Sa, 10.00-13.45 Uhr, 5 UE

€ 18,75 € (ermäßigt: 10,25 €)

Karower Teiche

Pa4117H Robert Crouch

📅 17.10.26, Sa, 10.00-13.45 Uhr, 5 UE

€ 18,75 € (ermäßigt: 10,25 €)

Tegeler Fließ

Pa4118H Robert Crouch

📅 24.10.26, Sa, 10.00-13.45 Uhr, 5 UE

€ 18,75 € (ermäßigt 10,25 €)

**Köppchensee, Niedermoorwiesen, Eichwerder Moorwiesen
und Eichwerder Steg**

Pa4119H Robert Crouch

📅 31.10.26, Sa, 10.00-13.45 Uhr, 5 UE

€ 18,75 € (ermäßigt 10,25 €)

Fennpfuhl

Pa4120H Robert Crouch

📅 07.11.26, Sa, 11.00-13.15 Uhr, 3 UE

€ 11,25 € (ermäßigt 6,15 €)

The Dawn Chorus: Excursion to Schloßpark Niederschönhausen

Pa4121H Robert Crouch

📅 07.10.26, Mi, 06.00-08.15 Uhr, 3 UE

€ 11,25 € (ermäßigt 6,15 €)

Pa4122H Robert Crouch

📅 21.10.26, Mi, 06.00-08.15 Uhr, 3 UE

€ 11,25 € (ermäßigt 6,15 €)

B1 plus – Learn to play bridge in English

Pa4125H Robert Crouch

📅 16.09.-02.12.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 10 Termine, 30 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

Pa4126H Robert Crouch

📅 18.09.-04.12.26, Fr, 18.15-20.45 Uhr, 10 Termine, 30 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

B1 plus – Communication made easy

Pa4134H Manish C. Pathak

📅 15.09.-08.12.26, Di, 17.30-19.45 Uhr, 11 Termine, 33 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 123,75 € (ermäßigt 67,65 €)

B1 plus – Conversation and more

Pa4137H Dominic Kahn

📅 03.09.-03.12.26, Do, 19.00-21.30 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 plus – British christmas traditions

Langsames Lerntempo

Pa4150H Sean Lang

📅 07.12.26, Mo, 11.00-12.30 Uhr, 2 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 7,50 € (ermäßigt 4,10 €)

B1 plus/B2 – Everyday conversation

Pa4160H Philip Cronin

📅 11.09.-11.12.26, Fr, 11.00-12.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1 plus/B2 – Intensive English with listening focus

Pa4162H Michael Budden

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 14.-18.12.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

B1/B2 – Conversation and grammar made easy!

Pa4170H Matthew Steven Cartas

📅 08.09.-01.12.26, Di, 16.15-17.45 Uhr, 11 Termine, 22 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

B1/B2 – Beat by beat: Learning English in a fun and creative way – through music!

Pa4171H Jake Wiest

📅 05.11.-10.12.26, Do, 18.15-19.45 Uhr, 6 Termine, 12 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

B1/B2 – For job interviews and applications

Pa4173H Kiruba Chelladurai

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 07.-11.12.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

Englisch B2 (Upper-Intermediate)

B2, Lektionen 1-2

Langsames Lerntempo

Pa4200H Sean Lang

📅 08.09.-01.12.26, Di, 12.00-13.30 Uhr, 12 Termine
(auch am 20.10.), 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

📖 Headway Upper-Intermediate, ISBN 978-019-453969-2

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B2, Lektionen 9-12 – Culture and literature

Pa4205H Sean Lang

📅 15.09.-08.12.26, Di, 10.00-11.30 Uhr, 12 Termine
(auch am 20.10.), 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

📖 Headway Intermediate, Culture and Literature Companion,
ISBN 978-0-19-453982-1

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



BEAT FÜR BEAT VON BERKELEY NACH BERLIN

Wie Jake Wiest mit Herz und Musik Sprache erfahrbar macht

Ich liebe die englische Sprache schon seit meiner Kindheit, angefangen mit dem Alphabet-Lied. Und jetzt macht es mir große Freude, sie weiterzugeben!

Wenn ich Englisch unterrichte, bringe ich meine akademische Ausbildung als Schauspieler und meine Qualitäten als Moderator von Pub-Quiz-Veranstaltungen, Stand-up und Improvisationskomödien ein. Auch meine Erfahrungen, die ich mir als Singer-Songwriter auf der Straße in der „School of Hard Knocks“ erarbeitet habe, fließen in meinen Englischunterricht mit ein. Am schönsten für mich ist das Live-Spielen auf meiner Gitarre und die Einbeziehung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer, denn Musik verinnerlicht das Sprachenlernen wie kein anderes Medium. Songtexte entschlüsseln, sie erkunden, all die versteckten Bedeutungen dazwischen finden und die große Bedeutung kleiner Phrasen entdecken – das sind die Dinge, von denen ich glaube, dass sie Selbstvertrauen schaffen und die Freude am Lernprozess wecken.

Als ich nach und nach Live-Songs in meinen Englischunterricht einbaute, stellte ich schließlich einen ganzen Lehrplan zusammen, der auf diesem Konzept basiert. So entstand der Kurs „Beat by Beat: Englisch lernen durch Songtexte“. Neben verschiedenen Musikgenres und den damit verbundenen Subkulturen beschäftigen wir uns auch mit der alltäglichen Umgangssprache in Songtexten. Meiner Meinung nach wird diese in den offiziellen akademischen Sprachlehrbüchern oft vernachlässigt. Dagegen ist die Sprache des Alltags in vielen Rock- und Popsongs präsent. Der Kurs bietet das gewisse Extra, um diese Lücken im Sprachverständnis zu schließen, damit auch die Alltagssprache fließender von der Zunge gehen kann.

Mein „Sonderzug nach Pankow“

Kurz nach meinem Abschluss in Geistes- und Sozialwissenschaften an der University of Idaho erwarb ich mein TESOL-Zertifikat (Teaching English to Speakers of Other Languages) in Berkeley, Kalifornien, mit dem Ziel, nach Spanien zu ziehen. Ich wollte ins exotische Barcelona, Straßenmusik machen, als Englischlehrer arbeiten und dort leben, ohne jemals zurückzuschauen zu wollen. Alles, was ich hatte, waren ein One-Way-Flugticket und fünfhundert Dollar in der Tasche.

Nur ging der Plan 2008 nicht auf. Die rasante Finanzkrise machte mir einen Strich durch die Rechnung: Viele Menschen in Spanien waren arbeitslos, und auf einen Künstler aus den USA hat sicher niemand gewartet. Erst 2016 unternahm ich einen neuen Versuch. Ich lebte einige Jahre in Freiburg im Breisgau und landete schließlich 2019 in Berlin. Hier in Pankow habe ich mir mittlerweile eine schöne Nische geschaffen, und ich bin froh, an der VHS einen Ort gefunden zu haben, an dem ich die Freude an der englischen Sprache durch Lieder vermitteln kann.

Auf meinem eigenen Weg, mein Deutsch zu verbessern, habe ich viel Musik gehört, beispielsweise von Die Ärzte, Die Fantastischen Vier, Rammstein, Anna Depenbusch, Feine Sahne Fischfilet und Nina Hagen. Die unvermeidlichen Frustrationen, die das Erlernen einer Sprache mit sich bringt, wurden durch die Freude ausgeglichen, einfach nur Lieder auf Deutsch zu lernen. Die Schönheit der Sprache war offensichtlich, sei es in Hagens theatralischem Gesangsfeuerwerk oder in der lyrischen Poesie von Thomas D. Und es ist genau diese Schönheit, die uns dazu bewegt, auf jeder Reise weiterzumachen ... und Wege zu finden, damit Sprachenlernen Freude macht.

Kurse mit Jake Wiest finden Sie auf den Seiten 71 und 74.

Fortsetzung: Englisch B2 (Upper-Intermediate)

B2, Lektionen 10-12

Pa4207H Cameron Tauschke

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 📖 Headway Upper-Intermediate, ISBN 978-019-453969-2
- € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B2 - Refresher

Pa4213H Sean Lang

- 📅 12.09.-31.10.26, Sa, 10.00-12.30 Uhr, 7 Termine (auch am 24./31.10.), 21 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 78,75 € (ermäßigt 43,05 €)

B2 - Conversation

Pa4215H Philip Cronin

- 📅 07.09.-07.12.26, Mo, 11.45-13.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa4216H Philip Cronin

- 📅 09.09.-09.12.26, Mi, 11.45-13.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A progressive way to interact confidently

Pa4217H Manish C. Pathak

- 📅 16.09.-09.12.26, Mi, 18.15-20.30 Uhr, 11 Termine, 33 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 123,75 € (ermäßigt 67,65 €)

B2 - TALK! TALK! TALK!

Pa4218H Dominic Kahn

- 📅 01.09.-01.12.26, Di, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B2 - Let's speak!

Pa4219H Dr. Naghme Esmailpour

- 📅 08.09.-08.12.26, Di, 16.30-18.00 Uhr, 12 Termine, 20 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 📖 Speakout, 2ed Upper Intermediate, ISBN 978-1-292-39470-1
- € 75,00 € (ermäßigt 37,50 €)

B2 - British christmas traditions

Langsames Lerntempo

Pa4223H Sean Lang

- 📅 08.12.26, Di, 12.00-13.30 Uhr, 2 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 7,50 € (ermäßigt 4,10 €)

B2 plus - Conversation with a dash of grammar

Pa4225H Shivaun Conroy

- 📅 06.11.26-12.02.27, Fr, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B2 plus - English through the lens of culture, history and cinema



Pa4226H Kiruba Chelladurai

- 📅 17.09.-03.12.26, Do, 16.15-17.45 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

B2 plus - Unlock English fluency



A five-day journey into the power of ideas

Pa4230H Dr. Christina Grey

- Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 21.-25.09.26, Mo-Fr, 09.30-16.30 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

A five-day journey into the art of storytelling

Pa4231H Dr. Christina Grey

- Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 12.-16.10.26, Mo-Fr, 09.30-15.45 Uhr, 5 Termine, 35 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

A five-day journey to better communication

Pa4232H Dr. Christina Grey

- Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 16.-20.11.26, Mo-Fr, 09.30-15.45 Uhr, 5 Termine, 35 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

A five-day journey to global issues and how they affect us

Pa4233H Dr. Christina Grey

- Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 07.-11.12.26, Mo-Fr, 09.30-15.45 Uhr, 5 Termine, 35 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

B2/C1 - Talk and draw

Pa4240H Manish C. Pathak

- 📅 14.09.-07.12.26, Mo, 17.30-19.45 Uhr, 11 Termine, 33 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 123,75 € (ermäßigt 67,65 €)

B2/C1 - Conversation and debate

Pa4241H Atim Ani

- 📅 03.09.-03.12.26, Do, 19.00-20.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B2/C1 - Beyond the menu: English for Foodies



Pa4243H Kiruba Chelladurai

- 📅 16.09.-02.12.26, Mi, 19.00-20.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

B2/C1 - English theatre: Improvisation, scripts and games



Creative ways to practice your English

Pa4244H Olivia Dean

- 📅 17.09.-26.11.26, Do, 18.15-21.15 Uhr, 9 Termine, 36 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B2/C1 - English for academic purposes (EAP)

Pa4247H Atim Ani

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt


 12.-16.10.26, Mo-Fr, 09.00-14.15 Uhr, 5 Termine, 30 UE

 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

B2/C1 - Step into advanced English


Pa4250H Philip Cronin

 07.09.-07.12.26, Mo, 09.00-11.30 Uhr, 12 Termine, 36 UE

 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Pa4251H Philip Cronin

 07.09.-07.12.26, Mo, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B2/C1 - IELTS (Academic) preparation course

Pa4260H Sean Lang

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt


 31.08.-04.09.26, Mo-Fr, 09.00-14.00 Uhr, 5 Termine, 30 UE

 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

Pa4261H Sean Lang

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt


 19.09.-18.10.26, Sa/So, 13.15-16.30 Uhr, 8 Termine (nicht am 04.10.), 32 UE

 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

Pa4262H Atim Ani

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

 09.-13.11.26, Mo-Fr, 09.00-14.15 Uhr, 5 Termine, 30 UE


 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

B2/C1 - Preparation for the TOEFL iBT

Pa4265H Atim Ani

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

 21.-25.09.26, Mo-Fr, 09.00-14.15 Uhr, 5 Termine, 30 UE

 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)


Englisch C1 (Advanced)

C1, Lektionen 1-2

Pa4270H Sean Lang

 07.11.26-20.02.27, Sa, 10.00-12.30 Uhr, 12 Termine, 36 UE


 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

 Speakout, 3rd edition C1-C2, ISBN 978- 1-292-40749-4

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

C1, Lektionen 3

Pa4271H Sean Lang

 09.09.-09.12.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE


 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

 Speakout, 3rd edition C1-C2, ISBN 978- 1-292-40749-4

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

C1 - Preparation for Cambridge Certificate in Advanced English (CAE) examination

Pa4275H Sean Lang

 24.10.-15.11.26, Sa/So, 13.15-16.30 Uhr, 8 Termine, 32 UE


 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

Farsi (Persisch)

A1.1

Pa4303H Mojtaba Kolivand

 08.09.-08.12.26, Di, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE


 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

 Lehrbuch der persischen Sprache 1, ISBN 978-3-87548-884-5

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 - Konversation und Auffrischung

Pa4302H Mojtaba Kolivand

 07.09.-07.12.26, Mo, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41


 Lehrbuch der persischen Sprache 1, ISBN 978-3-87548-884-5


€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Färöisch

Färöisch kennenlernen

Pa4504H Dr.-Ing. Patrick Schmidt

 07.11.26, Sa, 18.00-20.15 Uhr


 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Finnisch

Die Umgangssprache Puhekeli durch Musik entdecken

Pa4513H Dr.-Ing. Patrick Schmidt


 06.-07.11.26, Fr, 18.00-20.00 Uhr + Sa, 10.30-12.15 Uhr, 2 Termine, 5 UE

 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 18,75 € (ermäßigt 10,25 €)

Finno-Ugurische Sprachen im Vergleich

Pa4506H Dr.-Ing. Patrick Schmidt

 05.-12.11.26, Do, 18.00-19.30 Uhr, 2 Termine, 4 UE

 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 15,00 € (ermäßigt 8,20 €)

Französisch

 franzoesisch.vhspankow.de


Französisch A1

 Lehrbuch für alle A1-Kurse mit Lektionsangaben:

Rencontres en français A1, ISBN 978-3-12-529642-8

A1 - Lektionen 1-3


Pa4441H Floran Bayle

 10.09.-10.12.26, Do, 09.00-10.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa4309H Constance Percevault

 16.09.-09.12.26, Mi, 16.45-18.15 Uhr, 11 Termine, 22 UE


 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

A1 - Lektionen 4-6

Pa4455H Yvonne Pommier

 22.09.-08.12.26, Di, 16.30-18.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE

 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)



Sophia Hörhold

Ich unterrichte seit 2024 Französisch und Italienisch an der VHS Pankow. Beide Sprachen habe ich schon in der Schule gelernt und später in Passau und Potsdam studiert. Um meine eigenen Sprachkenntnisse zu verbessern, bin ich immer wieder ins Ausland gegangen: als Au-pair nach Paris und in die italienischen Abruzzen, für Praktika nach Frankreich und Togo und zum Studium nach Padua in Italien. Das Wichtigste war für mich immer der Kontakt zu Muttersprachler:innen. Denn Sprache lebt vom Ausprobieren und Anwenden.

Doch es muss nicht immer die große Reise sein. Auch in Berlin gibt es viele Möglichkeiten, mit Italienisch und Französisch in Kontakt zu kommen. Ich sage meinen Kursteilnehmenden immer: „Versucht, euch möglichst der Sprache direkt auszusetzen, selbst wenn ihr erstmal kaum etwas versteht.“ Das kann Musik sein, ein Film in der Originalversion mit Untertiteln oder ein Radiosender. So kommt die Sprache auch in den Kopf, und das Verständnis zu ihr wächst mit der Zeit ganz natürlich.

In meinen Kursen verbinde ich praxisnahes Lernen mit einem „Blick ins Land“. Wir schauen uns Ausschnitte des Sanremo-Festivals oder die arte-Sendung „Karambolage“ an, singen französische Weihnachtslieder oder probieren kulinarische Spezialitäten.

Mich begeistert es besonders, die Fortschritte meiner Kursteilnehmenden mitzuerleben. Teilnehmende, die bei mir angefangen haben, eine Sprache zu lernen, können mir inzwischen von ihren Reisen erzählen oder ihre Fragen sicher in der Kurssprache formulieren. Das ist ein großer Erfolg. Ich weiß selbst, wie es ist, eine Sprache von Grund auf zu lernen. Darum möchte ich diese Erfahrungen weitergeben und meinen Kursteilnehmenden Mut machen: Wenn ich das alles gelernt habe, schafft ihr das auch!

Kurse mit Sophia Hörhold siehe Seite 78, 79, 81 und 82.

Fortsetzung: Französisch A1

A1 - Lektionen 7-9

Pa4390H Yann-Nicolas Martial

📅 01.09.-01.12.26, Di, 09.00-11.00 Uhr, 12 Termine, 32 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

Pa4396H Yann-Nicolas Martial

📅 03.09.-03.12.26, Do, 17.45-19.45 Uhr, 12 Termine, 32 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

Pa4312H Floran Bayle

📅 10.09.-10.12.26, Do, 10.45-12.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A1 - Auffrischung und Einstieg in A2

Pa4478H Carole Lunt

📅 16.09.-25.11.26, Mi, 16.45-18.15 Uhr, 9 Termine, 18 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

📖 Rencontres en français A2, ISBN 978-3-12-530078-1

€ 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Französisch A2

A2 - Auffrischung und Wiederholung

Pa4395H Yann-Nicolas Martial

📅 03.09.-03.12.26, Do, 16.00-17.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

📖 Lehrbuch für alle A2-Kurse mit Lektionsangaben:
Rencontres en français A2, ISBN 978-3-12-530078-1

A2 - Lektionen 3-5

Pa4341H Sophia Hörhold

📅 31.08.-30.11.26, Mo, 16.45-18.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa4394H Yann-Nicolas Martial

📅 03.09.-03.12.26, Do, 10.45-12.45 Uhr, 12 Termine, 32 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

A2 - Lektionen 7-8

Langsames Lerntempo

Pa4311H Floran Bayle

📅 07.09.-10.12.26, Do, 12.30-14.00 Uhr, 11 Termine, 22 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

A2 - Lektionen 7-9

Pa4454H Yvonne Pommier

📅 21.09.-07.12.26, Mo, 16.30-18.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Pa4484H Constance Percevault

📅 14.09.-07.12.26, Mo, 16.30-18.00 Uhr, 11 Termine, 22 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

A2 - Lektionen 10-12

Pa4342H Sophia Hörhold

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 18.30-20.30 Uhr, 12 Termine, 32 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

Pa4310H Constance Percevault

- 📅 16.09.-09.12.26, Mi, 18.30-20.00 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

A2/B1/B2

Langsames Lerntempo

Pa4300H Elke Schmidt

- 📅 01.09.-08.12.26, Di, 10.00-11.30 Uhr, 13 Termine, 26 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 📖 Französisch 2 blicken statt büffeln, ISBN 978-3-12-562191-6
- € 97,50 € (ermäßigt 53,30 €)

Mit Musik - Chantons en français

Pa4476H Melinee Benamou

- 📅 15.09.-17.11.26, Di, 14.00-15.30 Uhr, 8 Termine, 16 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Französisch B1 und B2

B1

Conversation facile et révisions de grammaire

Pa4391H Yann-Nicolas Martial

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 16.30-18.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Conversation et grammaire

Pa4482H Carole Lunt

- 📅 18.09.-27.11.26, Fr, 16.30-18.00 Uhr, 9 Termine, 18 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Conversation & commentaires

Pa4496H Etienne Legraverend

- 📅 08.09.-08.12.26, Di, 16.00-17.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1 - Lektionen 9-11

Pa4392H Yann-Nicolas Martial

- 📅 02.09.-02.12.26, Mi, 18.15-20.15 Uhr, 12 Termine, 32 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- 📖 Rencontres en français B1, ISBN 978-3-12-530079-8
- € 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

B1/B2

Für Filmliebhaber:innen - Cours de français pour cinéphiles

Pa4477H Carole Lunt

- 📅 14.09.-23.11.26, Mo, 17.45-20.00 Uhr, 9 Termine, 27 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 101,25 € (ermäßigt 55,35 €)

Literatur und Gespräche

Pa4481H Carole Lunt

- 📅 18.09.-27.11.26, Fr, 18.15-19.45 Uhr, 9 Termine, 18 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Pratique de la langue

Pa4483H Constance Percevault

- 📅 14.09.-07.12.26, Mo, 18.15-20.15 Uhr, 11 Termine, 29 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 109,99 € (ermäßigt 60,13 €)

Conversation en français standard et familier

Pa4497H Etienne Legraverend

- 📅 08.09.-08.12.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Gebärdensprache

Deutsche Gebärdensprache (DGS)

Teil 1

Pa4350H Julia Salm

- 📅 12.-13.09.26, Sa/So, 09.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Pa4351H Julia Salm

- 📅 17.-18.10.26, Sa/So, 09.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Teil 2

Pa4352H Julia Salm

- 📅 07.-08.11.26, Sa/So, 09.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Griechisch

🌐 griechisch.vhspankow.de

- 📖 Lehrbuch für alle A1/A2-Kurse mit Lektionsangaben:
Epikoinoniste Ellinika - Verständigen Sie sich auf Griechisch, Band 1,
ISBN 978-9-60846-413-1

A1 - Lektionen 1-5

Pa4381H Eleni Xioura

- Hybridkurs - vor Ort und online
- 📅 10.09.-10.12.26, Do, 18.30-20.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- 🌐 Lernplattform vhs.cloud
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa4473H Eleni Xioura

- Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 14.-18.12.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

A1 - Lektionen 6-8

Pa4375H Eleni Xioura

- 📅 07.09.-07.12.26, Mo, 19.00-20.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A1 - Lektionen 9-12

Pa4380H Eleni Xioura

- Hybridkurs - vor Ort und online
- 📅 10.09.-10.12.26, Do, 16.45-18.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- 🌐 Lernplattform vhs.cloud
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Fortsetzung: Griechisch**A2 – Lektionen 14-16**

Pa4383H Eleni Xioura
 Hybridkurs – vor Ort und online
 📅 11.09.-11.12.26, Fr, 19.00–20.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 🌐 Lernplattform vhs.cloud
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2 – Lektionen 16-19

Pa4374H Eleni Xioura
 📅 07.09.-07.12.26, Mo, 17.00–18.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2 – Lektionen 19-21

Pa4378H Eleni Xioura
 📅 09.09.-09.12.26, Mi, 16.45–18.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1 – Lektionen 1-3

Pa4376H Eleni Xioura
 Hybridkurs – vor Ort und online
 📅 08.09.-08.12.26, Di, 17.00–18.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 🌐 Lernplattform vhs.cloud
 📖 Epikoinoniste Ellinika – Verständigen Sie sich auf Griechisch, Band 2, ISBN 978-3-88975-074-7
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1 – Lektionen 7-9

Pa4382H Eleni Xioura
 Hybridkurs – vor Ort und online
 📅 11.09.-11.12.26, Fr, 17.00–18.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 🌐 Lernplattform vhs.cloud
 📖 Epikoinoniste Ellinika – Verständigen Sie sich auf Griechisch, Band 2, ISBN 978-3-88975-074-7
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B2/C1 – Lektionen 2-3

Pa4379H Eleni Xioura
 📅 09.09.-09.12.26, Mi, 18.30–20.30 Uhr, 12 Termine, 28 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 📖 Klik sta Ellinika B2, ISBN: 978-960-7779-75-5
 € 105,00 € (ermäßigt 57,40 €)

B2/C1 – Lektionen 4-6

Pa4377H Eleni Xioura
 Hybridkurs – vor Ort und online
 📅 08.09.-08.12.26, Di, 19.00–20.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
 🌐 Lernplattform vhs.cloud
 📖 Epikoinoniste Ellinika – Verständigen Sie sich auf Griechisch, Band 3, ISBN 978-960-7914-41-5
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Grönländisch**Grönländisch kennenlernen**

Pa4503H Dr.-Ing. Patrick Schmidt
 📅 07.11.26, Sa, 14.00–16.15 Uhr
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Guaraní**Guaraní kennenlernen**

Pa4591F Dr. Ruth Mariela Mello-Wolter
 📅 24.08.26, Mo, 18.00–20.30 Uhr
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Guaraní – Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Pa4533H Dr. Ruth Mariela Mello-Wolter
 📅 07.09.-07.12.26, Mo, 19.45–21.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Hindi**A1.1**

Pa4451H Sebastian Dreyer
 📅 14.09.-07.12.26, Mo, 18.15–20.45 Uhr, 11 Termine, 33 UE
 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
 € 123,75 € (ermäßigt 67,65 €)

A2.1

Pa4397H Sebastian Dreyer
 📅 15.09.-08.12.26, Di, 18.15–20.45 Uhr, 11 Termine, 33 UE
 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
 € 123,75 € (ermäßigt 67,65 €)

B1**Sprachpraxis mit Filmen, Literatur und Online-Medien**

Pa4452H Sebastian Dreyer
 📅 17.09.-10.12.26, Do, 18.15–20.45 Uhr, 11 Termine, 22 UE
 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
 € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Isländisch**(Alt-)Isländisch kennenlernen**

Pa4362H Julia Levi Baldursdottir
 📅 27.09.26, So, 14.00–16.00 Uhr
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 8,94 € (ermäßigt 4,94 €)

Isländisch durch Musik entdecken

Pa4508H Dr.-Ing. Patrick Schmidt
 📅 13.-14.11.26, Fr, 18.00–20.00 Uhr + Sa, 10.30–12.15 Uhr, 2 Termine, 5 UE
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 18,75 € (ermäßigt 10,25 €)

Isländisch durch weihnachtliche Musik entdecken

Pa4511H Dr.-Ing. Patrick Schmidt
 📅 10.12.26, Do, 18.00–20.15 Uhr
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

A1 – Für den Alltag und den Beruf



Pa4361H Julia Levi Baldursdottir
 Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 📅 14.-18.12.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 € 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

Italienisch

🌐 italienisch.vhspankow.de

Italienisch A1

Italienisch und Spanisch für Anfänger:innen

Im **Mehrsprachenkurs** lernen Sie die Grundlagen beider Sprachen. Der Fokus liegt auf dem Sprechen, dem Hörverstehen, der Grammatik und den kulturellen Gemeinsamkeiten und Unterschieden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Pa4458H Giacomo Fazzini
 📅 07.09.-07.12.26, Mo, 18.30-20.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

📖 Lehrbuch für alle A1-Kurse mit Lektionsangaben:
 Con Piacere A1 nuovo, ISBN 978-3-12-502202-7
 Ausnahme: Pa4343H

A1 – Lektionen 1-2

Pa4450H Giampiero Dall'Angelo
 📅 08.09.-08.12.26, Di, 09.00-10.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A1 – Lektionen 1-3

Pa4440H Roberta Berton
 Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 📅 31.08.-04.09.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 € 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)



Pa4534H Lorenzo Perissinotti
 📅 07.09.-30.11.26, Mo, 16.30-18.30 Uhr, 11 Termine, 29 UE
 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
 € 109,99 € (ermäßigt 60,13 €)

Pa4523H Lorenzo Perissinotti
 📅 11.09.-27.11.26, Fr, 18.45-20.45 Uhr, 10 Termine, 26 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 € 100,01 € (ermäßigt 54,67 €)

A1 – Lektionen 4-6

Pa4308H Lorenzo Perissinotti
 📅 10.09.-03.12.26, Do, 16.30-18.30 Uhr, 11 Termine, 29 UE
 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
 € 109,99 € (ermäßigt 60,13 €)

Pa4348H Antonella Spataro-Stenzel
 Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 📅 07.-11.09.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 € 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)



A1 – Lektionen 4-6

Pa4308H Lorenzo Perissinotti
 📅 10.09.-03.12.26, Do, 16.30-18.30 Uhr, 11 Termine, 29 UE
 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
 € 109,99 € (ermäßigt 60,13 €)

A1 – Lektionen 5-6

Pa4491H Giacomo Fazzini
 📅 10.09.-26.11.26, Do, 09.00-10.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

A1 – Lektionen 7-9

Pa4501H Eva Spagna
 📅 26.08.-25.11.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

A1 – Lektion 9 und Auffrischung

Pa4449H Lorenzo Perissinotti
 📅 11.09.-27.11.26, Fr, 16.30-18.30 Uhr, 10 Termine, 26 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 € 100,01 € (ermäßigt 54,67 €)

A1 – Lektionen 10-12

Pa4343H Sophia Hörhold
 📅 02.09.-09.12.26, Mi, 16.45-18.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
 📖 Fantastico! A1, ISBN 978-3-12-525083-3
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A1 – Grammatik kompakt

Pa4444H Anna Quaroni
 📅 28.09.-14.12.26, Mo, 18.30-20.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Italienisch A2

📖 Lehrbuch für alle A2-Kurse mit Lektionsangaben:
 Con piacere nuovo A2, ISBN 978-3-12-525209-7
 Ausnahme: Pa4344H

A2 – Lektionen 3-4

Pa4314H Giampiero Dall'Angelo
 📅 03.09.-03.12.26, Do, 13.30-15.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa4472H Giampiero Dall'Angelo
 📅 11.09.-11.12.26, Fr, 09.00-10.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2 – Lektionen 6-8

Pa4442H Giacomo Fazzini
 📅 10.09.-26.11.26, Do, 18.15-20.45 Uhr, 10 Termine, 30 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
 € 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

A2 – Lektionen 8-9

Langsames Lerntempo

Pa4335H Roberta Berton
 📅 10.09.-10.12.26, Do, 15.00-16.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2 – Lektion 9 und Wiederholung

Pa4317H Roberta Berton
 📅 07.09.-07.12.26, Mo, 16.30-18.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Fortsetzung: Italienisch A2

A2 – Lektionen 10-12

Pa4344H Sophia Hörhold

- 📅 02.09.-09.12.26, Mi, 18.30-20.30 Uhr, 12 Termine, 32 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- 📖 Fantastico! A2, ISBN 978-3-12-525087-1
- € 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

A2+ – A voi la parola: corso di conversazione

Pa4315H Giampiero Dall'Angelo

- 📅 03.09.-03.12.26, Do, 09.15-10.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2/B1 – Literatur im Fokus

Pa4471H Giacomo Fazzini

- 📅 08.09.-24.11.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

A2/B1 – Conosciamo l'Italia

Landeskunde, Kultur, Traditionen – Teil 1

Pa4443H Anna Quaroni

- 📅 01.10.-03.12.26, Do, 18.30-20.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Italienisch B1 und B2

- 📖 Lehrbuch für alle B1-Kurse mit Lektionsangaben:
Con piacere nuovo B1, ISBN 978-3-12-525212-7

B1 – Lektionen 1-2

Pa4301H Dr. Maurizio Scandella

- 📅 10.09.-10.12.26, Do, 09.00-11.30 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 – Lektionen 1-4

Pa4322H Roberta Berton

- 📅 07.09.-07.12.26, Mo, 18.15-20.30 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 – Lektionen 4-6

Pa4500H Eva Spagna

- 📅 25.08.-24.11.26, Di, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 – Lektionen 7-9

Pa4499H Eva Spagna

- 📅 31.08.-30.11.26, Mo, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1

Corso di conversazione facile

Pa4316H Giampiero Dall'Angelo

- 📅 03.09.-03.12.26, Do, 11.00-12.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Conversazione

Pa4334H Roberta Berton

- 📅 10.09.-10.12.26, Do, 16.45-18.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B2 – Lektionen 1-2

Pa4305H Lorenzo Perissinotti

- 📅 10.09.-03.12.26, Do, 18.45-20.45 Uhr, 11 Termine, 29 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- 📖 Nuovo Espresso 4 – B2, ISBN 978-3-19-535466-0
- € 109,99 € (ermäßigt 60,13 €)

B2/C1

Conversazione e Ripasso – Parte 1

Pa4307H Lorenzo Perissinotti

- 📅 07.09.-30.11.26, Mo, 18.45-20.45 Uhr, 11 Termine, 29 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- 📖 NUOVO magari B2, ISBN 978-3-19-075421-2
- € 109,99 € (ermäßigt 60,13 €)

Japanisch

🌐 japanisch.vhspankow.de

- 📖 Lehrbuch für alle folgenden A1-Kurse mit Lektionsangaben:
Marugoto: Japanese language and culture. Starter A1 Katsudoo,
ISBN: 978-3-875-487077 (Lehrbuch mit weißem Buchumschlag)

A1 – Lektionen 1-10

Pa4423H Manami Nagahari

- Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 07.-11.09.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

Pa4459H Manami Nagahari

- Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 14.-18.12.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

A1 – Lektionen 6-10

Pa4529H Yukiko Kondo

- 📅 15.09.-01.12.26, Di, 18.15-20.45 Uhr, 10 Termine, 30 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- € 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

A1 – Lektionen 11-14

Pa4439H Manami Nagahari

- Blended-Learning-Kurs
- 📅 08.09.-01.12.26, Di, 16.45-18.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- 🏠 Lernplattform vhs.cloud
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A1 – Lektionen 11-18

Pa4422H Manami Nagahari

- Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 19.-23.10.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)



A2 - Lektionen 11-18 (Elementary 1)

Pa4480H Manami Nagahari

Blended-Learning-Kurs

📅 08.09.-01.12.26, Di, 18.30-21.00 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

🏠 Lernplattform vhs.cloud

📖 Marugoto: Japanese language and culture. Elementary 1 A2
ISBN: 978-3875487138 (Lehrbuch mit weißem Buchumschlag)

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

A2/B1 - Pre-Intermediate - Lektionen 1-5

Pa4438H Manami Nagahari

Blended-Learning-Kurs

📅 09.09.-02.12.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

🏠 Lernplattform vhs.cloud

📖 Marugoto: Japanese language and culture. Pre-Intermediate A2/B1,
ISBN 978-3875488272

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 - Konversation

Pa4528H Yukiko Kondo

📅 18.09.-04.12.26, Fr, 17.00-18.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

N4 - Kanji kennenlernen

Hier lernen Sie Kanji-Zeichen der N4-Prüfung kennen. Jeder Kurs behandelt etwa 10 bis 12 Zeichen zu dem jeweiligen Thema (siehe Kurstitel) und bietet vielfältige Lese- und Schreibübungen sowie Beispielsätze zur praktischen Anwendung. Sie können an allen Kursen teilnehmen oder nur einzelne Termine besuchen. Wir empfehlen die Kurse allen, die bereits erste Japanischkenntnisse besitzen - Niveaustufe A1.2 und höher - und Hiragana lesen und schreiben können.

Transport (2) und Orte (1)

Pa4429H Manami Nagahari

📅 29.08.26, Sa, 13.00-15.30 Uhr

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Orte (2)

Pa4430H Manami Nagahari

📅 12.09.26, Sa, 13.00-15.30 Uhr

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Lernen

Pa4431H Manami Nagahari

📅 26.09.26, Sa, 13.00-15.30 Uhr

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Schulfächer und Universität (1)

Pa4432H Manami Nagahari

📅 10.10.26, Sa, 13.00-15.30 Uhr

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Universität (2) und Hobby (1)

Pa4433H Manami Nagahari

📅 24.10.26, Sa, 13.00-15.30 Uhr

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Hobby (2)

Pa4434H Manami Nagahari

📅 07.11.26, Sa, 13.00-15.30 Uhr

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Verben (1)

Pa4435H Manami Nagahari

📅 14.11.26, Sa, 13.00-15.30 Uhr

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Verben (2) und Adjektive (1)

Pa4436H Manami Nagahari

📅 28.11.26, Sa, 13.00-15.30 Uhr

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Adjektive (2)

Pa4437H Manami Nagahari

📅 05.12.26, Sa, 13.00-15.30 Uhr

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Koreanisch

🌐 koreanisch.vhs pankow.de

A1.1 - Für den Alltag und den Beruf



Pa4474H Dr. Youngsil Lee

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 07.-11.12.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

A1.2

Pa4386H Dr. Youngsil Lee

📅 10.09.-03.12.26, Do, 16.30-18.00 Uhr, 11 Termine, 22 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa4475H Dr. Youngsil Lee

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 14.-18.12.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)



A1.3

Pa4388H Dr. Youngsil Lee

📅 11.09.-04.12.26, Fr, 16.20-17.50 Uhr, 11 Termine, 22 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

A2.1

Pa4385H Dr. Youngsil Lee

📅 08.09.-01.12.26, Di, 18.30-21.00 Uhr, 11 Termine, 33 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 123,75 € (ermäßigt 67,65 €)

A2.3

Pa4384H Dr. Youngsil Lee

📅 08.09.-01.12.26, Di, 16.45-18.15 Uhr, 11 Termine, 22 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Fortsetzung: Koreanisch**B1.1****Pa4387H** Dr. Youngsil Lee

📅 10.09.-03.12.26, Do, 18.15-20.45 Uhr, 11 Termine, 33 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 123,75 € (ermäßigt 67,65 €)

Latein**Altgriechisch und Latein kennenlernen****Pa4521H** Carmen Prüfer

📅 18.09.26, Fr, 17.30-19.00 Uhr

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 6,70 € (ermäßigt 3,70 €)

Altgriechisch und Latein für Anfänger:innenIm **Mehrsprachenkurs** lernen Sie die Grundlagen beider Sprachen.

Der Fokus liegt auf dem Sprechen, dem Hörverstehen, der Grammatik und den kulturellen Gemeinsamkeiten und Unterschieden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Pa4522H Carmen Prüfer

📅 25.09.-11.12.26, Fr, 17.30-19.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Lehrbuchkurs - Lektionen 22-25**Pa4304H** Martin Ott

Hybridkurs - vor Ort und online

📅 07.09.-07.12.26, Mo, 18.00-20.30 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

🏠 Lernplattform vhs.cloud

📖 Lingua Latina per se illustrata. Pars I: Familia Romana, ISBN 978-1585104208

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Lektüre-Kurs**Pa4313H** Ronny Kaiser

Hybridkurs - vor Ort und online

📅 27.08.-10.12.26, Do, 18.15-19.45 Uhr, 14 Termine, 28 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

🏠 Lernplattform vhs.cloud

📖 Tibull: Elegische Gedichte. Lateinisch/Deutsch, Reclam, ISBN 978-3-15-018131-7

€ 105,00 € (ermäßigt 57,40 €)

Leichte Sprache**Leichte Sprache - Einführung****Pa4532H** Jana Brandes

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 06.11.26, Fr, 09.00-15.00 Uhr

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 26,25 € (ermäßigt 14,35 €)



Litauisch

Litauisch kennenlernen

Angebot zum Europäischen Tag der Sprachen 2026

Pa4427H Virginija Conrad
 📅 25.09.26, Fr, 17.30-19.00 Uhr
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € entgeltfrei

A1 - Lektionen 1-3

Pa4428H Virginija Conrad
 📅 09.09.-09.12.26, Mi, 18.15-19.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 📖 E-Book SEKMES!, Vilnius 2023 | www.knygnas.vu.lt/sekmes-3
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A1/A2

Pa4340H Virginija Conrad
 📅 08.09.-01.12.26, Di, 18.15-20.45 Uhr, 11 Termine, 33 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
 📖 Für A1: E-Book SEKMES!, Vilnius 2023 | www.knygnas.vu.lt/sekmes-3
 Für A2: Das Lernmaterial erhalten Sie von der Kursleiterin.
 € 123,75 € (ermäßigt 67,65 €)

Niederdeutsch/Plattdeutsch

Niederdeutsch/Plattdeutsch kennenlernen

Pa4507H Ulrike Stern
 📅 06.10.26, Di, 17.30-19.00 Uhr
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 6,70 € (ermäßigt 3,70 €)

Niederländisch

A1 - Lektionen 1-3

Pa4425H Norbert Look
 📅 03.09.-26.11.26, Do, 18.30-20.00 Uhr, 11 Termine, 22 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 📖 Goed idee! A1, ISBN: 978-3-12-528506-4
 € 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Nordfriesisch

Nordfriesisch kennenlernen

Pa4509H Dr. Wendy Vanselow
 📅 09.11.26, Mo, 18.00-19.30 Uhr
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 6,70 € (ermäßigt 3,70 €)

Nordgermanische Sprachen

Nordgermanische Sprachen im Vergleich

Pa4510H Dr.-Ing. Patrick Schmidt
 📅 19.11.26, Do, 18.00-20.15 Uhr
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Nordsamisch

Nordsamisch kennenlernen

Pa4502H Dr.-Ing. Patrick Schmidt
 📅 14.11.26, Sa, 14.00-16.15 Uhr
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Persisch (Farsi)

Die Kurse in persischer Sprache finden Sie in der Rubrik „Farsi (Persisch)“ auf Seite 77.

Plansprachen

Plansprachen: Universalglot, Volapük und Ido kennenlernen

Pa4517H Martin Ptasirski
 📅 17.11.26, Di, 18.00-19.30 Uhr
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 6,70 € (ermäßigt 3,70 €)

Polnisch

🌐 polnisch.vhspankow.de

Polnisch kennenlernen

UNESCO-Welterbe und lebendige Traditionen

Pa4538H Izabela Ajdinović
 📅 01.09.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 2 UE
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 6,70 € (ermäßigt 3,70 €)

Feiertage, Namenstage und Vornamen verstehen

Pa4540H Izabela Ajdinović
 📅 29.09.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 2 UE
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 6,70 € (ermäßigt 3,70 €)

Fremdwörter und ihre Geschichte in der Sprache verstehen

Pa4541H Izabela Ajdinović
 📅 13.10.26, Di, 18.00-19.30 Uhr, 2 UE
 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 € 6,70 € (ermäßigt 3,70 €)

A1 - Von kartofle bis ziemniaki

Essen und Sprache in Polens Regionen

Pa4537H Izabela Ajdinović
 📅 28.-29.08.26, Fr, 16.00-19.45 Uhr, Sa, 10.00-15.45 Uhr,
 2 Termine, 10 UE
 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
 € 37,50 € (ermäßigt 20,50 €)

A1 - Für den Alltag und für den Beruf

Polnisch mitten in Berlin - mit Exkursion zum Pilecki-Institut

Pa4536H Izabela Ajdinović
 Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 📅 14.-18.12.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE
 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
 € 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

A1 - Lektionen 7-8

Pa4325H Izabela Ajdinović
 📅 16.09.-09.12.26, Mi, 16.30-18.00 Uhr + 1 x Sa, 14.00-15.30 Uhr,
 12 Termine, 24 UE
 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 📖 Razem neu A1-A2, ISBN 978-3-12-528669-6
 € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Fortsetzung: Polnisch**A1/A2 – Lektionen 9-12****Wiederholung und Festigung****Pa4319H** Izabela Ajdinović

📅 14.09.-07.12.26, Mo, 10.00-12.30 Uhr + 1 × Sa, 10.00-12.30 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

📖 Razem neu A1-A2, ISBN 978-3-12-528669-6

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 – Lektionen 1-6**Wiederholung und Konversation****Pa4326H** Izabela Ajdinović

📅 16.09.-09.12.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr + 1 × Sa, 10.00-12.30 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

📖 Hurra po polsku 2, ISBN 978-83-60229-26-2

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 – Lektionen 12-15**Wiederholung und Festigung****Pa4320H** Izabela Ajdinović

📅 14.09.-07.12.26, Mo, 18.15-20.45 Uhr + 1 × Sa, 14.00-16.30 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

📖 Razem neu A1-A2, ISBN 978-3-12-528669-6

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Portugiesisch

🌐 portugiesisch.vhspankow.de

📖 Lehrbuch für alle A1-Kurse mit Lektionsangaben:
Oi, Brasil! aktuell A1, ISBN 978-3191254209

A1 – Lektionen 6-9**Pa4495H** Rita Carvalho-Tetzner

📅 02.09.-02.12.26, Mi, 18.30-21.00 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

A1 – Lektionen 7-9**Pa4485H** Rita Carvalho-Tetzner

📅 04.09.-04.12.26, Fr, 08.30-10.00 Uhr, 11 Termine, 24 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2 – Lektionen 10-14**Pa4489H** Rita Carvalho-Tetzner

📅 31.08.-30.11.26, Mo, 18.30-21.00 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

📖 Oi, Brasil! aktuell A2, ISBN 978-3192054204

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 – Lektionen 1-4**Pa4437H** Rita Carvalho-Tetzner

📅 01.09.-01.12.26, Di, 18.30-21.00 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

📖 Novo Avenida Brasil 3 B1, 2nd edition,

ISBN: 978-3-12-528314-5 oder ISBN: 9788521637622

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 – Lektionen 5-8**Pa4488H** Rita Carvalho-Tetzner

📅 03.09.-03.12.26, Do, 18.30-21.00 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

📖 Novo Avenida Brasil 3 B1, 2nd edition,

ISBN: 978-3-12-528314-5 oder ISBN: 9788521637622

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B2 – Für den Alltag und den Beruf**Pa4490H** Rita Carvalho-Tetzner

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 24.-28.08.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

Rumänisch**A1.1****Pa4421H** Dr. Ioana Scherf

📅 23.09.-09.12.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 10 Termine, 30 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

A1.2**Pa4364H** Dr. Ioana Scherf

📅 24.09.-10.12.26, Do, 18.15-20.45 Uhr, 10 Termine, 30 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

A2/B1 – Konversation**Pa4498H** Dr. Ioana Scherf

📅 21.09.-09.11.26, Mo, 18.15-20.45 Uhr, 6 Termine, 18 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Russisch

🌐 russisch.vhspankow.de

A1 – Lektionen 1-3**Pa4332H** Oleg Belokhvostov

📅 03.09.-03.12.26, Do, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

📖 Jasno! neu A1-A2, ISBN 978-3-12-527674-1

Jasno! neu A1-A2 – Grammatiktrainer, ISBN 978-3-12-527686-4

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Am Wochenende**Pa4514H** Olga Blumen

📅 05.09.-21.11.26, Sa, 11.00-13.30 Uhr, 9 Termine, 27 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

📖 Jasno! neu A1-A2, ISBN 978-3-12-527674-1

€ 101,25 € (ermäßigt 55,35 €)

Pa4372H Alexandra Devyatova

📅 17.09.-17.12.26, Do, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

📖 Jasno! neu A1-A2, ISBN 978-3-12-527674-1

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

A1 – Lektionen 4-6**Pa4371H** Alexandra Devyatova

📅 16.09.-16.12.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

📖 Jasno! neu A1-A2, ISBN 978-3-12-527674-1

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

A1 – Lektionen 7-9**Pa4331H** Oleg Belokhovostov

📅 01.09.-01.12.26, Di, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

📖 Jasno! neu A1-A2, ISBN 978-3-12-527674-1

Jasno! neu A1-A2 – Grammatiktrainer, ISBN 978-3-12-527686-4

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Pa4373H Alexandra Devyatova

📅 18.09.-18.12.26, Fr, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

📖 Jasno! neu A1-A2, ISBN 978-3-12-527674-1

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

A1+ – Auffrischung und Konversation

Am Wochenende

Pa4515H Olga Blumen

📅 05.09.-21.11.26, Sa, 14.00-15.30 Uhr, 9 Termine, 18 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

A2 – Lektionen 10-12**Pa4333H** Oleg Belokhovostov

📅 31.08.-30.11.26, Mo, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

📖 Jasno! neu A1-A2, ISBN 978-3-12-527674-1

Jasno! neu A1-A2 – Grammatiktrainer, ISBN 978-3-12-527686-4

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 – Lektionen 1-3**Pa4369H** Alexandra Devyatova

📅 14.09.-14.12.26, Mo, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

📖 Jasno! neu B1, ISBN 978-3-12-527675-8

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 – Lektionen 7-8**Pa4370H** Alexandra Devyatova

📅 15.09.-15.12.26, Di, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

📖 Jasno! neu B1, ISBN 978-3-12-527675-8

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Schlesisch**Schlesisch kennenlernen****Pa4516H** Martin Ptasirski

📅 10.11.26, Di, 18.00-19.30 Uhr

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 6,70 € (ermäßigt 3,70 €)

Schwedisch

🌐 schwedisch.vhspankow.de

📖 Lehrbuch für alle A1/A2-Kurse mit Lektionsangaben:

Rivstart A1/A2, 3rd ed., Textbok, ISBN 978-3-12-527964-3

Rivstart A1/A2, 3rd ed., Övningsbok, ISBN 978-3-12-527965-0

A1 – Lektionen 1-3**Pa4419H** Karin Heed

📅 09.09.-09.12.26, Mi, 17.45-19.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa4424H Susanne Israelson

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 05.-09.10.26, Mo-Fr, 10.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 30 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

📖 Es wird nur das Textbok benötigt!

€ 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)

**A1 – Lektionen 3-5****Pa4418H** Karin Heed

📅 07.09.-07.12.26, Mo, 16.00-17.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A1 – Lektionen 6-8**Pa4417H** Karin Heed

📅 09.09.-09.12.26, Mi, 16.00-17.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A1 – Lektionen 9-11**Pa4415H** Karin Heed

📅 07.09.-23.11.26, Mo, 17.45-19.15 Uhr, 10 Termine, 20 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

A1 – Lektionen 10-12**Pa4416H** Karin Heed

📅 10.09.-10.12.26, Do, 08.00-09.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2 – Lektionen 11-12 und Konversation**Pa4328H** Nora Lindstein-Below

📅 07.09.-07.12.26, Mo, 16.00-18.00 Uhr, 12 Termine, 32 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

Pa4327H Nora Lindstein-Below

📅 09.09.-09.12.26, Mi, 16.00-18.00 Uhr, 12 Termine, 32 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

A2 – Lektionen 15-17**Pa4414H** Karin Heed

📅 08.09.-08.12.26, Di, 16.30-18.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

HEJ SVERIGE!

Schwedisch und Schweden mit Nora Lindstein-Below entdecken

Mein Vater stammte aus Trier und meine Mutter aus Jämtland in Nordschweden. So wuchs ich mit Deutsch und Schwedisch und in beiden Kulturen auf. Wir lebten in Deutschland und verbrachten jedes Jahr mit unserer schwedischen Verwandtschaft den ganzen Sommer in Jämtland, in einem abgelegenen, alten Holzhaus im Wald am See Ansjön.

Nach dem Abitur in Trier zog ich nach Schweden, um Comiczeichnen zu studieren. Anschließend besuchte ich einen Kurs für Malerei an der Folkuniversitetet Stockholm und ging danach an die Hochschule für Künste in Bremen. Dort studierte ich Freie Malerei, absolvierte mein Diplom und machte den Abschluss als Meisterschülerin. Ich zog schließlich nach Berlin, um als Künstlerin und Übersetzerin für Schwedisch zu arbeiten.



2010 begann ich meine Tätigkeit als Kursleiterin für Schwedisch an den Berliner Volkshochschulen und unterrichte seither verschiedene Kurse auf den Niveaustufen A1 bis C1 vor Ort und online. Einige Kurse begleiten mich tatsächlich schon seit fast 15 Jahren, und darüber bin ich sehr glücklich. Aktuell bin ich für die Volkshochschule Pankow tätig und widme mich parallel meiner Malerei und dem Comiczeichnen.

Neben der Kunst haben mich schon immer die Sprachen, die Kultur und die Literatur der nordischen Länder begeistert, und mit dem Beginn meiner Arbeit als Kursleiterin habe ich gemerkt, wie bereichernd es ist, diese Leidenschaft auch mit den Kursteilnehmenden zu teilen. Daher erweitere ich meine Sprachkurse kontinuierlich, um ihnen auch ein möglichst aktuelles Bild von Schweden, seiner Sprache, Politik und Kultur und auch seiner Popkultur näherzubringen.

Literatur ist ein wichtiges Thema der B2/C1-Kurse. Viele Teilnehmende sind sehr literaturinteressiert. Wir lesen und diskutieren jedes Semester einen aktuellen schwedischen Roman – oft von Autor:innen, die für den schwedischen Literaturpreis Augustpriset nominiert waren. Im Kurs „Konversation und Intonation“ singen wir schwedische Lieder und Popsongs. Das ist fantastisch zum spielerischen Erlernen der Betonung und der Sprachmelodie.

2025 habe ich in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Pankow und dem Servicezentrum der Berliner Volkshochschulen eine Gruppenmobilität im Rahmen des Programms



Erasmus+ begleitet. Die Reise führte die Teilnehmenden mit Schwedischkenntnissen auf dem B2/C1-Niveau nach Stockholm an die dortige Folkuniversitetet, wo ich Jahre zuvor studiert hatte. Es war eine äußerst lehrreiche und intensive Mobilität mit vielen abwechslungsreichen Aktivitäten. Die Teilnehmenden sind Menschen aus den Bereichen Erwachsenenbildung, Architektur, Literatur und Musik begegnet, lernten unterschiedliche Projekte kennen und tauschten sich intensiv miteinander aus.

Wir besuchten an der Folkuniversitetet u. a. verschiedene A1- bis B2-Kurse in Schwedisch als Fremdsprache und sprachen mit Paula Levy Scherrer. Sie ist Autorin des Lehrbuchs Rivstart, mit dem Schwedisch an der Volkshochschule Pankow gelernt wird. Ein wirkliches Highlight der Reise! Im Freilichtmuseum Skansen erhielten die Teilnehmenden Einblicke in das frühere Leben auf dem Land und in der Stadt. Sie kamen mit Schauspieler:innen, Sänger:innen und Freiwilligen ins Gespräch, die dort arbeiteten und die historischen Lebenswelten vermittelten (Foto unten). An einem weiteren Tag lernten wir ein Projekt zur nachhaltigen Stadtplanung im Stadtteil Norra Djurgårdsstaden kennen (Foto rechts). Das Projekt gilt als Vorbild für zahlreiche skandinavische und europäische Planungsvorhaben und wurde bereits mehrfach international ausgezeichnet. Während einer diesjährigen Erasmus+-Gruppenmobilität nach Åre in Schweden konnten wir unter anderem an einem kurzen Schreibworkshop auf Schwedisch teilnehmen. Ich hoffe, auch 2027 wieder mit einer Gruppe unterwegs sein zu können, da ich den internationalen Austausch sehr schätze. Ich ermutige alle, die Schwedisch lernen wollen, jetzt einfach damit anzufangen!

Persönliche Eindrücke der Teilnehmer:innen

Lisa: Ich fand es sehr cool, dass wir die Autorin unseres Schwedischbuches Paula Levy Scherrer getroffen haben und uns mit ihr austauschen konnten. Denn wir lernen ja jetzt



schon seit mehreren Jahren mit diesem Buch, und ich fand es total spannend zu erfahren, wie das Buch entstanden ist.

Michael: Ich fand den Austausch mit anderen, die nach Schweden kommen und dort Schwedisch lernen, toll. Zu erfahren, wo sie überall herkommen und welchen Hintergrund sie haben, fand ich super spannend.

Christina: Was ich in Stockholm am beeindruckendsten fand? Das war die Stadttour mit Örjan, bei der wir gelernt haben, wie ein komplett neuer Stadtteil – Norra Djurgårdsstaden – in einer Großstadt wie Stockholm geplant und umgesetzt wird. Besonders interessant fand ich von Örjan zu lernen, wie gezielt dort mit sogenanntem „Nudging“ gearbeitet wird. Er erklärte uns zum Beispiel, dass der Asphalt an bestimmten Stellen bewusst so verlegt wird, dass das Fahrradfahren unangenehm ist, wenn Fahrräder dort nicht fahren sollen. Oder wie die Mülltonnen so platziert wurden, dass die Bewohner:innen ihren eigenen Müll stärker wahrnehmen und dadurch angeregt werden, weniger Müll zu produzieren.

Kurse mit Nora Lindstein-Below auf den Seiten 87 und 90.



Fortsetzung: Schwedisch**B1/B2 – Für den Beruf und für den Alltag**

Svenska för Yrkesliv och Vardag

**Pa4349H** Nora Lindstein-Below

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 14.-18.12.26, Mo-Fr, 10.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

B2/C1 – Konversation und Intonation**Pa4329H** Nora Lindstein-Below

📅 07.09.-07.12.26, Mo, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Pa4330H Nora Lindstein-Below

📅 09.09.-09.12.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Spanisch🌐 spanisch.vhspankow.de**Spanisch A1****Italienisch und Spanisch für Anfänger:innen**Im **Mehrsprachenkurs** lernen Sie die Grundlagen beider Sprachen.

Der Fokus liegt auf dem Sprechen, dem Hörverstehen, der Grammatik und den kulturellen Gemeinsamkeiten und Unterschieden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Pa4458H Giacomo Fazzini

📅 07.09.-07.12.26, Mo, 18.30-20.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Singen im Chor – ¡Cantemos!

Spanisch lernen mit Musik: Mit Liedern aus Spanien und Lateinamerika verbessern Sie Aussprache, das Hörverstehen und den Wortschatz.

Im Chorformat verbinden sich Sprache, Stimmbildung und musikalische Praxis. Der Kurs findet überwiegend auf Spanisch statt und endet mit einem kleinen Probekonzert.

Pa4530H Ares Gratal Martinez

📅 05.-06.09.26, Sa, 10.00-14.30 Uhr + So, 10.00-14.30 Uhr, 2 Termine, 10 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 37,50 € (ermäßigt 20,50 €)

A1 – Auffrischung**Pa4525H** Dr. Ruth Mariela Mello-Wolter

📅 30.08.26, So, 09.30-12.30 Uhr

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 12,49 € (ermäßigt 6,83 €)

A1 – Konversation und Grammatik**Pa4448H** Martha Lilia Engelke

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 31.08.-04.09.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

A1.1/A1.2 – Wiederholung und Vertiefung**Pa4469H** Martha Lilia Engelke

📅 14.09.-23.11.26, Mo, 12.00-13.00 Uhr, 9 Termine, 12 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

A1.3 – Wiederholung und Vertiefung**Pa4470H** Martha Lilia Engelke

📅 16.09.-25.11.26, Mi, 12.00-13.00 Uhr, 9 Termine, 12 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

📖 Lehrbuch für alle A1-Kurse mit Lektionsangaben:
Con gusto nuevo A1, ISBN 978-3-12-514676-1**A1 – Lektionen 1-2****Pa4486H** Yetlaneci Amalia Alcaraz Avila

📅 02.09.-02.12.26, Mi, 08.00-09.30 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A1 – Lektionen 1-4**Pa4446H** Juan Carlos Betancourt

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 21.-25.09.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

Pa4461H Martha Lilia Engelke

Blended-Learning-Kurs | Schnelles Lerntempo

📅 22.-27.09.26, Di und Fr 18.15-20.45 Uhr, Sa und So 09.30-14.30 Uhr, 4 Termine, 18 UE

🏠 Di, Fr: Lernplattform vhs.cloud

🏠 Sa, So: Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Pa4398H Martha Lilia Engelke

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 30.11.-04.12.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

A1 – Lektionen 5-6**Pa4318H** Yetlaneci Amalia Alcaraz Avila

📅 31.08.-30.11.26, Mo, 16.30-18.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Pa4402H Gabriela Gade

📅 14.09.-07.12.26, Mo, 16.00-17.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

A1 – Lektionen 5-8**Pa4467H** Martha Lilia Engelke

📅 18.09.-27.11.26, Fr, 08.15-09.45 Uhr, 10 Termine, 20 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Pa4462H Martha Lilia Engelke

Blended-Learning-Kurs | Schnelles Lerntempo

📅 06.-11.10.26, Di und Fr 18.15-20.45 Uhr, Sa und So 09.30-14.30 Uhr, 4 Termine, 18 UE

🏠 Di, Fr: Lernplattform vhs.cloud

🏠 Sa, So: Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 67,50 € (ermäßigt 36,90 €)

Pa4399H Martha Lilia Engelke
Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
📅 07.-11.12.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE
🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)



📖 Lehrbuch für alle A2-Kurse
mit Lektionsangaben:
Con gusto nuevo A2, ISBN 978-3-12-514682-2

A1 - Lektionen 7-8

Pa4324H Yetlaneci Amalia Alcaraz Avila
📅 02.09.-02.12.26, Mi, 16.30-18.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE
🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A1 - Lektionen 9-10

Pa4321H Yetlaneci Amalia Alcaraz Avila
📅 31.08.-30.11.26, Mo, 18.15-19.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE
🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A1 - Lektionen 9-12

Pa4466H Martha Lilia Engelke
📅 16.09.-25.11.26, Mi, 09.30-11.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE
🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Pa4400H Alicia Villaseñor
Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
📅 14.-18.12.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE
🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)



A1 - Lektionen 11-12

Pa4338H Juan Carlos Betancourt
📅 09.09.-09.12.26, Mi, 16.45-18.15 Uhr, 12 Termine, 24 UE
🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Spanisch A2

A2 - Auffrischung

Pa4527H Dr. Ruth Mariela Mello-Wolter
📅 30.08.26, So, 13.30-16.30 Uhr
🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
€ 12,49 € (ermäßigt 6,83 €)

A2 - Conversación básica

Pa4404H Gabriela Gade
📅 18.09.-04.12.26, Fr, 16.00-17.30 Uhr, 10 Termine, 20 UE
🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

A2 - ¡Cuéntame qué te pasó! - Konversation und Grammatik Vergangenheitsformen kompakt in 6 Tagen

Pa4468H Martha Lilia Engelke
📅 09.10.-27.11.26, Fr, 10.00-11.30 Uhr, 6 Termine, 12 UE
🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

A2 - Konversation und Grammatik

Pa4447H Martha Lilia Engelke
Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
📅 24.-28.08.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE
🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)



A2 - Lektionen 1-4

Pa4412H Alejandro Pardo Zapatero
📅 27.08.-19.11.26, Do, 17.30-20.00 Uhr, 12 Termine, 36 UE
🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Pa4445H Juan Carlos Betancourt
Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
📅 02.-06.11.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE
🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)



A2 - Lektionen 3-4

Pa4407H Alicia Villaseñor
📅 09.09.-02.12.26, Mi, 16.35-18.05 Uhr, 11 Termine, 22 UE
🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

A2 - Lektionen 9-12

Pa4410H Alejandro Pardo Zapatero
📅 24.08.-16.11.26, Mo, 17.30-20.00 Uhr, 12 Termine, 36 UE
🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

Pa4323H Yetlaneci Amalia Alcaraz Avila
📅 02.09.-02.12.26, Mi, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE
🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

A2 - Lektionen 10-12

Pa4403H Gabriela Gade
📅 14.09.-07.12.26, Mo, 18.00-20.00 Uhr, 11 Termine, 29 UE
🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
€ 109,99 € (ermäßigt 60,13 €)

Spanisch B1, B2, C1 und C2

B1 - Conversación intermedia

Pa4405H Gabriela Gade
📅 18.09.-04.12.26, Fr, 17.45-19.15 Uhr, 10 Termine, 20 UE
🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

📖 Lehrbuch für alle B1-Kurse mit Lektionsangaben:
Con gusto nuevo B1, ISBN 978-3-12-514693-8

B1 - Lektionen 1-3

Pa4411H Alejandro Pardo Zapatero
📅 28.08.-20.11.26, Fr, 08.30-10.30 Uhr, 12 Termine, 32 UE
🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
€ 120,00 € (ermäßigt 65,60 €)

B1 - Lektionen 1-4

Pa4464H Martha Lilia Engelke
📅 10.09.-26.11.26, Do, 19.00-20.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE
🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa4465H Martha Lilia Engelke
📅 11.09.-27.11.26, Fr, 12.30-14.00 Uhr, 11 Termine, 22 UE
🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Fortsetzung: B1 - Lektionen 1-4**Kurs mit flexiblen Terminen**

Der folgende Kurs Pa4463HFlex ist ideal für alle, die Spanisch lernen wollen, aber aufgrund anderer wechselnder Termine keinen regelmäßigen Kurs besuchen können. In diesem Onlinekurs mit flexiblen Terminen können Sie jede Woche selbst entscheiden, an welchem Wochentag Sie lernen möchten. Der Kurs findet in insgesamt 12 Wochen statt, mit einem Termin pro Woche. Dabei können Sie wöchentlich zwischen zwei Kurs-terminen wählen, die an verschiedenen Tagen und zu unterschiedlichen Zeiten stattfinden.

Pa4463HFlex Martha Lilia Engelke

📅 10.09.-27.11.26, Do, 19.00-20.30 Uhr oder Fr, 12.30-14.00 Uhr, 22 Termine, 22 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

B1 - Lektionen 3-4**Pa4408H** Alicia Villaseñor

📅 26.08.-18.11.26, Mi, 18.20-20.20 Uhr, 11 Termine, 29 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 109,99 € (ermäßigt 60,13 €)

Pa4337H Juan Carlos Betancourt

📅 08.09.-08.12.26, Di, 18.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 36 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 135,00 € (ermäßigt 73,80 €)

B1 - Lektionen 5-6**Pa4409H** Alicia Villaseñor

📅 11.09.-04.12.26, Fr, 08.00-09.30 Uhr, 11 Termine, 22 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Pa4426H Beatriz Prieto

📅 22.09.-08.12.26, Di, 18.15-20.15 Uhr, 10 Termine, 26 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 100,01 € (ermäßigt 54,67 €)

B1 - Lektionen 7-8**Pa4406H** Alicia Villaseñor

📅 07.09.-30.11.26, Mo, 18.20-20.20 Uhr, 11 Termine, 29 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 109,99 € (ermäßigt 60,13 €)

B1 - Lektionen 8-9**Pa4336H** Juan Carlos Betancourt

📅 08.09.-08.12.26, Di, 16.30-18.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1/B2 - Conversación avanzada**Pa4520H** Gabriela Gade

📅 17.09.-03.12.26, Do, 16.30-18.00 Uhr, 10 Termine, 20 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

📖 Lehrbuch für alle B2-Kurse mit Lektionsangaben:

Con gusto nuevo B2, ISBN 978-312515016-4

B2, Lektionen 5-8**Pa4526H** Dr. Ruth Mariela Mello-Wolter

📅 10.09.-03.12.26, Do, 18.30-21.00 Uhr, 11 Termine, 33 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 123,75 € (ermäßigt 67,65 €)

B2 - Lektionen 9-12**Pa4519H** Dr. Ruth Mariela Mello-Wolter

📅 09.09.-02.12.26, Mi, 18.30-21.00 Uhr, 11 Termine, 33 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 123,75 € (ermäßigt 67,65 €)

B2/C1 - Círculo literario de los sábados**Pa4420H** Dr. Liliana Bordet

Hybridkurs - vor Ort und online

📅 05.09.-17.10.26, Sa, 13.30-16.00 Uhr, 6 Termine, 20 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

🏠 Lernplattform vhs.cloud

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Türkisch

🌐 tuerkisch.vhspankow.de

📖 Lehrbuch für alle A1-Kurse:

Ne güzel! A1, ISBN 978-3-19-205253-8

A1 - Lektionen 1-3**Pa4346H** Dr. Kerem Kayi

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 12.-16.10.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

A1 - Lektionen 4-6**Pa4355H** Dr. Kerem Kayi

📅 24.09.26-18.02.27, Do, 16.30-18.00 Uhr, 14 Termine, 28 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 105,00 € (ermäßigt 57,40 €)

Pa4358H Dr. Kerem Kayi

📅 25.09.26-26.02.27, Fr, 10.00-12.30 Uhr, 14 Termine, 28 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 105,00 € (ermäßigt 57,40 €)

Pa4347H Dr. Kerem Kayi

Intensivkurs | als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 07.-11.12.26, Mo-Fr, 09.00-15.15 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

**A1 - Lektionen 7-8****Pa4360H** Dr. Kerem Kayi

📅 25.09.26-29.01.27, Fr, 19.15-20.45 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

A2 – Lektionen 3-5

Pa4354H Dr. Kerem Kayi

📅 23.09.26-24.02.27, Mi, 10.30-12.00 Uhr, 14 Termine, 28 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

📖 Ne güzel! A2, ISBN 978-3-19-105253-9

€ 105,00 € (ermäßigt 57,40 €)

B1 – Lektionen 1-2

Pa4359H Dr. Kerem Kayi

📅 25.09.26-29.01.27, Fr, 17.30-19.00 Uhr, 12 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

📖 Kolay gelsin! B1, ISBN 978-3-12-528871-3

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

B1 – Lektionen 6-8

Pa4356H Dr. Kerem Kayi

📅 24.09.26-18.02.27, Do, 18.15-20.45 Uhr, 14 Termine, 42 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

📖 Kolay gelsin! B1, ISBN 978-3-12-528871-3

€ 157,50 € (ermäßigt 86,10 €)

B2 – Lektüre und Grammatik

Pa4357H Dr. Kerem Kayi

📅 21.09.26-08.02.27, Mo, 20.00-21.30 Uhr, 14 Termine, 28 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 105,00 € (ermäßigt 57,40 €)

Vielfalt Sprache

🌐 vielfaltsprache.vhspankow.de

Wundertüte Schnupperkurs

Wir laden Sie ein, mit uns die Vielfalt der Sprachen zu entdecken. Das Besondere: Der Schnupperkurs ist eine Wundertüte – der Inhalt, also die Sprache, bleibt bis zum Kursbeginn geheim. Sie lernen erste Wörter und Sätze einer Überraschungssprache zu sprechen und kurze Dialoge mit anderen Interessierten zu führen. Tauchen Sie ab in eine neue Sprache, erhalten Sie Einblicke in andere Kulturen und entdecken Sie Unbekanntes!

Pa4531H

📅 05.09.26, Sa, 17.00-19.30 Uhr

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ entgeltfrei

Zahlen bitte! Zahlensysteme in den Sprachen der Welt

Pa4512H Dr.-Ing. Patrick Schmidt

📅 15.10.26, Do, 18.00-20.15 Uhr

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 10,05 € (ermäßigt 5,55 €)

Das vollständige Programm,
neue Angebote und Service-Informationen
immer aktuell nur im Web

www.vhspankow.de





Deutsch als Fremdsprache

96	Deutschkurse im Überblick	100	Deutsch C1
96	Anmeldung zu den Deutschkursen	100	Deutsch C2
96	Integrationskurse	102	Deutsch Prüfungstraining
96	Informationen zu den Prüfungen	103	DeutschTheater
98	Deutsch für Geflüchtete	103	Deutsch Grammatik
98	Einbürgerung	103	Deutsch Schreibtraining
99	Deutsch A1 - B1	104	Deutsch Konversation
99	Deutsch B2	105	Deutsch für den Beruf

Sprechen, Reden, Mitreden: Dabei sein! Das ist uns wichtig.

Wir möchten, dass Sie Deutsch verstehen und sprechen – dass Sie mitreden, Ihre Gedanken äußern und sagen können, was Sie brauchen. Wir möchten, dass Sie auf Deutsch schreiben und sich auch im Beruf sicher und kompetent fühlen. Gute Deutschkenntnisse eröffnen Ihnen viele neue Wege – in Kultur, Kunst, Bildung und Politik. Sie ermöglichen es Ihnen, aktiv teilzunehmen und mehr vom Leben zu haben. Und der Spaß? Der kommt natürlich nicht zu kurz! Zu ambitioniert? Verrückt? Ganz und gar nicht! Unsere Kursleiterinnen und Kursleiter machen all das möglich: Sie sind freundlich, engagiert, manchmal fordernd – aber immer erfahren, kompetent und einzigartig. So wie Sie.

Wir freuen uns darauf, gemeinsam mit Ihnen zu lernen!

Dr. Lisa Fenzi und das Team des Deutsch-Bereichs



**GEMEINSAM
LERNT ES SICH
AM BESTEN**



Deutschkurse im Überblick

Wir freuen uns, dass Sie sich für unsere Kurse interessieren!
Wir bieten Ihnen an:

- Deutschkurse A1 bis B1 (Integrationskurse)
- Deutschkurse für Geflüchtete (Alpha und A1 bis B1)
- Deutschkurse von der B2- bis zur C2-Stufe
- Schreibtraining, Konversation, Grammatik, Literatur
- Prüfungsvorbereitung telc A2/B1, B2 und C1 Hochschule und vieles mehr.

Sie finden alle Kurstermine und ausführlichen Kursbeschreibungen auf deutsch.vhspankow.de.

Anmeldung für Deutschkurse

Wie kann ich mich für einen Integrationskurs (A1 bis B1 und Orientierungskurs) anmelden?

Sie vereinbaren einen Beratungstermin online oder telefonisch.

- **online:** vhspankow-deutsch.de (Achtung: Termine werden immer Montagfrüh veröffentlicht)
- **telefonisch:** +49 30 90295-3924 / -3925 / -3927
-3932 / -3933 / -3953

Kommen Sie zum vereinbarten Beratungstermin bitte pünktlich.
Ort: **Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner,**
Prenzlauer Allee 227 / 228, 10405 Berlin, Vorderhaus

Bitte mitbringen:

- Pass und/oder Aufenthaltstitel
- Berechtigung/Verpflichtung zur Teilnahme am Integrationskurs (falls vorhanden)



Im Beratungsgespräch finden wir den passenden Kurs für Sie.
Dann kann die Anmeldung erfolgen.

Wie kann ich mich für einen Deutschkurs für Geflüchtete oder für einen Elternkurs anmelden?

Sie können direkt zur offenen Beratung kommen.
Termin: Donnerstags, 10:00 bis 12:00 Uhr
Ort: **Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner,**
Prenzlauer Allee 227/228, 10405 Berlin, Vorderhaus

Bei Fragen schreiben Sie an:
vhs.willkommen@ba-pankow.berlin.de
Oder rufen Sie uns an:
+ 49 30 90295-3927/ -3932

Wie kann ich mich zu allen anderen Kursen anmelden?

Sie wählen Ihren Kurs online und melden sich an – eine Beratung ist nicht notwendig. Bei Fragen schreiben Sie an:
vhs.deutsch@ba-pankow.berlin.de

Lehrbücher

Die Lehrbücher sind in der Kursbeschreibung im Internet und auf Ihrer Anmeldebestätigung angegeben. Sie können sie in jeder Buchhandlung oder online erwerben oder auch in Bibliotheken ausleihen. Bitte bringen Sie das Lehrbuch zum ersten Kurstermin mit.

Overview German courses

We are pleased that you are interested in our courses!
We offer you:

- German courses A1 to B1 (Integration courses)
- German courses for refugees (Alpha and A1 to B1)
- German courses from B2 to C2 level
- Writing training, conversation, grammar, literature
- Exam preparation telc A2/B1, B2 and C1 university and much more.

You will find all course dates and detailed course descriptions at deutsch.vhspankow.de.

Registration German courses

How can I register for an integration course (A1 to B1 and orientation course)?

You can arrange a counselling appointment online or by telephone.

- **online:** vhspankow-deutsch.de (please note: appointments are always published on Monday mornings)
- **by telephone:** +49 30 90295-3924 / -3925 / -3927
-3932 / -3933 / -3953

Please arrive on time for your counselling appointment.
Location: **Sebastian Haffner Cultural and Educational Centre,**
Prenzlauer Allee 227 / 228, 10405 Berlin

Please bring:

- Passport and/or residence permit
- Authorisation/obligation to participate in the integration course (if available)



We will find the right course for you in a consultation. Then you can register.

How can I register for a German course for refugees or a parenting course?

You can come directly to the open counselling session.
Appointment: Thursdays, 10 to 12 am
Location: **Sebastian Haffner Cultural and Educational Centre,**
Prenzlauer Allee 227/228, 10405 Berlin

If you have any questions, please write to:
vhs.willkommen@ba-pankow.berlin.de
Or call us:
+ 49 30 90295-3927/ -3932

How can I register for all other courses?

You choose your course online and – counseling is not necessary. If you have any questions, please write to:
vhs.deutsch@ba-pankow.berlin.de

Textbooks

The textbooks are listed in the course description on the Internet and on your registration confirmation. You can buy them in any bookshop or online, or borrow them from libraries. Please bring the textbook to the first course date.

Integrationskurse

Der Integrationskurs ist ein Angebot für alle Zugewanderten, die auf Dauer in Deutschland leben und wenig oder gar kein Deutsch sprechen. Er wird gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF). Ein Berechtigungsschein oder eine Verpflichtung zur Teilnahme am Integrationskurs wird u. a. von der Ausländerbehörde oder vom Jobcenter ausgestellt. Weitere Informationen zur Möglichkeiten der Teilnahme erhalten Sie bei der persönliche Beratung.

Welche Vorteile hat der Berechtigungsschein für Sie?

- Die Abschlussprüfungen sind kostenlos.
- Bei erfolgreichem Abschluss des Integrationskurses innerhalb von zwei Jahren (d. h. Sie haben die Prüfung Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ) und den Test Leben in Deutschland nach dem Orientierungskurs bestanden) erhalten Sie - auf Antrag - 50 % der gezahlten Kostenbeiträge zurück.

Umfang

- Allgemeiner Integrationskurs: 600 Unterrichtsstunden
- Alpha-Integrationskurs: 900 + 300 Unterrichtsstunden
- Orientierungskurs: 100 Unterrichtsstunden

Die Sprachkurse sind unterteilt in Module zu je 100 Unterrichtsstunden (à 45 Minuten). Der Orientierungskurs vermittelt Grundwissen über die deutsche Geschichte, Rechtsordnung und Kultur. Der Integrationskurs endet mit den Prüfungen „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) und „Leben in Deutschland“ (LiD).

Kosten je Modul (100 UE)

- mit Förderung durch das BAMF: 229,00 €
- bei Kostenbefreiung: 0,00 €
- ohne Förderung durch das BAMF: 295,00 €

Informationen zu den Prüfungen

Der „**Deutsch-Test für Zuwanderer**“ (DTZ) ist die abschließende Prüfung für alle zum Integrationskurs zugelassenen oder verpflichteten Teilnehmenden oder für Teilnehmende, die mindestens ein Modul im Integrationskurs besucht haben. Alle anderen können sich für die Prüfung „**telc Deutsch A2-B1**“ anmelden.

Auch auf den Niveaustufen B2 und C1 können Sie Prüfungen ablegen.

Die Prüfung „**telc Deutsch C1 Hochschule**“ bietet Ihnen die Möglichkeit, mit einer ausreichenden sprachlichen Vorbereitung dem universitären Unterrichtsverlauf zu folgen. Beachten Sie unsere Kurse zur Prüfungsvorbereitung auf den Seiten 102 und 103.

Informationen und Anmeldung für Prüfungen in der Prüfungszentrale der Berliner Volkshochschulen

Die aktuellen Termine finden Sie unter vhs.berlin.de/pz. Sie können sie auch bei uns erfragen. Die Anmeldung kann online oder in der VHS erfolgen, für Integrationskurs-Teilnehmer:innen nur in der VHS.

Prüfungsgebühren

Deutsch-Test für Zuwanderer: 0,00 € (BAMF-Förderung)
117,11 € (ohne BAMF-Förderung)

Seit Juni 2026 gelten folgende Entgelte:

Telc Deutsch A2-B1: 155,00 €
Telc Deutsch B2: 160,00 €
Telc Deutsch C1 und
C1 Hochschule: 190,00 €

Integration courses

The integration courses are offered to all immigrants who are going to live in Germany permanently and who speak little or no German at all. The courses are financially supported by the Federal Office of Migration and Refugees (BAMF). The Foreigners Registration Office or the Jobcenter will issue either an authorization or an obligation to attend an integration course. During a personal consultation, you can learn more about the available participation options.

What are the advantages of this authorization document?

- The final exams are free of charge.
- After having successfully completed the integration course (including DTZ exam and the test at the end of the orientation course) within two years, you will be - upon request - reimbursed with 50 % of the course fee.

Number of Lessons

- Integration course: 600 lessons
- Alpha-integration course: 900 + 300 lessons
- Orientation course: 100 lessons

The language courses are divided into modules of 100 teaching hours (45 minutes each). The orientation course imparts basic knowledge about German history, legal system and culture. The integration course ends with the examinations „German Test for Immigrants“ (DTZ) and „Living in Germany“ (LiD).

Course Fee (100 lessons)

- with authorization or obligation: € 229.00
- in case of exemption from payment: 0,00 €
- without authorization or obligation: € 235.00



Aktuelle Termine für
Prüfungen in der
Prüfungszentrale der
Berliner Volkshochschulen:
vhs.berlin.de/pz



Deutsch für Geflüchtete, Erstorientierungskurse und Elternkurse

Deutsch für Geflüchtete

Für Personen, die sich noch im Asylverfahren befinden, ihren Wohnsitz in Berlin und keinen Zugang zu anderen staatlich geförderten Sprachkursen haben, werden Deutschkurse für Geflüchtete angeboten. Diese durch den Senat von Berlin geförderten Kurse umfassen Alphabetisierungs- sowie Sprachkurse von A1.1 bis B1.2 entsprechend dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen.

Erstorientierungskurse

Wenn Sie auf einen Integrationskurs warten oder noch keine Zulassung oder Verpflichtung zum Integrationskurs haben, können Sie auch an einem Erstorientierungskurs teilnehmen. Diese vom BAMF geförderten Kurse bieten eine langsame Lernprogression und 6 Module mit Themen, die Ihren Alltag unterstützen (Einkaufen, Arztbesuch, Wohnen u. v. m.).

Elternkurse

Diese Kurse sind für Personen geeignet, die Kinder in der Kita, in der Grundschule oder in den weiterführenden Berliner Schulen angemeldet haben. In diesen Kursen lernt man Deutsch mit einem Schwerpunkt auf Schul- und Erziehungsthemen und auf das Bildungssystem in Berlin.

Die Kurse sind entgeltfrei und nur nach vorheriger persönlicher Beratung (siehe S. 96) buchbar. Nähere Angaben (einschließlich Kurstermine) zu den Deutschkursen für Geflüchtete finden Sie auf unserer Website refugees.vhspankow.de.

Für weitere Informationen:

vhs.willkommen@ba-pankow.berlin.de

Kurse für Geflüchtete und Erstorientierungskurse:
+49 30 90295-3927

Elternkurse:
+49 30 90295-3932



Einbürgerung

Die Volkshochschule Pankow bietet den Sprachtest für die Einbürgerung und den Einbürgerungstest an.

Einbürgerungstest

Wer beabsichtigt, die deutsche Staatsangehörigkeit zu beantragen, ist verpflichtet, Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung sowie der Lebensverhältnisse in Deutschland nachzuweisen.

Für den Test fällt eine Gebühr von 25,00€ an, die vor dem Prüfungstermin zu bezahlen ist.

Sprachtest für die Einbürgerung

Seit dem 1. Januar 2024 werden in Berlin die Einbürgerungsanträge zentral durch das Landesamt für Einbürgerung (LEA) bearbeitet und die bislang dafür zuständigen bezirklichen Einbürgerungsbehörden stellen ihre Tätigkeit ein.

Voraussetzung für die Anmeldung zum Berliner Sprachtest für die Einbürgerung ist, dass Sie Ihren Wohnsitz in Berlin haben. Die Bescheinigung über den Sprachtests kann ausschließlich zum Zwecke des Einbürgerungsverfahrens im Land Berlin verwendet werden.

Für den Test fällt eine Gebühr von 75,00€ an, die vor dem Prüfungstermin zu bezahlen ist.

Aktuelle Termine finden Sie unter einbuengerungstest.vhspankow.de und berlin.de/vhs/deutscher-einbuengerungstest.



Aktuelle Termine für
Einbürgerungstests erhalten Sie hier:
einbuengerung.vhspankow.de



Programmbereichsleitung

Deutsch:

Dr. Lisa Fenzi

vhs.deutsch@ba-pankow.berlin.de

Telefon: (030) 90295-3928



Organisatorische-pädagogische
Mitarbeiterin:

Nasim Kowalski

vhs.deutsch@ba-pankow.berlin.de

Telefon: (030) 90295-3925



Organisatorisch-pädagogische
Mitarbeiterin:

Katerina Miovska

vhs.deutsch@ba-pankow.berlin.de

Telefon: (030) 90295-3953



Organisatorisch-pädagogische
Mitarbeiterin:

Sofie Henne

sofie.henne@ba-pankow.berlin.de

Telefon: (030) 90295-3927



Organisatorisch-pädagogische
Mitarbeiterin:

Claudia Prätör

claudia.praetor@ba-pankow.berlin.de

Telefon: (030) 90295-3932



Sachbearbeitung

Deutsch:

Laura Niemeyer

vhs.deutsch@ba-pankow.berlin.de

Telefon: (030) 90295-3933

Beratung/Einstufung Deutsch:

Prenzlauer Allee 227/228, 10405 Berlin

Vorderhaus

Dienstag und Mittwoch 13.00-16.00 Uhr (nur mit Termin)

Beachten Sie die Hinweise zur Deutsch-Beratung auf Seite 96.



Alle Angebote dieses Programm-
bereichs immer aktuell auf unserer Web-
seite, mit ausführlichen Informationen und
Möglichkeit zur Online-Anmeldung.

deutsch.vhspankow.de

Deutsch A1 - B1

Unser umfangreiches Kursprogramm zu Integrations-
kursen (A1 bis B1 und Orientierungskurse)
und zu Deutschkursen für Geflüchtete ist in diesem
Heft nicht abgebildet. Bitte informieren Sie sich
online über die aktuell angebotenen Kurse:
deutsch.vhspankow.de

Kurse von A1 bis B1 sind beratungspflichtig. Infor-
mationen zur Terminbuchung finden Sie auf der Seite
110 oder im Internet unter **deutsch.vhspankow.de**

“ I completed the Integration Course (B1.1, B1.2) and it was a great experience. I've studied at the Goethe-Institut, Speakeasy, and a few other schools in Berlin, and this was by far the best so far - also extremely affordable by comparison. Manuela and specially Wolfgang are amazing teachers. ”
Felipe Pereira Lima, Google Rezension, Februar 2026

Deutsch B2

Deutsch B2.0 (Brückenkurs B1+)

Pa82825H Dörte Deimig, Alexandra Johansson-Marschner

📅 02.11.-04.12.26, Montag-Freitag, 13.00-16.20 Uhr,
25 Termine, 100 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Deutsch B2.1

Pa82919H Hannah-Lena Schneider

📅 24.08.-25.09.26, Montag-Freitag, 09.00-12.20 Uhr,
25 Termine, 100 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Pa82901H Ulrike Schütte

📅 07.09.-09.12.26, Montag, Mittwoch, 18.00-21.10 Uhr,
24 Termine, 96 UE

📍 Carl-von-Ossietzky-Gymnasium, Görschstraße 42/44

€ 307,20 € (ermäßigt 153,60 €)

Pa82923H Eckart Rehberg, Verona Rios Rocha

📅 16.09.-27.10.26, Montag-Freitag, 13.00-16.20 Uhr,
25 Termine, 100 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Pa82924H Mira Kern, Mira Köller

📅 30.09.-10.11.26, Montag-Freitag, 12.40-16.00 Uhr,
25 Termine, 100 UE

📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Pa82927H Dina Liesenfeld

📅 02.11.-04.12.26, Montag-Freitag, 09.00-12.20 Uhr,
25 Termine, 100 UE

📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Pa82926H Dorothee Cordes

📅 12.11.-16.12.26, Montag-Freitag, 09.00-12.20 Uhr,
25 Termine, 100 UE

📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Fortsetzung: Deutsch B2.1

Pa82925H Dörte Deimig, Alexandra Johansson-Marschner

📅 09.12.26-26.01.27, Montag-Freitag, 13.00-16.20 Uhr,
25 Termine, 100 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Pa82928H Martina Kaminski

📅 09.12.26-26.01.27, Montag-Freitag, 12.40-16.00 Uhr,
25 Termine, 100 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Deutsch B2.2

Pa83013H Ulrike Weiß, Wolfgang Wendlinger

📅 24.08.-25.09.26, Montag-Freitag, 09.00-12.20 Uhr,
25 Termine, 100 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Pa83002H Jana Aurast, Irene Doerges-Miraglia

📅 31.08.-07.12.26, Montag, Mittwoch, 18.00-21.15 Uhr,
25 Termine, 100 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Pa83019H Hannah-Lena Schneider

📅 30.09.-10.11.26, Montag-Freitag, 09.00-12.20 Uhr,
25 Termine, 100 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Pa83023H Eckart Rehberg, Verona Rios Rocha

📅 02.11.-04.12.26, Montag-Freitag, 13.00 - 16.20 Uhr,
25 Termine, 100 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Pa83024H Mira Kern, Mira Köller

📅 12.11.-16.12.26, Montag-Freitag, 12.40-16.00 Uhr,
25 Termine, 100 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Pa83027H Dina Liesenfeld

📅 09.12.26-26.01.27, Montag-Freitag, 09.00-12.20 Uhr,
25 Termine, 100 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Deutsch - Leseclub B2 - Literaturkurs

Pa88030H Maria Daribon

📅 01.09.-08.12.26, Dienstag, 10.00-12.15 Uhr, 13 Termine, 39 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 115,20 € (ermäßigt 57,60 €)

Deutsch B2/C1 - Üben und Wiederholen kompakt

Pa88031H Dorothee Cordes

📅 28.09.-15.10.26, Montag, Mittwoch, Donnerstag, 14.00-16.15 Uhr,
9 Termine, 27 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 86,40 € (ermäßigt 43,20 €)

Pa88032H Dorothee Cordes

📅 23.11.-10.12.26, Montag, Mittwoch, Donnerstag, 14.00-16.15 Uhr,
9 Termine, 27 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 86,40 € (ermäßigt 43,20 €)

Deutsch B2+/C1.0 (Brückenkurs)

Pa83105H Robert Glöer

📅 24.08.-14.10.26, Montag, Mittwoch, 18.00-21.20 Uhr,
15 Termine, 60 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 192,00 € (ermäßigt 96,00 €)

Pa83106H Robert Glöer

📅 02.11.-09.12.26, Montag, Mittwoch, 18.00-21.20 Uhr,
12 Termine, 48 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 153,60 € (ermäßigt 76,80 €)

Deutsch C1

Deutsch C1.1

Pa83206H Dr. Georg Jansen

📅 25.08.-15.10.26, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, 09.00-12.20 Uhr,
24 Termine, 96 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 307,20 € (ermäßigt 153,60 €)

Pa83207H Rolf Kasteleiner

📅 31.08.-07.12.26, Montag, Mittwoch, 18.00-21.20 Uhr,
25 Termine, 100 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 320,00 € (ermäßigt 160,00 €)

Deutsch C1.2

Pa83304H Bettina Pracht

📅 31.08.-02.12.26, Montag, Mittwoch, 18.00-21.20 Uhr,
24 Termine, 96 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 307,20 € (ermäßigt 153,60 €)

Pa83306H Dr. Georg Jansen

📅 27.10.-17.12.26, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, 09.00-12.20 Uhr,
24 Termine, 96 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 307,20 € (ermäßigt 153,60 €)

Deutsch C1 - Teil 3

Pa83203H Martina Kaminski

📅 01.09.-19.11.26, Dienstag, Donnerstag, 18.00-21.20 Uhr,
20 Termine, 80 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 256,00 € (ermäßigt 128,00 €)

Deutsch C2

Deutsch C2

Pa83405H Alexandra Johansson-Marschner

📅 31.08.-14.10.26, Montag, Mittwoch, 18.00-21.15 Uhr,
14 Termine, 56 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 179,20 € (ermäßigt 89,60 €)

Pa83406H Olaf Mittelstraß

📅 02.11.-09.12.26, Montag, Mittwoch, 18.00-21.15 Uhr,
12 Termine, 48 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 153,60 € (ermäßigt 76,80 €)

SPRACHE ALS VERBINDUNG ZWISCHEN KULTUREN

Nisreen Amr und ihre Begeisterung für den Deutschunterricht

Nisreen Amr ist Deutschlehrerin aus Leidenschaft - auch wenn ihr beruflicher Weg ursprünglich in eine andere Richtung führen sollte. Geboren in Jordanien als Tochter palästinensischer Eltern, lebt sie seit 2012 in Berlin. Ihr akademischer Weg begann mit einem Bachelorstudium der deutsch-englischen Literaturwissenschaft an der jordanischen Universität und führte sie anschließend für den Masterstudiengang German Studies / Culture & Communication an die TU Dresden.

Erste Unterrichtserfahrungen sammelte sie an der Deutsch-Jordanischen Universität sowie am Goethe-Institut in Amman. Parallel dazu arbeitete sie im Projektbüro der Hanns-Seidel-Stiftung als Koordinatorin für libanesischen Partnerorganisationen - eine Tätigkeit, die ihr internationales Arbeiten ebenso näherbrachte wie die Bedeutung interkultureller Verständigung. Später unterrichtete sie Deutsch am Institute of Advanced Studies (TUDIAS) der TU Dresden.

Seit 2013 ist Nisreen Amr an Berliner Volkshochschulen tätig. An der VHS Pankow unterrichtet sie seit 2017 Deutsch für Geflüchtete und gibt Erstorientierungskurse. Gleich zu Beginn gab es im Rahmen eines Projektes die Möglichkeit, in der Justizvollzugsanstalt (JVA) Deutsch zu unterrichten. Die Arbeit dort wurde für Nisreen Amr zu einer der tiefgreifendsten Erfahrungen ihrer Laufbahn. Hinter verschlossenen Türen bekam der Begriff „Freiheit“ eine neue Dimension für sie - nicht als abstrakte Idee, sondern als etwas, das man erst vermisst, wenn es fehlt. „Gerade dort zeigte sich die stille Kraft von Bildung, die Fenster öffnet, wo zuvor Wände waren, die neue Perspektiven schenkt und den Weg in ein anderes Leben weist“, erinnert sie sich.

Im Unterricht begegnet sie Menschen aus unterschiedlichsten Ländern und Lebensrealitäten. Diese Vielfalt versteht sie als Bereicherung. „Wenn Teilnehmende ihre ersten Sätze auf Deutsch formulieren, gemeinsam lachen und im Kurs ein Gefühl von Zugehörigkeit entwickeln, entstehen für mich die



wertvollsten Momente“, sagt sie. Viele Lernende leben noch in Geflüchtetenunterkünften - umso wichtiger ist es ihr, dass der Unterricht ein Ort des Ankommens wird.

Was Nisreen Amr besonders fasziniert: Während in manchen Herkunftsländern Konflikte und Ausgrenzung den Alltag prägen, spielen im Unterrichtsraum Religion, Hautfarbe oder unterschiedliche Wurzeln kaum eine Rolle. Stattdessen entstehen Kontakte, manchmal sogar Freundschaften, die den Start in Deutschland erleichtern. Ihr pädagogisches Motto lautet: Wer mit Freude lernt, lernt schneller - und nachhaltiger.

Die Leidenschaft fürs Unterrichten liegt vielleicht auch in der Familie: Ihre Mutter war Lehrerin und Schulleiterin und sah Bildung als generationsübergreifende Aufgabe. Nisreen Amr selbst wollte lange Journalistin werden. Die Ironie des Schicksals: Heute steht sie mit Herz und Seele vor den Kurs teilnehmenden - und erzählt jeden Tag neue Geschichten, nur eben auf Deutsch.

Kurse für Geflüchtete und Erstorientierungskurse sind nur mit Beratung buchbar, siehe Seite 96 bis 98.

Deutsch - Prüfungstraining

Die Volkshochschule Pankow bietet zahlreiche Prüfungstrainings für den Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ) sowie weitere Vorbereitungskurse für telc-Prüfungen an. Alle Termine finden Sie auf der Webseite deutsch.vhspankow.de.

Prüfungstraining für den Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)

Pa88001H Andrea Gerdes

- 📅 05.-06.09.26, Samstag/Sonntag, 9.30-12.50 Uhr, 2 Termine, 8 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 23,60 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Pa88002H Anja Mußul

- 📅 19.-20.09.26, Samstag/Sonntag, 9.30-12.50 Uhr, 2 Termine, 8 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 23,60 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Pa88003H Andrea Gerdes

- 📅 26.-27.09.26, Samstag/Sonntag, 9.30-12.50 Uhr, 2 Termine, 8 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 23,60 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Pa88004H Iris Otto

- 📅 31.10.-01.11.26, Samstag/Sonntag, 9.30-12.50 Uhr, 2 Termine, 8 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 23,60 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Pa88005H Anja Mußul

- 📅 14.-15.11.26, Samstag/Sonntag, 9.30-12.50 Uhr, 2 Termine, 8 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 23,60 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Pa88006H Irene Doerges-Miraglia

- 📅 28.-29.11.26, Samstag/Sonntag, 9.30-12.50 Uhr, 2 Termine, 8 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 23,60 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Pa88007H Manuela D'Amico

- 📅 12.-13.12.26, Samstag/Sonntag, 9.30-12.50 Uhr, 2 Termine, 8 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 23,60 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

TELC A2-B1 Prüfungstraining

Pa88008H Yvonne Pommier

- 📅 25.-26.09.26, Freitag/Samstag, 14.00-16.15 Uhr, 2 Termine, 6 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 17,70 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Pa88009H Yvonne Pommier

- 📅 06.-07.11.26, Freitag/Samstag, 14.00-16.15 Uhr, 2 Termine, 6 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 17,70 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Prüfungstraining Mündlicher Teil A2/B1

Prüfungstraining nur mündlicher Ausdruck für DTZ

Pa88010H Iris Otto

- 📅 30.11.-16.12.26, Montag, Mittwoch, 18.00-20.15 Uhr, 6 Termine, 18 UE
- 🏠 Carl-von-Ossietzky-Gymnasium, Görschstraße 42/44
- € 53,10 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Prüfungstraining für Deutsch telc B2

Pa88011H Dorothee Cordes

- 📅 19.-20.09.26, Samstag/Sonntag, 10.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 44,80 € (ermäßigt 22,40 €)



Pa88012H Maria Daribon

- 📅 10.-11.10.26, Samstag/Sonntag, 10.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 44,80 € (ermäßigt 22,40 €)

Pa88013H Maria Daribon

- 📅 07.-08.11.26, Samstag/Sonntag, 10.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 44,80 € (ermäßigt 22,40 €)

Pa88014H Dorothee Cordes

- 📅 28.-29.11.26, Samstag/Sonntag, 10.00-15.45 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 44,80 € (ermäßigt 22,40 €)

Vorbereitung auf die Prüfung telc C1 Hochschule

Pa88015H Dorothee Cordes

- 📅 07.-25.09.26, Montag-Freitag, 13.45-17.05 Uhr, 15 Termine, 60 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 192,00 € (ermäßigt 96,00 €)

Pa88016H Dorothee Cordes

- 📅 02.-20.11.26, Montag-Freitag, 13.45-17.05 Uhr, 15 Termine, 60 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 192,00 € (ermäßigt 96,00 €)

Deutsch - Theater

Deutsch mit Theaterspielen B1

Theater, Deutsch und Spaß!

Pa88027H Dominique Wendler

- 📅 01.09.-13.10.26, Dienstag, 9.30-11.45 Uhr, 7 Termine, 21 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 61,95 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Pa88028H Dominique Wendler

- 📅 03.11.-08.12.26, Dienstag, 9.30-11.45 Uhr, 6 Termine, 18 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 53,10 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Deutsch - Grammatik

Grammatik B1 und ein bisschen Konversation

Pa88040H Martina Sonntag

- 📅 03.09.-09.10.26, Donnerstag, Freitag, 13.00-15.30 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 106,20 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Grammatik und Hörverstehen B2.0

Pa88041H Lubomir Duroska

- 📅 24.08.-16.09.26, Montag, Mittwoch, 09.30-12.00Uhr, 8 Termine, 27 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 86,40 € (ermäßigt 43,20 €)

Pa88042H Lubomir Duroska

- 📅 02.-23.11.26, Montag, Mittwoch, 09.30-12.00Uhr, 7 Termine, 21 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 67,20 € (ermäßigt 33,60 €)

Grammatik und Hörverstehen B2/C1

Pa88043H Lubomir Duroska

- 📅 21.09.-14.10.26, Montag, Mittwoch, 9.30-12.00 Uhr, 8 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 76,80 € (ermäßigt 38,40 €)

Grammatik C1 - Textarbeit, Übungen und Wiederholung

Pa88044H Andrea Gerdes, Sabine Voss

- 📅 08.09.-13.10.26, Dienstag, Donnerstag, 18.00-20.15 Uhr, 10 Termine, 30 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 96,00 € (ermäßigt 48,00 €)

Pa88045H Andrea Gerdes, Sabine Voss

- 📅 03.11.-03.12.26, Dienstag, Donnerstag, 18.00-20.15 Uhr, 10 Termine, 30 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 96,00 € (ermäßigt 48,00 €)

Deutsch - Schreibtraining

Lasst uns schreiben! - A2/B1

Kein Prüfungstraining, aber sehr hilfreich!

Pa88050H Sophia Peter

- 📅 05.11.-11.12.26, Donnerstag, Freitag, 13.00-15.30 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 106,20 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Schreiben und Wortschatzarbeit B2.0

Pa88051H Lubomir Duroska

- 📅 02.11.-14.12.26, Montag, 13.00-15.15 Uhr, 7 Termine, 21 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 67,20 € (ermäßigt 33,60 €)

Schreiben und Wortschatzarbeit B2/C1

Pa88052H Lubomir Duroska

- 📅 31.08.-12.10.26, Montag, 13.00-15.15 Uhr, 7 Termine, 21 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 67,20 € (ermäßigt 33,60 €)

Schreibtraining B2/C1

Pa88053H Dr. Patrick Hofmann

- 📅 24.08.-17.09.26, Montag, Donnerstag, 17.45-20.05 Uhr, 8 Termine, 24 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 76,80 € (ermäßigt 38,40 €)

Pa88054H Dr. Patrick Hofmann

- Blended-Learning-Kurs
- 📅 21.09.-15.10.26, Montag, Donnerstag, 17.45-20.05 Uhr, 8 Termine, 24 UE
- 🏠 Montag: Kultur- und Bildungszentrum S. Haffner, Prenzlauer Allee 227
- 🏠 Donnerstag: Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 76,80 € (ermäßigt 38,40 €)

Pa88055H Dr. Patrick Hofmann

- 📅 02.11.-03.12.26, Montag, Donnerstag, 17.45-20.05 Uhr, 10 Termine, 30 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 96,00 € (ermäßigt 48,00 €)

Schreibtraining C1/C2

Pa88056H Andrea Gerdes

- 📅 04.11.-09.12.26, Mittwoch, 18.00-19.30 Uhr, 6 Termine, 12 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 38,40 € (ermäßigt 19,20 €)

Deutsch - Konversation

Konversation A2/B1 - Keine Angst vorm Sprechen

Auch eine gute Vorbereitung auf den DTZ!

Pa88060H Iris Otto

📅 24.08.-16.09.26, Montag, Mittwoch, 18.00-20.15 Uhr,
8 Termine, 24 UE

🏠 Carl-von-Ossietzky-Gymnasium, Görschstraße 42/44

€ 70,80 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Pa88061H Iris Otto

📅 02.-25.11.26, Montag, Mittwoch, 18.00-20.15 Uhr, 8 Termine, 24 UE

🏠 Carl-von-Ossietzky-Gymnasium, Görschstraße 42/44

€ 70,80 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Konversation und ein bisschen Grammatik - B1

Auch eine gute Vorbereitung auf den DTZ!

Pa88062H Hannah-Lena Schneider

📅 25.08.-17.09.26, Dienstag, Donnerstag, 13.30-15.45 Uhr,
8 Termine, 24 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 70,80 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Pa88063H Hannah-Lena Schneider

📅 22.09.-15.10.26, Dienstag, Donnerstag, 13.30-15.45 Uhr,
8 Termine, 24 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 70,80 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Pa88064H Hannah-Lena Schneider

📅 03.11.-10.12.26, Dienstag, Donnerstag, 13.30-15.45 Uhr,
12 Termine, 36 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 106,20 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Konversation und ein bisschen Grammatik - B2.0

Pa88065H Iris Otto

📅 21.09.-14.10.26, Montag, Mittwoch, 18.00-20.15 Uhr,
8 Termine, 24 UE

🏠 Carl-von-Ossietzky-Gymnasium, Görschstraße 42/44

€ 76,80 € (ermäßig 38,40 €)

Konversation B2.0

Pa88066H Lubomir Duroška

📅 24.08.-16.09.26, Montag, Mittwoch, 17.45-20.00 Uhr,
8 Termine, 24 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 76,80 € (ermäßig 38,40 €)

Pa88067H Lubomir Duroška

📅 21.09.-14.10.26, Montag, Mittwoch, 17.45-20.00 Uhr,
8 Termine, 24 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 76,80 € (ermäßig 38,40 €)

Konversation B2/C1

Pa88068H Lubomir Duroška

📅 02.-23.11.26, Montag, Mittwoch, 17.45-20.00 Uhr, 7 Termine, 21 UE

🏠 Carl-von-Ossietzky-Gymnasium, Görschstraße 42/44

€ 67,20 € (ermäßig 33,60 €)

Pa88069H Lubomir Duroška

📅 25.11.-16.12.26, Montag, Mittwoch, 17.45-20.00 Uhr,
7 Termine, 21 UE

🏠 Carl-von-Ossietzky-Gymnasium, Görschstraße 42/44

€ 67,20 € (ermäßig 33,60 €)



Konversation ab B2: Lasst uns jetzt reden!

Pa88070H Christian Schodos

- 📅 26.08.-14.10.26, Mittwoch, 16.30-18.00 Uhr, 8 Termine, 16 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 51,20 € (ermäßigt 25,60 €)

Pa88071H Christian Schodos

- 📅 04.11.-16.12.26, Mittwoch, 16.30-18.00 Uhr, 7 Termine, 14 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 44,80 € (ermäßigt 22,40 €)

Konversation ab C1: Lasst uns jetzt reden!

Pa88072H Christian Schodos

- 📅 28.08.-16.10.26, Freitag, 16.30-18.00 Uhr, 8 Termine, 16 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 25,60 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)

Pa88073H Christian Schodos

- 📅 06.11.-18.12.26, Freitag, 16.30-18.00 Uhr, 7 Termine, 14 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 44,80 € (ermäßigt 22,40 €)

Lasst uns heute diskutieren! Konversation ab C1

Ein Tag Zeit, um intensiv Deutsch zu sprechen

Pa88074H Christian Schodos

- 📅 27.09.26, Sonntag, 13.00-17.15 Uhr, 1 Termin, 5 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 16,00 € (ermäßigt 8,00 €)

Pa88075H Christian Schodos

- 📅 25.10.26, Sonntag, 13.00-17.15 Uhr, 1 Termin, 5 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 16,00 € (ermäßigt 8,00 €)

Pa88076H Christian Schodos

- 📅 29.11.26, Sonntag, 13.00-17.15 Uhr, 1 Termin, 5 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 16,00 € (ermäßigt 8,00 €)

Konversation intensiv C1: Lasst uns jetzt reden!

Pa88077H Christian Schodos

- 📅 26.-30.10.26, Montag-Freitag, 9.30 -12.45 Uhr, 5 Termine, 20 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 64,00 € (ermäßigt 32,00 €)

Pa88078H Christian Schodos

- 📅 14.-18.12.26, Montag-Freitag, 9.30 -12.45 Uhr, 5 Termine, 20 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 64,00 € (ermäßigt 32,00 €)

Konversation C1/C2 - Aktuelle und kulturelle Themen diskutieren

Pa88079H Andrea Gerdes

- 📅 02.09.-14.10.26, Mittwoch, 18.00-20.15 Uhr, 7 Termine, 21 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 57,60 € (ermäßigt 28,80 €)

Deutsch für den Beruf

Deutsch C1 Berufstraining

Pa88096H Dörte Deimig, Astrid Haase-Tsouloftas

- 📅 01.09.-08.10.26, Dienstag, Donnerstag, 18.00-20.15 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 115,20 € (ermäßigt 57,60 €)

Pa88097H Dörte Deimig, Astrid Haase-Tsouloftas

- 📅 03.11.-10.12.26, Dienstag, Donnerstag, 18.00-20.15 Uhr, 12 Termine, 36 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 115,20 € (ermäßigt 57,60 €)

Das vollständige Programm,
neue Angebote und Service-Informationen
immer aktuell nur im Web

www.vhspankow.de





Arbeit, Beruf, Informatik

108 **Beruf und Karriere**

109 **MS Office**

111 **Tastschreiben**

111 **Programmieren und KI**

111 **AutoCAD**

112 **Apple**

112 **Mediengestaltung**

113 **PC, Smartphones und Tablets**

113 **Webseitengestaltung und Social Media**

114 **Coaching**

115 **Führungstechniken**

115 **Methodenkompetenzen**

116 **Kommunikation, Moderation und Rhetorik**

117 **Stimmbildung**

Weiterkommen mit der VHS

Sie wollen Ihre persönlichen Kompetenzen erweitern? Unsere Angebote der beruflichen Bildung bieten Ihnen dazu viele Gelegenheiten. Zur Auswahl stehen Kurse zur Erweiterung Ihrer Kommunikationsfähigkeit, Angebote zur Verbesserung Ihrer digitalen Medienkompetenz und viele andere. Künstliche Intelligenz wird die Arbeitswelt revolutionieren. Erfahren Sie, was das für Ihren Arbeitsalltag bedeuten kann. In unseren Bildungszeitkursen können Sie Ihr berufliches Weiterkommen fördern. Ergreifen Sie Ihre Chancen, nutzen Sie unsere Angebote. Wir beraten Sie gern bei individuellen Fragen.

Nicole Mackowiak
Programmbereichsleiterin





**HINTERM
HORIZONT
GEHT'S
WEITERBILDUNG**



Programmbereichsleitung:
Nicole Mackowiak
 nicole.mackowiak@ba-pankow.berlin.de
 Telefon: (030) 90295-1711

Schulstraße 29, 13187 Berlin
 Raum 301



Organisatorisch-pädagogische
 Mitarbeiterin:
Marleen Hilker
 marleen.hilker@ba-pankow.berlin.de
 Telefon: (030) 90295-1733

Schulstraße 29, 13187 Berlin
 Raum 111

Bildungszeit

Die ausgezeichneten Kurse sind als Bildungszeitveranstaltung anerkannt. Informieren Sie sich über Ihren Freistellungsanspruch im Land Berlin auf Seite 122.

Die Kurssprache ist Deutsch. Bei Bedarf kann die Kursleitung Ihre Fragen in der angegebenen Sprache beantworten.

Der Kurs wird in der angegebenen Sprache unterrichtet.

Alle Angebote dieses Programmbereichs immer aktuell auf unserer Webseite, mit ausführlichen Informationen und Möglichkeit zur Online-Anmeldung.



← beruf.vhspankow.de



edv.vhspankow.de →

Beruf und Karriere

Berufliche Veränderung? So kann es gehen

Eine Kooperation mit der Bundesagentur für Arbeit

Pa5001H Alexander Kein, Anita Stremlow, Gina Kosobudzki
 10.09.26, Do, 17.00-20.15 Uhr, 4 UE
 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
 entgeltfrei

Kompetenzen im Blick - Stärkenanalyse

Pa5006H Alexander Kein, Anita Stremlow, Gina Kosobudzki
 12.11.26, Do, 17.00-20.15 Uhr, 4 UE
 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 entgeltfrei

Frauen in Führung - stilvoll leiten, authentisch gestalten



Pa5015H Julia Grebe
 Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 09.-11.12.26, Mi-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE
 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Future Skills



Schlüsselkompetenzen für die Arbeitswelt

Pa5018H René C. Mannhold
 Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 23.-24.11.26, Mo/Di, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Lebens- und Karriereplanung



Wirkungsvolle Techniken für den Berufsalltag

Pa5021H Iris Bothmer
 Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 02.-04.12.26, Mi-Fr, 09.00-15.00 Uhr, 21 UE
 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 78,40 € (ermäßigt 42,70 €)

Female Leadership



Stark und feminin in Führung gehen

Pa5023H Sabine Ay
 Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 25.-27.11.26, Mi-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE
 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Resilienztraining für Frauen



Pa5025H Sabine Ay
 Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 11.-13.11.26, Mi-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE
 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Einstieg in den freien Journalismus



Pa5029H Patricia Caspari
 Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 07.-11.09.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Journalistisches Schreiben und Recherche



Für Print, Radio, TV oder Social-Media

Pa5030H Prof. Ilona Wuschig
 Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
 14.-18.09.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Wie verfasse ich ein Sachbuch?

Pa5031H Patricia Caspari

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 21.-25.09.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

“ Heute ging der Kurs „Wie verfasse ich ein Sachbuch?“ zu Ende und ich bin damit hochzufrieden. Andere Teilnehmende haben sich ähnlich geäußert. Frau Caspari ist eine sehr kompetente und sehr motivierende Dozentin. Ich bin mit meinem Buchprojekt ein großes Stück vorangekommen. ”

Christoph B. aus Pankow, 8. Mai 2026



Microsoft Office

Word, Excel, Access und PowerPoint

Pa5045H Wolfgang Klemm

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 12.-16.10.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)



Word und Excel für Einsteiger:innen

Pa5047H Cornelia Bertl

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 02.-06.11.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)



Grundlagen der Betriebswirtschaft

Pa5039H Jörg Leu

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 02.-09.11.26, Mo-Mo, 09.00-16.00 Uhr, 6 Termine, 48 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 180,00 € (ermäßigt 98,40 €)



MS Office

Einstieg in Office 2019

Pa5042H Cornelia Bertl

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 07.-11.12.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)



Momente bewahren mit dem CEWE FOTOBUCH

Digital fotografieren - analog erinnern

Pa5049H Cornelia Bertl

📅 21.-22.11.26, Sa/So, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 60 € (ermäßigt 32,80 €)

Outlook ist mehr als E-Mails versenden

Pa5059H Cornelia Bertl

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 05.-07.10.26, Mo-Mi, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Word und Excel kompakt

Pa5068H Helfried Hübner

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 21.-25.09.26, Mo-Fr, 09.00-15.00 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)



Word, Power Point, Outlook

Pa5043H Cornelia Bertl

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 14.-18.09.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)





SCHREIBEN MIT SYSTEM - LERNEN MIT FREUDE

Julia Neig über ihren Weg vom
Tastschreibkurs zur Kursleiterin

Ich bin Julia Neig, Ende dreißig, glücklich verheiratet und Mama von zwei Kindern. Hauptberuflich arbeite ich in der Berliner Verwaltung. In meiner Freizeit treffe ich mich mit meinen Freunden oder mache Ausflüge mit meiner Familie. In ruhigen Zeiten lese ich auch sehr gern.

Aber wie komme ich nun dazu, Kurse im Tastschreiben zu geben? Als ich ungefähr 13 Jahre alt war, nahm ich gemeinsam mit meiner Mutter an einem Tastschreibkurs in einer Volkshochschule teil - aus reiner Neugierde. Damals erstreckte sich der Kurs über drei Monate, wobei wir zweimal in der Woche zum Unterricht gingen. Das Lernen war mühselig und teilweise auch etwas langweilig, wenn man zum 100. Mal „a-a-a“ drückte - so empfand ich das damals als Teenager. Komplette Wörter zu schreiben lernten wir erst viel später im Kurs.

In den 90ern hatten wir zwar einen Computer zu Hause, jedoch brauchte ich diesen nicht zwingend für meine Schularbeiten. Und wie es so ist mit Fertigkeiten, die man lange nicht anwendet, vergaß ich das Gelernte. Aber zum Abitur und anschließend im Studium brauchte ich das Tastschreiben wieder!

Meine Mutter hatte von einem Lernsystem gehört, das ganz anders war. Wir probierten es wieder gemeinsam aus. Und was soll ich sagen ... es war wunderbar! Jedem Buchstaben wurde ein Begriff zugeordnet, jedem Finger eine Farbe. Verknüpft wurde beides durch eine lustige Hörgeschichte und abgerundet mit Schreibübungen am Computer. Dieses System heißt Superlearning. Es beruht nicht auf 100-facher Wiederholung eines Buchstabens oder Wortes, sondern auf logischem Lernen. Dabei werden alle Lerntypen angesprochen. Das begeisterte mich. Wir lernten mittels Superlearning sehr schnell und übten gern.

Hochmotiviert beschloss meine Mutter, selbst einen Tastschreibkurs an einer Volkshochschule in Brandenburg anzubieten. Konzept und Thema wurden dort gut angenommen. Ich begleitete sie oft zu den Kursen und fand Gefallen dar-

an, anderen Menschen etwas beizubringen. Als sie im Jahr 2020 viel zu früh verstarb, stand ich vor der Entscheidung, ihre Kurse „einschlafen“ zu lassen oder diese zu übernehmen. Ich entschied mich für Letzteres.

Seit 2021 bin ich auch hier an der VHS Pankow und unterrichte das „10-Finger-Tastschreiben“. Meine Erkenntnis: Je früher man etwas lernt, umso leichter fällt es. Daher biete ich seit verganginem Jahr auch einen Tastschreibkurs speziell für Kinder ab 10 Jahren an. Aber nicht verzagen: Auch flinke „4-Finger-Adlersuchsystem-Schreiber:innen“ im Erwachsenenalter können mit Fleiß noch umlernen und mit dem 10-Fingersystem effektiver schreiben lernen.

Ich freue mich auf Interessierte, die mit mir die Welt der Tastatur erleben möchten. Denn auch in einer Welt, in der man nur noch schnell eine Sprachnachricht schickt und über das Handydisplay wischt, wird das Schreiben mit analoger oder virtueller Tastatur nicht verschwinden, sondern für präzise und längere Arbeiten wie Fach- oder Seminararbeiten, Protokolle oder Blogartikel wichtig bleiben

Kurse mit Julia Neig finden Sie auf Seite 111.



Fortsetzung: MS Office

Tabellenkalkulation mit Excel



Pa5162H Helfried Hübner

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

- 02.-04.12.26, Mi-Fr, 09.00-15.00 Uhr, 3 Termine, 21 UE
- Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 78,75 € (ermäßigt 43,05 €)

Pa5165H Helfried Hübner

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

- 14.-16.10.26, Mi-Fr, 09.00-15.00 Uhr, 3 Termine, 21 UE
- Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 78,75 € (ermäßigt 43,05 €)

Datenlisten organisieren und auswerten



Pa5203H Tjard Ross

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

- 19.-20.11.26, Do/Fr, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Automatisierung von Arbeitsabläufen in Excel Makroaufzeichnung und VBA



Pa5205H Tjard Ross

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

- 25.-27.11.26, Mi/Fr, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Excel auffrischen



Pa5274H Tjard Ross

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

- 15.-16.10.26, Do/Fr, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Formularerstellung mit Adobe Acrobat



Pa5275H Tjard Ross

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

- 11.12.26, Fr, 09.00-16.00 Uhr, 8 UE
- Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Tastschreiben

Zehnfinger-Tastschreibkurs

Pa5395H Julia Neig

- 25.11.-09.12.26, Mi, 16.30 Uhr-18.45 Uhr, 3 Termine, 9 UE
- Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 33,75 € (ermäßigt 18,45 €)

Ferienkurs für Kids

Pa5396H Julia Neig

- 26.-29.10.26, Mo-Do, 14.00-15.30 Uhr, 4 Termine, 8 UE
- Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Pa5398H Katja Thal

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

- 16.-20.11.26, Mo-Fr, 09.00-14.15 Uhr, 5 Termine, 30 UE
- Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 112,50 € (ermäßigt 61,50 €)



Programmieren und KI

Künstliche Intelligenz (KI) selbst gemacht

Ein neuronales Netz mit Python entwickeln

Pa5415H Richard Wotzlaw

- 09.-11.10.26, Fr, 17.30-20.45 Uhr, Sa/So, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 20 UE
- Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Der Weg zur KI

Algorithmisch denken und programmieren lernen



Pa5420H Richard Wotzlaw

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

- 09.-13.11.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Künstliche Intelligenz (KI)

Revolution für die Berufswelt



Pa5450H René C. Mannhold

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

- 04.-06.11.26, Mi-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE
- Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Programmierung leichtgemacht - Python

Pa5501H Yan Jose Cobarrubias Perez

- 07.-08.11.26, Sa/So, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Pa5508H Yan Jose Cobarrubias Perez

- 19.-20.09.26, Sa/So, 10.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 14 UE
- Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Die Welt der KI entdecken

Von den Grundlagen zur Anwendung

Pa5512H Yan Jose Cobarrubias Perez

- 12.-13.12.26, Sa/So, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE
- Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

AutoCAD

AutoCAD - Grundkurs

Pa5571H Thomas Guske

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

- 30.11.-04.12.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Pa5575H Thomas Guske

- 18.-27.09.26, 2xFr, 17.30-21.00 Uhr, 2xSa/So, 09.00-16.00 Uhr, 6 Termine, 40 UE
- Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

AutoCAD 3D

Pa5584H Thomas Guske

- 06.-15.11.26, 2xFr, 17.30-21.00 Uhr, 2xSa/So, 09.00-16.00 Uhr, 6 Termine, 40 UE
- Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)



Apple

Apple MacBook für Neulinge und ältere Semester

Pa5595H Mechthild Flemming

📅 15.-29.09.26, 3x Di/2x Do, 09.00-12.00 Uhr, 5 Termine, 20 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Apple MacBook für Frauen

Pa5603H Mechthild Flemming

📅 15.-29.09.26, 3x Di/2x Do, 18.00-21.00 Uhr, 5 Termine, 20 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Apple MacBook Aufbaukurs

Pa5605H Mechthild Flemming

📅 05.-14.10.26, 2x Mo/2x Mi, 09.00-12.00 Uhr, 4 Termine, 16 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

iPhone, iPad, Apple Watch einfach und verständlich

Für Neulinge und Ältere

Pa5610HN Manuela Strehober

📅 31.10.-01.11.26, Sa/So, 09.00-14.00 Uhr, 2 Termine, 12 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Pa5610H Manuela Strehober

📅 26.-27.09.26, Sa/So, 09.00-14.00 Uhr, 2 Termine, 12 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Mediengestaltung

Einstieg in die Affinity Suite

Designer und Publisher am eigenen Laptop

Pa5649H Mechthild Flemming

📅 13.-15.11.26, Fr, 18.00-21.15 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 20 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Müheloser Einstieg in Adobe CC Photoshop, InDesign und Illustrator

Pa5650H Mechthild Flemming

📅 09.-11.10.26, Fr, 18.00-21.15 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 20 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Adobe CC InDesign

Pa5652H Mechthild Flemming

📅 27.-29.11.26, Fr, 18.00-21.15 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 20 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)

Visual Branding mit Canva & Affinity



Pa5660H Anja Morsch

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 07.-11.09.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Digitaler Videoschnitt mit Premiere Pro



Pa5670H Katharina Frucht

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 07.-11.12.26, Mo-Fr, 10.00-17.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Videoschnitt mit DaVinci Resolve 20

Grundlagen

Pa5671H Gerald Schulze

📅 07.-08.11.26, Sa/So, 09.30-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Aufbaukurs - für Anwender:innen mit Vorkenntnissen

Pa5672H Gerald Schulze

📅 28.-29.11.26, Sa/So, 09.30-16.30 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Digitale Videobearbeitung mit Adobe After Effects

Einstieg in Bild- und Grafik-Animation mit der Adobe Creative Cloud

Pa5673H Anna-Maria Weber

📅 17.-18.10.26, Sa/So, 10.00-17.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Adobe Photoshop CC



Pa5675H Maren Börner

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 16.-20.11.26, Mo-Fr, 10.00-17.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Arbeiten mit Adobe CC Photoshop, InDesign und Illustrator



Grundlagen und Workflow

Pa5676H Mechthild Flemming

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 07.-11.09.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Einführung in Canva

Einfach und schnell ansprechende Grafiken gestalten

Pa5678H Manuela Strehober

📅 07.-08.11.26, Sa/So, 09.00-15.00 Uhr, 2 Termine, 14 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

PC, Smartphones und Tablets

Computer-Treff in Pankow für Anfänger:innen

Pa5680H Arne Schlichting

- 📅 03.11.-08.12.26, Di, 16.30-19.30 Uhr, 6 Termine, 24 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

PC-Sprechstunde - Computer im Griff Für Anfänger:innen und Profis

Pa5681H Arne Schlichting

- 📅 24.09.26, Do, 18.00-21.00 Uhr
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € entgeltfrei

Pa5683H Arne Schlichting

- 📅 13.10.26, Di, 18.00-21.00 Uhr
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € entgeltfrei

Smartphones und Tablets mit Android

Teil 1: Für Anfänger:innen und Senior:innen

Pa5690H Andre Goslar

- 📅 14.-16.10.26, Mi-Fr, 09.00-12.15 Uhr, 3 Termine, 13 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 48,75 € (ermäßigt 26,65 €)

Pa5691H Andre Goslar

- 📅 22.-24.09.26, Di-Do, 09.00-12.15 Uhr, 3 Termine, 13 UE
- 🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27
- € 48,75 € (ermäßigt 26,65 €)

Teil 2: Vertiefender Workshop

Pa5692H Andre Goslar

- 📅 05.-06.11.26, Do/Fr, 09.00-12.15 Uhr, 2 Termine, 8 UE
- 🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- € 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Webseitengestaltung und Social Media

Die eigene Website mit WordPress & Divi Schritt für Schritt zur eigenen professionellen Website



Pa5704H Manuela Strehober

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 23.-27.11.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- 🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- € 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

WordPress - Website erstellen mit KI-Unterstützung



Moderne Website selbst erstellt

Pa5711H Anja Morsch

- Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt
- 📅 12.-16.10.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE
- 🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud
- € 156,00 € (ermäßigt 88,00 €)



Fortsetzung: Webseitengestaltung und Social Media

Social-Media-Marketing

Einstieg in Instagram und Linkedln

Pa5720H Lars Rühmann

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 09.-10.12.26, Mo/Di, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Podcast starten leichtgemacht

Grundlagen, Technik und erste Aufnahmen

Pa5051H Lars Rühmann

📅 07.-08.12.26, Sa/So, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Instagram kompakt

Pa5725H Viviane Sandra Schmidt

📅 14.-15.11.26, Sa/So, 09.00-15.00 Uhr, 2 Termine, 14 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 52,50 € (ermäßigt 28,70 €)

Social-Media-Strategien

Strategien für das Community Management

Pa5730H René C. Mannhold

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 11.-13.11.26, Mi-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Coaching

Naturcoaching

Pa5800H Sabine Ay

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 30.09.-02.10.26, Mi-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Coaching-Workshop kompakt

Grundlagen des Business- und Personal-Coachings

Pa5814H Laura Maria Kreissl

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 07.-09.12.26, Mo-Mi, 9.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Coaching-Workshop digital

Pa5815H Carlotta Cardone

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 09.-13.11.26, Mo-Fr, 09.00-15.00 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

Pa5818H Carlotta Cardone

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 21.-25.09.26, Mo-Fr, 09.00-15.00 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)



Coaching meets Schauspiel

Pa5816H Anne Jones, Sibylle Prätsch

📅 21.-22.11.26, Sa/So, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Schritt für Schritt zum eigenen Podcast mit Kursleiter Lars Rühmann.



Coaching-Woche

Wirkungsvolle Techniken für den Berufsalltag

Pa5819H Susanne Horst

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 21.-25.09.26, Mo-Fr, 09.00-15.00 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

Pa5820H Susanne Horst

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 16.-20.11.26, Mo-Fr, 09.00-15.00 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)

Führungstechniken

Alt trifft Jung - Führung im Wechsel

Pa5813H Julia Grebe

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 18.09.26, Fr, 09.00-16.00 Uhr, 8 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Wie sieht Führung 4.0 aus? Agiles Coaching und Führung

Pa5840H Julia Grebe

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 23.-27.11.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Führungswerkstatt: Praxisnahes Training

Pa5842H Michael Gruner

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 07.-11.12.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Methodenkompetenzen

Grundlagen der Mediation

Pa5851H Iris Bothmer

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 04.-10.11.26, Mi-Fr, 09.00-15.00 Uhr, 3 Termine, 21 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 78,75 € (ermäßigt 43,05 €)



Was sind meine Werte?

Klarheit gewinnen durch Visualisierung

Pa5853H Iris Bothmer

📅 12.12.26, Sa, 09.00-16.00 Uhr, 8 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Hochsensibilität in Beruf und Kommunikation

Pa5854H Antje Remke

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 09.10.26, Fr, 9.00-16.00 Uhr, 8 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Stressfrei in Beruf und Alltag durch Hypnose

Pa5910H Gregor Wersche

📅 26.-27.09.26, Sa/So, 10.00 -15.00 Uhr, 2 Termine, 12 UE

🏠 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27

€ 45,00 € (ermäßigt 24,60 €)

Mediation meets Meditation

Lernmöglichkeiten für die Mediation

Pa5855H Iris Bothmer

📅 10.10.26, Sa, 09.00-16.00 Uhr, 8 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Die Kunst, sich abzugrenzen

Pa5856H Sebastian Teubner

📅 28.09.26, Mo, 18.30-20.00 Uhr, 2 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ entgeltfrei

Mindset - wie Sie mentale Stärke aufbauen und halten

Pa5858H Sabine Ay

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 09.-11.09.26, Mi-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)

Volkshochschulen in Berlin | Online-Journal der Gesellschaft zur Förderung der Volkshochschulen in Berlin e. V.

1/2026 Volkshochschule in der Bildungs- und Kulturlandschaft

Beiträge u. a. von Anna Turré - Antje Pecher - Serena Fellwock - Linn Leißner - Susanne Roggenhofer - Günter Krolzig - Christina Bellmann, Julia Unkel, Gabi Netz - Franziska Weiß, Manjiri Palicha - Kerstin Fuhrmann - Elena Brandalise - Jana Wilkens, Gabriele Lehmann sowie einem Interview mit Torsten Kühne

Redaktion: Stefan Bruns, Almut Büchsel, Stephanie Iffert, Bernd Käßplinger, Holger Kühne, Diana Stuckatz

Ab Juli 2026 kostenloser Download unter:

www.vhs-foerderungsgesellschaft-berlin.de



Fortsetzung: Methodenkompetenzen

Mental stark in Beruf und Alltag

Selbstcoaching für mehr Balance und Erfolg

Pa5860H Gregor Wersche

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 28.09.-02.10.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)



Schluss mit Aufschieben - eine Einführung

Pa5862H Sebastian Teubner

📅 05.10.26, Mo, 18.30-20.00 Uhr

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ entgeltfrei

Kommunikation, Moderation und Rhetorik

Sprich dich frei! Klare Grenzen gegen Machtmissbrauch

Pa5868H Nora Beckershaus

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 19.-23.10.26, Mo-Fr, 09.00-15.00 Uhr, 5 Termine, 35 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 131,25 € (ermäßigt 71,75 €)



Besser kommunizieren, sich positionieren Strategien für klare Botschaften

Pa5877H Dragana Kistner

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 05.-07.10.26, Mo-Mi, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Moderation und Kommunikation für alle Fälle

Pa5879H Prof. Ilona Wuschig

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 12.-14.10.26, Mo-Mi, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Gewaltfreie Kommunikation 3.0

Eine Einführung

Pa5894H Sebastian Teubner

📅 21.09.26, Mo, 18.30-20.00 Uhr

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ entgeltfrei

8-teilige Workshopreihe

Pa5895H Sebastian Teubner

📅 30.09.-18.11.26, Mi, 18.30-20.00 Uhr, 8 Termine, 16 UE

🏠 Onlinekurs, Lernplattform vhs.cloud

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Die Kunst des beruflichen Smalltalks

Leicht ins Gespräch kommen

Pa5901H René C. Mannhold

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 19.-20.11.26, Do/Fr, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Rhetorik und Präsentation

Pa5903H Anne Jones, Sibylle Prätisch

📅 10.-11.10.26, Sa/So, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Rhetorik- und Körpersprachetraining

Pa5905H Claudia Berghaus

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 30.11.-04.12.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)



Pa5906H Claudia Berghaus

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 14.-18.09.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)

Dirty Tricks in der Rhetorik

Pa5913H Claudia Berghaus

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 15.-16.10.26, Do/Fr, 09.00-16.00 Uhr, 2 Termine, 16 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)



Easy tricks

Erfolgreich argumentieren und präsentieren im beruflichen Kontext

Pa5914H Claudia Berghaus

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 12.-14.10.26, Mi-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Präsentations- und Moderationstraining

Pa5915H Dragana Kistner

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 07.-11.12.26, Mo-Fr, 09.00-16.00 Uhr, 5 Termine, 40 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 150,00 € (ermäßigt 82,00 €)



Rhetorik für Frauen

Pa5919H Claudia Berghaus

Als Bildungszeitveranstaltung anerkannt

📅 14.-16.12.26, Mo-Mi, 09.00-16.00 Uhr, 3 Termine, 24 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 90,00 € (ermäßigt 49,20 €)



Moderne Rhetorik - lebendig und praktisch

Pa5926H Sven Bernsmeister

📅 21.11.26, Sa, 10.00-17.00 Uhr, 8 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Stimmbildung

In jeder Situation kraftvoll sprechen

Pa5931H Sven Bernsmeister

📅 19.09.26, Sa, 10.00-17.00 Uhr, 8 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Befreite Stimme, befreites Reden

Pa5935H Dragana Kistner

📅 09.-11.10.26, Fr, 16.00-20.00 Uhr, Sa/So, 09.00-16.00 Uhr,
3 Termine, 22 UE

🏠 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29

€ 82,50 € (ermäßigt 45,10 €)

Kraft- und klangvolle Stimmentwicklung

Pa5936H Sven Bernsmeister

📅 12.12.26, Sa, 10.00-17.00 Uhr, 8 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Klanginstrumente und Singstimme

Pa5955H Sven Bernsmeister

📅 10.10.26, Sa, 10.00-17.00 Uhr, 8 UE

🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 30,00 € (ermäßigt 16,40 €)

Entdecken und entwickeln Sie Ihre Singstimme

Pa5960H Sven Bernsmeister

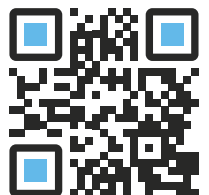
📅 12.09.26, Sa, 10.00-16.15 Uhr, 7 UE

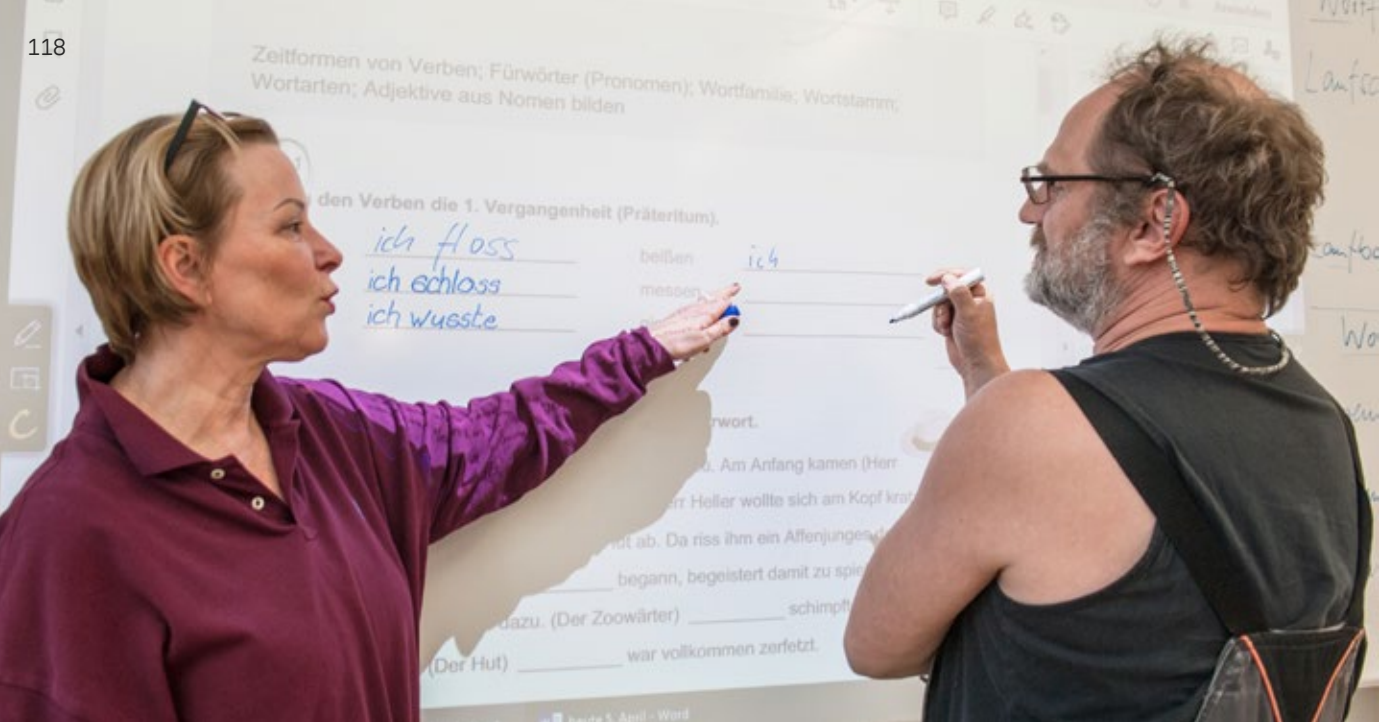
🏠 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227

€ 26,25 € (ermäßigt 14,35 €)

Das vollständige Programm,
neue Angebote und Service-Informationen
immer aktuell nur im Web

www.vhspankow.de





Grundbildung, Mathematik und Astronomie



120 Lesen, Schreiben und Rechnen

121 Mathematik, Astronomie

Herzlich willkommen!

Hier gibt es:

- Kurse in langsamem Tempo und Einfacher Sprache

Die Themen sind:

- Lesen, Schreiben
- Rechnen, Einkaufen, Geld
- Smartphone, Computer

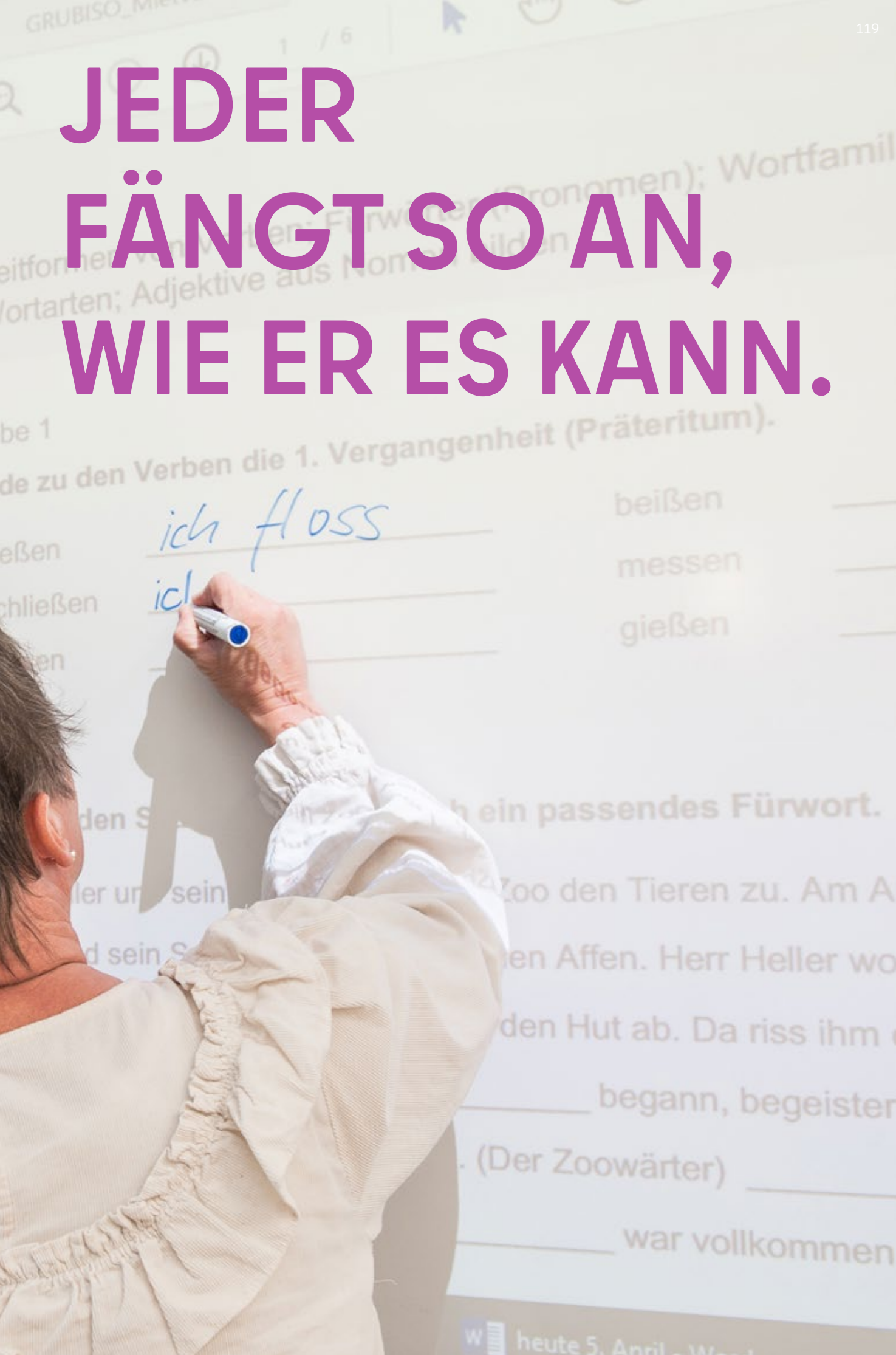
Außerdem bieten wir:

- Mathematikurse, die auf einen Schulabschluss vorbereiten
- Kurse zum Thema Astronomie

Ich freue mich auf Sie.



JEDER FÄNGT SO AN, WIE ER ES KANN.



Herzlich willkommen!


In unseren Kursen können Sie vieles langsam und in Einfacher Sprache lernen.

Die Themen sind:

- Lesen, Schreiben
- Rechnen, Einkaufen, Geld
- Smartphone, Computer


Beratung und Anmeldung

Wir beraten Sie vertrauensvoll.
Nehmen Sie gern Kontakt auf.

 grundbildung.vhspankow.de



Dr. Lisa Fenzi

 030 90 29 53 928

 lisa.fenzi@ba-pankow.berlin.de

Lerntreffs in Pankow und Karow

Kommen Sie gern vorbei, wenn Sie:

- einen Brief verstehen wollen
- besser schreiben wollen
- sich unterhalten wollen

Kostenlos und ohne Anmeldung



Ort und Zeit erfahren Sie auf:
www.lerntreff.vhspankow.de

Lesen, Schreiben und Rechnen

Bei uns können Sie jeden Tag lernen.

Die Kurse sind kostenfrei.

Sie können jederzeit mit dem Kurs beginnen.

Das Lernen ist in jedem Alter möglich.

Die Kurse sind für alle:

- die gut Deutsch sprechen können
- die besser lesen, schreiben oder rechnen möchten
- die langsam lernen möchten
- Anfänger und Fortgeschrittenen

Sie lernen in einer kleinen Gruppe.


Erfahrene Kursleiterinnen und Kursleiter führen alle Angebote durch.

Dienstag, 16:30 bis 19 Uhr

Schreib-Werkstatt - Schreiben lernen in langsamem Tempo

Kursleiterin: Susann Werner

 01.09. bis 08.12.2026

 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner,
Prenzlauer Allee 227

Kursnummer: Pa6044H

Mittwoch, 16:30 bis 18 Uhr

Lesen und Schreiben von Anfang an

Kursleiterin: Daniela Scharrer

 26.08. bis 08.12.2026

 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

Kursnummer: Pa6024H

Donnerstag, 15:00 bis 17:15 Uhr

Lese-Werkstatt - Lesen lernen in langsamem Tempo

Kursleiter: Matthias Rosenberg

 24.09. bis 10.12.2026

 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

Kursnummer: Pa6054H

Dienstag bis Freitag, 9:00 bis 12:15 Uhr

Besser lesen, schreiben und rechnen - im Alltag und im Beruf

Kursleiterinnen: Barbara Klaus und Ellen Heinrich

 Der Beginn ist jederzeit möglich.

 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41

Kursnummer: Pa6075H

Weitere Kurse und die Termine finden Sie auf

 grundbildung.vhspankow.de

Mathematik

Mathematik – MSA-Vorbereitung

Für Schüler:innen der 10. Klasse

Pa6514H Ellen Heinrich

- 📅 15.09.-08.12.26, Dienstag, 18.15-19.45 Uhr, 11 Termine, 22 UE
- 📍 Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227
- 💶 41,80 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)



Mathematik – MSA-Vorbereitung

Kompaktkurs in den Ferien

Pa6523H Ellen Heinrich

- 📅 26.-30.10.26, Montag bis Freitag, 10.00-13.30 Uhr, 5 Termine, 20 UE
- 📍 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41
- 💶 38,00 € (ermäßigtes Entgelt, keine weitere Ermäßigung möglich)



Mathematik – Fit für das Abitur

Kompaktkurs in den Herbstferien

Pa6554H Martin Ott

- 📅 26.-29.10.26, Montag bis Donnerstag, 10.00-14.00 Uhr, 4 Termine, 20 UE
- 📍 Haus der Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29
- 💶 75,00 € (ermäßigt 41,00 €)



Weitere Kurse und die Termine finden Sie auf

🌐 grundbildung.vhspankow.de

Astronomie

Astronomie III – Unser Weltall

Willkommen zu Astronomie III - der Vertiefung der Astronomiekurse I und II. Wenn Sie bereits an den vorherigen Kursen teilgenommen haben, knüpfen wir gemeinsam an Bekanntes an und erweitern Ihr Wissen. Wenn Sie neu einsteigen, sind Sie ebenfalls herzlich willkommen - grundlegende Vorkenntnisse sollten jedoch vorhanden sein. Nachdem wir uns zuvor mit dem Sonnensystem und unserer Galaxis beschäftigt haben, richten wir nun den Blick auf den gesamten Kosmos - soweit wir ihn heute erfassen können.

Im Kurs beschäftigen wir uns unter anderem mit folgenden Fragen:

- Welches ist unsere Adresse im Weltall und sind wir da allein?
- Was wissen wir über die großräumigen Strukturen des Weltalls und wie es entstand?
- Welche Zukunftsszenarien stehen unserem Kosmos bevor?
- Was ist dunkle Materie, was dunkle Energie? Wie sicher sind diese Konzepte?
- Welche Entdeckungen können wir dank ungemeiner Entwicklungen der Beobachtungstechnik erwarten?

Der Kurs findet in Kooperation mit dem Zeiss-Großplanetarium statt und beinhaltet, nach Absprache mit den Teilnehmenden, den Besuch einer Planetariumsveranstaltung. Informationen zum Treffpunkt erhalten Sie vor dem ersten Kurstermin.

Pa6536H Uwe Adam

- 📅 16.09.-18.11.26, Mittwoch, 18.30-20.00 Uhr, 8 Termine, 16 UE
- 📍 Zeiss-Großplanetarium, Prenzlauer Allee 80
- 💶 60,00 € (ermäßigt 32,80 €)

Das vollständige Programm,
neue Angebote und Service-Informationen
immer aktuell nur im Web

www.vhspankow.de



Ihr Freistellungsanspruch als Arbeitnehmer:in im Land Berlin

Bildungszeit

Ihr gutes Recht

Bildungszeit ist bezahlte Freistellung von der Arbeit zur Teilnahme an anerkannten Bildungsveranstaltungen für die berufliche Weiterbildung, die politische Bildung oder die Qualifizierung zur Wahrnehmung ehrenamtlicher Tätigkeiten. Rechtsgrundlage ist seit 01.09.2021 das neue Berliner Bildungszeitgesetz [BiZeitG] in der Fassung vom 05.07.2021 (GVBl. S. 849).

Bildungsveranstaltungen dienen der beruflichen Weiterbildung, wenn sie Kenntnisse für den ausgeübten Beruf vermitteln oder zumindest Kenntnisse vermitteln, die im erlernten Beruf oder in der ausgeübten Tätigkeit verwendet werden können. Ein Mindestnutzen muss für die Arbeitgeberin oder den Arbeitgeber vorhanden sein.

Der Anspruch auf Bildungszeit beträgt fünf Arbeitstage innerhalb eines Kalenderjahres, sofern die anspruchsberechtigte Person regelmäßig an fünf Tagen in der Woche arbeitet. Im Vorgriff auf die Bildungszeit im folgenden Kalenderjahr kann eine Zusammenlegung des Anspruchs auf zehn Arbeitstage erfolgen. Wurde der Anspruch auf Bildungszeit innerhalb eines Kalenderjahres nicht ausgeschöpft, kann der verbleibende Anspruch nicht auf das folgende Kalenderjahr übertragen werden.

Wenn Sie an einer Bildungszeitveranstaltung teilnehmen wollen, sollten Sie spätestens 6 Wochen vor Veranstaltungsbeginn die Freistellung bei Ihrer Arbeitgeberin bzw. Ihrem Arbeitgeber

beantragen. Dafür können Sie von der Volkshochschule eine Bescheinigung über die Anerkennung der Bildungsveranstaltung erhalten.

Sie arbeiten in einem anderen Bundesland? Informieren Sie sich auf unserer Webseite über die Anerkennungen der Bildungszeitkurse in anderen Bundesländern.



Ausgewählte Themen für Ihre Bildungszeit

Politik und Gesellschaft, Pädagogik und Psychologie

ab Seite 6

DDR neu denken - Fragen zur bundesdeutschen Doppelbiografie, Demokratie in Gefahr, Einführung in das systemische Coaching, Gehirngerecht kommunizieren, Identität entdecken, Nein sagen ohne Skrupel!, NLP im Job - so erleichtern Sie Ihren Berufsalltag, Pilzkenner:in - Stufe 1, Resilienz durch Selbstcoaching und Kommunikation, Sexismus am Arbeitsplatz, Stark und ausgeglichen im Job

Kunst - Kultur - Kreativität

ab Seite 18

Streetphotography - Composing Colour

Gesundheit

ab Seite 36

Achtsamkeit und ganzheitliche Stressbewältigung, Gesundheit für den Beruf: Pilatetrainer:innen-Ausbildung, Leichtigkeit und Gelassenheit lernen durch die Alexander-Technik, Pilates und Yoga, Pilates, Yoga und Meditation - Vitalität und Entspannung, Prävention für den Rücken, Qigong und Stressbewältigung, Rückenprävention, Salutogenese, Yoga I

Sprachen

ab Seite 66

Englisch, Griechisch, Isländisch, Italienisch, Japanisch, Koreanisch, Polnisch, Portugiesisch, Schwedisch, Spanisch, Türkisch und Leichte Sprache

Arbeit - Beruf - Informatik

ab Seite 106

Adobe CC, AutoCAD, Berufliche Veränderung, Betriebswirtschaft, Coaching, Datenlisten, Excel, Female Leadership, Frauen in Führung, Führungstechniken, Future Skills, Hochsensibilität, Journalistisches Schreiben und Recherche, Journalismus, Kommunikation, Künstliche Intelligenz (KI), Mediation, Microsoft Office, Mindset, Naturcoaching, Podcasting, Präsentations- und Moderationstraining, Premiere Pro, Resilienztraining, Rhetorik- und Körpersprachetraining, Sachbuch schreiben, Social-Media-Strategien, Tastschreiben am PC, Videoschnitt, Visual Branding mit Canva & Affinity, WordPress & Divi

bildungszeit.vhspankow.de

- mehr zum Bildungszeitgesetz
- aktuelle Bildungszeitkurse



Die Berliner Volkshochschulen erhielten nach externer Begutachtung ihres internen Managements im Dezember 2025 ein Zwei-Sterne-Qualitätszertifikat für „Sustainable Performance“ von der „European Foundation for Quality Management“ (EFQM).



Leitbild der Berliner Volkshochschulen

Wir sind

die zwölf bezirklichen Volkshochschulen im Land Berlin. Im Verbund arbeiten wir eng zusammen und werden dabei durch unser Servicezentrum unterstützt. Qualität ist uns wichtig. Wir sind nach dem EFQM-Modell zertifiziert.

Wir bieten wohnortnahe Lern- und Begegnungsorte für Erwachsene im gesamten Stadtgebiet an. Seit über 100 Jahren gestalten wir Bildung für alle – verlässlich, offen und wandlungsfähig. Wir begleiten persönlichen und gesellschaftlichen Wandel.

Wir schaffen Räume für Bildung – analog und digital. Vielfalt, Teilhabe und unterschiedliche Perspektiven werden wertgeschätzt.

Wir arbeiten für alle interessierten Menschen ab 16 Jahren – unabhängig von Geschlecht, sexueller Orientierung, Herkunft, Sprache, Behinderung, Weltanschauung, Einkommen oder Bildungsweg. Lernen ist bei uns in jeder Lebensphase möglich und wird unterstützt.

Das Berliner Erwachsenenbildungsgesetz bildet die Grundlage für unsere Arbeit.

Wir bieten

ein breites, bedarfsgerechtes Bildungsangebot für Erwachsene in folgenden Bereichen:

- Politik, Gesellschaft und Umwelt
- Kultur und Gestalten
- Gesundheit
- Fremdsprachen und Deutsch als Zweitsprache
- Arbeitswelt, Beruf und Digitales
- Grundbildung
- Schulabschlüsse im Zweiten Bildungsweg

Wir stehen unseren Teilnehmenden während des gesamten Lernprozesses beratend und unterstützend zur Seite. Unsere Angebote fördern Integration und Inklusion.

Wir stehen für

demokratische Grundwerte und gesellschaftliche Teilhabe. Wir fördern eine offene, freie und vielfältige Gesellschaft. Dabei handeln wir politisch und weltanschaulich unabhängig. Ein respektvoller, wertschätzender und diskriminierungsfreier Umgang ist Grundlage unseres Miteinanders.

Qualität, Innovation und Nachhaltigkeit prägen unser pädagogisches und organisatorisches Handeln. Wir fördern eine zeitgemäße Lernkultur, die digitale Kompetenz, Kreativität und kritisches Denken stärkt. Verbindliche und vertrauensvolle Zusammenarbeit ist für uns ebenso zentral wie der gemeinsame Einsatz für Chancengleichheit. Wir ermöglichen und gestalten lebenslanges Lernen.

verabschiedet am 5. März 2026 durch die Arbeitsgemeinschaft der Direktorinnen und Direktoren der Berliner Volkshochschulen

Die Berliner Volkshochschulen

Die Adressen aller Berliner Volkshochschulen finden Sie online unter

berlin.de/vhs/volkshochschulen



Feedback und Hinweise

Tragen Sie dazu bei, dass wir die Qualität unserer Arbeit kontinuierlich verbessern können. Nutzen Sie für Ihre Anregung, Kritik, Frage oder Ihren Wunsch das Formular auf unserer Webseite:

feedback.vhspankow.de



Häufig gestellte Fragen (FAQ)



Wie melde ich mich zum Kurs an?

Am bequemsten über ein persönliches Online-Benutzerkonto. Hilfe zur Einrichtung erhalten Sie auf unserer Webseite www.vhsit.berlin.de. Alternativ können Sie das Anmeldeformular nutzen. Sie finden es am Ende des Heftes sowie online unter downloads.vhspankow.de.

Wie kann ich meinen Kurs bezahlen?

Variante 1: Am besten per Lastschrift mit SEPA-Mehrfachmandat. Sie können uns mit der Anmeldung zum Kurs ein SEPA-Mandat erteilen. Das Anmeldeformular finden Sie am Ende des Heftes oder unter downloads.vhspankow.de. Das unterschriebene SEPA-Mandat kann uns per Post, per Fax oder per E-Mail erreichen.

Variante 2: Sie zahlen mit Kreditkarte oder Girocard (EC-Karte). Die Zeiten für die persönliche Anmeldung finden Sie auf der letzten Innenseite des Heftes.

Kommen außer dem Kursentgelt noch weitere Kosten auf mich zu?

Ja, bei einigen Kursen kommen zum Kursentgelt noch Kosten hinzu, zum Beispiel für Arbeitsmaterial, Verarbeitung, Unterkunft, Kopien oder Eintritt. Auch Lehrbücher sind in der Regel selbst zu erwerben.

Gibt es für mich eine Ermäßigung?

Ermäßigungsberechtigt sind:

- Schülerinnen und Schüler,
- Vollzeit-Studierende,
- Auszubildende mit Ausbildungsvertrag (ausgenommen Volontäre),
- freiwillig Wehrdienst Leistende, Bundesfreiwilligendienstleistende und Personen, die ein freiwilliges kulturelles, soziales oder ökologisches Jahr absolvieren,
- Personen, die Transferleistungen (Bürgergeld /Grundsicherungsgeld, Sozialhilfe, Grundsicherung, Wohngeld, Kinderzuschlag, Leistungen nach Asylbewerberleistungsgesetz) erhalten oder Mitglied einer Bedarfsgemeinschaft von Leistungsempfänger:innen sind,
- Empfänger:innen von Arbeitslosengeld, Kurzarbeitergeld
- Schulabgängerinnen und -abgänger ohne Ausbildungs- oder Arbeitsplatz (längstens bis 12 Monate nach Abschluss der Schule),
- noch nicht schulpflichtige Kinder,
- ehrenamtlich tätige Personen bei Vorlage der gültigen Ehrenamtskarte Berlin-Brandenburg.

Ein gültiger Ermäßigungsnachweis muss bei der Anmeldung vorliegen. Ermäßigungsnachweise können per E-Mail eingereicht werden (PDF, JPG). Bitte achten Sie auf vollständige und gut lesbare Dokumente. Achtung: Eine nachträgliche Ermäßigung gebuchter Lehrveranstaltungen ist nicht möglich.

Wie gehe ich vor, wenn mein Arbeitgeber meinen Kurs zahlt?

Bitte verwenden Sie zur Anmeldung das auf downloads.vhspankow.de hinterlegte Formular „Kostenübernahme durch Arbeitgeber - Anmeldeformular“, welches von Ihrem Arbeitgeber ausgefüllt und an uns zurückgesendet werden muss. Sie werden angemeldet, Ihr Arbeitgeber erhält eine Rechnung. Sie können uns auch eine Anfrage per E-Mail an vhs@ba-pankow.berlin.de schicken. Dann senden wir Ihnen das Formular zu.

Was bedeuten die Symbole an manchen Kursen?



Die ausgezeichneten Kurse sind als Bildungszeitveranstaltung anerkannt.



Die Kurssprache ist Deutsch. Bei Bedarf kann die Kursleitung Ihre Fragen in der angegebenen Sprache beantworten.*



Der Kurs wird in der angegebenen Sprache unterrichtet.*



Vegetarischer Kochkurs  Veganer Kochkurs



Angebote, die besonders für Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 16 bis 27 Jahren geeignet sind.
vhs4you.vhspankow.de

* Abkürzungen der verschiedenen Sprachen:

CN = 中文, EN = English, ES = Español,
FA = فارسی, FR = Français, GR = Ελληνικά,
HE = עברית, HR = Hrvatski, HU = Magyar,
ID = Bahasa Indonesia, IT = Italiano, JP = 日本語,
NL = Nederlands, PL = Polski, PT = Português,
RO = Română, RS = Srpski / Српски, RU = Русский,
SE = Svensk, TR = Türkçe, UK = Українська

Kann ich in einen laufenden Kurs einsteigen? Bezahle ich dann auch noch das volle Kursentgelt?

In Ausnahmefällen ist es möglich, auch nach Kursbeginn in einen Kurs einzusteigen. Bitte kontaktieren Sie die Ansprechpersonen in den jeweiligen Programmbereichen. In der Regel ist das volle Kursentgelt zu entrichten. Ausnahme bilden Kursangebote, bei denen die Hälfte oder mehr Termine des Kurses bereits stattgefunden haben. Hier berechnen wir den ermäßigten Preis, sofern der spätere Einstieg zugelassen wird. Haben Sie bereits Anspruch auf einen ermäßigten Preis, so ist eine weitere Ermäßigung bzw. Rabattierung nicht möglich.

Ich kann den gebuchten Kurs nicht wahrnehmen. Wie kann ich mich abmelden und bekomme ich mein Geld zurück?

Senden Sie bitte eine E-Mail an vhs@ba-pankow.berlin.de mit Ihrem Abmeldewunsch und der Kursnummer. Wir melden Sie ab. Im Online-Benutzerkonto ist eine Abmeldung leider nicht möglich.

Wenn Sie buchen, gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB), die zu diesem Zeitpunkt gültig sind.

Hinweis: Ab dem 1. August 2026 gibt es neue AGB und eine neue Entgeltordnung. Diese gelten für alle, die sich ab diesem Tag neu anmelden.

Gibt es für den Kurs eine Teilnahmebescheinigung?

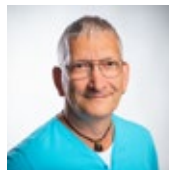
Ja. Wenn Sie mindesten 70 % der Unterrichtsstunden besucht haben, schicken wir Ihnen die Teilnahmebescheinigung an Ihre bei uns hinterlegte E-Mail-Adresse. Sie erhalten das Dokument bis ca. 14 Tage nach Kursende.

Weitere Antworten finden Sie hier:
www.berlin.de/vhs/hilfe/

Ansprechpersonen



Steve Meister
Service, Standortsekretariat
 Schulstraße 29, 13187 Berlin
 Tel. (030) 90295-1700
 vhs@ba-pankow.berlin.de



René Kottek
Service, Sachbearbeitung
 Schulstraße 29, 13187 Berlin
 Tel. (030) 90295-1700
 vhs@ba-pankow.berlin.de



Leonore Kluge
Service, Standortsekretariat
 Bizetstraße 27, 13088 Berlin
 Tel. (030) 90295-1700
 vhs@ba-pankow.berlin.de



Michael Untch
**Stellvertretende Geschäftsführung,
 Entgeltzahlung und -rückzahlung**
 Schulstraße 29, 13187 Berlin
 Tel. (030) 90295-1721
 michael.untch@ba-pankow.berlin.de



Freya Gomfers
Service, Standortsekretariat
 Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin
 Tel. (030) 90295-1700
 vhs@ba-pankow.berlin.de



Carsten Bernburg
Infrastruktur, Beschwerden, Datenschutz
 Schulstraße 29, 13187 Berlin
 Tel. (030) 90295-1722
 carsten.bernbuerg@ba-pankow.berlin.de



Susanne Roggenhofer
Direktorin der Volkshochschule
 Schulstraße 29, 13187 Berlin
 Tel. (030) 90295-1702
 susanne.roggenhofer@ba-pankow.berlin.de



Elke Brückner
**Geschäftsführung,
 Finanzen, Honorare, Einkauf**
 Schulstraße 29, 13187 Berlin
 Tel. (030) 90295-1720
 elke.brueckner@ba-pankow.berlin.de



Christian Schmelter
Stellvertretende Leitung
 Schulstraße 29, 13187 Berlin
 Tel. (030) 90295-1712
 christian.schmelter@ba-pankow.berlin.de



Jana Siedentopf
Marketing
 Schulstraße 29, 13187 Berlin
 Tel. (030) 90295-1705
 jana.siedentopf@ba-pankow.berlin.de

Team



V. l. n. r.: Christian Schmelter, Marleen Hilker, Carsten Bernburg, Maria Ellmer, Anne Beesk, Elke Brückner, Dr. Lisa Fenzi, Iven Merten, Susanne Roggenhofer, Laura Niemeyer, Angela Kalisz, Sofie Henne, Leonore Kluge, Moana Waldeck, Jana Siedentopf, Michael Untch, Steve Meister, Juliane Krimmenau, Nicole Mackowiak, Theresa Meyer, Katerina Miovska, René Kottek, Nasim Kowalski, Claudia Prätör, Freya Gomfers.

Nicht abgebildet: unsere 467 Kursleiterinnen und Kursleiter. Einige stellen wir in diesem Heft vor.



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) Pankow anmelden. Verantwortlich für die Erhebung gem. Art. 4 Abs. 7 Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO) ist die Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin, als öffentliche Einrichtung des Bezirksamtes Pankow von Berlin. Unseren Datenschutzbeauftragten Herrn Hube erreichen Sie unter boris.hube@ba-pankow.berlin.de, Breite Straße 24a - 26, 13187 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 zum 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 Interessen Art. 6 Abs. 1 lit. f. zu statistischen Zwecken zur Verbesserung unseres Kursangebots sowie zur Identifikation der jeweiligen User im System. Für besondere Kurse, z.B. Integrationskurse, können wir gesetzlich (z.B. durch die Integrationskursverordnung) 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), um Sie bei Kursänderungen

unmittelbar kontaktieren zu können. Mit Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers haben Sie die Möglichkeit, uns ein Lastschriftmandat (SEPA-Mandat) zu erteilen. In diesem Fall leiten wir Ihre Daten zum Einzug der Kursgebühr an unsere Bank weiter. Ihre Kontodaten nutzen wir ggf. auch für die 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 von entsprechenden Nachweisen 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 der Abteilung vhs.digital / Kundenservice des Servicezentrums 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. Kursleitende, Prüfungsinstitute, Auftragsverarbeiter und öffentliche Stellen) weiter, soweit wir hierzu gesetzlich berechtigt oder verpflichtet sind (z.B. Auftragsdatenverarbeitungsverträge, Befugnisse nach Art. 6 DS-GVO, insbesondere vertragliche Pflichten, gerichtliche Anordnungen etc.). Wir geben Ihren Namen an Kursleitende zur Durchführung des Kurses weiter. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. telc-Sprachprüfungen, Xpert) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung. Die Volkshochschulen führen gemäß § 123 Nr. 7 SchulG Berlin zum Zweck der Erfüllung ihrer Bildungsaufgabe eine gemeinsame Teilnehmerdatenbank, um die bezirksüber-

greifende Teilnahme an Kursen zu ermöglichen und die Verwaltungsprozesse effizient zu gestalten.

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 zwischen sechs und zehn Jahren 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. Schreiben Sie hierzu bitte eine E-Mail an Herrn Carsten Bernburg unter der E-Mail-Adresse: carsten.bernburg@ba-pankow.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, Alt-Moabit 59-61, 10555 Berlin**, Tel.: (030) 138 89-0, Fax: (030) 215 50 50, E-Mail: mailbox@datenschutz-berlin.de

Impressum

Bezirksamt Pankow von Berlin, Amt für Weiterbildung und Kultur, Fachbereich Volkshochschule, **Adresse:** Schulstraße 29, 13187 Berlin, **Inhaltlich verantwortlich:** Susanne Roggenhofer, Leiterin der Volkshochschule, Redaktionsschluss: 23.06.2026, **Gestaltung:** Jens Schittenhelm (schittenundhelm.de) und Stefanie Kolb (Ernst3000), **Druck:** MÖLLER PRO MEDIA® GmbH, **Auflage:** 10.000 Exemplare.

Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

Bildnachweise: Titelseite – Steffen Kauffmann, Kauffmann Studios GmbH. Alle Fotos der Mitarbeiter:innen, der Kursszenen und Kursleiter:innen auf den Seiten 2 unten, 6, 7, 9, 19, 30, 31, 42, 62, 67, 84, 94, 98, 102, 104, 106 unten, 107, 109 und 113 sind von Kauffmann Studios GmbH.

Weitere Fotos sind von:

Lea Hopp (S. 2 oben, S. 27), Frank-Peters, depositphotos.com (S. 6 oben), Halfpoint-Depositphotos.com (S. 14), Vero Leali (S. 15), Juan Ferrer (S. 18), VHS Pankow (S. 2 mittig, Seite 3 oben und mittig, 41, 47, 54, 55, 60, 75, 78, 95, 106 oben, 110, 114, U3), Canva/VHS Pankow (S. 4, S. 5 oben), privat (S. 13, 32), Matthias Erfurt (S. 22), Faezeh Shakoori (S. 28), Mario Schmidt (S. 37), Manovar1973-depositphotos.com (S. 59), Kerstin Thea Erwied (S. 64), Pietro Antonioti (S. 88 oben), Nora Lindstein Below (S. 88 unten, S. 89), Salam Studio, Iran (S. 101), Ebba Dangschat/mittelstandimportrait.de (S. 29, 36, 47, 49, 52, 66, 118, 119, 122), eyetric-stock.adobe.com (S. 123).



Volkshochschule Pankow
Schulstraße 29
13187 Berlin

Telefon: (030) 90295-1700
Fax: (030) 90295-1704
E-Mail: vhs@ba-pankow.berlin.de
Internet: www.vhspankow.de

Anmeldung für Kurse an der Volkshochschule Pankow

*erforderliche Angaben

Frau Herr divers keine Angabe

Familienname*

Straße, Hausnummer*

Vorname*

PLZ, Ort*

c/o

E-Mail*

Geburtsdatum

Telefon (beste Erreichbarkeit tagsüber)*

Ich bekomme eine Ermäßigung. (Bitte Kopie des aktuellen Nachweises beifügen.) Ermäßigungsberechtigt sind: Empfänger:innen von Sozialhilfe/ Grundsicherung, Bürgergeld, Arbeitslosen- und Kurzarbeitergeld, Wohngeld, Asylbewerberleistungen, Kinderzuschlag sowie Schüler:innen, Studierende in Vollzeit, Wehr- und Bundesfreiwilligendienstleistende, Auszubildende, Schulabgänger:innen und Inhaber:innen eines Berlin-Ticket-S oder einer Ehrenamtskarte Berlin-Brandenburg.

Ich melde mich für den folgenden Kurs/die folgenden Kurse verbindlich an:

Kursnummer	Kurstitel	Entgelt (in Euro)
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Teilen Sie uns gern im Vorfeld Ihres Kurses mit, wenn Sie besondere Bedürfnisse in Bezug auf die Barrierefreiheit haben, am besten per E-Mail oder telefonisch. Kontaktdaten siehe oben rechts.

Die Berliner Volkshochschulen verarbeiten meine Daten zur Vertragsanbahnung und -durchführung. Mit der Speicherung und Verarbeitung meiner freiwillig angegebenen Daten in der Volkshochschuldatenbank erkläre ich mich zum Zweck der Kursdurchführung einverstanden. Diese Einwilligung kann ich jederzeit für die Zukunft widerrufen, ohne dass dies einen Einfluss auf die Kursbuchung hat. Die gesetzlichen Regelungen des Datenschutzrechts werden bei der Verarbeitung meiner Daten beachtet. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Berliner Volkshochschulen. Bei Anmeldung zu einer Sprachprüfung: Ich akzeptiere die Prüfungsordnung / AGB der telc gGmbH (www.telc.net). Für die Durchführung der Prüfung „Deutschtest für Zuwanderer“ gelten die Bedingungen der Integrationskurstestverordnung (InfTestV).

Ich bezahle mittels Lastschrift (siehe unten) Kreditkarte/Girocard (EC-Karte), bei persönlicher Anmeldung in den VHS-Servicebüros

X

Datum

Unterschrift

Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandates

Ein Mehrfachmandat liegt der VHS bereits vor.

Land Berlin, vertreten durch die Bezirksämter, Gläubiger ID: DE02 BEZO 0000 0260 26

Die Mandatsreferenznummer erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung / Rechnung. Hiermit ermächtige ich die Berliner Volkshochschulen, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von den Berliner Volkshochschulen auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Ich bin einverstanden, dass zur Erleichterung des Zahlungsverkehrs die grundsätzlich 14-tägige Frist für die Information vor Einzug einer fälligen Zahlung bis auf einen Tag vor Belastung verkürzt werden kann.

Girokontoinhaber:in

Familienname* (falls abweichend zu o.g. Person)

Straße, Nummer* (falls abweichend zu o.g. Angabe)

Vorname* (falls abweichend zu o.g. Person)

PLZ, Ort* (falls abweichend zu o.g. Angabe)

BIC

IBAN

Dieses Mandat wird erteilt für: mehrmalige Zahlungen eine einmalige Zahlung

X

Datum

Unterschrift Girokontoinhaber:in



Allgemeine Geschäftsbedingungen für die Teilnahme an Volkshochschulveranstaltungen

Für Anmeldungen vor dem 01. August 2026 gelten die Fassungen der AGB und der Entgeltordnung vom 04.07.2023, SenBJF II G 4 / II G 7.

Für Anmeldungen nach dem **1. August 2026 gelten die neue AGB-Fassung und die neue Entgeltordnung**, die am selben Tag in Kraft treten.

Die aktuellen und ausführlichen Texte finden Sie unter <https://www.berlin.de/sen/bildung/lebenslanges-lernen/vhs/fachinfo/> oder unter <https://www.berlin.de/vhs/service/geschaeftsbedingungen/>.

(Zum Redaktionsschluss lag die neue Fassung der AGB noch nicht druckreif vor.)

Standorte der VHS Pankow



Ortsteil Pankow

Haus der Volkshochschule Pankow

Schulstraße 29, 13187 Berlin
Service: (030) 90295-1710



Das Gebäude ist nicht rollstuhlgerecht.

Persönliche Anmeldung:

Donnerstag, 10:00 - 12:00 Uhr, 15:00 - 18:00 Uhr

Ortsteil Prenzlauer Berg

Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner

Prenzlauer Allee 227 / 228, 10405 Berlin
Service: (030) 90295-3924



Unterrichtsräume: rollstuhlgerecht
(außer Räume 001 und 002 im Vorderhaus)
Information und Service: nicht rollstuhlgerecht

Persönliche Anmeldung:

Mittwoch, 10:00 - 12:00 Uhr, 14:00 - 17:00 Uhr



Ortsteil Weißensee

Bildungszentrum am Antonplatz

Bizetstraße 27 / 41, 13088 Berlin
Service: (030) 90295-1731



Die Gebäude sind rollstuhlgerecht.

Persönliche Anmeldung:

Dienstag, 12:30 - 16:00 Uhr

Sie brauchen Hilfe? Melden Sie sich!

(030) 90 295-1700
vhs@ba-pankow.berlin.de



42 eigene Unterrichtsräume

87.802 DREI

Unterrichtsstunden Hauptstandorte

25

Mitarbeiter:innen

1 von 12

Berliner Volkshochschulen

49.703

Kursplätze

EINE

Turnhalle

vhs

Volkshochschule
Pankow

**in Zahlen
2025**

**achtund
zwanzig**

Meeting Owls

65

Veranstaltungsorte

3.619

Kurse und
Veranstaltungen

33.789

Teilnehmer:innen

(Stand 31.12.2025)

467

Kursleiter:innen

39 interaktive Boards/Displays

Folgen Sie uns!



...auf Facebook
vhspankow



...auf Instagram
vhs.pankow

vhs

Volkshochschule
Pankow

Volkshochschule Pankow | Schulstraße 29 | 13187 Berlin
(030) 90295-1700 | vhs@ba-pankow.berlin.de | www.vhspankow.de

