

Gilberto-Bosques-Volkshochschule Friedrichshain-Kreuzberg



© Oliver S. Scholten

Jahresprogramm 2021–2022



Für Entdecker!

UNSER SERVICE-TEAM IST PERSÖNLICH FÜR SIE DA

Frankfurter Allee 37

10247 Berlin, U5 Samariterstraße

Montag: 10-12 Uhr

Dienstag: 10-12, 14-18 Uhr

Mittwoch: 10-12, 14-16 Uhr

Donnerstag: 10-12, 14-16 Uhr

Wassertorstraße 4

10969 Berlin, U1/U8 Kottbusser Tor

Montag: 10-12 Uhr

Dienstag: 10-12, 14-16 Uhr

Mittwoch: 10-12, 14-16 Uhr

Donnerstag: 10-12, 14-18 Uhr

Online-Anmeldung

Internet: www.vhs-fk.de

E-Mail: info@vhs-fk.de

Infotelefon: 90 298-4600

Montag bis Donnerstag 10-12 Uhr und 14-16 Uhr; Freitag 10-12 Uhr

Persönliche Beratung, Einstufung und Anmeldung für die Deutsch-Kurse

Bitte vereinbaren Sie einen Termin mit unserem Beratungsteam:

E-Mail: deutsch@vhs-fk.de

Telefon: 22 19 55 23 (Mittwoch und Freitag 10-12 Uhr)

Consultation, placement and registration for the German courses

Please make an appointment with our consulting team:

E-Mail: deutsch@vhs-fk.de

phone: 22 19 55 23 (Wednesday and Friday 10 to 12 a.m.)

Unser Programm wird im laufenden Semester ständig ergänzt, erweitert und ggf. an geänderte Rahmenbedingungen angepasst. Aktuelle Hinweise zu den Kursen und zur persönlichen Erreichbarkeit finden Sie unter www.vhs-fk.de.

Impressum

Herausgeber: Bezirksamt Friedrichshain Kreuzberg von Berlin, Volkshochschule, Juni 2021

Alle Angaben ohne Gewähr

Satz/Produktion/Web-Ausgabe: SRZ Berlin

Fotos: Oliver S. Scholten, Ebba Dangschat

Druck: Möller Druck und Verlag GmbH

Auflage: 10.000

Wir bitten um Beachtung der Inserate.

INHALTSVERZEICHNIS

| | |
|--|-----|
| Grußwort | 3 |
| Das Team der VHS | 4 |
| Leitbild | 5 |
| Unterrichtsorte/Bezirksplan | 6 |
| Häufig gegebene Antworten | 8 |
| Politik, Gesellschaft und Theater | 11 |
| Führungen und Kiezgeschichte - Gesellschaft im Wandel - Schauspiel - Nachhaltig bewegen: Theater, Sprache und Gesellschaft - Improvisationstheater - Erzählen - Theater sehen lernen | |
| Kultur und Gestalten | 21 |
| Das Photocentrum der VHS - Drehbuch und Film - Musikproduktion, Synthesizer und Hörspiel - Malen, Zeichnen, Mappenkurse - Künstlerische Drucktechnik und Grafikdesign - Kunsthandwerk, Textiles Gestalten und DIY | |
| Gesundheit | 51 |
| Gesundheit und Bewegung - Yoga und Pilates - Fitness, Bewegung und Gymnastik - Entspannung, Massage und gesunder Rücken - Gesunde Ernährung - Tanz - Kommunikation, Körpersprache und Psychologie - Junge VHS - Natur und Umweltbildung | |
| Fremdsprachen | 81 |
| Arabisch - Chinesisch - Deutsch als Zweitsprache - Englisch - Französisch - Italienisch - Kurdisch - Polnisch - Russisch - Spanisch - Türkisch | |
| Arbeit und Beruf | 111 |
| Menschen und Arbeit - Business und Büro - Rechnungswesen und Betriebswirtschaft - Presse, Marketing und Öffentlichkeitsarbeit - analog und digital - Digitale Darstellung und Konstruktion - Computing: Programmieren, Verwalten, Anwenden | |
| Bildungsurlaub - Ihr gutes Recht! | 141 |
| Digitale Bildung | 147 |
| Allgemeine Geschäftsbedingungen | 149 |
| Adressen der Berliner Volkshochschulen | 150 |
| Datenschutzbestimmungen | 152 |

Sehr geehrte Damen und Herren,

vor Ihnen liegt das aktuelle Programm der Volkshochschule Friedrichshain-Kreuzberg, und damit haben Sie sogleich zwei gute Nachrichten vor Ihren Augen. Nach Monaten der kurzfristigen Änderungen gibt es nun wieder ein Heft zum Blättern und Stöbern, das Sie ein ganzes Jahr begleiten wird, das Ihnen Antworten auf Fragen (z. B. Was ist ein Flexikurs? Wie kann ich mich anmelden?) gibt und auch Fragen aufwirft: Sollte ich nicht mein Spanisch oder Englisch auffrischen? Wollte ich nicht immer schon einmal Arabisch lernen? Kann ich mich in der Keramik ausprobieren, ein künstlerisches Fotoprojekt starten, etwas für meine Wirbelsäule tun, mich im Projektmanagement professionalisieren? Wo liegt eigentlich Stralau und was hat Karl Marx mit dem Friedrichshain zu tun? Kann man Spontanität durch das Improvisationstheater wirklich lernen oder aber endlich mehr über Bienen erfahren? Diesen Fragen können Sie in unseren mehr als 1.500 Kursen nachgehen, und genau das ist die zweite gute Nachricht. Das Programm der nächsten zwölf Monate wurde grundlegend überarbeitet und ist damit erfrischend neu: Angefangen bei einem neuen Layout des Programmheftes, einer ganzen Reihe von für Sie neu entwickelten Onlinekursen (vgl. S. 147) und neuen Kooperationspartnern wie dem Jüdischen Museum bis hin zu Angeboten in Schwerpunkten wie Gesellschaft im Wandel oder Nachhaltiges Textildesign.



Wir laden Sie ein, sich gemeinsam mit uns an der Volkshochschule ein Jahr lang verstärkt mit den Themen Nachhaltigkeit und Umweltbildung auseinanderzusetzen: Was bedeutet es, nachhaltig zu leben? Und wie können wir mit kleinen Schritten unseren Alltag nachhaltiger gestalten? Neben den beiden Standorten in der Frankfurter Allee und in der Wassertorstraße dürfen wir Sie nun auch mitten im Bergmannkiez begrüßen. Direkt am Marheinekeplatz werden wir in der Bergmannstraße 28 verstärkt Kurse zur nachhaltigen Entwicklung anbieten. Dort können Sie in Konversationskursen Ihr Deutsch oder Spanisch trainieren und über dieses Thema gemeinsam sprechen. In einem Atelier wird nachhaltiges Design, im Theaterraum das Klima sogar wortwörtlich eine Rolle spielen. Eine Siebdruckwerkstatt wartet neben den zwei weiteren Unterrichtsräumen auf Sie und Ihre Neugier. Denkanstöße finden Sie in einer Fotoausstellung zur Nachhaltigkeit, die zudem einen exzellenten Eindruck in die Arbeit des Photocentrums unserer Volkshochschule gibt.

Wir haben uns mit einem vielfältigen Programm auf den Weg gemacht und freuen uns auf Sie in unseren Kursen, Kiezspaziergängen, Projekten und Workshops!

Maik Walter

Direktor der Gilberto-Bosques-Volkshochschule
Friedrichshain-Kreuzberg



Der Exzellenz verpflichtet

Nach einer externen Begutachtung ihres Managementsystems im März 2020 erhielten die Berliner Volkshochschulen das EFQM-Qualitätszertifikat

Committet to Excellence Verpflichtung zu Exzellenz

Die Berliner Volkshochschulen haben damit nachgewiesen, dass sie den im EFQM Excellence Modell beschriebenen Grundkonzepten der Excellence verpflichtet sind.

- ✓ Nutzen für den Kunden schaffen
- ✓ Die Zukunft nachhaltig gestalten
- ✓ Die Fähigkeit der Organisation entwickeln
- ✓ Kreativität und Innovation fördern
- ✓ Mit Vision, Inspiration und Integrität führen
- ✓ Veränderungen aktiv managen
- ✓ Durch Mitarbeitende erfolgreich sein
- ✓ Dauerhaft herausragende Ergebnisse erzielen



Committed to Excellence
2 Star - 2020

DAS TEAM DER GILBERTO-BOSQUES-VOLKSHOCHSCHULE FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG

Die Volkshochschule ist eine Einrichtung des Bezirks Friedrichshain-Kreuzberg. Wir, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, arbeiten gemäß unseres Leitbildes und unserer Vorstellung eines offenen, interessanten und auf die Ansprüche und Erwartungen unserer Teilnehmerinnen und Teilnehmer abgestimmten Bildungsangebotes.

Maik Walter, Direktor der VHS

Programmbereichsleitung:
Politik, Gesellschaft und Theater
Frankfurter Allee 37
Telefon: (030) 90298-4680
maik.walter@ba-fk.berlin.de

Peter Lattermann, Stellvertretender Direktor

Programmbereichsleitung:
Kultur und Gestalten
Wassertorstraße 4
Telefon: (030) 2219-5519
peter.lattermann@ba-fk.berlin.de

Claudia Hiesemann

Programmbereichsleitung:
**Gesundheit, Bewegung, Umwelt,
Persönlichkeitsentwicklung und
Familie**
Frankfurter Allee 37
Telefon: (030) 90298-4259
claudia.hiesemann@ba-fk.berlin.de

Jenny Clemens

Programmbereichsleitung:
Fremdsprachen
Frankfurter Allee 37
Telefon: (030) 90298-4257
jenny.clemens@ba-fk.berlin.de

Karla Grunfeld

Programmbereichsleitung:
Deutsch als Zweitsprache
Wassertorstraße 4
Telefon: (030) 2219-5518
karla.grunfeld@ba-fk.berlin.de

Diite Gurack

Programmbereichsleitung:
Beruf und Karriere
Frankfurter Allee 37
Telefon: (030) 90298-4604

Nurten Doğan

Programmbereichsleitung:
Digitale Bildung
Frankfurter Allee 35
Telefon: (030) 90298-4096
nurten.dogan@ba-fk.berlin.de

Christine Jursch, Verwaltungsleitung

Frankfurter Allee 37
Telefon: (030) 90298-4606
christine.jursch@ba-fk.berlin.de

Gabriele Kosinski, Honorarsachbearbeitung

Frankfurter Allee 37
Telefon: (030) 90298-4624
gabriele.kosinski@ba-fk.berlin.de

Ahlam Chatle, Honorarsachbearbeitung

Frankfurter Allee 37
Telefon: (030) 90298-4609
ahlam.chatle@ba-fk.berlin.de

Silke Haist, Koordination Deutsch als Zweitsprache

Wassertorstraße 4
Telefon: (030) 2219-5524
deutsch@vhs-fk.de

Bich Diep Flower, Koordination Deutsch als Zweitsprache

Wassertorstraße 4
Telefon: (030) 2219-5529
bichdiep.flower@ba-fk.berlin.de

Julia Rath, Service Deutsch als Zweitsprache

Wassertorstraße 4
Telefon: (030) 2219-5523
julia.rath@ba-fk.berlin.de

Andreas Robrade, Service- und Verwaltungsteam

Wassertorstraße 4
Telefon: (030) 2219-5515
andreas.robrade@ba-fk.berlin.de

Petra Schulz, Service- und Verwaltungsteam

Wassertorstraße 4
Telefon: (030) 2219-5516
petra-schulz@ba-fk.berlin.de

Diana Dacosta, Service- und Verwaltungsteam

Wassertorstraße 4
Telefon: (030) 2219-5517
diana.dacosta@ba-fk.berlin.de

Marina Dörr, Service- und Verwaltungsteam

Frankfurter Allee 37
Telefon: (030) 90298-4602
marina.doerr@ba-fk.berlin.de

Franziska Roos, Service- und Verwaltungsteam

Frankfurter Allee 37
Telefon: (030) 90298-4325
franziska.roos@ba-fk.berlin.de

Michael Menzel, Service- und Verwaltungsteam

Frankfurter Allee 37
Telefon: (030) 90298-4601
michael.menzel@ba-fk.berlin.de

DAS LEITBILD DER BERLINER VOLKSHOCHSCHULEN

Identität und Auftrag

Die 12 Berliner Volkshochschulen sind eigenständig und befinden sich in bezirklicher Trägerschaft.

Im Verbund erfüllen wir den gesamtstädtischen Weiterbildungsauftrag. Wir garantieren den Bürgerinnen und Bürgern ein vielfältiges Bildungsangebot zum lebensbegleitenden Lernen. Wir fördern soziale Integration und die Chancen zur aktiven Teilhabe an gesellschaftlichen Prozessen und an deren Mitgestaltung.

Werte

Wir sind demokratischen Werten verpflichtet, politisch und weltanschaulich unabhängig.

Wir stehen für Offenheit und Respekt vor Menschen verschiedener Kulturen.

Qualität ist unser Anspruch an uns und an unsere Leistungen. Verbindliche und vertrauensvolle Zusammenarbeit ist uns wichtig.

Kunden

Wir wenden uns an alle interessierten Erwachsenen und an Jugendliche ab 15 Jahren.

Unsere Kunden sind auch Institutionen, Firmen und andere Auftraggeber, für die wir fach- und bedarfsgerechte Qualifizierungsmaßnahmen entwickeln und durchführen.

Allgemeine Unternehmensziele

Unser Ziel ist es, marktführend für bezahlbare Weiterbildung zu sein und ein berlinweites, strukturiertes, anschlussfähiges Programmangebot in qualitätsgesicherten Abläufen anzubieten.

Wir haben das Ziel, alle Bevölkerungsgruppen in allen Stadtteilen zu erreichen und stehen ihnen mit unserem Beratungs- und Bildungsangebot flächendeckend zur Verfügung.

Im Bereich der beruflichen Weiterbildung haben wir die aktuellen Anforderungen des Arbeitsmarkts stets im Blick. Insbesondere unsere AZAV-Maßnahmen orientieren sich am Ziel einer gelungenen Arbeitsmarktintegration.

Fähigkeiten

Wir kennen die bildungspolitischen Anforderungen des Landes und die soziokulturellen Besonderheiten der Bezirke. Wir können mit unserem Kursangebot flexibel, schnell und fachkompetent auf überregionale und lokale Erwartungen und Bedürfnisse reagieren.

Wir sind innovativ, erweitern unser pädagogisches und fachliches Wissen und entwickeln neue Unterrichtskonzepte.

Leistungen

Wir bieten ein vielfältiges, bedarfsgerechtes Kurs- und Veranstaltungsangebot zur persönlichen, beruflichen, gesundheitlichen, kulturellen und politischen Weiterbildung.

Über unsere gemeinsame Prüfungszentrale stellen wir ein zertifiziertes Prüfungsangebot zur Verfügung.

Wir bieten individuelle Fach- und Lernwegberatung und sichern eine qualitativ hochwertige Gestaltung der Lehr-Lern-Prozesse.

Unser gemeinsames Internetportal informiert umfangreich und ermöglicht kundenfreundliche Anmeldungen.

Ressourcen

Wir finanzieren uns aus Teilnahmeentgelten, aus öffentlichen Mitteln und aus Fremdmitteln. Wir arbeiten effizient nach betriebs- und verwaltungswirtschaftlichen Grundsätzen.

Wir verfügen über qualifiziertes haupt- und freiberufliches Personal. Unsere Lernorte sind methoden- und fachgerecht ausgestattet.

Wir bündeln unsere fachlichen, materiellen und finanziellen Ressourcen, um gemeinsam überbezirkliche Aufgaben wahrzunehmen.

Definition gelungenen Lernens

Für uns gelingt Lernen, wenn die Lernenden in unseren Veranstaltungen

- ihre selbst gesteckten Ziele erreichen,
- neue Erkenntnisse gewinnen sowie ihr Wissen und ihre Handlungskompetenz erweitern,
- am Weiterlernen interessiert sind,
- das Gelernte als nützlich empfinden.

Für uns gelingt Lernen, wenn in unseren Veranstaltungen

- eine motivierende Atmosphäre besteht,
- an den individuellen Kenntnissen, Erfahrungen und Interessen angeknüpft wird,
- vielfältige und innovative Methoden, die individuelles Lernen fördern, eingesetzt werden,
- die Lernumgebung modern und fachgerecht ist.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihre VHS Friedrichshain-Kreuzberg

Kursorte - Servicezentren

- 1 Frankfurter Allee 37, 10247 Berlin
- 2 Wassertorstraße 4, 10969 Berlin



- 3 **Alte Feuerwache**
Marchlewskistr. 6, 10243 Berlin
- 4 **Bayouma Haus**
Frankfurter Allee 110, 10247 Berlin
- 5 **Bezirksmuseum FHXB**
Adalbertstr. 95 a, 10999 Berlin
- 6 **Bona Peiser Sozio-kulturelle Projekträume**
Oranienstr. 72, 10969 Berlin
- 7 **DAS HAUS – Begegnungsstätte e.V.**
Weidenweg 62, 10247 Berlin
- 8 **Ellen-Key-Oberschule**
Rüdersdorfer Str. 20-27, 10243 Berlin
- 9 **Familienzentrum**
Adalbertstr. 23 b, 10997 Berlin
- 10 **Familienzentrum MenschensKinder**
Fürstenwalder Str. 30, 10243 Berlin
- 11 **Haus des Sports**
Böcklerstr. 1, 10969 Berlin
- 12 **Heinrich-Hertz-Oberschule**
Rigaer Str. 81/82, 10247 Berlin
- 13 **Keramikwerkstatt**
Naunynstr. 63, 10997 Berlin
- 14 **Kunstquartier Bethanien**
Mariannenplatz 2, 10997 Berlin
- 15 **Kunstverein Mal-Heure e.V.**
Eckertstr. 16, 10249 Berlin
- 16 **Lasker Höfe**
Lasker Str. 6-8, 10245 Berlin
- 17 **Lina-Morgenstern-Oberschule**
Mehringdamm 59, 10961 Berlin
- 18 **Mehrgenerationenhaus**
Wassertorstr. 48, 10969 Berlin
- 19 **Mittelpunktbibliothek Wilhelm Liebknecht / Namik Kemal**
Adalbertstr. 2, 10999 Berlin
- 20 **Procedo Berlin**
Muskauer Str. 53, 10997 Berlin
- 21 **Rathaus Yorckstraße**
Yorckstr. 4-11, 10965 Berlin
- 22 **Sporthalle**
Naglerstr. 1-3, 10245 Berlin
- 23 **Tiyatrom**
Alte Jakobstr. 12, 10969 Berlin
- 24 **Türkischer Elternverein e.V.**
Oranienstr. 34, 10999 Berlin
- 25 **Turnhalle**
Wilhelmstr. 117, 10663 Berlin
- 26 **VHS-Lernzentrum Bergmannstraße**
Bergmannstraße 28, 10961 Berlin
- 27 **WG-Atelierhaus**
Revaler Str. 99, 10245 Berlin



Herausgeber: Bezirksamt Friedrichshagen-Kreuzberg von Berlin
 Stadtentwicklungsamt
 Fachbereich Vermessung
 Sland: 2021
 © Bezirksamt Friedrichshagen-Kreuzberg von Berlin, FB Vermessung

HÄUFIG GEGEBENE ANTWORTEN

Service, Information und Anmeldung

Service-Team, Frankfurter Allee 37
Telefon: 90 298-4601, -4602, -4325

Wassertorstraße 4
Telefon: 221955-15, -16, -17

Wer kann die Volkshochschule besuchen?

Sie können die Volkshochschule besuchen, wenn Sie mindestens 17 Jahre alt sind, unabhängig von Vorbildung und Beruf.

Wie kann ich mich anmelden?

- Persönlich zu unseren Sprechzeiten
- online
- per E-Mail
- schriftlich

Die VHS Friedrichshain-Kreuzberg bietet Ihnen die Möglichkeit an, Kursplätze zu reservieren. Dazu nutzen Sie bitte unser Webformular oder drucken sich ein Anmeldeformular aus.

Nach Eingang Ihrer E-Mail erhalten Sie eine Reservierungsbestätigung. Die Bestätigung enthält die Kursdaten, die Frist, bis zu der der Kurs bezahlt sein muss und die Zahlungsmöglichkeiten.

Bitte beachten Sie, dass Ihnen der Platz erst sicher ist, wenn das Kursentgelt bei uns eingegangen ist. Bei Bezahlung bis zum vereinbarten Termin ist Ihnen der gewünschte Kursplatz sicher. Zahlen Sie nicht bis zum angegebenen Termin, behalten wir uns eine Weitergabe Ihres Platzes an andere Interessenten vor.

Was kostet ein Kurs?

Die Entgelte werden nach inhaltlich-pädagogischen und kalkulatorischen Gesichtspunkten festgelegt. Es gelten die Ausführungsvorschriften über Entgelte der Volkshochschulen.

Wie kann ich zahlen?

- Mit Ihrer EC- oder Kreditkarte innerhalb unserer Sprechzeiten.
- Per Einzugsermächtigung: Sie erteilen uns mit der Anmeldung eine Einzugsermächtigung über die Gesamtgebühr. Der Betrag wird zum Fälligkeitstermin (siehe Rechnung) von Ihrem Konto abgebucht. Ihr Kontoauszug ist Ihr Beleg. Bei nicht eingelösten Lastschriften haben Sie die entstandenen Kosten zu tragen.
- Per Überweisung auf das Konto der Volkshochschule Friedrichshain-Kreuzberg

IBAN: DE32 1005 0000 0573 8210 20
BIC: BELADEBEXX

Verwendungszweck: **Namen des/der Teilnehmenden und Kursnummer**

Ihr Kontoauszug ist Ihr Beleg.

Bei verspätetem Zahlungseingang erheben wir eine Mahngebühr von 6,00 €.

Gibt es für mich eine Ermäßigung?

Ja, wenn Sie bei der Anmeldung einen Nachweis vorlegen, der zur Ermäßigung berechtigt. Eine nachträgliche Ermäßigung nach erfolgter Bezahlung ist nicht möglich. Näheres regeln die AGBs. Bereits ermäßigte Kurse können nicht nochmals ermäßigt werden. Kurse im Bereich Deutsch als Zweitsprache sind bereits ermäßigt. Folgende Personen haben Anspruch auf Ermäßigung:

- Empfängerinnen und Empfänger von Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz
- Empfängerinnen und Empfänger von Sozialhilfe und Grundsicherung sowie die Mitglieder der Bedarfsgemeinschaft eines Leistungsempfängers oder einer Leistungsempfängerin
- Empfängerinnen und Empfänger von Arbeitslosengeld sowie die Mitglieder der Bedarfsgemeinschaft eines Leistungsempfängers oder einer Leistungsempfängerin

- Empfängerinnen und Empfänger von Wohngeld sowie die Mitglieder der Bedarfsgemeinschaft eines Leistungsempfängers oder einer Leistungsempfängerin
- Empfängerinnen und Empfänger des Kinderzuschlages gem. § 6a des Bundeskindergeldgesetzes sowie die Mitglieder der Bedarfsgemeinschaft eines Leistungsempfängers oder einer Leistungsempfängerin
- Schulabgängerinnen und Schulabgänger ohne Ausbildungs- oder Arbeitsplatz bis zur Aufnahme der weiteren Ausbildung, längstens bis 12 Monate nach Abschluss der Schule
- Schülerinnen und Schüler, Studierende an Fach- oder Hochschulen (im Vollzeitstudium), Auszubildende, Teilnehmende an Freiwilligendiensten; noch nicht schulpflichtige Kinder in Eltern-Kind-Veranstaltungen.

Gibt es Möglichkeiten einer fachlichen Beratung?

Wenn Sie nicht sicher sind, ob der ausgewählte Kurs richtig für Sie ist, nutzen Sie die Fachberatung.

Kann ich erst teilnehmen und prüfen, ob der Kurs für mich passt?

Aus organisatorischen Gründen geht das leider nicht. Nutzen Sie deshalb unsere Beratungstermine. So werden Sie den Kurs finden, der Ihren Erwartungen und besonders im Sprachbereich Ihren Kenntnissen entspricht.

Wie viele Teilnehmende sind in meinem Kurs?

Die Teilnehmendenzahl wird unter pädagogisch inhaltlichen und kalkulatorischen Gesichtspunkten festgelegt und ist bei der zuständigen Programmabereichsleitung zu erfragen.

Was soll ich tun? Mein Kurs beginnt, und ich weiß nicht, ob ich einen Platz im Kurs habe?

Wenn Sie Ihr Entgelt termingerecht bezahlt haben, kommen Sie auf jeden Fall zum ersten Unterrichtstag. Nur wenn der Kurs schon belegt war oder, wenn Änderungen erfolgt sind, erhalten Sie von der VHS eine Nachricht.

Leider kann ich an dem Kurs nicht teilnehmen. Was kann ich tun?

Die Abmeldung kann persönlich oder schriftlich (auch per E-Mail) erfolgen. Eine telefonische Mitteilung sowie die Abmeldung bei der Kursleitung oder das Fernbleiben vom Kurs gelten nicht als Abmeldung, bzw. Rücktritt.

- Bei einer Abmeldung bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn wird das Entgelt unter Einbehaltung einer Pauschale in Höhe von 6,00 € erstattet.
- Bei späterer Abmeldung bis einen Werktag vor Veranstaltungsbeginn wird das Entgelt unter Einbehaltung einer Pauschale in Höhe von 12,00 € erstattet. Entgelte unter 12,00 € werden in voller Höhe fällig.
- Für Umbuchungen wird eine Pauschale (siehe Abmeldungen) fällig.
- Ab dem Tag des Veranstaltungsbeginns besteht kein Anspruch auf Erstattung des Entgeltes.

Was passiert, wenn der Kurs nicht zustande kommt?

Sie werden von der VHS informiert und erhalten innerhalb des Kalenderjahres eine Rückzahlung in voller Höhe.

Kann ich auch noch in den Kurs, wenn er schon begonnen hat?

Wenn der Kurs nicht ausgebucht ist, ist ein späterer Einstieg nach Absprache mit der Programmbereichsleitung möglich. Zu zahlen ist das volle Entgelt.

Was passiert, wenn der Kurs aufgrund einer behördlich angeordneten Schließung der Unterrichtsstätte nicht als Präsenzveranstaltung durchgeführt werden kann?

Sie erhalten eine Information der VHS, ob und in welcher Form Ihr Kurs fortgeführt werden kann. Handelt es sich um einen Flexikurs (Seite 147), müssen Sie nichts weiter tun: Der Kurs findet online statt.

Hat die Volkshochschule ein eigenes Hygienekonzept?

Ja, das aktuelle und mit dem Gesundheitsamt abgestimmte Konzept finden Sie auf unserer Homepage.

Bekomme ich eine Teilnahmebescheinigung?

Bei regelmäßiger Teilnahme (mind. 70%) bekommen Sie auf Anfrage eine Teilnahmebescheinigung. Die erste Ausfertigung innerhalb eines Jahres nach Beendigung der Veranstaltung ist unentgeltlich; für eine spätere, bzw. eine zweite Ausfertigung wird eine Kostenpauschale von 10,00 € erhoben.

Wünsche - Anregungen - Kritik Unsere Frage an Sie: Was kann besser werden?

Wir sind offen für kritische Hinweise und Anregungen. Sprechen Sie uns mit Ihren Wünschen und Vorstellungen an.

Und bitte nicht vergessen:

- Außerhalb der Sprechzeiten sind wir jederzeit online erreichbar unter www.vhs-fk.de
- Bei Zahlung per Überweisung müssen Name der teilnehmenden Person und Kursnummer erkenntlich sein.
- Anmeldungen berücksichtigen wir in der Reihenfolge ihres Eingangs.
- Ein Ermäßigungsnachweis muss spätestens bei Zahlung vorliegen.
- Unsere Hausbriefkästen werden täglich geleert: Frankfurter Allee 37; Wassertorstraße 4.

Hausordnung

In unseren beiden Lern- und Servicezentren - Frankfurter Allee 37 und Wassertorstraße 4 - besteht ein generelles Rauchverbot.

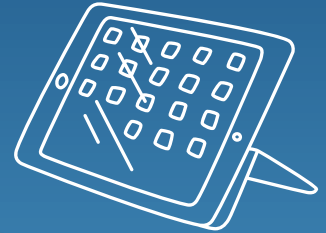
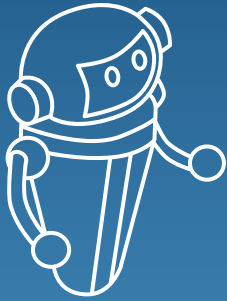
Die Volkshochschule übernimmt keinerlei Haftung.

Programmänderungen

Wechsel in der Kursleitung behalten wir uns vor.

Die VHS kann die Lehrveranstaltungen absagen, wenn die Mindestteilnehmerszahl eine Woche vor Kursbeginn nicht erreicht wird, oder die Teilnehmerszahl an drei aufeinanderfolgenden Veranstaltungsterminen unter die Hälfte der Mindestteilnehmerszahl einer Veranstaltung fällt. Die Angebote stehen unter Haushaltsvorbehalt.

Die vollständigen Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS finden Sie auf Seite 149.



DURCH
STEI
GER

Kostenlos
downloaden!



Erweitere deine
Datenkompetenz.

Mit unserer App: Stadt | Land | DatenFluss



© Ebba Dangschat

POLITIK, GESELLSCHAFT UND THEATER

Führungen und Kiezgeschichte - Gesellschaft im Wandel - Schauspiel -
Nachhaltig bewegen: Theater, Sprache und Gesellschaft - Erzählen -
Theater sehen lernen

Die Kurse in den Schwerpunkten Improvisationstheater und Erzählen sind Flexikurse (Seite 15).
Wenn die Häuser der VHS coronabedingt schließen müssen, werden diese Kurse automatisch
in einen Onlinekurs überführt.

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG

Maik Walter

Persönliche Beratung nach Vereinbarung

Frankfurter Allee 37, Raum 1115

Telefon: 90298-4680

maik.walter@ba-fk.berlin.de

Unser Programm wird auch im laufenden Semester ständig ergänzt und erweitert.
Neue Kurse und aktuelle Hinweise finden Sie unter www.vhs-fk.de.



FÜHRUNGEN UND KIEZGESCHICHTE

Die Geschichte unseres Bezirks können Sie während einer unserer historischen Erkundungen entdecken. Vom Volkspark Friedrichshain, im Samariterviertel über die Straße der Pariser Kommune und die Halbinsel Stralau bis hin zur Karl-Marx-Allee kann Kiezgeschichte auf bewegte Weise erlebbar gemacht werden. Überall dort versteckt sich Geschichte in spannenden Geschichten, die Ihnen von erfahrenen Historikerinnen und Historikern erzählt werden.

Der Volkspark Friedrichshain

Eine historische Führung

Der anlässlich des 100. Jahrestages der Thronbesteigung Friedrichs II. auf einem ehemaligen Weinberggelände errichtete und 1848 eingeweihte Park wurde Namensgeber für den Stadtbezirk Friedrichshain und wird als „Grüne Lunge des Ostens“ von vielen Berlinern für Erholung und Freizeit genutzt. Auf diesem historischen Spaziergang sollen aber die historischen Sehenswürdigkeiten, die der Park ebenfalls zu bieten hat, im Vordergrund stehen. Dabei werden u.a. der Märchenbrunnen, der „Mont Klamott“ und das Krankenhaus Friedrichshain Stationen sein.
Treffpunkt: 15 Uhr vor dem Märchenbrunnen.

FK1.101 Herr Dr. Oliver Reschke
10.10.21, 3 UStd.
So, 15-17.15 Uhr
entgeltfrei

FK1.102 Herr Dr. Oliver Reschke
22.5.22, 3 UStd.
So, 15-17.15 Uhr
entgeltfrei

Rund um den Boxhagener Platz

Eine Führung im Friedrichshainer Südkiez

Friedrichshain, der flächenmäßig kleinste Bezirk Berlins, hat sich zu einem angesagten Szene-Kiez entwickelt. Längst sind die Simon-Dach-Straße und der „Boxi“ berlinweit und darüber hinaus bekannt. Wir zeichnen am Beispiel des „Süd-Kiez“ diese Entwicklung nach, spüren aber auf unserem Spaziergang auch andere Dinge auf: Beispielsweise Friedrichshains ältestes Haus, erfahren, warum der Boxhagener Platz diesen Namen trägt, obwohl er gar nicht an der Boxhagener Straße liegt, was die Mainzer Straße mit Berliner Bürgermeistern zu tun hat, und vieles mehr.
Treffpunkt: 12 Uhr Frankfurter Allee/Ecke Kinzigstraße.

FK1.103 Herr Olaf Riebe
30.10.21, 3 UStd.
Sa, 12-14.15 Uhr
entgeltfrei

FK1.103a Herr Olaf Riebe
15.8.21, 3 UStd.
So, 12-14.15 Uhr
entgeltfrei

FK1.104 Herr Olaf Riebe
13.3.22, 3 UStd.
So, 12-14.15 Uhr
entgeltfrei

Proleten, Kriminelle, Hippies, Punks und Bürgerrechtler

Ein Rundgang durch das Samariterviertel

Das Samariterviertel trägt zahlreiche Spuren seiner Geschichte. Von der Eiszeit über Mittelalter, Gründerzeit, Weltkriege und De-Industrialisierung – von allem ist etwas zu finden. Ereignisse, wie die Errichtung der ersten Wohngebäude auf den Kornfeldern, das Ende des 2. Weltkrieges, die Gladow-Bande, die berühmten Blues-Messen, der Berliner Appel, Punks in der Kirche, Hausbesetzer und altes und neues Wohnungselend kommen bei diesem unterhaltsamen Spaziergang zur Sprache.
Treffpunkt: 16 Uhr vor der VHS Frankfurter Allee 37 (Aufgang A).

FK1.105 Herr Dr. Dirk Moldt
23.9.21, 3 UStd.
Do, 16-18 Uhr
entgeltfrei

FK1.106 Herr Dr. Dirk Moldt
5.5.22, 3 UStd.
Do, 16-18 Uhr
entgeltfrei

Von der Fruchtstraße zur Straße der Pariser Kommune

Eine Führung

Von der Fruchtstraße zur Straße der Pariser Kommune. Die Geschichte einer Straße „Und dann habe ich meine Straße genommen und bin ein Stück mit ihr spazieren gegangen.“ Mit der Fruchtstraße, zum Beispiel. Erst wuchsen hier die Tulpen und Hyazinthen, dann kam die Holzverarbeitung und schließlich Gründerzeitwohnungen mit Mietfabriken und Versammlungssälen auf den Hinterhöfen und jeder Menge Kneipen. Paul und Paula sind hier Hand in Hand spazierengegangen, im Plaza wurde getanzt wie später im Bergshain, mit der Umbenennung in Straße der Pariser Kommune wurde der Umbau der Straße beendet, von Gründerzeit zu Platte, von Sauerkrautfabrik zur Parteizeitung Neues Deutschland und schließlich zu Startups und Co-Working Spaces. Treffpunkt: 12 Uhr Friedensstraße/Weidenweg.

FK1.111 Frau Annett Gröschner
7.11.21, 3 UStd.
So, 12-14.15 Uhr
entgeltfrei

FK1.111a Frau Annett Gröschner
22.8.21, 3 UStd.
So, 12-14.15 Uhr
entgeltfrei

FK1.108 Frau Annett Gröschner
8.5.22, 3 UStd.
So, 12-14.15 Uhr
entgeltfrei

Geschichte der Karl-Marx-Allee – das Architekturerbe der DDR

Eine Führung

Trümmer, Tränen, Träume – die Geschichte einer Straße. Die Karl-Marx-Allee zählt heute zu den wichtigsten europäischen Kulturdenkmälern. Die Führung durch die Karl-Marx-Allee dokumentiert die abwechslungsreiche Geschichte dieser einmaligen Berliner Magistrale.
Treffpunkt: 14 Uhr Frankfurter Tor, vor der Galerie im Turm.

FK1.107 Herr Dr. Oliver Reschke
18.9.21, 3 UStd.
Sa, 14-16.15 Uhr
entgeltfrei

FK1.110 Herr Dr. Oliver Reschke
23.4.22, 3 UStd.
Sa, 14-16.15 Uhr
entgeltfrei

Berlin am Wasser: Von der Oberbaum- zur Schillingbrücke

Eine Führung

Nachdem Berlin über Jahrhunderte dem Wasser ‚den Rücken zuwandte‘, ist seit dem Fall der Mauer und dem damit verbundenen Strukturwandel eine Wiederentdeckung der Uferlagen zu beobachten. Besonders in Friedrichshain-Kreuzberg mit seiner reizvollen Wasserlage soll die Hinwendung zur Spree anhand von alten Baudenkmalern und geplanten Projekten veranschaulicht werden. Neben dem „Bruderkuss“ an der East Side Gallery sind zwei neue Stadtquartiere entstanden – um das Jahr 2000 die Oberbaum City und in den letzten Jahren das Gebiet um die Mercedes-Benz-Arena. Die Führung widmet sich zum einen dem längsten erhaltenen Mauerstück Berlins – der East Side Gallery – zum anderen diskutieren wir historische wie auch aktuelle städtebauliche Entwicklungsprozesse der beiden neuen Stadtquartiere.
Treffpunkt: 12 Uhr am U-Bhf. Warschauer Straße (U1/U3), oberer Ausgang.

FK1.109 Herr Olaf Riebe
2.10.21, 3 UStd.
Sa, 12-14.15 Uhr
entgeltfrei

FK1.109a Herr Olaf Riebe
14.8.21, 3 UStd.
Sa, 12-14.15 Uhr
entgeltfrei

FK1.112 Herr Olaf Riebe
12.3.22, 3 UStd.
Sa, 12-14.15 Uhr
entgeltfrei

ALLES GESCHICHTE?!

Die Berliner Volkshochschulen und das Deutsche Historische Museum laden Sie zur Fortsetzung unserer Veranstaltungsreihe zur deutschen und europäischen Geschichte ein. Nach der Schließung der Dauerausstellung im Zeughaus, verfolgt die Reihe erstmals die Wechsellausstellungen im Pei-Bau. Dabei nehmen wir das Zusammenspiel von Kunst und Politik in den Blick und widmen uns einerseits ideengeschichtlichen Aspekten, andererseits zwei umstrittenen deutschen Persönlichkeiten im Zentrum historischer Auseinandersetzungen im Nationalsozialismus und in der Bundesrepublik Deutschland.

Entgelt: 5,- € pro Veranstaltung
Dieser Eintritt berechtigt zum ganztägigen Besuch der Ausstellungen!
Bitte melden Sie sich rechtzeitig bei **einer** der genannten Volkshochschulen an.

**Veranstaltungsort: Pei-Bau, Deutsches Historisches Museum
Hinter dem Gießhaus 3; 10117 Berlin
Treffpunkt: Foyer des Pei-Baus, an der Kasse**



Foto: David von Becker

Samstag, 02.10.2021, 11–13 Uhr

DOCUMENTA. POLITIK UND KUNST (I)

Die documenta spiegelt die Geschichte der Bundesrepublik. Seit ihrer Gründung 1955 war diese internationale Großausstellung ein Ort, an dem das westdeutsche Selbstverständnis verhandelt wurde. Wir blicken besonders auf die Auseinandersetzung mit dem Nationalsozialismus und die Blockbildung im Kalten Krieg. Progressive und regressive politische Tendenzen standen dabei von Anfang an nebeneinander.

Anmeldung: info@vhs.fk.de Kursnr.: **FK1.120** oder:
infovhs@ba-mh.berlin.de Kursnr.: **MH1.01-001-H**

Samstag, 06.11.2021, 11–13 Uhr

DOCUMENTA. POLITIK UND KUNST (II)

Text siehe oben: DOCUMENTA (I)

Anmeldung: vhs@ba-ts.berlin.de Kursnr.: **TS101.111H**
oder: vhs@lichtenberg.berlin.de Kursnr.: **Li1.01-001H**

Samstag, 04.12.2021, 11–13 Uhr

Die Liste der „Gottbegnadeten“. Künstler des Nationalsozialismus in der Bundesrepublik

Die „Gottbegnadeten-Liste“ wurde im August 1944 von Adolf Hitler und Joseph Goebbels zusammengestellt. Bis auf wenige Ausnahmen arbeiteten renommierte Akteur*innen des nationalsozialistischen Kunstbetriebs auch nach 1945 in der Bundesrepublik. Ihre Standbilder, Reliefs und Gobelins auf Plätzen, an Fassaden und in Foyers prägen bis heute das Gesicht vieler deutscher Innenstädte. Wir blicken auf die Nachkriegskarrieren dieser Künstler*innen und nehmen ihre Netzwerke, die Wahl der Bildthemen und die Rezeption ihrer Arbeiten ebenso in den Blick, wie die damit verbundene Frage nach Kontinuität und Anpassungsleistung.

Anmeldung: anmeldung@vhsmitte.de
Kursnr.: **Mi1.01-001H**
oder: Anmeldung@vhstk.de Kursnr.: **TK-1000-H**

Samstag, 02.04.2022, 11–13 Uhr

Karl Marx und der Kapitalismus

Karl Marx gehörte zu den weltweit einflussreichsten deutschen Persönlichkeiten des 19. Jahrhunderts. Der Rückblick auf ihn ist geprägt durch die Geschichtsläufe des 20. Jahrhunderts und changiert zwischen Anerkennung und Misstrauen. Wir befragen Werk und Wirken von Karl Marx im Kontext seiner Zeit, des 19. Jahrhunderts. Im Mittelpunkt stehen zentrale Themen von Marx' Denken, die ökonomische Krise, neuartige Techniken, zunehmende soziale Polarisierung, Zerstörung von natürlichen Ressourcen sowie die Unterdrückung von Frauen.

Anmeldung: vhsinfo@bezirksamt-neukoelln.de
Kursnr.: **NK-B101a**
oder: service@vhssz.de Kursnr.: **SZ110-002**

Samstag, 11.06.2022, 11–13 Uhr

Richard Wagner und das deutsche Gefühl (I)

Richard Wagner hat das 19. Jahrhundert in ganz unterschiedlichen Positionen miterlebt. Wir folgen seiner persönlichen Entwicklung als angestellter Hofmusiker, als Autor, als Revolutionär, Exilant, als Bankrotteur, als Protegé wohlhabender Mäzene und eines Königs, als Theaterreformer, als Festspielgründer, als Komponist. Er war nicht nur Zeuge politischer Umbrüche und Strömungen, sondern hat gesellschaftliche und emotionale Befindlichkeiten seiner Zeit registriert, aufgegriffen und (um-)gestaltet – als Künstler ebenso wie als Unternehmer. Dabei zeigt sich Wagner als Gefühlstechniker, der in einer zunehmend kommerzialisierten Welt den gesellschaftlichen Stellenwert der Kunst – und des Künstlers – neu verortete.

Anmeldung: info@vhs-spandau.de
Kursnr.: **Sp1.005-W**
oder: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de
Kursnr.: **CW101-003F**

Samstag, 02.07.2022, 11–13 Uhr

Richard Wagner und das deutsche Gefühl (II)

Die Musikdramen Wagners zeugen nicht nur von seiner Kritik an der Moderne, sondern sind von dem Anspruch geprägt, die Gesellschaft zu verändern – ein Verlangen, das uns in anderer Form und Ausprägung auch bei Karl Marx begegnet ist. Wagner war Antisemit. Wieweit waren seine Inszenierung von Gefühlen, seine Vorstellungen von Musik und Kunst, seine Phantasie über Unterdrückung und Erlösung sowie seine Kritik an der Moderne von diesem Antisemitismus geprägt? Wir blicken verstärkt auf diese Auseinandersetzung und befassen uns mit Wagners Inszenierungen konkreter Gefühle und damit, wie die Ausstellung die Geschichte seiner Konzeption in den Kontext des 19. Jahrhunderts zurückstellt.

Anmeldung: vhs@reinickendorf.berlin.de
Kursnr.: **Re1010-So**
oder: vhs@ba-pankow.berlin.de Kursnr.: **Pa1126F**

Halbinsel Stralau: Fischerdorf, Sommerfrische, Wohnen am Wasser

Eine Führung

Zwischen der Rummelsburger Bucht im Norden und der Spree mit dem Treptower Park im Süden liegt Stralau. Das Wasser bestimmte hier das Leben: Fischerfamilien, Bootswerften und Rudervereine. Alte Speicher zeugen auch hier von der Industrialisierung. Sogar Berlins U-Bahn hat auf

und unter Stralau ihre Wurzeln. Inzwischen sind exklusive Neubauten am Wasser entstanden. Lernen Sie die ganze Halbinsel kennen!

Treffpunkt: 12 Uhr S-Bhf Treptower Park, nordöstlicher Ausgang.

FK1.113 Herr Olaf Riebe
6.11.21, 3 UStd.

Sa, 12-14.15 Uhr
entgeltfrei

FK1.113a Herr Olaf Riebe
28.8.21, 3 UStd.

Sa, 12-14.15 Uhr
entgeltfrei

FK1.114 Herr Olaf Riebe
9.4.22, 3 UStd.

Sa, 12-14.15 Uhr
entgeltfrei

GESELLSCHAFT IM WANDEL

Wie wollen wir leben und wie leben wir? Die Gesellschaft ist einem Wandel unterworfen, den wir als Bürgerinnen und Bürger mitgestalten. In den Führungen, auf den Spaziergängen und in unseren virtuellen Kursen haben Sie die Möglichkeit, sich über diesen Wandel auszutauschen. Sei es über das Verhältnis von Politik und Kunst, über das sich wandelnde jüdische Leben, über Bücher, die derzeit in aller Munde sind oder über aktuelle Themen wie das Wohnen. Zudem gibt es Studientage, an denen Sie ein historisches Thema vertiefen und in den Austausch mit anderen Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmern eintreten.

Tiefen auch der Geschichte Berlins, und gehen dann in der Ausstellung auf Spurensuche nach den ganz unterschiedlichen jüdischen Lebenswelten, die sich auf dem „Weg in die Moderne“ – von der Aufklärung bis zur Weimarer Republik – herausgebildet haben. Ein individueller Rundgang im Museum ist nach der Führung möglich. Es wird empfohlen, anschließend auch am historischen Kiezspaziergang auf den Spuren jüdischen Lebens im Bezirk teilzunehmen. Treffpunkt: 14 Uhr, Platz vor dem Jüdischen Museum Berlin, Lindenstraße 9-14, 10969 Berlin.

FK1.121 Herr Johannes Valentin Schwarz
6.11.21, 3 UStd.

Sa, 14-16.15 Uhr
€ 7,50 (erm: € 7,50)

FK1.122 Herr Johannes Valentin Schwarz
26.3.22, 3 UStd.

Sa, 14-16.15 Uhr
€ 7,50 (erm: € 7,50)

Spuren jüdischen Lebens im Bezirk

Ein historischer Spaziergang durch den Bezirk

Wer heute durch Berlin streift, wird auch in unserem Bezirk – diesseits und jenseits der ehemaligen Mauerlinie – an Straßen, Häusern, Höfen, Plätzen und Parks noch zahlreiche historische Spuren finden, die meist sehr viel älter sind als wir Menschen heute, deren Bedeutung samt der „Geschichte dahinter“ jedoch oft im Dunkeln bleibt. Dies gilt nicht nur für die allgemeine Entwicklung Berlins vor und nach 1920, sondern auch für die zahlreichen „jüdischen Orte“ und Lebensgeschichten, die bis heute im Berliner Stadtraum eingeschrieben sind. Beim Kiez-Rundgang machen sich die Teilnehmer*innen auf die Suche nach eben diesen vergessenen oder auch nur übersehenen Spuren jüdischen Lebens – in Geschichte und Gegenwart. Wie ein spannendes Buch lässt sich so das eigene, vermeintlich vertraute Umfeld mit anderen Augen neu lesen und entdecken. Der Rundgang schließt inhaltlich an den Besuch im Jüdischen Museum Berlin an. Der Besuch dieses Museums ist jedoch keine Voraussetzung. Der Spaziergang findet im Herbst in Kreuzberg und im Frühjahr in Friedrichshain statt.

Treffpunkt am 13.11.21 in Kreuzberg: 14 Uhr, vor der VHS (Wassertorstraße 4, 10969 Berlin).

Treffpunkt am 2.4.22 in Friedrichshain: 14 Uhr, Platz der Vereinten Nationen am Volkspark Friedrichshain (Ecke Landsberger Allee/Friedensstraße)

FK1.123 Kreuzberg

Herr Johannes Valentin Schwarz
13.11.21, 3 UStd.

Sa, 14-16.15 Uhr
entgeltfrei

FK1.124 Friedrichshain

Herr Johannes Valentin Schwarz
2.4.22, 3 UStd.

Sa, 14-16.15 Uhr
entgeltfrei

Alles Geschichte?! Documenta.

Politik und Kunst I

Eine Führung im Deutschen Historischen Museum Berlin

Die documenta spiegelt die Geschichte der Bundesrepublik. Seit ihrer Gründung 1955 war diese internationale Großausstellung ein Ort, an dem das westdeutsche Selbstverständnis verhandelt wurde. Wir blicken besonders auf die Auseinandersetzung mit dem Nationalsozialismus und die Blockbildung im Kalten Krieg. Progressive und regressive politische Tendenzen standen dabei von Anfang an nebeneinander. Treffpunkt: 11 Uhr Foyer des Pei-Baus, an der Kasse des DHM.

FK1.120 Dozententeam
2.10.21, 2 UStd.

Sa, 11-13 Uhr
€ 5,00 (erm: € 5,00)

Jüdische Lebenswelten

Eine Führung im Jüdischen Museum Berlin

Seit 2001 gehört das Jüdische Museum in der Kreuzberger Lindenstraße zum festen Bestandteil der Berliner Kulturszene – und weit darüber hinaus zu den herausragenden Institutionen in der europäischen Museumslandschaft. Mit seiner 2020 neu eröffneten Dauerausstellung und zahlreichen anderen Angeboten ist es selbst zu einem lebendigen Ort des Dialogs und der Reflexion jüdischer Geschichte und Gegenwart in Deutschland geworden. Im Rahmen einer interaktiven Führung erkunden die Teilnehmer*innen den spektakulären Zickzack-Bau des Architekten Daniel Libeskind, symbolisch für die Höhen und

Projekt Deutsche Geschichte

Ein Studientag in Potsdam

In Potsdam wurde im August 1945 der Zweite Weltkrieg offiziell beendet. Berlin wurde geteilt und zum Hotspot des Kalten Krieges. Die Glienicker Brücke, welche Berlin und Potsdam einst verband, wurde zum Symbol für den Konflikt zwischen Ost und West: Hier tauschten die Supermächte zwischen 1960 und 1986 ihre Spione aus. Nicht weit davon entfernt errichteten die Amerikaner auf dem Teufelsberg eine Abhöranlage. Auf der anderen Seite der Brücke hatten KGB und Stasi ihre Filialen. Die Exkursion richtet sich an alle, die sich für die Geschichte Deutschlands nach 1945 interessieren. Auf einer kleinen Wanderung werden wir den Spuren der Geschichte folgen und dabei die Nachkriegszeit und den Kalten Krieg an Ort und Stelle erlebbar machen. Die Teilnahme am ganztägigen Studientag in Potsdam ist kostenlos. Ein Tagesticket der BVG ABC wird benötigt.

FK1.125 Herr Dr. Michael Pesek
9.10.21, 12 UStd.

1x Sa, 8.30-18.15 Uhr
entgeltfrei

FK1.125a Herr Dr. Michael Pesek
21.8.21, 12 UStd.

1x Sa, 8.30-18.15 Uhr
entgeltfrei

FK1.126 Herr Dr. Michael Pesek
7.5.22, 12 UStd.

Sa, 8.30-18.15 Uhr
entgeltfrei

Berlin im Wandel: Folgen für Wohnungsmarkt und Zusammenleben (Onlinekurs)

Berlin ist eine „Mieterstadt“. Ihr Wachstum belebte in den letzten Jahren die Wirtschaft, setzte aber auch viele Menschen unter Druck (Stichworte Nachverdichtung, Gentrifizierung, „Mietendeckel“). Die Corona-Pandemie und ihre Folgen machen die Wichtigkeit gesicherter Wohnverhältnisse noch deutlicher. Im Kurs werden Grundlagen und Besonderheiten des Berliner Wohnungsmarktes erarbeitet, aber auch die Handlungsmöglichkeiten von Menschen, die sich für ihr Lebensumfeld engagieren wollen (mit Übungen, ohne Rechtsberatung).

Der virtuelle Lesekreis findet auf der Plattform BigBlueButton statt und wird auf der vhs.cloud begleitet. Nach der Anmeldung erhalten Sie die Zugangsdaten. Sie benö-

tigen eine stabile Internetverbindung, ein Mikrofon und eine Kamera.

FK1.131 Herr Dr. Mario H. Kraus

3.-24.11.21, 12 UStd.

4x Mi, 18-20.30 Uhr

€ 33,60 (erm: € 18,60)

Literatur und Gesellschaft (Onlinekurs)

Ein virtueller Lesekreis

Wie will eine Gesellschaft leben und wie spiegeln sich diese Vorstellungen in der neuesten Gegenwartsliteratur? Der Kurs richtet sich an alle, die sich gern über neueste Bücher austauschen wollen. Doch welche Bücher sind wichtig, über was spricht man? Seit 2005 werden jeden Sommer 20 aktuelle Titel (Longlist) für den Deutschen Buchpreis nominiert. Im Lesekreis werden wir im Herbst die September-Auswahl der sechs Shortlist-Titel betrachten und

dann den Sieger-Titel, der dieses Jahr am 18. Oktober bekanntgegeben wird, unter die Lupe nehmen und gemeinsam besprechen. Im Frühjahr werden 5 aktuelle Titel für den Preis der Leipziger Buchmesse besprochen. Kursleiter ist der Germanist und Schriftsteller Patrick Hofmann. Der virtuelle Lesekreis findet auf der Plattform BigBlueButton statt und wird auf der vhs.cloud begleitet. Nach der Anmeldung erhalten Sie die Zugangsdaten. Sie benötigen eine stabile Internetverbindung, ein Mikrofon und eine Kamera.

FK1.501 Herr Dr. Patrick Hofmann

14.10.-9.12.21, 16 UStd.

8x Do, 20-21.30 Uhr

€ 43,80 (erm: € 23,80)

FK1.502 Herr Dr. Patrick Hofmann

10.3.-28.4.22, 16 UStd.

8x Do, 20-21.30 Uhr

€ 43,80 (erm: € 23,80)

SCHAUSPIEL

Das Theater ist ein gesellschaftlicher Ort des Ausprobierens und des Austestens: Wer bin ich, was kann ich sein und wie kann ich das überzeugend darstellen? In fiktiven Räumen handeln die Schauspielerinnen und Schauspieler und erfahren im so genannten „Als Ob“ verschiedene Situationen. In den Kursen lernen Sie das Handwerk des Schauspiels kennen. Die professionellen Schauspieldozentinnen und -dozenten verfügen über langjährige Erfahrungen im In- und Ausland.

Schauspiel - Grundlagen

Ein Schauspielkurs für Spieler*innen mit und ohne Theatererfahrung

Der Kurs vermittelt - systematisch aufgebaut - die Grundlagen des Schauspiels: Beginnend mit Wahrnehmungs-, Sensibilisierungs- und Schauspielübungen bis hin zu immer komplexer werdenden Improvisationen. Inhalte des Kurses sind unter anderem das Schauspielprinzip „Aufnehmen - Bewerten - Handeln“, Impulse, Emotionen, Fokus, Durchlässigkeit und Intention. Ziel des Kurses ist es, in Kontakt mit sich zu kommen, das eigene Darstellungspotenzial wie Präsenz und Spontaneität zu trainieren und zu erweitern, sowie den bewussteren Umgang mit sich auf der Bühne und im Alltag zu erfahren. Da innerhalb der Übungen und Improvisationen jede/r Teilnehmer*in individuell gefördert wird, ist der Kurs sowohl für Spieler*innen mit und ohne Theatererfahrung geeignet. Auf Basis der Kursinhalte wird im Kompaktkurs eine vorgegebene Miniszene erarbeitet. Im Abendkurs werden in der zweiten Kurshälfte Szenen aus einem literarischen Drama geprobt, um anhand von vorgegebenen Figuren und Situationen motiviertes und bühnenwirksames Handeln zu erlernen. Dieser Kurs ist ein nachhaltiges Trainingsfeld über einen längeren Zeitraum und kann ein Baustein für die Vorbereitung

auf die Aufnahmeprüfung an Schauspielerschulen sein.

FK1.201 Frau Bettine Beer

Kompaktkurs

16.-17.10.21, 16 UStd.

Sa/So, 10-17 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon

€ 51,80 (erm: € 27,80)

FK1.203 Frau Bettine Beer

Abendkurs

4.11.-16.12.21, 36 UStd.

7x Do, 18.30-21.30 Uhr; 1x So, 10-17 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon

€ 112,80 (erm: € 58,80)

FK1.202 Frau Bettine Beer

Kompaktkurs

22.-23.1.22, 16 UStd.

Sa/So 10-17 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon

€ 51,80 (erm: € 27,80)

FK1.204 Frau Bettine Beer

Abendkurs

10.2.-31.3.22, 40 UStd.

8x Do, 18.30-21.30 Uhr; 1x So, 10-17 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon

€ 125,00 (erm: € 65,00)

Pantomime

Einführung in die Mime und Pantomime

Pantomime ist Bewegungstheater, das den Körper als eigenständiges Ausdrucksmittel einsetzt. Im Mittelpunkt des Wochenendes steht eine Einführung in die Bewegungslehre nach Etienne Decroux, Improvisation sowie Übungen mit dem imaginären Objekt. Der Kurs fasst Technik und Improvisation zu einem Thema zusammen. Die Teilnehmer/innen lernen an diesem Wochenende die Grundlagen im Umgang mit den mimischen und pantomimischen Gestaltungsmitteln kennen und erfahren, welche Kompetenzen benötigt werden, diese in der szenischen Arbeit umzusetzen. Bitte

Gymnastikschuhe und bequeme Kleidung mitbringen.

FK1.205 Herr Jörg Brennecke

6.-7.11.21, 15 UStd.

Sa/So, 10-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Aula

€ 48,75 (erm: € 26,25)

FK1.206 Herr Jörg Brennecke

12.-13.3.22, 15 UStd.

Sa/So, 10-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Aula

€ 48,75 (erm: € 26,25)

Bühnenkampf

Einführung in den Bühnenkampf

In der Werkstatt lernen Sie Basistechniken zu verschiedenen Themen aus dem Bereich des Bühnenkampfes kennen. Auf diesen Grundlagen aufbauend, werden Kampfsituationen mit unterschiedlichen Strukturen entwickelt und erprobt.

Den Teilnehmenden eröffnet sich so die Möglichkeit, aus den angebotenen Prinzipien eigene Bühnenkampfszenen zu gestalten und diese Grundlagen gegebenenfalls auf die eigene Bühnenarbeit zu übertragen. Ein körpergerechtes Warm-up leitet die Übungen ein: Fallübungen, Schlag- und Stoßübungen, Stockkampftechniken. Bitte bequeme Kleidung, langärmelige Oberteile, leichte Hallensportschuhe sowie eine Yogamatte o.ä. mitbringen.

FK1.207 Herr Jörg Brennecke

30.-31.10.21, 15 UStd.

Sa/So, 10-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Aula

€ 48,75 (erm: € 26,25)

FK1.208 Herr Jörg Brennecke

5.-6.3.22, 15 UStd.

Sa/So, 10-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Aula

€ 48,75 (erm: € 26,25)

Comedy Acting

Der Sommerkurs

„The secret of being funny? Don't be funny!“ Getreu diesem Motto erlernen die Teilnehmer dieses Kurses aufgesetztes, angestrengt wirkendes „Entertaining“ in authentisches Comedy Acting zu wandeln. In diesem einwöchigen Bildungsurlaub vermittelt Schauspieler und Acting-Trainer Hendrik Martz auf kurzweilige Art wichtiges Wissen für komödiantisches Schauspiel: Comedy-Klassiker werden analysiert, um die Comedy-Techniken zu veranschaulichen. Zudem gilt es, herauszufinden, was eigentlich als lustig wahrgenommen wird, wie Humor auch in dramatischem Kontext funktioniert und worin der Unterschied zwischen geschriebener und improvisierter Comedy steckt. Natürlich bleibt es aber nicht nur bei Theorie – die zwar keineswegs trocken, dennoch aber nur die „halbe Miete“ ist: alle Teilnehmenden haben die Möglichkeit im Spielen einer Szene Comedy-Acting zeitnah und unter professioneller Anleitung auszuprobieren, bzw. zu verbessern. Der Kurs setzt Basiskenntnisse im Bereich Schauspiel voraus.

FK1.209 Herr Hendrik Martz
23.-27.8.21, 40 UStd.
 Mo-Fr, 10-17 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
 € 125,00 (erm: € 65,00)

Clowns

Workshop

Für alle Neugierige und Spaßhungrige, die verrückte Ideen, ungewöhnliche Szenen und Rollen ausprobieren möchten. Eine rote Nase muss nicht unbedingt das charakteristische für Komik sein. Es geht um die Figur und um das Spiel. Wir improvisieren, entwickeln Charaktere und gestalten sie mit Mimik und Körperausdruck.

FK1.210 Frau Barbara Denk
21.-22.5.22, 16 UStd.
 Sa/So, 10-17 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 51,80 (erm: € 27,80)

Theater und Liebe (Onlinekurs)

Ein digitaler Theaterworkshop

„Begierig glaubt die Liebe, was sie wünscht“ Liebe ist der Kern des Theaters. Wir werden mithilfe von Theaterstücken der französischen Klassik das Thema online und spielerisch untersuchen. Wie wird die Liebe in einer Komödie und in einer Tragödie dargestellt? Wie kann man diese(s) Gefühl(e) vor einer Kamera ausdrücken?

Nach der Einführung in ein Theaterstück von Molière und Jean Racine werden Hintergründe und Zusammenhänge gemeinsam analysiert und Dialoge geprobt. Auf der Basis des kreativen Schreibens wird in einer Improvisation ein Monolog erarbeitet und mit Spielszenen präsentiert. Der Kurs öffnet den Blick in die Welt des digitalen Theaters.

FK1.235 Herr Ronan Favereau
1.-3.10.21, 20 UStd.
 Fr, 18-21 Uhr, Sa/So 10-16.30 Uhr
 € 64,00 (erm: € 34,00)

FK1.232 Herr Ronan Favereau
1.-3.4.22, 20 UStd.
 Fr, 18-21 Uhr, Sa/So 10-16.30 Uhr
 € 64,00 (erm: € 34,00)

Theater: Vom Spiel zum Stück

Ein Theaterkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Möchten Sie Ihr schauspielerisches Talent erproben, weiterentwickeln oder herausfinden, ob ein Schauspieler oder Schauspielerin in Ihnen steckt? Im wöchentlichen Theaterkurs schulen Sie Ihre Beobachtungsgabe, lernen Hemmungen abzubauen sowie Körper und Stimme einzusetzen. Die Freude am Spielen steht im Vordergrund. Sie werden von einem erfahrenen Regisseur angeleitet, der, wie Sie, ohne Zeit- und Erfolgsdruck arbeiten und Ihre künstlerische Ausdrucksfähigkeit entwickeln möchte.

FK1.239 Herr Thomas Donndorf
16.9.-16.12.21, 60 UStd.
 12x Do, 13.30-17.30 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 186,00 (erm: € 96,00)

FK1.234 Herr Thomas Donndorf
6.1.-7.4.22, 60 UStd.
 12x Do, 13.30-17.30 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 186,00 (erm: € 96,00)

NACHHALTIG BEWEGEN: THEATER, SPRACHE UND GESELLSCHAFT

Was bedeutet Nachhaltigkeit? Und wie kann man nachhaltig etwas mit dem Theater bewegen? Wie kann man das Klima oder die Verkehrssituation in einem Kiez auf die Bühne bringen? Was verändert sich im Spiel und im Publikum? Wie kann man eine Fremdsprache nachhaltig erlernen? Diesen Fragen können Sie in den nachhaltigen Theaterkursen nachgehen!

Theaterlabor: „Wege aus der Klimakrise“

Ein Theaterworkshop zur Nachhaltigkeit

Die Klimakrise ist nicht länger eine abstrakte Bedrohung. Schon heute sind die Auswirkungen der globalen Erwärmung sichtbar: Wälder brennen, Gletscher schmelzen, Extremwetterereignisse nehmen zu – und viele Menschen haben das Gefühl, dieser Entwicklung tatenlos zuschauen zu müssen. In diesem Theaterlabor wollen wir die Dynamiken der Klimakrise und ihre Auswirkungen auf den Menschen auf der Bühne erkunden. Mit Methoden aus dem Soziodrama, Impro-Theater, Forumtheater, systemischer Aufstellungen oder dem live-Rollenspiel werden wir gemeinsam Wechselwirkungen der Klimakrise szenisch erleb- und erfahr-

bar machen. Statt kognitiver Erkenntnisse und abstrakter Diskurse stehen in diesem Theaterlabor tiefergehende Erlebnisse und Erfahrungen der Teilnehmenden im Mittelpunkt. Die Klimakrise und die damit verbundenen Fragen, Emotionen, Visionen und Ängste der Teilnehmenden werden auf diese Weise zum Gegenstand des gemeinsamen szenischen Erzählens und Erlebens. Ziel des Labors ist es, aus den szenisch-darstellerischen Begegnungen der Akteure gemeinsame Zukunftsvisionen entstehen zu lassen und diese co-kreativ zu erkunden. Vorerfahrungen in einer der oben genannten Techniken oder auf der Bühne sind nicht erforderlich. Die Teilnehmenden werden am ersten Abend über Warm-Ups an das Spiel mit Rollen herangeführt.

FK1.243 Herr Gunnar Will
22.-23.10.21, 12 UStd.
 Fr, 18-21.15 Uhr, Sa 10-16 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 39,60 (erm: € 21,60)

FK1.236 Herr Gunnar Will
1.-2.4.22, 12 UStd.
 Fr 18-21.15 Uhr, Sa 10-16 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 39,60 (erm: € 21,60)

Die Stadt als Bühne

Ein Theaterkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Berlin ist eine Stadt, in der immer etwas passiert, die sich beständig verändert und so zur Bühne kleiner und großer Geschichten wird. Den quirligen Bergmannkiez als Ausgangspunkt nehmend richtet sich dieser Kurs an alle, die Lust am (Theater) Spielen, am Geschichten(er)finden und an der kreativen Auseinandersetzung mit urbaner Umgebung haben, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bei gemeinsamen Erkundungen des Stadtraums wollen wir nach inspirierenden Szenen, Szenerien und Geschichten suchen. Das können Vorgänge auf der Straße, dem Markt oder dem Friedhof sein, Rhythmen der Stadt, aber auch Veränderungsprozesse, etwa hin zur autofreien Stadt. Was ist, wenn Mensch und Natur anders als bisher in Dialog miteinander treten, Alltagsrealitäten sich verformen?

Aus einzelnen Ideen, Schauspiel- und Schreibübungen heraus werden in Gruppen kleine Stücke entwickelt und im Seminarraum umgesetzt. Dabei werden Techniken zur Ausarbeitung von Szenen

und Spielkonzepten ebenso vermittelt wie Grundlagen des Schauspiels und der Inszenierung.

FK1.241 Herr Dr. Johann Reißer
24.9.-17.12.21, 44 UStd.
12x Fr, 13.30-17.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 137,20 (erm: € 71,20)

FK1.240 Herr Dr. Johann Reißer
14.1.-8.4.22, 48 UStd.
12x Fr, 13.30-17.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 149,40 (erm: € 77,40)

FK1.242 Herr Dr. Johann Reißer
29.4.-1.7.22, 36 UStd.
9x Fr, 13.30-17.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 112,80 (erm: € 58,80)

Theatre in English: Devising, Writing and Performing

Language and Culture in Context

In this exciting new course we will dive deep into the process of creating theatre in English! Across 12 weeks you will have the opportunity to develop your theatre making, performing and playwriting skills; build confidence in English; and write and perform your very own monologues and duologues. No prior experience of performing is needed to participate - we will start

gently with fun drama games and exercises to get to know each other and develop our „ensemble“. Then we will progress to exploring characterisation, physical theatre and devising, before we begin to study and stage play scenes and monologues in English. Finally, you will have the chance to write, direct and perform your very own monologues and duologues. Whether you want to develop performance skills, build confidence, write creatively or simply improve your English in a fun way - this is the course for you!

FK1.251 Frau Grace Holme
16.9.-16.12.21, 48 UStd.
12x Do, 18-21 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 149,40 (erm: € 77,40)

FK1.250 Frau Grace Holme
20.1.-7.4.22, 44 UStd.
11x Do, 18-21 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 137,20 (erm: € 71,20)

FK1.252 Frau Grace Holme
28.4.-30.6.22, 36 UStd.
9x Do, 18-21 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 112,80 (erm: € 58,80)

IMPROVISATIONSTHEATER

Das Improvisationstheater ist ein Theater ohne vorgefertigten Text. Die Szenen und Geschichten entstehen im Moment auf der Bühne. In den Kursen lernen Sie die Grundbegriffe und Prinzipien des modernen Improvisationstheaters nach Keith Johnstone kennen. Sie probieren verschiedene Spiele aus und lernen typische Formate wie den Theatersport kennen. Im Vertiefungsbereich können Sie in Held*innengeschichten, die Techniken des Meisnertrainings sowie in die Figurenarbeit eintauchen und Ihre Improvisationsfähigkeiten ausbauen. Alle Kurse sind Flexikurse. Wenn die Häuser der VHS schließen müssen, werden diese Kurse automatisch in einen Onlinekurs überführt.

Grundkurs Improvisationstheater

Ein Theaterkurs für Anfänger*innen

Das Improvisationstheater ist ein Spiel im Moment. Wie gelingt es, sich ohne einen fertigen Text vor eine Gruppe zu wagen und sich auf ein spontanes Handeln mit einem Gegenüber einzulassen? Der Kurs zeigt, wie das funktionieren kann. Er richtet sich an alle Menschen, die das Handwerk der Improvisation einmal ausprobieren und Schritt für Schritt erlernen wollen. Es werden Spiele und Übungen ausprobiert, um gemeinsam im Spiel eine Geschichte zu entwickeln, und auch, um lustvoll scheitern zu können, wobei immer auch die Spiel-

angebote der anderen SpielerInnen angenommen werden. Der Kurs setzt keine Vorkenntnisse voraus.

FK1.211 Herr Georg Weisfeld
13.9.-13.12.21, 48 UStd.
12x Mo, 18-21 Uhr
Ellen-Key-Gesamtschule,
Rüdersdorfer Str. 20-27, Gymnastikraum
€ 149,40 (erm: € 77,40)

FK1.212 Herr Georg Weisfeld
10.1.-4.4.22, 48 UStd.
12x Mo, 18-21 Uhr
Ellen-Key-Gesamtschule,
Rüdersdorfer Str. 20-27, Gymnastikraum
€ 149,40 (erm: € 77,40)

FK1.214 Herr Georg Weisfeld
25.4.-4.7.22, 40 UStd.
10x Mo, 18-21 Uhr
Ellen-Key-Gesamtschule,
Rüdersdorfer Str. 20-27, Gymnastikraum
€ 125,00 (erm: € 65,00)

Improvisationstheater nach Keith Johnstone

Workshop für Anfängende und Fortgeschrittene

Mit Leichtigkeit und Spaß vermittelt dieser Kurs die Grundlagen des Improvisationstheaters nach Keith Johnstone. Die Teilnehmer lernen bekannte und neue Spiele aus dem Theatersport kennen. Teilnehmende

Alle in einem Boot - oder ein Shanty für alle (Onlinekurs)

Ein digitaler Theaterworkshop

Woher komme ich, wohin gehe ich? Gemeinsam gehen wir auf eine biographische Spurensuche. Dabei leiten uns Redewendungen aus der Seefahrt, die aufs Engste mit der deutschen Sprache verbunden sind und sinnbildlich für die Sehnsucht und Hoffnung stehen, die uns täglich antreibt. Mit kreativem Schreiben, Improvisation, chorischen Übungen und Erzähltechniken verweben wir biographische Elemente zu einem einzigen performativen rhythmischen Sprechgesang oder seemännisch gedacht: Shanty. Hier findet jeder seine eigene Stimme und bleibt doch Teil eines Ganzen. Das Angebot, das von der Theaterpädagogin und Dozentin für Deutsch Fremdsprache Frauke Bökelmann begleitet wird, richtet sich an Teilnehmende, die an künstlerischem Ausdruck Freude haben und kreative Wege suchen, in die deutsche Sprache tiefer einzutauchen oder einfach Lust haben, auf außergewöhnliche Weise mit anderen Menschen zu interagieren. Es wird das abgeschlossene Sprachniveau Deutsch B2 vorausgesetzt.

FK1.237 Frau Frauke Bökelmann
11.-15.10.21, 20 UStd.
Mo-Fr, 10-13.15 Uhr
€ 64,00 (erm: € 34,00)

mit Vorkenntnissen können ihre Fertigkeiten vertiefen und noch den einen oder anderen Kniff kennen lernen. Teilnehmer ohne Vorkenntnisse bekommen einen Eindruck, was die Magie des spontanen Spiels ausmacht. Der Kurs wird abgerundet durch leichte Lockerungsübungen für Körper und Stimme.

FK1.213 Frau Carola Neitzel
25.-26.9.21, 12 UStd.
Sa/So, 11-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 39,60 (erm: € 21,60)

FK1.216 Frau Carola Neitzel
30.4.-1.5.22, 12 UStd.
Sa/So, 11-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 39,60 (erm: € 21,60)

Theatersport - Improvisationstheater für Fortgeschrittene

Der methodische Ansatz von Keith Johnstone ermöglicht Kreativität, Phantasie und Spontaneität zu entfalten. Durch verspielte und humorvolle Übungen wird das Selbstvertrauen in den eigenen darstellerischen Ausdruck gestärkt. Kursinhalte: Leichtes Körpertraining mit Lockerungsübungen für Körper und Stimme, Theatersportspiele und Übungen nach Johnstone, frei improvisierte Szenen nach Vorgaben und Rollenarbeit.

FK1.215 Frau Carola Neitzel
25.10.-13.12.21, 32 UStd.
 8x Mo, 18-21 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
 € 100,60 (erm: € 52,60)

FK1.215a Frau Carola Neitzel
29.10.-17.12.21, 32 UStd.
 8x Fr, 18-21 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 100,60 (erm: € 52,60)

FK1.220 Frau Carola Neitzel
25.4.-20.6.22, 32 UStd.
 8x Mo, 18-21 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
 € 100,60 (erm: € 52,60)

FK1.220a Frau Carola Neitzel
29.4.-1.7.22, 36 UStd.
 9x Fr, 18-21 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 112,80 (erm: € 58,80)

FK1.218 Frau Carola Neitzel
17.1.-21.3.22, 32 UStd.
 8x Mo, 18-21 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
 € 100,60 (erm: € 52,60)

FK1.218a Frau Carola Neitzel
14.1.-25.3.22, 40 UStd.
 10x Fr, 18-21 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 125,00 (erm: € 65,00)

Bühnenfiguren im Improvisationstheater

Workshop

Bühnenfiguren im Improvisationstheater für Anfängende und Fortgeschrittene
 Dieser Kurs vermittelt Techniken nach Keith Johnstone, wie man sich in ganz unterschiedliche Bühnenfiguren verwandeln kann. Der Fokus liegt auf frei improvisierten Szenen und Szenen nach Vorgaben. Die Teilnehmer lernen eine Bühnenfigur facettenreich und authentisch zu gestalten. Je präziser die Figur ausgestaltet wird, desto schlüssiger ergibt sich daraus ihr Handeln und die ganze Geschichte. Der Kurs wird abgerundet durch leichte Körper- und Stimmübungen für Schauspieler.

FK1.217 Frau Carola Neitzel
20.-21.11.21, 12 UStd.
 Sa/So, 11-16 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
 € 39,60 (erm: € 21,60)

FK1.222 Frau Carola Neitzel
7.-8.5.22, 12 UStd.
 Sa/So, 11-16 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 39,60 (erm: € 21,60)

Von Heiligen, Vamps und Schurken: Charaktere für das Improtheater (Onlinekurs)

Workshop für Fortgeschrittene

„Eigentlich bin ich ganz anders, ich komm nur viel zu selten dazu“
 Der Fokus in diesem Kurs liegt auf der klassischen Rollenarbeit und der Erarbeitung von einem oder mehreren Charakteren, mit denen die Spieler*innen improvisieren können. Mit Methoden nach Johnstone, Stanislawski und Strasberg lernen die Teilnehmer*innen glaubhafte und lebendige Figuren darzustellen. Wir widmen uns der körperlichen und sprachlichen Gestaltung einer Figur, der Rollenbiographie und dem Status. Die improvisierte Story zu finden, fällt umso leichter, je klarer der Charakter gefühlt und gespielt wird - nach dem Motto „Hast Du den Charakter - hast Du die Story“. Wir werden im Kurs die folgenden zwei wichtigen Konzepte der Schauspielkunst praktisch anwenden lernen: Verschmelzen von Spieler*in und Rolle (Einfühlung) und Offenlegen der Distanz von Spieler*in und Rolle (Demonstration).
 Die online-Durchführung des Kurses ermöglicht uns das Spiel mit persönlichen Gegenständen und Kleidungsstücken als Requisite und Kostüm, um in einer Rolle auch ganz andere ungewohnte Seiten an uns zum Vorschein zu bringen. Ob Heiliger, Vamp oder Schurke, alles ist möglich und darf mit viel Spielfreude auf der online-Bühne mit den Mitspieler*innen ausprobiert werden.

FK1.217a Frau Carola Neitzel
9.9.-16.12.21, 45 UStd.
 15x Do, 19-21.15 Uhr
 € 140,25 (erm: € 72,75)

FK1.224 Frau Carola Neitzel
6.1.-7.4.22, 42 UStd.
 14x Do, 19-21.15 Uhr
 € 131,10 (erm: € 68,10)

FK1.226 Frau Carola Neitzel
28.4.-30.6.22, 27 UStd.
 9x Do, 19-21.15 Uhr
 € 85,35 (erm: € 44,85)

Improvisationstheater: Leap Forward - Mit beherzten Schritten nach vorn

Der Bildungsurlaub für Anfängende und Fortgeschrittene

Der Kurs vermittelt einen kompakten Einblick in die Grundlagen des Improvisationstheaters nach Keith Johnstone. Die Philosophie besteht darin, Angebote zu akzeptieren, sich für Neues zu öffnen, heiter zu scheitern und seine eigene Komfortzone immer wieder zu verlassen. Die TeilnehmerInnen lernen Übungen aus der angewandten Improvisation kennen, die sie in ihrer Arbeitswelt unter anderem für folgende Themen einsetzen können: Kommunikation und Körpersprache, Kooperation im Team und das Spiel mit dem Status. Teil-

nehmerInnen mit Vorkenntnissen können ihre Fertigkeiten vertiefen und noch zu individuellen beruflichen Herausforderungen den einen oder anderen Kniff kennen lernen. Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse bekommen einen Eindruck, was die Magie des spontanen Spiels ausmacht. Der Kurs wird abgerundet durch Stimm- und Sprechübungen sowie Lockerungsübungen für den Körper, um sich erfolgreich im Beruf zu präsentieren.

FK1.307 Frau Carola Neitzel
16.-20.8.21, 40 UStd.
 Mo-Fr, 10-17 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
 € 125,00 (erm: € 65,00)

FK1.600 Frau Carola Neitzel
31.1.-4.2.22, 40 UStd.
 Mo-Fr, 10-17 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
 € 125,00 (erm: € 65,00)

Meisner-Technik: Eine Schauspieltechnik für das Improvisationstheater

Workshop

Sanford Meisner war davon überzeugt, dass Schauspieler*innen darin trainiert werden können, einander wirklich zuzuhören, sich zu öffnen und davon ausgehend Momente auf der Bühne oder vor der Kamera wirklich miteinander leben können, anstatt dies nur vorzugeben. Die Technik ermöglicht es, SchauspielerInnen, frei von intellektuellen Prozessen, spontan und intuitiv mit dem Partner in Kontakt zu treten. Das Training schult das Zuhören und befähigt die SchauspielerInnen in eine impulsbasierte Beziehung mit den PartnerInnen zu erleben. Die TeilnehmerInnen werden in die Grundübung der Meisner-Technik, die Repetition, eingeführt und lernen die Herangehensweise von Sanford Meisner an das Training von SchauspielerInnen kennen.

FK1.219 Herr Hendrik Martz
12.-14.11.21, 20 UStd.
 Fr, 18-20.15 Uhr, Sa/So, 10-17 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
 € 64,00 (erm: € 34,00)

FK1.223 Herr Hendrik Martz
2.-6.8.21, 40 UStd.
 Mo-Fr, 10-17 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 125,00 (erm: € 65,00)

FK1.228 Herr Hendrik Martz
4.-6.3.22, 20 UStd.
 Fr 18-20.15 Uhr, Sa/So 10-17 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
 € 54,00 (erm: € 29,00)

Mit Held*innen reisen: Eine Geschichte improvisieren

Workshop

Eine Heldengeschichte ist eine Langform in der Improvisation. In ihr treten auf: Held, Mentor, Schwellenhüter, Trickster und noch

einige weitere Figuren. Was zeichnet diese meist männlichen Archetypen aus? Und was machen sie für Erfahrungen im Spiel? Was passiert, wenn aus dem Held eine Heldin wird und aus dem Trickster eine Tricksterin? Im Workshop lernen wir spielerisch das Personal einer Held- oder Heldinnengeschichte kennen. Wir sehen die Welt mit ihren Augen und loten ihre Grenzen aus. Am Ende bewegen wir uns in den Figuren durch die typischen Stadien einer Heldenreise: Eine Held*in bricht auf in die Fremde und kehrt am Ende gewandelt zurück. Doch was liegt dazwischen? Damit werden wir uns im Kurs beschäftigen. Grundkenntnisse in der Improvisation sind in diesem Kurs notwendig, um dem Format genügend Aufmerksamkeit widmen zu können.

FK1.231 Herr Jonas Fischer
2.-3.10.21, 15 UStd.
 Sa/So, 10-16 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
 € 48,75 (erm: € 26,25)

FK1.230 Herr Jonas Fischer
2.-3.4.22, 15 UStd.
 Sa/So, 11-16 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
 € 48,75 (erm: € 26,25)

Queere Held*innen: Eine Geschichte improvisieren II

Workshop

Aufbauend auf dem ersten Wochenendworkshop zur Held*innengeschichte gehen wir nun gemeinsam einen Schritt weiter: Wie verändern sich die Geschichten, wenn die Held*innen mit queeren Figuren besetzt werden? Ein Wochenendworkshop, der über Grenzen geht und der zu einem Improvisieren der Vielfalt führt. Im Workshop lernen wir spielerisch neue Facetten des bereits bekannten Personals einer Held*innengeschichte kennen. Wir sehen die Welt mit ihren Augen und loten ihre Grenzen aus.

Am Ende bewegen wir uns in den Figuren durch die typischen Stadien einer Held*innenreise.

FK1.233 Herr Jonas Fischer
18.-19.9.21, 15 UStd.
 Sa/So, 11-16 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 48,75 (erm: € 26,25)

ERZÄHLEN

Wie erzählt man eine gute Geschichte? Wie muss eine Geschichte aufgebaut sein, damit ein Spannungsbogen entsteht? Und mit welchen Mitteln kann eine Geschichte so erzählt werden, dass das Gegenüber davon berührt wird? In den Kursen lernen Sie praktische Antworten auf diese Fragen kennen. Alle Kurse sind Flexikurse. Wenn die Häuser der VHS schließen müssen, werden diese Kurse automatisch in einen Onlinekurs überführt.

Einführung in die Kunst des Erzählens

Workshop

Die Kunst des freien Erzählens ist erlernbar und verzaubert Zuhörende wie auch Erzählende zugleich. Märchen, Mythen, Sagen und Schwänke (auch aus unserem Leben) wollen erzählt und gehört werden; und das spannend, mitreißend, geheimnisvoll und lebendig. Ein ganzes Wochenende wollen wir dem Erzählen widmen. Wie kann ich eine Geschichte verinnerlichen? Welche Bilder entstehen? Welche Klänge? Frei vom Text zelebrieren wir die Tradition der Mündlichkeit und erarbeiten mit verschiedenen Methoden der Erzählpädagogik Geschichten mit ihren dramatischen Höhepunkten und Wendungen. Durch theaterpädagogischen Übungen, Bewegungs- und Stimmtraining können die TeilnehmerInnen ihre individuellen Ausdrucksmöglichkeiten erweitern und sie im geschützten Rahmen der Gruppe ausprobieren.

FK1.301 Frau Nicola Knappe
24.-26.9.21, 20 UStd.
 Fr, 18-21 Uhr, Sa/So, 10-17 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 64,00 (erm: € 34,00)

FK1.303 Frau Nicola Knappe
29.-31.10.21, 20 UStd.
 Fr, 18-21 Uhr, Sa/So, 10-17 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.03, R.08
 € 64,00 (erm: € 34,00)

FK1.304 Frau Nicola Knappe
11.-13.2.22, 20 UStd.
 Fr, 18-21 Uhr, Sa/So, 10-17 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
 € 64,00 (erm: € 34,00)

FK1.306 Frau Nicola Knappe
6.-8.5.22, 20 UStd.
 Fr, 18-21 Uhr, Sa/So, 10-17 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 202
 € 64,00 (erm: € 34,00)

Geschichten aus der großen Stadt

Wie bringt man etwas Erlebtes auf den Punkt? Wie erzählt man eine Geschichte? Und wie präsentiert man einen Gedankengang so, dass das Gegenüber ihn auch versteht? Geschichten erzählen ist ein Ordnungsprozess. Es sortiert unsere Erlebniswelt in das, was wir erinnern wollen und das, was weggang. Die Schriftstellerin Lea Streisand erzählt seit Jahren Geschichten aus der großen Stadt in ihrer Kolumne „War schön jehwesen“ auf Radio Eins, schreibt für verschiedene Zeitungen, trat lange mit ihren Texten vor allem auf Lesebühnen und Poetry Slams auf und hat bereits mehrere Romane und Erzählbände veröffentlicht. Ein Kurs für alle, die gern erzählen, Texte schreiben und die Scheu vor öffentlichen Auftritten ablegen wollen. Am Ende des Kurstages gibt es individuelle Schreibaufgaben, für die Zeit eingeplant werden sollte.

FK1.305 Frau Lea Streisand
9.-13.8.21, 40 UStd.
 Mo-Fr, 9-15.15 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula, Pavillon
 € 125,00 (erm: € 65,00)

FK1.308 Frau Lea Streisand
7.-11.2.22, 40 UStd.
 Mo-Fr, 9-15.15 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 125,00 (erm: € 65,00)

THEATER SEHEN LERNEN

Ein Abend im Theater kann erfrischen, neue Perspektiven eröffnen aber auch langweilen und ermüden. Woran macht sich ein solches ästhetisches Urteil fest? Ist es die Regiehandschrift, das Bühnenbild oder die Schauspielweise? Die Kurse geben Ihnen Einblick in die ästhetische Praxis der Berliner Theater. Dabei entwickeln Sie in der Gruppe eine Kompetenz, über aktuelle Inszenierungen zu sprechen und einen eigenen ästhetischen Standpunkt zu vertreten.

Theater & Gesellschaft: Sehen, spielen, denken

Eine Workshopreihe in der Berliner Theaterlandschaft

Theater kann man aktiv sehen lernen! In einem produktiven Austausch lernen Sie einen Teil der Theaterlandschaft in Berlin kennen und setzen sich mit aktuellen gesellschaftlichen und ästhetischen Positionen von unterschiedlichen Häusern auseinander. Theater ist keineswegs gleich

Theater! Was unterscheidet die Theater? Gibt es eine eigene Spielweise, bestimmte Themen oder Herangehensweisen? Was sind die Fragen, die ein Theater in der heutigen Zeit bewegt? Sie werden ganz unterschiedliche Häuser in Berlin kennen lernen. Das kann auch ein Jugendtheater, ein Opernhaus oder ein kleines Theater am Rande der Stadt sein. Lassen Sie sich überraschen! Nach einem Einführungsworkshop besuchen Sie vier Vorstellungen. Sie werden durch TheaterpädagogInnen aktiv vor- oder nachbereitet. Ganz am Ende werden Sie in einem Tagesworkshop die Positionen, Perspektiven und Fragen der Theaterbesuche und -workshops zusammentragen und eine eigene Form für die aufgeworfenen Fragen finden. Vorkenntnisse im Theater sind nicht erforderlich. Geleitet wird der Kurs von der Theaterpädagogin des Gorki Theaters Astrid Petzoldt in Kooperation den Berliner TheaterpädagogInnen an den Berliner Theatern.

Es gibt vier Theaterbesuche, die mit einem Workshop im Theater vor- bzw. nachbereitet werden. Die Treffpunkte werden durch die Dozentin bekannt gegeben. Das erste Treffen findet im Foyer des Berliner Gorki-Theaters statt. Die Kosten für die vier Theaterkarten sind im Entgelt enthalten. Die Termine der Theaterabende können sich unter Umständen noch verschieben.

FK1.401 Frau Astrid Petzoldt
9.9.-27.11.21, 42 UStd.

5x Do, 18-23.15 Uhr und 1x Sa, 10-18 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 150,00 (erm: € 97,50)

FK1.402 Frau Astrid Petzoldt
13.1.-26.3.22, 42 UStd.

5x Do, 18-23.15 Uhr; 1xSa, 10-17.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 150,00 (erm: € 97,50)





© Ebba Dangschat

KULTUR UND GESTALTEN

Photocentrum - Drehbuch und Film - Musikproduktion und Hörspiel -
Malen, Zeichnen, Mappenkurse - Künstlerische Drucktechnik und
Grafikdesign - Kunsthandwerk und DIY - Textiles Gestalten und Modedesign

Einige unserer Kurse im Programmbereich Kultur und Gestalten sind Flexikurse (siehe Seite 147). Sollte es zu einer Schließung der Häuser für den Publikumsverkehr kommen, werden diese Kurse automatisch in einen Onlinekurs überführt.

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG

Peter Lattermann

Persönliche Beratung nach Vereinbarung

Wassertorstraße 4, Raum 108

Telefon: 22195519

peter.lattermann@ba-fk.berlin.de

Unser Programm wird auch im laufenden Semester ständig ergänzt und erweitert.
Neue Kurse und aktuelle Hinweise finden Sie unter www.vhs-fk.de.



DAS PHOTOCENTRUM DER VHS

Das Photocentrum der VHS Friedrichshain-Kreuzberg steht in einer langjährigen Tradition engagierter, anspruchsvoller Fotografie. Ausgehend von der von Michael Schmidt in der damaligen Volkshochschule Kreuzberg gegründeten Werkstatt für Photographie (1976-1986), findet sich die Haltung zur Fotografie als persönliche, künstlerische Ausdrucksmöglichkeit für alle Teilnehmenden in dem heutigen Programm als zentrales Motiv wieder. Ein erfahrenes Dozententeam von professionellen Fotografen und Fotografinnen vermittelt einen voraussetzungslosen Einstieg in die Digital- und Analogfotografie, wobei nicht die pure Technikvermittlung im Vordergrund steht, sondern auch großen Wert auf die Entwicklung eines eigenen ästhetischen Verständnisses der Teilnehmenden gelegt wird. Das Sehen- lernen bedeutet die Schärfung der subjektiven Wahrnehmung, die Verbesserung des eigenen Verständnisses von Bildsprache und der Ausbau der Kompetenzen im Verstehen und Erschaffen von Bildern.

Wir verstehen Fotografie als persönliches Ausdrucksmittel und wollen unsere Teilnehmer und Teilnehmerinnen zu einer aktiven kulturellen Teilhabe befähigen und anregen. Um gemäß den Vorkenntnissen und Interessen eine Orientierung zu bieten, sind unsere Kurse in verschiedene Stufen und Module aufgeteilt. In den Grundkursen I-III werden Grundkenntnisse der Kamertechnik, Laborarbeit und die digitale sowie analoge Bildbearbeitung, aber auch die Erarbeitung fotografischer Themen und die persönliche Auseinandersetzung mit der Fotografie vermittelt und angeregt. Dabei kann man zwischen einer digitalen oder analogen Grundausbildung wählen oder auch beide Kursbereiche besuchen. Die Grundkurse I und II sind auch für Menschen geeignet, die bereits fotografische Vorkenntnisse haben und sich ein fundiertes Basiswissen aneignen möchten.

Die ergänzenden und thematischen Kurse behandeln konkrete Themengebiete, Situationen und Problemstellungen der Fotografie - wie gestalte ich ein Porträt? Welche gestalterischen Möglichkeiten gibt es beim Umgang mit Kunst und Naturlicht? Auch Kurse zu Fotojournalismus und Fotoredaktion sowie kunsthistorische Kurse zur Geschichte der Fotografie sind Teil unseres Angebotes. In diesen Kursen werden meist fotografische Grundkenntnisse vorausgesetzt.

In den Projektkursen wird sich über einen längeren Zeitraum intensiv mit einer Thematik auseinandergesetzt, die Ergebnisse sollen anschließend in einem Ausstellungs- oder Publikationsprojekt präsentiert werden. Die Projektkurse setzen fotografische Kenntnisse und die Bereitschaft zum eigenständigen, künstlerischen und thematischen Arbeiten voraus. Mit dem Besuch der Grundkurse I bis III ist man für das erfolgreiche Arbeiten in einem Projektkurs bestens vorbereitet.

Zum Nachweis einer Weiterbildungsqualifikation ist der Erwerb eines Zertifikats für Fotografie möglich. Das Zertifikat ist kostenlos, wird über Kursteilnahmebescheinigungen nachgewiesen und auf Nachfrage von der Programmbereichsleitung ausgestellt. Der Zeitraum zum Erwerb ist freigestellt. Die Voraussetzung des Zertifikats für Fotografie am Photocentrum der VHS Friedrichshain-Kreuzberg ist die Teilnahme von mindestens je einem Kurs aus den folgenden Bereichen:

- Grundkurs I: digitale oder analoge Fotografie
- Grundkurs II: digitale Bildbearbeitung oder Labortechnik
- Grundkurs III: fotografische Konzeption und serielles Arbeiten
- Kurs zu Theorie und Geschichte der Fotografie
- Projektkurs (3 Teile), abgeschlossen mit einer Ausstellung und/oder einer Publikation

Zu Beginn jedes Semesters wird eine kostenfreie Zertifikats-, Studien- und Projektkursberatung angeboten.

Für weitere Informationen zu den Kursen steht die Programmbereichsleitung gerne telefonisch, per Email oder nach Vereinbarung auch persönlich zur Verfügung:

Peter Lattermann, Wassertorstraße 4, R108/Tel. 2219-5519

peter.lattermann@ba-fk.berlin.de

Die Kursleitungen am Photocentrum:

Erika Babatz Studium der Journalistik in Mexico-City, Master-Abschluss in Ästhetik und Kunsttheorie in Madrid 1992. Danach lebt und arbeitet sie in Madrid und Paris. Seit 2004 in Berlin, arbeitet am Bauhaus Archiv Berlin. Fotografische Ausbildung am Photocentrum, unterrichtet dort seit 2012.

Edith Maria Balk Studium der Erziehungs- und Sozialwissenschaften in Siegen, danach Weiterbildungen im Bereich Design und Gestaltung. Fotografische Ausbildung am Photocentrum 1999-2006, seit 2015 Lehrauftrag an der Hochschule für Technik und Wirtschaft Berlin, unterrichtet am Photocentrum seit 2019.

Ebba Dangschat Studium der Künstlerischen Fotografie bei Prof. Timm Rautert an der Hochschule für Grafik und Buchkunst in Leipzig. Seit 2004 Fotodozentin an der Beuth Hochschule für Technik Berlin und an den Volkshochschulen Friedrichshain-Kreuzberg und Mitte.

Klaus W. Eisenlohr Studium an der HdK Berlin und Abschluss als Meisterschüler bei Prof. Dieter Appelt. Danach Master of Fine Art in Film, Video and New Media an der School of the Art Institute of Chicago. Kuratiert das Medienfestival Directors Lounge in Berlin Lehrtätigkeiten und Stipendien u.a. in Finnland, USA und Schottland. Unterrichtet seit 2008 am Photocentrum.

Prof. Peter Fischer-Piel Studium Visuelle Kommunikation an der HdK, Berlin, Abschluss als Meisterschüler bei Prof. Helmut Lortz. Seit 1983 Lehrtätigkeiten u.a. an der HdK Berlin, Werkstatt für Photographie, Lette-Verein, VHS München. Seit 2004 Professor für Fotografie an der MdH Berlin, der Dekra Hochschule, der HMKW Berlin und derzeit an der SRH hdpk Berlin. Unterrichtet seit 1982 am Photocentrum.

Jens Ake Güldner Studium der Geophysik, Geologie und Geographie in Berlin und Melbourne. Ausbildung zum Videojournalisten an der Medienakademie Berlin. Fotografische Ausbildung am Photocentrum, unterrichtet dort seit 2011.

Sibylle Hoffmann Seit 1980 Teilnahme an Kursen in der Werkstatt für Photographie u.a. bei Ulla Haug. Weitere fotografische Ausbildung bei Michael Schmidt, Dieter Appelt und Gerald Minkoff in Salzburg und Gisela Scheidler in Potsdam. Unterrichtet seit 1986 am Photocentrum.

Ann-Christine Jansson Studium der Kunstgeschichte, Pädagogik und Soziologie an der Universität Stockholm. Fotojournalistin für internationale Zeitungen und Magazine als auch für deutsche Magazine wie Stern, Die Zeit und Der Spiegel. Bildredakteurin bei Svenska Dagbladet, Schweden und taz.die tageszeitung, Berlin. Unterrichtet seit 2000 am Photocentrum.

Dagmar Kolatschny Studium Erziehungswissenschaften, Psychologie und Soziologie an der Freien Universität Berlin. Fotografische Ausbildung am Photocentrum und an der Ostkreuzschule Berlin. 2013 Master of Fine Art Photography at University of Hartford, USA. Unterrichtet seit 2019 am Photocentrum.

Thomas Michalak Studium der Germanistik, Philosophie, Politologie und Kunstgeschichte in Göttingen und Berlin. Fotografische Ausbildung an der Werkstatt für Photographie bei Ulrich Görlich und Wilmar König, später Ulla Haug und Ulla Kelm. Galerist und Mitbegründer des Forums für aktuelle Fotografie Berlin e.V. Unterrichtet seit 1998 am Photocentrum.

David Puntel Studium der Fotografie in Delaware und an der University of California in Berkeley. Seit 1999 experimentelles fotografisches Arbeiten mit Schwerpunkt klassische Techniken des 19. Jahrhunderts. Unterrichtet seit 2011 am Photocentrum.

Oliver S. Scholten 1982-1986 Fotografische Ausbildung an der Werkstatt für Photographie bei Thomas Leuner, Klaus Peter Vouita und Wilmar König, 1983-1985 Ausbildung zum Fotografen am Lette Verein Berlin. Betreiber der AFKA - Atelier für Fotografie und Kunst in Jüterbog. Lehrtätigkeiten seit 1986 u.a. Freie Akademie für Kunst Berlin, Imago-Fotokunst und Photocentrum.

Sigrid Schulze Studium der Kunstgeschichte und Germanistik in Münster, Kopenhagen, Göttingen und Berlin. Gastwissenschaftlerin an der National Gallery of Canada und den National Archives of Canada. Sprecherin der Fachgruppe Fotografie im Landesverband der Museen zu Berlin (1997-2000; 2014-2017). Seit 2019 Co-Leiterin des Mitte Museums. Unterrichtet seit 2018 am Photocentrum.

Studien- und Projektkursberatung

Ein Beratungstermin für Interessierte Menschen an den Projektkursen, für (Wieder) Einsteigende und für Interessierte einer Bewerbung für Ausbildungs- und Studiengänge an Akademien und Hochschulen. Eigene Arbeiten können besprochen und eingeschätzt werden, Interessen, Fähigkeiten und Ziele mit den Möglichkeiten, welche die verschiedenen Ausbildungsstätten bieten abgeglichen werden.

Die Beratung ist kostenlos, bitte reservieren Sie trotzdem über die Kursanmeldung einen Platz.

FK2.001 Herr Klaus W. Eisenlohr
1.9.21, 4 UStd.

1x Mi, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
Entgeltfrei

FK2.002 Herr Thomas Michalak
5.1.22, 4 UStd.

1x Mi, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
Entgeltfrei

ANALOGE FOTOGRAFIE

Die Sinnlichkeit des Materials und eine Entschleunigung der Prozesse: die Rhythmik der analogen Arbeitsweise bietet heute besondere kreative und künstlerische Ansätze.

Das Photocentrum der VHS verfügt über ein voll ausgestattetes analoges Fotolabor mit 14 Arbeitsplätzen für Kleinbild, Mittel- und Großformat. Die professionelle Fototechnik aus den 1960er bis 1990er Jahren wird regelmäßig gewartet und erweitert, so dass in den Kursen ein analoges Arbeiten unter Laborbedingungen möglich ist.

Analoge Fotografie - Schwarzweißfotografie

Fotografie Grundkurs I

Wer sich mit Fotografie beschäftigen möchte, für den bietet gerade die von der modernen Fotoindustrie fast verdrängte, aber inzwischen sich wieder im Aufwind befindende Analogfotografie einen hervorragenden Ansatz. Die technischen Basisfragen sind für beide Bereiche dieselben geblieben und haben ihre Gültigkeit in beiden Bereichen behalten. Sich Zeit nehmen, Sehen lernen, das technisch Gelernte versuchen umzusetzen ohne es gleich auf dem Display kontrollieren zu können, stehen im Vordergrund, denn genau dies schult das

fotografische Vorstellungsvermögen. Und genau das ist die Grundvoraussetzung für alle fotografisch anspruchsvollen Handlungen. Daher ist der Analogbereich auch nach wie vor Basisbestandteil nahezu aller fotografischen Ausbildungen. Das Foto entsteht zuerst im Kopf des Fotografen und dann erst in der Kamera! Dazu gehört Übung. Und Analogfotografie ist zum Anfassen. Die Dunkelkammer der Ort, alles noch einmal zu reflektieren. Dieser analoge SW-Grundkurs ist der ideale Einstieg in ein anhaltend spannendes Medium. Ohne Vorkenntnisse! Alle fotografischen Grundfragen zu Kameras, Kamerafunktionen, Belichtung Filmen, Objektiven und die Einführung in die eigene Laborarbeit werden umfassend behandelt und praktiziert. An Kursleiter ca. 25 € für Material.

FK2.003 Herr Oliver S. Scholten
6.9.-22.11.21, 40 UStd.

5x Mo, 18-21 Uhr Online Fotostudio
5x Mo, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 125,00 (erm: € 70,00)

FK2.005 Herr Oliver S. Scholten
7.9.-23.11.21, 40 UStd.

10x Di, 18-21 Uhr
Alte Feuerwache, Marchlewskistr. 6,
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 125,00 (erm: € 70,00)

FK2.007 Herr Oliver S. Scholten
Tageskurs

22.9.-27.11.21, 40 UStd.
8x Mi 10-13 Uhr, 1x So 11-18 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4
€ 125,00 (erm: € 70,00)

FK2.009 Herr Oliver S. Scholten
24.9.-10.12.21, 40 UStd.

10x Fr 18-21 Uhr
Alte Feuerwache, Marchlewskistr. 6
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 125,00 (erm: € 70,00)

FK2.004 Herr Oliver S. Scholten
10.1.-28.3.22, 40 UStd.

5x Mo, 18-21 Uhr Online Fotostudio
5x Mo, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 125,00 (erm: € 70,00)

FK2.006 Herr Oliver S. Scholten
11.1.-29.3.22, 40 UStd.

10x Di, 18-21 Uhr
Alte Feuerwache, Marchlewskistr. 6,
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 125,00 (erm: € 70,00)

FK2.008 Herr Oliver S. Scholten
Tageskurs

19.1.-30.3.22, 40 UStd.
8x Mi 10-13 Uhr, 1x So 11-18 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4
€ 125,00 (erm: € 70,00)

FK2.010 Herr Oliver S. Scholten
21.1.-8.4.22, 40 UStd.

5x Fr 18-21 Uhr Online Fotostudio
5x Fr 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 125,00 (erm: € 70,00)

FK2.012 Herr Oliver S. Scholten
25.4.-4.7.22, 40 UStd.

10x Mo, 18-21 Uhr
Alte Feuerwache, Marchlewskistr. 6,
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 125,00 (erm: € 70,00)

FK2.014 Herr Oliver S. Scholten
4.5.-6.7.22, 40 UStd.

10x Mi, 10-13 Uhr
Alte Feuerwache, Marchlewskistr. 6
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 125,00 (erm: € 70,00)

Fotografie Grundkurs I: Analoge Fotografie

Die Grundlagen der Fotografie erleben

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen analoger Aufnahme- und Dunkelkammertechnik kennen. Indem Sie zu den Wurzeln der Fotografie zurückkehren, reduzieren Sie Technik sowie unmittelbare Bildkontrolle und gewinnen Zeit zum Hinsehen und Wahrnehmen. „Wer sehen kann, kann auch fotografieren. Sehen lernen kann allerdings lange dauern.“ war ein Werbespruch der Leica AG. Das Gespräch darüber, was wir tatsächlich auf Bildern sehen und empfinden, bildet daher einen weiteren Schwerpunkt des Kurses. Sie lernen Blende, Verschlusszeit, die Entfernungseinstellung und deren Auswirkung auf die Bildgestaltung kennen. Sie entdecken die Qualitäten von Licht, seine Farbe, seine Helligkeit und seinen Kontrast und deren Auswirkung auf Film und Bild. Sie fotografieren in ihrem Alltag oder versuchen sich an einem gemeinsamen Thema. In der Dunkelkammer entwickeln Sie Ihren eigenen Film und stellen einen Kontaktabzug und Vergrößerungen auf Fotopapier her. Evtl. mit Ausstellungsbesuch. An den Kursleiter sind ca. 25 € für Material zu zahlen. Voraussetzungen: Lust die Anfänge Fotografie, das Licht und lichtempfindliche Materialien zu entdecken. Da unser Kurs im Winterhalbjahr stattfindet, brauchen sie etwa 6 Stunden Tagesfreizeit für eigenständiges Fotografieren. Ein Skript, das die Grundstufen 1+2 abdeckt, ist für 15 € beim Kursleiter erhältlich.

FK2.011 Herr Thomas Michalak
18.11.-5.12.21, 44 UStd.

3x Do, 18-21 Uhr, 2x Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4,
Fotolabor, R. 101
€ 135,00 (erm: € 75,60)

Analoge Fotografie - Einführung in die Gestaltungsebene Fotolabor

Fotografie Grundkurs II

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht die Wiederentdeckung des klassischen Fotolabors als kreativer Gestaltungsraum. Viele Fotografie-Liebhaber, die schon im Berufsleben den ganzen Tag am Bildschirm verbringen, wollen dies nun nicht auch noch zuhause bei der Auswahl und Bearbeitung ihrer Bilder. Die Haptik der Laborarbeit, die Ruhe während des Prozesses: das alchemistisch anmutende SW-Verfahren,

bei dem langsam das Bild im Entwickler entsteht, fasziniert und begeistert immer wieder. Der Grundkurs 2 führt, anknüpfend an die Übungen vom Grundkurs 1, in das Handlungsspektrum des SW-Fotolabors mit Bildbearbeitung ein (z.B. Abwedeln und Nachbelichten, den Vergleich und die Entwicklung von niedrig- und höchstempfindlichen Filmen, das Pushen von Filmen, Herstellung von großen Vergrößerungen, das Verwenden von PE- und Baryt-Papier, Multikontrast-contrast Festgradation und verschiedene Entwicklungstechniken bei Papier und Film). Übung ist das Lösungswort auf dem Weg zum gelungenen Abzug, Hektik ist hier fehl am Platz. An den Kursleiter ca. 25 € für Material.

FK2.015 Herr Oliver S. Scholten
8.9.-24.11.21, 40 UStd.

10x Mi, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 129,00 (erm: € 72,00)

FK2.017 Herr Oliver S. Scholten
23.9.-9.12.21, 40 UStd.

10x Do, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 129,00 (erm: € 72,00)

FK2.016 Herr Oliver S. Scholten
12.1.-23.3.22, 40 UStd.

10x Mi, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 129,00 (erm: € 72,00)

FK2.018 Herr Oliver S. Scholten
26.4.-5.7.22, 40 UStd.

10x Di, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 129,00 (erm: € 72,00)

FK2.020 Herr Oliver S. Scholten
28.4.-30.6.22, 40 UStd.

10x Do, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 129,00 (erm: € 72,00)

Analoge Fotografie: Erweiterte Dunkelkammertechnik

Fotografie Grundkurs II

Die Entdeckung der Dunkelkammer als entschleunigter Ort der Bildgestaltung wird in diesem Kurs fortgesetzt. Dabei sollen die Techniken vertieft und um bewusste Kontraststeuerung (Split-Gradation, Abwedeln, Nachbelichten) erweitert werden. Während wir zu Beginn noch mit kunststoffbeschichteten Papieren arbeiten, steht am letzten Wochenende die sorgfältige Ausarbeitung hochwertiger Barythabzüge auf dem Programm. Fotografisch arbeiten Sie mit hohen Empfindlichkeiten und verfügbarem Licht oder niedrigen Empfindlichkeiten und langen Belichtungszeiten. Sie lernen Push- und Pull-Entwicklung kennen und verschiedene Entwicklertypen unterscheiden. Da Ihre eigene fotografische Arbeit im Mittelpunkt steht, wird diese sowohl unter inhaltlichen als auch unter technischen Gesichtspunkten besprochen. Mit Exkursion. Grundkenntnisse in der Dunkelarbeit werden vorausgesetzt. An den Kursleiter

ca. 30 € für Material. Ein Skript, das die Grundstufen 1+2 abdeckt, ist für 15 € beim Kursleiter erhältlich.

FK2.022 Herr Thomas Michalak
10.-27.2.22, 44 UStd.

3x Do 18-21 Uhr, 2x Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 141,60 (erm: € 78,90)

Experimentelle Analog-Fotografie: Fotogramme

Eine Entdeckungsreise in den Ursprung der Fotografie

Die wundersame Welt des Fotogramms ist eine Entdeckungsreise in die Anfangszeit der Fotografie: ein Schattenspiel. Eine Lichtquelle und mehr oder weniger transparente Gegenstände können uns helfen wundersame, geheimnisvolle Bilder zu wiedergeben und gleichzeitig die Bedeutung von Licht, Zeit und Raum in der Fotografie zu verstehen. Wie gelingt es der Fotografie unsere dreidimensionale Welt in eine zweidimensionale Fläche wiederzugeben? Diese einfache aber wesentliche Frage, deren Antwort Grundlage ist, die fotografische Gestaltung zu verstehen, kann mittels eines Schattenspiels beantwortet werden. Dieser Workshop ist für diejenigen gedacht, die sich schon mit der Fotografie beschäftigen, sei es Analog oder Digital. Die praktische Erfahrung des Workshops soll den Teilnehmenden helfen, die Rolle des Lichtes, des Raums, der Zeit und der Bewegung in der Fotografie zu verstehen und diese Erfahrung in ihre weitere fotografische Arbeit einzubeziehen. Es fallen Materialkosten für Papier und Chemie i.H. von ca. 20 € an.

FK2.031 Frau Erika Lorenza Babatz
24.-26.9.21, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr, Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4,
Fotolabor, R. 101
€ 75,00 (erm: € 43,00)

FK2.032 Frau Erika Lorenza Babatz
18.-20.3.22, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr, Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4
Fotolabor, R. 101
€ 75,00 (erm: € 43,00)

FK2.034 Frau Erika Lorenza Babatz
8.-10.4.22, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr, Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4
Fotolabor, R. 101
€ 75,00 (erm: € 43,00)

FK2.036 Frau Erika Lorenza Babatz
27.-29.5.22, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr, Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4
Fotolabor, R. 101
€ 75,00 (erm: € 43,00)

Experimentelle Analog-Fotografie für Fortgeschrittene: Fotogramme

Eine Entdeckungsreise in den Ursprung der Fotografie

Der Kurs richtet sich an interessierte Menschen, die bereits erste Erfahrungen mit experimenteller Fotografie (analog oder digital) sammeln konnten und sich nun verstärkt inhaltlich auseinandersetzen möchten. Eine Lichtquelle und mehr oder weniger transparente Gegenstände können uns helfen wundersame, geheimnisvolle Bilder zu wiedergeben und gleichzeitig die Bedeutung von Licht, Zeit und Raum in der Fotografie zu verstehen. Wie gelingt es der Fotografie unsere dreidimensionale Welt in eine zweidimensionale Fläche wiederzugeben? Diese einfache aber wesentliche Frage, deren Antwort Grundlage ist, die fotografische Gestaltung zu verstehen, kann mittels eines Schattenspiels beantwortet werden. Dieser Workshop ist für diejenigen gedacht, die sich schon mit der Fotografie beschäftigen, sei es Analog oder Digital. Die praktische Erfahrung des Workshops soll den Teilnehmenden helfen, die Rolle des Lichtes, des Raums, der Zeit und der Bewegung in der Fotografie zu verstehen und diese Erfahrung in ihre weitere fotografische Arbeit einzubeziehen. Es fallen Materialkosten für Papier und Chemie i.H. von ca. 20 € an.

FK2.033 Frau Erika Lorenza Babatz
22.-24.10.21, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr, Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4
Fotolabor, R. 101
€ 75,00 (erm: € 43,00)

FK2.038 Frau Erika Lorenza Babatz
17.-19.6.22, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr, Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4
Fotolabor, R. 101
€ 75,00 (erm: € 43,00)

Experimentelle Fotografie: Blaudruck

Bevor es digitale Fotoabzüge (bzw. Fotopapier für Farbabzüge) gab, war Schwarzweiß-Papier auf Silberbasis das Medium zum Drucken von fotografischen Negativen. Noch bevor es dieses Schwarzweißpapier gab, stellte der Fotograf sein eigenes lichtempfindliches Papier her. Er verwendete Materialien wie Silber, Eisen, Salz und Eiweiß. In diesem Kurs werden wir in Handarbeit Fotopapier herstellen und mit der Sonne als Medium Fotoabzüge. Wir werden Cyanotypien (Blaudrucke), Salzdrucke (Viele sagen, sie sind so schön wie Platindrucke) und Albumindrucke (mit Eiweiß hergestellte glänzende Drucke) herstellen und werden einfache Verfahren zur digitalen Erstellung vergrößerter Negative erlernen. Die Resultate dieser Techniken sind einzigartige Abbildungen und Effekte, die mit modernem Silberpapier oder digitaler Drucktechnik nicht reproduziert werden können. Weder eine Kamera noch fotografische Vorkenntnisse sind für die

Kursteilnahme erforderlich. Materialkostenumlage für Papier und Fotochemie an Kursleiter ca. 20 Euro.

FK2.040 Herr David Puntel
25.-27.3.22, 20 UStd.

Fr, 18-21 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 75,00 (erm: € 43,50)

Experimentelle Fotografie: Die Kollodium-Nassplatte

Die Kollodium-Nassplatte ist eine 1850 entwickelte fotografische Platte, die als Ambrotypie oder durch ein Negativ-Verfahren eine Fotografie erzeugt. Durch die relativ einfache Verfahrensweise war die Nassplatte schnell bei Reise- und Portraiffotografen sehr beliebt und prägt die Ästhetik klassischer Portraits- und Naturaufnahmen des frühen 20. Jahrhunderts. In diesem Kurs werden Glas-Positive hergestellt und der Einfluss der verschiedenen Chemikalien auf das Bild diskutiert. Mit historischen Kameras und Objektiven werden Ambrotypie Portrait- und Naturaufnahmen auf Kollodium-Nassplatten erstellt, welche dann auf modernes Schwarzweiß Fotopapier belichtet werden. Materialkostenumlage an Kursleiter ca. 30 Euro.

FK2.042 Herr David Puntel
20.-22.5.22, 20 UStd.

Fr, 18-21 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 75,00 (erm: € 43,50)

SW-Experimente mit Porträtfotografie

Dieser Laborkurs führt an experimentelle Möglichkeiten der Dunkelkammer heran. Bilder (Negative) zum Thema Portrait sollten schon vorliegen, können aber noch in den ersten Kurstagen erstellt werden. Im SW-Labor waren schon längst Bildmontagen und Compositing möglich, bevor sie durch die digitale Bildbearbeitung populärer wurden. Gleichzeitig ermöglicht die Arbeit mit dem analogen Bild (oder auch die Vermischung von analog und digitaler Technik) „organische“ Bildlösungen die sich durch einen eigenen Prozess auszeichnen, statt durch Spielen mit vorgegebenen digitalen Filtern. Das Portrait eignet sich hier besonders, es kann verfremdet und „entpersonalisiert“ werden, oder mit Bildsymbolen aufgeladen oder durch Bildeffekte sogar zu einer verstärkten Charakterisierung gebracht werden. Themen der praktischen Arbeit werden sein: partielle Kontrastverstärkung, Compositing, Montage mit Inter-Negativ und Inter-Positiv sowie Kombination von Photogramm und Negativ-Belichtung. An den Kursleiter ca. 20 € für Übungsmaterial und Chemie. Fotopapier für die eigenständige Arbeit muss selbst besorgt werden.

FK2.044 Herr Klaus W. Eisenlohr
3.6.-1.7.22, 40 UStd.

4x Fr, 18-21 Uhr,
2x Sa, 11-18 Uhr, 1x So 11-18 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor/R101
€ 129,00 (erm: € 72,00)

Eine Nummer größer - Das Mittelformat in der Analogfotografie Wochenend-Workshop im AFKA Atelier Jüterbog

Das Mittelformat in der Analogfotografie wird oft als Grenze zwischen dem sogenannten Amateur- und Gelegenheitsfotografen und dem ambitionierten Semiprofi oder professionellen Fotografen beschrieben, das macht sich z.B. am erheblich höheren Preis der Geräte bemerkbar. Doch unabhängig davon, dass jeder Kameratyp nur jeweils ein geeignetes oder eben ungeeignetes Werkzeug sein kann um Aufträge oder Ideen umzusetzen, bietet die Mittelformatfotografie ganz eigene technisch-qualitative sowie auch lern- und fotografisch-ästhetische Besonderheiten, denen wir in diesem Wochenendworkshop auf den Grund gehen werden.

Wer eine eigene Mittelformatkamera besitzt bringt diese mit, ansonsten werden Kameras für dieses Wochenende gestellt. Zu Beginn des Workshops findet eine technische Einführung statt, es ist also kein Vorwissen notwendig. Fotografische Grundkenntnisse sind aber Voraussetzung (z.B. Grundstufe 1 oder 2). Es werden jeweils 1-2 Filme auf einer kleinen Exkursion fotografiert und zusammen entwickelt und die Kontaktabzüge ergestellt, um die Bilder zu besprechen. Der Kurs ist ein Schwarzweiß-Workshop. Einfache Indoor-Campingübernachtung stehen im Atelier zur Verfügung, alternative Übernachtungsmöglichkeiten sind im Ort vorhanden. Weitere Informationen finden Sie in der VHS Cloud unter dem Kurscode 612537@berlin.vhs.cloud. Kursort: AFKA - Atelier für Fotografie und Kunst im Alten Amtsgericht, Schillerstr. 55-57, 14913 Jüterbog. Vom Berliner Hauptbahnhof oder Südkreuz erreicht man Jüterbog in ca. 50 min, Züge fahren stündlich bis spät in die Nacht. Mit dem Auto ist Jüterbog über die B101 oder die A115 erreichbar.

FK2.047 Herr Oliver S. Scholten
4.-5.9.21, 16 UStd.

Sa/So 11-18 Uhr
AFKA Atelier Jüterbog
€ 49,99 (erm: € 26,50)

Arbeiten im Fotolabor: Einführungskurs Filmentwicklung Analoge Schwarzweiß-Fotografie - der Negativprozess

Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, unter sachkundiger Anleitung SW- Filme selbst zu entwickeln und sie hinsichtlich ihrer Qualität beurteilen zu lernen. Was ist ein gutes Negativ? Warum selbst entwickeln? Wie mache ich das einfach zu hause? Warum ist selbstgemacht besser, als weggegeben? Antworten auf all diesen Fragen bekom-

men Sie in diesem Kurs. Keine Vorkenntnisse notwendig, bitte belichtete SW-Filme gängiger Marken, Ilford, Agfa, Fuji, Kodak, Foma mitbringen (Kein Kodak CN, Ilford XP2 o.ä.) Bitte pro Person max. 4-6 Filme, möglichst nicht mehr als 2-3 verschiedene Marken oder Typen. An Kursleiter ca. 10 € für Material.

FK2.049 Herr Oliver S. Scholten
18.-19.9.21, 16 UStd.

1x Sa/So, 11-18 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 59,00 (erm: € 33,40)

FK2.050 Herr Oliver S. Scholten
29.-30.1.22, 16 UStd.

1x Sa/So, 11-18 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 59,00 (erm: € 33,40)

Arbeiten im Fotolabor: Einführungskurs Arbeiten mit dem Vergrößerer

Analoge Schwarzweiß-Fotografie - der Positivprozess

Der Kurs bietet eine generelle Einführung in den analogen Positivprozess für Anfänger oder für Fortgeschrittene die Möglichkeit, unter sachkundiger Anleitung im großen SW-Labor der VHS vorhandene Negative zu vergrößern und sich hinsichtlich der technischen und gestalterischen Möglichkeiten von SW-Vergrößerungen beraten zu lassen. Bitte fertige, eigene Negative (SW!) mitbringen. Ob Anfänger oder Fortgeschrittene, Bilder vergrößern zu lernen heißt üben, üben, üben... An Kursleiter ca. 18 € für Material.

FK2.051 Herr Oliver S. Scholten
30.-31.10.21, 16 UStd.

1x Sa/So, 11-18 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 59,00 (erm: € 33,40)

FK2.052 Herr Oliver S. Scholten
19.-20.2.22, 16 UStd.

1x Sa/So, 11-18 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 59,00 (erm: € 33,40)

Analoge Fotowerkstatt

Offene Werkstatt mit Beratung und Hilfestellung

Einmal im Monat steht unser analoges Fotolabor für Arbeiten an eigenen Projekten und zum Ausprobieren und Üben für alle Interessierte Fotografierende zur Verfügung. Es besteht die Möglichkeit der fachkundigen Beratung und Hilfestellung durch eine Lehrkraft. Fotopapier bitte mitbringen, es kann nur in begrenztem Umfang vor Ort erworben werden. Materialkosten werden nach Verbrauch vor Ort berechnet (ca. 3 € für Chemie plus ggf. Fotopapier). Dieser Kurs ist eine Positiv-Laborwerkstatt zum selbständigen Arbeiten. Eine Einführung in den Positivprozess oder zur Negativentwicklung bieten wir in den Einführungskursen „Filmentwicklung“ bzw. „Arbeiten mit dem Vergrößerer“ an.

FK2.055-A Herr Oliver S. Scholten
21.8.21, 6 UStd.Sa, 14-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 15,90**FK2.055-B** Herr Oliver S. Scholten
9.10.21, 6 UStd.Sa, 14-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 15,90**FK2.055-C** Herr Oliver S. Scholten
6.11.21, 6 UStd.Sa, 14-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 15,90**FK2.055-D** Herr Oliver S. Scholten
11.12.21, 6 UStd.Sa, 14-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 15,90**FK2.056-A** Herr Oliver S. Scholten
22.1.22, 6 UStd.Sa, 14-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 15,90**FK2.056-B** Herr Oliver S. Scholten
5.2.22, 6 UStd.Sa, 14-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 15,90**FK2.056-C** Herr Oliver S. Scholten
12.3.22, 6 UStd.Sa, 14-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 15,90**FK2.056-D** Herr Oliver S. Scholten
2.4.22, 6 UStd.Sa, 14-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 15,90**FK2.056-E** Herr Oliver S. Scholten
7.5.22, 6 UStd.Sa, 14-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 15,90**FK2.056-F** Herr Oliver S. Scholten
4.6.22, 6 UStd.Sa, 14-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 15,90**FK2.056-G** Herr Oliver S. Scholten
9.7.22, 6 UStd.Sa, 14-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 15,90**DIGITALE FOTOGRAFIE**

Technische Grundkenntnisse, Bildsprache und ein eigenes ästhetisches Verständnis - von derameratechnik bis zu Bildbesprechungen ist in den Grundkursen das Sehen-lernen ein zentraler Inhalt.

Einsteiger und Einsteigerinnen sowie auch Fotografen und Fotografinnen mit Vorkenntnissen lernen und vertiefen in den Grundkursen technische und ästhetische Grundlagen.

Digitale Fotografie - Bildgestaltung mit der Kamera**Fotografie Grundkurs I**

In diesem Kurs lernen Sie die Möglichkeiten der Bildgestaltung mit ihrer Kamera kennen. Neben einem persönlichen fotografischen Standpunkt durch den Bildausschnitt und die Perspektive, gehören dazu Bewegungsunschärfe und Schärfentiefe. Auch Helligkeiten und Farbe können sie in einem bestimmten Maß beeinflussen. Unsere Kurse wollen über konkrete eigenständige Projekte die Möglichkeiten aufzeigen, die digitale Kamera zu erkunden, verstehbar und als persönliches Arbeitsmittel anwendbar zu machen.

Weißabgleich, Auslöseverzögerung, Bildrauschen, Bewegungsunschärfe, Kontrastumfang, Blende und Tiefenschärfe sollen keine abschreckenden Begriffe sein, sondern als mögliche Gestaltungsmittel erkannt werden. Sie lernen technische Grundlagen ihrer Kamera und die Eigenschaften von Licht - dem Rohstoff der Fotografie - kennen. In praktischen Übungen werden sie mit ihrer Kamera vertraut und lernen wichtige von unwichtigen Einstellungen zu unterscheiden. Ebenso wichtig wie dieameratechnik ist das Sehen lernen. Fotos folgen Bildsprachen mit eigener Tradition und Geschichte. Das Gespräch darüber, was wir tatsächlich auf Bildern sehen und empfinden, ist ein daher Schwerpunkt unserer gemeinsamen fotografischen Arbeit. Im Mittelpunkt stehen Ihre Fotos, wir beziehen aber auch die Fotografien bekannter Fotografen mit ein.

Einige unserer Kurse finden als Onlinekurse oder im Blended-Learning Format, einer Mischform aus Präsenz- und Onlineunterricht statt. Für die Dauer aller Kurse stehen Ihnen virtuelle Klassenräume mit zusätzlichem Material und zum Austausch über ihre Bilder auf der Lernplattform vhs.cloud zur Verfügung. Weitere Kosten können für den Druck von Bildern entstehen. Teilnehmende des Kurses können sich in den online-Klassenraum ab ca. eine Woche vor Kursbeginn einloggen. Weitere Informationen zur vhs.cloud und zu den einzelnen Kursen mit den individuellen Schwerpunkten finden Sie unter www.vhs-fk.de.

FK2.059 Frau Edith Maria Balk
11.8.-24.11.21, 40 UStd.10x Di, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 004
€ 135,00 (erm: € 81,00)**FK2.061** Frau Dagmar Kolatschny
31.8.-09.11.21, 40 UStd.9x Di 18-21 Uhr, 1x Sa 10-13 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R.004, R.104
€ 135,00 (erm: € 81,00)**FK2.063** Herr Klaus W. Eisenlohr
Tageskurs, Blended-Learning**22.9.-8.12.21, 40 UStd.**
10x Mi, 10-13 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R.002, R.103
€ 135,00 (erm: € 81,00)**FK2.065** Frau Ebba Dangschat
30.9.-16.12.21, 40 UStd.10x Do 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R.201/R.103
€ 135,00 (erm: € 81,00)**FK2.067** Frau Edith Maria Balk
Kompaktkurs/Bildungsurlaub**1.-5.11.21, 40 UStd.**
Mo-Fr, 09-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 139,00 (erm: € 83,00)**FK2.060** Herr Thomas Michalak
Kompaktkurs/Bildungsurlaub**3.-7.1.22, 40 UStd.**
Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R.101/R.103
€ 139,00 (erm: € 83,00)**FK2.062** Herr Klaus W. Eisenlohr
Blended-Learning**11.1.-5.4.22, 40 UStd.**
10x Di, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4,
R.104/EDV, R.202, online
€ 135,00 (erm: € 81,00)**FK2.064** Herr Peter Fischer-Piel
17.1.-28.3.22, 40 UStd.10x Mo, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R.101/R.103
€ 135,00 (erm: € 81,00)**FK2.066** Herr Thomas Michalak
25.1.-5.4.22, 40 UStd.10x Di, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 101
€ 135,00 (erm: € 81,00)**FK2.068** Herr Klaus W. Eisenlohr
Tageskurs**27.4.-29.6.22, 40 UStd.**
10x Mi, 10-13 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R.201, R.104
€ 135,00 (erm: € 81,00)**FK2.070** Frau Ebba Dangschat
28.4.-23.6.22, 40 UStd.10x Do 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R.201/R.201
€ 135,00 (erm: € 81,00)**FK2.072** Frau Edith Maria Balk
2.5.-11.7.22, 40 UStd.10x Mo, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 004
€ 135,00 (erm: € 81,00)**FK2.074** Herr Klaus W. Eisenlohr
Kompaktkurs/Bildungsurlaub**25.-29.7.22, 40 UStd.**
Mo-Fr, 09-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R.004/R.103
€ 139,00 (erm: € 83,00)

FK2.076 Herr Thomas Michalak
Kompaktkurs/Bildungsurlaub
22.-26.8.22, 40 UStd.
 Mo-Fr, 9-16 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R.101/R.103
 € 139,00 (erm: € 83,00)

DIGITALE BILDBEARBEITUNG

Lightroom, Photoshop sowie weitere Programme bieten umfangreiche Möglichkeiten der Bildbearbeitung, Bildverwaltung und Druckstufenbearbeitung – die Möglichkeiten der digitalen Bildbearbeitung scheinen unbegrenzt.

Doch neben den Kenntnissen die man benötigt um die Programme optimal einzusetzen, sind stets auch inhaltliche und ästhetische Entscheidungen bei der Bearbeitung von Fotos zu treffen. Bildbesprechungen, Analysen sowie kritische Reflexionen der bearbeiteten Fotografien sind daher stets Bestandteil unserer Kurse.

Digitale Fotografie – Bildbearbeitung

Fotografie Grundkurs II

Bildbearbeitung dient der Korrektur kleinerer Aufnahmefehler aber auch der Vorbereitung einer Fotografie für den Ausdruck oder eine digitale Präsentation. Für die Auswahl des richtigen Negativs gilt es eigene Kriterien zu entwickeln, manche sind technischer, andere inhaltlicher Natur. Doch immer ist es zentral, die zur gewünschte Aussage passenden Entscheidungen zu treffen. Anhand gemeinsamer Bildbesprechungen erarbeiten wir unsere Haltungen. Sind die Negative bestimmt, gilt es das Bild gemäß den eigenen Bildvorstellungen weiterzuentwickeln, Kontraste, Farben und Helligkeiten anzupassen. Komposition und Retusche bieten die Möglichkeit darüber weit hinausgehender Bildgestaltung Das Auswählen geschieht auf dem Leuchttisch (digital z.B. in der Bridge, Lightroom oder einem anderen Bildbetrachter), das Entwickeln in der digitalen Dunkelkammer (z.B. Lightroom, Adobe Photoshop oder Affinity Photo). Für das Zusammenstellen von Fotos zu Bildgruppen kann ein Whiteboard Verwendung finden. Nachdem wir uns mit Kriterien zur Bild-Auswahl beschäftigt haben, lernen Sie Grundlagen der Bild-Verwaltung und der Bildbearbeitung kennen.

Einige unserer Kurse finden als Onlinekurse oder im Blended-Learning Format, einer Mischform aus Präsenz- und Onlineunterricht statt. Für die Dauer aller Kurse stehen Ihnen virtuelle Klassenräume mit zusätzlichem Material und zum Austausch über ihre Bilder auf der Lernplattform vhs.cloud zur Verfügung. Weitere Kosten können für den Druck von Bildern entstehen. Teilnehmende des Kurses können sich in den online-Klassenraum ab ca. eine Woche vor Kursbeginn einloggen. Weitere Informatio-

nen zur vhs.cloud und zu den einzelnen Kursen mit individuellen Schwerpunkten finden Sie unter www.vhs-fk.de.

FK2.081 Herr Thomas Michalak
Onlinekurs mit Exkursion
28.9.-14.12.21, 40 UStd.
 10x Di, 18-21 Uhr
 € 135,00 (erm: € 81,00)

FK2.082 Herr Klaus W. Eisenlohr
12.1.-30.3.22, 40 UStd.
 10x Mi, 18-21 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
 € 135,00 (erm: € 81,00)

FK2.084 Herr Klaus W. Eisenlohr
Kompaktkurs/Bildungsurlaub
31.1.-4.2.22, 40 UStd.
 Mo-Fr, 10-17 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
 € 139,00 (erm: € 83,00)

FK2.086 Frau Dagmar Kolatschny
26.4.-5.7.22, 40 UStd.
 9x Di 18-21 Uhr, 1x Sa 15-18 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
 € 135,00 (erm: € 81,00)

FK2.088 Herr Klaus W. Eisenlohr
27.4.-29.6.22, 40 UStd.
 10x Mi, 18-21 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
 € 135,00 (erm: € 81,00)

FK2.090 Herr Klaus W. Eisenlohr
Kompaktkurs/Bildungsurlaub
1.-5.8.22, 40 UStd.
 Mo-Fr, 09-16 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
 € 139,00 (erm: € 83,00)

Das manipulierte Bild (Blended-Learning)

Eine kritische und praktische Auseinandersetzung mit digital bearbeiteten Bildern.

„Mit Photoshop ist alles möglich“ ist ein oft gehörter Spruch, und es gibt neue Software, die es noch einfacher macht, Bildelemente auszutauschen, Portraits, komplett zu verändern oder einfach mit Filtern zu überarbeiten. Dabei entstehen häufig Bilder, die auf den ersten Blick spektakulär, auf den zweiten Blick aber leer und austauschbar sind. In diesem Kurs wollen wir uns anhand von Beispielen aus der Kunst und mit eigenen Strategien dem bearbeiteten Bild nähern. Voraussetzung sind Grundlagen in der Bildbearbeitung und Montage in Photoshop oder ähnlicher Software und Umgang mit der eigenen Kamera, sowie die Lust auf gezielte und spielerische Experimente mit eigenen Bildern. Der Kurs findet als Blended-Learning Kurs statt, dies bedeutet eine Mischung aus Online- und Präsenzterminen. Eine stabile Internetverbindung, ein aktueller Browser und Mikrofon und Kameraverbindung sind Voraussetzung. Weitere Informationen zur vhs.cloud finden Sie unter www.vhs-fk.de.

FK2.094 Herr Klaus W. Eisenlohr
14.1.-18.3.22, 32 UStd.
 4x Fr 18-21 Uhr, 2x Sa 11-18 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
 € 99,00 (erm: € 57,40)

Analog-Digitale Dunkelkammer Negativ-Scan mit der Kamera

In diesem Workshop wird den Aufbau und die Handhabung analoger Negativscans mit einer digitalen Systemkamera oder Spiegelreflexkamera eingeführt. Anschließend wird geeignete Software zur Bearbeitung der gescannten Negative vorgestellt und ausprobiert. Mit einem Makroobjektiv und entsprechender Beleuchtung übertreffen Kameras Auflösung und Geschwindigkeit erhältlicher Negativscanner bei weitem. Da auch Elemente analoger Dunkelkammertechnik und vorhandene Kameratechnik Verwendung finden sind die entstehenden Kosten vergleichsweise gering.

FK2.095 Herr Thomas Michalak
9.-16.12.21, 8 UStd.
 2x Do, 18-21 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R.104/R.107
 € 29,00 (erm: € 17,40)

Lightroom kompakt

Digitale Dunkelkammer und Bildverwaltung mit Lightroom Classic

Lightroom hat sich bei vielen Fotografen schnell als Standard durchgesetzt. Zunächst bietet das Programm den Vorteil, die in Lightroom integrierte Bildverwaltung mit einer schnellen nichtdestruktiven RAW-Bearbeitung zu verbinden. Besonders attraktiv ist Lightroom jedoch auch für Fotografen, denen die Bearbeitung im Photoshop zu aufwändig ist und die eine einfache, professionelle und möglichst direkte Bearbeitungsmethode, für Druck, Web- und Desktop-Publishing suchen. Ohne Montagen, Ebenen und detaillierten partiellen Bearbeitungen kann Lightroom auch als Alternative benutzt werden, um auf einfachem Weg vom „Digitalen Negativ“ zum optimierten Bild zu gelangen. Dazu gehören Optimierung des 16-bit Bildes auf das 8-bit Bild als Zielformat mit Hilfe des Histogramms, Weißabgleich, Kurvenbearbeitung, Farbanpassung, partielle Anpassung mit Verlaufsmaske oder Pinsel, Schwarzweißumwandlung und Färbung mit Duo-Ton, Reduktion von Objektivfehlern und Schärfen. Vorausgesetzt werden grundlegende Computerkenntnisse.

FK2.097 Herr Klaus W. Eisenlohr
2.-5.12.21, 24 UStd.
 Do,Fr 18-21 Uhr; Sa/So, 11-18 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
 € 79,80 (erm: € 48,60)

FK2.098 Herr Klaus W. Eisenlohr
11.-26.2.22, 24 UStd.
 2x Fr 18-21 Uhr, 2x Sa 10-17 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
 € 79,80 (erm: € 48,60)

Farbmanagement und Kalibrierung (Onlinekurs)

Ergänzungskurs digitale Fotografie

Farben werden für verschiedene Medien (Bildschirm, Ausbelichtung, Druck) in ganz unterschiedlicher Weise erzeugt. Jedes Verfahren hat Stärken und Schwächen. Leuchtende, bunte Farben lassen sich z.B. weniger gut drucken, unbunte, dunkle Töne schlecht auf einem Bildschirm wiedergeben. Aber auch Drucke oder Bildschirm-Ansichten können sich stark voneinander unterscheiden. Um die Farben eines Bildes auf unterschiedlichen Medien möglichst ähnlich darstellen zu können, ist ein technisches System, das Farbmanagement, entwickelt worden. In diesem Workshop lernen Sie die Grundlagen und Voraussetzungen für gelungenes Farbmanagement verstehen. Sie erfahren, wie Sie ihren Monitor, ihren Drucker und gegebenenfalls ihren Scanner kalibrieren können, was Farbprofile sind und wie sie eingesetzt werden. In praktischen Übungen beschaffen Sie Profile von Dienstleistern und Druckereien und lernen den Soft-Proof, eine Vorschau des zu erwartenden Ergebnisses auf ihrem Bildschirm kennen. Eine stabile Internetverbindung, ein aktueller Browser und Mikrofon und Kameraverbindung sind Voraussetzung. Weitere Informationen zu vhs.cloud finden Sie unter www.vhs-fk.de.

FK2.101 Herr Thomas Michalak

28.10.-4.11.21, 8 UStd.

2x Do, 18-21 Uhr

€ 29,00 (erm: € 16,00)

Druckvorstufe

Vorbereitung für unterschiedliche Druckverfahren

Für die Präsentation von Fotografie in Ausstellungen gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten in der digitalen Fotografie. Zugleich steigen die Anforderungen durch ganz unterschiedliche Wirkung des digitalen Bildes und auch durch die gewünschte Größe des Exponats. In dem Kurs wollen wir die Druckvorstufe, die Vorbereitung für unterschiedliche Druckverfahren in Photoshop kennenlernen. Wir werden Softproofs für unterschiedliche Drucke mit Hilfe von Farbprofilen erstellen und diese interpretieren. Und wir lernen wie man durch stufenweises Skalieren trotz zu geringer Auflösung ein relativ natürlich wirkendes Bild in Ausstellungsgröße erstellen kann. Vorstellung unterschiedliche Druckverfahren und Trägermaterialien. C-Print (Ausbelichtung) - Edeldruckverfahren (Inkjet) - CMYK Drucke Trägermaterialien, UV-Schutz und Kaschierung Workflow von Camera bis Druck: Tonwertbearbeitung in RAW oder Lightroom, Monitor-Einstellung (ohne Hardware-Kalibrierung), Export nach Photoshop, Einrichten der Druck-Farbprofile für Softproof, Softproof in Photoshop, stufenweises Hochskalieren in Photoshop mit Techniken des Rauschentfernens und Schärfens. Voraussetzungen: Erfahrung mit RAW-Bearbeitung, Grundlagen der

Bearbeitung mit Photoshop (Arbeiten mit Ebenen, Schärfen) und Erfahrung beim Ausbelichten auf Fotopapier (C-Prints).

FK2.103 Herr Klaus W. Eisenlohr

10.-08.10.21, 20 UStd.

3x Fr 18-21 Uhr, 1x Sa 11-18 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV

€ 75,00 (erm: € 45,00)

FORMALE BILDGESTALTUNG UND SERIELLES ARBEITEN

Der sichere Umgang mit dem Fotoapparat und das Beherrschen von Grundlagen der Bildbearbeitung ermöglichen ein inhaltliches Arbeiten an Themen und Ideen.

Ob Digital oder Analog, die konzeptionelle Arbeit an Bildserien und die Entwicklung einer individuellen formalen Bildsprache ermöglichen die künstlerische und kreative fotografische Umsetzung von eigenen Ideen und Vorstellungen sowie eine vertiefte Auseinandersetzung mit den ästhetischen und formalen Möglichkeiten von Fotografie.

Die Sprache der Bilder:

Fotografische Konzeptionen (Onlinekurs)

Fotografie Grundstufe III

Was ist ein gutes, was ein schlechtes Bild? Gibt es diese Kategorien überhaupt, oder ist nicht alles Geschmack? Wie beurteile ich Bilder richtig? Der Kurs gibt eine Leitlinie außerhalb nur rein technischer Diskussionen und soll die Teilnehmer befähigen, Fotografie unter verschiedenen Blickwinkeln zu betrachten. Bekannte und unbekannte Fotografen werden mit ihren Werken vorgestellt und besprochen. Das geht nicht nur die eigene Bildkompetenz im Betrachten von Fotografie, sondern beflügelt auch das eigene fotografische Denken und Handeln. Grundzüge des Bildaufbaus und der Bildgestaltung werden ebenso vermittelt wie verschiedene Herangehensweisen und Strategien. Fotografie ist nicht gleich Fotografie. Ein gemeinsamer Ganztagsausflug mit fotografischer Aufgabe und nachfolgender Auswertung ist Bestandteil des Kurses. Es empfiehlt sich also schon einmal einen Sonntag zu reservieren (Termin wird zu Kursbeginn angegeben). An den Kursleiter sind 5,-€ für Kopien/Kursunterlagen zu zahlen. Evtl. Eintrittspreise und Fahrtkosten extra.

FK2.107 Herr Oliver S. Scholten

Onlinekurs

16.9.-2.12.21, 40 UStd.

10x Do, 10-13 Uhr

€ 135,00 (erm: € 81,00)

FK2.108 Herr Oliver S. Scholten

27.4.-29.6.22, 40 UStd.

10x Mi, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4

R. 002/Exkursion

€ 135,00 (erm: € 81,00)

Formale Bildgestaltung und serielles Arbeiten - Fotografische Konzeptionen (Blended-Learning)

Fotografie Grundstufe III

In diesem Kurs werden die Teilnehmenden unterschiedliche Möglichkeiten für die Konzeption einer eigenständigen fotografischen Arbeit kennen lernen und realisieren. Wie werden aus Bildideen Bilder? Welche gedanklichen, intuitiven oder praktischen Prozesse erleichtern die eigene Bildfindung? Assoziatives Arbeiten und gegenseitige Inspiration sollen helfen, zu eigenständigen neuen Bildlösungen zu finden. Das Arbeiten in Serie ermöglicht es dabei, die eigene Bildsprache zu entwickeln und Ideen offener auszudrücken. Diese Arbeit wird durch Vorträge, Ausstellungsbesuche und Bildbesprechungen innerhalb der Gruppe unterstützt. An den Kursleiter sind 5 € für Fotokopien zu zahlen. Der Kurs findet als blended learning Kurs statt, dies bedeutet eine Mischung aus Online- und Präsenzterminen.

FK2.111 Herr Klaus W. Eisenlohr

6.9.-29.11.21, 40 UStd.

10x Mo, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon, R. 201

€ 135,00 (erm: € 75,00)

Formale Bildgestaltung und serielles Arbeiten

Fotografie Grundstufe III

Im Bild selbst und in der Zusammenstellung von Bildern liegen Gestaltungsmöglichkeiten, die eine Bedeutung haben und die Wahrnehmung Ihrer Fotos verändern können, Bildgröße, Seitenverhältnis, Farben, Formen und Symbole bestimmen neben inhaltlichen Elementen die Aussage. Mit dezentem Einsatz formaler Bildsprache lernen Sie Ihre Sicht zu verdeutlichen, den Blick des Betrachters im Bild zu halten und durch das Bild zu führen. Das Kombinieren verschiedener Bilder erweitert Ihre Ausdrucksmöglichkeiten. Serie, Sequenz, Tableau und Zyklus haben die Fotografie im 20. Jahrhundert bestimmt. Lernen Sie die Voraussetzungen gelungener Zusammenstellungen kennen. Im praktischen Teil vertiefen Sie Ihre Kenntnisse formaler Bildgestaltung und Bildkombination, in dem Sie zu einem vorab abgestimmten Thema fotografieren und Ihre Ergebnisse präsentieren. Die Bildbesprechungen sind ein weiterer Schwerpunkt unserer gemeinsamen fotografischen Arbeit. Mit Exkursion. Voraussetzung ist eine grundlegende Kenntnis im Umgang mit der Kamera.

FK2.110 Frau Edith Maria Balk

12.1.-30.3.22, 40 UStd.

10x Mi, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon, R. 002

€ 135,00 (erm: € 81,00)

FK2.116 Frau Edith Maria Balk

Kompaktkurs/Bildungsurlaub

4.-8.7.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 09-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon

€ 139,00 (erm: € 83,00)

Fotografische Konzeptionen

Fotografie Grundstufe III

In diesem Kurs sollen die Teilnehmer/Innen unterschiedliche Möglichkeiten der Konzeption einer eigenständigen fotografischen Arbeit kennen- und realisieren lernen und eine eigene Arbeit zu einem selbst gewählten Thema anfertigen. Vor- ausgehend werden aus dem Katalog der formalen Bildgestaltung verschiedene Gestaltungsübungen realisiert, um ein Gespür für die Unterschiede zwischen formaler Bildgestaltung und inhaltlicher Bildaussage zu entwickeln. Alle praktischen Arbeiten werden unterstützt durch Bildbesprechungen, Aspekte der Fototheorie und Diskussionen innerhalb der Gruppe. Begleitend dazu werden die Werke bekannter und zeitgenössischer Fotografen präsentiert. Ebenso sind Vorträge zu aktuellen Themen der zeitgenössischen Fotografie sowie Ausstellungsbesuche geplant. Der Kurs eignet sich insbesondere als Vorbereitung auf die Teilnahme an Projektkursen.

FK2.113 Herr Peter Fischer-Piel
15.9.-1.12.21, 40 UStd.

10x Mi, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 002, R. 004
€ 135,00 (erm: € 81,00)

FK2.114 Herr Peter Fischer-Piel
25.4.-11.7.22, 40 UStd.

10x Mo, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 202
€ 135,00 (erm: € 81,00)

Fotografische Konzeptionen

Fotografie Grundkurs III

In diesem 10wöchigen Aufbaukurs vertiefen Sie Ihre bisherigen Kenntnisse über Bildgestaltung und lernen diese gezielt einzusetzen, um die gewünschte Bildaussage zu unterstreichen. Inhaltlich werden wir uns mit Bildreihungen und -Kombinationen beschäftigen. Serie, Sequenz, Bildessay und Tableau erfordern unterschiedliche formale und inhaltliche Herangehensweisen. Sie fotografieren kursbegleitend zu vorgegebenen Themen. In unseren Gruppenkorrekturen werden die Bilder ausgewertet und zusammengestellt. Alle Teilnehmende beschäftigt sich zudem inhaltlich mit dem Werk ihres Lieblingsfotografen und stellen diesen in der Gruppe vor. Bildvorträge und ein Ausstellungsbesuch sind weitere Bestandteile des Kurses.

An die Kursleiterin sind 5 € für Fotokopien zu entrichten.

FK2.118 Frau Ebba Dangschat
13.1.-24.3.22, 40 UStd.

8x Do 18-21 Uhr,

2x So 10-13 Uhr, 1x So 11-14 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R.103/R. 201
€ 135,00 (erm: € 79,00)

Formale Bildgestaltung und serielles Arbeiten

Fotografie Grundkurs III

Im Bild selbst und in der Zusammenstellung von Bildern liegen weitere Gestaltungsmöglichkeiten, die eine Bedeutung haben und die Wahrnehmung ihrer Fotos verändern können. Bildgröße, Seitenverhältnis, Farben, Formen und Symbole bestimmen neben inhaltlichen Elementen die Aussage. Mit dezentem Einsatz formaler Bildsprache lernen Sie Ihre Sicht zu verdeutlichen, den Blick des Betrachters im Bild zu halten und durch das Bild zu führen. Das Kombinieren verschiedener Bilder erweitert Ihre Ausdrucksmöglichkeiten. Serie, Sequenz Tableau und Zyklus haben die Fotografie im 20. Jahrhundert bestimmt. Lernen Sie die Voraussetzungen gelungener Zusammenstellungen kennen. Im praktischen Teil fotografieren Sie eigenständig zu einem gemeinsamen Thema. Bildauswahl und Zusammenstellung werden in der Gruppe gemeinsam erarbeitet und in einem kleinen PDF-Booklet dokumentiert. Mit einem Fotografen, den Sie frei wählen können, beschäftigen Sie sich in diesem Kurs intensiver. Mit Exkursion! Voraussetzungen: Sie können mit Ihrer Kamera umgehen. Bereitschaft und Lust zum Entdecken von Bildern und dem Austausch mit anderen.

FK2.120 Herr Thomas Michalak
Kompaktkurs/Bildungsurlaub
10.-14.1.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 09-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 135,00 (erm: € 81,00)

FK2.122 Herr Thomas Michalak
28.4.-7.7.22, 40 UStd.

10x Do, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 101
€ 135,00 (erm: € 81,00)

ERGÄNZENDE ANGEBOTE UND THEMATISCHE KURSE

Künstlerisch, inhaltlich, technisch oder in Auseinandersetzung mit dem Medium: die thematischen Fotokurse behandeln angewandte Fotografie und Fotokunst und ergänzen unsere Grundkurse um spezifische Themen.

PUBLIKATION UND PRÄSENTATION

Das Künstlerbuch

Ein Künstlerbuch ist ein eigenständiges Kunstwerk, das Buch ist hier Gegenstand des künstlerischen Konzepts. Es wird als Originalarbeit vom Künstler selbst geschaffen als ein Unikat. In diesem Kurs werden wir ein individuelles Buchkonzept erarbeiten mit eigenen Fotos/Texten und uns mit den inhaltlichen, gestalterischen und ästhetischen Gesichtspunkten ausei-

nandersetzen. Die Abfolge der Bilder im Buch, das Layout, aber auch das äußere Erscheinungsbild eines Buchs gehen in diesen gestalterischen Prozess mit ein. In diesem Kontext werden wir Beispiele von Künstlerbüchern kennenlernen und uns mit den unterschiedlichen Materialien, den verschiedenen Papieren, Bindungsarten und Formaten beschäftigen und diskutieren. Das Buch soll im Idealfall zusammen mit einem, einer Buchbinderin selbst hergestellt werden oder nach den eigenen Vorstellungen von diesen gefertigt werden. Zu Kursbeginn bitte eine Auswahl an Bildern in gedruckter oder ausbelichteter Form mitbringen.

FK2.125 Frau Sibylle Hoffmann
22.9.-8.12.21, 40 UStd.

10x Mi, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 125,00 (erm: € 65,00)

Der eigene Bildband - Konzept, Gestaltung, Druck

Ein eigener Bildband ist eine sehr persönliche und ästhetische Art der Fotopräsentation. In diesem Kurs werden wir den künstlerischen Buchaufbau und das Layout kennen lernen sowie die Umsetzung mittels Software erarbeiten. Diese kann nach eigenen Bedürfnissen frei gewählt werden, im Kurs findet eine exemplarische Vorstellung der Software von Saal Digital und Pixum statt. Nach einer Einführung und Übungen zu gestalterischen und technischen Aspekten wird mit eigenen Bildern und entwickeltem ästhetischen Konzept ein Buch gestaltet, welches abschließend in gedruckter Form oder als PDF präsentiert werden wird. Im Verlauf des Kurses werden wir dazu verschiedene Buchformate, Papiersorten, Bucheinbände und Bindungsarten und deren Anwendungsmöglichkeiten entdecken und anhand von Beispielen aus verschiedenen Verlagen die unterschiedlichen Herangehensweisen und Möglichkeiten von Bildbänden und Fotobüchern diskutieren. Zu Kursbeginn bitte eine entsprechende Auswahl an Bildern digital auf einem Datenträger und in ausbelichteter Form (10x15cm) mitbringen.

FK2.127 Herr Jens Ake Güldner
25.10.-13.12.21, 32 UStd.

8x Do, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
€ 99,00 (erm: € 51,80)

THEORIE UND GESCHICHTE DER FOTOGRAFIE

Rechtliche Aspekte künstlerischer Fotografie

Der Boom der digitalen Fotografie und die Möglichkeit der unmittelbaren Verbreitung von Bildmaterial im Internet stellt Fotografen und Publizisten vor neue Herausforderungen: wie schafft man Rechtssicherheit

bei Veröffentlichungen und wie verhindert man Abmahnungen oder Prozesse? Wie schützt man sich und sein geistiges Eigentum vor unrechtmäßiger Weiterverwertung? Was bedeuten diese Unsicherheiten für das Selbstverständnis von Fotografen und Dokumentaristen? Und umgekehrt: welche Rechte habe ich als Person, wenn ich plötzlich im Internet auftauche? Der Workshop spricht die Probleme der aktuellen Fotopraxis an und zeigt anhand von Fallbeispielen auf, wo sich Gefahren verbergen und wie man ihnen begegnen kann. Die Themen sind: 1. Das Recht am eigenen Bild - Personenschutz versus künstlerische Freiheit. 2. Original und Fälschung - Bildverwendung zwischen Raubkopie und individueller künstlerischer Gestaltung. 3. Verschlossene Orte - Der öffentliche Raum als fotofreie Zone. 4. Vor Schaufenstern und Türstehern - Markenschutz als Totschlagargument. 5. Prominente und Massen - Wo ich Paparazzi sein darf. 6. Die Öffentlichkeit - Unterschiede zwischen Internet, Katalog, Ausbildung und Fotoalbum. 7. Gemeinfreie Fotos und Creative Commons Lizenzen. 8. Die DSGVO - Die Bedeutung in der Fotopraxis. Der Dozent ist kein Jurist. Dementsprechend werden keine expliziten juristischen Gesetze resp. Gesetzestexte herangezogen, sondern Fallbeispiele aus der Praxis und spezielle Gerichtsurteile zitiert.

FK2.131 Herr Peter Fischer-Piel
6.-7.11.21, 16 UStd.
Sa/So, 11-18 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 101
€ 59,00 (erm: € 31,40)

FK2.132 Herr Peter Fischer-Piel
7.-8.5.22, 16 UStd.
Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 101
€ 59,00 (erm: € 31,40)

Geschichte der Fotografie

Der Weg von der Lochkamera bis zur heutigen Digitalkamera wurde nicht nur von bahnbrechenden technischen Innovationen begleitet, er beschreibt auch ein wandelndes Verständnis von Bild, Kunst und Individuum. Entscheidend für ein Verständnis der Geschichte der Fotografie ist ein Bewusstsein für die Strukturen, die Fotografie in den jeweiligen historischen Phasen ermöglicht und in der Gesellschaft verankert hat. Anhand ausgewählter Beispiele verorten wir die heutige Fotografie in der Geschichte der Kunst und Fotografie, zeigen Entwicklungen und Strömungen auf, diskutieren bedeutsame Wendepunkte und befassen uns mit bestimmten Fotografen und Fotografinnen. Das Verständnis des Kontextes ermöglicht eine bessere Einordnung historischer und aktueller Bilder und schafft Klarheit in der eigenen Positionierung. Berlin als Schauplatz der Fotografiegeschichte ist ebenfalls ein Thema des Kurses.

FK2.137 Frau Sigrid Schulze
12.11.-10.12.21, 20 UStd.
5x Fr, 15-18 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4,
R.001/Exkursionen
€ 59,00 (erm: € 31,10)

FK2.138 Frau Sigrid Schulze
12.3.-9.4.22, 20 UStd.
5x Sa, 11-14 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4,
R.101/Exkursionen
€ 59,00 (erm: € 31,10)

Geschichte der Fotografie - Aktuelle Ausstellungen in Berlin

Die Geschichte der Fotografie kann anhand vielfältiger medialer Formen nachvollzogen werden, und jeweils stellt sie sich jeweils anders dar: in Handbüchern oder Apparatesammlungen, in biografischen Werken oder Fotografennachlässen, in Auktionskatalogen oder Ausstellungen des Kunsthandels, in Museen oder Bibliotheken. Der Kurs geht ausgewählten Themen der Geschichte der Fotografie anhand aktueller Ausstellungen in Berlin nach und sucht die Begegnung mit Originalwerken. In welchem Kontext werden historische Fotografien gezeigt? Was bedeuten diese Bilder heute? Warum befassen wir uns mit ihnen? Nach einem ersten Gespräch in der VHS treffen sich die Kursteilnehmer*innen an jedem Termin in einem anderen Ausstellungshaus. Das Spektrum der Werke, die betrachtet und diskutiert werden, reicht von der Mitte des 19. Jahrhunderts bis in die Mitte des 20. Jahrhunderts. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

FK2.118 Frau Sigrid Schulze
24.7.-28.8.21, 24 UStd.
8x Sa, 11-14 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula, Exkursion
€ 66,60 (erm: € 35,40)

Geschichte der Fotografie - Wochenend-Workshop

Durch das Kennenlernen der Geschichte der Fotografie kann man die elementaren und künstlerischen Bestandteile des Mediums besser verstehen und die eigene Position in diesem historischen Kontext reflektieren lernen. Waren bei der Erfindung der Fotografie 1839 die Nützlichkeit für die Künste und Wissenschaften, ihre Schnelligkeit und Detailgenauigkeit sowie die Demokratisierung der Gesellschaften die Hauptargumente für ihre Legitimation, so sind diese bei Einführung der digitalen Fotografie 150 Jahre später fast dieselben. Und gab es zu Beginn des 20. Jahrhunderts die strikte Unterscheidung zwischen Straight Photography, Pictorial Photography und später der Konzeptfotografie, so ist heute zu Zeiten der Digitalfotografie alles möglich. Ob dies ein Vorteil ist, bleibt abzuwarten... Neben der ebenso spannenden wie bedeutsamen Chronologie der Fotografie sind die wichtigsten Fotografinnen

und Fotografen einschließlich ihres Standpunktes zum Medium das zentrale Thema dieses 2-tägigen online Workshops.

FK2.134 Herr Peter Fischer-Piel
19.-20.2.22, 16 UStd.
Sa/So, 11-18 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 101
€ 59,00 (erm: € 31,40)

Fotografie im Diskurs: Mensch - Raum - Zeit

Der Durchlauf dieses Semesters hat zwei Schwerpunkte: Mediale Bilder von Menschen in Not und die fotografischen Kategorien Raum und Zeit. Wir lesen und besprechen dazu Texte von Fotografen, Künstlern, Philosophen und Historikern wie Roland Barthes, Susan Sontag, Friedrich Heer, Karl Ledergerber und Bernd Busch. Ziel ist es, das Wissen um den (theoretisch/philosophischen) Hintergrund der Fotografie und ihren gesellschaftlichen Gebrauch zu erweitern, in (kontroversen) Gesprächen den eigenen Standpunkt zu schärfen und diese Erfahrungen für die eigene praktische Arbeit lebendig werden zu lassen. Texte und Themen sind vom von vorherigen Kursen unterschieden. Die Kurse können ohne inhaltliche Dopplung wiederholt besucht werden.

FK2.141 Herr Thomas Michalak
25.8.-22.9.21, 20 UStd.
5x Mi, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 101
€ 59,00 (erm: € 31,50)

Fotografie im Diskurs: Foto Manifesto

Seit der Erfindung der Fotografie ist ein Streit darüber, was das Medium ist, kann oder soll lebendig. Das Fotomuseum Winterthur hat 2014 in Kooperation mit dem Steidl Verlag und der Universität Konstanz eine stattliche Anzahl dieser Manifeste zusammengetragen in einem Buch zusammengetragen und auf einer Website veröffentlicht. (Fotomanifeste). Wir lesen eine Auswahl dieser Texte. Ziel ist es, das Wissen um den (theoretisch/philosophischen) Hintergrund der Fotografie und ihren gesellschaftlichen Gebrauch zu erweitern, in (kontroversen) Gesprächen den eigenen Standpunkt zu schärfen und diese Erfahrungen für die eigene praktische Arbeit lebendig werden zu lassen. Texte und Themen sind vom von vorherigen Kursen unterschieden. Die Kurse können ohne inhaltliche Dopplung wiederholt besucht werden.

FK2.142 Herr Thomas Michalak
3.-31.3.22, 20 UStd.
5x Mi, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 101
€ 59,00 (erm: € 31,50)

PORTRÄT- UND SACHFOTOGRAFIE

Studio- und Sachfotografie

Studioarbeit unterscheidet sich grundlegend von allen anderen Arbeitsweisen in der Fotografie. Die Planung und Inszenierung bei Studioaufnahmen verlangt vom Fotografen eine präzise Vorvisualisierung des gewünschten Bildes und damit den Einsatz der dafür notwendigen technischen Mittel: welche Lichtart verwende ich, welche Lichtführung, welche Kamera, bzw. welches Format setze ich ein, welche Hilfsmittel benötige ich, etc.? Die Studiofotografie verlangt eine genaue Vorstellung von der Wirkungsweise der eingesetzten Mittel, um das gewünschte Ergebnis zu realisieren. In diesem Kurs werden systematisch die wichtigsten Techniken der Studiofotografie bearbeitet. Primär wird mit der KB-Digitalkamera gearbeitet, Mittelformattechniken und Großbildfotografie werden anhand des Sinar-Systems demonstriert. Mit der klassischen 3-Punkt Beleuchtung im Fotostudio wird ebenso gearbeitet wie mit kreativen Lichtsetzungstechniken bei Portrait- und Sachaufnahmen. Für die Sachaufnahmen wird gebeten, geeignete Objekte mitzubringen. Für die Portraitaufnahmen können auch eigene Modelle mitgebracht werden.

FK2.151 Herr Peter Fischer-Piel
3.-5.12.21, 20 UStd.

Fr, 18-21.15 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula, R. 202
€ 69,00 (erm: € 38,50)

FK2.152 Herr Peter Fischer-Piel
25.-27.2.22, 20 UStd.

Fr, 18-21.15 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula, R. 202
€ 69,00 (erm: € 38,50)

FK2.154 Herr Peter Fischer-Piel
24.-26.6.22, 20 UStd.

Fr, 18-21.15 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula, R. 202
€ 69,00 (erm: € 38,50)

Erweiterte Gestaltungsmöglichkeiten mit Licht

Fotografie mit Studio- und Aufsteckblitz
Licht erzeugt Räumlichkeit in der Fotografie durch Licht und Schattenbildung, aber es ist auch eine Quelle von Atmosphäre und Spannung. Viele Fotografen arbeiten nur mit vorhandenem Licht, andere setzen das Licht komplett selbst, im Studio mit Studiolampen und sogenannten Lichtformern. Darüber hinaus gibt auch viele Möglichkeiten das vorhandene Licht mit zusätzlichem Blitzlicht zu kombinieren. Gerade durch die Unabhängigkeit des Blitzes von der Belichtungszeit eröffnet dies unzählige Möglichkeiten der Gestaltung. Mit zusätzlich gesetztem Studiolicht oder mit Aufsteckblitz können wir vorhandenes Licht modifizieren oder ganz neue Lichtinszenierungen schaffen. Wir wollen einige Grundsätze der Lichtgestaltung erlernen und mit der Kom-

bination von available Light und Blitzlicht experimentieren. Dabei werden verschiedene Themenbereiche untersucht: Portrait und Doppelportrait im Gegenlicht, Raumausleuchtung, und Figur und Raum. Einige spezielle Themen wie Arbeiten mit Bokeh (Hintergrundunschärfe), Benutzung von Polfiltern und Kreuzpolfilterung (Blitzen mit Polfilterfolie) und Langzeitbelichtung mit Blitz werden wir für die Gestaltung untersuchen. Außerdem werden wir versuchen, an einem ausgesuchten Ort mit Atmosphäre und im Außenraum konkrete Ergebnisse umzusetzen.

FK2.156 Herr Klaus W. Eisenlohr
29.4.-27.5.22, 32 UStd.

4x Fr, 18-21, 2x Sa, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 201
€ 95,00 (erm: € 49,80)

Lochkamera: Das Porträt

Eine Annäherung an die Anfangszeit der Fotografie

Kleine Blenden, lange Belichtungszeiten und die spezifische Unschärfe sind typisch für diese linsenlose Kamera, die im Kurs aus einfachen Behältnissen selbst gebaut werden. Fotografiert wird auf analogem Film oder Fotopapier. Die sehr lange Belichtungszeit erfordern eine besondere Zusammenarbeit zwischen Fotograf und Modell, eine Konzentration, die besondere Bilder entstehen lassen kann.

FK2.158 Herr Thomas Michalak
26.4.-24.5.22, 28 UStd.

5x Di 18-21 Uhr, 1x Sa 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 89,80 (erm: € 53,40)

WORKSHOPS, EXKURSIONEN, URBAN EXPLORATION & THEMATISCHE FOTOGRAFIE

Lochkamera: Stadtbild Kreuzberg, eine Annäherung an die Anfangszeit der Fotografie.

Kleine Blenden, lange Belichtungszeiten und die spezifische Unschärfe sind typisch für diese linsenlose Kamera, die im Kurs aus einfachen Behältnissen selbst gebaut werden. Fotografiert wird auf analogem Film oder Fotopapier. Lange Belichtungszeiten lassen Bewegtes verschwimmen oder sogar verschwinden, während Gebautes festbleibt. In diesem Kurs werden wir die unmittelbare Umgebung des Wassertorplatzes erkunden, die Architektur und die Menschen zwischen Landwehrkanal und Dresdner Straße auf andere Weise fotografieren.

FK2.160 Herr Thomas Michalak
2.-3.7.22, 20 UStd.

Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Fotolabor
€ 69,00 (erm: € 41,00)

Forum: Fotografie und Kunst (Onlinekurs & Exkursion)

Virtuelle Ausstellungen, Künstlergespräche, Videos, Fototalks, Podcasts, Slideshows, Multimedia-Präsentationen - in dem Forum geht es darum, digitale Angebote zur künstlerischen Fotografie und zu anderen kulturellen Angeboten kennenzulernen, zu vertiefen und darüber in einen Austausch zu kommen. Dabei wird den Teilnehmenden zunächst ein systematisches Verzeichnis von Online-Angeboten zur Verfügung gestellt. Einzelne Angebote werden im Live-Chat besprochen. Rechtzeitig vor jedem Live-Chat werden die Themen kommuniziert, damit alle Teilnehmenden Gelegenheit haben, sich die Angebote vorher anzusehen. Für den dritten Termin ist eine Exkursion geplant, die gemeinsam gestaltet werden kann.

FK2.161 Frau Dagmar Kolatschny
23.11.-11.12.21, 12 UStd.

2x Di 18-21 Uhr, 1x Sa 15-18 Uhr
€ 34,80 (erm: € 19,20)

FK2.162 Frau Dagmar Kolatschny
22.3.-9.4.22, 12 UStd.

2x Di 18-21 Uhr, 1x Sa 15-18 Uhr
€ 34,80 (erm: € 19,20)

Kreative Prozesse in der Fotografie

Kreativität ist erlernbar! Ist Kreativität erlernbar? Wie komme ich in diesen Zustand, der mich die Zeit vergessen lässt, der mich mit Schaffensfreude zu fotografischen Ergebnissen und meinen eigenen Sehweisen führt? Was passiert, wenn ich mein Leistungsdenken, mein Streben nach Perfektion und die Finessen fotografischer Technik beurlaube und mich der Erfahrung öffne, dass mit Leichtigkeit und Mühelosigkeit exzellente Ergebnisse möglich sind? Wenn ich meine Fotografien nicht bewerte und von anderen auch nicht bewerten lasse? Wenn ich Fehler willkommen heiße und sie als bildgestalterische Chance nutze? Nur selten nehmen wir uns die Zeit über unsere eigene Fähigkeit zur Kreativität nachzudenken. Die setzen wir meistens stillschweigend voraus und wenn sie nicht da ist, dann „können wir es eben nicht“. Kreativität hat viel mit subjektiver Wahrnehmung und Achtsamkeit zu tun. Mit dem, was neurologisch täglich durch uns hindurchfließt, uns bewegt, uns energetisch durch den Tag bringt. Der Workshop bietet vielfältige Freiräume, um für sich und in der Gruppe darüber zu reflektieren und gleichzeitig auszuprobieren was Kreativität ist und was sie ermöglicht. Und gibt Methoden an die Hand, um kreative Blockaden aufzulösen und mit Freude die Fotografie als persönliches Ausdrucksmittel zu nutzen.

FK2.164 Frau Edith Maria Balk
26.4.-28.6.22, 40 UStd.

10x Di, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 115,00 (erm: € 60,00)

Reisefotografie – Bildsprache und Konzepte in der Fotografie auf Reisen

Das Fotografieren auf Reisen erfreut sich ungebrochener Popularität: Auf dem Kurztrip übers Wochenende, der Reise in die Sommerferien oder einer lang geplanten, ausgedehnten Fernreise wird fotografiert, um das Erlebte festzuhalten, zu dokumentieren oder künstlerisch darzustellen. Das Ergebnis nach dem Urlaub ist oft eine unüberschaubare Flut von Bildern, die dann mühsam sortiert werden muss. Ziel des Kurses ist die Ausarbeitung persönlicher Methoden und die Planung von Reisefotografie mit dem zentralen Thema: „Welche Bilder möchte ich machen?“. Besonders die Ausarbeitung eines Themas sowie die Planung der Bildsprache und des Bildkonzeptes soll dabei Beachtung finden. Hierzu bringen bitte alle Teilnehmenden zu Beginn des Kurses 20–30 bereits auf Reisen entstandene Bilder (Prints, mind. 13x19 cm sowie digital auf einem Stick, max. 8GB) zur Bildbesprechung mit. Nach einem theoretischen Teil zur Entwicklung von Thema, Bildsprache und -konzept sowie Möglichkeiten der Präsentation der Bilder, wird auf einer Exkursion das Konzept umgesetzt. Die entstandenen Bilder werden in einer anschließenden Bildbesprechung präsentiert und in der Gruppe diskutiert.

Ziel des Kurses ist die Einübung von aussagekräftigen Bildkonzepten zu unterschiedlichen Reiseanlässen. Mit Fotoexkursionen (Samstags, 10–17 Uhr).

FK2.166 Herr Jens Ake Güldner
12.1.–9.3.22, 40 UStd.

8x Mi 18–21 Uhr; 1x Sa 10–17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 002
€ 125,00 (erm: € 72,00)

Beuys Inspirationen: Joseph Beuys, Inspiration und Herausforderung heute (Blended-Learning)

Zum hundertsten Geburtstag von Joseph Beuys machen eine Reihe von Ausstellungen und Presseartikel seine Arbeit wieder präsent. Dies wollen wir zum Anlass nehmen, auf persönliche und kritische Weise einige Aspekte von Beuys' Werk gemeinsam zu betrachten und aus dessen neuer Aktualität Inspiration und Ideen zu schöpfen. Dies kann zum Beispiel sein: Beuys' assoziatives Arbeiten mit Bild-Symbolen, sein Umgang mit Photographie (ohne selbst zu fotografieren), seine Vermischung von Kunst und Leben, seine Persona als Künstler und seine Kunst als Mittel zur Veränderung von Politik, Ökologie und Gesellschaft. Dabei soll es nicht um direkte Anlehnungen an sein Werk gehen, sondern um eigenständige und neue Umsetzungen in unserer Zeit und mit Mitteln der Photographie. In Form von Bildvorträgen, Referaten, Besprechung von Projektideen und von aktuellen Arbeiten werden wir die Brücke zu eigenen fotografischen Arbeit ziehen. Mit der Verknüpfung von Diskussion und praktischer Arbeit wendet sich der Kurs an fortge-

schriftene TeilnehmerInnen, die sich für die eigene fotografische Arbeit Inspiration und neue Ideen durch gemeinsame Diskussion versprechen. Der Kurs findet als Blended-Learning Kurs statt, dies bedeutet eine Mischung aus Online- und Präsenzterminen.

FK2.167 Herr Klaus W. Eisenlohr
22.9.–8.12.21, 32 UStd.

8x Mi 18–21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4,
Pavillon/online
€ 95,00 (erm: € 49,80)

Stilles Leben – stille Dialoge. Untersuchungen über das Miteinander von Dingen.

Das fotografische Still Life weist bereits in seinem Namen auf ein ihm innewohnendes Eigenleben hin. In diesem Themenkurs untersuchen wir, wie wir vermeintlich „tote“ Gegenstände mit den Mitteln von Lichtführung und Komposition zum Leben erwecken können. An einem Samstag probieren wir künstliche Lichtsetzungen aus und untersuchen, welches Umgebungslicht Dinge zum Sprechen bringen kann. Ein weiterer Bestandteil unserer fotografischen Recherche wird das Zusammenspiel unterschiedlicher Gegenstände miteinander sein. Ein – oder umgeben in einen ungewöhnlichen räumlichen Kontext können banale Gegenstände ein Eigenleben entwickeln. Geschickt miteinander kombiniert ergeben sich stille Dialoge, die wir visuell herausarbeiten. Neben dem Erstellen von Einzelkompositionen befassen wir uns mit Bildpaarungen, um auf stille Fragen stille Antworten zu geben. Abschließend werden die entstandenen Arbeiten am Computer mit Bildbearbeitungsprogrammen optimiert und in der Gruppe vorgestellt.

FK2.170 Frau Ebba Dangschat
4.5.–22.6.22, 40 UStd.

6x Mi 18–21 Uhr, 2x Sa 10–17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4,
Pavillon, R. 201, R. 202
€ 125,00 (erm: € 65,00)

Das Tonbild – Sound und Bild (Blended-Learning)

Sound und Bild sind sich nicht nur im Film verwandt, sondern sind auch in der Praxis der Tonbild-Show (Ton-Diashow) und der Installation miteinander verbunden. Auch in der synästhetischen Wahrnehmung liegen sich Sound und Bild näher als andere Sinne. Töne rufen bei vielen Bildassoziationen hervor, und Bilder häufig Erinnerungen an Töne. Dennoch können im Zusammenspiel von Ton und Bild auch gegensätzliche Strategien erfolgreich sein, indem die „Tonspur“ die „Bildspur“ nicht nur illustriert, sondern sich komplementär ergänzt. Aus Ton und Bild entsteht eine Gesamtkomposition. Mit einfachen Übungen zur Ton- und Fotoaufnahme (als Fotosequenz) führen wir in das Thema ein. Wir untersuchen Field-Recording, wir produzieren Geräusche, nehmen Sprache und Stimme auf und wir werden dazu Fotosequenzen erstellen. Mit

einfacher Software für Tonbearbeitung und zur Erstellen von Diashows erzeugen wir dann eine ein- oder mehrkanalige Diashow.

Der Kurs findet als Blended-Learning Kurs statt, dies bedeutet eine Mischung aus Online- und Präsenzterminen.

FK2.171 Herr Klaus W. Eisenlohr
29.10.–10.12.21, 32 UStd.

4x Fr 18–21 Uhr, 2x Sa 10–17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4,
Pavillon, R. 002, online
€ 95,00 (erm: € 49,80)

Wald und Meer – Workshop Landschaftsfotografie

Dieser Workshop zur erweiterten Landschaftsfotografie gliedert sich in einen Rechercheteil in Berlin und einen 4-tägigen Workshop als Exkursion. Zwei fotografische Metaphern, oft mit Bedeutung aufgeladen stehen im Mittelpunkt: der Wald und das Meer. In der Recherche sehen wir uns Wald- und Meeresdarstellungen in der Geschichte der Malerei und der Fotografie an und schärfen daran die persönlichen Interessen. Im Workshop-Teil stehen das Fotografieren, Auswählen und Zusammenstellen der Bilder, das Klären des eigenen Standpunktes und die Vorbereitung eine Dokumentation (PDF) im Mittelpunkt.

Für Reise, Unterkunft und Verpflegung und Material entstehen weitere Kosten von ca.350 Euro.

FK2.173 Frau Sibylle Hoffmann; Herr Thomas Michalak
12.8.–19.9.21, 48 UStd.

6x Do, 18–21 Uhr;
Fr-So, 10–17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 195,00 (erm: € 99,00)

z.B. Sachsenhausen – Ravensbrück. Ein Fotografie-Projekt.

Am Beispiel von Sachsenhausen wollen wir einen eigenen Zugang zu einem Ort massiven Terrors an der menschlichen Art, zu seiner/unserer Geschichte suchen. Spricht diese Landschaft, deren Steine, Bäume und Gebäude zum Teil noch Zeugen waren zu uns? Wie können wir uns in Beziehung setzen, begreifen ohne in Klischees zu verfallen? Unsere Arbeit wird aus dem Fotografieren vor Ort, Bildbesprechungen und dem Ausarbeiten der Vergrößerungen bestehen. Wiederholte Fahrten nach Sachsenhausen wird unser Arbeiten intensivieren.

FK2.174 Frau Sibylle Hoffmann; Herr Thomas Michalak
25.8.–18.9.22, 40 UStd.

4x Di 18–21 Uhr, 1x Fr-So 10–17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 195,00 (erm: € 99,40)

Sehnsucht – ein starkes Gefühl, das jeder kennt.

Sehnsucht nach einem Menschen, nach einem Ort, einer Landschaft, einer Erinnerung – Sehnsucht nach der Sehnsucht. Wir wollen versuchen diesem Gefühl nachzugehen, es zu spüren und in einer Bildserie sichtbar und erfahrbar zu machen, für uns selbst aber auch für den Betrachter. Als Inspiration werden wir uns mit Bildern aus der Kunstgeschichte – Malerei und Fotografie – auseinandersetzen, in denen Aspekte von Sehnsucht zu erkennen sind. Der Kurs ist auf 2 Semester angelegt und das Ergebnis soll in Form eines Heftes oder kleinen Buchs dokumentiert werden.

Der Kurs findet unter Anwendung von Abstands- und Hygieneregeln in einer Kleingruppe statt.

FK2.176 Frau Sibylle Hoffmann
20.4.–22.6.22, 40 UStd.

9x Mi, 18–21 Uhr, 1x Sa 11–19 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon, R. 001
€ 125,00 (erm: € 65,00)

Frauen sehen Frauen – Fotografie als emanzipatorischer Prozess (Onlinekurs)

Eine Bestrebung der Frauenbewegung, die sich mittlerweile in der vierten Welle wiederfindet, liegt darin, dem objektivierenden männlichen Blick auf Frauen einen „female gaze“ entgegenzusetzen. Der Kurs erforscht die Entwicklung weiblicher Perspektiven sowie feministischer Bildpolitik, indem gemeinsam mit den Teilnehmer*innen künstlerisch-fotografische Positionen recherchiert und beleuchtet werden, die – von ersten Inszenierungen im 19. Jahrhunderts bis hin zur Social-Media-Kunst der Gegenwart – zu diesem emanzipatorischen Prozess beitragen oder diesen begleiten. Es besteht zudem die Gelegenheit eigene praktische Arbeiten zum Thema vorzustellen und zu besprechen.

FK2.178 Frau Dagmar Kolatschny
8.2.–1.3.22, 16 UStd.

4x Di 18–21 Uhr

€ 49,40 (erm: € 26,20)

Hauptstadt ArchitektOURen – Architekturfotografie. Unterwegs zu Berlins spektakulärsten Neubauten.

In diesem Kurs beschäftigen wir uns fotografisch mit zeitgenössischen Architekturen, die sich Berlin als Aushängeschild geleistet hat. Anhand von Bildbeispielen namhafter Architekturfotografen werden die Teilnehmenden in das Thema eingeführt und für die besonderen Herausforderungen der Architekturfotografie sensibilisiert. Ähnlich wie beim menschlichen Portrait sollten Beleuchtung, Kamerastandpunkt und Bildausschnitt die charakteristischen Merkmale der Architektur unterstreichen. In 5 gemeinsamen Exkursionen fotografieren wir nach verschiedenen Themen. So nutzen wir z.B. die besondere Lichtstimmung bei Nacht und erkunden tagsüber Areale, die durch

Bauboom und Gentrifizierung geprägt sind. Die entstandenen Fotografien werden mittels Photoshop und Lightroom bearbeitet und abschließend der Gruppe per Beamer präsentiert. Dieser Kompaktkurs ist in Berlin und Brandenburg als Bildungsurlaub anerkannt. Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs ist die sichere Handhabung Ihrer Kamera. Zusätzliche Transportkosten mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Der Kurs wird auf Deutsch gehalten. Die Kursleitung spricht zudem englisch und französisch.

FK2.181 Frau Ebba Dangschat
Kompaktkurs/Bildungsurlaub
9.–13.8.21, 40 UStd.

Mo, Di, Fr 10–17 Uhr,

Mi 15–22 Uhr, Do 14–21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R.002/R.103
€ 139,00 (erm: € 83,00)

PROJEKTKLASSEN

In den Projektklassen wird gemeinsam über 2–3 Semester an einer subjektiven, künstlerischen Auseinandersetzung mit einer Thematik gearbeitet. Für die Teilnahme wird eine eigenständige fotografische Arbeitsweise vorausgesetzt, die Grundkurse I–III schafft dazu eine gute Grundlage. Das Ziel des Kurses ist eine im Team geplante Gruppenausstellung mit begleitendem Katalog. Voraussetzung für die Teilnahme an dem 2. und 3. Teil eines Projektkurses ist die erfolgte Teilnahme am gleichnamigen Projektkurs Teil 1. Ein Einstieg in Teil 2 ist nur nach Rücksprache mit der Programmabteilungsleitung möglich, zum 3. Teil ist kein Neueinstieg mehr vorgesehen.

Inszenierung und Begegnung

Projektkurs Fotografie in Istanbul Teil 1–3

In Verbindung mit der Städtepartnerschaft von Kadıköy/Istanbul mit dem Stadtbezirk Friedrichshain-Kreuzberg planen wir eine weitere künstlerisch-fotografische Begegnung in Istanbul. Die Stadt mit jahrhundertalter Tradition ist gleichzeitig eine der am schnellsten wachsenden Städte, nicht nur in Bezug auf die Einwohnerzahl, sondern auch in Bezug auf Städteumbau. Zwischen Okzident und Orient gelegen, verbindet der Bosphorus Asien mit Europa. Dieses Spannungsfeld ist in jüngster Zeit wieder deutlicher geworden, und spiegelt sich auch in der radikalen Modernisierung mit den neuen Stadtvierteln, dritter Bosphorusbrücke und dem jüngst eröffneten Flughafen. Die Partnerstadt Kadıköy befindet sich im asiatischen Teil und ist bürgerlich und säkular geprägt. In Kadıköy gibt es eine Partnergruppe, die mit künstlerisch-dokumentarischen Mitteln Fotografie betreibt und die großes Interesse hat, den Austausch fortzusetzen und mit uns zusammen zu arbeiten. Zur Vorbereitung gehören die Auseinandersetzung mit Texten, Filmen und künstlerischen Arbeiten aus Istanbul, und die praktische Vorbereitung über fotografische Übungen in Berlin. Die Themen

werden sich um Alltag in der globalisierten Stadt, Vergangenheit, Gegenwart, Architektur und Migration drehen. Das Ziel des Projektes ist es auch, künstlerische Fähigkeiten durch ein internationales Projekt zu erweitern, und interkulturelle Gemeinschaftsarbeit in einem zielorientierten künstlerischen Projekt zu erfahren. Geplant wird fortführend die Nachbereitung im dritten Semester mit gemeinsamen Ausstellungen der individuellen Arbeiten in Berlin und Istanbul. Voraussetzungen sind grundlegende Kenntnisse künstlerisch-fotografischen Arbeitens, und der Wunsch an einem internationalen Arbeitsaustausch teilzunehmen. Partnerorganisation ist der Städtepartnerschaftsverein Kadıköy e.V. Zusätzlich zu den Kursgebühren entstehen weitere Gemeinkosten für die Reise, den Katalog und die Ausstellung, sowie Individualkosten für die Anfertigung der Ausstellungsexponate. Die Kursdurchführung ist vorbehaltlich der Pandemiesituation zu Kursbeginn.

FK2.182 Herr Klaus W. Eisenlohr
Teil 1

10.1.–4.4.22, 40 UStd.

10x Mo 18–21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 002
€ 125,00 (erm: € 65,00)

FK2.184 Herr Klaus W. Eisenlohr
Teil 2

2.5.–16.7.22, 40 UStd.

4x Mo 18–21 Uhr, Mo–Sa 10–17 Uhr (Exkursion Istanbul)

VHS, Wassertorstraße 4, R. 002
€ 155,00 (erm: € 79,40)

Die Termine des dritten Teils werden ab Juni 2022 bekannt gegeben.

40 Jahre VHS

Projektkurs Fotografie Teil 1–3

In diesem Projektkurs wird die Fotografie der letzten 40 Jahre an der VHS Kreuzberg und später der VHS Friedrichshain-Kreuzberg erkundet, diskutiert und in Bezug zur eigenen fotografischen Arbeit gestellt. War 1982 noch der große Einfluss von Michael Schmidt präsent, stellten sich am Ende der Werkstatt für Fotografie 1986 schon ganz andere Themen, die dann in den 90er Jahren sorgfältig ausdiskutiert wurden und zu einer ganz neuen Ausrichtung der VHS führten. Seit den 2000er Jahren und dem Umzug der Fachbereiche Kultur und Gestalten in die Wassertorstraße verfestigte sich das Konzept, das im Prinzip bis heute die Struktur des Fotografieunterrichts ausmacht. Neben der Beleuchtung der verschiedenen Konzepte, in welcher Form die Fotografie an der VHS unterrichtet werden soll, werden die wichtigsten Stile und Genres des Mediums vorgestellt, vor allem die modernen fotografischen Ansätze. Dabei sollen eigene Ideen und Arbeiten entwickelt werden, die vom Thema her am Anfang noch offen sind, die aber zum Ziel haben, neue Schwerpunkte in der zeitgenössischen Fotografie auszuloten. Am Ende des Projektkurses ist geplant, die entstandenen Arbeiten im Sommer 2022 in einer großen

Ausstellung und einem Katalog zu zeigen. Der Kurs ist vor allem für schon erfahrene Fotograf*Innen gedacht, die Interesse und Lust darauf haben, 40 Jahre Fotografie an der VHS erlebbar zu machen und welche dieser Konzepte für eine zeitgenössische Auffassung von Fotografie taugt. Zu den Kursgebühren können auch noch Kosten für den Katalog und eventuell für den Ausstellungsraum anfallen.

FK2.187 Herr Peter Fischer-Piel
Teil 1

16.9.-2.12.21, 40 UStd.

10x Do, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 202
€ 125,00 (erm: € 65,00)

FK2.188 Herr Peter Fischer-Piel
Teil 2

13.1.-24.3.22, 40 UStd.

10x Do, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 202
€ 125,00 (erm: € 65,00)

FK2.190 Herr Peter Fischer-Piel
Teil 3

28.4.-7.7.22, 40 UStd.

10x Do, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 202
€ 125,00 (erm: € 65,00)

Dekonstruktion und Montage

Projektkurs Fotografie Teil 1-3

Die Erkenntnis, dass die Bedeutung einer Fotografie wesentlich von ihrem Kontext mitbestimmt wird, hat das Nachdenken über Bilder und Sprache in den letzten Jahrzehnten maßgeblich geprägt. Das bewusste Kontextualisieren einer Botschaft, Framing genannt, ist eine Technik, welche die Absicht eine bestimmte Wirkung zu erzielen, verfolgt. Den Rahmen (Frame) zu deuten, ist aber auch eine Technik von uns allen, Wahrgenommenes schneller zu sortieren und zu bewerten. Diese Wahrnehmungsökonomie ist notwendig, um die große Menge von Bild- und Text-Informationen verarbeiten zu können, welche uns täglich umgibt. Beides zusammen, das gerahmte Angebot von Bildern in den Medien sowie der Wunsch nach schneller Orientierung, können zu einem Verschließen der fotografischen Oberfläche führen, dem Wegfall von offenen Fragen und Mehrdeutigkeiten und damit zu einem Verlust der emotionalen, sozialen, politischen oder dokumentarischen Kraft, die Bilder haben können. Kontextverschiebungen, Dekonstruktionen oder das Herstellen neuer Zusammenhänge, ob innerbildlich, wie in einer Fotomontage oder in einem Verschieben der Größe, der Materialität oder des Kontextes (z.B. zwischen Massenmedien und Kunst) können eine neue Sicht eröffnen. Der kreative Akt im Umgang mit medialen Bildern wird zur Aneignung und öffnet sie für andere Botschaften. Diese können entwaffnend sein, agitativ wie in der politischen Fotomontage oder erkenntnisorientiert. In den letzten Jahrzehnten haben sich Künstler immer wieder der Aneignung und Kontextverschiebung bedient um Bilder

und Texte neu zu beleben. In dem ersten Teil beschäftigen wir uns mit Beispielen von Appropriation Art, künstlerischer Dekonstruktion und Fotomontagen (z.B. Heartfield, Grosz, Duane Michals, Roger Lips, Ulrich Görlich, Martha Roseler, Beate Gütschow, u.a.). Gleichzeitig wird ein persönliches Materialarchiv angelegt, analog und oder digital. Wo nötig werden Aneignungstechniken, wie Re-Fotografie, Re-Scan, etc. besprochen. Im zweiten Teil sollen eigene Projekte entstehen. Das gesammelte Material wird auf persönliche Interessen und Fragestellungen hin untersucht, geordnet und verdichtet. Anschließend können sie in neue Zusammenhänge montiert werden. Dabei sind praktische Experimente und Gespräche über die Zwischenergebnisse im Kurs zentral. Der 3. Teil des Projektkurses konzentriert sich auf die Präsentation der entstandenen Arbeiten in einer gemeinsamen Ausstellung.

Ziel des Kurses ist, dem passiven Konsum von Bildern eine aktive, radikal persönliche und vielleicht befreiende Form des Handelns gegenüberzustellen.

Zu den Kursgebühren fallen auch noch Kosten für den Katalog und eventuell für den Ausstellungsraum an.

FK2.191 Herr Thomas Michalak
Teil 1

29.9.-15.12.21, 40 UStd.

10x Mi, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 101
€ 125,00 (erm: € 65,00)

FK2.192 Herr Thomas Michalak
Teil 2

26.1.-30.3.22, 40 UStd.

10x Mi, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 101
€ 125,00 (erm: € 65,00)

FK2.194 Herr Thomas Michalak
Teil 3

27.4.-29.6.22, 40 UStd.

10x Mi, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 101
€ 125,00 (erm: € 65,00)

Reportagefotografie

Projektkurs Reportagefotografie Teil 1-3

Die Reportagefotografie ist die Königsdisziplin in der journalistischen Fotografie und eine interessante und spannende Herausforderung. Wir lernen über die Menschen und ihre sozialen Verhältnisse fotografisch zu berichten. Auf fremde Menschen zugehen, sich einzulassen und auf unvorhergesehene Situationen zu reagieren.

Dabei werden auch die rechtlichen Aspekte der Reportagefotografie behandelt. Wir lernen aktuelle Themen zu recherchieren und diese selbständig visuell umzusetzen, Bilder zu editieren, die eigene Bildsprache weiterzuentwickeln und wie wir unseren persönlichen Standpunkt in den Bildern zeigen können. In den Bildbesprechungen gehen wir auf die Wirkung und Dramaturgie der Auswahl und die Zusammenstellung von Bildern ein. Wir befassen uns mit verschiedenen Präsentationsformen

(für Ausstellung und Katalog). Mit dem Layout-Programm InDesign werden wir unsere eigne Publikation gestalten. Dabei behandeln wir nicht nur die Grundlagen der Gestaltungsprinzipien, sondern auch das Verhältnis von Text und Bild. Als Abschlussarbeit der Teilnehmenden ist eine öffentliche Präsentation der Reportagen vorgesehen. Dabei lernt man auch, ein Kulturprojekt mit u.a. Finanzplan, Öffentlichkeitsarbeit und Präsentationsplanung zu realisieren. Der Projektkurs in Reportagefotografie besteht aus drei Semestern. Das Thema wird von der Dozentin, die über langjährige Erfahrung als Bildjournalistin und Bildredakteurin verfügt, vorgegeben, wobei jede/jeder Teilnehmer/In einen Teilaspekt davon eigenständig außerhalb der Kursabende bearbeitet. Voraussetzung für die Teilnahme sind gute Kenntnisse in der Aufnahmetechnik (mindestens Besuch der Grundkurse 1-3 oder gleichwertige Kenntnisse), eigenständiges fotografisches Arbeiten, die Bereitschaft, viel Zeit zu investieren sowie die eigene, aktive Beteiligung. Für den ersten Abend sind „working prints“ von eigenen Arbeiten/Serien mitzubringen. Materialkosten und Skripte ca. 10,- EUR. Für die Präsentation und Publikation fallen zusätzliche Kosten an! Neuaufnahmen sind ab dem 2. Trimester nur nach Rücksprache mit der Dozentin möglich. Präsenz- und Online Unterricht!

FK2.198 Frau Ann-Christine Jansson
Teil 1

13.1.-24.3.22, 40 UStd.

10x Do, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 004, online
€ 125,00 (erm: € 65,00)

FK2.200 Frau Ann-Christine Jansson
Teil 2

28.4.-7.7.22, 40 UStd.

10x Do, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 004, online
€ 125,00 (erm: € 65,00)

Die Termine des dritten Teils werden ab Juni 2022 bekannt gegeben.

DREHBUCH UND FILM

Von der Entwicklung eines Exposés oder Drehbuchs über die Erstellung eigener Dokumentar-, Kurz- oder Animationsfilme bis hin zu Filmschnitt und der Gestaltung von Clips für Internetseiten und soziale Medien bieten wir in diesem Bereich Einstiegs- und weiterführende Kurse an.

Unsere Dozentinnen und Dozenten sind Autoren, Autorinnen und Filmschaffende aus verschiedenen Bereichen und begleiten Sie und Ihre Ideen mit großem Praxisbezug und langjähriger Unterrichtserfahrung. Zum Beispiel ...

Stefan Kriekhaus Studium der Wissenschaftsgeschichte. Seit 1998 als freier Autor und Filmemacher tätig. Zahlreiche Filme als Autor, Regieassistent und Regisseur. Auszeichnung mit dem Silbernen Bären für den Kurzfilm „Die Ruhe bleibt“; Stipendiat der Villa Aurora in Los Angeles. Dozentenuren an verschiedenen Filmhochschulen. An der VHS seit 2005 tätig.

Sabine Lowsky Historikerin (M.A.), Autorin, System. Coach, Kursleiterin für Kreatives Schreiben und Coaching. Unterrichtet an der VHS seit 2018.

Dr. Alexander Reichardt Studium der Klinischen Psychologie, Neuropsychologie und Psychopathologie an den Universitäten Fribourg und Bern. Ausbildung in Verhaltenstherapie und Approbation als Psychologischer Psychotherapeut. Weiterbildung zum Psychoanalytiker am C. G. Jung-Institut Berlin. Dozent in postgradualen Fort- und Weiterbildungsangeboten. VHS-Dozent seit 2018.

Thurit Antonia Kremer Diplomstudium Trickfilm an der Filmuniversität Babelsberg Konrad Wolf. Arbeitet als Animationsfilmemacherin und Filmdozentin. Aktiv in freien künstlerischen Projekten, leitet Workshops für Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Bereichen der künstlerischen Fusionen aus Trick- und Realfilm, Dokument und Fiktion, Musik, Fotografie, Tanz und Theater.

Joachim Mühleisen Studium Filmwissenschaft und Französische Literatur an der FU Berlin und an der Université Paris VIII. Ausbildung als Dramaturgischer Editor. Mit Sascha Quednau 2004 Gründung der Vitascope Filmgesellschaft, arbeitet seitdem als Kameramann, Filmeditor und Stoffentwickler. Seit 2005 Workshops und Seminare in den Bereichen Filmschnitt, Kurzfilm und Dokumentarfilm u.a. an der VHS Kreuzberg, Neukölln und Prenzlauer Berg.

Drehbuchschreiben

Grundkurs

Die Teilnehmenden erhalten eine fundierte Einführung in das Drehbuchschreiben. Während des Kurses werden kleinere Aufgaben nach Hause mitgegeben. In einzelnen Veranstaltungen werden Filmausschnitte den Unterricht ergänzen.

Kursinhalte: Struktur und Elemente eines Drehbuchs, Ideenentwicklung, Figurenarrangement, Dramaturgie, Treatment, Szenenkomposition, Dialoggestaltung. Materialkosten für Kopien ca. 5 €.

FK2.220 Herr Stefan Kriekhaus
11.1.-29.3.22, 40 UStd.

8x Di, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 002

€ 115,00 (erm: € 60,00)

Drehbuchschreiben

Aufbaukurs

Für Teilnehmende, die über Vorkenntnisse im Bereich Drehbuch verfügen, z.B. schon an eigenen Projekten gearbeitet haben oder den Grundkurs Drehbuchschreiben besucht haben. Im Kurs wird vertieft Figurenarrangement, Dramaturgie, Szenenkomposition und Dialoggestaltung behandelt. Während des Kurses werden kleinere Aufgaben nach Hause mitgegeben. In einzelnen Veranstaltungen werden Filmausschnitte den Unterricht ergänzen. Materialkosten für Kopien ca. 5 €

FK2.222 Herr Stefan Kriekhaus
26.4.-5.7.22, 40 UStd.

8x Di, 18-21 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 002

€ 115,00 (erm: € 60,00)

Der Prozess der Stoffentwicklung - Masterclass für Autoren und Autorinnen nonfiktionaler und fiktionaler Geschichten

Der Schreib- und Stoffentwicklungsprozess muss weder einsam noch mühsam sein. Sie arbeiten an einem Thema, an einer Figur oder an einer Geschichte? Sie kommen nicht (mehr) weiter? Eine Gruppe Gleichgesinnter bietet vielfältige Inspiration, Kreativität und Kompetenzen. In der Masterclass für Autoren und Autorinnen können Sie unter professioneller Anleitung Ihre Idee oder Geschichte (weiter-)entwickeln. Welche Vorgehensweisen und Methoden Ihnen dabei praktisch helfen, welche Etappenziele Sie erreichen können, ermitteln wir während des Kurses in Form prozessualer Stoffentwicklungs-Gespräche. Der Kurs bietet Ihnen Zeit für Ihre Ausarbeitung und Umsetzung und vermittelt Ihnen nebenbei handwerkliche und kreative Techniken (u.a. von Linda Seger), dramaturgische Methoden und Instrumente (u.a. von John Truby, Frank Daniel, Robert McKee, Christopher Vogler oder Gender-/Diversity-Storytellings-Tools). Im geschützten Kreativ- und Schreibraum erfahren Sie konstruktive Kritik, erkennen die Notwendigkeit von Fehlern, Schreibblockaden und Sackgassen, schöpfen neue Energien, Ideen, Perspektiven und Lösungswege. Schreiberfahrungen und dramaturgische Vorkenntnisse sind wünschenswert. Der Kurs ist als Fortsetzung und als Neueinstieg geeignet. Bitte bewer-

ben Sie sich mit einer Ideenskizze oder Synopsis, max. eine DIN A4 Seite. Bei Fragen kontaktieren Sie die Dozentin. Urheber-, Nutzungs- und Lizenzrechte bleiben bei Ihnen und werden geachtet!

FK2.229 Frau Silke Cecilia Schultz
Die aktuellen Termine finden Sie unter www.vhs-fk.de

Charaktere verstehen und gestalten mit dem Enneagramm

Menschen beschäftigen sich ein Leben lang mit der Frage nach dem woher und wohin. Jede Geschichte verhandelt die beiden Fragen. In einer nachhallenden Geschichte ist es weniger interessant, was einer Figur passiert, sondern wie der Charakter einer Figur auf das reagiert, was ihr oder ihm passiert. Der Charakter einer Figur muss nicht sympathisch sein, er muss empathisch sein, er muss Interesse, Identifikation, Emotionalität für ein Thema und eine Geschichte durch komplexe, ambivalente und in sich glaubwürdige Reaktionen und Aktionen auf das Geschehen schaffen. Dafür gibt es ein Gestaltungsinstrument: Das Enneagramm, ein uraltes, empirisches, beziehungs-dynamisches (Selbst-)Erkenntnismodell, das neun Charaktertypen (nicht Individuen) und 27 Untertypen differenziert. Das Modell unterscheidet zwischen inneren und äußeren Dynamiken menschlicher Erkenntnis und Veränderungsprozesse und bezieht sowohl komplexe soziale Beziehungen wie psychologische Konstellationen und unterschiedliche Werte(un-)ordnungen mit ein. Es beschreibt die Verwicklungen, Wechselwirkungen und Dynamiken mit allen Charaktertypen und eröffnet neue Sichtweisen auf Wahrnehmungs- und Verhaltensmuster sowie Veränderungspotenziale und -strategien. Es bietet die Möglichkeit, soziale, kulturelle und individuelle Stereotype, Klischees und Vorurteile zu erkennen und damit zu brechen. Das Enneagramm kann als Charakter- sowie als Strukturmodell für die Entwicklung von Charakteren in und von nonfiktionalen und fiktionalen Geschichten angewandt werden. Gleichzeitig ist es eine Wahrnehmungsmethode, um sich selbst und Andere in ihrer Vielseitigkeit, mit ihren Widersprüchen und inneren Systemen sehen zu lernen.

FK2.230 Frau Silke Cecilia Schultz
Die aktuellen Termine finden Sie unter www.vhs-fk.de

Masterclass für Autor:innen: Characters And Stories Out Of The Box

Eine Gruppe von Autor:innen der Danish Writer's Guild hat 2018 ein Manifesto For Gender Equality veröffentlicht, das mit Empathie und Humor auf vierzig Stereotypisierungen in Film und Fernsehen hinweist. Aktionen wie Act Out oder Handlungsan-

weisungen wie die Diversity Standards des British Film Institute werfen auch hierzu immer wieder Fragen auf: Brauchen wir neue Narrative? Reicht das Bewusstsein zur Differenzierung und Reflexion von geschlechtlichen und diversen (Erzähl-) Perspektiven und Positionen oder müssen wir „üben, üben, üben“, um divers(er) zu erzählen? Als Geschichtenerzähler:innen arbeiten wir mit unseren eigenen als auch kulturellen Stereotypen, Klischees, normativen Zuschreibungen und Vorurteilen. Die Herausforderung ist, sie zu beherrschen anstatt von ihnen beherrscht zu werden, sie als Inspiration- und Ideen-Quellen zu nutzen und ihnen mit Empathie und Humor zu begegnen. In der Masterclass lernen Sie, Ihre Charaktere und Geschichten auf (fast) alle -ismen zu überprüfen - anhand praktischer Übungen nach diversen individuellen wie universalen, kreativen, handwerklich-dramaturgischen Instrumente. Sie erforschen das Begehren des Anderen/der Anderen, „tote Winkel“, wechseln Positionen und Perspektiven, brechen Stereotype und Tabus, arbeiten mit Unter- oder Übertreibung. Nutzen Sie die Masterclass, um konkret und unmittelbar „characters and stories out of the box“ zu entwickeln und auszugestalten. Der Onlinekurs fokussiert sich auf die Praxis, ergänzt durch theoretische Impulse und bietet eine Vielzahl von Einzel-, Zweier- und Gruppenübungen an.

FK2.232 Frau Silke Cecilia Schultz
Die aktuellen Termine finden Sie unter www.vhs-fk.de

Das Seelenleben der Hauptperson - Psychologie meets Kreatives Schreiben

Lernen Sie Ihre Hauptperson noch besser kennen, indem Sie schreibend ihre Psyche erforschen. Im Fokus dieses Wochenendworkshops stehen die sich aus der Biografie der Hauptperson ergebenden inneren Konflikte und deren Ausdruck im Handlungsverlauf. Überprüfen Sie die Stimmigkeit der Personenführung anhand psychologischer Konzepte aus Psychoanalyse und Verhaltenstherapie. Lassen Sie sich zu mehr Lebendigkeit und Originalität bei der Inszenierung Ihrer Figuren inspirieren! Der Kurs richtet sich an Autor*innen, die bereits an einem Projekt arbeiten und sich Unterstützung und Anregung für die Entwicklung ihrer Hauptfigur wünschen.

FK2.233 Frau Sabine Lowsky;
Herr Alexander Reichardt
27.-28.11.21, 16 UStd.
Sa/So, 10.30-17.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 202
€ 79,80 (erm: € 41,80)

FK2.234 Frau Sabine Lowsky;
Herr Alexander Reichardt
14.-15.5.22, 16 UStd.
Sa/So, 10.30-17.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 002
€ 79,80 (erm: € 41,80)

Filmworkshop - Einführung Kurzfilm

Die Themen dieses dreitägigen Filmworkshops sind der Umgang mit der digitalen System- und Spiegelreflexkamera, Bildkomposition, Szenenauflösung, Kontinuität, Einsatz von Licht und Ton und das Schreiben einer Prämisse für einen Kurzfilm. Im Vordergrund des Kurses steht nicht die Theorie, sondern die praktische Anwendung. Vorkenntnisse werden nicht erwartet. Zwei DSLR/DSLM-Kameras, Stative, Licht- und Tonequipment stehen zur Verfügung. Eine eigene Kamera ist nicht erforderlich, wenn vorhanden, bitte mitbringen. Your course instructor can answer your questions in English if required.

FK2.235 Herr Joachim Mühleisen
3.-5.12.21, 20 UStd.
Fr 18-21 Uhr, Sa/So 10-17 Uhr
€ 60,00 (erm: € 32,00)

FK2.236 Herr Joachim Mühleisen
18.-20.2.22, 20 UStd.
Fr 18-21 Uhr, Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula, R. 204
€ 60,00 (erm: € 32,00)

Filmworkshop - Einführung Dokumentarfilm

Die Themen dieses dreitägigen Filmworkshops sind der Umgang mit der DSLR- oder Videokamera, Bildkomposition, Interviewführung, Szenenauflösung, Erzählstrategien und der Einsatz von Licht und Ton. Wir beschäftigen uns mit unterschiedlichen Dokumentarfilmstilen und Herangehensweisen und wenden diese an. Im Vordergrund des Workshops steht die praktische Anwendung. The teacher can answer questions in English, if required. Vorkenntnisse werden nicht erwartet, eine eigene Kamera ist nicht erforderlich, wenn vorhanden bitte (DSLR-) Kamera mitbringen.

FK2.237 Herr Joachim Mühleisen
5.-7.11.21, 20 UStd.
Fr 18-21 Uhr, Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001, R. 004
€ 60,00 (erm: € 32,00)

FK2.238 Herr Joachim Mühleisen
18.-20.3.22, 20 UStd.
Fr 18-21 Uhr, Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 002, R. 101
€ 60,00 (erm: € 32,00)

Filmworkshop - Dokumentarfilm Sommerkurs

Die Themen dieses dreitägigen Filmworkshops sind der Umgang mit der DSLR- oder Videokamera, Bildkomposition, Interviewführung, Szenenauflösung, Erzählstrategien und der Einsatz von Licht und Ton. Wir beschäftigen uns mit unterschiedlichen Dokumentarfilmstilen und Herangehensweisen und wenden diese an. Im Vordergrund des Workshops steht die praktische Anwendung. The teacher can answer questions in English, if required. Vorkenntnisse

werden nicht erwartet, eine eigene Kamera ist nicht erforderlich, wenn vorhanden bitte (DSLR-) Kamera mitbringen.

FK2.240 Herr Joachim Mühleisen
12.-14.7.22, 24 UStd.
Di-Do, 10-17 Uhr
Unterrichtsort: Fa. Vitascope
Stubbenkammerstr. 13, 10437 Berlin
€ 69,00 (erm: € 36,00)

Filmworkshop - Poetischer Film

Poetische Bildsprache und filmische Stimmungen

In diesem Filmworkshop beschäftigen wir uns mit einer poetischen Bildsprache, welche die Bilder in einer lyrischen Weise verbindet und die herkömmlichen Gattungs- und Genrenormen hinter sich lässt. In mehreren Übungen drehen wir Einstellungsfolgen, die jeweils einen Gedanken, eine Idee oder eine Stimmung zum Ausdruck bringen. Themen des Seminars sind die Arbeit mit der Kamera, Komposition, Juxtaposition, Verfremdung und Montagestile wie Attraktions-, Assoziations- oder Kontrastmontage. Wir schneiden mit den gedrehten Einstellungen kurze Filme und besprechen gemeinsam ihre Wirkung und ihren poetischen Ausdruck. Kameras können gerne mitgebracht werden, es stehen aber auch zwei DSLR-Kameras zur Verfügung.

FK2.241 Herr Joachim Mühleisen
18.-19.9.21, 16 UStd.
Sa/So 10-17 Uhr
Unterrichtsort: Fa. Vitascope
Stubbenkammerstr. 13, 10437 Berlin
€ 55,00 (erm: € 29,00)

FK2.242 Herr Joachim Mühleisen
25.-26.6.22, 16 UStd.
Sa/So 10-17 Uhr
Unterrichtsort: Fa. Vitascope
Stubbenkammerstr. 13, 10437 Berlin
€ 55,00 (erm: € 29,00)

Wie die Bilder laufen lernen ... Zu den Grundlagen des Trickfilms

Der Animationsfilm lädt ein, vertraute Objekte und Lebewesen zu verwandeln und mit ihnen Geschichten zu erzählen und neue Bilder zu finden. Der Trickfilm ermöglicht es Charaktere zu erstellen, die in ihrer eigenen Welt leben und handeln, deren Grenzen nur durch die Phantasie ihrer Gestalter gesetzt werden.

In diesem Kurs erlernen wir das Einmaleins des Trickfilms, die grundlegenden Prinzipien der klassischen Animation sowie die Produktionsschritte der Trickfilmherstellung von der Planung bis zur Umsetzung. Der Trickfilm vereint viele künstlerische Ausdrucksmittel in sich, wie z.B. Fotografie, Malerei, Bildhauerei, Literatur, Musik, Grafik, Typografie oder auch Objektkunst und bedient sich aus all diesen. Der Trickfilm addiert jedoch zu dem künstlerischen Ausdruck noch Zeit und Raum. Wir werden uns mit den klassischen traditionellen 2D-Techniken beschäftigen wie z.B. dem Legetrick

film, bei dem die Filmobjekte auf eine Horizontale gelegt, bewegt und abgefilmt werden und nicht mit Computeranimation oder Animationsprogrammen. Durch die Gestaltung des Filmes werden Gesetzmäßigkeiten der Bildkomposition, die Figur im Raum und die filmische Bildsprache erlernt. Beginnend mit einer Ideensammlung und nach der Story-Entwicklung kommen wir zur Anfertigung von Storyboards (visualisierten Drehbüchern), danach erfolgt die Anfertigung von Charakteren und Hintergrundgründen. Nach der Aufnahme unter der Kamera, dem Schnitt und der Nachvertonung entstehen am Ende dieses Kurses als Ergebnis mehrere kleine Trickfilme. Kenntnisse im Filmschnitt sind von Vorteil, aber nicht notwendig. Eigene Filmtechnik wie Kameras, Laptops oder Tablets – soweit vorhanden – bitte mitbringen.

FK2.245 Frau Thurit Antonia Kremer
10.-12.9.21, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr; Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula, R. 201
€ 65,00 (erm: € 34,50)

FK2.246 Frau Thurit Antonia Kremer
4.-6.3.22, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr; Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001, R. 002
€ 65,00 (erm: € 34,50)

Experimentalfilm

Ist das Film oder Kunst? Ein Workshop für Interessierte mit und ohne Vorkenntnisse.

Der Experimentalfilm ist ein kraftvolles, künstlerisches Medium und birgt ein hohes Maß an kreativen Freiheiten und künstlerischen Ausdrucksmöglichkeiten. Neben einer Einführung in den Experimentalfilm werden wir Alternativen zu traditionellen Erzählformen erkunden und Ideen in Bewegbilder umsetzen. Wir entziehen uns bewusst filmischen Konventionen, entdecken neue Herangehensweisen und beziehen alle das bewegte Bild umgebende Disziplinen mit ein. So können im Prozess neue Formate und Präsentationsformen entstehen. Wir werden versuchen, eigene Filmstimmen zu entwickeln und stellen die experimentelle Freiheit im Umgang mit Medien, Video und Kunst sowie die persönliche Vision in den Mittelpunkt. Bild und Ton stehen dabei nicht im Dienst einer Geschichte, einer Erzählkonvention oder festgelegter Charaktere. Experimentalfilm muss keine Geschichte erzählen, muss nicht unbedingt eine Botschaft transportieren. Diese kreative Freiheit bestimmt auch den Schnittprozess. Wir können ein Thema aufgreifen, es kann philosophisch, persönlich, politisch oder rein künstlerisch sein, es gibt keine festgelegte Form. Der experimentelle Film kann von der Kunst anderer Disziplinen, wie z.B. Malerei, Tanz, Literatur und Poesie beeinflusst sein. Er kann sich auch auf Werke von Film, Video, Medienkunst oder Bildender Kunst beziehen und sich von jenen Quellen inspirieren lassen. Der Workshop vermittelt Grundlagen und gibt künstlerische Anstöße, wie abstrakte Ideen verwirklicht werden

könnten. Es werden nicht unbedingt Kenntnisse der Filmproduktion oder die Bedienung einer Kamera vorausgesetzt, wichtig ist aber eine innere Bereitschaft zum künstlerischen und kreativen Ausdruck. Kenntnisse im Filmschnitt sind von Vorteil, aber nicht notwendig. Eigene Filmtechnik wie Kamera, Laptop, Smartphone oder Tablet soweit vorhanden bitte mitbringen.

Fk2.247 Frau Thurit Antonia Kremer
5.-7.11.21, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr; Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 201, R. 202
€ 64,00 (erm: € 34,00)

Fk2.248 Frau Thurit Antonia Kremer
18.-20.3.22, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr; Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula, R. 201
€ 64,00 (erm: € 34,00)

Videoschnitt für Webseiten, Social Media und Youtube

Einführungskurs

In diesem Wochenendkurs lernen Sie, vorhandenes Videomaterial zu einem fertigen Film zusammenzustellen. Wir nutzen ein kostenloses Videoschnittprogramm mit Open Source Lizenz (Win/Mac). Kenntnisse im Videoschnitt sind nicht erforderlich. Grundkenntnisse im Umgang mit dem Computer sollten vorhanden sein. Bitte bringen Sie nach Möglichkeit Ihren Laptop mit. Sie können eigenes Material verwenden oder sich vorhandenes Übungsmaterial zum Kursbeginn kopieren. Der Kurs vermittelt Kenntnisse in der Materialverwaltung, im Import, im Bild- und Tonschnitt, in der Effektbearbeitung sowie Titelsetzung und im Export und der Bereitstellung auf Videoplattformen. Außerdem werden Sie den Umgang mit unterschiedlichen digitalen Formaten und die Anwendung verschiedener Montageformen und Schnittpraktiken kennenlernen, die Ihren Film für die Zuschauer interessant machen.

FK2.251 Herr Sascha Quednau
24.-26.9.21, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr, Sa/So 10-17 Uhr
Unterrichtsort: Fa. Vitascope
Stubbenkammerstr. 13, 10437 Berlin
€ 75,00 (erm: € 39,00)

FK2.252 Herr Sascha Quednau
25.-27.2.22, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr, Sa/So 10-17 Uhr
Unterrichtsort: Fa. Vitascope
Stubbenkammerstr. 13, 10437 Berlin
€ 75,00 (erm: € 39,00)

Filmschnitt mit Final Cut Pro

Einführungskurs

An diesem Wochenende beschäftigen wir uns mit der Videoschnitt-Anwendung „Final Cut Pro“ von Apple und lernen alle Stationen des Schnitts, vom Importieren, Anlegen, Roh- und Feinschnitt über Ton- und Effektbearbeitung bis zum Exportieren und Umwandeln des fertigen Films kennen. Der Kurs richtet sich an Anfänger mit grundlegenden Computerkenntnissen und findet

in den Räumen der Vitascope Videoproduktion statt. Bringen Sie nach Möglichkeit bitte ein MacBook mit aufgespielter regulärer Version oder Testversion von „Final Cut Pro“ mit.

FK2.255 Herr Sascha Quednau
29.-31.10.21, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr, Sa/So 10-17 Uhr
Unterrichtsort: Fa. Vitascope
Stubbenkammerstr. 13, 10437 Berlin
€ 75,00 (erm: € 39,00)

FK2.256 Herr Sascha Quednau
11.-13.3.22, 20 UStd.

Fr 18-21 Uhr, Sa/So 10-17 Uhr
Unterrichtsort: Fa. Vitascope
Stubbenkammerstr. 13, 10437 Berlin
€ 75,00 (erm: € 39,00)

Final Cut Pro (Onlinekurs)

Einführungskurs

In diesem Onlinekurs beschäftigen wir uns mit der Videoschnittsoftware „Final Cut Pro“ von Apple und lernen alle Stationen des Schnitts, vom Importieren, Anlegen, Roh- und Feinschnitt über Ton- und Effektbearbeitung bis zum Exportieren und Umwandeln des fertigen Films kennen. Der Kurs richtet sich an Anfänger mit grundlegenden Computerkenntnissen und findet in der vhs.cloud statt. Wir nutzen das Videokonferenzsystem „edudip“, welches Bestandteil der vhs.cloud ist. Übungsmaterial wird vom Kursleiter zum Download bereitgestellt. Bitte stellen Sie folgende Voraussetzungen vor der Teilnahme sicher: 1.) Macintosh-Computer mit macOS ab Version 10.15 (Catalina), 2.) Final Cut Pro Kauf- oder Testversion ab 10.4, 3.) funktionierende Webcam, 4.) funktionierende Mikrofonverbindung, 5.) Kopfhörer, 6.) mindestens 20GB freier Speicherplatz, 7.) mindestens 10Mbit/sek Bandbreite ihrer Internetverbindung.

FK2.257 Herr Sascha Quednau
Onlinekurs

2.9.-7.10.21, 28 UStd.
7x Do, 17-20.30 Uhr
€ 99,60 (erm: € 51,30)

FK2.258 Herr Sascha Quednau
Onlinekurs

13.1.-17.2.22, 28 UStd.
7x Do, 17-20.30 Uhr
€ 99,60 (erm: € 51,30)

FK2.260 Herr Sascha Quednau
Onlinekurs

2.6.-7.7.22, 28 UStd.
7x Do, 17-20.30 Uhr
€ 99,60 (erm: € 51,30)

MUSIKPRODUKTION, SYNTHESIZER UND HÖRSPIEL

Das Aufnehmen von Musik und Sprache ist eine eigene Kunst, denn die Produktion von Musikstücken und Hörspielen erfordert sowohl technische Fähigkeiten, als auch ein klangästhetisches Verständnis. Analoge oder digitale Klangsynthese eröffnet dabei neue Welten in der Gestaltung und Erschaffung von Tönen, Geräuschen oder musikalischen Strukturen. In unseren Kursen erlernen Sie von erfahrenen und umfassend vernetzten Kursleitungen die Grundfähigkeiten um Musik, Sprache, Geräusche und alles dazwischen zu kreieren, aufzunehmen, zu bearbeiten und in eine präsentable Form zu bringen.

Natalie Gorris Studium der Publizistik- und Kommunikationswissenschaften, Neuere deutsche Literatur und Frauen- und Geschlechterstudien/Gender Studies an FU und HU Berlin. Tätigkeiten im Bereich Hörspiel u.a. als Dozentin, Verlegerin, Eventmanagerin. Unterrichtet seit 2012 an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg.

Oliver Boos Ausbildung 1996 an der SAE (Diplom). Musiker und Produzent (u.a. Jan Delay, Gods of Blitz, D'Angerous). Betreibt seit 2004 das Tonstudio „Studio Wong“. Unterrichtet an der VHS seit 2019.

Andreas Bückle-Bukelini Ausbildung 1997 an der SAE (Diplom). Tonstudiobetreiber, Sound Engineer und Produzent (Novasonic Reulingen 1997-2005, Studio Wong Berlin seit 2004) Musiker in zahlreichen Bands, seit 2005 Bandmitglied der Blue Man Group Berlin. Unterrichtet an der VHS seit 2019.

Lutz Drefahl Studium Sozialpädagogik und Grafik Design. Seit 2000 tätig als Musikproduzent mit dem Schwerpunkt auf dem Programm Steinberg Cubase. 2004 Gründung der Mediendesign-Agentur Karma-pix, Produktion von Videos, Sounddesign, Audiotbearbeitung und Postproduktion. Seit 2006 Lehrtätigkeit im Bereich digitale Kommunikation und Musikproduktion.

Musikproduktion im Tonstudio Praxis-Workshop Musikproduktion

Lernen Sie das Tonstudio als zentralen Ort der Musikproduktion kennen. Trotz den vielfältigen Möglichkeiten, bereits mit einem Laptop Musik produzieren zu können, vermittelt ein vertieftes Verständnis von professioneller Musikproduktion in einem Tonstudio wichtige Grundlagen und eröffnet neue Sichtweisen. Von Raumakustik und grundlegenden technischen Aspekten wie Signalfluss, Mischpult- und Aufnahmetechnik über Standard-Geräte der Klangbearbeitung (z.B. Kompressor, Equalizer oder Effektgeräte) hin zu organisatorischen Fragen zu Aufnahmeplanung und Workflow beim Arbeiten mit Einzelmusikern oder Bands, wird die Produktion von Musik (mit dem Schwerpunkt Pop, Rock und

Independent) praxisnah und anhand vieler Beispiele aus dem Studioalltag vermittelt. Kursort ist das Studio Wong in der Forster Straße 5 in 10999 Berlin/Kreuzberg. (www.studiowong.de)

FK2.281 Herr Oliver Boos;
Herr Andreas Bückle
3.-5.9.21, 20 UStd.
Fr 18-21 Uhr, Sa/So 11-18 Uhr
€ 99,00 (erm: € 72,00)

FK2.283 Herr Oliver Boos;
Herr Andreas Bückle
5.-7.11.21, 20 UStd.
Fr 18-21 Uhr, Sa/So 11-18 Uhr
€ 99,00 (erm: € 72,00)

FK2.280 Herr Oliver Boos;
Herr Andreas Bückle
14.-16.1.22, 20 UStd.
Fr 18-21 Uhr, Sa/So 11-18 Uhr
€ 99,00 (erm: € 72,00)

FK2.282 Herr Oliver Boos;
Herr Andreas Bückle
18.-20.3.22, 20 UStd.
Fr 18-21 Uhr, Sa/So 11-18 Uhr
€ 99,00 (erm: € 72,00)

FK2.284 Herr Oliver Boos;
Herr Andreas Bückle
20.-22.5.22, 20 UStd.
Fr 18-21 Uhr, Sa/So 11-18 Uhr
€ 99,00 (erm: € 72,00)

FK2.286 Herr Oliver Boos;
Herr Andreas Bückle
1.-3.7.22, 20 UStd.
Fr 18-21 Uhr, Sa/So 11-18 Uhr
€ 99,00 (erm: € 72,00)

Musikproduktion im Tonstudio - Aufbaukurs

Praxis-Workshop Musikproduktion.

Für Menschen, die bereits erste Erfahrungen in der Musikproduktion haben. In diesem Kurs werden die Themen aus dem Kurs „Musikproduktion im Tonstudio“ vertieft behandelt und mit umfangreichen Praxisbeispielen gemeinsam erörtert. Kursort ist das Studio Wong in der Forster Straße 5 in 10999 Berlin/Kreuzberg. (www.studiowong.de)

FK2.287 Herr Oliver Boos;
Herr Andreas Bückle
24.-26.9.21, 20 UStd.
Fr 18-21 Uhr, Sa/So 11-18 Uhr
€ 99,00 (erm: € 72,00)

FK2.288 Herr Oliver Boos;
Herr Andreas Bückle
18.-20.2.22, 20 UStd.
Fr 18-21 Uhr, Sa/So 11-18 Uhr
€ 99,00 (erm: € 72,00)

FK2.290 Herr Oliver Boos;
Herr Andreas Bückle
10.-12.6.22, 20 UStd.
Fr 18-21 Uhr, Sa/So 11-18 Uhr
€ 99,00 (erm: € 72,00)

Max/MSP für Anfänger*innen

Max/MSP ist eine objekt-orientierte Programmiersprache, die unter anderem für künstlerische Arbeiten im Bereich Musik, Performance, Video- und Medienkunst genutzt wird. Lernen Sie in diesem Kurs die Grundlagen der Software Max kennen, um mit dem Computer Verbindungen zwischen verschiedenen Kunstrichtungen zu schaffen. Sie möchten elektronische Musik machen und die Instrumente dafür selbst digital bauen? Bei einem Schlag auf die Snare-Drum soll ein Licht aufleuchten? Wollen Sie mit Körperbewegungen bestimmte Klänge oder Farben steuern? Lernen Sie, Ihre technisch-kreativen Möglichkeiten mit dem Laptop zu erweitern um z.B. Musik zu machen, Effekte selbst zu programmieren oder für ein Konzert Videokunst zu kreieren, welche auf Musik reagiert. Ein sicherer Umgang mit dem PC wird vorausgesetzt. Es sollte den Teilnehmer*innen keine Probleme bereiten, Programme oder Treiber zu installieren, den Browser zu benutzen und sich in der Ordner-Struktur des PCs zurechtzufinden. Grundkenntnisse in Programmierung und Musiktheorie sind von Vorteil, jedoch keine Voraussetzung für die Kursteilnahme. Technische Voraussetzungen: Laptop oder Computer, Mikrofon, Webcam, Maus oder Touchpad (internes Laptop-Mikrofon reicht aus), Max Software (kostenlose Demo Version).

FK2.277 Frau Rica Zinn
Die aktuellen Termine finden Sie unter www.vhs-fk.de.

FK2.278 Frau Rica Zinn
Die aktuellen Termine finden Sie unter www.vhs-fk.de.

Musikproduktion mit dem PC (Onlinekurs)

Benötigten Sie noch vor wenigen Jahren ein kleines Studio mit entsprechend teuren Anschaffungen für Mischpult, Synthesizer und Aufnahmehardware, so ist es mittlerweile möglich, mit kleinem finanziellen Aufwand Musik am PC zu produzieren. Anhand eines Beispiels aus der Popmusik werden Ihnen grundlegende Elemente eines Songaufbaus vermittelt. Sie erlernen, wie man auch ohne fundierte musikalische Ausbildung kreativ mit dem Sequenzerprogramm Steinberg Cubase LE9 arbeiten kann. Der Kurs ist auch als Berufsorientierung im Multimediabereich (Sounddesign/Audiotbearbeitung) geeignet. Inhalte: Einführung in den Aufbau eines Homerecordingstudios (Hard- und Software); Einführung in das Sequenzerprogramm Steinberg Cubase LE9 - Programmoberfläche, Grundlagen Audioaufnahme und -bearbeitung, Audiosamples und Loops, Aufnahme mit der Midi-Technologie, Softwaresynthesizer, Aufnahme und Bearbeitung von Mididaten im Key-Editor, Grundlagen Aufbau eines Popsongs, Mischtechniken, Insert- und

Send-Effekte, Mastering. Voraussetzungen: PC Kenntnisse; Kopfhörer oder externe Lautsprecher, ein Midi-Keyboard wäre (ab dem dritten Termin) von Vorteil, ist aber keine Voraussetzung für die Kursteilnahme. Sie arbeiten mit der Software Steinberg Cubase LE9. Detailfragen zu Inhalten können im Voraus an den Kursleiter gerichtet werden: drefahl@karmapix.de. Teilnehmende dieses online-Kurses können sich in den online-Klassenraum auf der Lernplattform vhs.cloud ab ca. eine Woche vor Kursbeginn einloggen. Weitere Informationen zur vhs.cloud finden Sie unter www.vhs-fk.de.

**FK2.271 Herr Lutz Drefahl
online**

1.11.-2.12.21, 40 UStd.
10x Mo und Do 17-20.15 Uhr
€ 125,00 (erm: € 65,00)

**FK2.272 Herr Lutz Drefahl
online**

25.4.-26.5.22, 40 UStd.
10x Mo und Do 17-20.15 Uhr
€ 125,00 (erm: € 65,00)

Electronic Sounds Impro Lab

Wie verbinde ich verschiedene MIDI-Controller miteinander? Was ist No-Input-Mixing? Wie kann ich mit einem Smartphone oder einem Tablet Teil einer elektronischen Jam-Session werden neben Mikrophon, Drummachine und Synthesizer? Schnittstellen-Fragen lösen sich am besten in der Praxis! Im Electronic Sounds Impro Lab wird kollektiv mit verschiedenen elektronischen Musikinstrumenten experimentiert und improvisiert. Vordergründig geht es um den Spaß am Musizieren mit Tasten, Fadern und Knöpfen. Aber es kann auch ein akustisches Instrument mit Mikrophon abgenommen werden und Eingang in die elektronische Musikwelt finden. Auf spielerische Weise wird den Kursteilnehmer*innen ermöglicht, einen Überblick über elektronische Musikinstrumente zu bekommen. Dabei werden technische Grundlagen in der Audio-Signalverarbeitung vermittelt und auf musikalischer Ebene untersucht, wie eine elektronische Musiksession strukturell gestaltet werden kann. Eigene Instrumente können gerne mitgebracht werden. Kreatives Chaos welcome!

FK2.275 Frau Rica Zinn

Sa/So 12-18 Uhr
Die aktuellen Termine finden Sie unter www.vhs-fk.de.

Arduino DJ-Mixer - DIY Workshop

In diesem Kurs wird ein DJ-Mixer unter Anleitung selbst gebaut. Es wird einen Bausatz geben, der gemeinsam Schritt für Schritt zusammengesetzt wird und einiges an handwerklichem Geschick erfordert! Funktioniert technisch alles in der Breadboard-Prototyp-Phase, geht es ans Löten und die individuelle Gestaltung des Hardware-Case. Fader und Drehknöpfe werden in das Case eingesetzt und über Kabel mit dem Mikrocontroller verbunden. Anschließend wird der hoffentlich funktionierende

DJ-Mixer - wenn alles richtig verlötet wurde - über ein USB-Kabel mit dem Laptop verbunden und getestet. Am Computer wird in die Welt der Open-Source-Plattform Arduino eingeführt und erklärt, wie das Signal als MIDI-Input in Programme wie beispielsweise Traktor, Ableton Live oder Max geroutet werden kann. Direkte Materialkosten sind in den Kursgebühren enthalten!

FK2.296 Frau Rica Zinn

Fr 18-21 Uhr, Sa/So 12-18 Uhr
Die aktuellen Kurstermine finden Sie unter www.vhs-fk.de

Hörspiele sprechen

Hörspiele zu sprechen ist anders als das Vorlesen von Texten und auch anders als Schauspiel. Es ist das Spielen von Rollen, ohne jedoch Gestik und Mimik publikumswirksam nutzen zu können. Unser einziges Instrument ist die Stimme. In diesem Wochenend-Kurs lernen wir hierzu Übungen aus den Bereichen Stimmbildung, Sprech-erziehung und Schauspiel kennen und diese hörspielgerecht umzusetzen. Wir schlüpfen in Rollen, die sowohl dem realen Leben als auch fantastischen Welten entspringen und sind so im einen Augenblick ein finsterner Gangster und im nächsten Moment ein fröhlich plapperndes Toastbrot. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Willkommen sind alle, die sich im Hörspiel ausprobieren und das Potenzial ihrer Stimme entdecken möchten.

Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken sowie ausreichend Getränke (am besten Mineralwasser ohne Kohlensäure) mitbringen.

FK2.291 Frau Natalie Gorris

Sa 11-17, So 11-18 Uhr
Die aktuellen Termine finden Sie unter www.vhs-fk.de.

Hörbücher selbst vertonen - vom Text zur inszenierten Lesung

Eine besondere Gattung unter den Hörbüchern ist die 'Inszenierte Lesung'. Wir beschäftigen uns mit den Gestaltungsmöglichkeiten und der Umsetzung eines solchen Hörbuchs in Theorie und Praxis. Wir nutzen fertige Texte, bereiten sie vor, in Wort und Klang, sprechen sie am Sonntag selbst in einem Berliner Tonstudio ein und mischen sie anschließend mit passenden Sounds ab, z.B. mit Geräuschen, Atmos, dialogischen Anteilen. Bestandteil der Vorbereitungen sind auch Elemente aus dem Atem- und Stimmtraining. Das Seminar ist für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse geeignet. Es wird empfohlen, in bequemer Kleidung zu erscheinen und ausreichend Flüssigkeit (am besten Mineralwasser ohne Kohlensäure) mitzubringen, sowie Stifte, Papier, USB-Stick und (soweit vorhandenen) Laptop mit installiertem Schnittprogramm. Es gibt die Möglichkeit, die fertigen Hörbücher im Anschluss an den Kurs im Radio innerhalb der Hörspielsendung Tinnitus auf ALEX Berlin zu senden. Die Kosten für die Studiomiete betragen

ca. 10-20 € pro Person (abhängig von der Anzahl der Teilnehmer) und sind am 1. Kurstag (Samstag) direkt an die Kursleitung zu übergeben.

FK2.292 Frau Natalie Gorris

Sa, 11-17/So, 11-18 Uhr
Die aktuellen Termine finden Sie unter www.vhs-fk.de.

Praxisseminar Hörspiel

In diesem Seminar werden wir kurze Hörspiele produzieren. Wir werden sie am Samstag schreiben, Sonntag selbst einsprechen und mit Geräuschen abmischen. Der Kurs beinhaltet das Erarbeiten von Kurzhörspiel-Manuskripten, Elemente des Sprech-/Stimmtrainings und schauspielerischer Übungen, das Einsprechen der Figuren am Mikrophon sowie Schnitt, Mix/Produktion der Hörspiele. Sollten einzelne Hörspiele innerhalb des Seminars nicht fertig werden, gibt es nach Beendigung des Kurses die Möglichkeiten, die Endproduktion der Kursleitung zu überlassen oder das eigene Hörspiel zu Hause selbst fertigzustellen. Das Seminar ist für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse geeignet. Es wird empfohlen, in bequemer Kleidung zu erscheinen und ausreichend Flüssigkeit (am besten Mineralwasser ohne Kohlensäure) mitzubringen, sowie Stift, Papier, USB-Stick und (soweit vorhandenen) Laptop mit installiertem Schnittprogramm. Es gibt die Möglichkeit, die fertigen Hörspiele im Anschluss an den Kurs im Radio innerhalb der Hörspielsendung Tinnitus auf ALEX Berlin zu senden. Am Sonntag wird der Workshop teilweise in einem Berliner Tonstudio stattfinden. Die Kosten für die Studiomiete betragen ca. 10-20 € pro Person (abhängig von der Anzahl der Teilnehmer) und sind am 1. Kurstag direkt an die Kursleitung zu übergeben.

FK2.293 Frau Natalie Gorris

Sa, 11-17/So, 11-18 Uhr
Die aktuellen Termine finden Sie unter www.vhs-fk.de.

MALEN, ZEICHNEN, MAPPENKURSE

Viele unserer Kurse sind sowohl als Einstiegs-kurse als auch zur Auffrischung und Übung für kreative Menschen mit Vorkenntnissen geeignet – von klassischen Grundtechniken über die Themen, Akt, Porträt, abstrakte Malerei, Bauhaus und Moderne bis hin zu Collage, Mischtechniken, Comic Werkstatt und zum freien Gestalten. Viele der Kurse welche sich mit grundlegenden Techniken befassen, sind auch zur Studienvorbereitung oder studienbegleitend gut geeignet. In speziellen Mappenkursen bieten wir zusätzlich eine gezielte Vorbereitung für ein Studium in künstlerischen oder gestalterischen Bereichen an.

Unsere Dozentinnen und Dozenten sind langjährig in der Erwachsenenbildung und Kunstvermittlung tätig und verfügen über eigene künstlerische Biografien. Zum Beispiel ...

Anna von Bassen Studium an der UdK Berlin, arbeitete beim Film und an verschiedenen Theater als Bühnen- und Kostümbildnerin tätig. Seit 2006 Mitglied im Verein Berliner Künstler, von 2007-2018 Teil des Vorstands. Ausstellungen und Ausstellungsbeteiligungen in Deutschland, Südkorea, Frankreich, Polen, Schweiz und Holland. An der VHS Friedrichshain-Kreuzberg unterrichtet sie seit dem Ende ihres Studiums. www.anna-von-bassen.de

Marion Bauer-Stille Studium Kunsterziehung u. Geschichte an der Humboldt-Universität Berlin, Studium der Malerei u. Grafik an der Hochschule Berlin-Weissen-see. Zahlreiche Studienreisen, Ausstellungen im In- u. Ausland. 4 Jahre Lehrauftrag Zeichnen an der FHTW Berlin, Mitglied im Verein collegiumartis. e.V. Seit 2002 Kursleiterin an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg. www.marionstille.de

Andreas Bauschke Studium der Malerei an der HdK Berlin (Meisterschüler), 1. Künstlerisches Staatsexamen, Kunsterziehung. 1986 Preisträger „Kunststudenten stellen aus“, Bonn. Zweijähriges Stipendium der Künstlerischen Nachwuchsförderung (NaFöG). Seit 2005 Leiter des Kunstprojektes KUNSTRAUM La Girafe Berlin-Brüssel. Unterrichtet seit 1992 an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg.

Pauline Disonn Studium der Freien Malerei Staatliche Kunstakademie Karlsruhe und HdK Berlin, Meisterschülerin bei Prof. Martin Engelmann. 1980 bis 1984 Aufenthalt in Ruanda. Freischaffende Künstlerin und seit 1989 Leitung der Bereiche Malerei, Zeichnung und Bühnenbild an der Etage - Schule für die Darstellenden Künste Berlin. Stipendien und Einzel- und Gruppenausstellungen in Italien, Deutschland, Gambia, Senegal, Ruanda, Burundi und Japan. Führt seit 1985 Kurse an der Volkshochschule Friedrichshain-Kreuzberg durch.

Antonia Duende Studium der Malerei an der Akademie der Bildenden Künste in Sofia, Bulgarien. Künstlerweiterbildung „Kunst im Kontext“ an der HdK Berlin. Lebt als freischaffende Künstlerin und Kunst-Dozentin in Berlin. Zahlreiche Einzel- und Gruppenausstellungen im In- und Ausland. Unterrichtet seit den 90er Jahren an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg.

Peter Geller Studium der Freien Kunst und Lehramt an der HBK Bukarest sowie der bildenden Kunst an der HfBK Hamburg. Seit 1992 Lehraufträge und Vortragsreihen u.a. an der Kunsthochschule Weißensee, der HBK Braunschweig, der Kunstakademie Düsseldorf und der UdK Berlin. Hat seit 2004 in seinen Kursen über 350 bestandene Aufnahmeprüfungen an Kunsthochschulen deutschlandweit begleitet. Unterrichtet seit 1998 an der Volkshochschule. www.petergeller.de

Franziska Goes Studium UdK Berlin, 1998 Abschluss Meisterschülerin, seitdem freischaffend als Bildende Künstlerin und Dozentin u.a. an der Berlin School of Communication and Design, SRH University. Ausstellungen u.a. in Göteborg, Aarhus, Groningen, Berlin und New York. Arbeiten in öffentlichen und privaten Sammlungen. www.franziskagoes.de

Karoline Koepfel Studium der Malerei an der HdK Berlin, Meisterschülerin. Studienaufenthalte in Peru und den USA. Lebt und arbeitet als freischaffende Malerin in Berlin. Seit 2010 auch Dozentin an der VHS Friedrichshain Kreuzberg. www.karolinekoepfel.de

Detlef Olschewski Abendstudium Malerei an der Kunsthochschule Berlin-Weißensee. 1979-1981 Bezirks-Kulturakademie Berlin. 1995-2018 Mitglied im Verein Berliner Künstler, seit 1997 Mitglied von XYLON. Diverse Ausstellungen und Stipendien im Inn- und Ausland. www.olschewski-kunst.de

Duna Rolando Diplom an der Escuela de Bellas Artes Prilidiano Pueyrredón. Master an der Polytechnischen Universität von Valencia. Einzel- und Gruppenausstellungen u.a. in Madrid, Wien, Paris, Berlin und Buenos Aires. Von 2001 bis 2010 im Bereich Illustration und Produktion von Kinderfilmen tätig. Unterrichtet seit 2018 an der Volkshochschule Friedrichshain-Kreuzberg. www.duna-artwork.de

Hans Stein Studium an der HfBK/HdK der Künste Berlin-Charlottenburg, Meisterschüler bei Ernst Schumacher. Lebt und arbeitet freiberuflich in Berlin. 1989 bis 2000 Lehrbeauftragter an der Hochschule der Künste Berlin. Mitglied im Bundesverband Bildender Künstlerinnen und Künstler, dem Verein Berliner Künstler und im Künstlersonderbund. Unterrichtet an der VHS seit den 1980er Jahren. www.hans-stein.de

Fabrizia Vanetta Studium der Freien Malerei und Grafik an der AdBK München und der UdK Berlin 2004-2010. Seit 2011 als bildende Künstlerin tätig. Auszeichnung: Preis für Diplomanden, Akademieverein e.V., München, 2011. Ausstellungsbeteiligung u.a.: Künstlerhaus Bethanien, Berlin; Nassauischer Kunstverein, Wiesbaden; BWA Contemporary Art Gallery, Kattowitz. An der VHS seit 2021.

ZEICHNEN, ILLUSTRATION UND GRAFISCHES GESTALTEN

Sehen lernen – mit Bleistift, Kohle oder Kreide die Fläche entdecken! Grundkurs Zeichnen

Von spielerischen Skizzen zur konkreten Gestaltung. Im Mittelpunkt steht das Erfassen von Linien, Strukturen, Formen und Proportionen sowie das Experimentieren mit Hell-Dunkel und Perspektive. Genaues Beobachten wechselt mit kurzen zeichnerischen Lockerungsübungen. Ausgehend vom Gegenstand (Objekt, Stillleben, Porträt) entstehen in unterschiedlichen Techniken eigene Kompositionen, der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Die Betreuung ist individuell. Bitte mitbringen: Zeichenblöcke A3, Bleistifte HB, 2B, 4B, Anspitzer, Radiergummi.

FK2.303 Frau Marion Bauer-Stille
7.9.-19.10.21, 28 UStd.

7x Di, 18-21 Uhr

Laskerhöfe, Laskerstr. 6-8, Atelier
€ 89,80 (erm: € 47,10)

FK2.304 Frau Marion Bauer-Stille
8.2.-29.3.22, 28 UStd.

7x Di, 18-21 Uhr

Laskerhöfe, Laskerstr. 6-8, Atelier
€ 89,80 (erm: € 47,10)

Grundkurs Zeichnen – Für Anfänger*innen

In diesem Kurs werden die Grundlagen der Perspektive, der Hell-Dunkel Gestaltung, der Proportions- und Kompositionslehre vermittelt und genaues Beobachten geübt. Es werden verschiedene Techniken des Zeichnens vermittelt – mit Bleistift, Kreide, Kohle. So findet jeder Teilnehmer seinen eigenen Weg zu einer realistischen Darstellung von Motiven. Durch musikalisch unterstützte Lockerungsübungen wird der persönliche Zeichenduktus herausgearbeitet. Für Anfänger und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Bitte mitbringen: Zeichenblöcke A3 (feinkörniges Papier), Bleistifte HB, 2B, 4B, Anspitzer, Radiergummi. Die Dozentin spricht Deutsch, Russisch und Französisch.

FK2.305 Frau Antonia Duende Stefanova
02.11.-14.12.21, 28 UStd.7x Di, 18-21 Uhr
Laskerhöfe, Laskerstr. 6-8, Atelier
€ 80,00 (erm: € 42,20)**FK2.307** Frau Antonia Duende Stefanova
27.10.-8.12.21, 28 UStd.7x Mi, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 201
€ 80,00 (erm: € 42,20)**FK2.308** Frau Antonia Duende Stefanova
Kompaktkurs**27.4.-18.5.22, 28 UStd.**
4x Mi, 18-21 Uhr, 3x Sa, 11-14 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 004
€ 80,00 (erm: € 42,20)**Zeichnen lernen - vom Strich zum Bild**

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. Zeichnen heißt Linien setzen, und davon können es erst einmal gar nicht genug sein: krakelige und wuselige Linien in ihrer Fülle verdichten sich zu spannenden Formen mit Raum, Plastizität, Licht und Schatten - man muss sie nur fließen lassen. Diese Fähigkeit soll hier in einfachen Lernschritten vermittelt werden. An unterschiedlichsten Motiven wird zunächst die flüchtige Skizze erprobt. Dann folgen die wichtigen Regeln der Komposition und schließlich die Ausarbeitung ganz in jenem Maß von Naturgetreue, die man persönlich bevorzugt. Ein passendes Programm für Anfänger, das aber auch für Fortgeschrittene neue Ideen bereithält. Bitte mitbringen: Papier A3, Zeichenmaterial nach Wahl, weiteres wird besprochen.

FK2.311 Herr Andreas Bauschke
27.10.-8.12.21, 28 UStd.7x Mi, 18.15-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 77,20 (erm: € 40,80)**FK2.312** Herr Andreas Bauschke
12.1.-23.2.22, 28 UStd.7x Mi, 18.15-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 77,20 (erm: € 40,80)**Zeichnen - Der Weg zum persönlichen künstlerischen Ausdruck**

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. Für Teilnehmende, die in dem „vom Strich zum Bild“ Kurs schon erste Erfahrungen im Zeichnen haben, aber auch Neu- und Quereinsteiger mit leichten Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Wie lerne ich, in scheinbar banalen Dingen kleine Sensationen zu sehen und diese zeichnerisch umzusetzen? Wie finde ich die mir entsprechenden Bildthemen? Welche Fülle an Möglichkeiten haben verschiedene Zeichenmaterialien zu bieten und welche sind für mich die richtigen? Ein Kurs für Menschen, die an ihrem eigenen persönlichen künstlerischen Ausdruck arbeiten wollen, um in ihren Zeichnungen das Wesen der abgebildeten Motive besser erfassen zu

können. Bitte mitbringen: Papier A3, Zeichenmaterial nach Wahl, weiteres wird besprochen.

FK2.314 Herr Andreas Bauschke
27.4.-8.6.22, 28 UStd.7x Mi, 18.15-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 77,20 (erm: € 40,80)**Jugendstil und Art Deco - Inspiration für grafisches Arbeiten**

Sowohl der Jugendstil als auch später das Art Deco sind wegweisende Stilrichtungen und Vorbereiter der Moderne. Sie umfassen gesamt künstlerische Gestaltungen wie z.B. Architektur, Möbel, Objekte, Malerei und Druckgrafik und sind noch heute Impulsgeber für zeitgenössische Entwürfe. In diesem kompakten Wochenendkurs wollen wir nach einer Übersicht zu beiden Stilrichtungen vor allem die grafischen Darstellungen als Inspiration nutzen, um eigene Blätter und Grafiken zu gestalten. Diese können z.B. im Bereich floraler Ornamente und Muster liegen oder im Feld gegenständlicher Darstellung. Auch existierende Architekturen und Objekte können als Anregung genutzt werden. Wir arbeiten das Faszinierende, Kraftvolle und gleichzeitig zeitlos Elegante dieser prägenden Stilepochen heraus und entwickeln mit zeichnerisch/malerischen Mitteln und Collage-Techniken eigene Arbeiten. Vielfältige gestalterische Ansätze sind gewünscht! Wer möchte, kann auch digital am Laptop entwerfen. Bitte besorgen: Zeichenmaterial aller Art: Papier, Bleistift, Buntstifte, Fineliner etc. Ggf. Pinsel und einige Farben, wer möchte bereits bedruckte Papiere oder farbige Tonpapiere, Lineale.

FK2.317 Frau Franziska Goes
4.-5.12.21, 16 UStd.Sa/So 11.30-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 46,20 (erm: € 25,00)**FK2.318** Frau Franziska Goes
30.-31.7.22, 16 UStd.Sa/So 11.30-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 46,20 (erm: € 25,00)**Sehen-Zeichnen-Malen. Freies Gestalten für Anfängende und Fortgeschrittene**

In diesem Kurs werden die Grundlagen des Zeichnens und Malens durch die Methodik des neuen „Sehen Lernens“ erarbeitet. Parallel dazu werden mit eigenen Bildern (Fotos, Postkarten, Zeitschriften, etc.) künstlerische Formen der Umsetzung in neue Kontexte aufgezeigt. Im Laufe des Kurses lernt jeder Teilnehmer individuell verschiedene Techniken des Malens und Zeichnens wie z.B. Bildkomposition, Perspektiven, Licht und Schatten kennen. Materialien wie Bleistift, Kohle, Acryl, Aquarell und Pastellkreide können dazu verwendet werden. Ziel des Kurses ist, dass jeder Teilnehmer seinen individuellen Zugang und seine Arbeitswei-

se für die Entwicklung der eigenen künstlerischen Ausdrucksform entdeckt. Bitte Papier (mind. A 3) und Bleistifte mitbringen; Materialbesprechung am 1. Kurstag.

FK2.323 Frau Pauline Disonn
10.9.-3.12.21, 40 UStd.10x Fr, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 99,00 (erm: € 52,00)**FK2.324** Frau Pauline Disonn
14.1.-1.4.22, 40 UStd.10x Fr, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 99,00 (erm: € 52,00)**Urban Sketching - Skizzieren in der Großstadt**

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. In den letzten Jahren hat sich weltweit eine neue kreative Bewegung entwickelt: Urban Sketching - das Entdecken und Erforschen des Großstadtlebens durch das Skizzieren vor Ort. Der Kurs bietet einen Einstieg in dieses Thema an. Am ersten Abend werden Grundlagen der Perspektive, der Kompositions- und Proportionslehre vermittelt und anhand von Beispielen Techniken des Gestaltens - mit Stiften, Tusche/Fineliner, Aquarellfarben/-Stifte in der Gruppe erprobt. An vier weiteren Terminen ziehen wir durch die Stadt, um das bunte Treiben in den Straßencafés, auf den Wochenendmärkten oder interessante Stadtlanschaften in lebendigen Skizzen einzufangen - dabei wird die individuelle Beratung jedes einzelnen Teilnehmers im Mittelpunkt stehen. Die Treffpunkte werden am 1. Abend bekannt gegeben. Bitte mitbringen: Skizzenblock A4 (Skizzenheft A5 - Querformat), Bleistifte HB, 2B, 4B, Anspitzer, Radiergummi, wasserfester Fineliner, nach Wunsch - kleiner Aquarellkasten (vermalbare Aquarellstifte), Aquarellpinsel Gr.8.

FK2.360 Frau Antonia Duende Stefanova
2.-25.6.22, 20 UStd.1x Do, 18-21 Uhr; 4x Sa 11-14 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 69,00 (erm: € 36,50)**FK2.362** Frau Antonia Duende Stefanova
3.-25.6.22, 20 UStd.1x Fr, 18-21 Uhr; 4x Sa 15-18 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 004
€ 69,00 (erm: € 36,50)**Botanische Illustrationen - Botanische Kunst**

Die Darstellung von Pflanzen mit hoher Detailgenauigkeit hat ihre Wurzeln in den frühen wissenschaftlichen Publikationen des 18. und 19. Jahrhunderts. Das aufmerksame Betrachten der Natur sowie die Präzision das Wesentliche zu sehen, zu verstehen und darzustellen, hat jedoch auch einen großen ästhetischen Reiz und stellt eine Bereicherung der künstlerischen Ausdrucksmöglichkeiten dar. International erfährt die sogenannte „Botanical Art“ seit einigen Jahren eine regelrechte Renais-

sance. Ob mit Aquarellfarbe oder Farbstift auf Papier oder Pergament, Ziel in diesem Kurs ist das Erlernen der Darstellung von Pflanzen mit wissenschaftlicher Genauigkeit als künstlerische Technik. Zum ersten Termin bitte Malpapier und Zeichenstifte (Blei- oder Kohlestifte o.ä.) mitbringen. Weitere Materialbesprechung am ersten Termin.

FK2.365 Frau Duna Rolando
20.-22.8.21, 20 UStd.

Fr, 18-21 Uhr, Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 59,00 (erm: € 31,50)

FK2.367 Frau Duna Rolando
1.-3.10.21, 20 UStd.

Fr, 18-21 Uhr, Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 59,00 (erm: € 31,50)

FK2.369 Frau Duna Rolando
12.-14.11.21, 20 UStd.

Fr, 18-21 Uhr, Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 59,00 (erm: € 31,50)

FK2.366 Frau Duna Rolando
11.-13.3.22, 20 UStd.

Fr, 18-21 Uhr, Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 59,00 (erm: € 31,50)

FK2.368 Frau Duna Rolando
22.-24.4.22, 20 UStd.

Fr, 18-21 Uhr, Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 59,00 (erm: € 31,50)

FK2.370 Frau Duna Rolando
3.-5.6.22, 20 UStd.

Fr, 18-21 Uhr, Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 59,00 (erm: € 31,50)

Comic-Werkstatt I - Einführung in das Erzählen mit Bildern

Comiczeichnen ist Erzählen mit Bildern. Dabei steht der Informationsgehalt im Vordergrund: wer, was, wo, wie. In diesem Kurs wird das grundsätzliche Handwerkszeug der Comicschaffenden vorgestellt und ausprobiert, von der Figurenentwicklung über die Darstellung von Gefühlen, Hintergründen, der Umgang mit Schrift, Zeichentechnik sowie die einzelnen Schritte von der Idee bis zur fertigen Comicseite. Schritt für Schritt gehen wir von gemeinsamen Lockerungsübungen über komplexere Aufgaben bis zur individuellen Kurzgeschichte vor, lassen uns von unterschiedlichen Vorbildern inspirieren und erweitern unsere Möglichkeiten durch Einzelkorrekturen, Experimente und Partnerarbeiten.

FK2.371 Frau Elke Renate Steiner
2.10.-11.12.21, 40 UStd.

10x Sa, 15-18 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 202
€ 99,00 (erm: € 52,00)

Comic-Werkstatt II - Vertiefungskurs und individuelle Projektbetreuung

Dieser Kurs will ein Forum für fortgeschrittene Comicschaffende sowie ambitionierte Quereinsteiger/innen sein. Er vertieft die in der Comic-Werkstatt I behandelten Strategien zu Figurendesign, Dramaturgie, Bild-, Seiten- und Szenenkomposition.

Die Teilnehmenden werden dabei begleitet, eine eigenständige Comicarbeit zu entwerfen oder weiter voranzubringen. Dabei sind alle Ansätze willkommen, ob Manga, US-amerikanischer Independent-Comic, Franko-Belgische BD, Webcomics oder Graphic Novels. Comics sollen in ihrer Vielfalt wahrgenommen werden und dazu inspirieren, den eigenen künstlerischen Ausdruck zu finden. Dieser Prozess soll durch Kurzvorträge, gemeinsame Lektüre, den Besuch einer Comicausstellung und eines Berliner Comic-Ateliers unterstützt werden.

FK2.373 Herr Dirk Schwieger
17.9.-10.12.21, 40 UStd.

10x Fr, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 202
€ 99,00 (erm: € 52,00)

MAPPENKURSE ZUR VORBEREITUNG AUF EIN KÜNSTLERISCHES STUDIUM ODER EINE GESTALTERISCHE, KREATIVE AUSBILDUNG

Mappenkurs-Vorbereitung, Weitergestaltung und Orientierung

Der umfangreichste Kurs von Peter Geller dient der Vorbereitung, Weitergestaltung und der Orientierung für eine Bewerbungsmappe in den Bereichen Freie Kunst (Malerei, Bildhauerei, Konzeptkunst, Medien), Kunstpädagogik, Bühnenbild, Kommunikations- Mode- Textil- Produkt- Graphik- Fotedesign, Illustration, Architektur u.a. Durch die Unterrichtsstruktur, die der Grundklasse einer Kunsthochschule ähnelt, ermöglicht der Mappenkurs eine intensive Auseinandersetzung mit allen künstlerischen Fachrichtungen, zudem verschafft der Kurs einen Überblick über die zeitgenössische Kunstpraxis und behandelt allgemeine Informationen zum aktuellen Kunstgeschehen. Als Anregung und Diskussionsgrundlage werden Bücher und Filmmaterial gezeigt und die Kursteilnehmenden bekommen künstlerische und gestalterische Grundkenntnisse vermittelt, z.B. den Umgang mit Farben, Formen, Materialien, Techniken und Medien. Im Mittelpunkt der Betrachtung stehen dabei die Auswahl individueller Themen und deren Ausarbeitung, die Innovation, das Layout in der Mappe sowie die Reihenfolge der Arbeiten für die Präsentation. Die Hausaufgabe, die Prüfungsphase und speziell das Gespräch

mit der Fachkommission werden vorbereitet. Ehemaligen Kursteilnehmende die jetzt studieren, kommen gerne in den Kurs, ermöglichen einen Besuch einer Fachklasse an der Uni oder versuchen Kontakt zu Professoren herzustellen. Peter Geller hat an verschiedenen Hochschulen Lehraufträge wahrgenommen, bzw. Vorträge gehalten: HfbK Hamburg, KA Düsseldorf, HBK Braunschweig, KH Berlin Weissensee, UdK Berlin und kuratiert Ausstellungen mit Kunststudierenden im Kunstquartier Bethanien. Bis heute wurden über 350 Mappen aus seinen Kursen in Kunsthochschulen deutschlandweit angenommen. Bitte beim ersten Kurstermin eigene Arbeiten analog oder digital (Laptop) mitzubringen. Materialien: Bleistifte 2H, HB, 2B, Kugelschreiber, Filzstifte u.a. Wasserfarben, Pinsel, Block A3 mit Papier 190g/m². Einige der Kurstermine finden nach Absprache im Kurs online statt.

FK2.461 Herr Peter Geller
27.9.-13.12.21, 40 UStd.

10x Mo, 18-21 Uhr
Laskerhöfe, Laskerstr. 6-8, Atelier
€ 115,00 (erm: € 60,00)

FK2.463 Herr Peter Geller
28.9.-14.12.21, 40 UStd.

10x Di, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 115,00 (erm: € 60,00)

FK2.462 Herr Peter Geller
3.1.-21.3.22, 40 UStd.

10x Mo, 18-21 Uhr
Laskerhöfe, Laskerstr. 6-8, Atelier
€ 115,00 (erm: € 60,00)

FK2.464 Herr Peter Geller
4.1.-22.3.22, 40 UStd.

10x Di, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 115,00 (erm: € 60,00)

FK2.466 Herr Peter Geller
25.4.-4.7.22, 40 UStd.

10x Mo, 18-21 Uhr
Laskerhöfe, Laskerstr. 6-8, Atelier
€ 115,00 (erm: € 60,00)

FK2.468 Herr Peter Geller
26.4.-5.7.22, 40 UStd.

10x Di, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 115,00 (erm: € 60,00)

MALEREI, MISCHTECHNIKEN UND COLLAGE

Ölmalerei

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Ölmaltechniken kennen und können eigene Ideen für Bildthemen realisieren. Sie bekommen Gestaltungsimpulse und haben Raum zur Selbstentfaltung. Weitere Inhalte sind Bildbesprechungen, Herstellung der Ölfarben, verschiedene Ausdruckstechniken sowie experimenteller Umgang mit der Ölmalerei. Nebenkosten von ca. 30 €

bitte mit dem Dozenten verrechnen. Bitte mitbringen: kleine Gläser, Borstenpinsel, Lappen und Kernseife. Am ersten Termin findet eine Materialbesprechung statt.

FK2.325 Herr Jörg Seidel-Grunow
31.8.-28.9.21, 20 UStd.
5x Di, 19-22 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH,
Keramikwerkstatt
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK2.327 Herr Jörg Seidel-Grunow
5.10.-2.11.21, 20 UStd.
5x Di, 19-22 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH,
Keramikwerkstatt
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK2.329 Herr Jörg Seidel-Grunow
9.11.-7.12.21, 20 UStd.
5x Di, 19-22 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH,
Keramikwerkstatt
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK2.326 Herr Jörg Seidel-Grunow
4.1.-1.2.22, 20 UStd.
5x Di, 19-22 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH,
Keramikwerkstatt
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK2.328 Herr Jörg Seidel-Grunow
8.2.-15.3.22, 20 UStd.
5x Di, 19-22 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH,
Keramikwerkstatt
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK2.330 Herr Jörg Seidel-Grunow
22.3.-19.4.22, 20 UStd.
5x Di, 19-22 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH,
Keramikwerkstatt
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK2.332 Herr Jörg Seidel-Grunow
26.4.-24.5.22, 20 UStd.
5x Di, 19-22 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH,
Keramikwerkstatt
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK2.334 Herr Jörg Seidel-Grunow
28.6.-26.7.22, 20 UStd.
5x Di, 19-22 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH,
Keramikwerkstatt
€ 59,00 (erm: € 31,00)

Aquarellieren

Für engagierte Anfänger/innen und Fortgeschrittene. Grundlegende und spezielle Aquarelltechniken werden erlernt, geübt und praktisch umgesetzt. Bildbetrachtung und Stilvergleiche sollen dazu beitragen, eine persönliche Ausdrucksform zu entwickeln. Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Aquarellblock, Aquarellpinsel Gr. 12.

FK2.337 Frau Karoline Koepfel
25.10.-13.12.21, 32 UStd.
8x Mo, 14-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 79,80 (erm: € 42,20)

FK2.339 Frau Karoline Koepfel
27.10.-15.12.21, 32 UStd.
8x Mi, 14-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 79,80 (erm: € 42,20)

FK2.338 Frau Karoline Koepfel
10.1.-28.2.22, 32 UStd.
8x Mo, 14-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 79,80 (erm: € 42,20)

FK2.340 Frau Karoline Koepfel
12.1.-2.3.22, 32 UStd.
8x Mi, 14-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 79,80 (erm: € 42,20)

FK2.342 Frau Karoline Koepfel
27.4.-15.6.22, 32 UStd.
8x Mi, 14-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 79,80 (erm: € 42,20)

Farben! Wirkung und Zusammenhänge in Theorie und Praxis

Warum wirken manche Gemälde so schön, spannungsgeladen und doch harmonisch? An diesem Wochenende widmen wir uns intensiv der Wirkung der Farben. In einem Rückblick betrachten wir die wichtigsten Theorien der Farbenlehre (Itten, Goethe, Runge), begreifen Zusammenhänge und Wirkungsweisen der Farben untereinander und verstehen die Bedeutung von Kontrast, Sättigung, Helligkeit etc. Weiterhin arbeiten wir praktisch zum Thema Farbmischungen, Textur, Oberfläche und Pinsel-Lehre. Dabei entstehen eigenständige Bilder, die ihre Lebendigkeit und Strahlkraft durch die richtige Kombination der Farben enthalten. Bitte mitbringen: Papier (ca. 170gr) und/oder Leinwände, Acryl-,Aquarell oder Gouachefarben: Grundfarben (rot, gelb, blau), schwarz und weiß, Magenta, Ocker, gerne weitere Töne nach Wahl, Pinsel, Bleistift, Lineal, ggf. Buntstifte, farbige Kreiden.

FK2.345 Frau Franziska Goes
9.-10.10.21, 16 UStd.
Sa/So, 11.30-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 46,20 (erm: € 25,00)

FK2.346 Frau Franziska Goes
26.-27.3.22, 16 UStd.
Sa/So, 11.30-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 46,20 (erm: € 25,00)

Malerei und Zeichnung: Das Bauhaus – Form, Struktur, Vision

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. Das Bauhaus, Schule für Architektur, Design und Kunst im 20.Jhrdt., verfolgte einen völlig neuen Ansatz in der Zusammenführung von Kunst und Handwerk. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse zur künstlerisch-gestalterischen Bewegung des Bauhaus und geht entscheidenden Fragen zu visionären Ideen und Neuerungen nach. Neben einer kurzen kunsthistorischen Ein-

führung werden Bilder, Zeichnungen und Collagen erstellt (Malerei mit Acryl- und/oder Gouachefarbe auf Papier und/oder Leinwand, verschiedene Zeichentechniken), die Methoden und Stilelemente des Bauhaus aufgreifen (z.B. Übungen zum Thema Gegensatzpaare, Rhythmus und Kontrast, Komposition etc). Es werden experimentelle malerische Strukturen entwickelt, bei denen neue Farbauftragungsmöglichkeiten erkundet werden und es wird zum Thema Textur, Form und Umraum gearbeitet. Mit geometrischen Formen und Kompositionsideen werden Flächen und Bildräume entwickelt. Dabei wird mit Schablonen, Abdrücken und Frottage-Techniken gearbeitet, um das Bewusstsein für Texturen, Materialien und deren Bedeutung zu schärfen. So werden elementare Methoden der Gestaltung vermittelt und erprobt. Die Teilnehmenden können nach Vorgaben oder frei nach eigenen Ideen arbeiten. Mit Hilfe gestalterischer Elemente aus der Lehrpraxis des Bauhauses soll die Bedeutung des Bauhaus in seiner Zeit sowie seine Wirkung bis heute verstanden werden. Material: Acrylfarbe o.ä., alles Zeichenmaterial, Tusche, Pinsel, Papier A2, 190 Gramm, Tesakrepp, Cutter.

FK2.348 Frau Franziska Goes
10.1.-7.3.22, 32 UStd.
8x Mo, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 89,40 (erm: € 47,00)

Malerei, Zeichnung und Collage im Stil der Moderne

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. Die Werke der Moderne hinterlassen oft starke Eindrücke, die uns selbst zur künstlerischen und kreativen Tätigkeit anregen. In diesem Kurs wollen wir uns explizit und bewusst von Vor-Bildern inspirieren lassen, um im Anschluss eigene Bildideen umzusetzen. Wir verstehen dabei, wie Bilder gemacht und gedacht sind und welche malerischen Methoden und Bildideen die Künstler eingesetzt haben. Dabei schauen wir gezielt auf Werke der Moderne und wollen uns von den Kompositionen, Bildthemen und den handwerklichen Techniken anregen lassen. Der Kurs bietet Hilfestellungen zur Arbeit im Atelier und bei der Umsetzung eigener Bildideen mit verschiedenen Mal- und Zeichentechniken.

Material: Acrylfarbe, Zeichenmaterial, Pinsel, Papier A2, 190 Gramm, Cutter, Tesakrepp. Genaue Materialbesprechung am ersten Termin.

FK2.349 Frau Franziska Goes
9.5.-4.7.22, 32 UStd.
8x Mo, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 89,40 (erm: € 47,00)

Action Painting und experimentelle abstrakte Malerei

In diesem kompakten Workshop wollen wir sowohl mit experimentellen, als auch mit

klassischen Techniken der Acrylmalerei und Zeichnung arbeiten. Inspiriert von Künstlerinnen und Künstlern des 20. Jahrhunderts wie Jackson Pollock u.a. können sich eigene Kompositionen und Techniken entwickeln. Bitte mitbringen: Acryl- oder Gouachefarbe: je nach Bedarf etwas größere Mengen, Pinsel aller Art und Größe, Schwämme, Rollen etc. Mal-Lappen, ggf. größere Gefäße/Eimer zum Anmischen, Papier (Block a 190 gramm) ca A2, Kohle, Kreide, Tesakrepp, Cutter.

FK2.356 Frau Franziska Goes
11.-12.06.22, 16 UStd.
Sa/So 11.30-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 46,20 (erm: € 25,00)

FK2.358 Frau Franziska Goes
Sommerkurs im Garten der VHS
11.-14.7.22, 32 UStd.
Mo-Do, 11.30-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 89,40 (erm: € 47,00)

Mit allen Sinnen in der Natur Freies künstlerisches Arbeiten auf dem Kunsthof Stackelitz

Auf dem Kunsthof Stackelitz im Fläming arbeiten wir nach frei gewählten Themen mit Naturmaterialien aus der Umgebung oder mit Dingen, zu denen wir einen Bezug haben: Mitgebrachtes und Gefundenes wird durch verschiedene Techniken wie Malerei, Zeichnung, Installation oder Bildhauerei spielerisch gestaltet. Wir üben die künstlerische Reaktion auf den Ort und die Situation und reflektieren den ästhetischen Prozess. Gearbeitet werden kann auf dem großzügigen Gelände oder in den Ateliers unter Anleitung der erfahrenen und langjährigen Kursleiterin Pauline Disonn. Bitte unbedingt an der Vorbesprechung am 10.6. teilnehmen! Unterkunft (ca. 20 €) und Verpflegung zu günstigen Preisen im Ort, Selbstverpflegung ist auch möglich. Materialkostenumlage an Dozentin ca. 20,- €.

FK2.374 Frau Pauline Disonn
10.-26.6.22, 22 UStd.
1x Fr 18-19.30 Uhr (Vorbesprechung); 1x Fr 18-21 Uhr, 1x Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 68,00 (erm: € 35,55)

Collage, Montage, Übermalung - Mischtechniken

Unterschiedliche Collage- und Montage-techniken und deren Kombination mit verschiedenen Mitteln der Malerei und Zeichnung sollen erprobt werden. Schwerpunkt ist dabei der Schritt von der geklebten Arbeit zu einer Malerei, die zwar Collageelemente erkennen lässt, aber doch zu neuem Charakter und neuer Qualität entwickelt wird. Darüber hinaus geht es um das Kennenlernen und Umsetzen einer experimentellen Arbeitsweise. Wege der Bildfindung und Entwicklungsstrategien

werden aufgezeigt. Kursort: Mal Heur/Studio Otto Nagel e.V. Eckertstraße 16, 10249 Berlin. Materialkosten ca. 5 € (Leim, Papier). Bitte mitbringen: eine stabile Unterlage (Zeichenbrett, Hartfaserplatte o.ä.), versch. Farbige und bedruckte Papiere, Acryl- oder Temperafarben, Pinsel, Tusche, eventuell Ölkreiden.

FK2.377 Herr Detlef Olschewski
21.8.-11.9.21, 32 UStd.
4x Sa, 10-17 Uhr
€ 94,20 (erm: € 49,40)

FK2.379 Herr Detlef Olschewski
13.11.-4.12.21, 32 UStd.
4x Sa, 10-17 Uhr
€ 94,20 (erm: € 49,40)

FK2.380 Herr Detlef Olschewski
12.3.-2.4.22, 32 UStd.
4x Sa, 10-17 Uhr
€ 94,20 (erm: € 49,40)

Contemporary Art Scene Aktuelle künstlerische Positionen als Inspiration

Die zeitgenössische Kunstszene ist vielfältig und reicht von Malerei über Objektkunst und Skulptur bis hin zu Installation und Performance. Große und kleine Galerien in Berlin bringen immer wieder neue Trends und angesagte Künstlerinnen und Künstler hervor, die auch international arbeiten. In diesem Wochenend-Workshop schauen wir genauer hin: Welches sind die aktuellen künstlerischen Positionen, wo sind sie in der Kunstgeschichte verankert und wie sind die Arbeiten hergestellt? Welche Berliner Galerien sind momentan von Bedeutung? Nach einem Überblick zu ausgewählten Künstlerinnen und Künstlern wollen wir uns von einzelnen Arbeiten anregen lassen, um im Anschluss eigene Kunstwerke zu erstellen. Das kann von Malerei/Zeichnung bis hin zu Objekt/Skulptur oder einer Idee für eine Installation gehen. Der Kurs hilft beim Erarbeiten einer Idee und der anschließenden handwerklichen Umsetzung. Es können große und kleine Arbeiten oder auch Serien entstehen. Auch Fragen zur Präsentation im Raum werden erörtert. Bitte bereithalten: Je nach künstlerischem Interesse sollten entweder/und Farben, Pinsel, Papier/Leinwand, Tesa Krepp, Cutter, Zeichenmaterial, Holzstücke, Leim, Stoffe, Draht, kleine Objekte/Gegenstände o.ä. Wir bieten diesen Kurs sowohl als Online- als auch als Präsenzkurs an.

FK2.386 Frau Franziska Goes
Onlinekurs
22.-23.1.22, 16 UStd.
Sa/So 11.30-18.30 Uhr
€ 46,20 (erm: € 25,00)

FK2.388 Frau Franziska Goes
Präsenzkurs
02.-03.07.22, 16 UStd.
Sa/So, 11.30-18.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 46,20 (erm: € 25,00)

AKT UND PORTRÄT

Aktzeichnen und -malen

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene, auch für UdK-Vorbereitung. Bewegungsstudien des menschlichen Körpers unter Berücksichtigung der plastischen Anatomie, der Proportionen und Verkürzungen. Der Kontrapost - Kurzstellungen - Ausdruckstudien. Der Akt in der Fläche. Vergleichende künstlerische Anschauungsmaterialien aus verschiedenen Epochen. Bitte mitbringen: Bleistift, Radiergummi, Zeichenkohle, Knetgummi, Zeichenpapier nicht unter DIN A3. Das Modellgeld ist im Entgelt enthalten.

FK2.401 Herr Hans Stein
20.8.-12.11.21, 40 UStd.
10x Fr, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 145,00 (erm: € 90,00)

FK2.402 Herr Hans Stein
7.1.-18.3.22, 40 UStd.
10x Fr, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 145,00 (erm: € 90,00)

FK2.404 Herr Hans Stein
25.3.-17.6.22, 40 UStd.
10x Fr, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 145,00 (erm: € 90,00)

Aktzeichnen nach Modell

Entdecken Sie die menschlichen Proportionen, das Hell - Dunkel in der Linie und im Tonwert. Komponieren Sie in der Fläche, experimentieren Sie mit verschiedenen Materialien, versuchen Sie ihren eigenen Ausdruck zu finden! Langsames, genaues Erarbeiten der Figur korrespondiert mit schnellem und freiem Skizzieren. Lange und kurze Positionen wechseln mit Bewegungsabläufen. Zum 1. Termin bitte mitbringen: Zeichenblock A 3, Bleistifte weich und hart, Zeichenkohle. Das Modellgeld ist im Entgelt enthalten.

FK2.407 Frau Marion Bauer-Stille
3.11.-8.12.21, 24 UStd.
6x Mi, 18-21 Uhr
Alte Feuerwache
Kunstraum 1, Marchlewskistr. 6
€ 99,00 (erm: € 61,20)

FK2.408 Frau Marion Bauer-Stille
27.4.-1.6.22, 24 UStd.
6x Mi, 18-21 Uhr
Alte Feuerwache
Kunstraum 1, Marchlewskistr. 6
€ 99,00 (erm: € 61,20)

Aktzeichnen

Richtig lernen - in Ruhe üben. Welche Voraussetzungen sind notwendig für eine gelungene Zeichnung? Wie erfasst man die Proportionen und die Haltung eines Modells? Wie stellt man Einzelheiten interessant dar, wie kann man die Figur durch Schatten modellieren? Lange Positionen geben uns genügend Zeit zum Wahrnehmen und Zeichnen des Modells. Alle Teilnehmenden werden dabei individuell beraten und je nach ihrem Kenntnisstand unterstützt durch die als professionelle Künstlerin tätige Dozentin Anna von Bassen. Bitte mitbringen: Zeichenblock mindestens DinA3, besser DinA2 oder Papierrolle und Zeichenklammern, Bleistifte: HB, 3B, 6B, Radiergummi und Knetradiergummi. Das Modellgeld ist im Entgelt enthalten.

FK2.409 Frau Anna von Bassen
28.10.-2.12.21, 24 UStd.

6x Do, 10-13 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 89,00 (erm: € 53,00)

FK2.410 Frau Anna von Bassen
24.2.-31.3.22, 24 UStd.

6x Do, 10-13 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 89,00 (erm: € 53,00)

Aktzeichnen Intensiv-Wochenende

Dieser Kurs richtet sich an am Zeichnen interessierte Anfänger/innen und Fortgeschrittene, die die Möglichkeit ergreifen möchten, sich ein ganzes Wochenende konzentriert mit der Darstellung der menschlichen Figur und dem Akt auseinander zu setzen. Die Anfänger/innen werden dabei unterstützt, ein zeichnerisches Grundgerüst aufzubauen und Methoden der Darstellung zu erlernen. Fortgeschrittene haben in diesem Kurs die Gelegenheit zu experimentieren und ihre Fähigkeiten weiter zu entwickeln. Wir betrachten und zeichnen die Modelle in verschiedenen Positionen und Haltungen in variabler Dauer und hinterfragen Blickachsen auf den Körper. Dabei sollen sich schnelle Positionswechsel mit längeren Haltungen ablösen. Im weiteren Verlauf des Kurs-Wochenendes reißen wir die Themen der Anatomie, der Körpersprache und des gestischen Ausdrucks im Hinblick auf die zeichnerische Gestaltung an. Optionale Aufgabenstellungen sollen die Teilnehmenden herausfordern und zu neuen (Er-)kenntnissen führen. Fortgeschrittene können mit den von ihnen favorisierten grafischen Medien arbeiten. Denkbar sind zum Beispiel Bleistift, Kohle, Kreiden oder auch diverse Marker. Anfänger/innen wird empfohlen, folgende Materialien mitzubringen: - Zeichenblock/-blöcke (vorteilhaft sind Blöcke mit Spiralbindung) oder Skizzenbuch (je circa 100 Blatt, DIN A4 bis DIN A2), eventuell zusätzlich Skizzen- oder Schmierpapier, bei Bedarf Zeichenklemmbrett - Bleistift(e) (mindestens HB oder weicher, z.B. 6B-8B) - Radiergummi, Knetgummi, Anspitzer. Feldstaffeleien, Tische, Stühle und Hocker sind im Kursraum vorhanden.

FK2.421 Frau Fabrizia Vanetta
25.-26.9.21, 16 UStd.

Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 65,00 (erm: € 40,80)

FK2.422 Frau Fabrizia Vanetta
7.-8.5.22, 16 UStd.

Sa/So 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 65,00 (erm: € 40,80)

Die menschliche Figur - Aktzeichnen

Dieser Kurs richtet sich an am Zeichnen interessierte Anfänger/innen und Fortgeschrittene, die die Möglichkeit ergreifen möchten, sich über einen längeren Zeitraum kontinuierlich mit der Darstellung der menschlichen Figur und dem Akt auseinander zu setzen. Anfänger/innen werden beim Aufbau eines zeichnerischen Grundgerüsts unterstützt, Methoden der Darstellung werden erläutert. Fortgeschrittene haben in diesem Kurs die Gelegenheit zu experimentieren und ihre Fähigkeiten weiter zu entwickeln. Wir betrachten und zeichnen die Modelle in verschiedenen Positionen/Haltungen in variabler Dauer und hinterfragen Blickachsen auf den Körper. Dabei sollen sich schnelle Positionswechsel mit längeren Haltungen ablösen. Im weiteren Verlauf des Kurses reißen wir die Themen der Anatomie, der Körpersprache und des gestischen Ausdrucks im Hinblick auf die zeichnerische Gestaltung an. Optionale Aufgabenstellungen sollen die Teilnehmenden herausfordern und zu neuen (Er-)kenntnissen führen. Fortgeschrittene können mit den von ihnen favorisierten grafischen Medien arbeiten. Denkbar sind zum Beispiel Bleistift, Kohle, Kreiden oder auch diverse Marker. Anfänger/innen wird empfohlen, folgende Materialien mitzubringen: Zeichenblock/-blöcke (vorteilhaft sind Blöcke mit Spiralbindung) oder Skizzenbuch (je circa 100 Blatt, DIN A4 bis DIN A2), eventuell zusätzlich Skizzen- oder Schmierpapier, bei Bedarf Zeichenklemmbrett - Bleistift(e) (mindestens HB oder weicher, z.B. 6B-8B) - Radiergummi, Knetgummi, Anspitzer. Am ersten Kurstermin können Fragen (z.B. über Materialien) geklärt werden. Feldstaffeleien, Tische, Stühle und Hocker sind im Kursraum vorhanden.

FK2.422 Frau Fabrizia Vanetta
10.1.-21.2.22, 24 UStd.

6x Mo, 18-21 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 99,00 (erm: € 61,20)

Selbstporträts zeichnen

Man hat ihn stets zur Verfügung - den eigenen Kopf! Ihn darzustellen unterscheidet sich vom Porträtieren einer anderen Person. Dieser Kurs möchte - neben der Vermittlung der Kopfproportionen und seiner Räumlichkeit - Möglichkeiten aufzeigen, das ganz spezielle des Selbstporträts zeichnerisch zum Ausdruck zu bringen.

Grundkenntnisse des Zeichnens sind wünschenswert. Gut geeignet für Teilnehmende des vorausgegangenen Kurses „Vom Strich zum Bild“. Bitte mitbringen: Papier A3, Zeichenmaterial, Klebeband, Spiegel (mind. Format A4, auch Tablett möglich).

FK2.432 Herr Andreas Bauschke
9.-30.3.22, 28 UStd.

7x Mi, 18.15-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 77,20 (erm: € 40,80)

Porträts mit schnellem Strich - Zeichenkurs für Anfangende und Fortgeschrittene

Mit geschlossenen Augen ertasten wir ein Gesicht. Wir beobachten aufmerksam unser Gegenüber und versuchen, unserem Blick langsam mit dem Bleistift zu folgen, ohne auf das Blatt zu schauen. Die durch diese Übung gewonnenen Sensibilisierungen für das Wesentliche des Porträtierten, erweitern wir in einem zweiten Schritt über Proportions- und Detailstudien hinaus nach Modell. Im dritten Schritt porträtieren wir mit unterschiedlichen Zeichenmaterialien wie Kreide, Kohle, Tusche und Graphit. Dabei soll es nicht nur um die akribische Wiedergabe eines Gesichts gehen, sondern um die Vermittlung einer lebendigen und stimmungsvollen Präsenz. Am letzten Abend besuchen wir einen Jazzclub und porträtieren die Musiker vor Ort. Bitte mitbringen: Zeichenblöcke A3 (feinkörniges Papier), Bleistifte HB, 2B, 4B, Anspitzer, Radiergummi. Eintritt in den Jazz-Club ca. 10 €.

FK2.436 Frau Antonia Duende Stefanova
1.-29.6.22, 20 UStd.

4x Mi, 18-21 Uhr, 1x Mi, 20.30-23.30 (im Jazzclub)
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003, R. 004
€ 69,00 (erm: € 36,50)

Porträt in Öl - Ölmalerei mit Modell

Das Porträt in Öl ist eine klassische Form der Malerei. Mit den Möglichkeiten der Ölfarbe lassen sich die Charakterzüge eines Modells besonders gut herausarbeiten. Wir beginnen mit einer Skizze in Bleistift oder Kohle eines Modells, wobei Perspektive, Licht, Proportionen und Ausdruck besondere Aufmerksamkeit geschenkt wird. Das Ziel ist es, Genauigkeit in der Betrachtung des Modells zu erlernen, die Eigenschaften des Gesichtes zu verstehen und diese Züge auf die Leinwand oder das Papier zu übertragen. Ab dem zweiten Termin beginnen wir mit der Ölmalerei. Bei der Bearbeitung der Öltechnik liegt der Schwerpunkt auf Realismus und Naturalismus. Techniken zur sanften Ausarbeitung von Oberflächen und Übergängen werden vermittelt, ebenso wie subtile und vielfältige Farbmischung, durch die eine große Ähnlichkeit zum Modell erreicht werden kann. Vorkenntnisse in perspektivischem Zeichnen sind von Vorteil aber nicht erforderlich. Zum ersten Termin bitte Zeichenpapier und Stifte (Bleistift, Kohle o.ä.) mitbringen, am ersten Termin

findet auch die Materialbesprechung statt. Das Modellgeld ist bereits in den Kursgebühren enthalten.

FK2.441 Frau Duna Rolando
28.8.-25.9.21, 20 UStd.

5x Sa, 13-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 75,00 (erm: € 47,50)

FK2.443 Frau Duna Rolando
9.10.-6.11.21, 20 UStd.

5x Sa, 13-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 75,00 (erm: € 47,50)

FK2.445 Frau Duna Rolando
20.11.-18.12.21, 20 UStd.

5x Sa, 13-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 75,00 (erm: € 47,50)

FK2.442 Frau Duna Rolando
29.1.-26.2.22, 20 UStd.

5x Sa, 13-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 75,00 (erm: € 47,50)

FK2.444 Frau Duna Rolando
19.3.-16.4.22, 20 UStd.

5x Sa, 13-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 75,00 (erm: € 47,50)

FK2.446 Frau Duna Rolando
30.4.-28.5.22, 20 UStd.

5x Sa, 13-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 75,00 (erm: € 47,50)

FK2.448 Frau Duna Rolando
11.-25.6.22, 24 UStd.

3x Sa, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 003
€ 89,40 (erm: € 56,40)

KÜNSTLERISCHE DRUCKTECHNIK UND GRAFIKDESIGN

Grafische Anwendungen entstehen heute meist digital, doch die Gestaltung eines Druckes in einer Werkstatt und der Druck auf einer Maschine oder Apparatur erzeugen besondere Ergebnisse und ermöglichen ein vertieftes Arbeiten an Motiven und Techniken. Die VHS Friedrichshain-Kreuzberg verfügt über eigene Radier- und Siebdruckwerkstätten und bietet Kurse in weiteren Drucktechniken in Kooperationswerkstätten und -Ateliers an. Die klassischen künstlerischen Drucktechniken bieten durch eine entschleunigte Arbeitsweise nicht nur neue kreative Erfahrungen, sondern vermitteln auch Motiv-, Farb- und Gestaltungsgrundlagen, welche vielfältig bereichernd für künstlerisch und gestalterisch arbeitende und denkende Menschen sind. Unsere Kursleitungen haben langjährige praktische Erfahrung in der künstlerischen Drucktechnik sowie der Vermittlung von künstlerischen Drucktechniken und kreativer Gestaltung.

Bitte beachten Sie das aktuelle Kursangebot auf der Homepage für unsere kommenden Kurse in der Radierwerkstatt.
www.vhs-fk.de

Künstlerischer Hochdruck - Holzschnitt

Grundkurs

Nach der Einführung in die Techniken des Holzschnitts erfolgt die Umsetzung eigener Bild-Ideen als ein- oder mehrfarbiger Holzschnitt mit anschließender Realisierung als Hand- oder Pressendruck. Materialkosten ca. 10 € (Holz, Farbe, Papier).

Bitte mitbringen: Zeichnungen, Skizzen oder auch nur Ideen, dunkle Tusche, Pinsel.

FK2.641 Herr Detlef Olschewski
9.-30.10.21, 32 UStd.

4x Sa, 10-17 Uhr
Bezirksmuseum, Adalbertstr. 95a
Druckwerkstatt
€ 110,00 (erm: € 57,30)

FK2.642 Herr Detlef Olschewski
5.-26.2.22, 32 UStd.

4x Sa, 10-17 Uhr
Bezirksmuseum, Adalbertstr. 95a
Druckwerkstatt
€ 110,00 (erm: € 57,30)

Künstlerischer Hochdruck - Weiterführende Techniken im Holzschnitt

Techniken wie Materialdruck, Schablonendruck u. ä. Verfahren werden mit bereits bekannten Möglichkeiten kombiniert. Es wird auf unterschiedliche Materialien gedruckt und die Verbindung mit anderen Drucktechniken experimentell erarbeitet.

Der Kurs ist auch für Anfänger geeignet. Materialkosten ca. 10 € (Holz, Farbe, Papier). Bitte mitbringen: Zeichnungen, Skizzen oder auch nur Ideen, dunkle Tusche, Pinsel.

FK2.644 Herr Detlef Olschewski
11.6.-2.7.22, 32 UStd.

4x Sa, 10-17 Uhr
Bezirksmuseum, Adalbertstr. 95a
Druckwerkstatt
€ 110,00 (erm: € 57,30)

Lithografie in der Druckwerkstatt Zehdenick

In der Saalpresse - Werkstatt für künstlerische Druckgrafik in Zehdenick - lernen Sie unter fachkundiger Anleitung die Herstellung von Lithografien, von der Vorbereitung des Drucksteins über die Entstehung des Motives bis zum Druck auf einer historischen Lithografiepresse. Das malerische Dorf am Rande der Schorfheide ist mit der Regionalbahn stündlich zu erreichen, die Druckwerkstatt liegt in unmittelbarer Nähe des Dorfbahnhofs. Die Ruhe des Dorfes und die stimmungsvolle Atmosphäre der Atelier-Werkstatt lässt Sie an diesem Wochenende in die künstlerischen und gestalterischen Möglichkeiten der klassischen Lithografiertechnik eintauchen. Informationen zu Anfahrt und Unterkunft erhalten Sie auf Anfrage an peter.lattermann@ba-fk.berlin.de.

FK2.651 Frau Angela Schröder
**Lithografiewerkstatt Saalpresse
Bergsdorfer Dorfstraße 82**

**16792 Zehdenick
16.-17.10.21, 16 UStd.**

Sa/So, 11-18 Uhr
€ 79,00 (erm: € 41,00)

FK2.652 Frau Angela Schröder
**Lithografiewerkstatt Saalpresse
Bergsdorfer Dorfstraße 82**

**16792 Zehdenick
4.-5.6.22, 16 UStd.**

Sa/So, 11-18 Uhr
€ 79,00 (erm: € 41,00)

Die Siebdruckwerkstatt der VHS zieht um!

Ab September bieten wir Ihnen ein umfangreiches Angebot im Bereich Siebdruck und weiteren Drucktechniken in unserer Atelier-Werkstatt am neuen VHS Standort Bergmannstraße 28/29 an. Bitte beachten Sie die Programmankündigungen auf www.vhs-fk.de.



KUNSTHANDWERK, TEXTILES GESTALTEN UND DIY

Wir bieten Kurse in vielfältigen kunsthandwerklichen Themenbereichen an. Von der künstlerisch-kreativen Auseinandersetzung mit Material und Form bis zum Do-It-Yourself (DIY) Ansatz bei Dingen des Alltags, möchten wir Sie in unseren Kursen befähigen, Ihre Ideen und Vorstellungen zielgerichtet zu verwirklichen. Die Umsetzung ihrer Ideen in verschiedenen Materialien und durch unterschiedliche Techniken wird dabei von erfahrenen Dozentinnen und Dozenten unterrichtet und begleitet. Die gemeinsame Arbeit in der Gruppe sowie der Austausch und das Lernen voneinander prägen den Charakter vieler dieser Angebote.

PLASTISCHES GESTALTEN

Maskenbau - das Geheimnis der Masken als Ausdrucksmittel

Die Maske ist - zusammen mit der Bewegung des Körpers - ein starkes Instrument des Ausdrucks, ist sie aufgesetzt, wird man von ihr in Besitz genommen. Sie bestimmt und beeinflusst die Bewegung und die Körpersprache. Dämon und Genius werden durch die Maske erweckt; Schatten- und Lichtseite symbolisiert. Es ist der Zauber der Maske, der den Körper in Bewegung versetzt. Inhalte des Workshops: Maskenbau: die Kursteilnehmer/innen werden ihrer Phantasie mit Händen Form geben und ihre eigene Maske mit Ton-Gipsabdruck und speziellem Papier aus Venedig herstellen. Lassen wir unsere Masken tanzen! - die Maske zum Leben erwecken: Die Funktion der Maske in der theatralischen Darstellung. Charakterisierung der Figuren durch Symbiose von Maske, Körperhaltung, Bewegung und Stimme. Geschichte: Entstehung und Geschichte der Maske als rituelles Instrument und theatralisches Ausdrucksmittel in unserer Gesellschaft. Die Masken der Commedia dell'Arte - das italienische Stegreiftheater: Charaktere und Darstellung der „menschlichen Komödie“. Im letzten Teil des Seminars wird tänzerisch/theatralisch das Geheimnis der Maske enthüllt. Materialkosten in Höhe von 10,-€ sind im Kurs zu entrichten

FK2.601 Frau Annalisa Maggiani;
Frau Rachele Giordano
5.-7.11.21, 20 UStd.
Fr, 18-21 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 75,00 (erm: € 40,50)

FK2.602 Frau Annalisa Maggiani;
Frau Rachele Giordano
4.-6.2.22, 20 UStd.
Fr, 18-21 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 75,00 (erm: € 40,50)

Bildhauerei mit Speckstein

Anfänger können mit diesem Material einen raschen Einstieg in die Bildhauerei finden und Fortgeschrittene haben die Möglichkeit, ihr Können zu erweitern. Entdecken Sie an diesem Wochenende wie sich Speckstein bearbeiten und gestalten lässt und begeben Sie sich auf den Weg, mit diesem Material ihren eigenen Ausdruck zu finden. Die Materialkosten für den Speckstein betragen ca. 18 €. Bitte Arbeitskleidung mitbringen!

FK2.607 Frau Marie-Luise Bauerschmidt
17.-19.9.21, 20 UStd.
Fr, 18-21 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
Laskerhöfe, Laskerstr. 6-8
Bildhauerwerkstatt
€ 65,00 (erm: € 35,00)

FK2.608 Frau Marie-Luise Bauerschmidt
22.-24.4.22, 20 UStd.
Fr, 18-21 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
Laskerhöfe, Laskerstr. 6-8
Bildhauerwerkstatt
€ 65,00 (erm: € 35,00)

Skulpturen - Bildhauerworkshop im Freien

Keine Miniaturen, sondern Skulpturen - nicht unter 50cm Höhe - sollen an diesem Wochenende aus verschiedenen Materialien entstehen - Sie erfahren eine Einführung in die sinnliche Materialität, den Aufbau und die Rhythmik in der Gestaltung einer Skulptur. Als bildnerische Materialien stehen wahlweise Stein (bis 30 Kg), Lindenstammholz (Durchmesser durchschnittlich 20-25 cm, Länge 50-70 cm), Speckstein (bis 15 Kg) oder Ytong zur Verfügung. Teilen Sie bitte unbedingt der Dozentin unter marieluis@gmx.de vorab ihre Materialwahl mit. Die an die Kursleiterin zu zahlenden Materialkosten können Ihnen dann sofort mitgeteilt werden und sie finden ihr fachgerecht ausgewähltes Bildhauermaterial zum Kursbeginn vor. Der ungefähre Kostenrahmen liegt zwischen 28 € und 52 €. Bitte Arbeitskleidung mitbringen!

FK2.611 Frau Marie-Luise Bauerschmidt
8.-10.10.21, 20 UStd.
Fr, 18-21 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
Laskerhöfe, Laskerstr. 6-8
Bildhauerwerkstatt
€ 65,00 (erm: € 35,00)

FK2.612 Frau Marie-Luise Bauerschmidt
6.-8.5.22, 20 UStd.
Fr, 18-21 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
Laskerhöfe, Laskerstr. 6-8
Bildhauerwerkstatt
€ 65,00 (erm: € 35,00)

Holzbildhauerei in der Natur - Skulpturale Holzbildhauerei im Fläming

Konstruktive und bildhauerische Arbeit mit unterschiedlichen Hölzern von ca. 20-25 cm Durchmesser und 50-70 cm Länge, z.B. Linde, Eiche, Esche, Erle, Douglasie oder auch Kork und Bambus. Jeder Teilnehmer/innen kann ein selbst gewähltes Motiv unter fachkundiger Anleitung erarbeiten oder sich einfach spielerisch dem Thema Holz zuwenden. Nach einer Einführung in die Besonderheiten der verschiedenen Hölzer und den Umgang mit den Werkzeugen und Maschinen wird der direkte Eingriff ins Material vermittelt. Die Teilnehmer/innen lernen den Umgang mit verschiedenen Fräs- und Schleifwerkzeugen umzugehen und Holz zu gestalten. Die Umsetzung eigener Ideen wird unter künstlerischen und handwerklichen Aspekten unterstützt. Vorkenntnisse im bildhauerischen Bereich sind nicht erforderlich. Die Teilnehmer/innen des Workshops sollten eigene Arbeitskleidung mitbringen. Maschinen und Werkzeuge werden den Teilnehmer/innen gestellt. Der Kurs beginnt am Freitag um 13.00 Uhr mit einer Einführung auf dem Gelände. Der Wochenendkurs findet in einem Holzbildhauer Camp in Wünsdorf (ca. 50 km südlich von Berlin) statt. Die Unterbringungsmöglichkeiten (Wohncontainer, Wohnwagen und Zelt) sind auf dem Gelände vorhanden. Der Workshop beginnt mit einem gemeinsamen Frühstück und endet mit einem selbst gekochten Abendessen am Lagerfeuer. Das Camp liegt ca. 5 Minuten zu Fuß vom Wünsdorfersee entfernt. Übernachtungskosten 25 € /T pro Person. Werkstattkosten und Maschinennutzung 50 €, Materialkosten ab 20-50 € (je nach Größe des Werkstücks und Werkstoffes), Verköstigung ca. 10 €/T pro Person. Der Treffpunkt für die Vorbesprechung am 26.08. um 18 Uhr ist Görlitzerstr. 39 in 10997 Berlin Kreuzberg.

FK2.621 Herr Martin Henkel
26.-29.8.21, 22 UStd.
1x Fr 18-19.30 (Vorbesprechung)
1x Fr 17-20, Sa/So 10-17
€ 69,00 (erm: € 36,00)

FK2.622 Herr Martin Henkel
2.-5.6.22, 22 UStd.
1x Fr 18-19.30 (Vorbesprechung)
1x Fr 17-20, Sa/So 10-17
€ 69,00 (erm: € 36,00)

KERAMIK

Aufbaukeramik

Dieser Kurs ist für Fortgeschrittene geeignet. Unter künstlerischer und handwerklicher Anleitung erlernen und vertiefen Sie die verschiedenen Techniken der Aufbaukeramik. Es werden vielfältige Techniken der Oberflächengestaltung vermittelt, wie z.B. Glasieren, Arbeiten mit Dekorfarben und Engoben, Strukturieren, Patinieren, Kratztechnik oder Wachsmaltechnik. Sie gestalten Gebrauchskeramik und dekorative Objekte und erhalten fachliche Unterstützung bei der Findung und Verwirklichung Ihrer Ideen. Es fällt eine Material- und Brennkostenumlage i.H. von 60 € an die Kursleiterin an. Kursort ist die Keramikwerkstatt in Das Haus e.V., Weidenweg 62 HH, 10247 Berlin (Nähe Bersarinplatz).

FK2.711 Frau Anke Dziewulski
16.9.-2.12.21, 40 UStd.
10x Do 18–21 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH
Keramikwerkstatt
€ 120,00 (erm: € 66,50)

FK2.712 Frau Anke Dziewulski
6.1.-10.3.22, 40 UStd.
10x Do 18–21 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH
Keramikwerkstatt
€ 120,00 (erm: € 66,50)

FK2.714 Frau Anke Dziewulski
17.3.-19.5.22, 40 UStd.
10x Do 18–21 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH
Keramikwerkstatt
€ 120,00 (erm: € 66,50)

Aufbaukeramik am Vormittag

Ein Vormittagskurs für Einsteiger und Fortgeschrittene. Unter künstlerischer und handwerklicher Anleitung erlernen und vertiefen Sie die verschiedenen Techniken der Aufbaukeramik. Es werden vielfältige Techniken der Oberflächengestaltung vermittelt, wie z.B. Glasieren, Arbeiten mit Dekorfarben und Engoben, Strukturieren, Patinieren, Kratztechnik oder Wachsmaltechnik. Sie gestalten Gebrauchskeramik und dekorative Objekte und erhalten fachliche Unterstützung bei der Findung und Verwirklichung Ihrer Ideen. Bei Bedarf kann im Familienzentrum vor Ort eine qualifizierte Kinderbeaufsichtigung (ab 2 Jahre) angeboten werden, weitere Informationen erhalten Sie auf Anfrage an peter.lattermann@ba-fk.berlin.de. Es fällt eine Material- und Brennkostenumlage i.H. von 60 € an die Kursleiterin an. Kursort ist die Keramikwerkstatt in Das Haus e.V., Weidenweg 62 HH, 10247 Berlin (Nähe Bersarinplatz).

FK2.715 Frau Anke Dziewulski
14.9.-30.11.21, 40 UStd.
10x Di, 10–13 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH
Keramikwerkstatt
€ 120,00 (erm: € 66,50)

FK2.716 Frau Anke Dziewulski
4.1.-1.3.22, 40 UStd.
9x Di, 10–13 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH
Keramikwerkstatt
€ 120,00 (erm: € 66,50)

FK2.718 Frau Anke Dziewulski
15.3.-17.5.22, 40 UStd.
10x Di, 10–13 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH
Keramikwerkstatt
€ 120,00 (erm: € 66,50)

Aufbaukeramik - Wochenendworkshop

Ein Kurs für Fortgeschrittene im Bereich der Aufbaukeramik. Der Wochenend-Workshop ermöglicht ein konzentriertes und ausdauerndes Arbeiten auch an größeren bzw. aufwendigeren Objekten. Dabei werden Sie künstlerisch und handwerklich begleitet und beraten und erhalten fachliche Unterstützung bei der Verwirklichung ihrer Ideen. Es werden die verschiedenen Aufbautechniken angewendet sowie vielfältige Möglichkeiten der Oberflächengestaltung, vorzugsweise das Arbeiten mit Engoben und Glasuren. Der letzte Termin ist dem Glasieren der geschliffenen Arbeiten vorbehalten. Es fällt eine Material- und Brennkostenumlage i.H. von 50 € an die Kursleiterin an. Kursort ist die Keramikwerkstatt in Das Haus e.V., Weidenweg 62 HH, 10247 Berlin (Nähe Bersarinplatz). Der Kurs findet unter Anwendung von Abstands- und Hygieneregeln in einer Kleingruppe statt.

FK2.719 Frau Anke Dziewulski
25.9.-8.10.21, 21 UStd.
Sa/So, 11–17 Uhr, Fr 17.15–21 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH
Keramikwerkstatt
€ 69,15 (erm: € 38,70)

FK2.721 Frau Anke Dziewulski
20.11.-3.12.21, 21 UStd.
Sa/So, 11–17 Uhr, Fr 17.15–21 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH
Keramikwerkstatt
€ 69,15 (erm: € 38,70)

FK2.720 Frau Anke Dziewulski
8.-21.1.22, 21 UStd.
Sa/So, 11–17 Uhr, Fr 17.15–21 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH
Keramikwerkstatt
€ 69,15 (erm: € 38,70)

FK2.722 Frau Anke Dziewulski
22.1.-4.2.22, 21 UStd.
Sa/So, 11–17 Uhr, Fr 17.15–21 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH
Keramikwerkstatt
€ 69,15 (erm: € 38,70)

FK2.724 Frau Anke Dziewulski
26.3.-8.4.22, 21 UStd.
Sa/So, 11–17 Uhr, Fr 17.15–21 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH
Keramikwerkstatt
€ 69,15 (erm: € 38,70)

FK2.726 Frau Anke Dziewulski
11.-24.6.22, 21 UStd.
Sa/So, 11–17 Uhr, Fr 17.15–21 Uhr
DAS HAUS, Weidenweg 62 HH
Keramikwerkstatt
€ 69,15 (erm: € 38,70)

Bitte beachten Sie auch unsere aktuellen neuen Kurse in der VHS Keramikwerkstatt Kreuzberg ab Januar 2022. Nähere Informationen erhalten Sie auf unserer Homepage www.vhs-fk.de.

BUCHBINDEN UND PAPIERKUNST

Buchbinden für Anfängerinnen und Anfänger

Einführung in die Technik des Buchbindens mit kleinen Übungen und Anregungen für eigene buchbinderische und kunsthandwerkliche Arbeiten. Anfertigung von Leporellos, Heften, Broschüren, Halbeinband sowie Kästchen, Alben und dergleichen aus eigenem Material. Wegen der erhöhten Unfallgefahr werden die Teilnehmer gebeten, eine Unfallversicherung im eigenen Namen abzuschließen. Materialkostenumlage von ca.10 €.

FK2.803 Frau Julia Büttelmann
28.9.-30.11.21, 40 UStd.
10x Di, 18–21 Uhr
Bezirksmuseum, Adalbertstr. 95a
Druckwerkstatt
€ 129,00 (erm: € 67,00)

FK2.804 Frau Julia Büttelmann
11.1.-22.3.22, 40 UStd.
10x Di, 18–21 Uhr
Bezirksmuseum, Adalbertstr. 95a
Druckwerkstatt
€ 129,00 (erm: € 67,00)

FK2.808 Frau Julia Büttelmann
26.4.-21.6.22, 40 UStd.
8x Di, 18–21 Uhr
Bezirksmuseum, Adalbertstr. 95a
Druckwerkstatt
€ 129,00 (erm: € 67,00)

Buchbinden für Fortgeschrittene

Der Schwerpunkt liegt in der gestalterischen Umsetzung eigener Entwürfe in dem Bereich Papier und Pappe, wobei auch andere Materialien mit einbezogen werden können. Wegen der erhöhten Unfallgefahr werden die Teilnehmer gebeten, eine Unfallversicherung im eigenen Namen abzuschließen. Materialkostenumlage von ca.10 €.

FK2.801 Frau Julia Büttelmann
27.9.-29.11.21, 40 UStd.
 10x Mo, 18-21 Uhr
 Bezirksmuseum, Adalbertstr. 95a
 Druckwerkstatt
 € 129,00 (erm: € 67,00)

FK2.802 Frau Julia Büttelmann
10.1.-21.3.22, 40 UStd.
 10x Mo, 18-21 Uhr
 Bezirksmuseum, Adalbertstr. 95a
 Druckwerkstatt
 € 129,00 (erm: € 67,00)

FK2.806 Frau Julia Büttelmann
25.4.-20.6.22, 40 UStd.
 8x Mo, 18-21 Uhr
 Bezirksmuseum, Adalbertstr. 95a
 Druckwerkstatt
 € 129,00 (erm: € 67,00)

Buchbinden in der Kunstdruckwerkstatt Zehdenick

Das vielgelesene Kinderbuch, die alte Familienbibel oder das geliebte Kochbuch der Oma sind so kaputt, dass man sie lieber nicht mehr zur Hand nimmt? Lernen Sie die Grundlagen des Buchbindens und erhalten Sie Einblicke in die verschiedenen Techniken dieses alten Handwerks. Nach einer Einführung wenden Sie das Erlernte an einem Buch an, welches Sie bitte zum Kurs mitbringen. An einem Wochenende werden Sie in der Kunstdruck-Werkstatt Saalpresse im malerischen Bergsdorf ein Lieblingsbuch zerlegen, neu zusammenfügen und zu neuem Leben erwecken! Der Kurs findet in der Kunstdruckwerkstatt SAAL-PRESSE, Bergsdorfer Dorfstrasse 82, 16792 Zehdenick/Ortsteil Bergsdorf statt. Materialkosten: 10,- €

FK2.811 Frau Angela Schröder;
 Herr Jürgen Zeidler
13.-14.11.21, 16 UStd.
 Sa/So, 11-17 Uhr
 € 79,00 (erm: € 41,00)

Handgeschöpfte Papiere als künstlerisches Medium

In einer professionellen Werkstatt bereiten die Teilnehmer in einem ersten Teil verschiedene Faserstoffe (Baumwolle, Manilahanf, Zellstoff) traditionell im ‚Holländer‘ auf und erlernen anschließend die Grundlagen des Schöpfens an der Bütte. Gearbeitet wird mit klassischen A3 Schöpfformen. In einem zweiten Teil werden verschiedene Gestaltungsmöglichkeiten während des Prozesses (Collage, Einlagerungen, Wasserzeichen, Pulppainting) aufgezeigt und Raum für eigene Experimente gelassen. Die Teilnehmer können Grundlegendes zum Bogenschöpfen aber auch dessen kreatives Potential, je nach persönlichem Interesse selbst erarbeiten. Anhand der getrockneten Bogen lässt sich im Nachgang dann das Spannungsfeld Papier neu entdecken – Transparenz, Klang, Griff, Härte, Struktur und Oberfläche des ‚weißen

Wunders‘. Materialkostenumlage ca. 25 €. Werkstatt für Papier im Bethanien, Mariannenplatz 2 im Erdgeschoss, Raum 54.

FK2.821 Herr Dipl. Ing. Gangolf Ulbricht
5.-7.11.21, 20 UStd.
 Fr, 17-20 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
 Bethanien, Mariannenplatz 2, Raum 54
 € 75,00 (erm: € 39,00)

FK2.822 Herr Dipl. Ing. Gangolf Ulbricht
7.-9.1.22, 20 UStd.
 Fr, 17-20 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
 Bethanien, Mariannenplatz 2, Raum 54
 € 75,00 (erm: € 39,00)

FK2.824 Herr Dipl. Ing. Gangolf Ulbricht
22.-24.4.22, 20 UStd.
 Fr, 17-20 Uhr; Sa/So, 10-17 Uhr
 Bethanien, Mariannenplatz 2, Raum 54
 € 75,00 (erm: € 39,00)

TEXTILES GESTALTEN UND MODEDESIGN

Kreatives Textiles Gestalten - Schneidern für Anfänger

Eine kurze Einführung in die Nähmaschinenteknik und Textilwarenlehre. Aufbau von Nähkenntnissen über ein Basistraining. Einfache Nahtverbindungen, Spezialnähte, Schmuck- und Ziernähte. Verschiedene Projekte: einfache Taschenformen und Bekleidungsstücke werden nähtechnisch kreativ umgesetzt. Diverse Hinweise zur Reparatur und Umgestaltung von vorhandenen Kleidungsstücken. Bitte Schere, Maßband mitbringen. Material- und Vorbesprechung am ersten Abend, die Teilnahme an der Vorbesprechung ist für den Kurs notwendig. Materialkostenumlage an die Kursleiterin ca. 10 €.

FK2.901 Frau Angelika Ader
1.9.-24.11.21, 42 UStd.
 1x Mi, 18.30-20 Uhr (Vorbesprechung)
 10x Mi, 18.30-21.30 Uhr
 € 120,60 (erm: € 62,85)

FK2.902 Frau Angelika Ader
12.1.-30.3.22, 42 UStd.
 1x Mi, 18.30-20 Uhr (Vorbesprechung)
 10x Mi, 18.30-21.30 Uhr
 € 120,60 (erm: € 62,85)

Kreatives Textiles Gestalten - Aufbaukurs

Schneidern für Fortgeschrittene
 Auf der Basis des Grundkurses erfolgt eine Erweiterung der nähtechnischen Kenntnisse über eine kurze Einführung in die Schnitttechnik. Das Zusammenspiel von der Idee über den Schnitt zur nähtechnischen Umsetzung in Verbindung mit verschiedenen kreativen Gestaltungsmöglichkeiten wird geübt. Bitte Schere, Maßband mitbringen. Material- und Vorbesprechung am ersten Abend.
 Nur für TeilnehmerInnen mit Grundkenntnissen! Materialkostenumlage an die Kursleiterin ca. 10 €.

FK2.906 Frau Angelika Ader
27.4.-29.6.22, 40 UStd.
 10x Mi, 18.30-21.30 Uhr
 € 119,00 (erm: € 62,00)

Workshop für Kostümbild-Entwurf im Theater und Film

Eine zweitägige Einführung in die Welt des Theater- und Filmkostümbildes für Schülerinnen und Schüler, Theaterpädagogen, Amateurtheaterteams und für alle, die mit Kostümen arbeiten und einen Einblick in diesen Beruf bekommen möchten. Die verschiedenen Aspekte des Kostümbildentwurfes werden am Beispiel unterschiedlicher Kostümausstattungen und Stile analysiert und durch Diashows und Begutachtung konkreter Kostüme veranschaulicht. Mit Hilfe von Warm-ups und spielerischem Arbeiten mit Farben und Stoffen wird man dazu verleitet, selbstständig ein Kostümbild zu entwerfen. Darüber hinaus wird man auch in andere praktische Arbeiten eingeleitet, wie zum Beispiel Maskenbild, Färben und Patinieren. Zum Schluss wird das Ergebnis mit Fotos dokumentiert. Auf Wunsch können auch Figuren entworfen werden, gerne auch mit Hilfe von Collagen. Dieser Schnupperkurs findet im Fundus des Kostümkollektiv e. V., Verein zur Förderung des Kostüm- und Maskenbildes mit Sitz in Kunstquartier Bethanien statt. Der Fundus umfasst momentan ca. 15.000 Teile, die an den 2 Tagen zum Aus- und Anprobieren zu Verfügung stehen.

FK2.911 Frau Silvia Albarella (KL-Konto)
25.-26.9.21, 16 UStd.
 Sa/So, 12-19 Uhr
 Kunstquartier Bethanien
 Mariannenplatz 2, Kostümkollektiv
 € 55,00 (erm: € 29,00)

FK2.912 Frau Silvia Albarella (KL-Konto)
7.-8.5.22, 16 UStd.
 Sa/So, 12-19 Uhr
 Kunstquartier Bethanien
 Mariannenplatz 2, Kostümkollektiv
 € 55,00 (erm: € 29,00)

Die persönliche Schneiderpuppe

Entwurf, Gestaltung und Erstellung einer persönlichen Schneiderbüste

Wer gerne für sich näht, benötigt eine Schneiderbüste/puppe mit seinen eigenen Maßen. Während des Schneiderns kann so das Kleidungsstück an der Puppe auf Passform, Fall und Aussehen von allen Seiten überprüft und, falls nötig, geändert werden. In diesem Workshop wird an zwei Wochenenden die eigene, passgenaue Schneiderbüste erstellt. Mit Hilfe besonderer Papierklebestreifen formen die Teilnehmerinnen gegenseitig ihre Körper ab. Sie modellieren so die Grundform der späteren Schneiderbüste. Mit Verstärkungsschichten wird die Grundform anschließend stabilisiert. Bitte mitbringen: Fön, Verlängerungskabel, Plastikschüssel, Papierschere, Schwamm, Filzstift, Maßband. Weiterhin bitte mitbringen bzw. vorher anziehen: Enganliegendes dünnes T-Shirt, Strumpf-

hose oder Leggins (bitte keine dicken Verschlüsse, Träger oder Bündchen). Am zweiten Wochenende wird Schneiderpuppe mit Flies- und Stretch-Stoff überzogen und die von den Teilnehmerinnen mitgebrachten Hals- und Hüftverstärkungen aus Holz werden in den Puppen befestigt. Nähmaschinenkenntnisse sind Voraussetzung. Dunkler Stretch-Stoff und Flies werden gestellt. Nähmaschine, Verlängerungskabel, Nähwerkzeug und Garn müssen von den Teilnehmerinnen mitgebracht werden. Materialkosten p.P.: 40 €.

FK2.915 Frau Andrea Krüger

10.-26.9.21, 36 UStd.

1x Fr, 18-21 Uhr, 2xSa/So, 10-17 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03,
€ 98,40 (erm: € 51,60)

FK2.916 Frau Andrea Krüger

10.-26.6.22, 36 UStd.

1x Fr, 18-21 Uhr, 2xSa/So, 10-17 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03,
€ 98,40 (erm: € 51,60)

Einführung in das Handweben

Handweben ist die älteste Technik der Herstellung textiler Flächen und eine schöne und besondere Art, der Kreativität neuen Ausdruck zu verleihen. In diesem Workshop lernen Sie die Grundlagen des intuitiven Handwebens, von den Eigenschaften des Webrahmens über die verwendeten Mittel bis zu den Besonderheiten der verschiedenen Web-Grundstoffe (Wolle, Filz, usw.). Sie bekommen mindestens 5 verschiedene Webtechniken vermittelt, dabei können Sie nicht nur klassische Materialien wie Wolle verarbeiten, sondern auch experimentieren. Schließlich weben Sie unter fachkundiger Anleitung einen kleinen Wandbehang und lernen, wie ein solches Textilstück abgenommen und zur Hängung vorbereitet wird.

Schulwebrahmen werden zur Verfügung gestellt, Materialkosten je nach Verbrauch ca. 5-8 € sind im Kurs an die Dozentin zu entrichten

FK2.921 Frau Stefanija Kulikova

Die aktuellen Termine erfahren Sie unter
www.vhs-fk.de

VHS, Bergmannstraße 28

FK2.922 Frau Stefanija Kulikova

Die aktuellen Termine erfahren Sie unter
www.vhs-fk.de

VHS, Bergmannstraße 28

Aufbaukurs Handweben - klassische Kilim-Techniken

Wochenend-Workshop

In diesem Kurs können Sie die klassische Kilim-Technik für sich entdecken. Die Besonderheit dieser Webtechnik besteht darin, dass der Schussfaden auf beiden Seiten des Kelims das Muster bildet. Ziel des Kurses ist die Erstellung eines Entwurfs bzw. Musters und die Umsetzung in glatter Kilim-Technik, so dass Sie eigenständig einen kleinen Kilim weben können. Gearbeitet wird mit der in Schlitzkelimtechnik und es werden mindestens drei Webetechniken vermittelt, als Material wird Wolle verwendet. Nach einer kurzen Einführung in die Geschichte des Kilim-webens gibt es zu Beginn des Kurses eine Einführung in die Grundbegriffe und die Werkzeuge, sowie in die Technik des Bespannens und Vorbereitung des Rahmens. Für die Teilnahme an diesem Kurs ist es von Vorteil, wenn man schon Erfahrungen im Weben hat, denn der Schwerpunkt liegt in dem Erlernen einer neuen Technik. Die Webrahmen und Materialien werden zur Verfügung gestellt, Materialkosten je nach Verbrauch ca. 10-15 € sind im Kurs an die Dozentin zu entrichten.

FK2.929 Frau Stefanija Kulikova

Die aktuellen Termine erfahren Sie unter
www.vhs-fk.de

VHS, Bergmannstraße 28



© Oliver S. Scholten



© Ebba Dangschat

GESUNDHEIT

Gesundheit und Bewegung - Yoga und Pilates - Fitness und Gymnastik -
Entspannung, Massage und gesunder Rücken - gesunde Ernährung -
Tanz - Kommunikation, Körpersprache, Psychologie - die junge vhs -
Familienbildung - Natur- und Umweltbildung

Die meisten Kurse im Programmbereich Gesundheit sind Flexikurse (Seite 147). Wenn die Häuser der VHS ggf. coronabedingt schließen müssen, werden diese Kurse automatisch in einen Onlinekurs überführt.

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG

Claudia Hiesemann

Persönliche Beratung nach Vereinbarung
Frankfurter Allee 37, Raum 1118
Telefon: 90298-4259
claudia.hiesemann@ba-fk.berlin.de

Unser Programm wird auch im laufenden Semester ständig ergänzt und erweitert.
Neue Kurse und aktuelle Hinweise finden Sie unter www.vhs-fk.de.



GESUNDHEIT UND BEWEGUNG

Zur Qualität des Angebots der Berliner Volkshochschulen in der Gesundheitsbildung

Die Gesundheitsbildung an den Volkshochschulen ist einem erweiterten, ganzheitlichen Gesundheitsverständnis verpflichtet, das sich an den Prinzipien der Weltgesundheitsorganisation (WHO) orientiert. Die Gesundheitsbildung will die Teilnehmenden dabei unterstützen, den individuell passenden gesundheitsfördernden Weg zu finden. Sie können sich deshalb in den Volkshochschulen mit einer Vielfalt von Methoden und Ansätzen der Gesundheitsförderung vertraut machen. Die Volkshochschulen legen großen Wert darauf, dass dabei Verfahren und Denkweisen aus verschiedenen Kulturen zum Tragen kommen. Sie ist somit Hilfe zur Selbsthilfe; kontinuierliche Angebote gewährleisten eine dauerhafte Begleitung.

Jede Veranstaltung im Programmbereich Gesundheitsbildung verfolgt spezielle Lernziele. Dabei geht es um die Aneignung von Wissen darüber, wie die eigenen gesundheitlichen Ressourcen sinnvoll gestärkt werden können, um das Erlernen von gesundheitsfördernden Techniken und Methoden sowie die Entwicklung eines differenzierten Körperbewusstseins. Diese Ziele führen zur Erweiterung der Gesundheitskompetenz und damit zu der Möglichkeit, eigenverantwortlich und aktiv an der eigenen Gesunderhaltung im Alltag und im Beruf mitzuwirken.

Regelungen für die Kostenerstattung durch die Krankenkassen

Das bisherige Verfahren der Anerkennung von Präventionskursen gemäß § 20 Abs. 1 SGB V hat sich für alle Kurse grundlegend geändert. Für die Anerkennung der Kurse ist für die meisten gesetzlichen Krankenkassen jetzt die „Zentrale Prüfstelle Prävention“ zuständig. Viele Kurse, die bisher bezuschusst worden sind, fallen jetzt nicht mehr unter diese Regelung. Für alle Fragen, welche Kurse tatsächlich bezuschusst werden, wenden Sie sich bitte an Ihre Krankenkasse.

Bonussystem

Die gesetzlichen Krankenkassen bestimmen in ihren Satzungen, welche Kurse sie ihren Versicherten im Rahmen eines Bonus-System anerkennen. Die Verfahren sind sehr unterschiedlich, bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse. Bei Vorliegen der Voraussetzungen können Sie sich in unseren Servicebüros zur Bestätigung Ihrer regelmäßigen Teilnahme das Bonusheft abstemplen lassen.

Qi Gong

Konzentration, Entspannung und Kraft

Diese alte chinesische Entspannungs- und Bewegungsmethode für Körper und Geist ist hervorragend geeignet, die Gesundheit zu schützen und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. In diesem Qi Gong-Kurs werden die „Zehn Übungen auf dem Berge Wu Dang“ vermittelt. Sie wirken positiv auf alle Organe, den Kreislauf und fördern den Stoffwechsel. Die fließenden Dehnungen sind mit rhythmischem Atem verbunden. Die sanften Bewegungen kräftigen besonders den Nacken, die Schulter und den Rücken. Wenn aufgrund von Covid 19 keine Präsenzkurse möglich sein sollten, wird der Kurs als Onlinekurs mit wöchentlich neuen Videos durchgeführt. Jede 90 Minuten Filmeinheit hat vier Teile: Lockerung im Sitzen; Lockerung im Stehen; Die „Drei Linien Entspannung“ und „Stimulierung der Meridiane“; Qi Gong-Übungen. Eine Filmlektion bleibt eine Woche in der Cloud zur Verfügung und kann jederzeit geübt werden.

FK3.103 Frau Barbora Denk
6.9.-13.12.21, 24 UStd.

12x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 70,20 (erm: € 36,60)

Qi Gong – Hilfen für den Alltag

Diese alte chinesische Entspannungs- und Bewegungsmethode für Körper und Geist ist hervorragend geeignet, die Gesundheit zu schützen und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Durch einfache, langsam und fließend ausgeführte Bewegungen und Massagegriffe verteilt sich die Energie sinnvoll im Körper. Geeignet für Jung und Alt. Übungen im Sitzen, Stehen und Liegen.

FK3.105 Frau Marianne Raeschler
8.9.-8.12.21, 24 UStd.

12xMi, 10-11.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 65,40 (erm: € 34,20)

FK3.106 Frau Marianne Raeschler
9.2.-13.4.22, 18 UStd.

9xMi, 10-11.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 53,40 (erm: € 28,20)

Qi Gong am Nachmittag

Die sanften Bewegungen des Qi Gong wirken ganzheitlich auf Körper, Geist und Psyche. Die Übungen regulieren Ihren Energiefluss und helfen Ihnen, innere Ruhe und Gelassenheit zu finden, Spannungen aufzulösen und durchlässig zu werden. Ihre Aufmerksamkeit zentriert sich und Ihre Gedanken können zur Ruhe kommen. Mit zunehmender Erfahrung verbessern sich Ihre Körperwahrnehmung und Ihr Gleichgewichtsgefühl. Klar, leicht und gut geerdet entwickeln Sie die innere Kraft, um stabil im Leben zu stehen. Sie lernen eine Übungs-

reihe kennen, die Sie selbstständig zu Hause üben können. Lockerungsübungen und Selbstmassagen runden die Übungsstunden ab.

FK3.107 Frau Christa Kohlhaas
9.9.-9.12.21, 24 UStd.

12x Do, 16-17.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 70,20 (erm: € 36,60)

FK3.108 Frau Christa Kohlhaas
13.1.-7.4.22, 24 UStd.

12x Do, 16-17.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 70,20 (erm: € 36,60)

FK3.110 Frau Christa Kohlhaas
28.4.-30.6.22, 14 UStd.

7x Do, 16-17.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 42,20 (erm: € 22,60)

Qi Gong im Park

Im Freien sind die aus China stammenden einfachen Massagen und Bewegungen am wirkungsvollsten. Im Stehen werden die Übungen langsam und fließend ausgeführt mit ruhigem Atem. So wird zu Tagesbeginn unsere Energie gestärkt und das seelische und körperliche Gleichgewicht hergestellt.

FK3.112 Frau Marianne Raeschler
4.5.-22.6.22, 8 UStd.

8xMi, 10-10.45 Uhr
Volkspark Friedrichshain, Virchowstr.
Blindengarten
€ 25,40 (erm: € 14,20)

Tao - Qi Gong: Erwecke, erfahre und entfalte die weibliche Lebenskraft

Diese Qigong-Übungen umfassen Atem-, Körper- und Konzentrationsübungen, die auf dem Prinzip von Yin und Yang und der Wandlungsphasen der fünf Elemente basieren. Tuong-Xuan-Cong-Übungen (=Verjüngungsübungen) sorgen dafür, dass die Lebensenergie bewahrt und gestärkt wird. Sie helfen uns, aus der Quelle der weiblichen Kraft zu schöpfen - der ideale Ausgleich, um dem Stress des Alltags zu entfliehen. Die Übungen eröffnen die Möglichkeit, selber auf den körperlichen und geistigen Zustand positiven Einfluss zu nehmen, die Mitte, das Gleichgewicht und die Lebensfreude auch in schwierigen Situationen zu bewahren. Vitalität und Wohlbefinden werden gestärkt, wie auch die Yin-Kraft und das Frau-Sein.

Inhalte: Von innerem Fließen bis zur Stärkung der Haltung durch: Entspannungsübungen und Meditation; Wahrnehmen und Führen der inneren Energie; Koordination von Körper, Geist und Atem; Mobilisierungs-, Dehnungs- und Kräftigungsübungen; Selbstmassage; u.a. diverse spezielle Übungen zur Stärkung der einzelnen Körperteile und inneren Organe.

Die Übungsreihen sind für alle geeignet, unabhängig von den Vorkenntnissen. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.119 Frau Thi Thanh Ha Nguyen
8.9.-8.12.21, 28 UStd.
 14x Mi, 10-11.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 81,40 (erm: € 42,20)

FK3.120 Frau Thi Thanh Ha Nguyen
19.1.-30.3.22, 22 UStd.
 11x Mi, 10-11.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 64,60 (erm: € 33,80)

FK3.122 Frau Thi Thanh Ha Nguyen
27.4.-6.7.22, 22 UStd.
 11x Mi, 10-11.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 64,60 (erm: € 33,80)

Tao - Qi Gong- Der Weg zur Inneren Mitte

Die Qi Gong-Übungen haben ihre Wurzeln in der fernöstlichen asiatischen Kultur und werden seit tausenden Jahren bis heute zur Gesundheitspflege praktiziert. Die sanften, fließenden Fünf-Elemente-Qi Gong-Übungen wirken ganzheitlich auf Körper, Geist und Seele. Das stetige Wechselspiel von Yin und Yang, Ruhe und Bewegung reguliert den Energiefluss - Spannungen und Blockaden werden aufgelöst. Sie öffnen die Energietore und Energieleitbahnen (=Meridiane), bringen das Qi zum Fließen, das uns Himmel und Erde zur Verfügung stellt. Sie stärken das Immunsystem, fördern die körperliche Vitalität, führen zu geistiger Klarheit, unterstützen die Selbstheilungskräfte und führen zur einer harmonischen Lebensweise. Die Lebenskraft stärken, Qi und Blut harmonisch fließen lassen, die Organe regulieren, von innerem Fließen bis zur Stärkung der Haltung durch: Entspannungsübungen und Medita-

tion; Wahrnehmen und Führen der inneren Energie; Koordination von Körper, Geist und Atem; Mobilisierungs-, Dehnungs- und Kräftigungsübungen; Selbstmassage; u. a. diverse spezielle Übungen zur Stärkung der einzelnen Körperteile und inneren Organe. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.115 Frau Thi Thanh Ha Nguyen
7.9.-7.12.21, 28 UStd.
 14x Di, 16-17.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 82,40 (erm: € 43,20)

FK3.116 Frau Thi Thanh Ha Nguyen
18.1.-29.3.22, 22 UStd.
 11x Di, 16-17.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 64,60 (erm: € 33,80)

FK3.118 Frau Thi Thanh Ha Nguyen
26.4.-5.7.22, 22 UStd.
 11x Di, 16-17.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 64,60 (erm: € 33,80)

YOGA UND PILATES

Yoga für Männer (Einsteiger)

In diesem Kurs sind Männer unter sich und probieren Yoga einmal aus. Sportlichkeit und Beweglichkeit spielen keine Rolle. Angefangen wird ganz praktisch mit einfachen Yoga-Haltungen. Dadurch werden gleichermaßen Kraft und Flexibilität erweitert, was eine gesunde Körperhaltung positiv beeinflusst. Es werden keine akrobatischen Asanas geübt, sondern alle Teilnehmer erwartet ein anfängergerechtes, gesundes „Training“. Weiter geht es mit Entspannungsübungen und bewusstem Atmen. Das hilft angesammelten Stress loszulassen. Mit Yoga lässt sich der Alltag ausgeglichener und bewusster erleben. Es gibt keine Voraussetzungen, um diesen Kurs zu besuchen. Bitte bequeme Sportkleidung und Wasser zum Trinken mitbringen.

FK3.185 Herr Sven Hallmann
16.9.-9.12.21, 26 UStd.
 13x Do 18-19.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 70,60 (erm: € 36,80)

FK3.186 Herr Sven Hallmann
20.1.-7.4.22, 24 UStd.
 12x Do 18-19.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 65,40 (erm: € 34,20)

FK3.188 Herr Sven Hallmann
28.4.-7.7.22, 20 UStd.
 10x Do 18-19.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 55,00 (erm: € 29,00)

Yoga Onlinekurs

Hatha Yoga I Pranayoga Method®

Die Pranayoga Lehrmethode, die aus der klassischen Tradition des Hatha Yoga entwickelt wurde, bietet eine sehr meditative und energiespendende Yoga Praxis. Wir üben Körperhaltungen (Asana), beruhigende yogische Atemtechniken (Pranayama) und Meditation. Dadurch werden die Fähigkeiten und Grenzen des eigenen Körpers wahrgenommen und das Körperbewusstsein gefördert. Verspannungen können erspürt und aufgelöst werden. Der Geist wird ruhig. Körper und Seele entspannen und können so dem Alltag gelassener begegnen. Den Abschluss jeder Stunde bildet eine geführte Tiefenentspannung im Liegen. Diese Lehrmethode legt großen Wert auf anatomisch sinnvoll, sicher und detailliert angeleitete Sequenzen, denen immer ein Warm-up vorausgeht. Körper und Geist werden in der Aufwärmphase optimal auf die Stunde vorbereitet. Der Rhythmus und die Intensität sowie die Abfolge der Übungen variiert in den einzelnen Klassen, angepasst an die Möglichkeiten der Teilnehmer.

Voraussetzungen: Geeignet für Anfänger wie Fortgeschrittene.
 Onlinekurs! Sie erhalten vor Kursstart die Zugangsdaten von der VHS.

FK3.191 Frau Marion Brings
6.9.-29.11.21, 26 UStd.
 13x Mo von 18.30-20 Uhr
 Online, R. .
 € 82,00 (erm: € 43,00)

FK3.192online Frau Marion Brings
17.1.-4.4.22, 24 UStd.
 12x Mo von 18.30-20 Uhr
 Online, R. .
 € 76,00 (erm: € 40,00)

Yoga am Morgen Onlinekurs

Hatha Yoga I Pranayoga Method®

Starten Sie von Zuhause aus voller Energie und Inspiration in den Tag, ohne zu schwitzen. Aus dem Bett direkt auf die Matte - vor Ihrem Computer, Ihrem Smartphone oder Ihrem Tablet. Die Kamera auf Wunsch einfach auslassen.

Ich führe Sie durch eine Yoga Morgen Routine, die wach und munter macht. Wir mobilisieren unsere Gelenke und stretchen und öffnen den ganzen Körper mit sanften Bewegungen. Wir widmen uns den yogischen Atemtechniken (Pranayama), die regelmäßig ausgeführt u.a. die Vitalenergie erhöhen können, die Konzentration verbessern, uns besser mit Stress umgehen lassen und das Immunsystem stärken. Diese besondere 45 Minuten Klasse endet mit einer kurzen geführten Meditation.

Bitte wenn möglich mit leerer Blase und nüchtern am Kurs teilnehmen. Voraussetzungen: Geeignet für Anfänger wie Fortgeschrittene.

Kontraindikationen: Da die Atemübungen im Verlauf des Kurses auch aktivierende Übungen und Übungen, bei denen die Luft kurz angehalten wird, enthält, ist dieser Kurs für Teilnehmer mit Bluthochdruck, Herz- und Lungenerkrankungen, erhöhtem Augeninnendruck, Grüner Star nicht geeignet. Bei Schwangerschaft kann an diesem Kurs nicht teilgenommen werden.
 Onlinekurs! Sie erhalten die Zugangsdaten vor Kursstart von der VHS.

FK3.193 Frau Marion Brings
7.9.-30.11.21, 13 UStd.
 13x Di von 7.30-8.15 Uhr
 Online, R. .
 € 42,00 (erm: € 22,50)

FK3.194 Frau Marion Brings**18.1.-5.4.22, 11 UStd.**

11x Di von 7.30-8.15 Uhr

Online, R. .

€ 36,00 (erm: € 19,50)

Hatha Yoga Grundkurs am Vormittag**Hatha Yoga I Pranayoga Method®**

In diesem Kurs widmen wir uns den Grundlagen der Yoga Praxis und nehmen uns die Zeit einzelne Übungen detaillierter zu erklären und aufkommende Fragen sofort zu beantworten. Wir üben Körperhaltungen (Asana) mit mögliche Variationen, yogische Atemtechniken (Pranayama) und einfache Meditationsformen. Der Begriff „Hatha“ wird oft mit Kraft interpretiert, doch kraftvoll ist nicht die Praxis selbst, es sind vielmehr die Ergebnisse der Praxis. Hatha Yoga hat eine intensive Auswirkung auf die Bewegung von Prana, die Lebensenergie in uns. Körper und Seele entspannen und können so dem Leben und unseren Mitmenschen gelassener begegnen. Die Pranayoga Lehrmethode legt u.a. großen Wert auf anatomisch sinnvoll, sicher und detailliert angeleitete Sequenzen, denen immer ein Warm-Up vorausgeht. Körper und Geist werden optimal auf die Stunde vorbereitet. Den Abschluss jeder Stunde bildet eine geführte Tiefenentspannung. Zielgruppe: Teilnehmer mit keinen oder wenig Vorkenntnissen, Wiedereinsteiger. Zusatzinformation: Um den Körper in bestimmten Haltungen zu stützen, ist es sinnvoll eine etwas dickere Decke mitzubringen. Bitte erscheinen Sie 5-10 Minuten vor Beginn der Klasse. Nach Kursbeginn kein Einlass mehr. Hybridkurs, der Kurs kann auch als Onlinekurs besucht werden und muss dann als solcher gebucht werden.

FK3.195 Frau Marion Brings**7.9.-30.11.21, 26 UStd.**

13x Di von 10-11.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107

€ 79,40 (erm: € 41,70)

FK3.196 Frau Marion Brings**18.1.-5.4.22, 22 UStd.**

11x Di von 10-11.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107

€ 67,80 (erm: € 35,90)

Hatha Yoga Grundkurs am Vormittag Onlinekurs**Hatha Yoga I Pranayoga Method®**

Onlinekurs zum Hybridkurs!! Vor Kursstart erhalten Sie die Zugangsdaten von der VHS.

FK3.195online Frau Marion Brings**7.9.-30.11.21, 26 UStd.**

13x Di von 10-11.30 Uhr

Online

€ 79,40 (erm: € 41,70)

FK3.196online Frau Marion Brings**18.1.-5.4.22, 22 UStd.**

11x Di von 10-11.30 Uhr

Online

€ 67,80 (erm: € 35,90)

Hatha Yoga (Alle Level)**Hatha Yoga I Pranayoga Method®**

Die Pranayoga Lehrmethode, die aus der klassischen Tradition des Hatha Yoga entwickelt wurde, bietet eine sehr meditative und energispendende Praxis. Wir üben Körperhaltungen (Asana) yogische Atemtechniken (Pranayama) und einfache Meditationsformen. Die Methode legt zudem großen Wert auf anatomisch sinnvoll, sicher und detailliert angeleitete Sequenzen, denen immer ein Warm-Up vorausgeht. Körper und Geist werden optimal auf die Stunde vorbereitet. Den Abschluss jeder Stunde bildet eine geführte Tiefenentspannung. Der Begriff „Hatha“ wird oft mit Kraft interpretiert, doch kraftvoll ist nicht die Praxis selbst, es sind vielmehr die Ergebnisse der Praxis. Hatha Yoga hat eine intensive Auswirkung auf die Bewegung von Prana, die Lebensenergie in uns. Körper und Seele können entspannen und so dem Leben und unseren Mitmenschen gelassener begegnen. Zusatzinformation: Um den Körper in bestimmten Haltungen zu stützen, ist es sinnvoll eine etwas dickere Decke mitzubringen. Bitte erscheinen Sie 5-10 Minuten vor Beginn der Klasse. Hybridkurs, der Kurs kann auch als Onlinekurs besucht werden und muss dann als solcher gebucht werden.

FK3.197 Frau Marion Brings**6.9.-29.11.21, 21 UStd.**

13x Mo von 16.15- 17.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107

€ 67,80 (erm: € 35,90)

FK3.198 Frau Marion Brings**17.1.-4.4.22, 20 UStd.**

12x Mo von 16.15- 17.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107

€ 62,00 (erm: € 33,00)

Hatha Yoga (Alle Level) Onlinekurs**Hatha Yoga I Pranayoga Method®**

Onlinekurs zum Hybridkurs!! Vor Kursstart erhalten Sie die Zugangsdaten von der VHS.

FK3.197online Frau Marion Brings**6.9.-29.11.21, 21 UStd.**

13x Mo von 16.15- 17.30 Uhr

Online, R. .

€ 67,80 (erm: € 35,90)

FK3.198online Frau Marion Brings**17.1.-4.4.22, 20 UStd.**

12x Mo von 16.15- 17.30 Uhr

Online, R. .

€ 61,00 (erm: € 32,00)

Sanftes Yoga**für AnfängerInnen und****Weitermacher*innen**

Yoga bedeutet übersetzt Einheit und verbindet alle Ebenen unseres Daseins (Körper, Geist, Psyche). Durch Yogaübungen erweitern wir unser Wahrnehmungsvermögen. Durch richtiges Atmen, Dehnen und Entspannen bauen wir Verspannungen ab. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt.

FK3.201 Frau Sylvia Linde**10.9.-10.12.21, 24 UStd.**

12x Fr, 10-11.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107

€ 66,40 (erm: € 35,20)

FK3.200 Frau Sylvia Linde**14.1.-8.4.22, 24 UStd.**

14x Fr, 10-11.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107

€ 66,40 (erm: € 35,20)

FK3.202 Frau Sylvia Linde**29.4.-1.7.22, 20 UStd.**

10x Fr, 10-11.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107

€ 56,00 (erm: € 30,00)

Yoga**Für AnfängerInnen und Weitermacher*innen**

Yoga bedeutet übersetzt Einheit und verbindet alle Ebenen unseres Daseins (Körper, Geist, Psyche). Durch Yogaübungen erweitern wir unser Wahrnehmungsvermögen. Durch richtiges Atmen, Dehnen und Entspannen bauen wir Verspannungen ab. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt.

FK3.203 Frau Sylvia Linde**8.9.-8.12.21, 24 UStd.**

12x Mi, 17-18.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107

€ 66,40 (erm: € 35,20)

FK3.204 Frau Sylvia Linde**12.1.-6.4.22, 24 UStd.**

12x Mi, 17-18.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107

€ 66,40 (erm: € 35,20)

FK3.206 Frau Sylvia Linde**27.4.-6.7.22, 22 UStd.**

11x Mi, 17-18.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107

€ 61,20 (erm: € 32,60)

Yoga für die Generation 50 + und für Menschen mit Bewegungseinschränkungen**Für Anfänger*innen**

Dieser Kurs richtet sich an alle, die aufgrund körperlicher Einschränkungen (alters-, gewichts- oder unfallbedingt) noch keinen Zugang zum Yoga gefunden haben. Yoga ist für Menschen jeden Alters und jeder körperlichen Verfassung sinnvoll und kann Beschwerden (vor allem im Schulter/Nackengebiet, in der Hüfte, im Rücken) lindern sowie eine fehlende Muskulatur gezielt aufbauen. Der Kurs enthält ausschließlich sanfte und entspannende Elemente aus dem Restorativem Yoga, dem Yin-Yoga, dem Hatha-Yoga und aus der Yogatherapie. Es wird mit Hilfsmitteln gearbeitet, um Yogapositionen für jede/n zugänglich zu machen. Auch wer nicht auf dem Boden sitzen kann oder mag, oder wer schon lange nicht mehr Sport ge-

macht hat, ist hier richtig. Durch leichte runde Bewegungen wird die Beweglichkeit gefördert und durch Gleichgewichtsübungen die Körperkoordination verbessert. Die Übungen kräftigen die Wirbelsäule und begünstigen die Aufrichtung. Durch gezielte Atem- und Entspannungsübungen erholen sich Körper und Geist – Sie tanken neue Kräfte und fühlen sich insgesamt wohler. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt.

FK3.207 Frau Cornelia Gritzner
8.9.-11.2.21, 26 UStd.
13xMi, 10.30-12 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 75,80 (erm: € 39,40)

FK3.208 Frau Cornelia Gritzner
12.1.-6.4.22, 26 UStd.
13xMi, 10.30-12 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 75,80 (erm: € 39,40)

FK3.208A Frau Cornelia Gritzner
27.4.-6.7.22, 22 UStd.
11xMi, 10.30-12 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 64,60 (erm: € 33,80)

Yoga für Weitermacher*innen

Teilnahmevoraussetzung: mindestens ein Jahr regelmäßige Yogapraxis. Der Kurs ist bewegungsintensiv und beinhaltet regenerative Entspannungsphasen. Durch bewusstes Dehnen, Kräftigen und Entspannen bauen wir Verspannungen ab und erlangen Flexibilität, Kraft und Gleichgewicht für den Alltag. Durch Yoga erweitern wir unser Wahrnehmungsvermögen und schulen das Bewusstsein für eine anatomisch sinnvolle Körperhaltung.

FK3.213 Frau Adriane Dobberthien
7.9.-7.12.21, 28 UStd.
14xDi, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 76,80 (erm: € 40,40)

FK3.214 Frau Adriane Dobberthien
25.1.-5.7.22, 40 UStd.
20xDi, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 108,00 (erm: € 56,00)

Yoga

Der Kurs ist bewegungsintensiv und beinhaltet regenerative Entspannungsphasen. Durch bewusstes Dehnen, Kräftigen und Entspannen bauen wir Verspannungen ab und erlangen Flexibilität, Kraft und Gleichgewicht für den Alltag. Durch Yoga erweitern wir unser Wahrnehmungsvermögen und schulen das Bewusstsein für eine anatomisch sinnvolle Körperhaltung.

FK3.209 Frau Adriane Dobberthien
7.9.-7.12.21, 28 UStd.
14xDi, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 76,80 (erm: € 40,40)

FK3.210 Frau Adriane Dobberthien
25.1.-5.7.22, 40 UStd.
20xDi, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 108,00 (erm: € 56,00)

FK3.211 Frau Adriane Dobberthien
9.9.-9.12.21, 28 UStd.
14xDo, 16-17.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 76,80 (erm: € 40,40)

FK3.212 Frau Adriane Dobberthien
27.1.-30.6.22, 40 UStd.
20xDo, 16-17.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 108,00 (erm: € 56,00)

Yoga

Yoga bedeutet übersetzt Einheit und verbindet alle Ebenen unseres Daseins (Körper, Geist, Psyche). Durch richtiges Atmen, Dehnen und Entspannen werden Verspannungen abgebaut. Der achtsame Umgang mit dem eigenen Körper steht im Mittelpunkt jeder Yogastunde. Wichtige Atem- und Meditationstechniken bereichern diesen Kurs. Sanfte und atembetonte Übungsabläufe charakterisieren diesen Kurs. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte eine Yogamatte, ein Handtuch oder eine Decke mitbringen. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt.

FK3.217 Frau Eva Ghimessy
23.9.-16.12.21, 26 UStd.
13x Do, 18-19.30 Uhr
Freizeitstätte, Falckensteinstr. 6
€ 76,80 (erm: € 40,40)

FK3.219 Frau Eva Ghimessy
23.9.-16.12.21, 26 UStd.
13x Do, 19.45-21.15 Uhr
Freizeitstätte, Falckensteinstr. 6
€ 76,80 (erm: € 40,40)

FK3.216 Frau Eva Ghimessy
27.1.-7.4.22, 22 UStd.
11x Do, 18-19.30 Uhr
Freizeitstätte, Falckensteinstr. 6
€ 65,60 (erm: € 34,80)

FK3.218 Frau Eva Ghimessy
28.4.-30.6.22, 18 UStd.
9x Do, 18-19.30 Uhr
Freizeitstätte, Falckensteinstr. 6
€ 54,40 (erm: € 29,20)

FK3.220 Frau Eva Ghimessy
27.1.-7.4.22, 22 UStd.
11x Do, 19.45-21.15 Uhr
Freizeitstätte, Falckensteinstr. 6
€ 65,60 (erm: € 34,80)

FK3.222 Frau Eva Ghimessy
28.4.-30.6.22, 18 UStd.
9x Do, 19.45-21.15 Uhr
Freizeitstätte, Falckensteinstr. 6
€ 54,40 (erm: € 29,20)

Happy Hips Yoga

Workshop für Frauen

Der Beckenboden ist ein wichtiges Zentrum des weiblichen Körpers. Er ist ein starkes Zentrum für Gesundheit, Lebensfreude und Kreativität. Er hält die weiblichen Organe und verschließt das Becken nach unten. Er sorgt dafür, dass die Schließmuskeln von Blase und Darm funktionieren. Mit all seinen Muskeln ist unser Becken zudem nicht nur für Kontinenz wichtig. Ein gesunder Rücken und eine aufrechte Körperhaltung haben hier ebenso ihren Ursprung. Die Beweglichkeit der Becken- und Hüftregion ist tollerweise (bis zu einem gewissen individuellen Grad) trainierbar und genau das tun wir in diesem Kurs. Durch Yoga-, Atem- und Achtsamkeitsübungen wird das Körperbewusstsein geschult, ein tieferes Verständnis für die individuelle Anatomie entwickelt, der Beckenboden zur Unterstützung der Hüftregion gestärkt – für ein gesünderes und erfüllteres Leben. Die Asanas (Yoga-Haltungen) werden manchmal gehalten, manchmal sind es eher fließende Bewegungen. Es fließen Elemente aus dem Hatha- Yin- und Vinyasa-Yoga ein.

FK3.225 Frau Maria Hoppe
19.9.21, 4 UStd.
So. 11-14 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 18,40 (erm: € 10,70)

FK3.226 Frau Maria Hoppe
24.4.22, 5 UStd.
Sa. 14-18 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 18,40 (erm: € 10,70)

Yoga

TriYoga® Flow

Meditation in Bewegung – HathaYoga im Fluss.

Beständig verbunden mit geschmeidigen Wellenbewegungen der Wirbelsäule erfahren wir im TriYoga® einen sehr meditativen Bewegungsrhythmus von Asana (Körperhaltung) zu Asana. Alle Bewegung fließt mit dem Atem. Der Stundenaufbau führt entlang der 4 Jahreszeiten – Aufwärmen und Beweglichkeit im Frühling (spring), Kraft und Ausdauer im Sommer (summer), Konzentration und Ernten/Hingabe im Herbst (autumn) und Einkehr und Ausgleich im Winter (winter). Wenn innere und äußere Rhythmen in Einklang kommen, können wir tiefe Freude erleben und weitergeben – go with the flow! Keine Vorkenntnisse erforderlich.

FK3.231 Frau Marion Evers
13.9.-6.12.21, 26 UStd.
13x Mo, 18.15-19.45 Uhr
Zentrum f. Yoga und Stimme
Paul Lincke-Ufer 30
€ 76,80 (erm: € 40,40)

FK3.232 Frau Marion Evers
17.1.-4.4.22, 24 UStd.
12x Mo, 18.15-19.45 Uhr
Zentrum f. Yoga und Stimme
Paul Lincke-Ufer 30
€ 71,20 (erm: € 37,60)

Yoga**TriYoga® Flow**

Meditation in Bewegung. Tri Yoga ist ein dynamischer und durch seine fließenden Bewegungen meditativer Hatha Yoga Stil. „Tri“ steht für die Verbindung von wellenartigen Bewegungen der Wirbelsäule, den Asanas und der Atmung. Er vereint dabei Kraft, Dehnung, Entspannung und Achtsamkeit. Wir besinnen uns zurück auf die Langsamkeit und Genauigkeit der Bewegungen gepaart mit einer tiefen Atmung. Dies schafft eine neue Verbindung nach innen, beruhigt das zentrale Nervensystem, löst muskuläre Blockaden und verleiht ein freies neues und kraftvolles Körpergefühl.

Besonders für Anfänger geeignet aber auch für Fortgeschrittene, die ein tieferes Körperbewusstsein erfahren möchten.

FK3.235 Frau Laura Vanselow
8.9.-8.12.21, 24 UStd.

12x Mi, 18-19.30 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3,
Gymnastikraum;
€ 71,20 (erm: € 37,60)

FK3.237 Frau Laura Vanselow
8.9.-8.12.21, 24 UStd.

12x Mi, 20-21.30 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3,
Gymnastikraum;
€ 71,20 (erm: € 37,60)

FK3.236 Frau Laura Vanselow
12.1.-6.4.22, 24 UStd.

12x Mi, 18-19.30 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3
Gymnastikraum;
€ 71,20 (erm: € 37,60)

FK3.238 Frau Laura Vanselow
12.1.-6.4.22, 24 UStd.

12x Mi, 20-21.30 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3,
Gymnastikraum;
€ 71,20 (erm: € 37,60)

Yoga against stress in English**Hybridclass**

Relaxation is the precondition for flow. Join us for soft yet powerful class that will move your body, mind and emotions. With the tools of hatha yoga and pranayama, we will move our attention to sensations and learn mechanisms to cope with (bad) stress. The breath will be our bridge to access the parasympathetic state of rest and processing. The class is open to all levels, including beginners, and is also indicated for those who wish to refine their practice at a slower pace. We will practice with the Pranayoga Method®, „Yoga of the Vital Energy“, paying attention to the individuality of each practitioner and to awareness and presence, without any dogmas.

This class is held in presence and online. All online participants will receive an access code from VHS before start.

FK3.239 Frau Marta Palombo
16.9.-16.12.21, 24 UStd.

12x Di, von 18.15-19.45 Uhr
Online, R. ; VHS,
Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 63,00 (erm: € 33,00)

Yoga und Pilates

Diese Kombination ist optimal, um den Herausforderungen des leistungsorientierten Lebensstils zu begegnen. Die Kräftigung des Beckenbodens und der tiefliegenden Bauch- und Rückenmuskulatur hat die natürliche Aufrichtung der Wirbelsäule zur Folge und dient somit der Entlastung des Schulter-Nacken- und Lendenbereiches. Durch stundenlanges Sitzen, z.B. am Computer, kommt es dort durch angewöhnte Fehlhaltungen oft zu Schmerzen und Schädigungen. Außerdem wird mit vertieftem Atem gearbeitet, wodurch die Körperzellen angeregt, regeneriert und verjüngt werden. Das führt zu mehr Lebendigkeit und Lebenskraft. Regelmäßiges Trainieren der dynamischen Übungsabfolgen, abwechselndes Dehnen und Stärken der gesamten Muskulatur und das Mobilisieren der Gelenke bringen mehr Unterstützung, Bewegung und Austausch ins gesamte System und schaffen Erleichterung im Hinblick auf Verspannungen und andere gesundheitliche Probleme.

FK3.241 Frau Carmen Rodina
1.9.-17.11.21, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr
Heinrich-Hertz-Oberschule,
Rigaer Str. 81/82, Turnhalle
€ 60,00 (erm: € 32,00)
Kurs nur in Präsenz!

FK3.242 Frau Carmen Rodina
11.5.-6.7.22, 18 UStd.

9x Mi, 18-19.30 Uhr
Heinrich-Hertz-Oberschule,
Rigaer Str. 81/82, Turnhalle
€ 54,40 (erm: € 29,20)
Kurs nur in Präsenz!

FK3.243 Frau Carmen Rodina
7.9.-23.11.21, 24 UStd.

12x Di, 9.30-11 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 71,20 (erm: € 37,60)
Kurs nur in Präsenz!

FK3.244 Frau Carmen Rodina
10.5.-12.7.22, 20 UStd.

10x Di, 9.30-11 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 60,00 (erm: € 32,00)
Kurs nur in Präsenz!

FK3.247 Frau Hannah Komoll
21.9.-14.12.21, 22 UStd.

11x Di, 16.15-17.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 73,60 (erm: € 38,80)

FK3.251 Frau Hannah Komoll
20.9.-13.12.21, 22 UStd.

11x Mo, 18-19.30 Uhr
Familienzentrum Adalbertstraße
Adalbertstr. 23b, Aula
€ 67,80 (erm: € 35,90)

FK3.246 Frau Hannah Komoll
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 16.15-17.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 61,00 (erm: € 32,00)

FK3.248 Frau Hannah Komoll
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 16.15-17.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 61,00 (erm: € 32,00)

FK3.252 Frau Hannah Komoll
17.1.-28.3.22, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr
Familienzentrum Adalbertstraße
Adalbertstr. 23b, Aula
€ 62,00 (erm: € 33,00)

FK3.254 Frau Hannah Komoll
25.4.-27.6.22, 18 UStd.

9x Mo, 18-19.30 Uhr
Familienzentrum Adalbertstraße
Adalbertstr. 23b, Aula
€ 56,20 (erm: € 30,10)

Yoga und Pilates

In diesem Kurs werden Elemente aus dem Hatha Yoga (Pranayoga Method®) mit Pilates Übungen zu einem ganzheitlichen Training für Körper und Seele verbunden. Entspannung, Dehnung und Kräftigung. Das verbindende Element ist die Atmung und ein bewusster, konzentrierter und präziser Umgang mit dem Körper. Diese Kombination wirkt den alltäglichen Fehlhaltungen durch z.B. zu langes Sitzen am Schreibtisch ebenso wie seelischer Anspannung durch Stress entgegen. Jede Stunde beginnt mit Übungen zur Wahrnehmung von Atmung, Haltung und Bewegung. Der Körper wird aufgewärmt und gedehnt und die Gelenke mobilisiert. Die Yoga Atmung, bestehend aus Bauch- Brustkorb- und Schlüsselbein- atmung, wird geübt und mit der Zeit tiefer. Das verhilft u.a. zu besserer Sauerstoffversorgung, zu einem gesunden Herz, gesunden Lungen und entspannt. Angepasst an die Möglichkeiten der Teilnehmer werden klassische Yogahaltungen erst dynamisch, dann statisch mittels präziser Anleitung integriert. Pilates Übungen stärken das Körperzentrum, das Joseph Pilates das „Powerhouse“ nannte. Der Beckenboden, die tiefe Bauch- und Rückenmuskulatur wird in Kombination mit der Atmung gekräftigt, die Wirbelsäule natürlich aufgerichtet, Schultern und Nacken mobilisiert und stabilisiert. Körperhaltung, Koordination und Beweglichkeit werden verbessert. Den Abschluss jeder Stunde bildet eine geführte Tiefenentspannung im Liegen. Dieser Kurs kann unabhängig vom Alter ausgeübt werden und ist für Anfänger, Wiedereinsteiger und fortgeschrittene Neugierige gleichermaßen geeignet. Bitte lockere Sportkleidung mitbringen.

FK3.249 Frau Marion Brings
8.9.-1.12.21, 21 UStd.

13x Mi, 18-19.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 67,80 (erm: € 35,90)

FK3.250 Frau Marion Brings**19.1.-6.4.22, 20 UStd.**12x Mi, 18-19.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 62,00 (erm: € 33,00)**Yoga und Meditation**

In dieser 60 Minuten Klasse am Abend, erlernen wir beruhigende yogische Atemtechniken (Pranayama) und widmen uns anschließend unterschiedlichen Meditationsformen. Körperliche und emotionale Blockaden können sich dadurch lösen und wir gelangen zu mehr innerer Ruhe, Gelassenheit und tiefer Entspannung. Zu den Meditationsarten gehören neben der Meditation in Stille, z.B. auch die Mantra Meditation, die Chakra (Energiezentren) Meditation, der geführte Body Scan oder die Meditation mit Mudras (energielenkende Handhaltungen). Die Pranayoga Lehrmethode legt großen Wert auf anatomisch sinnvoll, sicher und detailliert angeleitete Übungen, denen immer ein Warm up vorausgeht. Jede Stunde beginnt mit sanften, langsamen Dehnungen und leichter Mobilisation, um den Tag hinter uns zu lassen und den Körper inkl. der Atemmuskeln optimal auf die Stunde vorzubereiten. Der Kurs ist für alle Level geeignet. Um den Körper in bestimmten Haltungen zu stützen, ist es sinnvoll eine etwas dickere Decke oder ein Meditationskissen mitzubringen. Bitte erscheinen Sie 5-10 Minuten vor Beginn der Klasse. Nach Kursbeginn kein Einlass mehr.

FK3.253 Frau Marion Brings**8.9.-1.12.21, 17 UStd.**13x Mi, 19.30- 20.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 54,75 (erm: € 29,38)**FK3.256** Frau Marion Brings**19.1.-6.4.22, 16 UStd.**12x Mi, 19.30- 20.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 50,40 (erm: € 27,20)**Yoga Intensivseminar: Auftanken für den Beruf****Bildungsurlaub**

In Theorie und Praxis erfahren Sie, wie Atem- und Körperübungen, Meditation, Entspannung und Achtsamkeit im Alltag ihre ausgleichende Wirkung auf Körper und Seele entfalten und dabei Lebensqualität und Arbeitskraft stärken. Durch die vielfältige Erfahrung mit den unterschiedlichen Methoden hat jeder Teilnehmende die Möglichkeit, gezielte Strategien zur Stressbewältigung, die sich gerade auch bei Doppelbelastungen durch Familie und Beruf ergeben, für sich herauszufinden und in den Alltag zu integrieren. Den Teilnehmenden werden vielfältige Methoden aus dem Yoga vorgestellt die geeignet sind, Stress zu vermeiden, zu vermindern und stressbedingten Krankheiten wie z.B. Rückenproblemen vorzubeugen. Inhalte: Durch Bewegungen Bewusstsein für den Körper schaffen. Mit Yogaübungen den Rücken stärken und mobilisieren. Physio-

logischer Stressablauf. Äußere und innere persönliche Stressauslöser erkennen. Eigene erfolgreiche (Stress-)Strategien für den Rücken erkennen und stärken. Neue Erfahrungen in der Bewegung integrieren. Bitte bringen Sie lockere Kleidung, ein Handtuch, Schreibmaterialien und ein Getränk mit. Der Kurs ist als Bildungsurlaub anerkannt und richtet sich an Berufstätige mit und ohne Kindern.

Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.257 Frau Helga Brinkmann**6.-8.10.21, 24 UStd.**Mi, Do, Fr, 9-16 Uhr
Familienzentrum MenschensKinder
Fürstenwalder Str. 30,
€ 92,00 (erm: € 50,00)**FK3.258** Frau Helga Brinkmann**6.-8.4.22, 24 UStd.**Mi, Do, Fr, 9-16 Uhr
Familienzentrum MenschensKinder
Fürstenwalder Str. 30,
€ 92,00 (erm: € 50,00)**Kundalini Yoga meets Belly Fusion****Tanz der 7 Chakren**

Die in der Energielehre des Yogas beheimateten 7 Hauptenergiezentren/Chakren des Menschen werden in diesem Kurs mit den Techniken des orientalischen Tanzes und des Tribal-Fusions verbunden. Ein beweglicher und sinnlicher Körper ist eine sehr wichtige Kraftquelle. Bauchtanz trainiert auf eine sanfte und umfassende Weise den ganzen Körper. Der Kurs beinhaltet Atemtechniken, Asanas/Yogastellungen, Meditationen und Visualisierungen aus dem Kundalini Yoga nach Sivananda. Weiterhin lernen wir zu den einzelnen Chakren korrespondierende Bewegungen aus dem Belly-Fusion zu tanzen und uns darüber auszudrücken. Der Kurs ist ebenso geeignet für Anfänger/innen die sich in diesem neuen Bereich ausprobieren möchten, Tänzer/innen die an Ihrer Ausstrahlung arbeiten wollen, sowie als Selbsterfahrung und tieferen Einstieg in die Energielehre des Yoga.

FK3.259 Frau Tara La Loba**10.9.-26.11.21, 24 UStd.**12x Fr, 10.30-12 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 71,20 (erm: € 37,60)**FK3.262** Frau Tara La Loba**21.1.-1.4.22, 22 UStd.**11x Fr, 10.30-12 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 65,60 (erm: € 34,80)**FK3.264** Frau Tara La Loba**29.4.-1.7.22, 18 UStd.**9x Fr, 10.30-12 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 54,40 (erm: € 29,20)**Mit Yoga raus aus der Schwere**

Dieser Kurs wendet sich an Menschen, die vor allem selbstbestimmt Yoga üben möchten und dabei den Aspekt von Selbstfür-

sorge ins Zentrum gestellt wissen wollen. Im Kurs werden in einladender und freier Weise Formen aus dem Yoga angeboten, die viel Raum für die Innenwahrnehmung lassen, also gezielt die sogenannte ‚Interzeption‘ fördern. Im Spiel der Yogaformen geht es in diesem Kurs auch darum, einen selbstgewählten Rhythmus aufzugreifen und den Körper nach eigenem Ermessen zu lenken oder zu spüren. Das In-Kontakt-Treten mit sich selbst bildet das zentrale Element dieses Kurses. Wir üben unter anderem auch auf und mit einem Stuhl. Der Kurs wendet sich weniger definierten Zielen zu und lädt dazu ein, sich mit den eigenen Ressourcen und aus dem jetzigen Moment heraus möglichst frei und in eigenen Fähigkeiten stehend zu begreifen. Wir üben Eigenverantwortlichkeit in den yogischen Formen eigener Wahl. Sylvia Reschke ist ausgebildet als Yogalehrerin (BDY/EYU) und fortgebildet in systemischer Traumatherapie. Sie unterrichtet seit über 14 Jahren Yoga auf unterschiedlichste Weise. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.263 Frau Sylvia Reschke**3.9.-10.12.21, 17 UStd.**13x Fr, 10.30-11.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 52,00 (erm: € 27,50)**FK3.276** Frau Sylvia Reschke**21.1.-8.4.22, 14 UStd.**11x Fr, 10.30-11.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 45,00 (erm: € 24,00)**FK3.278** Frau Sylvia Reschke**29.4.-1.7.22, 12 UStd.**9x Fr, 10.30-11.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 36,60 (erm: € 19,80)**Eltern-Kind-Yoga****Für (Groß-) Eltern mit Kindern von 6-10 Jahren**

Hier werden Eltern/Großeltern zusammen mit Ihren Kindern/Enkeln in kindgerechtem Yoga nach der Yobeka-Methode & Material, angeleitet. Durch eine bunte Mischung von Körper - und Aufmerksamkeitsübungen, Spielen und Entspannungsreisen, werden Gleichgewicht und Balance, Beweglichkeit und Ausdauer trainiert, Stress und Anspannung aus dem Alltag abgebaut. Mit Spaß und ohne Leistungsdruck können sich alle ausprobieren und einen besseren Zugang zum eigenen Körper und den eigenen Sinnen fördern. Zusammen mit den Kindern, werden die Erwachsenen ihr inneres Kind wiederentdecken! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte eine Yogamatte, ein Handtuch oder eine Decke mitbringen. Die Teilnahmegebühr gilt für einen Erwachsenen und ein Kind. Bitte geben Sie bei der Anmeldung den Namen und das Geburtsdatum des Kindes an. Jedes weitere Kind kann zur ermäßigten Gebühr angemeldet werden. Die Aufsichtspflicht im Kurs liegt bei den Eltern!

Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.265 Frau Eva Ghimessy
20.9.-13.12.21, 17 UStd.
 13x Mo, 17.30-18.30 Uhr
 Freizeitstätte, Falckensteinstr. 6
 € 66,00 (erm: € 34,50)

FK3.266 Frau Eva Ghimessy
24.1.-4.4.22, 14 UStd.
 11x Mo, 17.30-18.30 Uhr
 Freizeitstätte, Falckensteinstr. 6
 € 57,00 (erm: € 30,00)

FK3.268 Frau Eva Ghimessy
25.4.-4.7.22, 13 UStd.
 10x Mo, 17.30-18.30 Uhr
 Freizeitstätte, Falckensteinstr. 6
 € 51,60 (erm: € 27,30)

Yoga für Schwangere

Der Yogakurs soll werdende Mütter bestmöglich durch ihre Schwangerschaft begleiten und Körper und Seele auf die Geburt vorbereiten. Die Körper-, Atem- und Entspannungsübungen schulen die Körperwahrnehmung, machen den Körper geschmeidig und schenken innere Ruhe. Der regelmäßige Besuch der Yogastunden kann typische Beschwerden wie Rückenschmerzen, Sodbrennen und Schlafstörungen lindern und vorbeugen. Tiefenentspannung und Meditation geben Ihnen die Möglichkeit, Ruhe und Gelassenheit zu erfahren. Die Übungen sind anatomisch und physiologisch den Bedürfnissen von Schwangeren angepasst und die Kursleiterin ist speziell dafür ausgebildet. Bitte bringen sie bequeme Kleidung und eine Yogamatte mit. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt.

FK3.269 Frau Eva Ghimessy
20.9.-13.12.21, 26 UStd.
 13x Mo, 18.45-20 Uhr
 Freizeitstätte, Falckensteinstr. 6
 € 75,80 (erm: € 39,40)

FK3.270 Frau Eva Ghimessy
24.1.-4.4.22, 18 UStd.
 11x Mo, 18.45-20 Uhr
 Freizeitstätte, Falckensteinstr. 6
 € 54,80 (erm: € 28,90)

FK3.270A Frau Eva Ghimessy
25.4.-4.7.22, 16 UStd.
 10x Mo, 18.45-20 Uhr
 Freizeitstätte, Falckensteinstr. 6
 € 50,60 (erm: € 26,80)

Yoga für Schwangere

Im Schwangeren yoga üben wir sanft und achtsam Haltungen aus dem Hatha-Yoga, die den Körper kräftigen und die Ausdauer fördern. Der Kurs begleitet in einer Zeit, in der Körper, Geist und Seele vor neue Herausforderungen gestellt werden. Yoga unterstützt dabei, die Balance stets neu zu finden. Klare - für die Zeit der Schwangerschaft modifizierte - Haltungen aus dem Hatha-Yoga wirken stabilisierend vor allem für die Körpermitte. Dynamische Elemente sorgen für Flexibilität und erhalten die Beweglichkeit. Eine präzise Haltung vermag manche Beschwerden dieser bewegten

Zeit zu lindern. Atem- und Entspannungsübungen sorgen für mehr Gelassenheit, bieten bewusstes Innehalten und runden die Stunde ab. Der Kurs ist mit Beginn der 12. Schwangerschaftswoche zu empfehlen und kann bis zur Geburt ausgeführt werden. Es sind keinerlei Vorkenntnisse im Yoga nötig. Die Übungen sind anatomisch und physiologisch den Bedürfnissen von Schwangeren angepasst und die Kursleiterin ist speziell dafür ausgebildet. Bitte gemütliche Kleidung, warme Socken und eine Flasche Wasser mit zum Unterricht bringen. Dieser Kurs findet nur in Präsenz statt!

FK3.271 Frau Sylvia Reschke
3.9.-10.12.21, 26 UStd.
 13x Fr, 8.45-10.15 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 70,60 (erm: € 36,80)

FK3.272 Frau Sylvia Reschke
21.1.-8.4.22, 22 UStd.
 11x Fr, 8.45-10.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 60,20 (erm: € 31,60)

FK3.274 Frau Sylvia Reschke
29.4.-1.7.22, 18 UStd.
 9x Fr, 8.45-10.15 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 49,80 (erm: € 26,40)

Faszien Yoga

Unsere Faszien (Bindegewebe) umhüllen Muskeln, Organe und Knochen und vernetzen den gesamten Körper. Sind sie verhärtet und dadurch verklebt, können negative Auswirkungen auf die Stabilität und Elastizität unseres Körpers, Schmerzen hervorrufen. In diesem Kurs entgegen wir diesen Prozessen mit verschiedenen Techniken der Faszienrollmassage und Engpassdehnungen (nach Liebscher und Bracht/Schmerzspezialisten) sowie Atemtechniken, körperlichen Übungen (Asanas) und Entspannungsmeditationen aus dem Yoga. So trainieren, dehnen und massieren wir unseren Bewegungsapparat, unser Fasziennetzwerk wird stimuliert und zur „Neuordnung“ angeregt. Das fasziale System kann sich wieder elastisch, geschmeidig und kraftvoll regenerieren. Wir üben um unsere Schmerzen, Muskelverkürzungen und Verspannungen selbstständig in den Griff zu bekommen und stärken dabei unser Bindegewebe. Bitte eigenes Faszienroll-Material mitbringen. Es gibt zudem ein Handout mit Anleitung zur eigenen Herstellung der Materialien.

FK3.281 Frau Tara La Loba;
14.9.-14.12.21, 28 UStd.
 12xDi, 19.45-21.15 Uhr
 August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3,
 Gymnastikraum, II OG;
 € 82,40 (erm: € 43,20)

FK3.282 Frau Tara La Loba
11.1.-29.3.22, 22 UStd.
 11xDi, 19.45-20.45 Uhr
 August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3,
 Gymnastikraum, II OG;
 € 65,60 (erm: € 34,80)

FK3.284 Frau Tara La Loba
26.4.-14.6.22, 16 UStd.
 8xDi, 19.45-20.45 Uhr
 August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3,
 Gymnastikraum, II OG;
 € 48,80 (erm: € 26,40)

Pilates - Anfänger

Die Pilates-Methode ist ein Bewegungssystem, das sich auf die Stärkung der tiefen Bauch-Rückenmuskulatur und den Beckenboden konzentriert. Die Muskeln werden gekräftigt und auf schonende Weise wird die Koordination, Atmung und Körperhaltung verbessert. Durch regelmäßiges Üben baut der Körper Verspannungen ab und Muskulatur auf. Dadurch werden muskuläre Dysbalancen behoben und das Ergebnis ist eine ausgeglichene Körperhaltung. Die Methode kann unabhängig von Alter und physischer Kondition ausgeübt werden. Bitte lockere Sportkleidung mitbringen.

FK3.285 Frau Tara La Loba
8.9.-8.12.21, 28 UStd.
 14xMi, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 82,40 (erm: € 43,20)

FK3.286 Frau Tara La Loba
12.1.-30.3.22, 24 UStd.
 12xMi, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 71,20 (erm: € 37,60)

FK3.288 Frau Tara La Loba
27.4.-8.6.22, 14 UStd.
 7xMi, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 40,40 (erm: € 22,20)

Pilates Aufbaukurs

Engeladen sind alle Menschen, die die Grundlagen des Pilatesystems, wie den Aufbau des Powerhouses und der Brustkorbatmung in Verbindung mit der Ausführung der Grundübungen schon erlernt haben und die Pilatesmethode weiter vertiefen und kennenlernen wollen. Die Übungen in diesem Kurs werden auf das nächste Level angehoben und zu kleinen Pilateskombinationen verbunden. Die Pilates-Methode konzentriert sich auf die Stärkung der tiefen Bauch-Rückenmuskulatur und des Beckenbodens. Die Muskeln werden gekräftigt und auf schonende Weise werden die Koordination, die Atmung und die Körperhaltung verbessert. Durch regelmäßiges Üben baut der Körper Verspannungen ab und Muskulatur auf. Dadurch können muskuläre Dysbalancen behoben werden und eine ausgeglichene Körperhaltung kann sich einstellen. Die Methode kann unabhängig von Alter und physischer Kondition ausgeübt werden. Bitte lockere Sportkleidung mitbringen.

FK3.292 Frau Tara La Loba
6.9.-6.12.21, 12 UStd.
 6x Mo, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 35,20 (erm: € 19,60)

FK3.290 Frau Tara La Loba
10.1.-4.4.22, 24 UStd.
 12x Mo, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 71,20 (erm: € 37,60)

FK3.292A Frau Tara La Loba
25.4.-4.7.22, 20 UStd.
 10x Mo, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 60,00 (erm: € 32,00)

Pilates Training

Das Hauptziel der Pilates-Methode ist die bewusste Atmung, eine korrekte Körperhaltung durch das Einnehmen einer neutralen Position, die Dehnung der Muskulatur und der Aufbau einer stabilisierenden Muskulatur der Körpermitte. Durch vielfältige Wiederholungen wird die Eigenwahrnehmung geschult und ein gesundheitsförderliches Bewegungs- und Atmungsmuster einstudiert, dass sowohl im Alltag als auch im Sport vorteilhaft ist. Ein nach der Pilates-Methode trainierter Körper verfügt über eine ergonomisch- aufrechte Haltung, eine effiziente Motorik, eine sehr lange Aufmerksamkeitsspanne und eine gleichmäßige, entspannende und Kraft bündelnde Atmung. Das Training orientiert sich an einem ganzheitlichen Ansatz und sieht den Körper und sein Wohlbefinden als wichtige Kraftquelle um neu aufzutanken. Körperliche Fitness ist die erste Voraussetzung zum Glück (Joseph Pilates)

FK3.301 Herr Philip Wilhelmi
10.9.-3.12.21, 21 UStd.
 13x Fr, 16.15-17.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 65,60 (erm: € 34,80)

FK3.302 Herr Philip Wilhelmi
21.1.-8.4.22, 20 UStd.
 12x Fr, 16.15-17.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, Aula
 € 60,00 (erm: € 32,00)

FK3.305 Frau Pascale Guinet
9.9.-2.12.21, 21 UStd.
 14x Do, 18-19.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 65,60 (erm: € 34,80)

FK3.306 Frau Pascale Guinet
13.1.-23.6.22, 35 UStd.
 21x Do, 18-19.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 102,00 (erm: € 53,00)

FK3.309 Frau Hannah Komoll
24.9.-10.12.21, 16 UStd.
 10x, Fr 10-11.15
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 53,30 (erm: € 28,65)

FK3.317 Frau Carmen Rodina
6.9.-22.11.21, 16 UStd.
 10x Mo, 19.45-21 Uhr
 Familienzentrum Adalbertstraße
 Adalbertstr. 23b, Aula
 € 51,60 (erm: € 27,80)
 Kurs nur in Präsenz!

FK3.319 Frau Carmen Rodina
6.9.-22.11.21, 24 UStd.
 12x, Mo 9.30-11 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 71,20 (erm: € 37,60)
 Kurs nur in Präsenz!

FK3.312 Frau Hannah Komoll
21.1.-1.4.22, 16 UStd.
 10x Fr, 10-11.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 53,30 (erm: € 28,65)

FK3.314 Frau Hannah Komoll
29.4.-24.6.22, 15 UStd.
 9x, Fr 10-11.15
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 47,50 (erm: € 25,75)

FK3.318 Frau Carmen Rodina
2.5.-4.7.22, 15 UStd.
 9x Mo, 19.45-21 Uhr
 Familienzentrum
 Adalbertstr. 23b, Aula
 € 46,00 (erm: € 25,00)
 Kurs nur in Präsenz!

FK3.321 Frau Hannah Komoll
23.9.-9.12.21, 16 UStd.
 10x Do, 10-11.15 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 62,00 (erm: € 33,00)

FK3.320 Frau Carmen Rodina
9.5.-25.7.22, 22 UStd.
 11x, Mo 9.30-11 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 65,60 (erm: € 34,80)
 Kurs nur in Präsenz!

FK3.322 Frau Hannah Komoll
13.1.-31.3.22, 18 UStd.
 11x Do, 10-11.15 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 59,10 (erm: € 31,55)

FK3.322A Frau Hannah Komoll
28.4.-30.6.22, 15 UStd.
 9x Do, 10-11.15 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 47,50 (erm: € 25,75)

Pilates für Weitermacherinnen

Das Hauptziel der Pilates-Methode ist die bewusste Atmung, eine korrekte Körperhaltung durch das Einnehmen einer neutralen Position, die Dehnung der Muskulatur und der Aufbau einer stabilisierenden Muskulatur der Körpermitte. Durch vielfältige Wiederholungen wird die Eigenwahrnehmung geschult und ein gesundheitsförderliches Bewegungs- und Atmungsmuster einstudiert, dass sowohl im Alltag als auch im Sport vorteilhaft ist. Ein nach der Pilates-Methode trainierter Körper verfügt über eine ergonomisch- aufrechte Haltung, eine effiziente Motorik, eine sehr lange Aufmerksamkeitsspanne und eine gleichmäßige, entspannende und Kraft bündelnde Atmung.
 Teilnahmevoraussetzung: mindestens ein Jahr regelmäßige Pilates-Praxis

FK3.323 Frau Pascale Guinet
9.9.-2.12.21, 21 UStd.
 13x Do, 19.30-20.45 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 65,60 (erm: € 34,80)

FK3.324 Frau Pascale Guinet
13.1.-23.6.22, 35 UStd.
 21x Do, 19.30-20.45 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 102,00 (erm: € 53,00)

Pilates in Bewegung mit Musik und Entspannung

Ein Kurs für Frauen

Der zentrale Teil des Kurses sind Pilates Übungen in Bewegung durch individuell abgestimmte Abläufe wie Dehnungen, Schwünge, Muskelstärkungen und Matwork-Übungen. Diese Abläufe werden koordiniert ausgeführt und unterstützt durch den eigenen Atemrhythmus. Der Einklang mit den Bewegungen und die Begleitung durch Musik, füllen Sie mit neuer Energie. Durch unterschiedliche Entspannungsangebote gelangen Sie zu Ihrem Wohlbefinden zum Tagesausklang Bitte wenn möglich eine eigene Matte mitbringen.

FK3.325 Frau Susanne Kern
14.9.-14.12.21, 22 UStd.
 11x Di, 18.15-19.45 Uhr
 Lina-Morgenstern-Schule,
 Mehringdamm 59, Turnhalle;
 € 64,60 (erm: € 33,80)

FK3.326 Frau Susanne Kern
18.1.-5.4.22, 22 UStd.
 11x Di, 18.15-19.45 Uhr
 Lina-Morgenstern-Schule,
 Mehringdamm 59, Turnhalle
 € 64,60 (erm: € 33,80)

FK3.328 Frau Susanne Kern
26.4.-5.7.22, 20 UStd.
 10x Di, 18.15-19.45 Uhr
 Lina-Morgenstern-Schule,
 Mehringdamm 59, Turnhalle
 € 59,00 (erm: € 31,00)

Pilates meets Yoga

Pilates meets Yoga vereint das Beste aus zwei Welten miteinander: einerseits die Kräftigung der Rücken-, Bauch- und Beckenmuskulatur durch Übungen aus dem Pilates-Training und andererseits die gelassene Entspannung und tiefe Wahrnehmung durch Yogaübungen. Übungen aus dem Yoga- und aus dem Pilates-Training beanspruchen den ganzen Körper gleichmäßig. Im Einklang mit der Atmung wird das Bewegungsspektrum des Körpers erweitert. Gleichgewicht und Haltung werden nachhaltig geschult. Individuelle körperliche Ressourcen können so mobilisiert werden. Ein ganzheitliches Körpertraining für jedermann, bei dem sich aktive und entspannende Elemente abwechseln.

FK3.329 Frau Laura Vanselow
13.9.-13.12.21, 23 UStd.
 14x Mo, 18-19.15 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 69,80 (erm: € 36,90)

FK3.331 Frau Laura Vanselow
13.9.-13.12.21, 23 UStd.
 14x Mo, 19.30–20.45 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 69,80 (erm: € 36,90)

FK3.330 Frau Laura Vanselow
17.1.-4.4.22, 20 UStd.
 12x Mo, 18–19.15 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 60,00 (erm: € 32,00)

FK3.332 Frau Laura Vanselow
17.1.-4.4.22, 20 UStd.
 12x Mo, 19.30–20.45 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 60,00 (erm: € 32,00)

FITNESS, BEWEGUNG UND GYMNASTIK

Vitalgymnastik für Frauen und Männer 55 plus

Bleiben Sie fit! Ein gesundheitsförderndes Training für die Generation 55 plus. Das vielseitige Übungsprogramm wird positiven Einfluss auf Ihre körperliche und geistige Fitness und Ihr Wohlbefinden haben. Nach der Aufwärmphase, die eine moderate Belastung für das Herz-Kreislauf-System ist, erfolgt ein sanftes Beweglichkeits- und Kräftigungstraining. Gezielte Kräftigungs-, Dehnungs- und Mobilisationsübungen können vorhandene Verspannungen abbauen. Die Schlussphase besteht aus Dehn- und Entspannungsübungen. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.351 Frau Nina Rose
13.9.-6.12.21, 17 UStd.
 13x Mo. 11.30–12.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
 € 52,00 (erm: € 27,50)

FK3.352 Frau Nina Rose
17.1.-4.4.22, 16 UStd.
 12x Mo. 11.30–12.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
 € 47,80 (erm: € 25,40)

FK3.352A Frau Nina Rose
25.4.-4.7.22, 13 UStd.
 10x Mo. 11.30–12.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
 € 40,80 (erm: € 21,90)

Bewegung und Entspannung für starke Frauen ab XL

Ein Angebot für starke Frauen. Unter Gleichgesinnten haben Sie die Möglichkeit, etwas für sich, Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu tun. Bei unserem Training stehen die Schonung der Gelenke sowie körperadäquate Bewegungsabläufe im Vordergrund. Auf gesunde Weise werden Kraft, Beweglichkeit und Körperbewusstsein erhöht. Alle sind herzlich dazu eingeladen sich durch körperliche Übungen neu zu erfahren, um ein neues Erleben im persönlichen und beruflichen Leben zu initiieren. Im Kurs erwartet sie eine Komposition aus Erwärmung der Muskeln, Mobilisation der Gelenke, sanften doch progressiven Kräftigungsübungen der Tiefenmuskulatur und einer abschließenden Entspannung, Dehnung und Bewusstseinsübung. Der Kurs findet im Haus des Sports, Böcklerstr. 1, 10969 Berlin Kreuzberg statt.

FK3.353 Frau Stephanie-Cassy Kloppe
7.9.-7.12.21, 16 UStd.
 12xDi, 17.30–18.30 Uhr
 Haus d. Sports, Böcklerstr. 1
 € 48,80 (erm: € 26,40)

FK3.354 Frau Stephanie-Cassy Kloppe
11.1.-5.4.22, 16 UStd.
 12xDi, 17.30–18.30 Uhr
 Haus d. Sports, Böcklerstr. 1
 € 48,80 (erm: € 26,40)

Problemzongymnastik

Bei diesem Ganzkörpertraining wird zuerst der ganze Körper mobilisiert. Es werden verstärkt die „Problemzonen“ Bauch, Beine und Po bearbeitet, aber auch der Rücken kommt nicht zu kurz. Ergänzt wird das Training durch Feldenkrais Elemente für organischere Bewegungen und einem leichten Stretching.

FK3.355 Frau Stephanie-Cassy Kloppe
2.9.-2.12.21, 20 UStd.
 12xDo, 19.15–20.30 Uhr
 Turnhallen, Singerstr. 87, kleine TH
 € 56,00 (erm: € 30,00)

FK3.356 Frau Stephanie-Cassy Kloppe
13.1.-7.4.22, 20 UStd.
 12xDo, 19.15–20.30 Uhr
 Turnhallen, Singerstr. 87, kleine TH
 € 56,00 (erm: € 30,00)

Kombinations-Gymnastik

Eine Vielzahl zeitloser und neuer Übungen und Abläufe können Sie hier für sich nutzen. Einflüsse aus Fitness- Gesundheit-Ganzheitlichkeit wie: Gymnastik, Rücken-Haltungsschule, Yoganastik, Pilates, Meridianübungen und mehr, sind erfolgreiche Angebote für: Muskelstärkung, Flexibilität, Haltung, Koordination, humane Ausdauer, Balance, Energiesteigerung, Neutralisation von Disharmonien. Musikalische Erwärmung bringt Freude und Leichtigkeit und ausklingend begleiten Sie Meditation, Entspannung, Akupressur, Informatives und mehr. Ihre Voraussetzungen sind stets passend. Bitte kleiden Sie sich bequem.

FK3.363 Frau Gudrun Hüther
10.9.-10.12.21, 24 UStd.
 12x Fr, 16.45–18.15 Uhr
 August-Sander-Schule,
 Naglerstr. 1–3, Gymnastikraum;
 € 70,20 (erm: € 36,60)

FK3.364 Frau Gudrun Hüther
14.1.-8.4.22, 24 UStd.
 12x Fr, 16.45–18.15 Uhr
 August-Sander-Schule,
 Naglerstr. 1–3, Gymnastikraum
 € 70,20 (erm: € 36,60)

FK3.366 Frau Gudrun Hüther
29.4.-1.7.22, 20 UStd.
 10x Fr, 16.45–18.15 Uhr
 August-Sander-Schule,
 Naglerstr. 1–3, Gymnastikraum
 € 59,00 (erm: € 31,00)

Sanfte Fitnessgymnastik

Sanfte Dehn- und Kräftigungsübungen als Ausgleich zu den einseitigen Bewegungsabläufen des täglichen Lebens, spezielles Programm zur Lösung von Hals-Nacken-Schulterbeschwerden und im Bereich der Lendenwirbelsäule, Verbesserung der Entspannungsfähigkeit, der Körperwahrnehmung sowie des Gleichgewichts. Übungen im Stehen und Liegen.

FK3.367 Frau Marianne Raeschler
7.9.-7.12.21, 16 UStd.
 12xDi, 18–19 Uhr
 Turnhallen, Singerstr. 87, große TH
 € 44,60 (erm: € 23,80)

FK3.368 Frau Marianne Raeschler
8.2.-5.4.22, 10 UStd.
 9xDi, 18–19 Uhr
 Turnhallen, Singerstr. 87, große TH
 € 33,80 (erm: € 18,40)

Faszien-Fitness

Faszien, das Bindegewebsgeflecht, umhüllt jeden Knochen und jeden Muskel in unserem Körper. Dieses Gitternetzwerk stützt und formt unseren Körper und schützt ihn dadurch vor Überlastung. Faszienfitness verbessert die Beweglichkeit und reduziert Schmerzen, da die in den Faszien liegenden Nervenenden, Schmerz- und Bewegungssensoren durch das Training positiv beeinflusst werden. Das Training besteht aus der Mobilisation des Bewegungsapparates, federnden und kraftvollen Übungen, die ergänzt werden durch Faszienrollmassagen und Engpassdehnungen (nach Liebischer und Bracht/Schmerzspezialisten) und wird am Ende mit einer Entspannung abgeschlossen. Muskeln lockern sich, Verspannungen lösen sich auf, und auch unelastische Faszien werden beweglich und gleitfähig. Wir verbessern die Koordination unserer Bewegungen und bei regelmäßigem Üben, können sich sogar schmerzhaft Bereiche (Triggerpunkte) wie z.B. in der

Schulter-Nacken-Region auflösen, so dass bald mit einem besseren Körpergefühl gerechnet werden kann.

Bälle und Faszien-Rollen werden zu unseren „Notfall“ Helfern und zeigen schnell und nachvollziehbar die Wirkung des Faszien Trainings. Wir üben um unsere Schmerzen, Muskelverkürzungen und Verspannungen selbstständig in den Griff zu bekommen und stärken dabei unser Bindegewebe. In der ersten Stunde wird das „Roll-Material“ (eigenes kann mitgebracht werden) besprochen und zusätzlich gibt es ein kleines Handout, um die Materialien selber herzustellen.

FK3.369 Frau Tara La Loba
6.9.-6.12.21, 28 UStd.
14x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 82,40 (erm: € 43,20)

FK3.370 Frau Tara La Loba
10.1.-4.4.22, 24 UStd.
12x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 71,20 (erm: € 37,60)

FK3.370A Frau Tara La Loba
25.4.-6.6.22, 14 UStd.
11x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 43,20 (erm: € 23,60)

Fitnessgymnastik

Das Training beginnt im ersten Teil mit einem abwechslungsreichen Ausdauertraining zur Stärkung des Herz-Kreislaufsystems. Anschließend erfolgt ein effektives Muskel-Workout für die Kräftigung von Bauch, Beine, Po und Rücken, abgerundet durch Stretching und Entspannung. Ein ideales Ganzkörpertraining für Jung und Alt.

FK3.371 Frau Ines Preylowski
9.9.-9.12.21, 16 UStd.
12x Do, 18-19 Uhr
Turnhallen, Singerstr. 87, kleine TH
€ 48,80 (erm: € 26,40)

FK3.372 Frau Ines Preylowski
13.1.-7.4.22, 16 UStd.
12x Do, 18-19 Uhr
Turnhallen, Singerstr. 87, kleine TH
€ 46,00 (erm: € 25,00)

FK3.374 Frau Ines Preylowski
28.4.-30.6.22, 12 UStd.
9x Do, 18-19 Uhr
Turnhallen, Singerstr. 87, kleine TH
€ 37,60 (erm: € 20,80)

HIIT Hochintensitäts-Intervalltraining Onlinekurs

45 Minuten-Training zu Hause!

Ein umfassendes Training in nur 45 Minuten, zu Hause, bevor du mit dem Tag anfängst! Hochintensitäts-Intervalltraining (HIIT) ist ein Kraftfitnessstraining, das den Stoffwechsel anregt, die Herz-Kreislauffähigkeit verbessert und definierte Muskeln aufbaut. Durch die Anwendung von Yogaprinzipien wird einer Überlastung vorgebeugt. - Aktivierung der tiefen Kernmuskulatur (Be-

ckenboden und Rumpf) zur Stabilisierung der Wirbelsäule. - Bewusstmachen von Bewegungen und präzise Körperausrichtung, für sicheres Trainieren - Respekt für die eigenen Grenzen und körperfreundliche Entwicklung der eigenen Fähigkeiten. HIIT-Übungen sind Bewegungswiederholungen. Abwechselnde kurze Intervalle von höchster Intensität und Erholung maximieren die Ergebnisse in einer sehr kurzen Zeit. Der auf diese Weise angeregte Stoffwechsel erhöht den Kalorienverbrauch während des Trainings und der nachfolgenden Stunden. Jede Einheit auf der Matte besteht aus drei Teilen:

1. Aufwärmung mit Fokus auf Rumpfstabilisierung, sichere Ausrichtung und Koordination.
2. HIIT-Übungen, die alle Körperpartien ansprechen.
3. Abkühlung mit Fasziendehnung und Fokus auf erholende Atmung.

Für jede Übung bietet die Dozentin Varianten an, damit alle an ihrem individuell stimmigen Herausforderungslevel arbeiten können. Der Kurs findet ohne Musik statt, damit kein einheitlicher Rhythmus das Tempo vorgibt. So können alle in ihrem eigenen Rhythmus arbeiten. Die Übungen bewirken eine Endorphinausschüttung und tragen so zum allgemeinen Wohlbefinden bei. Die Abkühlung bringt Körper und Geist in einen ausgeglichenen und entspannten Zustand. Der Kurs fördert Kraft, Fortschritt und eine gesunde Beziehung zum eigenen Körper ohne Druck, ohne Hektik und ohne Techno. Ausstattung: Eine rutschsichere Yogamatte und bequeme Kleidung. Onlinekurs! Sie erhalten die Zugangsdaten vor Kursstart von der VHS!

FK3.377 Maria Ferrara Jimenez Barrio
14.9.-7.12.21, 13 UStd.
13x Di, 7.30-8.15 Uhr
Online
€ 36,80 (erm: € 19,90)

FK3.378 Maria Ferrara Jimenez Barrio
18.1.-12.4.22, 12 UStd.
12x Di, 7.30-8.15 Uhr
Online
€ 34,20 (erm: € 18,60)

Bauch, Beine, Po und Rücken

Ein effektives und forderndes Training mit Schwerpunkt auf Bauch, Beinen, Rücken und Po zur Kräftigung. Intensive Straffung, Dehnung und Formung aller großen Muskelgruppen. Wer seinen Körper kräftigen will und ein effektives Ganzkörpertraining möchte ist hier richtig. Das Training stabilisiert, mobilisiert und formt den ganzen Körper. Ständig wechselnde spannungsvolle und entspannende Elemente aktivieren zusätzlich Herz und Kreislauf. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden die Stunde ab.

FK3.383 Frau Tara La Loba
8.9.-8.12.21, 28 UStd.
14x Mi, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 82,40 (erm: € 43,20)

FK3.384 Frau Tara La Loba
12.1.-30.3.22, 24 UStd.
12x Mi, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 71,20 (erm: € 37,60)

FK3.386 Frau Tara La Loba
27.4.-8.6.22, 14 UStd.
7x Mi, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 43,20 (erm: € 23,60)

Funktionelles Training

Herz-Kreislauf- und Krafttraining

Ein dynamischer Mix aus Cardio-, Muskel- und Koordinationstraining verbessert Beweglichkeit, Schnelligkeit, Kraft und die Belastbarkeit des Stütz- und Bewegungsapparates. Mit Übungen, bei denen überwiegend mit dem eigenen Körpergewicht gearbeitet wird, stabilisieren wir den Körper und setzen den oft einseitigen Bewegungen des Alltags etwas entgegen. Ein ausbalancierter Körper in den Bereichen Muskulatur, Faszien und Sehnen ist die Voraussetzung um Schmerzen entgegen zu wirken. Ein abwechslungsreiches Training in der Gruppe mit Musik, Team Play und Spaß an der Bewegung. Abgerundet wird das Ganze mit einem Stretch- und Entspannungsteil. Spaß und Freude stehen hier im Vordergrund. Musik und Motivation begleiten uns.

FK3.387 Jens Eltmann
8.9.-8.12.21, 16 UStd.
12x, Mi, 16.45-17.45 Uhr
Heinrich-Hertz-Oberschule,
Rigaer Str. 81/82, Turnhalle
€ 47,80 (erm: € 25,40)

FK3.388 Jens Eltmann
19.1.-30.3.22, 13 UStd.
10x, Mi, 16.45-17.45 Uhr
Heinrich-Hertz-Oberschule,
Rigaer Str. 81/82, Turnhalle
€ 40,80 (erm: € 21,90)

Fitness & Pilates Mix

Es erwartet Sie ein ganzheitliches Training, das Pilates-Elemente mit einem effektiven Fitness-Training kombiniert. Die Tiefenmuskulatur wird gezielt angesprochen, Beweglichkeit, Koordination, Kraft und Kondition verbessert.

Bei einem musikalischen Ganzkörper-Workout stärken wir unsere Fitness, Koordination, Haltung und Beweglichkeit für mehr Leistungsfähigkeit im Alltag. Die Stunde schließt mit einem sanften Dehnen und einer wohlverdienten Relaxation von Atem- und Entspannungsübungen ab. Ausgeglichen, gestärkt und entspannt können wir nun den Tag beginnen. Bitte ein eigenes Handtuch für die Matten mitbringen.

FK3.389 Frau Lena Strütze
14.9.-14.12.21, 28 UStd.
12x, Di, 9-10.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 82,40 (erm: € 43,20)

FK3.390 Frau Leila Matzke
18.1.-5.4.22, 22 UStd.
 11x, Di, 9.-10.30 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 65,60 (erm: € 34,80)

FK3.392 Frau Leila Matzke
26.4.-5.7.22, 22 UStd.
 11x, Di, 9.-10.30 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 65,60 (erm: € 34,80)

Tanz Workout

Tanzen macht nicht nur Spaß, sondern ist auch noch ein unglaublich effizientes Training, das den ganzen Körper fit hält, das Herz-Kreislauf-System in Schwung hält und zusätzlich auch noch das Selbstwertgefühl erhöht. In diesem Kurs sind alle willkommen, die gerne tanzen. Ohne Vorerfahrung kann an diesem gesundheitsfördernden Tanzen, mit viel Spaß an der Bewegung, teilgenommen werden. Wir verbinden ein Ganzkörpertraining mit rhythmischen Bewegungseinheiten, Ausdauer und Kraft Übungen, Atemtechniken sowie Koordination und klassischen Bodyweight Übungen. Für eine gesunde und aufrechte Haltung, werden einzelne Körperpartien trainiert. Die Musik sorgt dabei für ein ganz neues Körpergefühl. Am Ende der Stunde gehen wir in Dehnung und Entspannungsübungen, um den Körper nach reichlichen Schwitzen wieder runterzufahren und Spannungen zu lösen.

FK3.393 Frau Lena Strützke
14.9.-14.12.21, 28 UStd.
 14x, Di, 10.45-12 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 69,80 (erm: € 36,90)

FK3.394 Frau Leila Matzke
18.1.-5.4.22, 28 UStd.
 11x, Di, 10.45-12 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 55,80 (erm: € 29,90)

FK3.396 Frau Leila Matzke
26.4.-28.6.22, 28 UStd.
 10x, Di, 10.45-12 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.08
 € 51,60 (erm: € 27,80)

Walking, Pilates und Yoga: Bewegung am Morgen

Bewegung am Morgen - Outdoor!

Dieser Kurs bietet einen frischen und motivierenden Start in den Arbeitstag...auf der schönen Stralauer Halbinsel! Zur morgendlichen Stunde werden wir ein moderates Herz-Kreislauf- und Beweglichkeitstraining machen. Die Umgebung am Wasser mit seinen Sport- und Grünflächen bietet optimale Möglichkeiten für eine Kombination aus Walking und Pilates/Yoga- Elementen. Im Vordergrund stehen Kraft/Beweglichkeit und Ausdauer/Ruhe. Ein ausbalancierter Körper in den Bereichen Muskulatur, Faszien und Sehnen ist die Voraussetzung um Fehlbelastungen, Rücken- und Nackenschmerzen entgegen zu wirken. Spaß und Freude stehen hier im Vordergrund. Herzlich Willkommen an der frischen Luft! Treffpunkt: Sportplatz Alt-Stralau 40-47 10245 Berlin- Rummelsburg
 Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.411 Jens Eltmann
26.8.-7.10.21, 9 UStd.
 7x Do. 8-9 Uhr
 € 29,60 (erm: € 16,30)

FK3.412 Jens Eltmann
28.4.-30.6.22, 12 UStd.
 9x Do. 8-9 Uhr
 € 36,60 (erm: € 19,80)

Ausgleichsgymnastik mit Spiel, Spaß und Volleyball

für (Wieder-) EinsteigerInnen

Rhythmische Sportgymnastik mit Musik verbessert die Kondition und die Koordinationsfähigkeit. Wir üben Pritschen, Baggern und Aufschlag und setzen das Erlernete im Spiel um.

Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.401 Frau Christiane Lueder
8.9.-15.12.21, 26 UStd.
 13xMi, 18-19.30 Uhr
 Lina-Morgenstern-Schule
 Mehringdamm 59, Turnhalle
 € 66,40 (erm: € 35,20)

FK3.402 Frau Christiane Lueder
12.1.-22.6.22, 42 UStd.
 21xMi, 18-19.30 Uhr
 Lina-Morgenstern-Schule
 Mehringdamm 59, Turnhalle
 € 113,20 (erm: € 58,60)

Ausgleichsgymnastik mit Spiel, Spaß und Volleyball

Aufbaukurs

Rhythmische Sportgymnastik nach Musik, Übungen zu den Grundtechniken (Pritschen, Baggern, Aufschlag, Angriffsschlag und -sicherung, Block und -sicherung), Stellungsspiel. Es folgt Spiel mit Spaß und Einsatz. Kurseinstufung über Kursleiterin.

Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.403 Frau Christiane Lueder
8.9.-15.12.21, 26 UStd.
 13xMi, 19.45-21.15
 Lina-Morgenstern-Schule,
 Mehringdamm 59, Turnhalle
 € 66,40 (erm: € 35,20)

FK3.404 Frau Christiane Lueder
12.1.-22.6.22, 42 UStd.
 21xMi, 19.45-21.15
 Lina-Morgenstern-Schule,
 Mehringdamm 59, Turnhalle
 € 113,20 (erm: € 58,60)

ENTSPANNUNG, MASSAGE UND GESUNDER RÜCKEN

Ab heute entspannter durch den Alltag

Viele Menschen klagen über Stress und leiden unter Folgen wie Schlafstörungen, Verspannungen, Unruhe, Abgeschlagenheit oder Ängsten. Doch was ist Stress eigentlich für jede*n einzelnen? Wie lässt er sich vermeiden oder vermindern? In diesem Kurs werden wir auf Gedanken und Verhaltensweisen schauen, die zu Stress führen und es wird vermittelt, wie Stress- und Entspannungsreaktionen ablaufen. Bestimmte Techniken unterstützen uns, mehr und mehr selbst zu bestimmen, womit sich unser Gehirn und wir beschäftigen. Verschiedene Atem- und Achtsamkeitsübungen, Einheiten aus dem Autogenes Training, Qi Gong,

kurze Meditationen und aktivierende Übungen aus der Kinesiologie wechseln sich ab. Dieser vielseitige Kurstag bietet Ihnen die Möglichkeit zu Entspannung zu finden und zu erproben, welches die für Sie persönlich passendste(n) Technik(en) sind. Wenn Sie sich Veränderungen wünschen, wird Sie dieser Seminartag mit vielen Impulsen und praktischen Übungen bereichern.

FK3.441 Herr Nik Schinzler
30.10.21, 6 UStd.
 1x Sa. 10-15.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
 € 24,50 (erm: € 14,75)

FK3.442 Herr Nik Schinzler
26.2.22, 6 UStd.
 1x Sa. 10-15.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
 € 24,50 (erm: € 14,75)

Entspannung am Abend

Alle Anstrengung vom Tag abschütteln, loslassen, tief durchatmen und bei sich selbst ankommen. Mit einem Wechsel aus ruhigen Bewegungen mit Elementen aus dem Qi Gong, Atem - und Achtsamkeitsübungen, sanften Berührungen wie Fußmassagen oder Ausstreichen der Meridianlinien tun wir uns selbst etwas Gutes. Der Stress vom Tag darf abfallen, Ruhe in uns einkehren

und Impulse die kommende Woche bereichern. Wellness für Körper und Seele sozusagen, ganz ohne Theorie.

FK3.443 Herr Nik Schinzler

4.11.-9.12.21, 8 UStd.

6x Do, 17.30- 18.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 34,00 (erm: € 19,00)

FK3.444 Herr Nik Schinzler

24.2.-31.3.22, 10 UStd.

6x Do, 17.30- 18.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 34,00 (erm: € 19,00)

Klopfakupressur zur Selbsthilfe bei Stress und Schmerzen

Klopfakupressur ist eine wundervolle und leicht erlernbare Technik zur Entlastung bei Stress, Ängsten und Schmerzen. Bei dieser sanften Methode berühren Sie bei sich selbst klopfend bestimmte Akupressurpunkte. Diese therapeutisch sehr wirksame Methode wird im klinischen Bereich auch zur Behandlung von Traumafolgestörungen eingesetzt. Durch das Beklopfen ausgewählter Akupunkturpunkte wird das Nervensystem beruhigt. Wenn Sie gleichzeitig mit dem Klopfen an ein Thema denken, welches Sie belastet, kann dieses Thema nun ohne die gewohnte körperliche Stressreaktion ablaufen. Dadurch können sich Gedanken und Gefühle bezüglich eines Themas auch langfristig verändern. Die in diesem Kurs vermittelte Technik können Sie sofort selbst anwenden und in ihren Alltag integrieren. Wenn wir trainieren, unsere Aufmerksamkeit zu lenken, können wir unsere Realität und unser Befinden beeinflussen, indem wir Entspannung trainieren und Raum schaffen für Freude, Leichtigkeit und Wohlbefinden.

FK3.445 Herr Nik Schinzler

20.11.21, 6 UStd.

1x Sa, 10-15.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 23,20 (erm: € 14,10)

FK3.446 Herr Nik Schinzler

26.3.22, 6 UStd.

1x Sa, 10-15.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 23,20 (erm: € 14,10)

Atem und Entspannung

Die Entdeckung und das Erfahren unseres eigenen Atems erfüllt und regeneriert uns, denn bis in die Tiefe der räumlichen Ausdehnungen unseres Körpers hinein sind wir atembewegt und voller Potential sensibler Körperempfindungen. Unser Körpertonus kann sich langsam wieder ausbalancieren und bietet eine bessere Grundlage für tiefe Entspannung und Meditation. Diese Erfahrungen rund um den Atem stehen uns dann auch im Alltagsstress zur Verfügung und bieten uns wohltuende Inseln der Ruhe. "Der Atem ist ein Strom, der von der physischen Ebene zum innersten Zentrum fließt, ein Strom, der durch den Körper, den Geist

und die Seele geht, den innersten Lebenskern berührt und wieder zurückströmt." – Inayat Khan

FK3.453 Frau Marion Evers

13.9.-6.12.21, 17 UStd.

13x Mo, 17-18 Uhr
Zentrum für Yoga und Stimme
Paul Lincke-Ufer 30
€ 53,00 (erm: € 28,50)

FK3.454 Frau Marion Evers

17.1.-4.4.22, 16 UStd.

12x Mo, 17-18 Uhr
Zentrum für Yoga und Stimme
Paul Lincke-Ufer 30
€ 48,80 (erm: € 26,40)

Meditation für Einsteiger*innen

Meditation ist für Sie Neuland? Die Neurowissenschaften belegen positive Effekte auf das Gehirn und die Gesundheit. Wer regelmäßig meditiert kann Schmerzen lindern, den Stresspegel senken, gelassener und ausgeglichener durchs Leben gehen. Sie erhalten eine Einführung in die Meditations- und Achtsamkeitspraxis und lernen verschiedene Meditation kennen, können Ihre Fragen stellen und bekommen Informationen zum aktuellen Forschungsstand. Der Kurs richtet sich ausdrücklich nicht an Personen mit psychischen Erkrankungen wie z.B. akute Depressionen, psychotische Symptome, schwere Angstzustände oder eine nicht bearbeitete Suchtproblematik.

FK3.455 Herr Nik Schinzler

4.11.-9.12.21, 8 UStd.

6x, Do, 19-20 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 28,00 (erm: € 16,00)

FK3.456 Herr Nik Schinzler

24.2.-31.3.22, 8 UStd.

6x, Do, 19-20 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 28,00 (erm: € 16,00)

Meditation - der Weg in die eigene Mitte

Durch die Reise nach innen in die eigene Mitte kann Wohlbefinden entstehen. Erkenntnisse und Erfahrungen folgen zu verschiedenen Themen wie Erleichterung, Ruhe, Freude, Gelassenheit, Klarheit, Liebe und vieles mehr. An jedem Kursabend finden 4-5 geführte Meditationen statt, die Themen wechseln sich wöchentlich. Mitzubringen sind Bereitschaft und Offenheit. Erfahrung im Meditieren ist wünschenswert, jedoch keine Teilnahmevoraussetzung. Bitte kleiden Sie sich bequem, um sitzend oder liegend zu genießen.

FK3.459 Frau Gudrun Hüther

10.9.-10.12.21, 24 UStd.

12x Fr, 18.15-19.45 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3, Gymnastikraum
€ 70,20 (erm: € 36,60)

FK3.460 Frau Gudrun Hüther

14.1.-8.4.22, 24 UStd.

12x Fr, 18.15-19.45 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3, Gymnastikraum
€ 70,20 (erm: € 36,60)

FK3.460A Frau Gudrun Hüther

29.4.-1.7.22, 20 UStd.

10x Fr, 18.15-19.45 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3, Gymnastikraum
€ 59,00 (erm: € 31,00)

Positives Denken für mehr Kraft in Alltag und Beruf

Bildungsurlaub

Globalisierung, technischer Fortschritt und immense gesellschaftliche Veränderungen fordern von uns weit mehr als Flexibilität, Widerstandskraft und andere Stärken, die uns häufig aufgrund der täglichen Belastungen nicht bewusst sind und somit nicht zur Verfügung stehen. Wieder Freude am Leben und an der Arbeit zu empfinden, Hindernisse als Herausforderungen zu verstehen sowie die Einheit von Körper, Geist und Seele zu spüren, sind Grundvoraussetzungen für anhaltende Kraft und notwendig, um Erschöpfung oder Burn-out erfolgreich zu vermeiden.

Dem Ansatz der Positiven Psychologie folgend, werden in diesem Bildungsurlaub den Teilnehmenden praktisch und lebensnah, die aktuellen, wissenschaftlichen Erkenntnisse nähergebracht und deren Umsetzung geübt. Dabei geht es um die Verbesserung der Selbst- und Fremdwahrnehmung, das Einfühlungsvermögens, eigene Kreativität, dem lösungsorientierten Denken sowie um Intuition, Kooperation und Teamfähigkeit. Die Teilnehmenden lernen ihre persönlichen Stärken besser kennen und entwickeln unangestrengt neue Perspektiven, um Herausforderungen in heiterer Gelassenheit zu bewältigen. Unterstützt durch kleine Filmbeispiele sowie künstlerische und spielerische Mittel, wird der praktische Teil mit Achtsamkeits- und Entspannungsübungen abgerundet.

FK3.461 Frau Ursula Cyriax;

25.-27.10.21, 27 UStd.

Mo-Fr, 9-16
VHS, Wassertorstraße 4, Aula, Pavillon
€ 94,00 (erm: € 53,50)

Stressmanagement und Resilienztraining: Gesund und leistungsfähig im Beruf

Bildungsurlaub

Viele Menschen erleben ihr Leben zunehmend als fremdgesteuert und verkompliziert, dabei soll die moderne Technik doch eigentlich alles viel leichter und effizienter machen! Was macht uns in dieser Welt stark gegen Stress und bewahrt uns vor stressbedingten Folgeerkrankungen, wie Burnout? Das Geheimnis liegt in der Resilienz. – Dahinter verbirgt sich die Fähigkeit, Krisen und Rückschläge durch persönliche Ressourcen zu meistern. Resilienz hilft uns,

unser Leben selbstbestimmt und proaktiv zu gestalten und dabei den vielfältigen Anforderungen im Privat- und Berufsleben gesund und leistungsfähig zu begegnen. Der Kurs richtet sich an alle, die ihre gesunde Leistungsfähigkeit erhalten oder ausbauen möchten, daneben aber auch lernen möchten, wie sie Entspannung und Achtsamkeit in ihr Leben integrieren können. Neben theoretischem Hintergrundwissen, vermittelt der Kurs mit zahlreichen praktischen Übungen aus den Bereichen Stressmanagement, Achtsamkeit, Entspannung, Zeitmanagement, Burnout-Prävention und Kommunikationstraining, wie das Gelernte im Alltag umgesetzt werden kann. Inhalte: - Was ist Stress und ab wann schadet er mir? - Was ist Resilienz und wie kann ich diese stärken? - Wie kann ich mit Stress gut umgehen, ohne das er mir schadet? - Was ist Achtsamkeit und wie integriere ich diese in mein Leben? - Welche Entspannungsverfahren gibt es und wie kann ich diese für mich nutzen? - Wie schütze ich mich vor einem Burnout? - Wie erreiche ich eine ausgewogene Lebensbalance? - Wie kann ich mein Zeitmanagement so optimieren, dass meine Effektivität im Beruf steigt? Dieser Kurs findet nur in Präsenz statt!

FK3.463 Frau Diana Mann
9.-13.8.21, 36 UStd.

Mo-Fr, 9-16

VHS, Wassertorstraße 4, Aula, Pavillon
€ 106,80 (erm: € 56,40)

Autogenes Training

Das Autogene Training nach J.H. Schulz ist eine Methode der konzentrativen Selbstentspannung. Auf autostuggestivem Wege werden stufenweise sechs nacheinander zu lernende Konzentrationsübungen durchgeführt. Das Autogene Training hilft u.a. bei der Bewältigung von Stress, psychosomatischen Beschwerden, chronischen Schmerzen und öffnet den Blick für Ressourcen. Bereitschaft zum täglichen Üben ist Voraussetzung.

FK3.465 Frau Steffi Wunderlich
13.10.-1.12.21, 16 UStd.

8x, Mi, 19.15-20.45 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 48,80 (erm: € 26,40)

FK3.466 Frau Steffi Wunderlich
2.2.-23.3.22, 16 UStd.

8x, Mi, 19.15-20.45 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 60,00 (erm: € 32,00)

FK3.468 Frau Steffi Wunderlich
27.4.-18.5.22, 8 UStd.

4x, Mi, 19.15-20.45 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 26,40 (erm: € 15,20)

Progressive Muskelrelaxation

Die Übungsschritte dieses Trainings orientieren sich an der Progressiven Muskelrelaxation nach Jacobsen. Als Ergebnis wechselnder Anspannung und Entspannung von insgesamt 16 Muskelpartien, wird das Erleben tiefer Entspannung ermöglicht.

Ein gezieltes Absenken des Muskeltonus unterstützt u.a. die Bewältigung von Schlafstörungen und stressbedingten Beschwerden. Bitte warme Socken mitbringen.

FK3.469 Frau Michaela Sauer
21.9.-23.11.21, 13 UStd.

8x Di, 18-19.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 43,80 (erm: € 24,90)

FK3.470 Frau Michaela Sauer
15.2.-5.4.22, 13 UStd.

8xDi, 18-19.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 43,80 (erm: € 24,90)

Massage für Paare

Leicht erlernbare Massagegriffe und -abläufe werden vorgestellt und eingeübt für eine entspannende Massage auf den Tischen.

Bitte bequeme Kleidung, eine Decke, ein Laken, ein großes und zwei kleine Handtücher, ein kleines Kissen und Schreibmaterial mitbringen.

Ausgewiesenes Entgelt gilt für eine Person. Bitte mit Partnerin/Partner anmelden.

Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.473 Frau Martina Katharina Sünkel
18.-19.9.21, 16 UStd.

Sa/So 10-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101, R. 2106, R. 2110

€ 43,20 (erm: € 23,60)

Massage für Paare

Leicht erlernbare Griffe aus verschiedenen Massagetechniken werden vorgestellt und eingeübt für eine entspannende Massage am Boden. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke, ein Laken, ein kleines Kissen und Massageöl mitbringen. Ausgewiesenes Entgelt gilt für eine Person. Bitte mit Partnerin/Partner anmelden.

Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.471 Herr Peter Regulin
23.-24.10.21, 14 UStd.

Sa/So, 10-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 43,20 (erm: € 23,60)

FK3.472 Herr Peter Regulin
19.-20.3.22, 14 UStd.

Sa/So, 10-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 43,20 (erm: € 23,60)

Einführung in die Fußreflexzonenmassage

Der Kurs vermittelt Grundtechniken zur Selbst- und Partnerbehandlung und zeigt auf, wie man mit einfachen Griffen und Streichungen im Gewebe der Füße harmonisierend und entspannend auf den Körper einwirken kann. Bitte bequeme Kleidung, Decke, großes Handtuch, Massageöl und wärmende Socken mitbringen! Die Übungen finden paarweise statt.

Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.476 Herr Matthias Bergmann
26.2.22, 8 UStd.

Sa, 9.30-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 25,40 (erm: € 14,20)

Akupressur - den Daumen haben wir immer dabei

Akupressur ist eine Methode der Traditionellen Chinesischen Medizin, um den Energiefluss im Körper zu beleben und zu harmonisieren sowie Verspannungen zu lösen. Sie kann im akuten Krankheitsfall oder zur Vorbeugung angewandt werden.

Der Workshop zeigt Lage und Wirkung bestimmter Akupressurpunkte auf und vermittelt eine Behandlungsanleitung zu folgenden Themen: Kopf- und Rückenschmerzen, Erkältungen, Schlaf- und Konzentrationsstörungen. Andere Themen nach Wunsch. Alle Übungen sind kontaktlos, da es um die Selbstbehandlung geht. Bitte Schreibmaterial und wärmende Socken mitbringen.

Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.478 Herr Matthias Bergmann
5.3.22, 8 UStd.

So, 9.30-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 25,40 (erm: € 14,20)

Bioenergetik - lebendige Körperarbeit, persönliches Wachstum

Die Bioenergetik ist eine dynamische, aktive Methode, die Körperarbeit und Selbsterfahrung verbindet. Die von Alexander Lowen entwickelten Übungen fördern Körpergefühl, Erdung, Selbstbewusstsein, auch das Wahrnehmen eigener Impulse und Bedürfnisse. Sie wirken befreiend auf die Lebensenergie, helfen Stress abzubauen und mit Gefühlen wie Angst und Ärger umzugehen. Die Körperarbeit umfasst Bewegung, Spannung/Entspannung, Vibrationen, Arbeit mit Atem, Stimme und auch expressiven Selbstausdruck. Gefühle sind ausdrücklich erlaubt. Der Kurs bietet Gelegenheit, diese Form der Körperarbeit in achtsamer Atmosphäre kennen zu lernen und zu praktizieren. Wir werden die Erfahrungen besprechen. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.479 Frau Christina Burgfried
18.9.21, 7 UStd.

Sa 9.30-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 26,40 (erm: € 15,20)

FK3.480 Frau Christina Burgfried
26.-27.3.22, 12 UStd.

Sa 9.30-16, So 10.30-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 42,40 (erm: € 23,20)

Rückenentlastung und Haltungstraining

Dieser Kurs bietet Vielfältigkeit zur Kräftigung unserer Rumpfkraft und zur Statik unseres Körpers. Auch werden orthopädische und neurophysiologische Aspekte vermittelt, die Ihnen Wissenswertes über die Funktionsweise der Wirbelsäule und über die Wechselwirkungen zwischen Körper, Geist und Seele liefern. Weiterhin werden verschiedenen Entspannungsebenen angeregt, damit Sie erholt und sich gestärkt fühlend aus diesem Kurs gehen werden. Musik wird die eine oder andere Stunde untermalen.

FK3.483 Frau Jana Lothar
13.9.-6.12.21, 24 UStd.
12x Mo, 10-11.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 70,20 (erm: € 36,60)

FK3.484 Frau Jana Lothar
24.1.-28.3.22, 20 UStd.
10x Mo, 10-11.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK3.484A Frau Jana Lothar
25.4.-4.7.22, 20 UStd.
10x Mo, 10-11.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 59,00 (erm: € 31,00)

Sanftes Rückentraining für Menschen Ü60

Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken

Ziel des Kurses ist es, rückengerechte Bewegungsabläufe für den Alltag zu erlernen. Die Kräftigungs-, Dehnungs- und Entspannungsübungen (teilweise mit musikalischer Unterstützung) sollen helfen, Fehlhaltungen der Wirbelsäule vorzubeugen. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.485 Frau Kerstin Püschel
24.8.-7.12.21, 18 UStd.
14x Di, 12.30-13.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 59,10 (erm: € 31,55)

FK3.486 Frau Kerstin Püschel
11.1.-28.6.22, 28 UStd.
21x Di, 12.30-13.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 85,20 (erm: € 44,60)

Wirbelsäulenfitness

Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken

Ziel des Kurses ist es, rückengerechte Bewegungsabläufe für den Alltag zu erlernen. Die Kräftigungs-, Dehnungs- und Entspannungsübungen (teilweise mit musikalischer Unterstützung) sollen helfen, Fehlhaltungen der Wirbelsäule vorzubeugen.

Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.487 Frau Kerstin Püschel
23.8.-6.12.21, 18 UStd.
14x Mo, 17.45-18.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 58,10 (erm: € 30,55)

FK3.489 Frau Kerstin Püschel
23.8.-6.12.21, 18 UStd.
14x Mo, 19-20 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 58,10 (erm: € 30,55)

FK3.491 Frau Kerstin Püschel
23.8.-6.12.21, 18 UStd.
14x Mo, 20.15-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 58,10 (erm: € 30,55)

FK3.488 Frau Kerstin Püschel
10.1.-27.6.22, 26 UStd.
20x Mo, 17.45-18.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 81,30 (erm: € 42,15)

FK3.490 Frau Kerstin Püschel
10.1.-27.6.22, 26 UStd.
20x Mo, 19-20 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 80,34 (erm: € 41,67)

FK3.492 Frau Kerstin Püschel
10.1.-27.6.22, 26 UStd.
20x Mo, 20.15-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107
€ 81,30 (erm: € 42,15)

GESUNDE ERNÄHRUNG

Falafel und Hummus-Streetfood aus dem Nahen Osten

Falafel und Hummus sind vegan, extrem gesund und halten lange satt. Mit Hummus kombiniert, sind sie der gesunde Snack für Zwischendurch, denn sie sind eine hochwertige pflanzliche Proteinquelle. Wir zeigen Ihnen heute Abend, wie Sie diese köstlichen Gerichte richtig zubereiten. Bitte bringen Sie eine Schürze, Geschirrhandtücher, Getränke, scharfe Messer und verschließbare Behälter mit. Im Preis für den Kurs sind 10,00 Euro für verwendete Zutaten enthalten.

FK3.503 Herr Michael Adrians
28.10.21, 5 UStd.
1x Mo, 17.30-21.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 29,50 (erm: € 21,25)

Vegane Pastagerichte

Italienische Pasta in ihrer Vielfalt sind die beliebtesten Gerichte der Welt. Aber kann man sie auch vegan zubereiten? - Ja! Wir probieren heute Pasta & Co. mit rein pflanzlichen Zutaten: Ravioli mit einer Kürbisfüllung und veganer Salbei-Butter, vegane Spaghetti Carbonara, vegane Pasta mit einer Champignon-Rahmsoße. So genießen wir köstliche Pasta ganz ohne schlechtes Gewissen. Bitte bringen Sie

eine Schürze, Geschirrhandtücher, Getränke, scharfe Messer und verschließbare Behälter mit. Für verwendete Zutaten sind 11,00 Euro in der Kursgebühr enthalten.

FK3.505 Herr Michael Adrians
19.11.21, 5 UStd.
1x Fr, 17.30-21.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 30,50 (erm: € 22,25)

Vegane Bio-Weihnachtsplätzchen

“Oh, das riecht aber lecker, ...“ Heute lernen Sie Rezepte für vegane Weihnachtsplätzchen kennen, die sogar erfahrene Bäckerinnen überraschen werden. Mit Nüssen, Früchten, veganer Schokolade, veganer Butter und veganer Sahne und anderen Zutaten zaubern wir süße, kleine Leckereien, die der ganzen Familie schmecken. Tipps und Tricks runden das Programm ab - damit Ihre Plätzchen zu Hause immer gelingen und schmecken wie von Oma. Bitte bringen Sie Keksdosen, Geschirrhandtücher, Getränke und eine Schürze mit. 10,- Euro Lebensmittelgeld sind in der Kursgebühr enthalten.

FK3.507 Herr Michael Adrians
26.11.21, 5 UStd.
1x Fr, 17.30-21.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 29,50 (erm: € 21,25)

Weihnachtliche Buddha Bowls - eine Schüssel voller Glück

Ein schöner Trend der letzten Jahre sind Buddha Bowls - kleine vegetarische Gerichte, die in einer einzigen Schüssel kunstvoll arrangiert werden. Wie stellt man eine richtige Buddha Bowl her, und welchen Einfluss hat sie auf unser Wohlbefinden? Wir bereiten drei verschiedene Christmas Bowls zu: eine Christmas Bowl mit Falafel, eine mediterrane Christmas Bowl und eine süße Christmas Bowl mit Früchten. Genießen werden wir sie dann gemeinsam bei einer schönen Tasse Tee. Bitte bringen Sie eine Schürze, Geschirrhandtücher, Getränke, scharfe Messer und verschließbare Behälter mit. Für verwendete Zutaten sind 11,00 Euro in der Kursgebühr enthalten.

FK3.509 Herr Michael Adrians
9.12.21, 5 UStd.
1x Do 17.30-21.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 30,50 (erm: € 22,25)

Vegetarische Küche zum Verlieben

Gesund, schnell, fleischfrei und dazu lecker! Sie glauben, das ist ein Widerspruch? Keinesfalls! Denn es bedeutet nicht, dass es ab heute nur noch Körner gibt - man braucht nur ein paar grundlegende Hinweise und Tipps zur Zubereitung und Zeitein-

teilung. So kommen die besten Gerichte für die ganze Familie auf den Tisch und am Ende wird niemand Fisch, Fleisch oder Wurst vermisst haben.

Heute machen wir ein Crepe-Galette Spezial, mit gegrilltem Ofengemüse gefüllt, mit Kräutersoße bedeckt und mit Mozzarella-Käse überbacken. Danach gibt es eine Wirsingroulade mit einer Kartoffel-Paprika-Füllung auf einer vegetarischen Bratensoße mit einem Kartoffelgratin. Als Dessert einen Schokoladenkuchen mit Vanilleeis und Schlagsahne. Bitte bringen Sie eine Schürze, Geschirrhandtücher, Getränke, scharfe Messer und verschließbare Behälter mit. Für verwendete Zutaten sind 11,00 Euro in der Kursgebühr enthalten.

FK3.510 Herr Michael Adrians

28.1.22, 5 UStd.

1x Fr, 17.30–21.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 28,00 (erm: € 21,00)

Pasta und nochmals Pasta - die besten Rezepte aus Italien für Pasta-Liebhaber

Pasta sind nicht bloß Nudeln, sie sind eine Welt für sich! Es gibt sie in unendlich vielen Variationen und Geschmacksrichtungen. Man kann sie mit so gut wie allen Lebensmitteln kombinieren: mit frischem Gemüse, Kräutern, Käse, Tomaten, Fisch und Fleisch, sie sind reich an Mineralien und Vitaminen und schmecken einfach wunderbar! Damit die Pasta zu Hause garantiert gelingt, erhalten Sie heute einige wichtige Tipps. Wir bereiten heute zwei verschiedene geschmeidige Pasta-Teige und dann drei verschiedene Pasta-Gerichte zu: Hausgemachte Tortellini mit einer 4 Käse-Soße, dann eine Pappardelle mit Rinderfiletstreifen in cremiger Pilzsoße mit Kräutern. Und zum Schluss gibt es eine Pasta mit einem roten Pesto, gegrilltem Ofengemüse, gebratenen Hähnchenstreifen und Parmesan hobeln. Bitte bringen Sie eine Schürze, Geschirrhandtücher, Getränke, scharfe Messer und verschließbare Behälter mit. Für verwendete Zutaten sind 10,00 Euro in der Kursgebühr enthalten.

FK3.512 Herr Michael Adrians

25.2.22, 5 UStd.

1x Fr 17.30–21.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 27,00 (erm: € 20,00)

Gesunde Buddha-Bowls fürs Büro

Ein schöner Trend der letzten Jahre sind Buddha Bowls - kleine vegane oder vegetarische Gerichte, die in einer einzigen Schüssel kunstvoll arrangiert werden. Wie stellt man eine richtige Buddha Bowl her, und welchen Einfluss hat sie auf unser Wohlbefinden? Wir bereiten drei verschiedene Bowls fürs Büro zu und genießen sie dann gelassen und entspannt: eine italienische Bowl, eine griechische Bowl und eine asiatische Bowl - gesund und ohne künstliche Zusatzstoffe. Bitte bringen Sie eine Schürze, Geschirrhandtücher, Getränke, scharfe

Messer und verschließbare Behälter mit. Für verwendete Zutaten sind 11,00 Euro in der Kursgebühr enthalten

FK3.514 Herr Michael Adrians

18.3.22, 5 UStd.

1x Fr, 17.30–21.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 26,00 (erm: € 20,00)

Vegetarisches Streetfood

Kleine saftige vegetarische Leckerbissen auf die Hand, für die man in Berlin, London oder Paris in der Mittagspause in der Schlange steht. Viele warten lange, um so einen Snack zu ergattern. Wir bereiten drei dieser kleinen Köstlichkeiten zu: eine frittierte vegetarische Pizza aus Neapel, vegetarische Enchiladas mit viel Käse (gerollte mexikanische Teigfladen mit Bohnen, Gemüse und Soße, mit Käse überbacken) und eine gegrillten Auberginen-Paprika-Zucchini-Döner. Bitte bringen Sie eine Schürze, Geschirrhandtücher, Getränke, scharfe Messer und verschließbare Behälter mit. Für verwendete Zutaten sind 10,00 Euro in der Kursgebühr enthalten.

FK3.516 Herr Michael Adrians

29.4.22, 5 UStd.

1x Fr, 17.30–21.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 25,00 (erm: € 19,00)

Meal Prep ... Lunch to go

Keine Lust mehr auf Fast Food in der Mittagspause? Und ein angeblich gesunder Salat aus dem Supermarkt entpuppt sich schnell als Kalorienbombe? Entdecken Sie originelle Rezepte für Schule, Büro und unterwegs. Ohne viel Aufwand entstehen so verschiedene Beispiele für einen „Lunch to go“, der eine gesunde und abwechslungsreiche Alternative zum belegten Brot darstellt! Diese Gerichte lassen sich gut am Abend vorher vorbereiten. Kalt oder warm, vegetarisch oder mit Fleisch, hier ist für jeden etwas dabei. Bitte bringen Sie eine Schürze, Geschirrhandtücher, Getränke, scharfe Messer und verschließbare Behälter mit. Für verwendete Zutaten sind 10,00 Euro in der Kursgebühr enthalten.

FK3.518 Herr Michael Adrians

20.5.22, 5 UStd.

1x Fr, 17.30–21.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 29,40 (erm: € 22,40)

Vegetarische Tapas

Heute genießen wir köstliche spanische Häppchen für Zwischendurch - vegetarische Tapas. Zum Beispiel: vegetarische Empanadas (gefüllte spanische Teigtaaschen mit Gemüse), Zitronenkartoffeln mit Mojo, geröstete Brotscheiben mit gegrilltem Gemüse und gegrillten Champignons mit Knoblauch - und eine Tortilla. Bitte bringen Sie eine Schürze, Geschirrhandtücher, Getränke, scharfe Messer und verschließbare Behälter mit. Für verwendete Zutaten sind 10,00 Euro in der Kursgebühr enthalten.

FK3.520 Herr Michael Adrians

17.6.22, 5 UStd.

1x Fr, 17.30–21.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 29,40 (erm: € 22,40)

Alternative Ernährungsmodelle

Essen gehört maßgeblich zu einer der drei Entspannungsgrößen für unser Körpersystem. Dieses praktisch orientierte Seminar gibt Ihnen die Möglichkeit zur Selbsterfahrung, wie östliche Kulturen aus dem Ayurveda sowie der traditionellen chinesischen Medizin und seinen naturwissenschaftlichen Erkenntnissen, auf unseren Feinsinn Wirken. Was kennzeichnet unseren individuellen Genuss? Wir betrachten gemeinsam Alter, Geschlecht, Konstitution und die Jahres- und Tageszeit gekoppelt an unsere Aktivierungs- und Entspannungsfähigkeit. Welche Rolle spielen Farben, Gewürze, Temperaturen und Texturen um seinen Körper tatsächlich optimal auszugleichen? Der Kurs bietet Neues und die „Sinne Erweckendes“, in dem wir gemeinsam „Erlebnis - kochen“ werden. Bitte beachten sie, dass bei ihrem Rücktritt ab 2 Tage vor Kursbeginn das Entgelt für die Lebensmittel (18,00 €) nicht erstattet werden kann.

FK3.522 Frau Jana Lothar

19.-26.2.22, 6 UStd.

2x Sa. 11–13.15

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 37,20 (erm: € 29,70)

FK3.524 Frau Jana Lothar

14.-21.5.22, 6 UStd.

2x Sa. 11–13.15

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 37,20 (erm: € 29,70)

Aktives Gesundheitsmanagement

Bildungsurlaub

Die Lebensarbeitszeit wird länger, die Belastungen (physisch und psychisch, beruflich und persönlich bedingt) nehmen zu, die Anforderungen steigen. Sie sind so stark eingespannt, dass Sie in Ihrem Alltag wenige Chancen sehen, etwas für Ihre Gesundheit zu tun? Ungesunde Ernährung, Fastfood und keine Zeit beim Essen haben vielfältige negative Auswirkungen auf unseren Körper. Auch langes Sitzen ist Ursache vieler Beschwerden. Der Körper reagiert mit Rücken- und Kopfschmerz, Fehlbelastungen, Nackenverspannungen und Unwohlsein. In diesem Bildungsurlaub haben Sie die Möglichkeit, sich mit Ihrer Ernährung sowie Möglichkeiten der Stressreduktion auseinanderzusetzen. Informationen zur Entstehung von Übergewicht, Wissenswertes über Diäten und die Methode der Achtsamkeit, auch beim Essverhalten, sind neben verschiedenen Anleitungen zu kurzen Übungen für Körper und Geist spannende Aspekte. Ziel ist eine veränderte Wahrnehmung zum Stress und den eigenen Ernährungsgewohnheiten sowie das Erlernen kurzer, in den Arbeitsalltag gut zu integrierender aktiver Pausen und Entspannungsübungen für den ver-

spannten Körper. Sie lernen u.a. die Muskelrelaxation, Mobilisierung der Gelenke sowie die Aktivierung von Muskulatur und Atmung kennen. Mit Hilfe von Achtsamkeit, Ernährung und Bewegung haben Sie die Möglichkeit ein gesundes Gleichgewicht für den Berufsalltag zu finden. Bitte bequeme Kleidung, etwas zum Trinken, Handtuch, dicke rutschfeste Socken oder leichte Gymnastikschuhe mitbringen. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.528 Jens Eltmann, Daniel Aichinger
2.-6.8.21, 40 UStd.
Mo-Fr,9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula, Pavillon
€ 128,00 (erm: € 72,00)

FK3.530 Jens Eltmann, Daniel Aichinger
11.-14.4.22, 32 UStd.
Mo-Do 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula, Pavillon
€ 105,60 (erm: € 60,80)

Traditionelle chinesische Medizin (TCM)

In diesem Seminar werden Sie die Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) kennenlernen, die zur gesundheitlichen Vorbeugung aber auch zur Regulierung von Krankheitssymptomen zur Anwendung kommen kann. Im Seminar werden die chinesische Zungen-Diagnostik und Behandlungsmethoden erläutert sowie die Grundlagen der Ernährungslehre ver-

mittelt. Sie lernen unter anderem welche Symptome sich bei Störungen im Körper zeigen und wie Sie mit Ernährung gegensteuern oder vorbeugen können. Bringen Sie bitte einen Handspiegel für eine Übung mit, eine große Tasse und einen Teelöffel.

FK3.531 Frau Cornelia Quaschnig
25.9.21, 7 UStd.
Sa 10-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1103
€ 24,00 (erm: € 13,50)

FK3.532 Frau Cornelia Quaschnig
19.3.22, 7 UStd.
Sa 10-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1103
€ 24,00 (erm: € 13,50)

TANZ

Gesellschaftstanz Standard/Latein Grundkurs

Ein Intensivkurs für Interessierte, die sich in kurzer Zeit die gebräuchlichsten Gesellschaftstänze aneignen möchten. Eine Einführung in die Standard- und Lateinamerikanischen Tänze (Walzer, Tango, Foxtrott, Rumba, Cha-Cha-Cha, Jive). Vorkenntnisse im Gesellschaftstanz sind nicht erforderlich. Bitte mit PartnerIn anmelden und Schuhe zum Wechseln mitbringen! Ausgewiesenes Entgelt gilt für eine Person. City Dance e.V. Storkower Str. 207, Zugang nur außen über die S-Bahn Brücke, erste Etage Raum Cedio! Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.551 Herr Albrecht Hager
29.10.-17.12.21, 16 UStd.
8x Fr, 19.15-20.45 Uhr
City-Dance e.V., Storkower Str. 207
€ 50,40 (erm: € 27,20)

FK3.552 Herr Albrecht Hager
20.2.-10.4.22, 16 UStd.
8x So, 20.30-22 Uhr
City-Dance e.V., Storkower Str. 207
€ 50,40 (erm: € 27,20)

Salsa und Bachata

Grundkurs

Das karibische Flair dieser Tänze steckt die Berliner Tanzszene immer mehr an - dadurch sind die täglichen Anwendungsmöglichkeiten ideal. Wir wollen neben dem Erlernen von Grundschritten und interessanten Figuren auch den typischen spielerischen Charakter der Tänze erleben. Wir tanzen Salsa-Cubana. Ausgewiesenes Entgelt gilt für eine Person. City Dance e.V. Storkower Str. 207, Zugang nur außen über die S-Bahn Brücke, erste Etage Raum Cedio! Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.553 Herr Albrecht Hager
7.9.-9.11.21, 16 UStd.
8x Di, 20.30-22 Uhr
City-Dance e.V., Storkower Str. 207
€ 50,40 (erm: € 27,20)

FK3.554 Herr Albrecht Hager
18.2.-8.4.22, 16 UStd.
8x Fr, 20.15-21.45 Uhr
City-Dance e.V., Storkower Str. 207
€ 50,40 (erm: € 27,20)

FK3.556 Herr Albrecht Hager
10.5.-28.6.22, 16 UStd.
8x Di, 20.30-22 Uhr
City-Dance e.V., Storkower Str. 207
48,80 (erm: € 26,40)

FK3.555 Herr Albrecht Hager
31.10.-19.12.21, 16 UStd.
8x So, 16-17.30 Uhr
City-Dance e.V., Storkower Str. 207
€ 50,40 (erm: € 27,20)

Tango Argentino

Grundkurs

Der Tanz entstand Ende des letzten Jahrhunderts in den Vororten von Buenos Aires und ist durch das Spannungsverhältnis unterschiedlicher kultureller Einflüsse geprägt. Tango ist ein Spiel, ein harmonisches Miteinander zweier Tanzpartner, ein aufeinander Eingehen, ein Reagieren und auch ein Provozieren. All das macht diesen Tanz so reizvoll. In diesem Kurs soll ein Gefühl für den Rhythmus und die Musik entwickelt werden. Es werden einfache Schrittkombinationen und vor allem die Führungstechnik vermittelt. Bitte mit Partnerin oder Partner anmelden. Bitte Schuhe zum Wechseln mitbringen! Ausgewiesenes Entgelt gilt für eine Person.

FK3.557 Frau Debra Paula Ferrari, Herr Emiliano Gimenes
14.9.-14.12.21, 24 UStd.
12x Di, 20-21.30 Uhr
Lina-Morgenstern-Schule, Mehringdamm 59, Turnhalle
€ 80,80 (erm: € 42,40)

FK3.560 Frau Debra Paula Ferrari, Herr Emiliano Gimenes
26.4.-28.6.22, 18 UStd.
9x Di, 20-21.30 Uhr
Lina-Morgenstern-Schule, Mehringdamm 59, Turnhalle
€ 61,60 (erm: € 32,80)

Tango Argentino

Aufbaukurs

In unserm Unterricht bauen wir auf die traditionellen Wurzeln des Tangos auf und fördern gleichzeitig die Improvisation und Kreativität der Tanzenden. Wichtige Elemente des Tango Salons werden erarbeitet: die Position der Körper zueinander, die Umarmung, die Kontinuität der Bewegung im Raum, die Kunst des Gehens, der musikalische Rhythmus, die Figuren und ihre möglichen Kombinationen. Es werden nicht nur die technischen Grundlagen des Tanzes vermittelt, sondern auch die kulturelle Authentizität und Identität des klassischen Tango Argentinos nahegebracht. Teilnahmevoraussetzung: mindestens ein Semester Tangopraxis. Bitte mit Partnerin oder Partner anmelden. Anmeldung aktuell nur paarweise aus dem gleichen Haushalt. Bitte Schuhe zum Wechseln mitbringen! Ausgewiesenes Entgelt gilt für eine Person. Anmeldung aktuell nur paarweise aus dem gleichen Haushalt. Ausgewiesenes Entgelt gilt für eine Person.

FK3.558 Frau Debra Paula Ferrari, Herr Emiliano Gimenes
18.1.-5.4.22, 24 UStd.
10x Di, 20-21.30 Uhr
Lina-Morgenstern-Schule, Mehringdamm 59, Turnhalle
€ 68,00 (erm: € 36,00)

Balkan-Tänze für Teilnehmer*innen mit sehr guten Vorkenntnissen

Auf unserer Reise durch den Balkan werden wir verschiedenen Rhythmen und Tanz-Stilen aus der großen Vielfalt dieser Region begegnen. Wir erleben temperamentvolle und auch meditative Tänze. Die Rhythmen werden dabei in der Originalbesetzung, aber auch auf modernen Instrumenten ausgeführt. In diesem Kurs werden Tänze unterrichtet, die Corona bedingt einzeln und mit Abstand in Reihen getanzt werden können. Begonnen wird mit leichten und einfachen Tänzen, einige werden ausführlicher unterrichtet, bei anderen stehen unmittelbares Erleben und Spontaneität im Vordergrund. Ausgewiesenes Entgelt gilt für eine Person. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.561 Herr Antoine Sengers
2.9.-18.11.21, 16 UStd.
10x Do, 18-19.15 Uhr
Lina-Morgenstern-Schule,
Mehringdamm 59, Turnhalle
€ 50,60 (erm: € 26,80)

Griechische Tänze für Anfänger*innen

Für Anfänger*innen

Reich an Rhythmen und Schrittkombinationen, dynamisch-kraftvoll und meditativ-ruhig sind die griechischen Tänze, als Gruppe im offenen Kreis getanzt. Wir werden sie jedoch Corona bedingt einzeln am Platz tanzen.

Neben einigen traditionellen Tänzen, die auch heute noch überall im Land getanzt werden, lernen wir vor allem populäre Tänze, die ursprünglich aus Folkloretänzen entstanden sind und durch moderne Elemente weiterentwickelt wurden, wie z.B. Rebetiko, Tsifteteli, Hasapiko und Sirtaki. Ausgewiesenes Entgelt gilt für eine Person. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.563 Herr Antoine Sengers
2.9.-18.11.21, 16 UStd.
10x Do, 19.30-20.45 Uhr
Lina-Morgenstern-Schule,
Mehringdamm 59, Turnhalle
€ 50,60 (erm: € 26,80)

Swing und Lindy Hop

Tanzworkshop

Mit Swing wird eine ganze Familie von Tänzen bezeichnet, die Ende der 1920er Jahre in den USA entstanden sind. Einer davon ist Lindy Hop – entstanden in Harlem und ein Vorläufer von Jive, Boogie-Woogie und Rock'n Roll. Ein Tanzwochenende für Anfängerinnen und Anfänger. Anmeldung aktuell nur paarweise. Kein Tanzpartneraustausch. Ausgewiesenes Entgelt gilt für eine Person.

Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.565 Frau Su Mattenkloft,
Herr Gernot Schröder
23.-24.10.21, 8 UStd.
Sa/So, 11-14.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 28,60 (erm: € 15,80)

FK3.566 Frau Su Mattenkloft,
Herr Gernot Schröder
5.-6.3.22, 8 UStd.
Sa/So, 11-14.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 28,60 (erm: € 15,80)

Swing und Lindy Hop Aufbaukurs

Tanzworkshop

Mit Swing wird eine ganze Familie von Tänzen bezeichnet, die Ende der 1920er Jahre in den USA entstanden sind. Einer davon ist Lindy Hop – entstanden in Harlem und ein Vorläufer von Jive, Boogie-Woogie und Rock'n Roll. Ein Tanzwochenende für Anfängerinnen und Anfänger. Der Kursbesuch mit einer/einem Tanzpartner*in ist wünschenswert. Bitte bequeme Schuhe mitbringen. Anmeldung aktuell nur paarweise. Kein Tanzpartneraustausch. Ausgewiesenes Entgelt gilt für eine Person. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.567 Frau Su Mattenkloft,
Herr Gernot Schröder
30.-31.10.21, 8 UStd.
Sa/So, 11-14.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 28,60 (erm: € 15,80)

FK3.568 Frau Su Mattenkloft
Herr Gernot Schröder
12.-13.3.22, 8 UStd.
Sa/So, 11-14.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 27,00 (erm: € 15,00)

Tänze der Welt – vom Balkan bis Indien

Wir tanzen verschiedene Tänze vom Mittelmeer entlang der Seidenstraße bis nach Indien. Baladi und Saidi (Ägypten), Bollywood und Kathak (Indien), Dabke (Syrien), Karsilama (Türkei), Mazedonisch, Nubisch (Oberägypten), Persisch (Iran), Pharaonisch (Altägyptisch), Raks Sharqi (Orient), Sirtaki (Griechenland), Tribal und Fusion (Modern). Dieser Kurs ist sowohl für Anfänger*innen als auch für Fortgeschrittene geeignet. Bitte bequeme Kleidung mitbringen. Kein Paartanz. Es wird einzeln und mit Mindestabstand getanzt.

FK3.569 Frau Gerlind Krüger
9.9.-2.12.21, 22 UStd.
11x Do, 19.45-21.15 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3,
Gymnastikraum, II OG;
€ 66,80 (erm: € 34,90)

Tänze der Welt – vom Balkan bis Indien

Wir tanzen verschiedene Tänze vom Mittelmeer entlang der Seidenstraße bis nach Indien. Baladi und Saidi (Ägypten), Bollywood und Kathak (Indien), Dabke (Syrien), Karsilama (Türkei), Mazedonisch, Nubisch (Oberägypten), Persisch (Iran), Pharaonisch (Altägyptisch), Raks Sharqi (Orient), Sirtaki (Griechenland), Tribal und Fusion (Modern). Dieser Kurs ist sowohl für Anfänger*innen als auch für Fortgeschrittene geeignet. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

FK3.570 Frau Gerlind Krüger
10.2.-12.5.22, 24 UStd.
12x Do, 19.45-21.15 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3,
Gymnastikraum, II OG
€ 72,60 (erm: € 37,80)

Flamenco-Workshop

Der Kurs vermittelt Elemente der Fußtechnik, der Armtechnik und des Körperbewusstseins. Gezielt wird am Rhythmusempfinden gearbeitet. Das tänzerische Thema wird zu Beginn des Workshops festgelegt. Bitte Absatzschuhe (ca. 3 cm, keine Straßenschuhe) mitbringen. Kein Paartanz. Es wird einzeln und mit Mindestabstand getanzt!

FK3.571 Frau Laura Santiso
14.-15.8.21, 12 UStd.
Sa/So, 11-15.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 36,60 (erm: € 19,80)

FK3.572 Frau Laura Santiso
12.-13.2.22, 12 UStd.
Sa/So, 11-15.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 36,60 (erm: € 19,80)

Flamenco (Onlinekurs)

Flamenco verbindet Improvisation, Musik, Gesang und Tanz stimmungsvoll mit Lebensfreude. Der Kurs vermittelt Elemente der Fußtechnik (Zapateado), der Armtechnik wie Händeklatschen (Palmas) und Handdrehungen (Floreos) sowie Grundlagen für das Körperbewusstsein. Gezielt wird am Rhythmusempfinden gearbeitet. Das tänzerische Thema (Alegria, Buleria, Tangos, Canasteros) wird gemeinsam mit zu Beginn des Kurses festgelegt. Bitte Absatzschuhe (ca. 3 cm, keine Straßenschuhe) mitbringen. Kein Paartanz. Onlinekurs! Sie erhalten vor Kursstart von der VHS einen Zugangscode.

FK3.573 Frau Laura Santiso
3.9.-3.12.21, 24 UStd.
Online
€ 65,40 (erm: € 34,20)

FK3.574 Frau Laura Santiso
11.2.-20.5.22, 26 UStd.
Online
€ 70,60 (erm: € 36,80)

Orientalischer Tanz und Bollywood

An diesem Kurs kann jeder Mensch - egal welchen Alters - teilnehmen. Es werden die Grundbewegungen des orientalischen Tanzes und des Bollywood (moderner indischer Tanz) geübt. Stärkung der Rücken-, Bein- und Bauchmuskulatur und die Verbesserung der Körperhaltung ist das Ziel des Kurses. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bequeme Kleidung und ein Tuch für die Hüfte mitbringen!

Kein Paartanz. Es wird einzeln und mit Mindestabstand getanzt.

FK3.575 Frau Gerlind Krüger
9.9.-2.12.21, 22 UStd.

11x Do, 18-19.30 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3,
Gymnastikraum, II OG;
€ 66,80 (erm: € 34,90)

FK3.576 Frau Gerlind Krüger
10.2.-12.5.22, 24 UStd.

12x Do, 18-19.30 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3,
Gymnastikraum, II OG
€ 72,60 (erm: € 37,80)

Tribal Fusion Belly Dance - ohne Tanzerfahrung

Tribal Fusion ist ein Tanzstil, der sich ausgehend von Techniken aus dem orientalischen Tanz, modern-zeitgenössisch weiterentwickelt hat und sich mehrerer Elemente aus Tänzen verschiedener Kulturen und Zeiten bedient. Einflüsse aus urbanen Tanzstilen wie Hip-Hop, Locking/Popping und Modern, wechseln sich u.a. ab mit Flamenco und traditionellem Bauchtanz. Wir werden Hüftbewegungen aus dem Bauchtanz lernen, Arm- und Handbewegungen aus dem Flamenco und dem indischen Tanz, sowie durch Yoga und Pilatesübungen ein neues Körpergefühl entwickeln. Dieser Kurs richtet sich hauptsächlich an Interessierte, die noch keinerlei Tanzerfahrung haben und gerne ihren Körper besser kennen und fühlen lernen möchten.

FK3.577 Frau Tara La Loba;
14.9.-14.12.21, 30 UStd.

12x Di, 18-19.30 Uhr und
2x Sa. 10.30-13 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3,
Gymnastikraum, II OG;
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 88,00 (erm: € 46,00)

FK3.578 Frau Tara La Loba
11.1.-29.3.22, 26 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr und
2x Sa. 10.30-12.45 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3,
Gymnastikraum, II OG;
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 76,80 (erm: € 40,40)

FK3.580 Frau Tara La Loba
26.4.-7.6.22, 20 UStd.

7x Di, 18-19.30 Uhr und
2x Sa. 10.30-12.45 Uhr
August-Sander-Schule, Naglerstr. 1-3,
Gymnastikraum, II OG;
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106
€ 60,00 (erm: € 32,00)

Faszientanz: entspannendes Workout zu Musik

Faszien - Tanz ist eine körperliche Wahrnehmungsschulung zu Musik, bei der spezielle Tanzbewegungen die haltende Muskulatur stärken und die Faszien lockern. Der Wert der Übungen liegt in richtigen Ausführung bei gleichzeitigem Erfahrung von Körper, Atem und Bewusstsein. Eine starke Haltung und gedehnte Faszien sind das Ergebnis. Wir trainieren mit Techniken aus verschiedenen Dance-Styles, die die kleinen Muskeln rund um Wirbelsäule, die Bauchmuskulatur und den Beckenboden stärken wobei wir unseren entspannten Körper lebendig und mit Freude genießen. Fasziendehnungen nach Liebscher und Bracht sowie Übungen aus dem dem Hatha Yoga, ergänzen das Training und helfen Verspannungen aufzulösen und den Körper insgesamt geschmeidiger zu machen. Der Kurs ist für Einsteiger*innen aller Altersstufen geeignet.

FK3.581 Frau Tara La Loba
10.9.-26.11.21, 24 UStd.

13xFr, 12.15-13.45 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 71,20 (erm: € 37,60)

FK3.582 Frau Tara La Loba
21.1.-1.4.22, 22 UStd.

11x Fr. 12.15-13.45 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 65,60 (erm: € 34,80)

FK3.584 Frau Tara La Loba
29.4.-1.7.22, 20 UStd.

10x Fr. 12.15-13.45 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.08
€ 60,00 (erm: € 32,00)

Rhythmus und Improvisation

Einfach mal zu Musik bewegen. In diesem Kurs lenken wir die Aufmerksamkeit auf den Rhythmus in der Musik und in uns selbst. Wir beginnen mit einem sanften, langsamen Warm-Up mit geführter Improvisation, die im ersten Schritt dazu dient, die eigenen Bewegungsmöglichkeiten zu erweitern und sich von vorgeschriebenen Formen zu lösen. Wenn wir ein gewisses Körperbewusstsein erreicht haben, gehen wir über zu spielerischen Übungen, die der körperlichen Erkundung dienen, sowie unser Koordinationsgefühl, Rhythmusgefühl, unsere Interaktionsfähigkeit und die Schaffung von Bewegungsabläufen verschiedener Qualitäten fördern. Im Kursverlauf sammeln alle Teilnehmenden Erfahrungen im Erspüren des eigenen, instinktiven und ehrlichen Ausdrucks von Gefühlen, Ideen und natürlich dem Entdecken unserer ganz persönlichen

und einzigartigen Form des Bewegens. Der Kurs ist offen für alle Tanzinteressierten, auch ohne Vorkenntnisse. Bitte bequeme Trainingskleidung und Wasser mitbringen.

FK3.585 Frau Sofia Karagiorgou
7.9.-7.12.21, 24 UStd.

12x Fr. 18.30-20 Uhr
August-Sander-Schule,
Naglerstr. 1-3, Turnhalle
€ 71,20 (erm: € 37,60)

FK3.586 Frau Sofia Karagiorgou
18.1.-5.4.22, 20 UStd.

10x Di. 18-19.30 Uhr
August-Sander-Schule,
Naglerstr. 1-3, Turnhalle
€ 60,00 (erm: € 32,00)

Modern Dance für AnfängerInnen und Weitermacher*innen

Lust auf Tanzen? Wir verwenden Elemente aus dem modernen und zeitgenössischen Tanz und entwickeln sie zu Schrittkombinationen und zu Choreographien. Abwechslungsreiche Rhythmen und Tanzstile sowie Spaß an der Bewegung stehen im Mittelpunkt des Kurses. Ein Kurs für Einsteiger und Tanzerfahrene.

FK3.587 Frau Sofia Karagiorgou
8.9.-8.12.21, 24 UStd.

12x Mi, 18.30-20 Uhr
Turnhallen, Singerstr. 87, kleine TH
€ 66,40 (erm: € 35,20)

FK3.588 Frau Sofia Karagiorgou
12.1.-6.4.22, 24 UStd.

12x Mi, 18-19.30 Uhr
Turnhallen, Singerstr. 87, kleine TH
€ 66,40 (erm: € 35,20)

Danza espressiva - Ausdruckstanz

Der Workshop lädt ein, die Nuancen der eigenen Ausdrucksmöglichkeiten zu entdecken. Entspannungs- und Atemübungen werden den Körperstress abbauen, Wahrnehmungsübungen lassen Bedürfnisse neu erkennen, Tanzimprovisationen erwecken den Spaß und Freude an der Bewegung. Methoden: Körperarbeit nach Laban-Bartenieff, Elemente der Tanztherapie, des Butoh Tanzes, Authentic Movement und danza sensible. Kein Paartanz. Es wird einzeln und mit Mindestabstand getanzt. Im Haus (nicht während des Kurses) besteht die Verpflichtung zum Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung. Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.589 Frau Annalisa Maggiani
20.-21.11.21, 13 UStd.

Sa, 11-17 Uhr; So, 11-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 42,00 (erm: € 22,50)

FK3.590 Frau Annalisa Maggiani
15.-16.1.22, 13 UStd.

Sa, 11-17 Uhr; So, 11-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 42,00 (erm: € 22,50)

African Drums (Percussionsworkshop)

Dieser Wochenendworkshop bietet einen Einstieg in das afrikanische Trommeln oder die Gelegenheit, bereits vorhandene Kenntnisse zu erweitern und zu vertiefen.

Gemeinsam wird eine Balance erkundet zwischen konzentriertem Lernen und dem spontanen Spielen aus dem Bauch heraus. Eine Balance von Verstand und Herz – so dass sich unser Intellekt und unser Gespür die Waage halten. An diesem Wochenendworkshop wird ein buntes Arrangement mit interessanten Rhythmen erlernt und alle Teilnehmenden erhalten einen vielseitigen Eindruck aus der Trommelsprache. Zu Beginn des Kurses zahlen Sie bitte an den Dozenten eine Gebühr in Höhe von 3,00 € für die Nutzung der Trommeln.

Dieser Kurs findet ausschließlich in Präsenz statt!

FK3.751 Herr Lars Pistorius
27.-28.11.21, 14 UStd.

Sa/So, 11-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 39,40 (erm: € 21,20)

FK3.752 Herr Lars Pistorius
12.-13.3.22, 14 UStd.

Sa/So, 11-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 39,40 (erm: € 21,20)

Tanztheater

Dieser Kurs ist für alle, die gerne mit Bewegung, Stimme und Sprache spielen wollen. Die Kombination aus Tanz und Theater eröffnet endlose Möglichkeiten. Wir können lustig, philosophisch, biographisch, alltäglich, abstrakt, narrativ, absurd, emotional und vieles mehr sein. In diesem Kurs sind alle sowohl Spieler*in als auch Schöpfer*in. Wir arbeiten mit freier Improvisation, einfachen Strukturen und thematischen Rahmungen, um unsere eigenen Ideen mit unserem Körper und unserer Stimme zu gestalten. Mit unterschiedlichen Übungen und Techniken aus Körpertheater, zeitgenössischem Tanz und Sprechtheater entwickeln wir unsere Fähigkeiten in Bezug auf Körper und Stimme. – Durch Improvisation lernen wir Entscheidungen in Echtzeit zu treffen und unsere Intuition zu benutzen. – Wir werden in Solo-, Duo- und Ensemble-Konstellationen spielen und klei-

ne Performances füreinander gestalten. Wir entdecken neue Facetten von uns und wir lernen mit anderen einen gemeinsamen Weg ohne Vorgespräch zu finden. – Wir inspirieren uns gegenseitig. Der kollektive Prozess fördert unsere Entwicklung als kreative Gruppe und bietet gleichzeitig einen Rahmen für Individualität und Austausch. – Wir benutzen konstruktives Feedback, um unsere Wahrnehmung und Erfahrung als Spieler*in oder Publikum zu teilen. Dadurch entsteht eine respektvolle, ehrliche und unterstützende Gruppenkultur, in der es kein richtig oder falsch gibt. Bitte bequeme Kleidung und ggf. rutschfeste Socken mitbringen. Der Kurs findet in der Turnhalle Wilhelmstr. 117 statt.

FK3.591 Maria Ferrara Jimenez Barrio
17.9.-3.12.21, 24 UStd.

12x Fr, 16.15-17.45 Uhr
Turnhalle Wilhelmstr. 117
€ 66,40 (erm: € 35,20)

FK3.592 Maria Ferrara Jimenez Barrio
21.1.-8.4.22, 24 UStd.

12x Fr, 16.15-17.45 Uhr
Turnhalle Wilhelmstr. 117
€ 66,40 (erm: € 35,20)

KOMMUNIKATION, KÖRPERSPRACHE UND PSYCHOLOGIE

Stimme, Sprechen, Phonetik - Grundkurs auch für Nichtmutter- sprachler ab Level C1

Sicheres Reden im Alltag, bei Behörden, am Telefon

In unserer gesamten Kommunikation kommt es auf drei Faktoren an: 1. Wer spricht, 2. Wie spricht man, 3. Was spricht man. Von diesen drei Faktoren ist der Faktor 'Wie spricht man' der Wichtigste, weil glaubwürdige Argumentation sehr von der Stimmführung abhängt. Insbesondere die Macht der Stimme wird von den meisten Menschen vollkommen unterschätzt. Mit Ihrer Stimme können Sie für eine Sache werben und gewinnen, ohne viel sagen zu müssen. Sie können punkten, brillieren, überzeugen – auf jedem Gebiet, beruflich oder privat! Jede einzelne Stimme hat verschiedene Facetten: Sachlichkeit, Freude, Spaß, Souveränität, regionale Herkunft – es gibt viele Informationen, die wir über unsere Stimme und Aussprache transportieren. Je nach Region oder Landschaft kann unsere Aussprache unterschiedlich, also durch einen Dialekt, geprägt sein. Beim Sprechen geht es darum, sein Gegenüber zu erreichen. Deshalb ist eine Aussprache angebracht, die im gesamtdeutschen Raum verstanden wird: Man darf ruhig hören, wo Sie herkommen – man darf aber auch hören, dass Sie dort nicht stehen geblieben sind.

An diesem Wochenende erlernen Sie Stimm- und Sprechtechniken für eine feste und resonanzstarke Stimme, arbeiten an

Ihrer Sprechdynamik und erreichen bessere Verständlichkeit durch präzise Artikulation, Vokalisation und Atemtechnik.

Und 'Der Kleine Hey', das Standardwerk der Hochdeutschen Auslautung, ist immer dabei! Voraussetzung für nicht Muttersprachler ist mindestens GER Level C1.

Ein Workshop mit der Trainerin, Sprech-erzieherin und Sprachtrainerin Susanne Schwab.

FK3.607 Frau Susanne Schwab
9.-16.10.21, 14 UStd.

2x Sa 10-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 48,40 (erm: € 26,70)

FK3.608 Frau Susanne Schwab
5.-12.3.22, 14 UStd.

2x Sa 10-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 48,40 (erm: € 26,70)

Stimme, Sprechen, Phonetik- Aufbaukurs

Empfohlen als Fortführung des Phonetik - Grundkurses für Nichtmuttersprachler ab GER Level B1. Dieser Wochenendkurs richtet sich an fortgeschrittene Deutschlernende ab GER Level A1. Wir vertiefen das bereits Erlernte aus dem Grundkurs und trainieren in unserem Wochenendkurs nun auf dem GER Level B1. Alle anderen Interessenten ab dem Level B1 sind in diesem Kurs natürlich auch willkommen. In diesem Wochenendkurs erweitern Ihren Wortschatz und vertiefen Ihre Aussprachefähigkeiten. Wir trainieren, wie man Wör-

ter und Sätze in Alltagssituationen richtig ausspricht. Das macht Sie fit für fließende Gespräche in deutscher Sprache. Wir machen Sprach- und Sprechübungen mit Audio Aufzeichnungen, Rückspiel und Auswertung. Zu diesen Inhalten: Konkrete Beschreibungen aus Ihrem Alltag, Herkunft, Tagesablauf, Angaben zur Wohnung, zu Beruf und Arbeitsplatz. Sprechen am Telefon, Vorlieben bei der Urlaubsplanung, sich selbst vorstellen zum Beispiel in Bewerbungsgesprächen. Und Sie erhalten Tipps für das selbständige Weiterarbeiten nach Kursende. Ein Workshop mit der Trainerin, Sprech-erzieherin und Sprachtrainerin Susanne Schwab.

FK3.610 Frau Susanne Schwab
23.-30.4.22, 14 UStd.

2x Sa 10-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1103
€ 48,40 (erm: € 26,70)

Körpersprache/Bodytalk/ Bodylanguage - Workshop

Sie wollen das Verhalten Ihrer Vorgesetzten, Ihrer Kollegen, Freunde, Ihres Partners besser einschätzen und Ihre eigene Wirkung in der Kommunikation verbessern? Ein Großteil unserer Wirkung auf andere ist nonverbal. Und davon beruhen allein wiederum weit über 50 % auf der Körpersprache. Ob beruflich oder privat: Die Kenntnis der Körpersprache bereichert nicht nur Ihr Leben, sie verschafft Ihnen vor allem den entscheidenden Vorsprung in Ihrer kommunikativen Kompetenz. Lernen Sie die Gesetze und Prinzipien von Bodytalk kennen

und anwenden. Leichte Übungen aus dem Schauspiel- und Körpertraining werden Ihnen dazu verhelfen.

FK3.612 Herr Stefan Pietzsch

11.-13.2.22, 20 UStd.

Fr, 19–21.15, Sa 9–16, So 10–16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1107, € 65,00 (erm: € 35,00)

Sprechtraining

Eine Vielzahl von individuellen Stimm- und Artikulationsübungen stehen neben sehr angenehmen Entspannungsübungen im Mittelpunkt des Workshops. Es werden Grundprinzipien der Artikulation sowie Techniken zur Verbesserung der Aussprache vermittelt. Dabei erfahren Sie viel über die Wechselbeziehungen von Körpersprache und Sprache sowie über die psycho-physische Vorbereitung des Sprechvorgangs. Sie lernen dieses Wissen anzuwenden, mit Ihrer Stimme und Sprache besser umzugehen und präsenter zu werden.

FK3.614 Herr Stefan Pietzsch

23.-24.4.22, 14 UStd.

Sa/So, 10–16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 47,00 (erm: € 26,00)

Körpersprache für Frauen: sicher und selbstbewusst auftreten

Bist Du manchmal nervös vor Menschen zu sprechen und willst wissen, wie Du das ändern kannst? Möchtest Du gerne mehr Präsenz haben, erfahren wie Dich andere wahrnehmen und viele Körpersprache-Tipps bekommen? Steht ein Vorstellungsgespräch oder Referat an? Dann bist Du hier richtig. In diesem Seminar wird erlebbar, was gute Körpersprache ausmacht, was dabei wichtig ist (und was unwichtig) und wie sich Körpersprache erfolgreich einsetzen lässt ohne sich verbiegen zu müssen. Während des ganzen Workshops arbeiten wir wertschätzend, unterstützend und alltagsnah: in vielen kleinen Übungen erfährst Du, wie Du Dich zukünftig in allen Situationen entspannt und souverän bewegen kannst.

Nicole Günther gibt seit 13 Jahren Seminare zu Körpersprache und Gleichstellung für kleine und große Unternehmen, Teams und Organisationen. Sie ist Gruppendynamikerin, Körpertherapeutin und „Behaviour Analyst“ zertifiziert durch Dr. Paul Ekman.

FK3.615 Frau Nicole Günther

6.-7.11.21, 11 UStd.

Sa/So 11–16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon

€ 35,20 (erm: € 19,10)

FK3.616 Frau Nicole Günther

23.-24.4.22, 14 UStd.

Fr. 17–19.30 Uhr, Sa/So 11–16.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon

€ 35,20 (erm: € 19,10)

Eigene Wege zum Traumjob finden

Ein Workshop für Frauen

Sie haben Ihr Studium erfolgreich beendet, Ihren Abschluss in der Tasche aber Sie finden keinen Job? Sie haben gearbeitet aber sind aus betrieblichen Gründen gekündigt worden oder Sie selber haben aus persönlichen Gründen gekündigt? Oder spüren Sie, dass Sie Ihren Job wechseln müssen, aber Sie trauen sich nicht? Wenn ja, dann sind Sie sicher in diesem Selbsterfahrungsworkshop richtig. An diesem Wochenende werden wir uns mit Ihrer konkreten Arbeitssituation befassen und Strategien erarbeiten, zur Überwindung dieser kritischen Situation. Denn bei jeder Krise kann was Neues entstehen. Keinesfalls sollen Sie die Arbeitslosigkeit unter die Haut gehen lassen: Selbstzweifel, Existenzängste, schlaflose Nächte. Stattdessen die Zeit nutzen, um über Sie selber zu erfahren und aus dieser vorübergehenden Krise Kraft erschöpfen, Ideen entwickeln und Kreativität entfalten. Es geht um die Potenzierung Ihrer Kommunikationsfähigkeiten aber auch um die Entwicklung positiver Emotionen. Im Grunde: Ihre Frustration besiegen und Fit für einen neuen Start sein. Sie werden die Möglichkeit haben über Ihre Entscheidungen, Rollen, Haltungen und Denkmuster zu reflektieren, Schwächen und Stärken besser zu erkennen und notwendige Veränderungen in Ihrem Leben anzutreiben. In diesem Selbsterfahrungsworkshop werden Sie Perspektive und Methoden der Motivationspsychologie und der Biographiearbeit praktisch kennen lernen und selbst erfahren.

FK3.622 Dr. Martha Escalona Zerpa

1.4.22, 12 UStd.

Fr. 9.30–16.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37 R. 2107

€ 28,80 (erm: € 16,90)

FK3.624 Frau Dr. Martha Escalona Zerpa

1.7.22, 12 UStd.

Fr. 9.30–16.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2107

€ 28,80 (erm: € 16,90)

Sich verändern, um sich selbst frei zu bleiben – für Frauen in der Lebensmitte

Ein Workshop für Frauen

Frauen im mittleren Lebensalter erleben oft tiefgreifende äußere Veränderungen: Die familiäre Situation wandelt sich – die Kinder werden erwachsen und ziehen aus, die Beziehung stumpft ab, oft kommt es zur Trennung, die eigenen Eltern sterben. Oder sie leiden am Singledasein und der gewählte Beruf hat an Inspiration verloren. Der Blick auf den weiteren Lebensweg ist häufig durch Gefühle von Selbstzweifel und Mutlosigkeit getrübt. Doch Übergangphasen sind nicht nur verunsichernd, sie machen auch achtsam und offen für Neues? und das ist eine große Chance zur Neuorientierung, um das Leben nach eigenen Werten zu gestalten. In dem Workshop sind Sie dazu eingeladen, mit wohlwollendem

Blick auf den eigenen Lebensentwurf, nun eigenen Werten, Inspirationen und Visionen (wieder) Raum zu geben. Was soll eine zentrale Bedeutung in Ihrem Leben haben? Was ist wirklich wichtig? Wo zieht es Sie hin? Lebenskompetenzen werden gewürdigt, Ressourcen entdeckt, Prioritäten gesetzt und erste Schritte der Veränderung gefunden. Sie lernen unterstützende, alltagstaugliche Übungen zur Selbstfürsorge kennen. Der Workshop besteht aus kurzen Vorträgen, Körperorientierter Selbstwahrnehmung, kunsttherapeutischen Erlebniseinheiten, Meditation und Visualisation, Selbsterfahrung, Austausch zu zweit und in der Gruppe.

FK3.629 Frau Wiebke Pausch

22.-24.9.21, 25 UStd.

Mi, Do, Fr, 9–16 Uhr

Familienzentrum MenschensKinder

Fürstenwalder Str. 30,

€ 78,00 (erm: € 40,50)

FK3.630 Frau Wiebke Pausch

19.-21.1.22, 25 UStd.

Mo, Di, Mi, 9–16 Uhr

Familienzentrum MenschensKinder

Fürstenwalder Str. 30

€ 78,00 (erm: € 40,50)

Mehr Selbstfürsorge und Freude ins Leben bringen

Ein Workshop für Frauen

Wer kennt das nicht – die eigenen Kraftquellen im Spannungsfeld von Familie, Kinderversorgung und Berufstätigkeit aus den Augen verlieren, immer für andere da zu sein und das eigene Wohlbefinden an die letzte Stelle der Prioritätenliste setzen. Wie kann es uns gelingen, inmitten der Anforderungen des täglichen Lebens, Inseln der Selbstfürsorge zu schaffen und freundlicher mit uns umzugehen?

Ein achtsamer und fürsorglicher Umgang mit sich selbst ist die Voraussetzung für mehr Gelassenheit, Freude und authentische Beziehungen mit anderen Menschen. Sie sind an diesem Tag eingeladen, den ersten Schritt zu tun: Sich selbst Zeit zu schenken und den Blick mit einer freundlichen Haltung nach innen zu richten – anstatt wie üblich nach außen. Sie werden alleine und gemeinsam mit anderen Wege ergründen, wie Sie trotz Zeitdruck, To-do-Listen und Stress achtsam und wohlwollend mit sich selbst umgehen können; Innehalten und eigene Bedürfnisse bewusster wahrnehmen, gesunde Grenzen setzen und Kraft schöpfen aus den eigenen Ressourcen. Der Workshop besteht aus kurzen Vorträgen, reflexiven Übungen, kunsttherapeutischer Selbsterfahrung durch kreativen Ausdruck/Bewegung, Austausch zu zweit und Diskussionen in der Gruppe.

FK3.631 Frau Wiebke Pausch

5.11.21, 7 UStd.

Fr. 10–16 Uhr

Familienzentrum MenschensKinder

Fürstenwalder Str. 30,

€ 24,00 (erm: € 13,50)

FK3.632 Frau Wiebke Pausch**4.3.22, 7 UStd.**

Fr. 10-16 Uhr

Familienzentrum MenschensKinder

Fürstenwalder Str. 30

€ 24,00 (erm: € 13,50)

**Mindful SelfCompassion -
Achtsames Selbstmitgefühl****Übungstag zum Kennenlernen und Wiederholen**

Dieses Seminar gibt uns einen Eindruck davon wie wir einen positiven Umgang mit Burnout, Stress und Depression erlernen können sowie Gelassenheit und Ruhe für den Alltag entwickeln können.

Bitte mitbringen: Matte, Sitzkissen UND Decke, dicke Socken und einen Pausensnack!

FK3.633 Frau Isolde Schwarz**19.9.21, 7 UStd.**

Sa 10-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon

€ 24,60 (erm: € 14,80)

FK3.634 Frau Isolde Schwarz**9.1.22, 7 UStd.**

Sa 10-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon

€ 22,60 (erm: € 12,80)

FK3.636 Frau Isolde Schwarz**8.5.22, 7 UStd.**

Sa 10-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon

€ 22,60 (erm: € 12,80)

**Mindful SelfCompassion -
Achtsames Selbstmitgefühl**

MSC: Achtsames Selbstmitgefühl ist ein erfahrungsorientiertes 8-Wochen-Seminar um Fertigkeiten in Selbstmitgefühl zu erlernen und eigene Ressourcen zur Stressbewältigung und dem freundlichen Umgang mit sich selbst und anderen aufzubauen. MSC wurde von Psychologen entwickelt und besteht aus Meditationen, Übungen und Kurzvorträgen, basierend auf wissenschaftlichen Erkenntnissen von Psychologie und Neurologie. Als ganzheitlicher Ansatz verbindet es östliche Methoden des Geistes und Körperschulung mit Forschungsergebnissen der westlichen Medizin. In diesem Seminar erlernen wir einen positiven Umgang mit Burnout und Stress und entwickeln die Fähigkeit, Gelassenheit und Ruhe auch in herausfordernden Alltagssituationen zu bewahren. Der Kurs besteht aus 8 Abenden sowie einem 4,5 stündigem Retreattag in Stille nach dem 5. Kurstermin an dem die erlernten Übungen vertieft werden. Die Module bauen aufeinander auf, es sollte deshalb unbedingt eingeplant werden an möglichst allen Terminen teilzunehmen!

Selbstmitgefühl kann jeder erlernen. Es ist für alle geeignet die lernen wollen sich selbst und anderen mit mehr Freundlichkeit und Fürsorge zu begegnen, um gelassen und selbstbewusst mit schwierigen Lebenssituationen umzugehen! Anmerkungen: Bitte einplanen an ALLEN Terminen teilzunehmen! MSC ersetzt keine Psycho-

therapie. Am ersten Kurstermin bitte Informationsfragebogen für die Kursleiterin ausfüllen. Für das MSC-Arbeitsbuch (Kristin Neff & Christopher Germer: Selbstmitgefühl - Das Übungsbuch) sind 20.-€ bereits in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Sitzkissen zum Sitzen auf dem Boden UND Matte UND Decke, dicke Socken, Getränk und Pausensnack!

FK3.635 Frau Isolde Schwarz**26.10.-14.12.21, 37 UStd.**

8x Di 10-13 Uhr, 1x Sa 11-15.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106

€ 126,60 (erm: € 74,80)

FK3.638 Frau Isolde Schwarz**11.1.-1.3.22, 37 UStd.**

8x Di 10-13 Uhr, 1x Sa 11-15.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106

€ 126,60 (erm: € 74,80)

Das Glück im Alltag finden!**Onlinekurs****Mehr Lebenszufriedenheit mit Positiver Psychologie**

Im stressigen Alltag verlieren wir oft das aus den Augen, was für uns wirklich zählt. Wir merken, dass wir nicht so zufrieden sind, wie wir es uns wünschen. Wir spüren, dass wir eigentlich viel glücklicher sein könnten. Doch wie packen wir es an? Die Positive Psychologie liefert wertvolle Antworten. Als Wissenschaft für gelingendes Leben hält sie viele wirksame Methoden bereit, die schnell erlernt und gut in den Alltag eingebaut werden können. Im Vordergrund stehen dabei die eigenen Stärken, Ressourcen und Möglichkeiten. Her mit dem schönen Leben! In dieser 4-teiligen interaktiven Webinarreihe lernen Sie verschiedene Methoden der Positiven Psychologie kennen und probieren sie aus; entdecken Sie eigene Kraftquellen und Ressourcen und erproben, wie Sie sie fördern können; setzen sich mit der Bedeutung positiver Emotionen auseinander und verstehen, wie die Aufwärtsspirale funktioniert. Die Kursleiterin ist Diplom Soziopädagogin und Glücks- und Resilienztrainerin.

Onlinekurs! Die Zugangsdaten erhalten Sie vor Kursbeginn von der VHS!

FK3.641 Frau Stefanie Lütjhe**15.11.-13.12.21, 12 UStd.**

4x Mo. 18.30-20.45 Uhr

Online

€ 48,00 (erm: € 27,00)

Bin ich hochsensibel?

Viele Menschen sind sehr erleichtert, wenn sie erfahren, dass es einen Begriff für ihre besondere individuelle Empfindsamkeit gibt. Sie sind dankbar, dass sie sich selbst und andere besser verstehen lernen. Im interaktiven Vortrag gibt es Informationen über Merkmale und Inspirationen im Umgang mit der Hochsensibilität. Die Kursleiterin ist selbst hochsensibel und begleitet als Coach seit Jahren empfindsame Menschen auf ihrem Weg.

FK3.653 Frau Antje Remke**7.9.21, 3 UStd.**

1x Di, 18-20.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2111

€ 12,00 (erm: € 7,50)

Einfacher hochsensibel leben

Hochsensibilität ist eine Gabe, aber oft auch eine große Herausforderung in unterschiedlichen Kontexten. Wie können Sie Ihre Gabe mehr einsetzen? Was kann es einfacher machen, wenn Ihre Empfindsamkeit sie überfordert? Im Tageskurs gibt es vielseitige informative und kreative Impulse und Inspirationen. Es ist Raum für individuelle Fragen und Austausch von Erfahrungen. Die Kursleiterin ist selbst hochsensibel und begleitet als Coach seit Jahren empfindsame Menschen auf ihrem Weg.

FK3.655 Frau Antje Remke**30.10.21, 7 UStd.**

1x Sa, 10-15.45 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1103

€ 24,00 (erm: € 13,50)

Hochsensibilität in Beruf und Alltag

Viele Hochsensible verstecken ihre Empfindsamkeit vor anderen. Manchmal kann es auch von Vorteil sein, sich mit seiner Gabe zu zeigen. Es gibt ein Für und Wider im privaten und beruflichen Kontexten. Im interaktiven Vortrag gibt es Inspirationen, um die eigene Haltung zu stärken, eventuell zu überdenken oder ggfs. konstruktiv zu verändern. Die Kursleiterin ist selbst hochsensibel und begleitet als Coach seit Jahren Kund*innen auf ihrem Weg. Onlinekurs! Die Zugangsdaten erhalten Sie von der VHS.

FK3.657 Frau Antje Remke**23.11.21, 3 UStd.**

1x Di, 18-20.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2106, R. 2107, R. 2111

€ 12,00 (erm: € 7,50)

5 Wege zu einem perfekten**Gedächtnis Onlinekurs****Onlinekurs**

Sie möchten ein besseres Gedächtnis haben? Merken Sie sich Namen, Zahlen, Vokabeln oder Fakten nur schwer? Müssen Sie bei Telefonnummern immer zweimal hinschauen? Damit ist jetzt Schluss! Unser Denken und Lernen ist zu einem großen Teil durch die Schulzeit geprägt. Als Erwachsene greifen wir meist auf althergebrachtes Lernverhalten zurück und wundern uns, dass kaum etwas hängen bleibt. Dabei kann Lernen so einfach sein, wenn man nur ein paar Merktechniken anwendet. Wie schnell Sie lernen und wie lange die Inhalte in unserem Langzeitgedächtnis abrufbar bleiben hat viel mit unserer Phantasie zu tun. Das hierfür notwendige Zusammenspiel von Entspannung, Konzentration und Imagination lässt sich von jedem erlernen. Helmut Lange hat mit einigen der renommiertesten Gedächtnis-

trainer Deutschlands diese Techniken des Gedächtnistrainings perfektioniert und mit seinen Büchern einem breiten Publikum bekannt gemacht. Sie werden in Zukunft nicht mehr lernen, weil sie müssen, sondern sie werden lernen, weil sie wollen. Für diesen Kurs benötigen Sie einen Account in der vhs.cloud (kostenfrei). Nach Ihrer Anmeldung für diesen Kurs an Ihrer VHS erhalten Sie per E-Mail einen Kursschlüssel, mit dem Sie sich in Ihrem vhs.cloud Account für den Kurs einschreiben können.

FK3.659 Herr Helmut Lange
25.9.21, 10 UStd.
 1x Sa, 9-16.30 Uhr
 Online
 € 30,00 (erm: € 16,50)

Selbstbehauptung und Fitness

Selbstbehauptung beginnt im Kopf und Fitness unterstützt im Ernstfall die Verteidigung. Die Anforderungen an den Körper werden durch einfache konditionelle und koordinative Übungen gesteigert. In der Theorie gehen wir auf (Ihre) Beispiele aus dem Alltag ein und erarbeiten Verhaltensweisen, die helfen können, gefährliche Situationen zu meistern. Nach dem theoretischen Teil der Trainingseinheit werden wir Bewegungsabläufe trainieren und unsere (Alltags) Fitness und Koordination verbessern. Es gibt Tipps, um zu Hause mit einem Partner die Reaktion zu trainieren und auch alle Fitness- und Koordinationsübungen können Daheim ohne Geräte geübt werden. Der Kurs ist eine Einführung in die Selbstverteidigung und für jeden ohne Altersbegrenzung geeignet. Einige Übungen helfen uns Stürze zu vermeiden bzw. uns bei

diesen vor Verletzungen zu schützen. Partnerübungen in festen Kleingruppen. Bitte Sportbekleidung mitbringen. Es kann auch barfuß trainiert werden. Der erste und letzte Kurstermin findet in der kleinen Turnhalle Singerstraße statt, die Abendtermine in der Turnhalle Rüdersdorfer Straße.

FK3.681 Herr Jens Katzorke
2.10.-27.11.21, 20 UStd.
 2xSa 10-13 Uhr, 6x Mo, 18.15-19.45 Uhr
 Ellen-Key-Oberschule,
 Rüdersdorfer Str. 20/27, Sporthalle; Turnhallen, Singerstr. 87, kleine TH
 € 55,00 (erm: € 29,00)

FK3.682 Herr Jens Katzorke
12.2.-26.3.22, 20 UStd.
 2xSa 10-13 Uhr, 6x Mo, 18.15-19.45 Uhr
 Ellen-Key-Oberschule,
 Rüdersdorfer Str. 20/27, Sporthalle; Turnhallen, Singerstr. 87, kleine TH
 € 55,00 (erm: € 29,00)

FAMILIENBILDUNG

Dem Alltag gestärkt begegnen Elternseminar mit Kinderbetreuung ab 3 Jahren

Der Spagat zwischen Familie und Beruf, die Begleitung von Babys und Kleinkindern durch tägliche Abläufe, die Organisation von Haushalt und Alltag und die eigenen Ansprüche an Beziehung und Partnerschaft große Anforderungen an Eltern. Die Balance zwischen den Lebensbereichen zu halten und für die eigene Ausgeglichenheit zu sorgen, ist oft nicht ganz einfach. Dabei können schon kleine Veränderungen in der Alltagsorganisation große Erleichterung bringen. Dafür kann es hilfreich sein, sich der eigenen Kraftquellen und Ressourcen bewusst zu werden.

In diesem Seminar wird zunächst der gegenwärtige Alltag analysiert, um herauszufinden, welche Faktoren den größten Stress verursachen. Anschließend werden Sie Möglichkeiten kennen lernen, wie Sie im Alltag Kraft und Energie für die täglichen Herausforderungen gewinnen. Dabei werden u.a. folgende Fragen aufgegriffen: - Wie läuft der Alltag bei mir ab? Was läuft gut und was kann/möchte ich verändern? - Wo ist der Stress, was nervt mich? - Was tut mir gut, was gibt mir Kraft? - Wie kann ich Kraftquellen im Alltag anzapfen? In Gesprächsrunden zur Selbstreflexion werden wir die Fragen mit Inhalten füllen und gemeinsam Ressourcen und Lösungsstrategien entdecken. Ergänzend werden praktische Entspannungstechniken und Anregungen zur Rückenstärkung vermittelt. Dafür bitte entsprechend bequeme Kleidung mitbringen.

Die Teilnehmenden möchten bitte einen Gegenstand mitbringen, der für sie eine besondere Bedeutung hat. Für die Kinderbetreuung (ab 3 Jahre) fällt eine Gebühr von 5,-€ pro Tag und Kind an. Bitte vor Ort bezahlen. Anmeldung unbedingt

erforderlich im Familienzentrum unter Email: familienzentrum@menschenskind-berlin.eu

FK3.811 Frau Katharina Frass
30.-31.10.21, 12 UStd.
 Sa/So 10-15 Uhr
 Familienzentrum Menschenskind,
 Fürstenwalder Str. 30
 € 41,00 (erm: € 23,00)

FK3.810 Frau Katharina Frass
14.-15.5.22, 12 UStd.
 Sa/So 10-15 Uhr
 Familienzentrum Menschenskind,
 Fürstenwalder Str. 30,
 € 41,00 (erm: € 23,00)

Eltern stärken

Erziehung bedeutet für Sie als Eltern, Ihrem Kind nachahmenswerte Beispiele und vor allem Liebe zu geben. Und wie Sie wissen, kann das manchmal sehr aufreibend sein. Erziehung ist eben auch harte Arbeit. In diesem Elternkurs unterstützen wir Sie darin, Ihren Familienalltag gelassener und souveräner zu meistern. Damit Sie die Zeit als Familie und die mit Ihren Kindern (wieder) genießen können. An 4 Abenden lernen Sie Strategien kennen, die - Ihr Selbstbewusstsein als Mutter oder Vater stärken - helfen, den Familienalltag zu entlasten und das Miteinander zu verbessern. - Wege zeigen, um Konflikte zu bewältigen und zu lösen. - Ihnen Chancen eröffnen, Freiräume für sich selbst zu schaffen und frische Kraft zu tanken. - über allgemeine Erziehungsthemen und über Kinderrechte informieren. Unser Kurs bietet Ihnen Raum zum Nachdenken und zum Austausch mit anderen Müttern und Vätern.

Arbeitsgrundlage in diesem Kurs ist der gemeinsame Austausch. In Gesprächsrunden zur Selbstreflexion werden wir die Fragen mit Inhalten füllen und gemeinsam Ressourcen und Lösungsstrategien entdecken.

FK3.812 Frau Katharina Frass
17.2.-10.3.22, 10 UStd.
 4x Do 16-18 Uhr
 Familienzentrum Menschenskind,
 Fürstenwalder Str. 30,
 € 36,60 (erm: € 22,30)

Kind-initiierte Autismus- Förderprogramme bzw. „Spielraumprogramme“

Vortrag

Autismus ist keine Verhaltensstörung, sondern eine andere Art der Wahrnehmung, welche es Autisten erschwert, sozial zu interagieren, Freundschaften zu schließen oder Beziehungen einzugehen, diese zu erhalten, zu erweitern und zu vertiefen. Menschen handeln zum großen Teil unbewusst, benutzen einen 'Autopilot'. Autisten dagegen fehlt dieser 'Autopilot' für soziale Situationen. Wo 'normale' Menschen sich unbewusst orientieren, synchronisieren und Entscheidungen treffen, müssen Autisten dies bewusst und unter Aufwand von viel Energie lernen und tun. Viele Eltern, Lehrer, Erzieher und Helfer von Autisten sind zwar mit Methoden der Verhaltenstherapie wie ABA (Applied Behavior Analysis), TEACCH® (Treatment and Education of Autistic and related Communication handicapped Children) und PECS (Pyramid Educational Consultants bzw. Picture Exchange Communication System) vertraut, allerdings weniger mit beziehungsorientierten und/oder Kind initiierten Methoden, wie z.B. Mifne (Israel), Son-Rise® (USA), CSL (NL) oder AuJA (Deutschland, www.auja.org). In dem Vortrag werden diese vor-

gestellt, deren Vor- und Nachteile, sowie deren praktische Umsetzung erörtert. Im Anschluss des Kurses besteht die Möglichkeit ein Begleitbuch zu kaufen (Preis 10,- €).

FK3.815 Frau Christiane Döhler
12.11.21, 3 UStd.

1xFr, 18.30–20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1103
€ 14,80 (erm: € 9,40)

FK3.816 Frau Christiane Döhler
18.3.22, 3 UStd.

1xFr, 18.30–20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 14,80 (erm: € 9,40)

FK3.822 Frau Christiane Döhler
20.5.22, 3 UStd.

1xFr, 18.30–20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 14,80 (erm: € 9,40)

Autismus: Förderung im Spielraumprogramm

Basisseminar

Mittels praktischer Übungen und Beispiele aus den Kind-initiierten Förderprogrammen werden Kernelemente von Son-Rise® (USA) und AuJA (Deutschland) vorgestellt. Spielerisch werden die 4 Grundsäulen der sozialen Interaktion (Blickkontakt, Sprache, Interaktion und Flexibilität) aus autistischer Perspektive erlebbar gemacht. Es werden Wege zu einer positiven, wertfreien Haltung gegenüber den autistischen Menschen im allgemeinen und seinen Stereotypen im besonderen vorgestellt. Ein neuer Umgang mit ungewolltem, z.B. aggressivem

Verhalten wird aufgezeigt, der gewaltfreie und wertschätzende Interaktionen möglich macht. Die Teilnehmer lernen einfache Techniken die sie sofort mit dem autistischen Kind, Jugendlichen oder Erwachsenen anwenden können, um deren sozialen Kompetenzen zu stärken.

FK3.817 Frau Christiane Döhler
13.11.21, 4 UStd.

1xSa, 10–13 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1103
€ 17,40 (erm: € 11,20)

FK3.818 Frau Christiane Döhler
19.3.22, 4 UStd.

1xSa, 10–13 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 17,40 (erm: € 11,20)

FK3.824 Frau Christiane Döhler
21.5.22, 4 UStd.

1xSa, 10–13 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 17,40 (erm: € 11,20)

Autismus im Alltag oder Umgang mit Zähneputzen, Wutanfällen, Schwellenängsten etc..

Vertiefungsseminar

Viele Konflikte entstehen im Alltag, sind wiederkehrend – oft täglich. Die Rede ist vom Zähne putzen, Haare schneiden, Anziehen, Toilettentraining, Wutanfällen, Hauen, Routinen oder rigiden Essensgewohnheiten. Basierend auf der Theorie, dass autistische Kinder in der Regel von zu vielen Reizen überflutet sind, demzufolge

auch überreizt aus-agieren, soll im Rahmen dieses Seminars ein neues Verständnis als Basis für einen veränderten Umgang entstehen. Mittels praktischer Übungen und Beispiele machen wir das Er-Leben aus der Kindersicht erfahrbar, um anschließend alternative Handlungsstrategien für den Umgang mit verschiedenen Besonderheiten unserer Kinder vorzustellen. Im Alltag ein harmonischeres Miteinander entstehen zu lassen ist das Anliegen dieses Seminars. Eltern, Pädagogen, Therapeuten oder Angehörige können gleichermaßen von der Teilnahme profitieren, denn in dem Maße wie Konflikte abnehmen, sich Entspannung einstellt, entsteht ein Mehr an Beziehung und Vertrauen, die Lust auf ein Miteinander. Im Anschluss des Kurses besteht die Möglichkeit ein Begleitbuch (Preis 10,- €) zu kaufen.

FK3.819 Frau Christiane Döhler
14.11.21, 4 UStd.

1xSo, 10–13 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1103
€ 17,40 (erm: € 11,20)

FK3.820 Frau Christiane Döhler
20.3.22, 4 UStd.

1xSo, 10–13 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1103
€ 17,40 (erm: € 11,20)

FK3.826 Frau Christiane Döhler
22.5.22, 4 UStd.

1xSo, 10–13 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 17,40 (erm: € 11,20)

JUNGE VHS

Ein Schuljahr im Ausland - mit Stipendium

Ein Schuljahr im Ausland bietet viele Chancen: Jugendliche lernen eine neue Sprache, entdecken ein neues Land und erwerben interkulturelle Kompetenz. Doch wer ein Auslandsjahr plant, dem stellen sich viele Fragen: Wann sollte ich das Austauschjahr einplanen? Was kostet ein Auslandsaufenthalt und welche Leistungen bietet eine Austauschorganisation? Welche Möglichkeiten der Förderung gibt es?

Beim Beratungsabend beantworten AFS-Experten Ihre Fragen und berichten von ihren persönlichen Erfahrungen im Ausland sowie von ihren interkulturellen Erlebnissen als Gastfamilie.

FK3.701 Dozententeam
9.9.21, 2 UStd.

Do, 18.30–20 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
entgeltfrei

9.11.21, 2 UStd.

Do, 18.30–20 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1103
entgeltfrei



© Oliver S. Scholten

NATUR UND UMWELTBILDUNG

STADTNATUR

Weinbau in Kreuzberg - Theorie und Praxis im Jahresverlauf

Sie sind bereits Hobbywinzer oder einfach nur begeisterter Weinfan? Sie interessieren sich für die Stadtnatur Berlins und was es dort alles kennen zu lernen gibt? Unsere 3-teilige Workshopreihe „Weinbau im Kreuzberg - Theorie und Praxis im Jahresverlauf“ haben wir über das ganze Jahr so verteilt, dass wir Ihnen saisonal passend die richtigen Themen vermitteln können. Vom Rebschnitt über die Pflanzung und Erziehung der Rebe, zur Jungweinprobe und Pflanzenstärkung der Weinstöcke bis hin zur Weinlese im Herbst.

1. Termin: Rebschnitt und Erziehung der Rebe

Datum: 5.3.2022. Das Jahr eines Winzers beginnt mit dem Rebschnitt. Bei unserem ersten Termin sollen Sie erfahren, was für den Weinbau nötig ist, wie der Aufbau der Rebe aussieht und welche Arten von Erziehungssystemen es gibt. Anschließend wollen wir gemeinsam ein paar Reben schneiden und das pflanzen („aufreben“) praktisch angehen.

2. Termin: Der Weingarten im Sommer Datum: 25.6.2022.

Um den kalendarischen Sommerbeginn (21.Juni) herum, beginnt auch immer die Blüte im Weingarten. An diesem Termin machen wir uns gemeinsam Gedanken, wie wir unsere Reben gesund erhalten und werfen einen ersten Blick in Richtung Weinlese. Ein Überblick über verschiedene Pflanzenstärkungsmittel und ein paar gesundheitsfördernde Maßnahmen an der Rebe werden erläutert.

3. Termin: Weinlese und gemeinsame Verarbeitung der Trauben. Datum: 24.9.2022 (witterungsabhängig und bei Reife der Trauben). Das Jahr des Winzers endet mit der Weinlese. In Bezug auf verschiedene Reifeparameter möchten wir diese gemeinsam angehen und einen Teil der Trauben direkt verarbeiten - und sicherlich kommt für jeden Teilnehmenden auch eine kleine Flasche Most zustande... Wer hat, kann gerne eine Gartenschere mitbringen. Der Kursleiter hat Weinbau studiert und betreut neben einem Weingut (Saale-Unstrut) den Weinberg auf dem Kreuzberg. Teilnahme ab 18 Jahren!!

FK3.852 Herr Hannes Lewerenz
5.3.-24.9.22, 12 UStd.

3x Sa. 10-13 Uhr
Methfesselstr. 10-12, 10965 Berlin,
Eingang der Gärtnerei „Hofgrün“
€ 39,00 (erm: € 21,00)

Gartengeschichtliche Führung auf dem Kreuzberg/Viktoriapark

Aufwendig rekonstruiert beherbergt der Kreuzberg Parkanlagen aus vier Gartenepochen! Von vielen Berliner/innen für Erholung und Freizeit genutzt, soll dieser historische Spaziergang interessante Einblicke ins Grüne und sozialpolitische Metier vergangener Zeiten bieten. Auf kaiserlichen Wunsch wird 1890 der Tempower Berg mit dem Nationaldenkmal zur gewonnenen Völkerschlacht gegen Napoleon von 1813 gartenkünstlerisch gestaltet, um eine weitere bauliche Ausdehnung der Stadt zu verhindern. Gartendirektor Mächtig schafft ein ehrwürdiges Umfeld im deutschen Geiste mit Mittelgebirgswasserfall und Wolfsschlucht, welches Anfang des 20.-Jh. durch einen offenen Park von Albert Brodersen ergänzt wird. Im südlichen Teil finden wir Spiel- und Sportanlagen von Erwin Barth im Stil der Moderne und aus den 50er Jahren erwartet uns ein Sommergarten über den Tivoli-Weinbergen neben dem alten Schultheiss-Brauerei Gelände. Bitte mitbringen: je nach Wetter mit Sonnenschutz oder Regenschirm. Treffpunkt zur Führung durch den Viktoria Park in der Kreuzbergstraße, Ecke Großbeerenstraße vor der Statue Am Fang !

FK3.853 Frau Christiane Hoffmann
4.9.21, 2 UStd.

1x Samstag 10-12 Uhr
€ 10,50 (erm: € 6,75)

Gartengeschichtliche Führung im Görlitzer Park

Kein anderer Berliner Park ist bei seiner Entstehung so einen langen und mühevollen Weg gegangen wie dieser. Ursprünglich waren hier schon in Lennés Grenz- und Schmuckzugplan grüne Quartiere geplant, die zugunsten des Eisenbahnbaus fallen gelassen wurden. In den fünfziger Jahren setzte sich der Kreuzberger Bürgermeister Kressmer dafür ein, die Parkplanung auf den vom Bahnbetrieb stillgelegten Flächen durchzusetzen. Seit 1977 kämpften engagierte Kreuzberger aktiv und erfolgreich bis zur endgültigen offiziellen Eintragung als Grünanlage. Ergänzt durch ein Feuchtbiotop, Spiel- und Sportstätten, einen Schmuckgarten und die zu Sitzstufen reduzierte Brunnenanlage Pamukkale hat der Park seinen anarchistisch funktionierenden Charakter bis heute sichtbar erhalten.

FK3.854 Frau Christiane Hoffmann
9.4.22, 2 UStd.

1x Sa. 10-12 Uhr
€ 10,50 (erm: € 6,75)

Stadtnatur im Park am Gleisdreieck

Auf dieser vielseitigen, unterhaltsamen und alle Sinne ansprechenden Parkführung lässt sich vieles über unsere Stadtnatur erfahren. Bereits zur Bundesgartenschau 1995 entstand die Idee, die verwilderten, stillgelegten Gleisanlagen der Anhalter Bahntrasse als durchgehende Verbindung von Kreuzberg bis zum Insulaner mit Übergang nach Steglitz in die sogenannte „Grüntangente“ umzuwandeln. Mit Hilfe von Bürgerinitiativen, Verhandlungen und Wettbewerben haben die Berliner nun eine gelungene Umsetzung diverser perlenkettenartiger Themengärten, deren Konzepte, Bepflanzungen und stadtgeschichtlichen Hintergründe die Teilnehmenden kennen lernen werden. Nebenher werden wir an diesem Termin das Erkennen und Bestimmen der frisch ausschlagenden und blühenden Gehölze entdecken.

Bitte bei Bedarf Getränke und Verpflegung mitbringen. Treffpunkt: Cafe Tor, Möckernstraße 31

FK3.856 Frau Christiane Hoffmann
30.4.22, 2 UStd.

1x Samstag 10-12 Uhr
€ 10,50 (erm: € 6,75)

Vogelkundliche Führung auf den Friedhöfen Bergmannstraße

Die Friedhöfe an der Bergmannstraße sind nicht nur historische Gedenkstätten und Orte der Trauer, sondern weisen darüber hinaus eine gewachsene biologische Vielfalt auf. Kommen Sie mit auf eine vogelkundliche Führung auf den Friedhöfen der Bergmannstraße und erleben, wieviel Natur sich in unserer Stadt entdecken lässt. Treffpunkt: Südsterne 8-10, 10961 Berlin, am Gebäude der Friedhofsverwaltung, Direkt am Südsterne. In Kooperation mit dem NABU Berlin.

FK3.857 Herr Peter Badke
11.9.21, 2 UStd.

1x Samstag 8-9.30 Uhr
€ 5,00 (erm: € 5,00)

FK3.859 Herr Peter Badke
9.10.21, 2 UStd.

1x Samstag 8-9.30 Uhr
€ 5,00 (erm: € 5,00)

FK3.860 Herr Ansgar Poloczek
10.4.21, 2 UStd.

1x Samstag 8-9.30 Uhr
€ 5,00 (erm: € 5,00)

FK3.862 Herr Ansgar Poloczek
29.5.21, 2 UStd.

1x Samstag 8-9.30 Uhr
€ 5,00 (erm: € 5,00)

Wildbienen in Berlin

Wildbienen sind hervorragende Beispiele für die Vielfalt und Schönheit unserer Natur. Sie bevorzugen naturnahe Lebensräume und sind für die Vermehrung vieler Pflanzen sowie für die Bestäubung von Bäumen, Blumen und Nutzpflanzen unerlässliche Helfer. Von A wie Ackerhummel bis Z wie Zweifarbige Mauerbiene, gibt es mehr als 500 teilweise bedrohte Arten. Wie viele Wildbienen gibt es wohl allein in Berlin? Und was kann Jede/r Einzelne für sie tun – z.B. durch Schaffung möglichst naturnaher Bereiche und seien sie noch so klein? Am Beispiel der Nistangebote auf dem Ökowerkgelände erfahren Sie unter fachkundiger Leitung spannende Informationen zu „Häuserbesetzungen“ und „Höhlenkindheiten“ verschiedener einheimischer Wildbienenarten. Ein selbst hergestellter „Klimatater“ mit Ökowerk Saatgut sorgt für die Versorgung künftiger Wildbienengenerationen in Ihrem Umfeld. 2,5 spannende Stunden incl. 15 min Pause. Kursort ist im Ökowerk e.V. Teufelsseechaussee 22, 14193 Berlin. In Kooperation mit dem Ökowerk Berlin e.V.

FK3.863 Frau Cordula Herwig
10.7.21, 3 UStd.

1x Samstag 13.30-16 Uhr
€ 6,00 (erm: € 6,00)

FK3.864 Frau Cordula Herwig; Frau Lucia Kühn

30.4.22, 3 UStd.

1x Samstag 13.30-16 Uhr
€ 6,00 (erm: € 6,00)

Der Ursprung aller Dinge: (Trink-) Wasser in Berlin

Vortrag mit Besichtigung vom alten Wasserwerk

Es hat weder Geschmack noch Farbe noch Aroma – und trotzdem ist es unser wichtigstes Lebensmittel: Wasser! In Großstädten wie Berlin wird häufig die Frage aufgeworfen, wie sauber das Trinkwasser wirklich ist und ob dessen Qualität gesichert ist. Daher wird im Folgenden die Wassersituation in Berlin betrachtet, wobei insbesondere auf Herkunft, Qualität und Trinkwasseranalysen eingegangen wird.

Trinkwasser war bereits vor der Gründung von Groß Berlin ein wichtiges Thema. Interessante Informationen führen Sie von 1871 bis zur heutigen Trinkwassersituation in Berlin. Die Besichtigung der alten Maschinen des Wasserwerks im Grunewald führt direkt in die interaktive Ausstellung WASSERLEBEN, in der Sie fachkundige Informationen zu Gefährdungspotentialen und Schutz des kostbaren Gutes durch einen angehenden Geoökologen erwarten. Kursort ist im Ökowerk e.V. Teufelsseechaussee 22, 14193 Berlin. In Kooperation mit dem Ökowerk Berlin e.V.

FK3.865 Herr Kai Rüter
7.11.21, 3 UStd.

1x So 11.30-14 Uhr
€ 6,00 (erm: € 6,00)

FK3.866 Herr Kai Rüter
19.3.22, 3 UStd.

1x So 13.30-16 Uhr
€ 6,00 (erm: € 6,00)

Wilde Großstadtpflanzen zu unseren Füßen

Unauffällig, anspruchslos und evtl. auch noch essbar – oder gar heilsam? Oder auch mal aufdringlich, stachelig und sogar ein bisschen gemein? Viel sogenanntes „Unkraut“ wächst nicht nur auf der grünen Wiese, sondern auch – oft eher unbeachtet – mitten in der Stadt: am Wegesrand, zwischen Pflastersteinen oder in Mauer Ritzen. Doch der scheinbar nutzlose Wildwuchs hat oft Erstaunliches zu bieten: sei es als Kraut im Tee, als würzige Note in Salatsaucen, Suppen oder Smoothies oder auch als Bestandteil von Salben, Tinkturen oder heilenden Ölen. Einige Wildpflanzen lernen wir auf einem Rundgang über das Ökowerkgelände kennen und erfahren nebenbei Interessantes, Kurioses und Wissenswertes zu alltäglichen Pflanzen, die oft auch in unserer direkten Nachbarschaft zu finden sind: was z.B. hat das Franzosenkraut mit „den Franzosen“ zu tun, warum steckt im Wegerich ein „König“ und kann man aus Seifenkraut wirklich Seife herstellen? Außerdem erfahren wir Einiges darüber, was es beim Pflücken von Wildpflanzen zu beachten gilt.

Am Veranstaltungsende wird es noch einmal praktisch: wir stellen eine kleine Leckerei und ein pflegendes Öl zum Mitnehmen aus einigen – unterwegs gesammelten – Pflanzen her. (Bitte ein Schraubglas mitbringen)

Kursort ist im Ökowerk e.V. Teufelsseechaussee 22, 14193 Berlin.

In Kooperation mit dem Ökowerk Berlin e.V.

FK3.868 Frau Cordula Herwig
2.7.22, 3 UStd.

1x Samstag 13.30-16 Uhr
€ 6,00 (erm: € 6,00)

Erlebnisraum Stadtwildnis – für Pädagog/innen

In diesem Naturpädagogischem Schnupperkurs gehen wir gemeinsam auf Entdeckungsreise im Alltag. Lassen Sie sich anstecken von einer Begeisterung für das Lebendige. Jenseits von Rutsche und Klettergerüst erforschen wir den Spielplatz und entdecken kleine Wunder am Wegesrand. Wir werden vielfältige Spiel- und Erlebnismöglichkeiten entdecken und miteinander ausprobieren. Durch spielerische Selbsterfahrung und anhand von kleinen, leicht durchführbaren, Wahrnehmungsübungen und Kooperationsspielen erforschen wir die Stadtnatur.

Die Teilnehmenden erhalten einen praktischen Einblick in die Möglichkeiten der Erlebnispädagogik und zudem ein Repertoire an Spielen, die variabel nach Gruppengröße und Altersstufe direkt im Alltag angewandt werden können.

Wir werden eine gemeinsame Mittagspause machen, die wir auch zum Austausch nutzen wollen. Gern kann dafür ein kleiner Snack und Knabbereien zum Teilen mitgebracht werden. Warme Getränke werden gestellt – bitte dafür eine eigene Tasse mitbringen. Dieser Kurs richtet sich im speziellen an Kindergärtner*innen, Erzieher*innen und Begleiter*innen von Kindergruppen im Vor- und Grundschulalter.

Die Dozentin ist ausgebildete Wald-, Erlebnis- und Zirkuspädagogin sowie Imkerin.

FK3.877 Frau Hanna Moritz
4.9.21, 6 UStd.

1x Sa 11-16 Uhr
Lasker Höfe, Lasker Str. 6-8
€ 26,00 (erm: € 15,50)

FK3.878 Frau Hanna Moritz
12.3.22, 6 UStd.

1x Sa 11-16 Uhr
Lasker Höfe, Lasker Str. 6-8
€ 26,00 (erm: € 15,50)

IMKEREI

Freizeitimkerei

Seit einigen Jahren gibt es weltweit steigende Imkerzahlen. Die Bienen haben sich unsere Aufmerksamkeit zurückerobert. Ob in der Stadt oder auf dem Land – überall finden sich Menschen, die in ihrer Freizeit Bienenvölker betreuen. Einerseits, um ihren Honig zu ernten, andererseits um den eigenen und auch den Nachbarsgarten bestäuben zu lassen. Alle Menschen eint die Faszination über den Bienen – wie das Bienenvolk als Ganzes auch genannt wird. Im Kurs werden wir etwas zur Kulturgeschichte der Bienen hören, zur Biologie des Superorganismus, wir werden Honig kosten und auch Propolis und Bienenwachs kennenlernen. Was sind die Voraussetzungen, um Imker*In zu werden? Welche Ausrüstung und welche Kosten sind erforderlich? Wie viel Aufwand ist mit der Hobbyimkerei verbunden? Wir werden gemeinsam unseren Garten und das Bienenhäuschen besuchen und je nach Wetterlage auch in ein Volk hineinschauen. Unser „gläserner“ Bienen-schaukasten lädt zum ungestörten beobachten ein.

FK3.883 Frau Hanna Moritz
21.8.21, 6 UStd.

1x Sa 10-15 Uhr
Lasker Höfe, Lasker Str. 6-8
€ 17,40 (erm: € 17,40)

FK3.882 Frau Hanna Moritz
19.3.22, 6 UStd.

1x Sa 10-15 Uhr
Lasker Höfe, Lasker Str. 6-8
€ 17,40 (erm: € 17,40)

EinBlick ins Bienenjahr I

Workshop

BienenJahr I - der Bien erwacht, Frühlingsputz. Die Temperaturen steigen, die ersten Frühblüher blühen und der Bien erwacht langsam aus dem „Winterschlaf“. Nun geht es an den „Frühlingsputz“ für Bienen und Imker. Das Leben der Bienen entwickelt sich zyklisch im Laufe der Jahreszeiten. Dabei orientieren sich die Bienen vor allem am Wetter und dem damit verbundenen Blütenangebot (Tracht) - welches sie für ihre Entwicklung benötigen. Sie verfolgen einen immer gleichen Kreislauf. Welche imkerlichen Arbeiten sind wann erforderlich? Wie wirkt sich der Klimawandel auf unsere Bienen aus? Und wie kann ein(e) Imker*in ein Volk unterstützen?

Dieser und weiterer spannender Fragen werden wir uns ganz anschaulich in diesem mehrteiligen Einführungskurs zur Freizeitimkerei und dem Bienenjahr widmen.

Dabei beobachten wir die Bienen in Ihrem Jahreszyklus und widmen uns ganz praktisch den je nach Jahreszeit verschiedenen imkerlichen Aufgaben.

Wir werden gemeinsam unseren Garten und das Bienenhäuschen besuchen und je nach Wetterlage auch in ein Volk hineinschauen. Unser „gläserner“ Bienen Schaukasten lädt zum ungestörten beobachten ein. Die Kurse bauen übers Jahr aufeinander auf, vermitteln aber auch einzeln einen interessanten Überblick. Die Kursreihe bietet insgesamt 6 Einzelthemen. Teil I-III liegen in der ersten Jahreshälfte, die Teile IV bis VI in der zweiten Jahreshälfte.

FK3.884 Frau Hanna Moritz
12.2.22, 5 UStd.

1x Sa 11-15 Uhr
Lasker Höfe, Lasker Str. 6-8
€ 15,50 (erm: € 9,25)

EinBlick ins Bienenjahr II

Workshop

BienenJahr II - Drohnen, Hochzeitsflug und Schwärmerie Mit den Temperaturen steigt auch die Volksstärke. Langsam wird es eng im Bienenstock. Drohnen (männl. Bienen) und Königin gehen auf Hochzeitsflug. Das Leben der Bienen entwickelt sich zyklisch im Laufe der Jahreszeiten. Dabei orientieren sich die Bienen vor allem am Wetter und dem damit verbundenen Blütenangebot (Tracht) - welches sie für ihre Entwicklung benötigen. Sie verfolgen einen immer gleichen Kreislauf. Welche imkerlichen Arbeiten sind wann erforderlich? Wie wirkt sich der Klimawandel auf unsere Bienen aus? Und wie kann ein(e) Imker*in ein Volk unterstützen?

Dieser und weiterer spannender Fragen werden wir uns ganz anschaulich in diesem mehrteiligen Einführungskurs zur Freizeitimkerei und dem Bienenjahr widmen.

Dabei beobachten wir die Bienen in Ihrem Jahreszyklus und widmen uns ganz praktisch den je nach Jahreszeit verschiedenen imkerlichen Aufgaben.

Wir werden gemeinsam unseren Garten und das Bienenhäuschen besuchen und je nach Wetterlage auch in ein Volk hineinschauen. Unser „gläserner“ Bienen Schaukasten lädt zum ungestörten beobachten ein. Die Kurse bauen übers Jahr aufeinander auf, vermitteln aber auch einzeln einen interessanten Überblick. Die Kursreihe bietet insgesamt 6 Einzelthemen. Teil I-III liegen in der ersten Jahreshälfte, die Teile IV bis VI in der zweiten Jahreshälfte.

FK3.886 Frau Hanna Moritz
7.5.22, 5 UStd.

1x Sa 11-15 Uhr
Lasker Höfe, Lasker Str. 6-8
€ 15,50 (erm: € 9,25)

EinBlick ins Bienenjahr III

Tracht, Beute und das „flüssige Gold“

Das Bienenjahr ist in vollem Gange. Die Bienen geben sich ganz ihrer Sammelleidenschaft hin. Die erste Jahresernte steht an. Das Leben der Bienen entwickelt sich zyklisch im Laufe der Jahreszeiten. Dabei orientieren sich die Bienen vor allem am Wetter und dem damit verbundenen Blütenangebot (Tracht) - welches sie für ihre Entwicklung benötigen. Sie verfolgen einen immer gleichen Kreislauf.

Welche imkerlichen Arbeiten sind wann erforderlich? Wie wirkt sich der Klimawandel auf unsere Bienen aus? Und wie kann ein(e) Imker*in ein Volk unterstützen?

Dieser und weiterer spannender Fragen werden wir uns ganz anschaulich in diesem mehrteiligen Einführungskurs zur Freizeitimkerei und dem Bienenjahr widmen.

Dabei beobachten wir die Bienen in Ihrem Jahreszyklus und widmen uns ganz praktisch den je nach Jahreszeit verschiedenen imkerlichen Aufgaben. Wir werden gemeinsam unseren Garten und das Bienenhäuschen besuchen und je nach Wetterlage auch in ein Volk hineinschauen. Unser „gläserner“ Bienen Schaukasten lädt zum ungestörten beobachten ein. Die Kurse bauen übers Jahr aufeinander auf, vermitteln aber auch einzeln einen interessanten Überblick. Die Kursreihe bietet insgesamt 6 Einzelthemen. Teil I-III liegen in der ersten Jahreshälfte, die Teile IV bis VI in der zweiten Jahreshälfte.

FK3.888 Frau Hanna Moritz
21.5.22, 5 UStd.

1x Sa 11-15 Uhr
Lasker Höfe, Lasker Str. 6-8
€ 15,50 (erm: € 9,25)

Keine Angst vorm Bienenstich

Die warme Jahreszeit beginnt und immer mehr summt es um uns herum..... das ruft so manch gelb-schwarz gestreiftes Insekt auf den Plan. Doch wer genau fliegt denn da? Hummel, Wespe, oder Biene? Viele Menschen haben Angst vor den nützlichen Tieren. Dieser Kurs soll helfen, die Insekten kennen zu lernen und Ängste abzubauen. Unser „gläserner“ Bienen Schaukasten lädt zum ungestörten und berührungsfreien Beobachten ein. Gemeinsam gehen wir der

Frage nach, wie sich Wespen und Bienen unterscheiden, wie der so beliebte Honig entsteht und welche Blüten bei Bienen besonders beliebt sind. Wir werden unseren Garten und das Bienenhäuschen besuchen, etwas über Bienen und Ihre „wildern“ Verwandten lernen und erfahren ganz nebenbei, wie man diese auch in der Stadt unterstützen kann. Das Kursangebot richtet sich auch an Eltern mit Kindern! Gebühr pro Person, Kinder zahlen die halbe Gebühr.

FK3.887 Frau Hanna Moritz
9.4.22, 4 UStd.

1x Sa 13.30-16.30 Uhr
Lasker Höfe, Lasker Str. 6-8
€ 6,50 (erm: € 4,75)

Bienenwachs: Wachstücher selbst gemacht

Ein Bienenvolk produziert pro Jahr in etwa 1KG reinen Bienenwachs. Wir beschäftigen uns in diesem Kurs mit den vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten dieses wertvollen Rohstoffes. Nach einem theoretischen Einblick zu Entstehung und historischer Nutzung widmen wir uns allsinnlich und praktisch der schonenden Verarbeitung des Rohproduktes und stellen Bienenwachstücher her - die plastikfreie und natürliche Verpackungsalternative hält Lebensmittel lange frisch und ist wiederverwendbar.

Material wird gestellt, gerne können eigene (Baumwoll-) Stoffe mitgebracht werden. Je nach verwendeter Menge Rohstoff können zusätzliche Materialkosten entstehen.

FK3.885 Frau Hanna Moritz
30.10.21, 5 UStd.

1x Sa 11-15 Uhr
Lasker Höfe, Lasker Str. 6-8
€ 8,00 (erm: € 5,50)

Bienenwachs: Salbe selbst gemacht

Ein Bienenvolk produziert pro Jahr in etwa 1KG reinen Bienenwachs. Wir beschäftigen uns in diesem Kurs mit den vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten dieses wertvollen Rohstoffes. Nach einem theoretischen Einblick zu Entstehung und historischer Nutzung widmen wir uns allsinnlich und praktisch der schonenden Verarbeitung des Rohproduktes und stellen eine Salbe aus Bienenwachs her. Eine pflegend und schützende Basissalbe aus reinen biologischen Zutaten mit vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten, individuell auf den eigenen Bedarf abstimmbare.

Bitte eigene kleine Gefäße (und gern auch Lieblingsdüfte sowie weitere Zutaten mitbringen). Je nach verwendeter Menge Rohstoff können zusätzliche Materialkosten entstehen.

FK3.884 Frau Hanna Moritz
5.02.22, 5 UStd.

1x Sa 11-15 Uhr
Lasker Höfe, Lasker Str. 6-8
€ 8,00 (erm: € 5,50)

NACHHALTIGKEIT

Mango, Beefsteak und Co

Was hat die Klimaerwärmung mit unserem Essen zu tun?

Rinderfilet aus Argentinien, Erdbeeren aus Marokko, Avocados aus Peru – unsere kulinarischen Gewohnheiten verursachen klimarelevante Emissionen. Aber es geht bei aller Vielfalt auch anders. Mit individuellen Ernährungsentscheidungen lässt sich ein Teil unserer Klimabilanz erheblich verbessern. Regional, ökologisch und sozial nachhaltig – so sieht die Nahrungsmittelversorgung der Zukunft aus. Genießen Sie eine leckere Suppe aus Brandenburger Biolandwirtschaft und erfahren dabei, wie wir mit einfachen Mitteln regionale Betriebe entlang der Lebensmittelwertschöpfungskette unterstützen können. Weltweit gründen sich aus der Zivilgesellschaft heraus immer mehr Initiativen, die eine Ernährungswende selbst in die Hand nehmen wollen. Wie wir unsere Lebensmittel herstellen und konsumieren ist eine zentrale Frage unserer Zeit, denn die Landwirtschaft ist nicht nur Verursacher, sondern vor allem auch Opfer vom Klimawandel.

FK3.881 Herr Timo Kaphengst
24.9.21, 3 UStd.

1x Fr 17-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Pavillon
€ 6,00 (erm: € 4,50)

Probegärtnern im Urban-Gardening-Projekt GleisBeet

Welche Idee steht hinter urban gardening? Alle, die immer schon mal gerne ihre Hände in feuchte Erde stecken wollten, sind eingeladen hier aktiv zu werden. Nach einer interessanten Darstellung von Stadtgärtnerei, Vertikalgärten und Permakultur, werden gemeinsam Hochbeete gebaut und anschließend bepflanzt. Das Material wird gestellt. Das 1300 m² große Urban-Gardening-Projekt GleisBeet liegt im Gelände des ehemaligen Wriezener Bahnhof entlang der Helsingforser Straße, in unmittelbarer Nähe des S-Bahnhofs Warschauer Straße. Auf dem Gelände gibt es einen Container für die Gartengeräte und Wassertanks für die Beete. Das Gelände bietet unterschiedlichste Möglichkeiten für gärtnerisch Interessierte. Hochbeete, Gemeinschaftsbeete oder Nachbarschaftsbeete können entwickelt und angelegt werden. Begrenzte Teilnehmer*innenzahl!!

In Kooperation mit den NaturFreunden Berlin e.V.

FK3.879
18.9.21, 5 UStd.

1x Sa, 11-15 Uhr
GleisBeet, Helsingforser Str. 27
entgeltfrei

Fahrradselbsthilfewerkstatt

Das Fahrrad muss fit gemacht werden, aber wie soll ich das anfangen und was sollte ich für ein sicheres Fahrrad beachten? Bei der Fahrradselbsthilfewerkstatt gibt eine praktische Einführung, was beachtet werden muss, damit das Fahrrad verkehrssicher ist. Gemeinsam werden die mitgebrachten Räder durchgecheckt und kleinere Reparaturen sofort erledigt. Bei der Fahrradselbsthilfewerkstatt sollen den Teilnehmer*innen praktische Griffe und Kniffe gezeigt werden, wie kleinere Reparaturen am Fahrrad mit ein wenig Geschick selbst erledigt werden können.

Ggf. anfallende Materialkosten werden vor Ort entrichtet.

In Kooperation mit den NaturFreunden Berlin e.V.

Begrenzte Teilnehmer*innenzahl!!

FK3.902
2.10.21, 4 UStd.

1x Sa, 13-16 Uhr
GleisBeet, Helsingforser Str. 27
entgeltfrei

Textiles Upcycling mit Shibori Färbetechnik

Wir kaufen und kaufen – und das gerne noch billig. Doch die Trends von heute sind der Müll von Morgen. In Europa werden jährlich im Schnitt rund 26kg Textilien pro Kopf erworben und rund 11kg entsorgt. Darüber entstehen enorme Mengen textiler „Abfälle“ die verbrannt werden oder auf Deponien landen; und das obwohl jeder Stoff einen langen arbeits-ressourcen- und energiereichen Weg hinter sich hat. Wer der Umwelt Gutes tun möchte, greift einfach einen anderen Trend auf: textiles Upcycling! In diesem Wochenend-Workshop werden aus schlichten, ausgemusterten Stoffen durch die japanische Shibori Technik, welche ursprünglich unter anderem für Kimonos verwendet wurde, neue und einzigartig gemusterte Stücke. Durch falten, nähen, abbinden und den anschließenden Färbegang, entstehen verschiedenste helle Muster auf farbigem Grund und ein Feld unendlicher Gestaltungsmöglichkeiten eröffnet sich. Die entstandenen Stücke können an der Nähmaschine zu einfachen Dingen wie einem Kissenbezug oder einer Tasche verarbeitet werden und so einen neuen Nutzen erfahren. Der Kurs kann ohne Vorerfahrung besucht werden. Es wird das Tragen alter Kleidung oder einer Schürze empfohlen. In der Kursgebühr sind 15,-€ Materialkosten für Nadeln, Garn, Farbstoffe und Reißverschlüsse enthalten.

FK3.871 Frau Milena Wienkamp
20.-21.11.21, 12 UStd.

Sa./So 10-14.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4
€ 48,00 (erm: € 33,00)

FK3.872 Frau Milena Wienkamp
29.-30.1.22, 12 UStd.

Sa./So 10-14.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4
€ 48,00 (erm: € 33,00)

Stadtspaziergang: Städtebauliche Veränderungen am Beispiel der Entwicklung des Wriezener Bahnhofes

Die Tour zeigt die städtebaulichen Veränderungen rund um den Wriezener Park auf. Sie beleuchtet aktuelle Diskussionen wie den Bau des Amazon-Hochhauses und zeigt Widersprüche zwischen zivilgesellschaftlichen Forderungen nach mehr Grün und Verkehrsberuhigung und den Forderungen zur Ausweisung von Bauflächen auf. Die Tour zeigt die Geschichte des Wriezener Bahnhofes bis zum heutigen Wriezener Park nach und gibt einen Ausblick auf mögliche Entwicklungen in den nächsten Jahren.

Begrenzte Teilnehmerzahl!

Treffpunkt: S-Bahnhof Warschauer Straße (Eingangshalle, vor zukünftigen Starbucks)

FK3.873
22.9.21, 5 UStd.

1x Mi, 18-20.15 Uhr
entgeltfrei

Stadtspaziergang: Wie können Städte klimagerecht gestaltet werden: Eine Exkursion durch Friedrichshain

Stadtgrün spielt für den Klimaschutz und die Anpassung an den Klimawandel eine entscheidende Rolle. Grüne Zonen dienen als Feinstaubfilter, erhöhen die Luftqualität und können als Temperaturregulator gerade bei Hitzeperioden eine wichtige Funktion übernehmen. Wie der Umbau hin zu einer grünen Stadt im Bezirk Friedrichshain aussehen kann, wird auf dieser Tour dargestellt.

Begrenzte Teilnehmerzahl!!

Treffpunkt: S-Bahnhof Warschauer Straße (Eingangshalle, vor zukünftigen Starbucks)

FK3.875
1.10.21, 5 UStd.

1x Fr, 16-18.15 Uhr
entgeltfrei

nachhaltig konsumieren

SUFFIZIENZ ÖKOLOGISCH SOZIAL ÖKONOMISCH
EFFIZIENZ SOZIAL ÖKONOMISCH ÖKOLOGISCH
KONSISTENZ ÖKOLOGISCH ÖKONOMISCH SOZIAL

Bildung für ein nachhaltiges, zukunftsfähiges Denken und Handeln ermöglicht jedem einzelnen Menschen, die Auswirkungen des eigenen Handelns auf die Welt besser zu verstehen. Unsere Veranstaltungsreihe soll dazu beitragen, selbst verantwortungsvolle Entscheidungen zu treffen und die verschiedenen Dimensionen von Nachhaltigkeit – ökologische, ökonomische und soziale – miteinander zu verbinden und entsprechende Schlussfolgerungen für das eigene Leben zu ziehen.



VHS Tempelhof-Schöneberg **Upcycling-Produkte zur Müllvermeidung herstellen**

Sa, 04.09.2021, 15:00 – 17:30 Uhr
Kursnummer: TS104.010H
Anmeldung: vhs@ba-ts.berlin.de
Entgelt: 7,43 €/erm. 5,22 €

VHS Friedrichshain-Kreuzberg **Mango, Beefsteak und Co – Was hat die Klimaerwärmung mit unserem Essen zu tun?**

Fr, 24.09.2021, 17:00 – 19:30 Uhr
Kursnummer: FK3.881
Anmeldung: info@vhs-fk.de
Entgelt: 6,00 €/erm. 6,00 €

VHS Mitte **Wanderung zu Brandenburger Selbstvermarktern – Gut Schmerwitz**

Sa, 25.09.2021, 11:00 – 17:00 Uhr
Kursnummer: Mi110-132H
Anmeldung: Anmeldung@vhsmitte.de
Entgeltfrei

VHS Spandau **Wandelwerkstatt – Gemeinsam wandeln macht Mut**

Sa 25.09. / So 26.09.21, 10:00 – 16:00 Uhr
Kursnummer: Sp1.222-H
Anmeldung: info@vhs-spandau.de
Entgelt: 23,44 €/erm.

VHS Pankow **Gesünder leben ohne Plastik Praxisreihe**

Mi, 29.09. – 20.10.21, 18:00 – 20:00 Uhr
Kursnummer: Pa1015H
Anmeldung: vhs@ba-pankow.berlin.de
Entgelt: 36,00 €/erm. 18,00 €

VHS Lichtenberg **Auch in Finanzangelegenheiten nachhaltig unterwegs**

Sa, 16.10.2021, 09:30 – 16:00 Uhr
Kursnummer: Li1.03-012H
Anmeldung: vhs@lichtenberg.berlin.de
Entgelt: 25,80 €/erm. 14,88 €

VHS Steglitz-Zehlendorf **Zero Waste – Müll vermeiden, plastikfrei leben und Geld sparen Interaktiver Onlinevortrag**

Mi, 27.10.2021, 19:00 – 20:30 Uhr
Kursnummer: SZ115-101d
Anmeldung: service@vhssz.de
Entgeltfrei

VHS Treptow-Köpenick **Wenn die Vorräte knapp werden – Vorräte aus der Natur nachhaltig nutzen**

2x Mi, 03./ 17.11.2021, 15:00 – 18:00 Uhr
Kursnummer: TK-1040-H
Anmeldung: anmeldung@vhstk.de
Entgelt: 20,80 €/erm. 10,40 €

VHS Neukölln **Fairer Einkauf leicht gemacht Onlinekurs**

Do, 04.11.2021, 17:30 – 19:45 Uhr
Kursnummer: NK-Bo42c
Anmeldung: vhsinfo@bezirksamt-neukoelln.de
Entgeltfrei

VHS Marzahn-Hellersdorf **Mein kritischer Kleiderschrank: Fast Fashion und Konsum Onlinekurs**

Do, 25.11.2021, 18:30 – 20:45 Uhr
Kursnummer: MH2.09-012-H
Anmeldung: Infovhs@ba-mh.berlin.de
Entgelt: 6,00 €/erm. 4,50 €

VHS Reinickendorf **Mit gutem Gewissen shoppen gehen? Nachhaltiger Konsum und globaler Handel**

Do, 10.02.2022, 18:00 – 20:15 Uhr
Kursnummer: Re1201-F
Anmeldung: vhs@reinickendorf.berlin.de
Entgeltfrei

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf **„Urban-Gardening“ – ein Weg für Stadtbewohner*innen, sich selbst mit frischen Nahrungsmitteln zu versorgen**

Do, 24.03. / Do, 31.03.2022, 17:00 – 20:15 Uhr
Sa, 26.03.2022, 09:00 – 15:00 Uhr
Kursnummer: CW104-015F-Hybrid
Anmeldung: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de
Entgeltfrei

Deutsch als
Zweitsprache

vhs-lernportal.de

kostenfrei – flexibel einsetzbar – mobil

Grundbildung



GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



© Ebba Dangschat

FREMDSPRACHEN

Arabisch - Chinesisch - Englisch - Französisch - Italienisch - Kurdisch -
Polnisch - Russisch - Spanisch - Türkisch - Deutsch als Zweitsprache

Die meisten Kurse im Programmbereich Fremdsprachen sind Flexikurse (Seite 147). Wenn die Häuser der VHS ggf. coronabedingt schließen müssen, werden diese Kurse automatisch in einen Onlinekurs überführt.

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG

Jenny Clemens

Fremdsprachen

Persönliche Beratung nach Vereinbarung
Frankfurter Allee 37, Raum 1117
Telefon: 90298-4257
jenny.clemens@ba-fk.berlin.de

Karla Grunfeld

Deutsch als Zweitsprache

Persönliche Beratung nach Vereinbarung
Wassertorstraße 4, Raum 105
Telefon: 221955-18
karla.grunfeld@ba-fk.berlin.de

Unser Programm wird auch im laufenden Semester ständig ergänzt und erweitert.
Neue Kurse und aktuelle Hinweise finden Sie unter www.vhs-fk.de.



ARABISCH

Arabisch Beratung + Einstufung

Welche Stufe? Welcher Kurs?

Nach einem Gespräch oder Test erhalten Sie eine Empfehlung für den geeigneten Kurs. Unentgeltlich und ohne Voranmeldung. Bitte planen Sie für die Beratung etwas Zeit ein.

FK4.A001 Herr Otmane Lihya
14.9.21, 4 UStd.

Di, 15-18 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104
entgeltfrei

FK4.A002 Herr Otmane Lihya
4.1.22, 4 UStd.

Di, 15-18 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104
entgeltfrei

Otmane Lihya

Studium an der Universität Mohammed V in Rabat mit License in Germanistik sowie Aufbaustudium mit Linguistik und Arabistik an der Freien Universität in Berlin. Seit 1995 Übersetzer für Deutsch, Französisch, Arabisch und Englisch.
Dozent für Arabisch an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg seit 2000.

Arabisch A1.1

In diesem Kurs werden Sie in die arabische Schrift eingeführt. Sie lernen die Schriftzeichen, lesen einfache hocharabische Texte, üben Dialoge für typische Alltagssituationen und schreiben leichte Sätze. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A101 Herr Otmane Lihya
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 17.30-19 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.A102 Herr Otmane Lihya
10.1.-21.3.22, 20 UStd.

10x Mo, 17.30-19 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Lehrbuch: Salam! neu A1-A2, Kursbuch + Audio-CD, Klett Verlag, ISBN 3-12-528835-5, Lektionen 1-3.

FK4.A103 Frau Dorit Tzoref-Ashkenazi
23.9.-9.12.21, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 67,00 (erm: € 36,00)
(nur als Präsenzkurs)

FK4.A104 Frau Dorit Tzoref-Ashkenazi
13.1.-24.3.22, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 67,00 (erm: € 36,00)
(nur als Präsenzkurs)

Arabisch A1.1 für Alltag und Beruf

auch als Bildungsurlaub

Ein einwöchiger Kompaktkurs für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse, die einen schnellen Einstieg in die arabische Sprache wünschen. Der Kurs führt ein in die Art und Weise des Schreibens arabischer Buchstaben sowie in die Aussprache und Betonung arabischer Wörter. Vermittelt werden einfache elementare Sprachanwendungen auf Hocharabisch für die Kommunikation in Alltag und Beruf.

Besonders geeignet auch für Arbeitnehmer in Dienstleistungsbranchen sowie Öffentlicher Dienst. Nach dem Berliner Bildungsurlaubsgesetz (BiUrlG) vom 24.10.1990, § 11 (1) gilt der Kurs im Sinne beruflicher Bildung als anerkannt. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.A106 Herr Otmane Lihya
11.-15.7.22, 30 UStd.

Mo-Fr, 9.30-14.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 99,00 (erm: € 52,50)

Arabisch A1.2

Voraussetzung: Kenntnis des arabischen Alphabets bzw. Kompaktkurs Schrift sowie erste Grundkenntnisse von ca. einem Semester

In diesem Kurs werden mit einfachen Texten und Dialogen Nominalsatz, Zahlen, Plural und Genitiv behandelt. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A108 Herr Otmane Lihya
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 17.30-19 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.A112 Herr Otmane Lihya
25.4.-4.7.22, 20 UStd.

10x Mo, 17.30-19 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Voraussetzung: Kenntnis des arabischen Alphabets sowie erste Grundkenntnisse von ca. einem Semester bzw. der Lektionen 1-3.

Lehrbuch: Salam! neu A1-A2, Kursbuch + Audio-CD, Klett Verlag, ISBN 3-12-528835-5, Lektionen 4-6.

FK4.A110 Frau Dorit Tzoref-Ashkenazi
13.1.-24.3.22, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 67,00 (erm: € 36,00)
(nur als Präsenzkurs)

FK4.A114 Frau Dorit Tzoref-Ashkenazi
28.4.-7.7.22, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 67,00 (erm: € 36,00)
(nur als Präsenzkurs)

Arabisch A1.3

In diesem Kurs wird anhand von einfachen bis mittelschweren Texten und Dialogen in das Verbalsystem des Arabischen eingeführt. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A105 Herr Otmane Lihya
24.9.-19.11.21, 21 UStd.

7x Fr, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104
€ 70,20 (erm: € 37,65)

FK4.A116 Herr Otmane Lihya
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 17.30-19 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Voraussetzung: Kenntnisse des Hocharabischen von ca. zwei Semestern bzw. der Lektionen 1-6.

Lehrbuch: Salam! neu A1-A2, Kursbuch + Audio-CD, Klett Verlag, ISBN 3-12-528835-5, Lektionen 7-8.

FK4.A118 Frau Dorit Tzoref-Ashkenazi
28.4.-7.7.22, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 67,00 (erm: € 36,00)
(nur als Präsenzkurs)

Arabisch A1.4

Lesen und Hören von mittelschweren Texten, vor allem literarischer Art und Übung der Verbstämme II bis V sowie Vermittlung von Grammatikthemen. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A107 Herr Otmane Lihya
20.9.-6.12.21, 20 UStd.

10x Mo, 19.15-20.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.A120 Herr Otmane Lihya
14.1.-4.3.22, 21 UStd.

7x Fr, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104
€ 70,20 (erm: € 37,65)

Voraussetzung: Kenntnisse des Hocharabischen von ca. drei Semestern bzw. der Lektionen 1-7.

Lehrbuch: Salam! neu A1-A2, Kursbuch + Audio-CD, Klett Verlag, ISBN 3-12-528835-5, Lektionen 8-9.

FK4.A109 Frau Dorit Tzoref-Ashkenazi
23.9.-9.12.21, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 67,00 (erm: € 36,00)
(nur als Präsenzkurs)

Arabisch A1.5

Vertiefung des Hör- und Leseverständnisses anhand von mittelschweren Texten. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A111 Herr Otmane Lihya

23.9.-9.12.21, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.A122 Herr Otmane Lihya

10.1.-21.3.22, 20 UStd.

10x Mo, 19.15-20.45 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.A124 Herr Otmane Lihya

29.4.-17.6.22, 21 UStd.

7x Fr, 18-20.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 70,20 (erm: € 37,65)

Arabisch A2.1

Lesen und Hören von mittelschweren Texten literarischer Art, Behandlung der Verbstämme VI bis X und Vermittlung von Grammatikthemen. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A202 Herr Otmane Lihya

13.1.-24.3.22, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.A204 Herr Otmane Lihya

25.4.-4.7.22, 20 UStd.

10x Mo, 19.15-20.45 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Arabisch A2.2

Hören und Lesen von Texten sowie Übungen zum Hör- und Textverständnis. Vertiefung des Verbalsystems. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A206 Herr Otmane Lihya

28.4.-7.7.22, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Arabisch A2.3

Übungen zum freien Sprechen und zum Hörverständnis. Behandlung vom schwachen Verb und seiner Stämme. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A201 Herr Otmane Lihya

22.9.-17.11.21, 21 UStd.

10x Mi, 18-20.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 70,20 (erm: € 37,65)

Arabisch A2.4

Lektüre von mittelschweren Texten aus der Literatur und Presse und Vertiefung des unregelmäßigen Verbs. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A208 Herr Otmane Lihya

12.1.-2.3.22, 21 UStd.

7x Mi, 18-20.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 70,20 (erm: € 37,65)

Arabisch A2.5

Lektüre von Dialogen zu verschiedenen Alltagsthemen und von Kurzgeschichten aus der modernen arabischen Literatur. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A210 Herr Otmane Lihya

27.4.-8.6.22, 21 UStd.

7x Mi, 18-20.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 70,20 (erm: € 37,65)

Arabisch B1.1

In diesem Kurs werden die Teilnehmenden an das Schreiben verschiedener Textarten herangeführt, so u.a. biografische Texte, formelle Briefe, Beschwerden und Anzeigen. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A301 Herr Otmane Lihya

23.9.-9.12.21, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Arabisch B1.2

Übungen für das Führen von Gesprächen über verschiedene Alltagssituationen durch intensive Wortschatzarbeit. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A302 Herr Otmane Lihya

13.1.-24.3.22, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Arabisch B1.3

Übungen für das Führen von Gesprächen über verschiedene Alltagssituationen durch intensive Wortschatzarbeit. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A304 Herr Otmane Lihya

28.4.-7.7.22, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Arabisch C1 Konversation & Lektüre

Hören, Lesen und Übersetzen von marokkanischen Märchen und Texten aus der Gegenwartsliteratur sowie Grammatik- und Stilistikübungen. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.A501 Herr Otmane Lihya

21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 19.15-20.45 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.A502 Herr Otmane Lihya

11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 19.15-20.45 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.A504 Herr Otmane Lihya

26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 19.15-20.45 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Arabisch C2 Übersetzungstraining: Arabisch-Deutsch/Deutsch-Arabisch Vorbereitung auf die Staatliche Prüfung für Übersetzer*innen.

Vorkenntnisse: Kompetenzstufe C2. Im Kurs wird mit der Übersetzung von Presse- und Fachtexten die sichere Sprachbeherrschung geübt incl. Grammatik, Lexik, Idiomatik, Stilistik, Orthographie. Zudem erfolgt die Vermittlung von Wissen über die Techniken und Hilfsmittel des Übersetzens. Geübt werden Stegreifübersetzungen von Texten allgemeinen Inhalts bzw. eines Fachgebiets. Landeskundliche Gegenwartsfragen zu politischen Ereignissen, wirtschaftlichen Problemen und kulturellen Besonderheiten werden diskutiert. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben. Die Teilnahme am Kurs ist auch für nicht unmittelbar an der Prüfung Interessierte möglich. Informationen zur Prüfung: Staatliches Prüfungsamt für Übersetzer, Bernhard-Weiß-Str. 6, 10278 Berlin, Tel: 90227 5266, <https://www.berlin.de/sen/bjf/service/pruefungsamt-fuer-uebersetzer/>

FK4.A602 Herr Otmane Lihya

12.2.-21.5.22, 52 UStd.

13x Sa, 10-13.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2104

€ 169,40 (erm: € 88,80)

CHINESISCH

Chinesisch A1.1

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse. Einführung in die chinesische Sprache (Hochchinesisch, auch Mandarin genannt). Mit Hilfe der Hanyu-Pinyin-Umschrift (in lateinischen Buchstaben) üben Sie die Aussprache einfacher Wörter und Sätze sowie die Konversation in typischen Alltagssituationen. An das Lesen und Schreiben der chinesischen Schriftzeichen werden Sie herangeführt.

Lehrbuch: Lóng neu A1-A2, Chinesisch für Anfänger, Klett- Verlag, ISBN 978-3-12-528960-4, Lektionen 1-3

FK4.C101 Frau Bingying Sun-Liebke
4.11.-16.12.21, 21 UStd.

7x Do, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 70,20 (erm: € 37,65)

Chinesisch A1.2

Voraussetzung: Vorkenntnisse von ca. einem Semester bzw. der Lektionen 1-3

Mit Hilfe der Hanyu-Pinyin-Umschrift (in lateinischen Buchstaben) üben Sie die Aussprache einfacher Wörter und Sätze sowie die Konversation in typischen Alltagssituationen.

Lehrbuch: Lóng neu A1-A2, Chinesisch für Anfänger, Klett- Verlag, ISBN 978-3-12-528960-4, Lektionen 4-6

FK4.C103 Frau Bingying Sun-Liebke
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.C102 Frau Bingying Sun-Liebke
10.2.-24.3.22, 21 UStd.

7x Do, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 70,20 (erm: € 37,65)

Chinesisch A1.3

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen A1.2.

Mit Hilfe der Hanyu-Pinyin-Umschrift (in lateinischen Buchstaben) üben Sie intensiv die Schriftzeichen und die korrekte Aussprache. Mit einfachen Aussage- und Fragesätzen verständigen Sie sich in typischen Alltagssituationen sowie über Familie und Beruf. Ergänzt wird der Kurs mit Themen zur Landeskunde und typischen Sozialcodes. Lehrbuch: Lóng neu A1-A2, Chinesisch für Anfänger, Klett- Verlag, ISBN 978-3-12-528960-4, Lektionen 7-9

FK4.C104 Frau Bingying Sun-Liebke
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Chinesisch A1/A2 Konversation & Schriftzeichen

Sprech- und Schreibtraining

Ziel des Kurses ist es, durch intensive Sprechübungen und themenorientierte Kommunikation die praktische Sprachkompetenz in Chinesisch für Alltag und Beruf zu erhöhen, wobei die Aussprache (Standard Hochchinesisch) Schwerpunkt des Trainings ist. Zudem werden im Kurs Schreibregeln vermittelt sowie das Erkennen und Schreiben chinesischer Schriftzeichen intensiv mit kreativen Methoden geübt.

Teilnahmevoraussetzung: Vorkenntnisse mind. Chinesisch A1.2

Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.C105 Frau Bingying Sun-Liebke
5.11.-17.12.21, 21 UStd.

7x Fr, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 70,20 (erm: € 37,65)

Chinesisch A1.3

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen A1.2

Mit Hilfe der Hanyu-Pinyin-Umschrift (in lateinischen Buchstaben) üben Sie intensiv die Schriftzeichen und die korrekte Aussprache. Mit einfachen Aussage- und Fragesätzen verständigen Sie sich in typischen Alltagssituationen sowie über Familie und Beruf. Ergänzt wird der Kurs mit Themen zur Landeskunde und typischen Sozialcodes. Lehrbuch: Lóng neu A1-A2, Chinesisch für Anfänger, Klett- Verlag, ISBN 978-3-12-528960-4, Lektionen 7-9

FK4.C106 Frau Bingying Sun-Liebke
5.5.-23.6.22, 21 UStd.

7x Do, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 70,20 (erm: € 37,65)

Chinesisch A1/A2 Konversation & Schriftzeichen

Sprech- und Schreibtraining.

Ziel des Kurses ist es, durch intensive Sprechübungen und themenorientierte Kommunikation die praktische Sprachkompetenz in Chinesisch für Alltag und Beruf zu erhöhen, wobei die Aussprache (Standard Hochchinesisch) Schwerpunkt des Trainings ist. Zudem werden im Kurs Schreibregeln vermittelt sowie das Erkennen und Schreiben chinesischer Schriftzeichen intensiv mit kreativen Methoden geübt.

Teilnahmevoraussetzung: Vorkenntnisse mind. Chinesisch A1.2

Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.C108 Frau Bingying Sun-Liebke
11.2.-25.3.22, 21 UStd.

7x Fr, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 70,20 (erm: € 37,65)

FK4.C110 Frau Bingying Sun-Liebke
6.5.-24.6.22, 21 UStd.

7x Fr, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 70,20 (erm: € 37,65)

Chinesisch A2.1

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der Stufe A1.3 bzw. der Lektionen 1-9

Lehrbuch: Lóng neu A1-A2, Chinesisch für Anfänger, Klett- Verlag, ISBN 978-3-12-528960-4, Lektionen 10-12.

FK4.C202 Frau Bingying Sun-Liebke
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Chinesisch B1.1

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der Stufe A2.

Lehrbuch: „So lernt man Chinesisch“, Lektionen 1-3. Autor: Huiqin Mao, A4: 244 Seiten, mit CD incl. MP3-CD
Eigenverlag Huiqin Mao, ISBN: 978-3-00-054850-5.

FK4.C301 Frau Bingying Sun-Liebke
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Chinesisch B1.2

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der Stufe B1.1.

Lehrbuch: „So lernt man Chinesisch“, Lektionen 4-6. Autor: Huiqin Mao, A4: 244 Seiten, mit CD incl. MP3-CD
Eigenverlag Huiqin Mao, ISBN: 978-3-00-054850-5.

FK4.C302 Frau Bingying Sun-Liebke
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Chinesisch B1.3

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der Stufe B1.2.

Lehrbuch: „So lernt man Chinesisch“, Lektionen 7-9. Autor: Huiqin Mao, A4: 244 Seiten, mit CD incl. MP3-CD
Eigenverlag Huiqin Mao, ISBN: 978-3-00-054850-5.

FK4.C304 Frau Bingying Sun-Liebke
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

DEUTSCH ALS ZWEITSPRACHE

an der Volkshochschule
Friedrichshain-Kreuzberg 2021-2022

Das detaillierte Angebot entnehmen Sie bitte unserem Sonderheft
„Ich lerne Deutsch an der Volkshochschule“.



ANMELDUNG

Eine Anmeldung zum Deutschkurs ist nur mit persönlicher Beratung und Einstufungstest möglich!

Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter: deutsch@vhs-fk.de

Wenn Sie uns schreiben, für welchen Kurs Sie sich interessieren, kann Ihnen das Beratungsteam mitteilen, welche Papiere Sie zur Beratung und Anmeldung mitbringen müssen.

Info-Telefon: 2219-5523 (Mi+Fr 10-12 Uhr)

Mail: deutsch@vhs-fk.de

Fachberatung: Programmbereichsleitung

Karla Grunfeld

karla.grunfeld@ba-fk.berlin.de

Tel (030) 2219-5518

Auskünfte: Koordinationsteam Deutsch als Zweitsprache

Silke Haist

deutsch@vhs-fk.de

Bich Diep Flower

bichdiep.flower@ba-fk.berlin.de

Tel (030) 2219-5529

Julia Rath

julia.rath@ba-fk.berlin.de

Tel (030) 2219-5523

Tests zur Einbürgerung

Petra Schulz

petra.schulz@ba-fk.berlin.de

Tel (030) 2219-5516

Integrationskurse A1-B1

Alle Deutschkurse der Stufen A1-B1, zur Alphabetisierung und für Zweitschriftlernende an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg sind Integrationskurse. Sie sind vorrangig für diejenigen gedacht, die in Deutschland leben und arbeiten (möchten) und vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (**BAMF**) gefördert werden (www.bamf.bund.de) Teilnehmen können – freie Plätze vorausgesetzt – auch andere Interessierte.

Berufssprachkurse DeuFöV B2 - C1 nach § 45a/ Deutschkurse B2 - C1/Zusatzprogramm

Die berufsbezogene Deutschsprachförderung nach § 45a soll Ihre Chancen auf dem Arbeits- und Ausbildungsmarkt verbessern.

Wir bieten 3 verschiedene Formate an:

DeuFöV B2 (400 UE); DeuFöV B2 (500 UE) und DeuFöV C1 (400 UE)

Für Empfänger von ALG II, Sozialhilfe und ALG I sowie für – bei der Agentur für Arbeit – arbeitssuchend Gemeldete sind diese Deutschkurse kostenfrei.

Das Jobcenter bzw. die Agentur für Arbeit stellen den Berechtigungsschein dafür aus.

Weitere Deutschkurse B2 bzw. C1 mit Entgelt sind offen für alle anderen Interessierten.

Zu den Schwerpunkten Kommunikation in Alltag und Beruf, Grammatik, Aussprache, Formulieren von Texten, Wirtschaftsdeutsch, DTZ-Prüfungstraining sowie zum Kreativen Schreiben sind Deutschkurse im Zusatzprogramm im Angebot.

Projekt Zeitgeschichte

Deutsch lernen heißt auch, durch Exkursionen, Lektüre und Gespräche Einblick zu gewinnen in die deutsche Geschichte, Kultur und Mentalität.

VHS-Elternkurse A1- B2

VHS-Elternkurse sind **schulorientierte, ausbildungs- und berufsbezogene** Deutschkurse an vielen Grundschulen, Kitas und Familienzentren des Bezirks. Während Ihr Kind in der Grundschule bzw. Kita ist, lernen Sie an 3 Tagen pro Woche Deutsch, erfahren, welche Anforderungen die Berliner Schule und die Berufswelt an Ihr Kind stellen und wie Sie Ihr Kind unterstützen und fördern können.

Deutschkurse für Geflüchtete Alphabetisierung/A1-B1

In Berlin gemeldete Geflüchtete können kostenfrei 1000 Stunden Deutsch an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg lernen. Ein Einstufungstest zum Beratungstermin ist erforderlich.

→ Die **Kurse** können in **Präsenz** als **blended learning** oder **online** stattfinden. Bitte informieren Sie sich dazu in unserem Sonderheft oder direkt auf unserer Webseite www.vhs-fk.de

Tests zur Einbürgerung

Den Berliner **Sprachtest** zur Einbürgerung und den **Einbürgerungstest** können Sie an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg ablegen.

Ihre Anmeldung zum Einbürgerungstest muss **persönlich** 5 Wochen vor dem Testtermin in der VHS erfolgen. Die Entscheidung, ob Sie auch den Sprachtest zur Einbürgerung absolvieren müssen, obliegt allein der Einbürgerungsbehörde Friedrichshain-Kreuzberg.

Termine und Modalitäten finden Sie unter www.vhs-fk.de

ENGLISCH

Englisch Beratung + Einstufung

Im persönlichen, unverbindlichen Gespräch mit der Kursleiterin können Sie Ihre Vorkenntnisse einstufen lassen. Nutzen Sie die Möglichkeit der individuellen Beratung zu unseren Kursen, damit Sie aus der Vielzahl der Angebote den optimalen Kurs für sich finden. Unter www.cornelsen.de/sprachtest oder www.sprachtest.de können Sie jederzeit Ihre Englischkenntnisse kostenfrei online testen und Ihre Kompetenzstufe ermitteln. Bitte bringen Sie ggf. Ihr Testergebnis zur Kursberatung mit. Unentgeltlich und ohne Voranmeldung. Bitte planen Sie für die Beratung etwas Zeit ein.

FK4.E001 Frau Ramelle Barber-Meyer; Frau Charis Moore
7.9., 14.9., 2.11., 7.12.2021
Je Di, 15-18 Uhr.
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105/1106 entgeltfrei

FK4.E002 Frau Ramelle Barber-Meyer; Frau Charis Moore
4.1., 11.1., 8.2., 15.3.2022
Je Di, 15-18 Uhr.
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105/1106 entgeltfrei

Charis Moore Studium der Nordamerikanistik und Theaterwissenschaft (Schwerpunkt Film) an der Freien Universität Berlin mit dem Abschluss Magistra Artium. Seit 1989 Text- und Simultan-übersetzungen sowie Beratung. Unterrichtet Konversations- und Aufbaukurse in Englisch in den Kompetenzstufen A1-C1 und ist lizenzierte telc-Prüferin. Dozentin für Englisch an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg seit 2007.

Ramelle Barber-Meyer Studium an der University of London mit dem Abschluss Bachelor of Arts für Englische Literatur. Ist lizenzierte TOEIC-Prüferin und unterrichtet seit 1996 an Berliner Volkshochschulen Englischkurse in allen Kompetenzstufen. Dozentin für Englisch an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg seit 2005.

Englisch A1.1 step-by-step

Auch für Urlaub und Alltag.

Anfängerkurs für Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse. Sie lernen in entspannter Atmosphäre einfache Sprachanwendungen für den Alltag und auf Reisen: Begrüßung, Vorstellung, Familie, Freizeit, Hotel, Zahlen. Geübt wird die Fragebildung und Verneinung von einfachen Aussagen in der Gegenwart, dem Present Simple.
Lehrbuch: English Unlimited A1, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 2 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539900-6

FK4.E101 Frau Danielle Musick
21.9.-7.12.21, 20 UStd.
10x Di, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E100 Frau Carol McGuigan
13.1.-24.3.22, 20 UStd.
10x Do, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch A1.2 step-by-step

Auch für Urlaub und Alltag.

Ein Kurs für Teilnehmer*innen mit geringen Vorkenntnissen. Im Kurs werden in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die Basiskenntnisse in Englisch weiter entwickelt. Sie lernen, sich in typischen Situationen mit einfachen sprachlichen Mitteln zu verständigen. Themen sind alltägliche Abläufe wie Essen, Trinken und Einkaufen sowie persönliche Vorlieben in der Gegenwart.

Lehrbuch: English Unlimited A1, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 2 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539900-6

FK4.E104 Frau Danielle Musick
11.1.-29.3.22, 20 UStd.
10x Di, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E102 Frau Carol McGuigan
28.4.-7.7.22, 20 UStd.
10x Do, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch A1.3 step-by-step

Auch für Urlaub und Alltag.

Ein Kurs für Teilnehmer*innen mit geringen Vorkenntnissen A1.2. Im Kurs werden in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die Basiskenntnisse in Englisch weiter entwickelt. Sie lernen, sich in typischen Alltagssituationen in der Vergangenheitsform, dem Simple Past, auszudrücken sowie die Verlaufsform der Gegenwart anzuwenden.
Lehrbuch: English Unlimited A1, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 2 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539900-6.

FK4.E106 Frau Danielle Musick
26.4.-28.6.22, 20 UStd.
10x Di, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch A1.5 step-by-step

Auch für Urlaub und Alltag.

Ein Kurs für Teilnehmer*innen mit A1.4 Vorkenntnissen. Im Kurs werden in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die Basiskenntnisse in Englisch weiter entwickelt. Sie festigen und erweitern die grammatischen Kenntnisse, was Ihnen eine sichere Anwendung des Wortschatzes bei einfacher alltäglicher Kommunikation und in typischen Alltagssituationen ermöglicht.

Lehrbuch: English Unlimited A1, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 2 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539900-6.

FK4.E103 Frau Erica Muller
23.9.-9.12.21, 20 UStd.
10x Do, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch A1 kompakt

Englisch A1 kompakt für Teilnehmer*innen mit geringen Vorkenntnissen, die schnell vorwärts kommen wollen.

Lehr- und Arbeitsbuch: Headway English A1, Student's Book Pack with Audio and Video, Oxford University Press, ISBN 978-0-19-474123-1, Unit 1-3.

FK4.E108 Herr Peter J. Luecke-Degrout
15.2.-17.3.22, 32 UStd.
4x Di/Do, 18-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
€ 105,40 (erm: € 55,80)

Lehr- und Arbeitsbuch: Headway English A1, Student's Book Pack with Audio and Video, Oxford University Press, ISBN 978-0-19-474123-1, Unit 4-6.

FK4.E110 Herr Peter J. Luecke-Degrout
22.3.-28.4.22, 32 UStd.
4x Di/Do, 18-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
€ 105,40 (erm: € 55,80)

Lehr- und Arbeitsbuch: Headway English A1, Student's Book Pack with Audio and Video, Oxford University Press, ISBN 978-0-19-474123-1, Unit 7-9.

FK4.E112 Herr Peter J. Luecke-Degrout
3.-31.5.22, 32 UStd.
5x Di/3x Do, 18-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
€ 105,40 (erm: € 55,80)

Lehr- und Arbeitsbuch: Headway English A1, Student's Book Pack with Audio and Video, Oxford University Press, ISBN 978-0-19-474123-1, Unit 10-12.

FK4.E114 Herr Peter J. Luecke-Degrout
2.-28.6.22, 32 UStd.
4x Di/Do, 18-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
€ 105,40 (erm: € 55,80)

Lehr- und Arbeitsbuch: Headway English A1, Student's Book Pack with Audio and Video, Oxford University Press, ISBN 978-0-19-474123-1, Unit 13-14.

FK4.E116 Herr Peter J. Luecke-Degrout
30.6.-19.7.22, 24 UStd.
3x Di/Do, 18-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
€ 79,80 (erm: € 42,60)

Englisch A1 Auffrischung und Vertiefung

Für Teilnehmer*innen, die schon einmal Englisch gelernt haben, auch wenn es bereits länger zurückliegt. Sie trainieren Ihren Wortschatz und wenden die Elementarkenntnisse der Stufe A1 in typischen Gesprächssituationen an. Grammatikthemen sind u.a. Wiederholung von Fragebildung und Verneinung sowie der Gebrauch der einfachen Gegenwart und Vergangenheit wie auch der Verlaufsform der Gegenwart. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.E105 Frau Charis Moore
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 18.30-20 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E118 Frau Charis Moore
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 18.30-20 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E120 Frau Charis Moore
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 18.30-20 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch A1 Auffrischung kompakt

Sommerkurs für Urlaub und Alltag

Der Kurs bietet Ihnen eine kompakte Auffrischung verschütteter Schulkenntnisse. Die Teilnehmenden wiederholen wichtiges Vokabular für Alltag und Reisen. Fragebildung und Satzstellung sowie Gegenwart und Vergangenheit werden in einfachen Übungen angewandt und gefestigt. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.E122 Herr Wolf Böttcher
27.6.-28.7.22, 30 UStd.

5x Mo/Do, 18.30-21 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2108
€ 99,00 (erm: € 52,50)

Englisch A2 für den Beruf

Auch als Bildungsurlaub

Der Kurs fördert die interkulturelle Kommunikation der Teilnehmenden im Kontext der Arbeitswelt verbunden mit schnellem Sprecherfolg. Typische Berufssituationen werden praxis- und handlungsorientiert geübt: Begrüßung und Betreuung von Geschäftspartnern, Telefonate, Terminabsprachen, am Flughafen, im Hotel, im Restaurant, Firmenbesuche sowie Verstehen und Formulieren einfacher geschäftlicher Briefe/Mails. Themengebunden erfolgt die Wiederholung und Erweiterung wichtiger Grammatikstrukturen. Vorkenntnisse Ende A2/Anfang B1 erforderlich. Lehrmaterial von der Kursleitung. Nach dem Berliner Bildungsurlaubsgesetz (BiUrlG) vom 24.10.1990, § 11 (1) gilt der Kurs im Sinne beruflicher Weiterbildung als anerkannt.

FK4.E200 Herr Lito Parker
2.-6.5.22, 30 UStd.

Mo-Fr, 9.30-14.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
€ 99,00 (erm: € 52,50)
(nur als Präsenzkurs)

Englisch A2.1 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen der abgeschlossenen Stufe A1

Im Kurs wird in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die elementare Sprachverwendung in Englisch weiter entwickelt. Besonders gefördert werden Sprechen, Lesen, Hören und Verstehen einfacher Informationen und Texte aus dem Alltag. Die Erweiterung des Wortschatzes und der Grammatik ermöglicht eine Verständigung in routinemäßigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten mit einfachen sprachlichen Mitteln.

Lehrbuch: English Unlimited A2, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539903-7

FK4.E201 Frau Danielle Musick
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.E202 Frau Erica Muller
13.1.-24.3.22, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch A2.2 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit A2.1 Vorkenntnissen

Im Kurs wird in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die elementare Sprachverwendung in Englisch weiter entwickelt. Besonders gefördert werden Sprechen, Lesen, Hören und Verstehen einfacher Informationen und Texte aus dem Alltag. Die Erweiterung des Wortschatzes und der Grammatik ermöglicht eine Verständigung in routinemäßigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten mit einfachen sprachlichen Mitteln. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekanntgegeben.

FK4.E204 Frau Erica Muller
28.4.-7.7.22, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Lehrbuch: English Unlimited A2, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539903-7

FK4.E206 Frau Danielle Musick
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch A2.3 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit A2.2 Vorkenntnissen

Im Kurs wird in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die elementare Sprachverwendung in Englisch weiter entwickelt. Besonders gefördert werden Sprechen, Lesen, Hören und Verstehen einfacher Informationen und Texte aus dem Alltag. Die Erweiterung des Wortschatzes und der Grammatik ermöglicht eine Verständigung in routinemäßigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten mit einfachen sprachlichen Mitteln.

Lehrbuch: English Unlimited A2, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539903-7

FK4.E208 Frau Danielle Musick
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch Aussprachetraining A1-A2

Für Alltag und Beruf

Für Teilnehmer*innen mit Elementarkenntnissen A1-A2. Sie lernen gerade Englisch und möchten von Anfang an gut sprechen? Dann ist das der richtige Kurs für Sie. Sie lernen wichtige Besonderheiten der englischen Aussprache, verbessern Ihren Wortschatz sowie Ihr Hörverstehen und üben die Aussprache in typischen Situationen aus Alltag und Beruf. In einer kleinen Gruppe bekommen Sie spezielle Übungen für die Laute, die Ihnen besonders schwer fallen. Kursinhalte: schwierige Laute, Wortakzente, Satzmelodie und Sprachrhythmus. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.E210 Frau Erica Muller
26.4.-28.6.22, 0 UStd.

10x Die, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E216 Frau Erica Muller
11.1.-29.3.22, 0 UStd.

10x Die, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch A2 Konversation mit Muße & Grammatik

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen, die in entspannter Atmosphäre vor allem sprechen möchten und dabei auch Schwerpunkte der Grammatik, wie die Verlaufsform und das Present Perfekt neu behandeln sowie festigen wollen. Vorkenntnisse Anfang A2 erforderlich. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekanntgegeben.

FK4.E203 Frau Charis Moore
20.9.-6.12.21, 30 UStd.

10x Mo, 15.30-18 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
€ 99,00 (erm: € 52,50)

FK4.E212 Frau Charis Moore
10.1.-21.3.22, 30 UStd.
 10x Mo, 15.30-18 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
 € 99,00 (erm: € 52,50)

FK4.E214 Frau Charis Moore
25.4.-4.7.22, 30 UStd.
 10x Mo, 15.30-18 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
 € 99,00 (erm: € 52,50)

Englisch B1 für den Beruf

English for Business

The course covers a variety of interesting language activities controlled free active speaking, active listening practice, analyzing and understanding relevant text types such as business emails and letters, job applications in business context. Practice in social English, telephone situations, small talk are part of the course. The grammar focus will be on significant active/passive tenses and productive verb forms. The actual course programme may be modified on the basis of specific learner needs. For students at level B1.

Lehrbuch: Simply Business B1/Effective English for doing your job, Coursebook B1, Cornelsen, ISBN 978-3-06-520456-9.

FK4.E301 Frau Eve Adam
28.10.-16.12.21, 24 UStd.
 8x Do, 18-20.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
 € 79,80 (erm: € 42,60)
 (nur als Präsenzkurs)

FK4.E300 Frau Eve Adam
10.2.-31.3.22, 24 UStd.
 8x Do, 18-20.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
 € 79,80 (erm: € 42,60)
 (nur als Präsenzkurs)

FK4.E302 Frau Eve Adam
5.5.-30.6.22, 24 UStd.
 8x Do, 18-20.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
 € 79,80 (erm: € 42,60)
 (nur als Präsenzkurs)

Englisch B1 für den Beruf

Auch als Bildungsurlaub.

The course covers a variety of interesting language activities (controlled/free active speaking, active listening practice, analyzing and understanding relevant text types such as business emails and letters, job applications) in business context. Practice in social English, telephone situations, small talk are part of the course. The grammar focus will be on significant active/passive tenses and productive verb structures (-ing form/infinitives). The actual course programme may be modified on the basis of specific learner needs. For students at level B1. Course material will be provided by the teacher. Nach dem Berliner Bildungsurlaubsgesetz (BiUrlG) vom 24.10.1990, § 11 (1) gilt der Kurs im Sinne beruflicher Weiterbildung als anerkannt.

FK4.E304 Herr Wolf Böttcher
4.-8.7.22, 30 UStd.
 Mo-Fr, 9.30-14.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 99,00 (erm: € 52,50)

Englisch B1.1 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit A2 Vorkenntnissen
 Im Kurs werden in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die Elementarkenntnisse in Englisch weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. In einfachen zusammenhängenden Sätzen erfolgt der selbstständige Gebrauch der Fremdsprache in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.E303 Frau Erica Muller
23.9.-9.12.21, 20 UStd.
 10x Do, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B1.2 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit B1.1 Vorkenntnissen
 Im Kurs werden in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die Elementarkenntnisse in Englisch weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. In einfachen zusammenhängenden Sätzen erfolgt der selbstständige Gebrauch der Fremdsprache in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekanntgegeben.

FK4.E306 Frau Erica Muller
13.1.-24.3.22, 20 UStd.
 10x Do, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B1.3 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit B1.2 Vorkenntnissen
 Im Kurs werden in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die Elementarkenntnisse in Englisch weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. In einfachen zusammenhängenden Sätzen erfolgt der selbstständige Gebrauch der Fremdsprache in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekanntgegeben.

FK4.E308 Frau Erica Muller
28.4.-7.7.22, 20 UStd.
 10x Do, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B1.8 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit B1.7 Vorkenntnissen

Im Kurs werden in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die Elementarkenntnisse in Englisch weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. In einfachen zusammenhängenden Sätzen erfolgt der selbstständige Gebrauch der Fremdsprache in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen.

Lehrbuch: English Unlimited B1, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539906-8

FK4.E305 Frau Christine Howard
16.9.-2.12.21, 30 UStd.

10x Do, 9.30-12 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
 € 99,00 (erm: € 52,50)

Englisch B1.9 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit B1.8 Vorkenntnissen

Im Kurs werden in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die Elementarkenntnisse in Englisch weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. In einfachen zusammenhängenden Sätzen erfolgt der selbstständige Gebrauch der Fremdsprache in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen.

Lehrbuch: English Unlimited B1, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539906-8.

FK4.E310 Frau Christine Howard
10.2.-7.4.22, 27 UStd.

9x Do, 9.30-12 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
 € 89,40 (erm: € 47,55)

Englisch B1.10 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit B1.9 Vorkenntnissen

Im Kurs werden in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die Elementarkenntnisse in Englisch weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. In einfachen zusammenhängenden Sätzen erfolgt der selbstständige Gebrauch der Fremdsprache in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen.

Lehrbuch: English Unlimited B1, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539906-8

FK4.E312 Frau Christine Howard
28.4.-7.7.22, 30 UStd.

10x Do, 9.30-12 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
 € 99,00 (erm: € 52,50)

Englisch B1.7 mit Muße

Ein Englischkurs für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen B1.6, die gern am Vormittag lernen. Mit Muße und viel Spaß wird die selbstständige Sprachverwendung in Englisch weiter entwickelt. Ziel ist es, die englische Sprache in einem Tempo passend zu den Kursteilnehmenden zu erlernen und dadurch Vertrauen beim Sprechen, Lesen, Hören und Schreiben in Routinesituationen und zu Alltagsthemen zu entwickeln.

Lehrbuch: English Unlimited B1, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539906-8.

FK4.E307 Frau Christine Howard
14.9.-30.11.21, 30 UStd.

10x Di, 10-12.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 99,00 (erm: € 52,50)

Englisch B1.8 mit Muße

Ein Englischkurs für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen B1.7, die gern am Vormittag lernen. Mit Muße und viel Spaß wird die selbstständige Sprachverwendung in Englisch weiter entwickelt. Ziel ist es, die englische Sprache in einem Tempo passend zu den Kursteilnehmenden zu erlernen und dadurch Vertrauen beim Sprechen, Lesen, Hören und Schreiben in Routinesituationen und zu Alltagsthemen zu entwickeln.

Lehrbuch: English Unlimited B1, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539906-8

FK4.E314 Frau Christine Howard
8.2.-5.4.22, 24 UStd.

8x Di, 10-12.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 79,80 (erm: € 42,60)

Englisch B1.9 mit Muße

Ein Englischkurs für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen B1.8, die gern am Vormittag lernen. Mit Muße und viel Spaß wird die selbstständige Sprachverwendung in Englisch weiter entwickelt. Ziel ist es, die englische Sprache in einem Tempo passend zu den Kursteilnehmenden zu erlernen und dadurch Vertrauen beim Sprechen, Lesen, Hören und Schreiben in Routinesituationen und zu Alltagsthemen zu entwickeln.

Lehrbuch: English Unlimited B1, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539906-8.

FK4.E316 Frau Christine Howard
26.4.-28.6.22, 30 UStd.

10x Di, 10-12.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 99,00 (erm: € 52,50)

Englisch B1 Auffrischung & Konversation

Dieser Kurs richtet sich an Lernende, die die Stufe B1 abgeschlossen haben und einen sanften Einstieg in B1+ wünschen. Wir werden ausgewählte Kursschwerpunkte auffrischen sowie in lebhaftes Gespräche über verschiedene Themen einsteigen. Vertrauensbildende Kommunikationsübungen und sprachbasierte Spiele dienen der Vertiefung von Grammatik und Wortschatz.

FK4.E311 Frau Carol McGuigan
22.9.-8.12.21, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B1 Auffrischung Life in Englisch

Möchten Sie Ihr Schulenglisch auffrischen oder haben Sie die Grundlagen gelernt, aber es ist lange her, dass Sie Gelegenheit hatten zu üben? In diesem entspannten Kurs haben Sie die Möglichkeit, Ihre Kenntnisse aufzufrischen und interessante Geschichten aus der ganzen Welt zu erkunden. Der Kurs basiert auf der Lehrbuchreihe von National Geographic Life, die verschiedene Kulturen und Landschaften der Erde vorstellt. In Videos und Geschichten werden spannende Traditionen und Menschen kennen gelernt, eigene Gedanken dazu ausgetauscht und der passive und aktive Wortschatz beträchtlich erweitert. Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.E309 Frau Maya Pressnall
26.10.-14.12.21, 24 UStd.

8x Di, 14-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 79,80 (erm: € 42,60)

FK4.E318 Frau Maya Pressnall
8.2.-5.4.22, 24 UStd.

8x Di, 14-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 79,80 (erm: € 42,60)

FK4.E320 Frau Maya Pressnall
3.5.-21.6.22, 24 UStd.

8x Di, 14-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 79,80 (erm: € 42,60)

Englisch B1+4 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit B1+3 Vorkenntnissen.

Im Kurs wird in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die selbstständige Sprachverwendung in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen umfassend und vertiefend weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. Konversation und themenzentrierte Interaktion dienen dazu, die eigene Meinung zu formulieren.

Lehrbuch: English Unlimited B1+, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539915-0.

FK4.E323 Herr Richard Neal
22.9.-8.12.21, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B1+7 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit B1+6 Vorkenntnissen.

Im Kurs wird in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die selbstständige Sprachverwendung in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen umfassend und vertiefend weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. Konversation und themenzentrierte Interaktion dienen dazu, die eigene Meinung zu formulieren.

Lehrbuch: English Unlimited B1+, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539915-0.

FK4.E325 Frau Christine Howard
14.9.-30.11.21, 30 UStd.

10x Di, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 99,00 (erm: € 52,50)

Englisch B1 Konversation & Grammatik

Speaking practice on various topics, role plays, pair exercises, group work, listening practice with a bit of grammar. For students at intermediate level B1. Course material will be announced when the course begins.

FK4.E313 Frau Judith Wickström-Haber
23.9.-9.12.21, 20 UStd.

10x Do, 9-10.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E315 Frau Ramelle Barber-Meyer
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 10-11.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E317 Frau Ramelle Barber-Meyer
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 12-13.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E322 Frau Judith Wickström-Haber
10.2.-19.5.22, 26 UStd.

13x Do, 9-10.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 86,20 (erm: € 45,90)

FK4.E324 Frau Ramelle Barber-Meyer
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 10-11.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E326 Frau Ramelle Barber-Meyer
3.5.-5.7.22, 20 UStd.
 10x Di, 10-11.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E328 Frau Ramelle Barber-Meyer
11.1.-29.3.22, 20 UStd.
 10x Di, 12-13.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E330 Frau Ramelle Barber-Meyer
3.5.-5.7.22, 20 UStd.
 10x Di, 12-13.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E332 Frau Eve Adam
10.2.-31.3.22, 16 UStd.
 8x Do, 16-17.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
 € 54,20 (erm: € 29,40)
 (nur als Präsenzkurs)

FK4.E334 Frau Eve Adam
5.5.-30.6.22, 16 UStd.
 8x Do, 16-17.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
 € 54,20 (erm: € 29,40)
 (nur als Präsenzkurs)

Englisch B1 Konversation & Grammatik

Do you want to speak English in a lively, open and interesting class? Would you like to work on your grammar at the same time, and immediately integrate what you learn into stimulating conversation? If so, this is the right class for you. Speaking time is maximised, topics are varied and tailored to the group. For students at intermediate level B1. Course material will be announced when the course begins.

FK4.E319 Herr Richard Neal
22.9.-8.12.21, 20 UStd.
 10x Mi, 19.45-21.15 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E336 Herr Richard Neal
12.1.-23.3.22, 20 UStd.
 10x Mi, 19.45-21.15 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E338 Herr Richard Neal
27.4.-29.6.22, 20 UStd.
 10x Mi, 19.45-21.15 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B1 Easy Conversation (Onlinekurs)

Entdecken Sie interessante Themen und genießen Sie es, an anregenden Gesprächen teilzunehmen, während Sie Ihr Verständnis verbessern, Ihren Wortschatz erweitern und an der Grammatik arbeiten! In diesem Onlinekurs werden wir kurze Texte lesen, kurze Videos ansehen und über eine Vielzahl von Themen sprechen. Hier können Sie Ihr Englisch von zu Hause oder von der Arbeit aus verbessern. Der Kurs konzentriert sich

hauptsächlich auf das Üben von Sprachfähigkeiten. Gleichzeitig werden wir an jeder benötigten Grammatik arbeiten und Ihren Wortschatz aufbauen.

FK4.E321 Frau Maya Pressnall
29.10.-17.12.21, 16 UStd.
 8x Fr, 16-17.30 Uhr
 € 54,20 (erm: € 29,40)

FK4.E340 Frau Maya Pressnall
11.2.-1.4.22, 16 UStd.
 8x Fr, 16-17.30 Uhr
 € 54,20 (erm: € 29,40)

FK4.E342 Frau Maya Pressnall
29.4.-24.6.22, 16 UStd.
 8x Fr, 16-17.30 Uhr
 € 54,20 (erm: € 29,40)

Englisch Aussprachetraining ab B1 Für Alltag und Beruf.

Für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen der Kompetenzstufe B1. Sie lernen gerade Englisch und möchten von Anfang an gut sprechen? Dann ist das der richtige Kurs für Sie. Sie lernen wichtige Besonderheiten der englischen Aussprache, verbessern Ihren Wortschatz sowie Ihr Hörverstehen und üben die Aussprache in typischen Situationen aus Alltag und Beruf. In einer kleinen Gruppe bekommen Sie spezielle Übungen für die Laute, die Ihnen besonders schwer fallen. Kursinhalte: schwierige Laute, Wortakzente, Satzmelodie und Sprachrhythmus. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.E344 Frau Erica Muller
11.1.-29.3.22, 20 UStd.
 10x Die, 19.45-21.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E346 Frau Erica Muller
26.4.-28.6.22, 20 UStd.
 10x Die, 19.45-21.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B1+1 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit B1 Vorkenntnissen. Im Kurs wird in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die selbstständige Sprachverwendung in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen umfassend und vertiefend weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. Konversation und themenzentrierte Interaktion dienen dazu, die eigene Meinung zu formulieren. Lehrbuch: English Unlimited B1+, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539915-0.

FK4.E348 Frau Carol McGuigan
12.1.-23.3.22, 20 UStd.
 10x Mi, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B1+2 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit B1+1 Vorkenntnissen.

Im Kurs wird in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die selbstständige Sprachverwendung in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen umfassend und vertiefend weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. Konversation und themenzentrierte Interaktion dienen dazu, die eigene Meinung zu formulieren.

Lehrbuch: English Unlimited B1+, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539915-0.

FK4.E350 Frau Carol McGuigan
27.4.-29.6.22, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B1+5 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit B1+4 Vorkenntnissen.

Im Kurs wird in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die selbstständige Sprachverwendung in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen umfassend und vertiefend weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. Konversation und themenzentrierte Interaktion dienen dazu, die eigene Meinung zu formulieren.

Lehrbuch: English Unlimited B1+, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539915-0.

FK4.E352 Herr Richard Neal
12.1.-23.3.22, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B1+6 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit B1+5 Vorkenntnissen.

Im Kurs wird in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die selbstständige Sprachverwendung in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen umfassend und vertiefend weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. Konversation und themenzentrierte Interaktion dienen dazu, die eigene Meinung zu formulieren.

Lehrbuch: English Unlimited B1+, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539915-0.

FK4.E354 Herr Richard Neal
27.4.-29.6.22, 20 UStd.
 10x Mi, 18-19.30 Uhr
 VHS, Wasserstorstraße 4, R. 204
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B1+8 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit B1+7 Vorkenntnissen.

Im Kurs wird in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die selbstständige Sprachverwendung in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen umfassend und vertiefend weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. Konversation und themenzentrierte Interaktion dienen dazu, die eigene Meinung zu formulieren.

Lehrbuch: English Unlimited B1+, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539915-0.

FK4.E356 Frau Christine Howard
8.2.-5.4.22, 24 UStd.
 8x Di, 18-20.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
 € 79,80 (erm: € 42,60)

Englisch B1+9 step-by-step

Für Teilnehmer*innen mit B1+8 Vorkenntnissen

Im Kurs wird in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß die selbstständige Sprachverwendung in den Kompetenzen Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen umfassend und vertiefend weiter entwickelt. Wortschatz und Grammatik werden erweitert und in vertrauten privaten und beruflichen Alltagssituationen angewandt. Konversation und themenzentrierte Interaktion dienen dazu, die eigene Meinung zu formulieren.

Lehrbuch: English Unlimited B1+, Coursebook with-Portfolio DVD-ROM + 3 Audio CDs, Cambridge University Press/Klett Verlag, ISBN 978-3-12-539915-0.

FK4.E358 Frau Christine Howard
26.4.-28.6.22, 30 UStd.
 10x Di, 18-20.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
 € 99,00 (erm: € 52,50)

Englisch B2 für den Beruf (Onlinekurs)

In this online class, we will focus on important aspects of English related to business world - including small talk, working in an international team, and writing resumes, reports, and emails. If you need to prepare a perfect resume or report, this is the course for you. The course material is flexible and can be altered to suit the needs of the participants.

FK4.E401 Frau Maya Pressnall
26.10.-14.12.21, 24 UStd.
 8x Di, 18.30-21 Uhr
 € 79,80 (erm: € 42,60)

FK4.E400 Frau Maya Pressnall
8.2.-5.4.22, 24 UStd.
 8x Di, 18.30-21 Uhr
 € 79,80 (erm: € 42,60)

FK4.E402 Frau Maya Pressnall
3.5.-21.6.22, 24 UStd.
 8x Di, 18.30-21 Uhr
 € 79,80 (erm: € 42,60)

Englisch B2 für den Beruf - English for Presentations

auch als Bildungsurlaub

In international business situations the importance of being able to present ideas and negotiate in the English language is becoming more important. This compact seminar offers you the chance to learn and practise these key communication skills in realistic business simulations. For students at upper-intermediate level B2. Course material will be provided by the teacher. Nach dem Berliner Bildungsurlaubsgesetz (BildUrlG) vom 24.10.1990, § 11 (1) gilt der Kurs im Sinne beruflicher Weiterbildung als anerkannt.

FK4.E404 Herr Lito Parker
13.-17.6.22, 30 UStd.
 Mo-Fr, 9.30-14.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
 € 99,00 (erm: € 52,50)
 (nur als Präsenzkurs)

Englisch B2.4

This group focuses on using themes in the course book through lively active conversations, which encourage the use of the vocabulary, used expressions and idioms, and the grammar in the particular chapter. Using the tenses correctly and relevant phraseology is encouraged. Racing through the course book is not the aim. Each chapter contains elements of speaking, reading and writing. Themes vary from personal and cultural questions to environment and business, in other words, very topical. These themes enhance your ability to participate in more meaningful conversations in English. Please feel welcome to join. For students at upper-intermediate level B2. Course material will be announced when the course begins.

FK4.E403 Herr Christopher McLaren
22.9.-8.12.21, 20 UStd.
 10x Mi, 19.15-20.45 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B2.5

This group focuses on using themes in the course book through lively active conversations, which encourage the use of the vocabulary, used expressions and idioms, and the grammar in the particular chapter. Using the tenses correctly and relevant phraseology is encouraged. Racing through the course book is not the aim. Each chapter contains elements of speaking, reading and writing. Themes vary from personal and cultural questions to

environment and business, in other words, very topical. These themes enhance your ability to participate in more meaningful conversations in English. Please feel welcome to join. For students at upper-intermediate level B2. Course material will be announced when the course begins.

FK4.E405 Herr Christopher McLaren
22.9.-8.12.21, 20 UStd.
 10x Mi, 17.30-19 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E406 Herr Christopher McLaren
12.1.-23.3.22, 20 UStd.
 10x Mi, 19.15-20.45 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B2.6

This group focuses on using themes in the course book through lively active conversations, which encourage the use of the vocabulary, used expressions and idioms, and the grammar in the particular chapter. Using the tenses correctly and relevant phraseology is encouraged. Racing through the course book is not the aim. Each chapter contains elements of speaking, reading and writing. Themes vary from personal and cultural questions to environment and business, in other words, very topical. These themes enhance your ability to participate in more meaningful conversations in English. Please feel welcome to join. For students at upper-intermediate level B2. Course material will be announced when the course begins.

FK4.E408 Herr Christopher McLaren
27.4.-29.6.22, 20 UStd.
 10x Mi, 19.15-20.45 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E410 Herr Christopher McLaren
12.1.-23.3.22, 20 UStd.
 10x Mi, 17.30-19 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B2.7

This group focuses on using themes in the course book through lively active conversations, which encourage the use of the vocabulary, used expressions and idioms, and the grammar in the particular chapter. Using the tenses correctly and relevant phraseology is encouraged. Racing through the course book is not the aim. Each chapter contains elements of speaking, reading and writing. Themes vary from personal and cultural questions to environment and business, in other words, very topical. These themes enhance your ability to participate in more meaningful conversations in English. Please feel welcome to join. For students at upper-intermediate level B2. Course material will be announced when the course begins.

FK4.E412 Herr Christopher McLaren
27.4.-29.6.22, 20 UStd.
 10x Mi, 17.30-19 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B2 kompakt

Courses are designed for learners who have achieved a good (Intermediate level) command of English and want to improve their communicative skills and knowledge of English considerably. The focus will be on a variety of speaking activities as well as active listening practice. Improvement of grammatical knowledge and the further development of productive vocabulary will be given due attention. Cross-cultural aspects of communication will be actively involved.

Teaching material: New Headway Upper Intermediate, Fourth Edition, Student's Book with German Wordlist, Oxford University Press, ISBN 978-0-19-4718691, Unit 1-3.

FK4.E407 Herr Peter J. Luecke-Degrout
7.-30.9.21, 32 UStd.
 4x Di/Do, 18-21.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
 € 105,40 (erm: € 55,80)

Teaching material: New Headway Upper Intermediate, Fourth Edition, Student's Book with German Wordlist, Oxford University Press, ISBN 978-0-19-4718691, Unit 4-6.

FK4.E409 Herr Peter J. Luecke-Degrout
5.10.-11.11.21, 32 UStd.
 4x Di/Do, 18-21.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
 € 105,40 (erm: € 55,80)

Teaching material: New Headway Upper Intermediate, Fourth Edition, Student's Book with German Wordlist, Oxford University Press, ISBN 978-0-19-4718691, Unit 7-9.

FK4.E411 Herr Peter J. Luecke-Degrout
16.11.-9.12.21, 32 UStd.
 4x Di/Do, 18-21.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
 € 105,40 (erm: € 55,80)

Teaching material: New Headway Upper Intermediate, Fourth Edition, Student's Book with German Wordlist, Oxford University Press, ISBN 978-0-19-4718691, Unit 10-12.

FK4.E414 Herr Peter J. Luecke-Degrout
11.1.-10.2.22, 32 UStd.
 4x Di/Do, 18-21.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
 € 105,40 (erm: € 55,80)

Englisch B2 English in the Real World (Onlinekurs)

Are you looking for an interesting way to maintain and improve your English skills? In this online course, you can start your weekend with a fast-paced, informative course that you can enjoy from home or the office. Together, we will watch a variety

of TED talks (TED stands for 'Technology, Entertainment, and Design'), which are a great way to practice your listening skills in English while building vocabulary and expanding your knowledge at the same time. Discussion, reading related articles, and fine-tuning grammar skills are all integrated into the lessons. Be prepared to learn about the world and encounter interesting perspectives while improving your English skills and becoming more confident in expressing your opinion!

FK4.E413 Frau Maya Pressnall
29.10.-17.12.21, 16 UStd.
 8x Fr, 18-19.30 Uhr
 € 54,20 (erm: € 29,40)

FK4.E416 Frau Maya Pressnall
11.2.-1.4.22, 16 UStd.
 8x Fr, 18-19.30 Uhr
 € 54,20 (erm: € 29,40)

FK4.E418 Frau Maya Pressnall
29.4.-24.6.22, 16 UStd.
 8x Fr, 18-19.30 Uhr
 € 54,20 (erm: € 29,40)

Englisch B2/B2+ News Hour (Onlinekurs)

Do you want the opportunity to regularly practise your English, but have little time? Then this online course is perfect for you. In this course, you can finish your work week with a relaxed and informative lesson, in which we will read a current news article and then discuss it. Build your vocabulary, perfect your reading skills, and practise giving your opinion. Participants will have the chance to suggest topics that are relevant or interesting to them, and you will receive real-time language correction that will help you to perfect your speaking skills.

FK4.E419 Frau Maya Pressnall
29.10.-17.12.21, 16 UStd.
 8x Fr, 12.30-14 Uhr
 € 54,20 (erm: € 29,40)

FK4.E428 Frau Maya Pressnall
11.2.-1.4.22, 16 UStd.
 8x Fr, 12.30-14 Uhr
 € 54,20 (erm: € 29,40)

FK4.E430 Frau Maya Pressnall
29.4.-24.6.22, 16 UStd.
 8x Fr, 12.30-14 Uhr
 € 54,20 (erm: € 29,40)

Englisch B2 Konversation & Grammatik

A course for students with a good grasp of English at the upper-intermediate level B2 who would like to have fun with communicative activities and improve their grammar. Course material will be announced when the course begins.

FK4.E415 Frau Charis Moore
20.9.-6.12.21, 20 UStd.
 10x Mo, 18.45-20.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E420 Frau Charis Moore
10.1.-21.3.22, 20 UStd.
 10x Mo, 18.45-20.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E422 Frau Charis Moore
25.4.-4.7.22, 20 UStd.
 10x Mo, 18.45-20.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch B2 TOEFL Preparation

The TOEFL-Test of English as a Foreign Language - is required for admission to universities in the USA and other English-speaking countries. In a comfortable yet challenging atmosphere, this course will give you focused practice in the speaking, listening, reading and writing skills needed for success on the new TOEFL iBT (Internet-Based Test). Through the course you will also gain familiarity with the format and procedures of the TOEFL iBT. Not least, you will have the opportunity to improve your general English speaking fluency and confidence. For students at upper-intermediate level B2.

Teaching material: Preparation Course for the TOEFL iBT Test, 3rd Edition, Longman, ISBN-13: 978-0-13-324802-9. Bitte kaufen Sie das Lehrbuch erst zum Kursbeginn, da kurzfristige Änderungen nicht ausgeschlossen sind.

Weitere Informationen zum TOEFL Test unter www.toefl.org, www.gls-sprachenzentrum.de und www.language-testing-service.de

FK4.E421 Herr Lito Parker
6.11.-11.12.21, 36 UStd.
 6x Sa, 9.30-14.45 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 118,20 (erm: € 62,40)

FK4.E432 Herr Lito Parker
12.2.-19.3.22, 36 UStd.
 6x Sa, 9.30-14.45 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 118,20 (erm: € 62,40)

FK4.E434 Herr Lito Parker
7.5.-18.6.22, 36 UStd.
 6x Sa, 9.30-14.45 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 118,20 (erm: € 62,40)

Englisch B2 Konversation & Literatur

For students at upper intermediate level B2. In each lesson, we will read and discuss a short story by an author from an English-speaking country. This is a perfect opportunity to practise your English by entering fictional worlds, meeting characters, expressing opinions about their motivation and talking about other ideas in each narrative. New vocabulary will be explained and some light feedback given. A chance to enjoy and expand your conversation skills. Course material will be provided by the teacher.

FK4.E417 Frau Carol McGuigan
23.9.-9.12.21, 20 UStd.
 10x Do, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E424 Frau Carol McGuigan
13.1.-24.3.22, 20 UStd.
 10x Do, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E426 Frau Carol McGuigan
28.4.-7.7.22, 20 UStd.
 10x Do, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FRANZÖSISCH

Französisch Beratung + Einstufung

Welche Stufe? Welcher Kurs?
 Nach einem Gespräch oder Test erhalten Sie eine Empfehlung für den geeigneten Kurs. Unentgeltlich und ohne Voranmeldung. Bitte planen Sie für die Beratung etwas Zeit ein.

FK4.F001 Frau Isabelle Bruniquet
14.9.21, Di, 15-18 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 entgeltfrei

FK4.F002 Frau Isabelle Bruniquet
4.1.22, Di, 15-18 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 entgeltfrei

Isabelle Bruniquet Studium an der Université de la Réunion sowie Université Paul Valéry in Montpellier mit dem Abschluss DEA/Master 2 für Sprach-, Literatur- und Kulturwissenschaft. Seit 1989 Französischunterricht an Grund-, Ober- oder Hochschulen in Bamberg, Zwickau und Berlin sowie seit 2018 selbständige Kulturreferentin mit Schwerpunkt Afrika, Frauen- und Kinderrechte. Dozentin für Französisch an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg seit 2018.

Französisch A1.1 (Onlinekurs)

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse
 Basiert auf einfache Situationen werden erste Gespräche auf Französisch geführt: Sich kennenlernen; Etwas trinken gehen und bezahlen; Unterkunft reservieren und einchecken; Über sich selbst, seine Vorliebe und Aktivitäten sprechen. Grammatik, Aussprache und Vokabeln werden peu à peu eingeführt und geübt inkl. Landeskunde über Frankreich und interkulturelle Tipps! Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.F101 Frau Isabelle Bruniquet
24.9.-10.12.21, 20 UStd.
 10x Fr, 14.30-16 Uhr
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Englisch C1 Konversation & Grammatik

Advanced Conversation.

A lovely way of learning to hold a conversation about people, future events, the environment, food, health, money, transport, education, social life, technology and the world of work. For students at advanced level C1. Course material will be announced when the course begins.

FK4.E501 Herr Christopher McLarren
21.9.-7.12.21, 20 UStd.
 10x Di, 19.15-20.45 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E502 Herr Christopher McLarren
11.1.-29.3.22, 20 UStd.
 10x Di, 19.15-20.45 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.E504 Herr Christopher McLarren
26.4.-28.6.22, 20 UStd.
 10x Di, 19.15-20.45 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch A1.1

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse.
 Lehrbuch: Voyages neu A1, Klett Verlag, ISBN 3-12-529412-7, Lektionen 1-2.

FK4.F102 Frau Nicole Fallet
12.1.-23.3.22, 20 UStd.
 10x Mi, 19.30-21 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 67,00 (erm: € 36,00)
 (nur als Präsenzkurs)

Französisch A1.1 kompakt

Ein 3-wöchiger Kompaktkurs für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse.
 Lehrbuch: Voyages neu A1, Klett Verlag, ISBN 3-12-529412-7, Lektionen 1-2.

FK4.F103 Frau Nicole Fallet,
 Herr Gabriel Reviron
27.9.-27.10.21, 18 UStd.
 3x Mo/Mi, 18-20.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103/2110
 € 60,60 (erm: € 32,70)

FK4.F104 Frau Nicole Fallet,
 Herr Gabriel Reviron
7.-23.2.22, 18 UStd.
 3x Mo/Mi, 18-20.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103/2110
 € 60,60 (erm: € 32,70)

Französisch A1.1 für Alltag, Beruf und Schule

Auch als Bildungsurlaub.

Ein einwöchiger Kompaktkurs für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse, die einen schnellen Einstieg in die französische Sprache wünschen. Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse für die Kommunikation in Alltag, Schule und Beruf. Besonders geeignet auch für Arbeitnehmer in Dienstleistungsbranchen, wie Hotel, Gastronomie, Verkehr, Handel, Tourismus sowie Öffentlicher Dienst. Nach dem Berliner Bildungsurlaubsgesetz (BiUrlG) vom 24.10.1990, § 11 (1) gilt der Kurs im Sinne beruflicher Weiterbildung als anerkannt. Das Lehrmaterial von der Kursleitung

FK4.F108 Frau Nicole Fallet
11.-15.7.22, 30 UStd.
 Mo-Fr, 9.30-14.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 99,00 (erm: € 52,50)
 (nur als Präsenzkurs)

FK4.F106 Frau Mélanie Meilhac
31.1.-4.2.22, 30 UStd.
 Mo-Fr, 9.30-14.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 99,00 (erm: € 52,50)

Französisch A1.1 Sommerkurs

Ein 3-wöchiger Kompaktkurs.
 Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse.
 Lehrbuch: Voyages neu A1, Klett Verlag, ISBN 3-12-529412-7, Lektionen 1-2.

FK4.F110 Frau Nicole Fallet
4.-20.7.22, 18 UStd.
 3x Mo/Mi, 18-20.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 60,60 (erm: € 32,70)
 (nur als Präsenzkurs)

Französisch A1.2

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.1.
 Lehrbuch: Voyages neu A1, Klett Verlag, ISBN 3-12-529412-7, Lektionen 3-5.

FK4.F112 Frau Nicole Fallet
27.4.-29.6.22, 20 UStd.
 10x Mi, 19.30-21 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
 € 67,00 (erm: € 36,00)
 (nur als Präsenzkurs)

Französisch A1.2 kompakt

Ein 3-wöchiger Kompaktkurs
Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.1.

Lehrbuch: Voyages neu A1, Klett Verlag, ISBN 3-12-529412-7, Lektionen 3-5.

FK4.F105 Frau Nicole Fallet,
Herr Gabriel Reviron
1.-17.11.21, 18 UStd.

3x Mo/Mi, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103/2110
€ 60,60 (erm: € 32,70)

FK4.F114 Frau Nicole Fallet,
Herr Gabriel Reviron
28.2.-16.3.22, 18 UStd.

3x Mo/Mi, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103/2110
€ 60,60 (erm: € 32,70)

Französisch A1.2 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.1.

Basiert auf praktische Situationen wird die Kommunikation auf Französisch erweitert: Sich kennenlernen; Seine Stadt vorstellen - Weg Beschreibung; Einkaufen gehen; Über Freizeit und Kultur sprechen. Grammatik, Aussprache und Vokabeln werden geübt inkl. Landeskunde über Frankreich und französischsprachige Regionen! Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.F116 Frau Isabelle Bruniquet
14.1.-25.3.22, 20 UStd.

10x Fr, 14.30-16 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch A1.3

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.2

Lehrbuch: Voyages neu A1, Klett Verlag, ISBN 3-12-529412-7, Lektionen 6-8.

FK4.F109 Frau Mélanie Meilhac
23.9.-9.12.21, 20 UStd.

10x Do, 16-17.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch A1.3 kompakt

Ein 3-wöchiger Kompaktkurs.

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.2.

Lehrbuch: Voyages neu A1, Klett Verlag, ISBN 3-12-529412-7, Lektionen 6-8.

FK4.F107 Frau Nicole Fallet;
Herr Gabriel Reviron
22.11.-8.12.21, 18 UStd.

3x Mo/Mi, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103/2110
€ 60,60 (erm: € 32,70)

FK4.F118 Frau Nicole Fallet; Herr Gabriel Reviron
21.3.-6.4.22, 18 UStd.

3x Mo/Mi, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103/2110
€ 60,60 (erm: € 32,70)

Französisch A1.3 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.2.

In Alltagssituationen ist Französisch nicht mehr so fremd und die Unterhaltung fällt einfacher: Man kann über sich selbst, die Familie und Freunde reden und über Verkehrsmittel, die Vergangenheit oder das Essen gehen erzählen. Grammatik, Aussprache und Vokabeln werden weiter geübt inkl. Wissenswertes über Frankreich und die Frankophonie! Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.F120 Frau Isabelle Bruniquet
29.4.-1.7.22, 20 UStd.

10x Fr, 14.30-16 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch A1.4

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.3.

Lehrbuch: Voyages neu A1, Klett Verlag, ISBN 3-12-529412-7, Lektionen 9-12.

FK4.F111 Frau Isabelle Bruniquet
22.9.-8.12.21, 20 UStd.

10x Mi, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.F113 Frau Mélanie Meilhac
23.9.-9.12.21, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.F122 Frau Mélanie Meilhac
13.1.-24.3.22, 20 UStd.

10x Do, 16-17.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.F124 Frau Nicole Fallet
25.4.-30.5.22, 18 UStd.

6x Mo, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 60,60 (erm: € 32,70)
(nur als Präsenzkurs)

Französisch A1.4 kompakt

Ein 3-wöchiger Kompaktkurs.

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.3.

Lehrbuch: Voyages neu A1, Klett Verlag, ISBN 3-12-529412-7, Lektionen 9-12.

FK4.F126 Frau Nicole Fallet;
Herr Gabriel Reviron
10.-26.1.22, 18 UStd.

3x Mo/Mi, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103/2110
€ 60,60 (erm: € 32,70)

Französisch A1/A2 Auffrischung & Konversation**Sommerkurs**

Sie wollen von der Sommerpause profitieren, um Ihr Französisch aufzufrischen? Sie möchten gerne Ihre Sprechkompetenz trainieren? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig! Wir wiederholen die Basisgrammatik (Fragen, Verneinung, Vergangenheitsformen, conditionnel...) und die wichtigsten Vokabeln. Durch viele kommunikative Aktivitäten tauchen Sie wieder ein in die französische Sprache und Kultur! Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.F128 Frau Mélanie Meilhac
12.-28.7.22, 18 UStd.

3x Di/Do, 17-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 60,60 (erm: € 32,70)

Französisch A2.1

Voraussetzung: Kenntnisse der abgeschlossenen Kompetenzstufe A1.

Lehrbuch: Voyages neu A2, Klett Verlag, ISBN 3-12-529422-6, Lektionen 1-3.

FK4.F202 Frau Isabelle Bruniquet
12.1.-23.3.22, 20 UStd.

10x Mi, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.F204 Frau Mélanie Meilhac
13.1.-24.3.22, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.F206 Frau Mélanie Meilhac
28.4.-7.7.22, 20 UStd.

10x Do, 16-17.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch A2.2

Voraussetzung: Kenntnisse im Umfang der Kompetenzstufe A2.1.

Lehrbuch: Voyages neu A2, Klett Verlag, ISBN 3-12-529422-6, Lektionen 4-6.

FK4.F208 Frau Isabelle Bruniquet
27.4.-29.6.22, 20 UStd.

10x Mi, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.F210 Frau Mélanie Meilhac
28.4.-7.7.22, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch A2.3 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A2.2.

Lehrbuch: Voyages neu A2, Klett Verlag, ISBN 3-12-529422-6, Lektionen 7-9.

FK4.F201 Frau Naoual Belakhdar
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch A2.4

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A2.3.

Lehrbuch: Voyages neu A2, Klett Verlag, ISBN 3-12-529422-6, Lektionen 10-12.

FK4.F203 Frau Isabelle Bruniquet
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch A2.4 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A2.3.

Lehrbuch: Voyages neu A2, Klett Verlag, ISBN 3-12-529422-6, Lektionen 10-12.

FK4.F212 Frau Naoual Belakhdar
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch A2 Auffrischung & Konversation

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die schon A2-Kenntnisse haben und diese auffrischen wollen. Mit abwechslungsreichen Übungen wiederholen wir wichtige Themen und die Grammatik der Niveaustufe A2 und erwerben en passant neue Sprachkenntnisse. Danach sind Sie fit für einen Folgekurs B1.1 im Wintersemester!

Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.F205 Frau Mélanie Meilhac
23.9.-9.12.21, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch A2/B1 Bewegtes Sprachenlernen

Theaterworkshop

Sie wollen anders Französisch lernen und etwas Neues ausprobieren? Sie mögen Theater und hatten immer Lust, Theater zu spielen? In diesem Workshop können Sie beides kombinieren. Durch viele Aktivitäten (Aufwärmspiele, Improvisationen, Sketche...), die die Sprache und die Kreativität fördern, können Sie in die französische Sprache eintauchen, Ihre Sprachkenntnisse verbessern und in die Praxis umsetzen. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.F214 Frau Mélanie Meilhac
10.-11.6.22, 8 UStd.

1x Fr, 17-20.15; 1x Sa, 10.30-13.45 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103/2106
€ 28,60 (erm: € 16,20)
(nur als Präsenzkurs)

Französisch B1.1

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A2.

Lehrbuch: Voyages neu B1, Klett Verlag, ISBN 3-12-529431-8, Lektionen 1-2.

FK4.F301 Frau Isabelle Bruniquet
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.F302 Frau Isabelle Bruniquet
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.F304 Frau Mélanie Meilhac
13.1.-24.3.22, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch B1.1 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A2.

Lehrbuch: Voyages neu B1, Klett Verlag, ISBN 3-12-529431-8, Lektionen 1-2.

FK4.F306 Frau Naoual Belakhdar
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch B1.2

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe B1.1.

Lehrbuch: Voyages neu B1, Klett Verlag, ISBN 3-12-529431-8, Lektionen 3-5.

FK4.F308 Frau Isabelle Bruniquet
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.F310 Frau Isabelle Bruniquet
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 0,00 (erm: € 0,00)

FK4.F312 Frau Mélanie Meilhac
28.4.-7.7.22, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch B1.3

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe B1.2.

Lehrbuch: Voyages neu B1, Klett Verlag, ISBN 3-12-529431-8, Lektionen 6-8.

FK4.F314 Frau Isabelle Bruniquet
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch B1 Rafrâichissement & conversation (Onlinekurs)

Vous souhaitez rafraîchir vos connaissances de français, renforcer vos capacités d'expression orale ainsi qu'améliorer votre compréhension écrite et orale? Ce cours vous permettra de mener des conversations sur des sujets du quotidien et de société sur la base de lectures et de discussion d'articles de presse, de courts textes littéraires et de matériel audio-visuel. En fonction des besoins des participants, nous pourrions réviser et approfondir certains points de grammaire.

FK4.F305 Frau Naoual Belakhdar
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.F316 Frau Naoual Belakhdar
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.F318 Frau Naoual Belakhdar
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch B1 Conversation & grammaire

Pour tous ceux qui ont déjà un bon niveau de français et qui aimeraient le pratiquer pour le plaisir: débats sur des sujets divers, lectures (articles de journaux, extraits littéraires), chansons et bien sur de la grammaire. Les participants décideront de ce qui les intéresse et de ce qu'ils désirent faire pendant le cours. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.F303 Frau Nicole Fallet
3.11.-15.12.21, 21 UStd.

7x Mi, 18-20.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 70,20 (erm: € 37,65)
(nur als Präsenzkurs)

FK4.F320 Frau Nicole Fallet
12.1.-23.3.22, 20 UStd.

10x Mi, 17.45-19.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 67,00 (erm: € 36,00)
(nur als Präsenzkurs)

FK4.F322 Frau Nicole Fallet
27.4.-29.6.22, 20 UStd.

10x Mi, 17.45-19.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 67,00 (erm: € 36,00)
(nur als Präsenzkurs)

Französisch B2.3 (Onlinekurs)

Le cours s'adresse à des apprenants ayant acquis le niveau B1.

L'approche actionnelle utilisée en cours couvre aussi bien des éléments classiques de l'apprentissage de structures grammaticales que la communication. Ainsi, nous allons aborder des thèmes de l'actualité, interpréter des œuvres d'art...

Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.F401 Frau Christine Belakhdar
20.9.-6.12.21, 20 UStd.
 10x Mo, 18-19.30 Uhr
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch B2.4 (Onlinekurs)

Le cours s'adresse à des apprenants ayant acquis le niveau B1.

L'approche actionnelle utilisée en cours couvre aussi bien des éléments classiques de l'apprentissage de structures grammaticales que la communication. Ainsi, nous allons aborder des thèmes de l'actualité, interpréter des œuvres d'art...

Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.F402 Frau Christine Belakhdar
10.1.-21.3.22, 20 UStd.
 10x Mo, 18-19.30 Uhr
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch B2.5 (Onlinekurs)

Le cours s'adresse à des apprenants ayant acquis le niveau B1.

L'approche actionnelle utilisée en cours couvre aussi bien des éléments classiques de l'apprentissage de structures grammaticales que la communication. Ainsi, nous allons aborder des thèmes de l'actualité, interpréter des œuvres d'art...

Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.F404 Frau Christine Belakhdar
25.4.-4.7.22, 20 UStd.
 10x Mo, 18-19.30 Uhr
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch B2 Rafräichissement & conversation

Vous voulez communiquer spontanément ou après préparation, converser au quotidien ou discuter de thèmes sérieux, écrire un mail pratique ou faire une présentation complexe: c'est ce que nous allons faire ensemble sur des sujets d'actualité, culturels et interculturels... tout en révisant la grammaire!

FK4.F403 Frau Isabelle Bruniquet
22.9.-8.12.21, 20 UStd.
 10x Mi, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.F406 Frau Isabelle Bruniquet
12.1.-23.3.22, 20 UStd.
 10x Mi, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.F408 Frau Isabelle Bruniquet
27.4.-29.6.22, 20 UStd.
 10x Mi, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Französisch B2 Conversation

Conditions d'inscription: avoir fini le niveau B2.

Discuter en s'amusant. S'amuser en apprenant. Apprendre en échangeant. Echanger en argumentant. Chaque nouvelle venue, chaque nouveau venu est un enrichissement. Alors, à bientôt!

FK4.F405 Herr Etienne Legraverend
23.9.-9.12.21, 30 UStd.
 10x Do, 18-20.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
 € 99,00 (erm: € 52,50)

FK4.F410 Herr Etienne Legraverend
13.1.-24.3.22, 30 UStd.
 10x Do, 18-20.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
 € 99,00 (erm: € 52,50)

FK4.F412 Herr Etienne Legraverend
28.4.-7.7.22, 30 UStd.
 10x Do, 18-20.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
 € 99,00 (erm: € 52,50)

ITALIENISCH

Italienisch Beratung + Einstufung

Welche Stufe? Welcher Kurs?

Sie erhalten nach einem Gespräch oder Test eine Empfehlung für die geeignete Stufe und weitere Informationen über Kursinhalte. Unentgeltlich und ohne Voranmeldung. Bitte planen Sie für die Beratung etwas Zeit ein.

FK4.I001 Frau Daria Baldini Dolenz
14.9.21, Di, 15-18 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2107
 entgeltfrei

FK4.I002 Frau Daria Baldini Dolenz
4.1.22, Di, 15-18 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2107
 entgeltfrei

Daria Baldini Dolenz

Studium an der Universität „La Sapienza“ in Rom mit dem Abschluss Master in Geschichte und Kunstgeschichte sowie Zusatzqualifikationen in DITALS I und II (Didaktik für Italienisch als Fremdsprache) und telc-Prüferin für Italienisch A1-A2-B1-B2. Ist seit 2012 als Dozentin für Italienisch tätig in England, Italien, Mailand und Deutschland. Dozentin für Italienisch an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg seit 2019.

Italienisch A1.1

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse.
 Lehrbuch: Con piacere Nuovo A1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-525201-1, Lektionen 1-3.

FK4.I101 Frau Vera Lucia
20.9.-6.12.21, 20 UStd.
 10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I105 Frau Carla Cixi
3.11.-15.12.21, 21 UStd.
 7x Mi, 17-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
 € 70,20 (erm: € 37,65)

FK4.I103 Frau Daria Baldini Dolenz
22.9.-8.12.21, 20 UStd.
 10x Mi, 19.45-21.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch A1.1 am Samstag (Onlinekurs)

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse.
 Lehrbuch: Con piacere Nuovo A1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-525201-1, Lektionen 1-3.

FK4.I107 Frau Daria Baldini Dolenz
30.10.-11.12.21, 21 UStd.
 7x Sa, 9.30-12 Uhr
 € 70,20 (erm: € 37,65)

Italienisch A1.2

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen A1.1 bzw. der Lektionen 1-3.

Lehrbuch: Con piacere Nuovo A1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-525201-1, Lektionen 4-6.

FK4.I102 Frau Vera Lucia
10.1.-21.3.22, 20 UStd.
 10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I104 Frau Daria Baldini Dolenz
12.1.-23.3.22, 20 UStd.
 10x Mi, 19.45-21.15 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
 € 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I106 Frau Carla Cixi
12.1.-23.3.22, 20 UStd.
 10x Mi, 18-19.30 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
 € 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch A1.2 am Samstag (Onlinekurs)

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen A1.1 bzw. der Lektionen 1-3.

Lehrbuch: Con piacere Nuovo A1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-525201-1, Lektionen 4-6.

FK4.I108 Frau Daria Baldini Dolenz
15.1.-5.3.22, 21 UStd.
 7x Sa, 9.30-12 Uhr
 € 70,20 (erm: € 37,65)

Italienisch A1.3

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen A1.2 bzw. der Lektionen 1-6
Lehrbuch: Con piacere Nuovo A1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-525201-1, Lektionen 7-9.

FK4.I109 Frau Daria Baldini Dolenz
22.9.-8.12.21, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I110 Frau Vera Lucia
28.3.-20.6.22, 20 UStd.

10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I112 Frau Carla Cixi
27.4.-29.6.22, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I114 Frau Daria Baldini Dolenz
27.4.-29.6.22, 20 UStd.

10x Mi, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch A1.3 am Samstag (Onlinekurs)

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen A1.2 bzw. der Lektionen 1-6
Lehrbuch: Con piacere Nuovo A1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-525201-1, Lektionen 7-9.

FK4.I116 Frau Daria Baldini Dolenz
12.3.-7.5.22, 21 UStd.

7x Sa, 9.30-12 Uhr
€ 70,20 (erm: € 37,65)

Italienisch A1/A2 Konversation & Auffrischung**Sommerkurs**

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der abgeschlossenen Kompetenzstufe A1 oder die mit der Niveaustufe A2 vor kurzem begonnen haben. In diesem Kurs werden die Sprachkenntnisse der Niveaustufe A1 wiederholt und das freie Sprechen in entspannter Atmosphäre gefördert. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.I118 Frau Daria Baldini Dolenz
6.-27.7.22, 12 UStd.

4x Mi, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 41,40 (erm: € 22,80)

Italienisch A2.1

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der abgeschlossenen Kompetenzstufe A1
Lehrbuch: Con piacere Nuovo A2, Klett Verlag ISBN 978-3-12-525206-6, Lektionen 1-3.

FK4.I201 Frau Daria Baldini Dolenz
20.9.-6.12.21, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I203 Frau Vera Lucia
23.9.-9.12.21, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I202 Frau Daria Baldini Dolenz
12.1.-23.3.22, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch A2.1 am Samstag (Onlinekurs)

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der abgeschlossenen Kompetenzstufe A1
Lehrbuch: Con piacere Nuovo A2, Klett Verlag ISBN 978-3-12-525206-6, Lektionen 1-3.

FK4.I204 Frau Daria Baldini Dolenz
14.5.-25.6.22, 21 UStd.

7x Sa, 9.30-12 Uhr
€ 70,20 (erm: € 37,65)

Italienisch A2.2

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen A2.1 bzw. der Lektionen 1-3
Lehrbuch: Con piacere Nuovo A2, Klett Verlag ISBN 978-3-12-525206-6, Lektionen 4-6.

FK4.I206 Frau Daria Baldini Dolenz
10.1.-21.3.22, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I208 Frau Vera Lucia
13.1.-24.3.22, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I210 Frau Daria Baldini Dolenz
27.4.-29.6.22, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch A2.2 (Onlinekurs)

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen A2.1 bzw. der Lektionen 1-3
Lehrbuch: Con piacere Nuovo A2, Klett Verlag ISBN 978-3-12-525206-6, Lektionen 4-6.

FK4.I205 Frau Vera Lucia
24.9.-10.12.21, 20 UStd.

10x Fr, 17-18.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch A2.3

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen A2.2 bzw. der Lektionen 1-6
Lehrbuch: Con piacere Nuovo A2, Klett Verlag ISBN 978-3-12-525206-6, Lektionen 7-9.

FK4.I212 Frau Vera Lucia
31.3.-23.6.22, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I214 Frau Daria Baldini Dolenz
25.4.-4.7.22, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch A2.3 (Onlinekurs)

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen A2.2 bzw. der Lektionen 1-6
Lehrbuch: Con piacere Nuovo A2, Klett Verlag ISBN 978-3-12-525206-6, Lektionen 7-9.

FK4.I216 Frau Vera Lucia
14.1.-25.3.22, 20 UStd.

10x Fr, 17-18.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch A2/B1 Konversation & Auffrischung**Sommerkurs**

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der abgeschlossenen Kompetenzstufe A2 oder die mit der Niveaustufe B1 vor kurzem begonnen haben. In diesem Kurs werden die Sprachkenntnisse der Niveaustufe A2 wiederholt und das freie Sprechen in entspannter Atmosphäre gefördert. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.I218 Frau Daria Baldini Dolenz
11.-25.7.22, 9 UStd.

3x Mo, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 31,80 (erm: € 17,85)

Italienisch B1.1

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der abgeschlossenen Kompetenzstufe A2.
Lehrbuch: Con piacere Nuovo B1, Klett Verlag ISBN 978-3-12-525212-7, Lektionen 1-3.

FK4.I303 Frau Daria Baldini Dolenz
20.9.-6.12.21, 20 UStd.

10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I301 Frau Vera Lucia
20.9.-6.12.21, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch B1.1 (Onlinekurs)

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der abgeschlossenen Kompetenzstufe A2.
Lehrbuch: Con piacere Nuovo B1, Klett Verlag ISBN 978-3-12-525212-7, Lektionen 1-3.

FK4.I302 Frau Vera Lucia
1.4.-17.6.22, 20 UStd.

10x Fr, 17-18.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch B1.2

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen B1.1 bzw. der Lektionen 1–3.

Lehrbuch: Con piacere Nuovo B1, Klett Verlag ISBN 978-3-12-525212-7, Lektionen 4–5.

FK4.I304 Frau Vera Lucia
10.1.-21.3.22, 20 UStd.

10x Mo, 18–19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I306 Frau Daria Baldini Dolenz
10.1.-21.3.22, 20 UStd.

10x Mo, 19.45–21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch B1.3

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen B1.2 bzw. der Lektionen 1–6.

Lehrbuch: Con piacere Nuovo B1, Klett Verlag ISBN 978-3-12-525212-7, Lektionen 6–7.

FK4.I308 Frau Vera Lucia
28.3.-20.6.22, 20 UStd.

10x Mo, 18–19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I310 Frau Daria Baldini Dolenz
25.4.-4.7.22, 20 UStd.

10x Mo, 19.45–21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch B1.4

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen B1.3 bzw. der Lektionen 1–7.

Lehrbuch: Con piacere Nuovo B1, Klett Verlag ISBN 978-3-12-525212-7, Lektionen 8–9.

FK4.I305 Frau Vera Lucia
23.9.-9.12.21, 20 UStd.

10x Do, 19.45–21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch B2.1

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der abgeschlossenen Kompetenzstufe B1.

Lehrbuch: Nuovo Espresso 4, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-325466-5, Lektionen 1–2.

FK4.I402 Frau Vera Lucia
13.1.-24.3.22, 20 UStd.

10x Do, 19.45–21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch B2.2

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen B2.1 bzw. der Lektionen 1–2.

Lehrbuch: Nuovo Espresso 4, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-325466-5, Lektionen 3–5.

FK4.I404 Frau Vera Lucia
31.3.-23.6.22, 20 UStd.

10x Do, 19.45–21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Italienisch C1 Conversazione e grammatica

Il corso si rivolge a coloro che hanno già raggiunto un livello di competenza avanzato e vogliono mantenere viva e attiva la capacità comunicativa o migliorarla ulteriormente. Lo scopo è di incentivare la spontaneità del parlato attraverso la conversazione, con particolare attenzione alla correttezza espressiva e alla ricchezza del linguaggio. Si prediligerà materiale autentico con particolare attenzione a temi culturalmente rilevanti: riviste di attualità, cinema, musica, letteratura, ecc. Materiale didattico dell'insegnante.

FK4.I501 Frau Carla Cixi
22.9.-8.12.21, 20 UStd.

10x Mi, 19.45–21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I502 Frau Carla Cixi
12.1.-23.3.22, 20 UStd.

10x Mi, 19.45–21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.I504 Frau Carla Cixi
27.4.-29.6.22, 20 UStd.

10x Mi, 19.45–21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
€ 67,00 (erm: € 36,00)

KURDISCH**Kurdisch Beratung + Einstufung**

Welche Stufe? Welcher Kurs?

Sie erhalten nach einem Gespräch oder Test eine Empfehlung für die geeignete Stufe und weitere Informationen über Kursinhalte. Unentgeltlich und ohne Voranmeldung. Bitte planen Sie für die Beratung etwas Zeit ein.

FK4.K001 Herr Resit Aktas
14.9.21, Die, 15–18 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
entgeltfrei

FK4.K002 Herr Resit Aktas
4.1.22, Die, 15–18 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
entgeltfrei

Resit Aktas

Unterrichtet seit 2004 Kurdisch an Berliner Sprachschulen sowie Vereinen und ist Autor eines Lehrwerks Kurdisch-Deutsch und Übersetzer eines Langenscheidt-Wörterbuchs. Ist tätig als Prüfer an Berliner Sprachschulen sowie im Land Brandenburg für die Klassen 9 bis 11 zum Nachweis des B1/B2-Niveaus. Als Musiker erteilt

er Instrumentalunterricht für SaZ. Dozent für Kurdisch an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg seit 2012.

Kurdisch A1.1

Anfängerkurs für Teilnehmende ohne Kurdischkenntnisse.

Sie lernen in entspannter und kommunikativer Atmosphäre den kurdischen Hauptdialekt Kurmanci. Mit einfachen Sprachanwendungen wird geübt, im Alltag und auf Reisen Kurdisch zu verstehen und richtig anzuwenden.

Lehrbuch: Ciwan Tengezar: Ez ji hez dikim, kurdi hin dibim-Ich liebe dich, ich lerne kurdisch:

ISBN: 978-3-948698-00-3, Lösungen und Verbliste: ISBN: 978-3-948698-01-0, Adar Verlag.

FK4.K101 Herr Resit Aktas
20.9.-6.12.21, 20 UStd.

10x Mo, 18–19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Kurdisch A1.2

Für Teilnehmende, die über Kurdischkenntnisse der Stufe A1.1 verfügen.

Sie lernen in entspannter und kommunikativer Atmosphäre den kurdischen Hauptdialekt Kurmanci. Mit einfachen Sprachanwendungen wird geübt, im Alltag und auf Reisen Kurdisch zu verstehen und richtig anzuwenden.

Lehrbuch: Ciwan Tengezar: Ez ji hez dikim, kurdi hin dibim-Ich liebe dich, ich lerne kurdisch:

ISBN: 978-3-948698-00-3, Lösungen und Verbliste: ISBN: 978-3-948698-01-0, Adar Verlag.

FK4.K102 Herr Resit Aktas
10.1.-21.3.22, 20 UStd.

10x Mo, 18–19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Kurdisch A1.3

Für Teilnehmende, die über Kurdischkenntnisse der Stufe A1.2 verfügen.

Sie lernen in entspannter und kommunikativer Atmosphäre den kurdischen Hauptdialekt Kurmanci. Mit einfachen

Sprachanwendungen wird geübt, im Alltag und auf Reisen Kurdisch zu verstehen und richtig anzuwenden.

Lehrbuch: Ciwan Tengezar: Ez ji hez dikim, kurdi hin dibim-Ich liebe dich, ich lerne kurdisch:

ISBN: 978-3-948698-00-3, Lösungen und Verbliste: ISBN: 978-3-948698-01-0, Adar Verlag.

FK4.K104 Herr Resit Aktas
25.4.-4.7.22, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Kurdisch B1.3

Voraussetzung: Vorkenntnisse B1.2
Unterrichtsgespräch in kurdischer Sprache. Axaftin li ser mijarên rojane û mijarên din. Bo nimûne axaftin li ser pirtûk, çapemenî û filman, li ser pirsgirêkan û axaftin li ser hes-tênxwe. Mijarên rêzimanê li gor daxwaza beshdaran bê dubarekirin.

Lehrbuch: Ciwan Tengezar: Ez ji hez dikim, kurdi hin dibim-Ich liebe dich, ich lerne kurdisch:

ISBN: 978-3-948698-00-3. Lösungen und Verbliste: ISBN: 978-3-948698-01-0, Adar Verlag.

FK4.K301 Herr Resit Aktas
20.9.-6.12.21, 20 UStd.

10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Kurdisch B1.4

Vorkenntnisse: Kompetenzstufe B1
Unterrichtsgespräch in kurdischer Sprache. Axaftin li ser mijarên rojane, nûçe û mijarên din. Bo nimûne axaftin li ser pirtûk, çapemenî û filman, li ser pirsgirêkan. Shopandina çapemeniya kurdi. Mijarên rêzimanê li gor daxwaza beshdaran bê dubarekirin.

Lehrbuch: Ciwan Tengezar: Ez ji hez dikim, kurdi hin dibim-Ich liebe dich, ich lerne kurdisch:

ISBN: 978-3-948698-00-3, Lösungen und Verbliste: ISBN: 978-3-948698-01-0, Adar Verlag.

FK4.K302 Herr Resit Aktas
10.1.-21.3.22, 20 UStd.

10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Kurdisch B1.5

Vorkenntnisse: Kompetenzstufe B1
Unterrichtsgespräch in kurdischer Sprache. Nivîsandin û axaftina li ser mijarên rojane. Bikaranîna daçek û biwêjan. Pêshkêshkirina gotaran û shopandina çapemeniya kurdi. Binavkirina wêne û karikatûran. Mijarên rêzimanê li gor daxwaza beshdaran bê dubarekirin.

Lehrbuch: Ciwan Tengezar: Ez ji hez dikim, kurdi hin dibim-Ich liebe dich, ich lerne kurdisch:

ISBN: 978-3-948698-00-3, Lösungen und Verbliste: ISBN: 978-3-948698-01-0, Adar Verlag.

FK4.K304 Herr Resit Aktas
25.4.-4.7.22, 20 UStd.

10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 67,00 (erm: € 36,00)

POLNISCH

Polnisch Beratung + Einstufung

Welche Stufe? Welcher Kurs?

Sie erhalten nach einem Gespräch oder Test eine Empfehlung für die geeignete Stufe und weitere Informationen über Kursinhalte. Unentgeltlich und ohne Voranmeldung. Bitte planen Sie für die Beratung etwas Zeit ein.

FK4.P001 Frau Olena Wehrhahn
13.9.21, Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
entgeltfrei

FK4.P002 Frau Olena Wehrhahn
3.1.22, Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
entgeltfrei

Olena Wehrhahn

Studium an der Staatlichen Pädagogischen Universität in Drohobycz sowie Aufbaustudium am Polonistik-Institut der Jagiellonen Universität in Kraków und danach an der Humboldt-Universität zu Berlin in den Fächern Polonistik, Russistik und Germanistische Linguistik mit dem Abschluss Magistra Artium. Ist seit 1993 tätig im akademischen Bereich, in der Erwachsenenbildung, als telc-Prüferin für Polnisch B1/B2 sowie als Übersetzerin und Dolmetscherin. Dozentin für Polnisch an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg seit 2013.

Polnisch A1.1 für Alltag und Beruf auch als Bildungsurlaub

Ein einwöchiger Kompaktkurs für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die einen schnellen Einstieg in die polnische Sprache wünschen. Ziele und Inhalte: Begrüßungsformeln und -rituale, Verabschiedungen, sich nach der Bedeutung eines Wortes erkundigen, zählen bis 20, sich und andere vorstellen (Herkunft, Adresse, Beruf, Fremdsprachen, Alter, Telefonnummer, E-Mail), nach dem Wohlbefinden fragen, einfache Informationen lesen (Städte, Straßen, Plätze); Das ABC, Aussprache und Betonung, Substantive (Kasus und Genus), Personalpronomen im Nominativ, Possessivpronomen im Nominativ, Verben wie „byc“, „nazywac sie“, „mieszkać“, Substantive im Instrumental, Fragesätze, Lesestrategien, Zahlwörter bis 20, Basiswortschatz, Einführung in die Rechtschreibung. Nach dem Berliner Bildungsurlaubsgesetz (Bi-UrlG) vom 24.10.1990, § 11 (1) gilt der Kurs im Sinne beruflicher Weiterbildung als anerkannt. Besonders geeignet auch für Arbeitnehmer in Dienstleistungsbranchen, wie Hotel, Gastronomie, Verkehr, Handel, Tourismus sowie Öffentlicher Dienst. Lehrmaterialien werden von der Kursleitenden ausgehändigt.

FK4.P104 Frau Olena Wehrhahn
11.-15.7.22, 30 UStd.

Mo-Fr, 9-14 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 99,00 (erm: € 52,50)

Polnisch A1.2

Für Teilnehmer*innen mit geringen Vorkenntnissen

Im Kurs erfolgt die Anwendung des Polnischen in alltäglichen Situationen: Kontakte, Hobbys, Beruf, Familie, Essgewohnheiten und kulinarische Vorlieben, Personenbeschreibung, Wochentage und Tageszeiten, Essen und Trinken bestellen im Restaurant. Sie verbessern die Aussprache, festigen die Lesestrategien und erweitern den Basiswortschatz.

Lehrbuch: Razem neu A1-A2, Klett Verlag, ISBN 3-12-528641-2, Übungsbuch ISBN 3-12-528642-9, Lektionen 4-6

FK4.P101 Frau Olena Wehrhahn
20.9.-6.12.21, 20 UStd.
10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Polnisch A1.3

Im Kurs werden folgende Themen behandelt: Tagesabläufe, Wochenpläne, Wohnsituation und Wünsche, Wohnverhältnisse, Telefonieren, am Bahnhof Tickets kaufen, Orientierung in der Stadt, Verkehrsmittel. Grammatik: Ordnungszahlen bis 24, Lokativ der Substantive, Adjektive und der Possessivpronomina, Verben der Bewegung. Im Anschluss ist ein Folgekurs auf dem A2.1-Niveau zu empfehlen.

Lehrbuch: Razem neu A1-A2, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-528641-2, Arbeitsbuch ISBN 978-3-12-528642-9, Lektionen 7-9. Zusatzmaterialien werden von der Kursleitenden im Kurs ausgehändigt.

FK4.P103 Frau Olena Wehrhahn
20.9.-6.12.21, 20 UStd.
10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.P102 Frau Olena Wehrhahn
10.1.-21.3.22, 20 UStd.
10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Polnisch A2.1

Wir sprechen über Urlaubspläne, Reiseerlebnisse, Jahreszeiten und über das Wetter, spielen Einkaufsdialoge durch und bestellen Eintrittskarten für Kulturveranstaltungen. Grammatik: Instrumental bei Zeitangaben, Grundzahlen bis 1000, Vergangenheitsfor-

men des Verbs, Konjunktiv, Demonstrativ- und Personalpronomen, Präpositionen mit zwei Kasus. Wir lesen kürzere Texte und nehmen diese als Grundlage für kommunikative Übungen. Im Anschluss ist ein Folgekurs auf dem A2.2-Niveau zu empfehlen. Lehrbuch: Razem neu A1-A2, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-528641-2, Arbeitsbuch ISBN 978-3-12-528642-9, Lektionen 10-12. Zusatzmaterialien werden von der Kursleitenden im Kurs ausgehändigt.

FK4.P202 Frau Olena Wehrhahn
10.1.-21.3.22, 20 UStd.
10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.P204 Frau Olena Wehrhahn
25.4.-4.7.22, 20 UStd.
10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 67,00 (erm: € 36,00)

RUSSISCH

Russisch Beratung + Einstufung

Welche Stufe? Welcher Kurs? Sie erhalten nach einem Gespräch oder Test eine Empfehlung für die geeignete Stufe und weitere Informationen über Kursinhalte. Unentgeltlich und ohne Voranmeldung. Bitte planen Sie für die Beratung etwas Zeit ein.

FK4.R001 Frau Julia Sinelnikova
14.9.21, Di, 15-18 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2108
entgeltfrei

FK4.R002 Frau Julia Sinelnikova
4.1.22, Di, 15-18 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2108
entgeltfrei

Julia Sinelnikova

Studium der Literaturwissenschaft und Germanistik an der Universität St. Petersburg mit dem Abschluss Diplomallehrerin für deutsche Sprache und Literatur. Seit 2002 tätig in der Erwachsenenbildung als Deutschlehrerin im Verein „Neubeginn“ und seit 2009 Lehrerin für Russisch im Verein „Most“ sowie Einrichtungen der SozDia-Stiftung. Dozentin für Russisch an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg seit 2005.

Russisch A1.1

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse. Kursbuch: „Jasno! neu A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527678-9 und Übungsbuch, ISBN: 3-12-527679-6, L1-2.

FK4.R101 Frau Swetlana Schabert
5.11.-17.12.21, 21 UStd.
7x Fr, 18-20.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 70,20 (erm: € 37,65)

Russisch A1.1 für Alltag und Beruf

Auch als Bildungsurlaub.

Ein wöchiger Kompaktkurs für Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse, die einen schnellen Einstieg in die russische Sprache wünschen. Der Kurs vermittelt die kyrillischen Buchstaben und Grundkenntnisse für die Kommunikation in Alltag und Beruf. Vorgesehene Themen sind u.a. erste Bekanntschaft, Vorstellung, Kollegen, Familie und Alltagstätigkeiten. Besonders geeignet auch für Arbeitnehmer in Dienstleistungsbranchen, wie Hotel, Gastronomie, Verkehr, Handel, Tourismus sowie Öffentlicher Dienst. Nach dem Berliner Bildungsurlaubsgesetz (BiUrlG) vom 24.10.1990, § 1(1) gilt der Kurs im Sinne beruflicher Weiterbildung als anerkannt.

Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.R102 Frau Ekaterina Kerner
31.1.-4.2.22, 30 UStd.
Mo-Fr, 9.30-14.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 99,00 (erm: € 52,50)

FK4.R104 Frau Ekaterina Kerner
11.-15.7.22, 30 UStd.
Mo-Fr, 9.30-14.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 99,00 (erm: € 52,50)

Russisch A1.2

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.1 bzw. Lektionen 1-2
Kursbuch: „Jasno! neu A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527678-9 und Übungsbuch, ISBN: 3-12-527679-6, L3-4.

Polnisch A2.2

Anwendung des Polnischen in folgenden Situationen: Reservierungen und Probleme im Hotel, Körper und Krankheiten, Medikamente in der Apotheke kaufen, Feste feiern, Glückwünsche und Einladungen. Grammatik: Ordnungszahlen im Genitiv, Modalverben, Aspekte des Verbs in der Vergangenheit, Präpositionen mit Lokativ, Datumsangaben, Verben mit Genitiv und Dativ. Kommunikative Übungen anhand kürzerer Texte. Im Anschluss ist ein Folgekurs auf dem A2.3-Niveau zu empfehlen. Lehrbuch: Razem neu A1-A2, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-528641-2, Arbeitsbuch ISBN 978-3-12-528642-9, Lektionen 13-15. Zusatzmaterialien werden von der Kursleitenden im Kurs ausgehändigt.

FK4.P206 Frau Olena Wehrhahn
25.4.-4.7.22, 20 UStd.
10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.R106 Frau Swetlana Schabert
14.1.-25.3.22, 20 UStd.

10x Fr, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A1.3

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.2 bzw. Lektionen 1-4
Lehrbuch: „Jasno! A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527590-4 und Arbeitsbuch, ISBN: 3-12-527591-1, L5-6.

FK4.R103 Frau Swetlana Schabert
20.9.-6.12.21, 20 UStd.
10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.R105 Frau Ekaterina Kerner
24.9.-10.12.21, 20 UStd.
10x Fr, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.R108 Frau Swetlana Schabert
29.4.-8.7.22, 20 UStd.
10x Fr, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A1.3 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.2 bzw. Lektionen 1-4
Kursbuch: „Jasno! neu A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527678-9 und Übungsbuch, ISBN: 3-12-527679-6, L5-6.

FK4.R107 Frau Julia Sinelnikova
24.9.-10.12.21, 20 UStd.
10x Fr, 19.45-21.15 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A1.4

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.3 bzw. Lektionen 1-6
Lehrbuch: „Jasno! A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527590-4 und Arbeitsbuch, ISBN: 3-12-527591-1, L7-8.

FK4.R109 Frau Swetlana Schabert
20.9.-6.12.21, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.R110 Frau Swetlana Schabert
10.1.-21.3.22, 20 UStd.
10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.R112 Frau Ekaterina Kerner
14.1.-25.3.22, 20 UStd.
10x Fr, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A1.4 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.3 bzw. Lektionen 1-6
Kursbuch: „Jasno! neu A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527678-9 und Übungsbuch, ISBN: 3-12-527679-6, L7-8.

FK4.R114 Frau Julia Sinelnikova
14.1.-25.3.22, 20 UStd.
10x Fr, 19.45-21.15 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A1.5

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.4 bzw. Lektionen 1-8
Lehrbuch: „Jasno! A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527590-4 und Arbeitsbuch, ISBN: 3-12-527591-1, L9.

FK4.R116 Frau Swetlana Schabert
10.1.-21.3.22, 20 UStd.
10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.R118 Frau Swetlana Schabert
25.4.-4.7.22, 20 UStd.
10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.R120 Frau Ekaterina Kerner
29.4.-8.7.22, 20 UStd.
10x Fr, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A1.5 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A1.4 bzw. Lektionen 1-8
Kursbuch: „Jasno! neu A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527678-9 und Übungsbuch, ISBN: 3-12-527679-6, L9.

FK4.R122 Frau Julia Sinelnikova
29.4.-1.7.22, 20 UStd.
10x Fr, 19.45-21.15 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A2.1

Voraussetzung: Kenntnisse der abgeschlossenen Kompetenzstufe A1 bzw. Lektionen 1-9.
Lehrbuch: „Jasno! A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527590-4 und Arbeitsbuch, ISBN: 3-12-527591-1, L10-11.

FK4.R202 Frau Swetlana Schabert
25.4.-4.7.22, 20 UStd.
10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A2.1 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der abgeschlossenen Kompetenzstufe A1 bzw. Lektionen 1-9.
Lehrbuch: „Jasno! A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527590-4 und Arbeitsbuch, ISBN: 3-12-527591-1, L10-11.

FK4.R201 Frau Julia Sinelnikova
21.9.-7.12.21, 20 UStd.
10x Di, 18-19.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A2.2

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A2.1 bzw. Lektionen 1-11
Lehrbuch: „Jasno! A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527590-4 und Arbeitsbuch, ISBN: 3-12-527591-1, L12-13.

FK4.R203 Frau Ekaterina Kerner
20.9.-6.12.21, 20 UStd.
10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A2.2 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A2.1 bzw. Lektionen 1-11
Lehrbuch: „Jasno! A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527590-4 und Arbeitsbuch, ISBN: 3-12-527591-1, L12-13.

FK4.R204 Frau Julia Sinelnikova
11.1.-29.3.22, 20 UStd.
10x Di, 18-19.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A2.3

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A2.2 bzw. Lektionen 1-13
Lehrbuch: „Jasno! A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527590-4 und Arbeitsbuch, ISBN: 3-12-527591-1, L14-15.

FK4.R205 Frau Ekaterina Kerner
20.9.-6.12.21, 20 UStd.
10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.R206 Frau Ekaterina Kerner
10.1.-21.3.22, 20 UStd.
10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A2.3 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A2.2 bzw. Lektionen 1-13
Lehrbuch: „Jasno! A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527590-4 und Arbeitsbuch, ISBN: 3-12-527591-1, L14-15.

FK4.R207 Frau Julia Sinelnikova
21.9.-7.12.21, 20 UStd.
10x Di, 19.45-21.15 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.R208 Frau Julia Sinelnikova
26.4.-28.6.22, 20 UStd.
10x Di, 18-19.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A2.4

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A2.3 bzw. Lektionen 1-15
Lehrbuch: „Jasno! A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527590-4 und Arbeitsbuch, ISBN: 3-12-527591-1, L16-17.

FK4.R210 Frau Ekaterina Kerner
10.1.-21.3.22, 20 UStd.
10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.R212 Frau Ekaterina Kerner
25.4.-4.7.22, 20 UStd.
10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A2.4 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A2.3 bzw. Lektionen 1-15.
Lehrbuch: „Jasno! A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527590-4 und Arbeitsbuch, ISBN: 3-12-527591-1, L16-17.

FK4.R214 Frau Julia Sinelnikova
11.1.-29.3.22, 20 UStd.
10x Di, 19.45-21.15 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A2.5

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A2.4 bzw. Lektionen 1-17.
Lehrbuch: „Jasno! A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527590-4 und Arbeitsbuch, ISBN: 3-12-527591-1, L18.

FK4.R216 Frau Ekaterina Kerner
25.4.-4.7.22, 20 UStd.
10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch A2.5 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe A2.4 bzw. Lektionen 1-17.
Lehrbuch: „Jasno! A1-A2“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527590-4 und Arbeitsbuch, ISBN: 3-12-527591-1, L18.

FK4.R218 Frau Julia Sinelnikova
26.4.-28.6.22, 20 UStd.
10x Di, 19.45-21.15 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch B1.1 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der abgeschlossenen Kompetenzstufe A2
Kurs- und Übungsbuch: „Jasno! B1“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527593-5, L1-2.

FK4.R301 Frau Ekaterina Kerner
22.9.-8.12.21, 20 UStd.
10x Mi, 19-20.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.R303 Frau Julia Sinelnikova
24.9.-10.12.21, 20 UStd.
10x Fr, 18-19.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch B1.2 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe B1.1 bzw. Lektionen 1-2.
Kurs- und Übungsbuch: Jasno! B1, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527593-5, L3-4.

FK4.R302 Frau Ekaterina Kerner
12.1.-23.3.22, 20 UStd.
10x Mi, 19-20.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.R304 Frau Julia Sinelnikova
14.1.-25.3.22, 20 UStd.
10x Fr, 18-19.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch B1.3

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe B1.2 bzw. Lektionen 1-4.
Kurs- und Übungsbuch: „Jasno! B1“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527593-5, L5-6.

FK4.R305 Frau Ekaterina Kerner
24.9.-10.12.21, 20 UStd.
10x Fr, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch B1.3 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe B1.2 bzw. Lektionen 1-4.
Kurs- und Übungsbuch: „Jasno! B1“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527593-5, L5-6.

FK4.R306 Frau Ekaterina Kerner
27.4.-29.6.22, 20 UStd.
10x Mi, 19-20.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.R308 Frau Julia Sinelnikova
29.4.-1.7.22, 20 UStd.
10x Fr, 18-19.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch B1.4

Voraussetzung: Kenntnisse der Kompetenzstufe B1.3 bzw. Lektionen 1-6.
Kurs- und Übungsbuch: „Jasno! B1“, Klett Verlag, ISBN: 3-12-527593-5, L7-8.

FK4.R310 Frau Ekaterina Kerner
14.1.-25.3.22, 20 UStd.
10x Fr, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Russisch B1 Auffrischung & Konversation

Voraussetzung: Kenntnisse der abgeschlossenen Kompetenzstufe B1.
Der Kurs bietet Ihnen eine kompakte Wiederholung und Vertiefung Ihres Wortschatzes sowie die Behandlung von ausgewählten Grammatikthemen.
Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.R312 Frau Ekaterina Kerner
29.4.-8.7.22, 20 UStd.
10x Fr, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101.A
€ 67,00 (erm: € 36,00)

SPANISCH**Spanisch Beratung + Einstufung**

Welche Stufe? Welcher Kurs?
Nach einem Gespräch oder Test erhalten Sie eine Empfehlung für den geeigneten Kurs. Unentgeltlich und ohne Voranmeldung. Bitte planen Sie für die Beratung etwas Zeit ein

FK4.S001 Frau Yolanda González Sarrión
14.9.21, Di, 15-18 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
entgeltfrei

FK4.S002 Frau Dr. Änne Cruz-Münch
4.1.22, Di, 15-18 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
entgeltfrei

Yolanda González

Studium der psychologischen Pädagogik an der Fakultät der Philosophie und Bildungswissenschaft in Valencia und danach an der Rioja International Universität, UNIR mit dem Abschluss Master Spanisch Lehrerin. Seit 9 Jahren Unterrichtserfahrung als Spanisch-dozentin, Prüferin für telc und Cervantes sowie Spezialisierung auf Online-Kursangebote. Dozentin für Spanisch an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg seit 2017.

Spanisch A1.1

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse.
Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 1-3.

FK4.S101 Frau Pilar Barceló Maíz
22.9.-8.12.21, 20 UStd.
10x Mi, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S103 Frau Pilar Barceló Maíz
23.9.-9.12.21, 20 UStd.
10x Do, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S102 Frau Pilar Barceló Maíz
26.4.-28.6.22, 20 UStd.
10x Di, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch A1.1 kompakt

Ein 3-wöchiger Kompaktkurs für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse.
Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 1-3.

FK4.S107 Frau Dr. Änne Cruz-Münch
20.9.-6.10.21, 24 UStd.
3x Mo/Mi, 18-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 79,80 (erm: € 42,60)

FK4.S104 Frau Dr. Änne Cruz-Münch
10.-26.1.22, 24 UStd.
3x Mo/Mi, 18-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 79,80 (erm: € 42,60)

Spanisch A1.1 Sommerkurs für die Reise

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse.
Dieser Sommerkurs am Vormittag soll Sie vor allem reisefit machen, indem wir praktische Alltagssituationen vom Anfang an und mit Spaß bewältigen lernen. Im Vordergrund stehen mündliche Fertigkeiten, das Lernen und Üben von Wortschatz und Redemitteln sowie Hörverstehen. Je nach Bedarf und Interesse der Teilnehmenden werden im Kurs die Unterrichtsthemen ausgewählt und festgelegt. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.S105 Frau Yolanda González Sarrión
9.-13.8.21, 30 UStd.
Mo-Fr, 9-14 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110
€ 99,00 (erm: € 52,50)

Spanisch A1.1 Lernintensiv (Onlinekurs)

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die lerngewohnt und fremdsprachenerfahren sind sowie schnell vorwärts kommen wollen.
Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 1-4.

FK4.S109 Frau Claudia Baricco
2.11.-7.12.21, 24 UStd.
6x Di, 18-21.15 Uhr
€ 79,80 (erm: € 42,60)

FK4.S106 Frau Claudia Baricco**8.2.-22.3.22, 24 UStd.**

6x Di, 18-21.15 Uhr

€ 79,80 (erm: € 42,60)

Spanisch A1.1 für Alltag und Beruf**Auch als Bildungsurlaub**

Ein einwöchiger Kompaktkurs für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse, die einen schnellen Einstieg in die spanische Sprache wünschen. Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse für die Kommunikation in Alltag und Beruf. Besonders geeignet auch für Arbeitnehmer in Dienstleistungsbranchen, wie Hotel, Gastronomie, Verkehr, Handel, Tourismus sowie Öffentlicher Dienst.

Nach dem Berliner Bildungsurlaubsgesetz (BiUrlG) vom 24.10.1990, § 11 (1) gilt der Kurs im Sinne beruflicher Weiterbildung als anerkannt. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.S108 Frau Claudia Baricco**31.1.-4.2.22, 30 UStd.**

Mo-Fr, 9.30-14.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105

€ 99,00 (erm: € 52,50)

FK4.S110 Frau Yolanda González Sarrión**4.-8.4.22, 30 UStd.**

Mo-Fr, 9.30-14.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105

€ 99,00 (erm: € 52,50)

Spanisch A1.1-A1.2 vormittags**Für Alltag und Beruf.**

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Ein Einstiegskurs in die spanische Sprache und Kultur. Die sanfte Progression und der kommunikative Ansatz mit vielen Partnerübungen machen Spaß, nehmen die Angst vor der Fremdsprache und trainieren die Fähigkeit, sich in verschiedenen Situationen auszudrücken.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 1-5.

FK4.S111 Frau Yolanda González Sarrión**23.9.-9.12.21, 30 UStd.**

10x Do, 9.30-12 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110

€ 99,00 (erm: € 52,50)

Spanisch A1.2

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe A1.1 bzw. der Lektionen 1-3.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 4-6.

FK4.S112 Frau Pilar Barceló Maíz**12.1.-23.3.22, 20 UStd.**

10x Mi, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S114 Frau Pilar Barceló Maíz**13.1.-24.3.22, 20 UStd.**

10x Do, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch A1.2 kompakt

Ein 3-wöchiger Kompaktkurs für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der Stufe A1.1 bzw. der Lektionen 1-3.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 4-6.

FK4.S115 Frau Dr. Änne Cruz-Münch**25.10.-10.11.21, 24 UStd.**

3x Mo/Mi, 18-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 79,80 (erm: € 42,60)

FK4.S116 Frau Dr. Änne Cruz-Münch**31.1.-16.2.22, 24 UStd.**

3x Mo/Mi, 18-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 79,80 (erm: € 42,60)

Spanisch A1.2 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe A1.1 bzw. der Lektionen 1-3.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 4-6.

FK4.S113 Herr Julio Sivautt**22.9.-8.12.21, 20 UStd.**

10x Mi, 15.45-17.15 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch A1.2 Lernintensiv (Onlinekurs)

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die lerngewohnt und fremdsprachenerfahren sind sowie schnell vorwärts kommen wollen. Das Kursformat Lernintensiv ermöglicht, die Kompetenzstufe A1 nach nur drei Kursen (A1.1-A1.3) abzuschließen.

Voraussetzung: Vorkenntnisse A1.1 bzw. Lektionen 1-4.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 5-8.

FK4.S118 Frau Claudia Baricco**29.3.-17.5.22, 24 UStd.**

6x Di, 18-21.15 Uhr

€ 79,80 (erm: € 42,60)

Spanisch A1.2-A1.3 vormittags**Für Alltag und Beruf.**

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Lektionen 1-5. Ein Einstiegskurs in die spanische Sprache und Kultur. Die sanfte Progression und der kommunikative Ansatz mit vielen Partnerübungen machen Spaß, nehmen die Angst vor der Fremdsprache und trainieren die Fähigkeit, sich in verschiedenen Situationen auszudrücken.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 6-9.

FK4.S120 Frau Yolanda González Sarrión**13.1.-24.3.22, 30 UStd.**

10x Do, 9.30-12 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110

€ 99,00 (erm: € 52,50)

Spanisch A1.3

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe A1.2 bzw. der Lektionen 1-6.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 7-9.

FK4.S122 Frau Pilar Barceló Maíz**27.4.-29.6.22, 20 UStd.**

10x Mi, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S124 Frau Pilar Barceló Maíz**28.4.-7.7.22, 20 UStd.**

10x Do, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch A1.3 kompakt

Ein 3-wöchiger Kompaktkurs für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der Stufe A1.2 bzw. der Lektionen 1-6.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 7-9.

FK4.S117 Frau Dr. Änne Cruz-Münch**15.11.-1.12.21, 24 UStd.**

3x Mo/Mi, 18-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 79,80 (erm: € 42,60)

FK4.S126 Frau Dr. Änne Cruz-Münch**21.2.-9.3.22, 24 UStd.**

3x Mo/Mi, 18-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 79,80 (erm: € 42,60)

Spanisch A1.3 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe A1.2 bzw. der Lektionen 1-6.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 7-9.

FK4.S119 Herr Julio Sivautt**21.9.-7.12.21, 20 UStd.**

10x Di, 15.45-17.15 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S130 Herr Julio Sivautt**12.1.-23.3.22, 20 UStd.**

10x Mi, 15.45-17.15 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch A1.3 Lernintensiv (Onlinekurs)

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die lerngewohnt und fremdsprachenerfahren sind sowie schnell vorwärts kommen wollen. Das Kursformat Lernintensiv ermöglicht, die Kompetenzstufe A1 nach nur drei Kursen (A1.1-A1.3) abzuschließen.

Voraussetzung: Vorkenntnisse A1.2 bzw. Lektionen 1-8.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 9-12.

FK4.S128 Frau Claudia Baricco**24.5.-28.6.22, 24 UStd.**

6x Di, 18-21.15 Uhr

€ 79,80 (erm: € 42,60)

Spanisch A1.3-A1.4 vormittags**Für Alltag und Beruf.**

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Lektionen 1-8. Ein Einstiegskurs in die spanische Sprache und Kultur. Die sanfte Progression und der kommunikative Ansatz mit vielen Partnerübungen machen Spaß, nehmen die Angst vor der Fremdsprache und trainieren die Fähigkeit, sich in verschiedenen Situationen auszudrücken.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 9-12.

FK4.S132 Frau Yolanda González Sarrión
28.4.-30.6.22, 27 UStd.

9x Do, 9.30-12 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110

€ 89,40 (erm: € 47,55)

Spanisch A1.4 kompakt

Ein 3-wöchiger Kompaktkurs für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der Stufe A1.3 bzw. der Lektionen 1-9. Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 10-12.

FK4.S121 Frau Dr. Änne Cruz-Münch
6.-22.12.21, 24 UStd.

3x Mo/Mi, 18-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 79,80 (erm: € 42,60)

FK4.S134 Frau Dr. Änne Cruz-Münch
28.3.-13.4.22, 24 UStd.

3x Mo/Mi, 18-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 79,80 (erm: € 42,60)

Spanisch A1.4 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe A1.3 bzw. der Lektionen 1-9.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 10-12.

FK4.S123 Herr Julio Sivautt
22.9.-8.12.21, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S136 Herr Julio Sivautt
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 15.45-17.15 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S138 Herr Julio Sivautt
27.4.-29.6.22, 20 UStd.

10x Mi, 15.45-17.15 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch A1.4-A2.1 Intensiv (Onlinekurs)

Der Online-Unterricht findet einmal pro Woche donnerstags 18:00-19:30 Uhr statt. In den einzelnen Sessions liegt der Schwerpunkt auf Kommunikation und Grammatik. Die anderen Unterrichtseinheiten werden in Form von Onlinemodulen individuell festgelegt. Für die Onlinearbeit werden von der Dozentin zahlreiche Materialien, wie Lückentexte, vielfältige Aufgaben, aber auch unterhaltsame Videos und Weblinks zur Verfügung gestellt. Durch diese Mischung von 30 Unterrichtsstunden aus

festen und flexiblen Terminen, selbstmotiviertem Arbeiten und regelmäßigem Feedback sowie dem Lernen zu Hause mit den vielen Möglichkeiten des Internets und dem Austausch in der Gruppe werden alle angesprochen, die Freude an der spanischen Sprache mit Interesse an offenen und innovativen Unterrichtsformen verbinden.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 3-12-514671-6, Lektionen 10-12.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett Verlag ISBN 3-12-514677-8, Lektionen 1-3.

FK4.S125 Frau Yolanda González Sarrión
23.9.-9.12.21, 30 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr

€ 99,00 (erm: € 52,50)

Spanisch A1/A2 Sommerkurs Konversation

Wenn Sie Lust auf spanische Konversation in einem Sommerkurs am Vormittag haben, sind Sie hier genau richtig. Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit Grundkenntnissen A1/A2 geeignet, die gerade Spanisch lernen oder wieder einsteigen möchten. Sie verbessern Ihre mündlichen Fertigkeiten, um im spanischsprachigen Ausland einfacher zurechtzukommen. Es werden Alltagssituationen geübt, einfache Texte über Kultur gelesen und über aktuelle Themen diskutiert. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.S127 Frau Yolanda González Sarrión
16.-20.8.21, 30 UStd.

Mo-Fr, 9-14 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2110

€ 99,00 (erm: € 52,50)

Spanisch A2.1

Voraussetzung: Vorkenntnisse der abgeschlossenen Stufe A1.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett Verlag ISBN 3-12-514677-8, Lektionen 1-3.

FK4.S203 Frau Pilar Barceló Maíz
23.9.-9.12.21, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S201 Frau Yolanda González Sarrión
22.9.-8.12.21, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch A2.1 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der abgeschlossenen Stufe A1.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett Verlag ISBN 3-12-514677-8, Lektionen 1-3.

FK4.S202 Herr Julio Sivautt
12.1.-23.3.22, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S204 Herr Julio Sivautt
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 15.45-17.15 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch A2.1 Lernintensiv

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die lerngewohnt und fremdsprachenerfahren sind sowie schnell vorwärts kommen wollen. Voraussetzung: Vorkenntnisse der abgeschlossenen Stufe A1.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett Verlag ISBN 3-12-514677-8, Lektionen 1-4.

FK4.S205 Frau Claudia Baricco
4.11.-9.12.21, 24 UStd.

6x Do, 18-21.15 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 204

€ 79,80 (erm: € 42,60)

Spanisch A2.1-A2.2 Intensiv (Onlinekurs)

Der Online-Unterricht findet einmal pro Woche donnerstags 18:00-19:30 Uhr statt. In den einzelnen Sessions liegt der Schwerpunkt auf Kommunikation und Grammatik. Die anderen Unterrichtseinheiten werden in Form von OnlineModulen individuell festgelegt. Für die Onlinearbeit werden von der Dozentin zahlreiche Materialien, wie Lückentexte, vielfältige Aufgaben, aber auch unterhaltsame Videos und Weblinks zur Verfügung gestellt. Durch diese Mischung von 30 Unterrichtsstunden aus festen und flexiblen Terminen, selbstmotiviertem Arbeiten und regelmäßigem Feedback sowie dem Lernen zu Hause mit den vielen Möglichkeiten des Internets und dem Austausch in der Gruppe werden alle angesprochen, die Freude an der spanischen Sprache mit Interesse an offenen und innovativen Unterrichtsformen verbinden.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett Verlag ISBN 3-12-514677-8, Lektionen 1-6.

FK4.S206 Frau Yolanda González Sarrión
13.1.-24.3.22, 30 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr

€ 99,00 (erm: € 52,50)

Spanisch A2.2

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe A2.1 bzw. der Lektionen 1-3.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett Verlag ISBN 3-12-514677-8, Lektionen 4-6.

FK4.S208 Frau Yolanda González Sarrión
12.1.-23.3.22, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S210 Frau Pilar Barceló Maíz
13.1.-24.3.22, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch A2.2 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe A2.1 bzw. der Lektionen 1-3.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett Verlag ISBN 3-12-514677-8, Lektionen 4-6.

FK4.S212 Herr Julio Sivautt
27.4.-29.6.22, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch A2.2-A2.3 Intensiv (Onlinekurs)

Der Online-Unterricht findet einmal pro Woche donnerstags 18:00-19:30 Uhr statt. In den einzelnen Sessions liegt der Schwerpunkt auf Kommunikation und Grammatik. Die anderen Unterrichtseinheiten werden in Form von OnlineModulen individuell festgelegt. Für die Onlinearbeit werden von der Dozentin zahlreiche Materialien, wie Lückentexte, vielfältige Aufgaben, aber auch unterhaltsame Videos und Weblinks zur Verfügung gestellt. Durch diese Mischung von 30 Unterrichtsstunden aus festen und flexiblen Terminen, selbstmotiviertem Arbeiten und regelmäßigem Feedback sowie dem Lernen zu Hause mit den vielen Möglichkeiten des Internets und dem Austausch in der Gruppe werden alle angesprochen, die Freude an der spanischen Sprache mit Interesse an offenen und innovativen Unterrichtsformen verbinden. Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett Verlag ISBN 3-12-514677-8, Lektionen 1-6.

FK4.S214 Frau Yolanda González Sarrión
28.4.-30.6.22, 30 UStd.
10x Do, 18-19.30 Uhr
€ 99,00 (erm: € 52,50)

Spanisch A2.3

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe A2.2 bzw. der Lektionen 1-6.
Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett Verlag ISBN 3-12-514677-8, Lektionen 7-9.

FK4.S207 Frau Yolanda González Sarrión
22.9.-8.12.21, 20 UStd.
10x Mi, 16.15-17.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S216 Frau Yolanda González Sarrión
27.4.-29.6.22, 20 UStd.
10x Mi, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S218 Frau Pilar Barceló Maíz
28.4.-7.7.22, 20 UStd.
10x Do, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch A2.3 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe A2.2 bzw. der Lektionen 1-6.
Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett Verlag ISBN 3-12-514677-8, Lektionen 7-9.

FK4.S209 Herr Julio Sivautt
21.9.-7.12.21, 20 UStd.
10x Di, 19.45-21.15 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch A2.4

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe A2.3 bzw. der Lektionen 1-9.
Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett Verlag ISBN 3-12-514677-8, Lektionen 10-12.

FK4.S220 Frau Yolanda González Sarrión
12.1.-23.3.22, 20 UStd.
10x Mi, 16.15-17.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch A2.4 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe A2.3 bzw. der Lektionen 1-9.
Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Klett Verlag ISBN 3-12-514677-8, Lektionen 10-12.

FK4.S222 Herr Julio Sivautt
11.1.-29.3.22, 20 UStd.
10x Di, 19.45-21.15 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch Workshop: SER, ESTAR y HABER

Ein Klassiker der spanischen Grammatik: Das „ser-estar-Problem“. Ein Thema, das sogar fortgeschrittenen Spanisch-Lernenden immer wieder Schwierigkeiten bereitet. In diesem Workshop wird eine neue Annäherung an dieses Thema vorgeschlagen und die richtige Anwendung von SER, ESTAR und HABER erarbeitet. Ein Wochenende zum Lernen, Befestigen und Üben. Für Teilnehmer ab Sprachniveau A2. Die Referenzsprache wird Deutsch sein. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.S211 Frau Claudia Baricco
6.-7.11.21, 10 UStd.
1x Sa, 1x So, 10-14.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 202
€ 35,00 (erm: € 19,50)

Spanisch Workshop: Perfecto, Indefinido und Imperfecto

Möchten Sie Ihr Spanisch verbessern? Es gibt Themen, die sogar fortgeschrittenen Spanisch-Lernenden immer wieder Schwierigkeiten bereiten, weil sie etwas komplexer sind als auf Deutsch. In kommunikativen Spielen und mit dem Einsatz von unterschiedlichen Medien erarbeiten wir in diesem Workshop die korrekte Anwendung der Zeiten der Vergangenheit in Spanisch. Der Ansatzpunkt: Statt nur Regeln zu lernen, versuchen wir u.a. anhand von Bildern so zu denken, wie die Muttersprachler es tun. Ein Wochenendausflug in den Spanisch sprechenden Kopf.

Für Teilnehmer, die mindestens die Niveaustufe A2 abgeschlossen haben.
Die Referenzsprache wird Deutsch sein. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.S213 Frau Claudia Baricco
20.-21.11.21, 10 UStd.
1x Sa, 1x So, 10-14.15 Uhr
online-Termin
€ 35,00 (erm: € 19,50)

FK4.S226 Frau Claudia Baricco
4.-5.6.22, 10 UStd.
1x Sa, 1x So, 9-13.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 202
€ 35,00 (erm: € 19,50)

Spanisch Workshop: Konstruktionen mit Pronomen (Objekt- und Reflexivpronomen)

Möchten Sie Ihr Spanisch verbessern? Bereiten Ihnen die Pronomen lo, la, le, les, se, usw. immer noch Schwierigkeiten? In diesem Workshop wird eine neue Annäherung an dieses Thema vorgeschlagen. Der Ansatzpunkt: die Grammatik als Inventar von Konstruktionen. Lernen Sie diesen neuen Ansatz kennen und üben Sie die Konstruktionen mit Pronomen (Objekt- und Reflexivpronomen) in kommunikativen Spielen. Für Teilnehmer, die mindestens die Niveaustufe A2 abgeschlossen haben.
Die Referenzsprache wird Deutsch sein. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.S224 Frau Claudia Baricco
21.-22.5.22, 10 UStd.
1x Sa, 1x So, 9-13.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 202
€ 35,00 (erm: € 19,50)

Spanisch A2 Auffrischung & Konversation

¡Hola! ¿Cómo estás?
Für Teilnehmende, die schon einmal Spanisch bis zum Niveau A2 gelernt haben, auch wenn es schon länger zurückliegt, und die ihre Kenntnisse von Grund auf auffrischen möchten. Der Stoff der Kurse A2.1 bis A2.4 wird zusammengefasst, auf Wunsch auch die TELC-Zertifikatsprüfung A2 vorbereitet. Themen: Gewohnheiten und Zustände in der Vergangenheit beschreiben; über Erinnerungen und Anekdoten sprechen; Erzählungen strukturieren; Telefongespräche führen. Über Gepflogenheiten sprechen, Ratschläge oder Anweisungen erteilen; Verbote aussprechen; Gefühle äußern; Meinungen zustimmen oder widersprechen.

Grammatik: Der Gebrauch von Indefinido und Imperfecto; von hace, desde und desde hace; Konnektoren; der bejahte und verneinte Imperativ, der Gebrauch von ser und estar, Steigerung und Vergleich, die Präpositionen para und por, das Konditional, das Partizip beim Perfekt und nach estar, das Plusquamperfekt. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.S228 Frau Yolanda González Sarrión
27.4.-29.6.22, 20 UStd.
10x Mi, 16.15-17.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1106
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch B1.1

Voraussetzung: Vorkenntnisse der abgeschlossenen Stufe A2.
Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Klett Verlag ISBN 3-12-514684-6, Lektionen 1-3.

FK4.S301 Frau Pilar Barceló Maíz
22.9.-8.12.21, 20 UStd.
10x Mi, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch B1.1 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der abgeschlossenen Stufe A2.

Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Klett Verlag ISBN 3-12-5146846, Lektionen 1-3.

FK4.S302 Herr Julio Sivautt

26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch B1.1 Impresiones Lernintensiv

Para alumnos que han completado el nivel A2. Un curso con una orientación fundamentalmente comunicativa para repasar y profundizar construcciones de la lengua y lograr una mayor propiedad y fluidez en la expresión. Y también aprender sobre la cultura de España y Latinoamérica. En este módulo 1 hablamos de lo que cambia y lo que sigue igual, de viajes inolvidables y de deseos de un mundo mejor. Repasamos perífrasis verbales de cambio, los tiempos del pasado y el futuro simple.

Vemos cómo expresar deseos y peticiones, causa y consecuencia y condiciones reales. Aprendemos el modo subjuntivo. Lehrbuch: Impresiones B1 (Hueber Verlag) ISBN: 978-3-19-074545-6, Lektionen 1-3.

FK4.S304 Frau Claudia Baricco

17.2.-24.3.22, 24 UStd.

6x Do, 18-21.15 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 204

€ 79,80 (erm: € 42,60)

Spanisch B1.1-B1.2 Intensiv (Onlinekurs)

Der Online-Unterricht findet einmal pro Woche dienstags 18:00-19:30 Uhr statt. In den einzelnen Sessions liegt der Schwerpunkt auf Kommunikation und Grammatik. Die anderen Unterrichtseinheiten werden in Form von OnlineModulen individuell festgelegt. Für die Onlinearbeit werden von der Dozentin zahlreiche Materialien, wie Lückentexte, vielfältige Aufgaben, aber auch unterhaltsame Videos und Weblinks zur Verfügung gestellt. Durch diese Mischung von 30 Unterrichtsstunden aus festen und flexiblen Terminen, selbstmotiviertem Arbeiten und regelmäßigem Feedback sowie dem Lernen zu Hause mit den vielen Möglichkeiten des Internets und dem Austausch in der Gruppe werden alle angesprochen, die Freude an der spanischen Sprache mit Interesse an offenen und innovativen Unterrichtsformen verbinden.

Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Klett Verlag ISBN 3-12-514684-6, Lektionen 1-6.

En este curso repasaremos lo más importante de las primeras lecciones y continuaremos con el nivel B1.2. Nos adaptamos a tu ritmo sin problema.

FK4.S305 Frau Yolanda González Sarrión

21.9.-7.12.21, 30 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr

€ 99,00 (erm: € 52,50)

Spanisch B1.2

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe B1.1 bzw. der Lektionen 1-3.

Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Klett Verlag ISBN 3-12-514684-6, Lektionen 4-6.

FK4.S306 Frau Pilar Barceló Maíz

12.1.-23.3.22, 20 UStd.

10x Mi, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch B1.2 Impresiones Lernintensiv

Para alumnos que han completado el módulo B1.1 (Lecciones 1-3 de Impresiones B1 de Hueber Verlag). Un curso con una orientación fundamentalmente comunicativa para repasar y profundizar construcciones de la lengua y lograr una mayor propiedad y fluidez en la expresión. Y también aprender sobre la cultura de España y Latinoamérica. En este módulo 2 hablamos sobre cómo imaginamos el futuro y sobre nuestras relaciones con los otros. Vemos cómo formular predicciones e hipótesis, la valoración de una información como probable, la expresión de acuerdo o desacuerdo y también de sentimientos y de las cualidades o defectos de las personas. Seguimos trabajando con el futuro simple y contrastando el subjuntivo con el indicativo.

Lehrbuch: Impresiones B1 (Hueber Verlag) ISBN: 978-3-19-074545-6, Lektionen 4, Panorama und 5.

FK4.S308 Frau Claudia Baricco

31.3.-19.5.22, 24 UStd.

6x Do, 18-21.15 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 204

€ 79,80 (erm: € 42,60)

Spanisch B1.2-B1.3 Intensiv (Onlinekurs)

Der Online-Unterricht findet einmal pro Woche dienstags 18:00-19:30 Uhr statt. In den einzelnen Sessions liegt der Schwerpunkt auf Kommunikation und Grammatik. Die anderen Unterrichtseinheiten werden in Form von OnlineModulen individuell festgelegt. Für die Onlinearbeit werden von der Dozentin zahlreiche Materialien, wie Lückentexte, vielfältige Aufgaben, aber auch unterhaltsame Videos und Weblinks zur Verfügung gestellt. Durch diese Mischung von 30 Unterrichtsstunden aus festen und flexiblen Terminen, selbstmotiviertem Arbeiten und regelmäßigem Feedback sowie dem Lernen zu Hause mit den vielen Möglichkeiten des Internets und dem Austausch in der Gruppe werden alle angesprochen, die Freude an der spanischen Sprache mit Interesse an offenen und innovativen Unterrichtsformen verbinden.

Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Klett Verlag ISBN 3-12-514684-6, Lektionen 6-9

En este curso hablaremos de experiencias de aprendizaje, contaremos recuerdos de la infancia, expresaremos habilidades y dificultades, daremos consejos y recomendaciones. Vamos a aprender a cómo

ofrecer ayuda y tranquilizar a alguien. Quejarse y reaccionar a una queja, llegar a un acuerdo, hablaremos de los estilos de vida, la calidad de vida.

FK4.S310 Frau Yolanda González Sarrión

11.1.-29.3.22, 30 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr

€ 99,00 (erm: € 52,50)

Spanisch B1.3

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen im Umfang der Stufe B1.2 bzw. der Lektionen 1-6.

Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Klett Verlag ISBN 3-12-514684-6, Lektionen 7-9.

FK4.S303 Frau Pilar Barceló Maíz

21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S312 Frau Pilar Barceló Maíz

27.4.-29.6.22, 20 UStd.

10x Mi, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch B1.3 Impresiones Lernintensiv

Para alumnos que han completado el módulo B1.2 (Lecciones 1-5 de Impresiones B1 de Hueber Verlag). Un curso con una orientación fundamentalmente comunicativa para repasar y profundizar construcciones de la lengua y lograr una mayor propiedad y fluidez en la expresión. Y también aprender sobre la cultura de España y Latinoamérica. En este módulo 3 hablamos del medio ambiente, de películas y de los alimentos. Vemos el condicional simple, el contraste subjuntivo/indicativo en valoraciones, oraciones temporales y finales y las oraciones de relativo con preposición.

Lehrbuch: Impresiones B1 (Hueber Verlag) ISBN: 978-3-19-074545-6, Lektionen 6-8.

FK4.S314 Frau Claudia Baricco

2.6.-7.7.22, 24 UStd.

6x Do, 18-21.15 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 204

€ 79,80 (erm: € 42,60)

Spanisch B1.3-B1.4 Intensiv (Onlinekurs)

Der Online-Unterricht findet einmal pro Woche dienstags 18:00-19:30 Uhr statt. In den einzelnen Sessions liegt der Schwerpunkt auf Kommunikation und Grammatik. Die anderen Unterrichtseinheiten werden in Form von Onlinemodulen individuell festgelegt. Für die Onlinearbeit werden von der Dozentin zahlreiche Materialien, wie Lückentexte, vielfältige Aufgaben, aber auch unterhaltsame Videos und Weblinks zur Verfügung gestellt. Durch diese Mischung von 30 Unterrichtsstunden aus festen und flexiblen Terminen, selbstmotiviertem Arbeiten und regelmäßigem Feedback sowie dem Lernen zu Hause mit den

vielen Möglichkeiten des Internets und dem Austausch in der Gruppe werden alle angesprochen, die Freude an der spanischen Sprache mit Interesse an offenen und innovativen Unterrichtsformen verbinden.

Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Klett Verlag ISBN 3-12-514684-6, Lektionen 9-12.

En este curso hablaremos de la sociedad y cultura de un país, tomaremos notas de una conferencia, aprenderemos a dar nuestra opinión formal, transmitiremos palabras de otros, hablaremos de la situación política, protestaremos y expresaremos rechazo, haremos comparaciones irreales, etc. ¡Será divertido!

FK4.S316 Frau Yolanda González Sarrión
26.4.-28.6.22, 30 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
€ 99,00 (erm: € 52,50)

Spanisch B1.4

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen im Umfang der Stufe B1.3 bzw. der Lektionen 1-9. Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Klett Verlag ISBN 3-12-514684-6, Lektionen 10-12.

FK4.S318 Frau Pilar Barceló Maíz
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch B1 Conversación & Gramática

Este curso se dirige a personas con conocimientos a nivel B1 que quieran afianzar las formas del subjuntivo y otras cuestiones gramaticales en la conversación. Es un curso para hablar y repasar sistemáticamente lo ya aprendido. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.S307 Frau Pilar Barceló Maíz
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S320 Frau Pilar Barceló Maíz
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S322 Frau Pilar Barceló Maíz
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2102
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch B1/B2 Conversación: Lunes por el futuro

¿Es posible un desarrollo SOSTENIBLE de nuestro futuro común? ¿Es posible un desarrollo económico y social respetuoso con el medio ambiente, viable en lo económico y equitativo en lo social? ¿Es posible un uso eficiente de los recursos naturales, renovables y no renovables? La propuesta del curso LUNES POR EL FUTURO consiste en una serie de reuniones para conversar

en español y analizar e intercambiar ideas sobre estos temas. ¿Qué hacer con la basura plástica de todos los días? ¿Se puede comer pescado? ¿Cuándo vamos a dejar de comer carne? ¿Qué es el turismo sostenible? ¿Cómo debería ser una ciudad del futuro? ¿Qué pasa con los árboles de Navidad? ¿Y los pesticidas? ¿Y el agua? Hay muchos interesantes temas para debatir. Leeremos textos, veremos videos, trabajaremos con audios. Se trata de un curso comunicativo. Básicamente no se tratarán cuestiones de gramática. Está dirigido a personas con un buen nivel de español B1 o superior.

FK4.S311 Frau Claudia Baricco
20.9.-6.12.21, 30 UStd.

10x Mo, 18-20.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 99,00 (erm: € 52,50)

Spanisch B1/B2 Conversación & literatura

Märchen und Träume

Dieser Kurs dient zur Vertiefung der Kenntnisse über Vergangenheitsformen. Als Arbeitsmaterial werden wir sowohl Märchen und populäre Erzählungen, als auch unsere eigenen Träume verwenden, mit dem Ziel, die theoretischen Parallelen zwischen diesen zu ziehen. Hierfür wird es eine kleine Einführung in die Theorien von C.G. Jung, Begründer der Analytischen Psychologie und die von ihm definierten Archetypen des kollektiven Unbewussten geben. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.S309 Frau Vivian Moraga
20.9.-8.11.21, 12 UStd.

6x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
€ 41,40 (erm: € 22,80)

Märchen und Kurzgeschichten

Dieser Kurs dient zur Vertiefung der Kenntnisse über Vergangenheits- und Subjunktivformen. Als Arbeitsmaterial werden wir Märchen, populäre Erzählungen und Lateinamerikanische Kurzgeschichten verwenden. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.S324 Frau Vivian Moraga
28.2.-4.4.22, 12 UStd.

6x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1108
€ 41,40 (erm: € 22,80)

Spanisch B2.3 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe B2.2 bzw. der Lektionen 1-4
Lehrbuch: Nuevo Español en Marcha 4, SGEL (B2), Hueber Verlag ISBN 3-19-414503-0, Lektionen 5-6.

FK4.S401 Herr Julio Sivautt
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch B2.4 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe B2.3 bzw. der Lektionen 1-6
Lehrbuch: Nuevo Español en Marcha 4, SGEL (B2), Hueber Verlag ISBN 3-19-414503-0, Lektionen 7-8.

FK4.S402 Herr Julio Sivautt
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch B2.5 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der Stufe B2.4 bzw. der Lektionen 1-8
Lehrbuch: Nuevo Español en Marcha 4, SGEL (B2), Hueber Verlag ISBN 3-19-414503-0, Lektionen 9-10.

FK4.S404 Herr Julio Sivautt
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Spanisch B2 Conversación (Onlinekurs)

Si un poco de humor durante las clases son importantes para ti, este es tu curso. Vamos a conversar sobre temas de actualidad, debatir asuntos de tu interés y escribir en casa algunos textos breves integrando la gramática adecuada para luego corregirlos juntos/as aclarando tus dudas. Veremos también algunas herramientas modernas de la comunicación y redes sociales.

FK4.S403 Herr Julio Sivautt
22.9.-8.12.21, 20 UStd.

10x Mi, 19.45-21.15 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S406 Herr Julio Sivautt
12.1.-23.3.22, 20 UStd.

10x Mi, 19.45-21.15 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.S408 Herr Julio Sivautt
27.4.-29.6.22, 20 UStd.

10x Mi, 19.45-21.15 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

TÜRKISCH

Türkisch Beratung + Einstufung

Welche Stufe? Welcher Kurs?

Sie erhalten nach einem Gespräch oder Test eine Empfehlung für die geeignete Stufe und weitere Informationen über Kursinhalte. Unentgeltlich und ohne Voranmeldung. Bitte planen Sie für die Beratung etwas Zeit ein.

FK4.T001 Herr Dr. Kerem Kayi

14.9.21, Di, 15-18 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
entgeltfrei

FK4.T002 Herr Cenk Bora

4.1.22, Di, 15-18 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2101
entgeltfrei

Dr. Kerem Kayi

Studium an der Eberhard-Karls-Universität in Tübingen und an der Freien Universität Berlin mit Abschluss Magister Artium in Islamwissenschaft, Turkologie und Englische Philologie sowie danach Promotion im Fach Turkologie. Seit 1989 Lehraufträge in der Erwachsenenbildung, so u.a. an Volkshochschulen, am Institut für Turkologie der FU Berlin und am Sprachenzentrum der Humboldt-Universität zu Berlin. Dozent für Türkisch an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg seit 2007.

Türkisch A1.1

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag ISBN 3-12-528661-0, Lektionen 1-2.

FK4.T101 Herr Cenk Bora

20.9.-6.12.21, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2111
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T103 Herr Cenk Bora

20.9.-6.12.21, 20 UStd.

10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2111
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T105 Herr Süleyman Yüceer

23.9.-9.12.21, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr
Bona-Peiser-Projekträume, Oranienstr. 72, R. 01
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T107 Frau Asuman Kirlangic-Joumarin
1.11.-13.12.21, 21 UStd.

7x Mo, 18-20.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
€ 70,20 (erm: € 37,65)

FK4.T102 Herr Cenk Bora

10.1.-21.3.22, 20 UStd.

10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2111
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T104 Frau Asuman Kirlangic-Joumarin
10.1.-21.3.22, 20 UStd.

10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T106 Herr Dr. Kerem Kayi

12.1.-23.3.22, 30 UStd.

10x Mi, 18-20.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 99,00 (erm: € 52,50)

FK4.T108 Herr Süleyman Yüceer

28.4.-7.7.22, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr
Bona-Peiser-Projekträume, Oranienstr. 72, R. 01
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch A1.1 (Onlinekurs)

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag ISBN 3-12-528661-0, Lektionen 1-2.

FK4.T109 Herr Dr. Kerem Kayi

20.9.-6.12.21, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T111 Herr Dr. Kerem Kayi

24.9.-10.12.21, 20 UStd.

10x Fr, 10-11.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch A1.1 für die Reise

Für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse. Neben einer Einführung in das Türkische sollen kurze Dialoge zu Alltagssituationen einer Reise vorgestellt und geübt werden. Außerdem erhalten Sie interessante Einblicke in die türkische Kultur und nützliche Tipps für eine erlebnisreiche Reise. Das Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.T110 Herr Dr. Kerem Kayi

5.-26.3.22, 16 UStd.

4x Sa, 14.30-17.45 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 54,20 (erm: € 29,40)

Türkisch A1.1 für Alltag und Beruf

Auch als Bildungsurlaub.

Ein einwöchiger Kompaktkurs für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse, die einen schnellen Einstieg in die türkische Sprache wünschen. Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse für die Kommunikation in Alltag und Beruf. Besonders geeignet auch für Arbeitnehmer in Dienstleistungsbranchen, wie Hotel, Gastronomie, Verkehr, Handel, Tourismus sowie Öffentlicher Dienst. Nach dem Berliner Bildungsurlaubsgesetz (Bi-UrlG) vom 24.10.1990, § 11 (1) gilt der Kurs im Sinne beruflicher Weiterbildung als anerkannt. Lehrmaterial von der Kursleitung.

FK4.T112 Herr Dr. Kerem Kayi
7.-11.2.22, 30 UStd.

Mo-Fr, 9.30-14.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
€ 99,00 (erm: € 52,50)

FK4.T114 Herr Dr. Kerem Kayi

27.6.-1.7.22, 30 UStd.

Mo-Fr, 9.30-14.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1105
€ 99,00 (erm: € 52,50)

Türkisch A1.2

Voraussetzung: Vorkenntnisse A1.1 bzw. der Lektionen 1-2.

Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag ISBN 3-12-528661-0, Lektionen 3-4.

FK4.T116 Frau Asuman Kirlangic-Joumarin

10.1.-21.3.22, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T118 Herr Cenk Bora

10.1.-21.3.22, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2111
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T120 Herr Süleyman Yüceer

13.1.-24.3.22, 20 UStd.

10x Do, 18-19.30 Uhr
Bona-Peiser-Projekträume, Oranienstr. 72, R. 01
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T122 Herr Cenk Bora

25.4.-4.7.22, 20 UStd.

10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2111
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T124 Frau Asuman Kirlangic-Joumarin

25.4.-4.7.22, 20 UStd.

10x Mo, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T126 Herr Dr. Kerem Kayi

27.4.-29.6.22, 30 UStd.

10x Mi, 18-20.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 99,00 (erm: € 52,50)

Türkisch A1.2 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Vorkenntnisse A1.1 bzw. der Lektionen 1-2.

Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag ISBN 3-12-528661-0, Lektionen 3-4.

FK4.T128 Herr Dr. Kerem Kayi

10.1.-21.3.22, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T130 Herr Dr. Kerem Kayi

14.1.-25.3.22, 20 UStd.

10x Fr, 10-11.30 Uhr
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch A1.3

Voraussetzung: Vorkenntnisse A1.2 bzw. der Lektionen 1-4.

Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag, ISBN 3-12-528661-0, Lektionen 5-6.

FK4.T113 Herr Süleyman Yüceer

23.9.-9.12.21, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr

Bona-Peiser-Projekträume,

Oranienstr. 72, R. 01

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T132 Frau Asuman Kirlangic-Joumarin

25.4.-4.7.22, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 204

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T134 Herr Cenk Bora

25.4.-4.7.22, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2111

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch A1.3 (Onlinekurs)

Voraussetzung: Vorkenntnisse A1.2 bzw. der Lektionen 1-4.

Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag, ISBN 3-12-528661-0, Lektionen 5-6.

FK4.T136 Herr Dr. Kerem Kayi

25.4.-4.7.22, 20 UStd.

10x Mo, 18-19.30 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T138 Herr Dr. Kerem Kayi

29.4.-1.7.22, 20 UStd.

10x Fr, 10-11.30 Uhr

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch A1.4

Voraussetzung: Vorkenntnisse A1.3 bzw. der Lektionen 1-6.

Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag, ISBN 3-12-528661-0, Lektionen 7-9.

FK4.T115 Herr Süleyman Yüceer

22.9.-8.12.21, 20 UStd.

10x Mi, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 202

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T140 Herr Süleyman Yüceer

13.1.-24.3.22, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr

Bona-Peiser-Projekträume,

Oranienstr. 72, R. 01

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch A1.4 (Blended Learning)

Voraussetzung: Vorkenntnisse A1.3 bzw. der Lektionen 1-6.

Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag, ISBN 3-12-528661-0, Lektionen 7-9.

FK4.T117 Herr Dr. Kerem Kayi

21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr, Präsenztermine 5.10.,

9.11., 7.12. und 7x online

VHS, Wassertorstraße 4, R. 203

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch A2.1

Voraussetzung: Vorkenntnisse der abgeschlossenen Stufe A1 bzw. der Lektionen 1-9.

Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag, ISBN 3-12-528661-0, Lektionen 10-11.

FK4.T201 Herr Dr. Kerem Kayi

22.9.-8.12.21, 30 UStd.

10x Mi, 18-20.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 203

€ 99,00 (erm: € 52,50)

FK4.T202 Herr Süleyman Yüceer

12.1.-23.3.22, 20 UStd.

10x Mi, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 202

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T204 Herr Süleyman Yüceer

28.4.-7.7.22, 20 UStd.

10x Do, 19.45-21.15 Uhr

Bona-Peiser-Projekträume,

Oranienstr. 72, R. 01

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch A2.1 (Blended Learning)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der abgeschlossenen Stufe A1 bzw. der Lektionen 1-9

Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag, ISBN 3-12-528661-0, Lektionen 10-11.

FK4.T206 Herr Dr. Kerem Kayi

11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr,

Präsenztermine 11.1., 15.2., 22.3. und

7x online

VHS, Wassertorstraße 4, R. 203

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch A2.2

Voraussetzung: Vorkenntnisse A2.1 bzw. der Lektionen 1-11

Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag, ISBN 3-12-528661-0, Lektionen 12-13.

FK4.T208 Herr Süleyman Yüceer

27.4.-29.6.22, 20 UStd.

10x Mi, 19.45-21.15 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 202

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch A2.2 (Blended Learning)

Voraussetzung: Vorkenntnisse A2.1 bzw. der Lektionen 1-11

Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag, ISBN 3-12-528661-0, Lektionen 12-13.

FK4.T210 Herr Dr. Kerem Kayi

26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr, Präsenztermine 26.4.,

24.5., 28.6. und 7x online

VHS, Wassertorstraße 4, R. 203

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch A2.3:

Voraussetzung: Vorkenntnisse A2.2 bzw. der Lektionen 1-13

Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag, ISBN 3-12-528661-0, Lektionen 14-15.

FK4.T203 Herr Süleyman Yüceer

22.9.-8.12.21, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 202

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch A2.4

Voraussetzung: Vorkenntnisse A2.3 bzw. der Lektionen 1-15.

Lehrbuch: Kolay gelsin! neu A1-A2; Klett Verlag, ISBN 3-12-528661-0, Lektion 16.

FK4.T212 Herr Süleyman Yüceer

12.1.-23.3.22, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 202

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch B1.1

Voraussetzung: Vorkenntnisse der abgeschlossenen Kompetenzstufe A2.

Lehrbuch: Kolay gelsin! B1; Klett Verlag ISBN 3-12-528871-3, Lektion 1.

FK4.T301 Herr Cenk Bora

21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 204

€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T302 Herr Süleyman Yüceer

27.4.-29.6.22, 20 UStd.

10x Mi, 18-19.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 202

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch B1.1 (Blended Learning)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der abgeschlossenen Kompetenzstufe A2.

Lehrbuch: Kolay gelsin! B1; Klett Verlag ISBN 3-12-528871-3, Lektion 1.

FK4.T303 Herr Dr. Kerem Kayi

21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr,

Präsenztermine 5.10., 9.11., 7.12. und

7x online

VHS, Wassertorstraße 4, R. 203

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch B1.2

Voraussetzung: Vorkenntnisse der B1.1 bzw. der Lektion 1.

Lehrbuch: Kolay gelsin! B1; Klett Verlag ISBN 3-12-528871-3, Lektion 2.

FK4.T304 Herr Cenk Bora

11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 204

€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch B1.2 (Blended Learning)

Voraussetzung: Vorkenntnisse der B1.1 bzw. der Lektion 1.

Lehrbuch: Kolay gelsin! B1; Klett Verlag ISBN 3-12-528871-3, Lektion 2.

FK4.T306 Herr Dr. Kerem Kayi
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr,
Präsenztermine 11.1.,15.2.,22.3. und
7x online
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch B1.3

Voraussetzung: Vorkenntnisse B1.2 bzw. der Lektionen 1-2.

Lehrbuch: Kolay gelsin! B1; Klett Verlag ISBN 3-12-528871-3, Lektion 3-4.

FK4.T308 Herr Cenk Bora
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 18-19.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch B1.3 (Blended Learning)

Voraussetzung: Vorkenntnisse B1.2 bzw. der Lektionen 1-2.

Lehrbuch: Kolay gelsin! B1; Klett Verlag ISBN 3-12-528871-3, Lektion 3-4.

FK4.T310 Herr Dr. Kerem Kayi
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr,
Präsenztermine 26.4.,24.5.,28.6. und
7x online
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch B1.4

Voraussetzung: Vorkenntnisse B1.3 bzw. der Lektionen 1-4.

Lehrbuch: Kolay gelsin! B1; Klett Verlag ISBN 3-12-528871-3, Lektion 5-6.

FK4.T305 Herr Cenk Bora
21.9.-7.12.21, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch B1.5

Voraussetzung: Vorkenntnisse B1.4 bzw. der Lektionen 1-6.

Lehrbuch: Kolay gelsin! B1; Klett Verlag ISBN 3-12-528871-3, Lektion 7-8.

FK4.T312 Herr Cenk Bora
11.1.-29.3.22, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
€ 67,00 (erm: € 36,00)

Türkisch B2 Konversation & Lektüre

Für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der abgeschlossenen Kompetenzstufe B1

Der Kurs dient der Erweiterung der kommunikativen Fähigkeiten sowie der Behandlung und Übung grammatikalischer Phänomene. Der wesentliche Schwerpunkt liegt auf der Konversation sowie Lektüre von Artikeln, Berichten und Prosatexten. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

FK4.T401 Herr Dr. Kerem Kayi
25.9.-11.12.21, 30 UStd.

10x Sa, 11-13.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 99,00 (erm: € 52,50)

FK4.T402 Herr Dr. Kerem Kayi
15.1.-26.3.22, 30 UStd.

10x Sa, 11-13.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 99,00 (erm: € 52,50)

FK4.T404 Herr Cenk Bora
26.4.-28.6.22, 20 UStd.

10x Di, 19.45-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
€ 67,00 (erm: € 36,00)

FK4.T406 Herr Dr. Kerem Kayi
30.4.-2.7.22, 30 UStd.

10x Sa, 11-13.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 99,00 (erm: € 52,50)





© Ebba Dangschat

ARBEIT UND BERUF

Menschen und Arbeit: Kommunikation, Training, Selbstwirksamkeit, Innovation, Führung - Business und Büro: Gründung, Recht, Organisation, Sprache - Rechnungswesen und Betriebswirtschaft - Presse, Marketing und Öffentlichkeitsarbeit (analog und digital) - Digitale Darstellung und Konstruktion - Computing: Programmieren, Analysieren, Verwalten, Anwenden

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG

Ditte Gurack

Persönliche Beratung nach Vereinbarung

Frankfurter Allee 37, Raum 1118

Telefon: 90298-4604

ditte.gurack@ba-fk.berlin.de

Unser Programm wird auch im laufenden Semester ständig ergänzt und erweitert. Neue Kurse und aktuelle Hinweise finden Sie unter www.vhs-fk.de.



Ob Sie Arbeit als Erwerbsarbeit verstehen oder als bewusste schöpferische Auseinandersetzung mit Natur und Gesellschaft, ob Sie sich in ihrem Beruf fortbilden möchten oder ihre Möglichkeiten erweitern - hier finden Sie verschiedenste Angebote für das Themenfeld Arbeit und Beruf. Softskills, Interaktion, Organisation, Buchhaltung, Öffentlichkeitsarbeit, digitale Darstellung, Software-Programmierung und -anwendung, in diesen Bereichen bieten wir Kurse an. Wir aktualisieren unsere Themen fortlaufend für Sie.

Alle neuen Seminare und oder Anpassungen finden Sie online unter www.vhs-fk.de.

Unser Ziel ist es, Menschen zu stärken, sich selbst, Ihre Ideen und ihre berufliche Entwicklung selbstbestimmt und gesellschaftssensibel zu gestalten.

MENSCHEN UND ARBEIT

Kommunikation, Training, Selbstwirksamkeit, Innovation, Führung

Im Zentrum von Bildung steht der Mensch und seine Interaktion mit Anderen.

Von Rhetorik und Verhandlungstraining über Konfliktbearbeitung oder Train-the-Trainer Fortbildungen bis zu Karriere- und Bewerbungscoaching oder Team- und Führungsseminaren. Hier finden Sie Kurse, die zwischenmenschliches Handeln, Gruppendynamik oder Sie als Individuum im Blick haben. Mit Methoden aus der Psychologie, zu erfolgreichem Teamwork im digitalen Raum oder zur Moderation erweitern Sie Ihr persönliches Portfolio. Es gibt Angebote, die systemische Ansätze verfolgen oder Agilität fokussieren. Sie lernen, wie Sie bspw. mit Design Thinking kreativ Ideen entwickeln und Problemlösungen erarbeiten.

Informationen zur Kursanmeldung unter: www.vhs-fk.de oder schreiben Sie eine Mail an: info@vhs-fk.de. Das Infotelefon erreichen Sie unter: 90 298-4600.

Reden ist Silber und Gold!

Der Stimm-, Sprech- und Präsentations Workshop

Die Macht der Stimme! Ihre Stimme hat enormes Potenzial und kann ein machtvolles Instrument sein. Richtig eingesetzt, können Sie andere überzeugen und sich durchsetzen. Sympathie und Zustimmung lassen sich durch die Stimme erzeugen. Schon Intonation und Atmung können einen Zuhörer auf Ihre Seite bringen. Wer uns durch seine Stimme beruhigt und entspannt, ist uns sofort sympathisch. Die Wirkung unserer Stimme ist bedeutender als wir vermuten. Bereits einfache Tipps und Übungen helfen, die eigene Wirkung zu verbessern. Das trainieren wir. Den Klang und die Durchsetzungskraft unserer Stimme können wir verbessern, wenn wir deutlich sprechen. Bringen wir also unsere Sprechwerkzeuge in Schwung! Nach diesen beiden Samstagen werden Sie wissen: 1. Übung macht den Meister! 2. Reden ist Silber UND Gold! Ein Workshop mit

der Radio- und Fernsehmoderatorin, Diplom-Schauspielerin, Dozentin, Stimm- und Sprechtrainerin Susanne Schwab.

FK5.031 Frau Susanne Schwab

27.11.-4.12.21, 16 UStd.

2x Sa, 10-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 62,60 (erm: € 33,80)

FK5.032 Frau Susanne Schwab

29.1.-5.2.22, 16 UStd.

2x Sa, 10-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 62,60 (erm: € 33,80)

Mediensprechen

Der Workshop für Radio und Fernsehen, Podcasts, Insta-Stories, e-books, Hörbücher

Für alle, die an ihrer Stimme und Sprechweise arbeiten möchten, für Neugierige und Quereinsteiger*innen - für alle, die eine interessante Stimme haben und mehr daraus machen wollen, auch für alle, die schon mal vor Publikum oder/und in den Medien gesprochen haben und sich weiter entwickeln wollen. Haben Sie Texte oder Beiträge, die Sie selbst einsprechen möchten? Vor der Kamera oder hinter dem Mikrofon? Oder ein Hörbuch, das Sie selbst vertonen möchten? Sind Sie in den Medien tätig oder wollen es werden? Ein Workshop mit der Radio- und Fernsehmoderatorin, Diplom-Schauspielerin, Dozentin, Stimm- und Sprechtrainerin Susanne Schwab.

FK5.033 Frau Susanne Schwab

30.10.-6.11.21, 16 UStd.

2x Sa, 10-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 62,60 (erm: € 33,80)

FK5.034 Frau Susanne Schwab

26.3.-2.4.22, 16 UStd.

2x Sa, 10-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 62,60 (erm: € 33,80)

Anerkennung als Bildungsurlaub

Alle Kurse sind nach § 11, Abschnitt 1 des Berliner Bildungsurlaubsgesetzes vom 24. Oktober 1990 als Bildungsurlaub im Sinne der beruflichen Weiterbildung anerkannt.

Als (Bildungsurlaub) im Titel gekennzeichnet sind Kurse, die unter der Woche, tags, stattfinden und nach § 11, Abschnitt 1, des Berliner Bildungsurlaubsgesetzes (BiUrlG) vom 24. Oktober 1990 als Bildungsurlaub im Sinne der beruflichen Weiterbildung anerkannt sind. Es ist ebenfalls möglich, Freistellungen bspw. für Wochenendkurse oder andere zu beantragen, wenn Ihre Arbeitszeiten entsprechend liegen und es sich um Themen der beruflichen Weiterbildung handelt. In der Regel sollte ein Bildungsurlaub mind. 6 Unterrichtseinheiten pro Sitzung umfassen. Individuelle Regelungen können gemäß § 6 BiUrlG in Absprache mit dem Arbeitgeber getroffen werden.

TV Moderation - Workshop für Einsteigerinnen, Neugierige, Anfänger

Jede*r, der/die will, kann moderieren! Fürs Uni-, Firmen- oder Lokal-Fernsehen, für Magazinsendungen, Kochshows, Unterhaltungsformate, den eigenen Youtube-Kanal etc. Wie komme ich sympathisch rüber? Was ist wichtig bei der Arbeit mit dem Teleprompter? Darf ich mit der Kamera flirten? Wie wirkt meine Moderation am Überzeugendsten? Wo kommen meine Textefälle her? Woher weiß ich, was 20 sec sind? Schön sein hilft ungemein, ist aber nicht alles. Atemtechnik, Artikulation, Aussprache, Betonung, direkte Ansprachehaltung und vieles mehr sind wichtig für gelungene Moderationen. Es braucht Persönlichkeit und Authentizität, sehr gutes Allgemeinwissen und schnelles Sprech-Texten mit journalistischen Grundeinfällen.

Wer vor die Kamera will, sollte das lieben - dann liebt die Kamera auch Sie. Das lernen, üben und trainieren wir. Bei Bedarf können wir ein Showreel produzieren - als 'Video-Visitenkarte' für Ihren Einstieg in's TV! Ein Workshop mit der Trainerin, TV-Redakteurin und Moderatorin Susanne Schwab.

FK5.035 Frau Susanne Schwab

25.9.-2.10.21, 16 UStd.

2x Sa, 10-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 62,60 (erm: € 33,80)

FK5.036 Frau Susanne Schwab

19.-26.2.22, 16 UStd.

2x Sa, 10-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 62,60 (erm: € 33,80)

Praktische Rhetorik: Atem, Stimme, Auftritt

Hier geht es um die Praxis: Sie wollen auf der Hochzeit Ihrer besten Freundin eine emotional berührende Rede halten, bei einem Jubiläum fachlich glänzen oder beim runden Geburtstag Ihres Vaters ein paar liebevolle Worte sagen? Sie müssen regelmäßig im beruflichen oder schulischen Umfeld Referate oder Vorträge halten und

sind dabei unsicher? Egal, um welche Art des mündlichen Vortrages es sich handelt: wir üben in diesem Kurs die Präsentation, diskutieren die verschiedenen Wirkungsweisen und trainieren mithilfe von Atem-, Stimm- und Körperübungen den Umgang mit Lampenfieber. Wir arbeiten an Körpersprache und Ausdruck: Ihr Auftritt wird authentischer, selbstbewusster und sicherer. Praktische Tipps zu Vorbereitung, Aufbau und Durchführung eines Vortrages helfen, zukünftige Reden gezielter und publikumswirksamer zu gestalten.

FK5.041 Frau Nina Weniger
20.11.21, 7 UStd.

Sa, 10-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1103/1107,
€ 29,50 (erm: € 17,25)

FK5.042 Frau Nina Weniger
29.1.22, 7 UStd.

Sa, 10-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1103/1107,
€ 29,50 (erm: € 17,25)

Präsentieren! (Bildungsurlaub)

Trainieren Sie Vortrag, Rhetorik, Selbstdarstellung

Wann ist eigentlich eine Präsentation gelungen? Was macht eine prägnante und sichere Selbstdarstellung aus? Wie funktioniert das, mit der ganzen Person zu überzeugen? Ob in Besprechungen, bei Vorträgen oder in Stehgreifsituationen, immer wieder stehen Sie vor der Herausforderung, überzeugend auftreten zu müssen oder Andere zu begeistern. Ihre rhetorischen Fähigkeiten sind gefragt. Genau darum geht es in diesem Seminar: Was sind die Schlüssel für eine erfolgreiche Präsentation? Wie bauen Sie Ihr Solo auf? Mit welcher inneren und äußeren Haltung betreten Sie die Bühne? Wie sprechen Sie Ihre Zuhörer an, wie überzeugen Sie?

Kurz: Sie optimieren das eigene Präsentationsverhalten! Gerne arbeiten wir an Ihrer aktuellen Präsentation - bitte mitbringen.

FK5.045 Herr Joachim Hampel
11.-13.10.21, 24 UStd.

Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 82,20 (erm: € 42,60)

FK5.046 Herr Joachim Hampel
20.-22.6.22, 24 UStd.

Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 82,20 (erm: € 42,60)

Wirksam vortragen - Rhetorik (Bildungsurlaub)

In Reden vor Gruppen anschaulich und souverän die eigenen Ideen präsentieren, das lernen Sie in diesem Kurs stressfrei und mit viel Spaß am Experimentieren. Erfahren Sie, wie Sie einen Vortrag richtig aufbauen, durch passende Wortwahl und mit rhetorischen Figuren eine Botschaft geschickt formulieren. Üben Sie sich im Umgang mit modernen Medien. Stimmen Sie Körpersprache und Stimmführung auf den Anlass

ab und entwickeln Sie mit Hilfe von Videoaufnahmen Ihren eigenen Stil. Mit den praktischen Übungen aus dem Kurs und vielen Tipps und Tricks können Sie gelassener dem nächsten Vortrag vor Kunden und Kollegen entgegensehen, ohne Lampenfieber befürchten zu müssen. Auch mögliche schwierige Fragen nach dem Vortrag sind mit der richtigen Dosis Schlagfertigkeit kein Grund mehr, nervös zu werden.

FK5.047 Frau Birgit Brieger
16.-17.8.21, 16 UStd.

Mo/Di, 9-16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 55,80 (erm: € 29,40)

FK5.048 Frau Birgit Brieger
14.-15.2.22, 16 UStd.

Mo/Di, 9-16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 55,80 (erm: € 29,40)

Virtuelle Präsenz - Woman only (Online-Kurs)

Sprechen, Moderieren, Wirken

1. Hohe Kompetenz, fachlich brillant - dennoch: die innere Haltung im Tiefstatus?
2. Wandlung: auf Erfolg programmiert und erfolgreich sein im Netz
3. Persönliches Take Away: Bessere Wirkung durch individuelle Wirkungsfaktoren

FK5.049 Frau Ines Koenen
29.9.21, 4 UStd.

Online-Live-Training
1x Mi, 17.30-20.45 Uhr
€ 17,00 (erm: € 10,00)

Dirty Tricks der Rhetorik (online)

Manipulation erkennen und abwehren

Unverschämt erfolgreich - viele Bosse in Wirtschaft und Politik bedienen sich der rhetorischen Giftküche, um ihre Interessen geltend zu machen. Doch welche Bluffs genau setzen geschulte Redner*innen in Präsentationen und Gesprächen ein, um die Zuhörer auf ihre Seite zu ziehen? Welche Methoden wenden gewiefte Führungskräfte an, um Machtspiele im Büro für sich zu entscheiden? Und könnte das jede*r? In diesem Workshop lernen wir die wichtigsten Tricks kennen und probieren sie aus, um ihre Wirkung zu testen. Zum Beispiel nutzen wir die sechs Gesetze der Verführung, um einen Projektvorschlag mit der magischen Überzeugungskraft erfolgreicher Werbekampagnen auszustatten. Köderfragen aus den Verhörtechniken der Geheimdienste helfen uns dabei, Lügen in der Bewerbung aufzuspüren, und wir lernen, wie man in der Sitzung ein Hühnchen schlachtet. Zum Abschluss erarbeiten wir gemeinsam effektive Abwehrstrategien. Nach dem Seminar kennen Sie die psychologischen Wirkmechanismen der Schwarzen Rhetorik und können berufliche und private Attacken souverän parieren. Ein praxisorientiertes und kurzweiliges Seminar für alle, denen beruflich und privat an einer fairen Kommunikation liegt.

FK5.051 Herr Dirk Hannemann
2.-11.11.21, 16 UStd.

Online-Live-Training
2x Di/Do, 18-21.15 Uhr
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK5.052 Herr Dirk Hannemann
25.1.-3.2.22, 16 UStd.

Online-Live-Training
Di/Do, 18-21.15 Uhr
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK5.054 Herr Dirk Hannemann

23.-24.4.22, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 201
€ 59,00 (erm: € 31,00)

Komm auf den Punkt! Digitale Rhetorik (online)

In einem Online-Meeting ist die Aufmerksamkeit geringer als bei realen Treffen. Außerdem entfällt die Körpersprache. Deswegen müssen Sie im virtuellen Raum sämtliche Mittel der Rhetorik nutzen, um Ihre Sache überzeugend zu vertreten. Sie lernen in diesem praxisorientierten Kurs, was eine unwiderstehliche Argumentation ausmacht, und wie Sie die Fehler der Ohnmachtssprache vermeiden. Storytelling und einprägsame Metaphern verankern Ihre Botschaft als Bilder in der Köpfe Ihrer Zuhörer. „Wer fragt, der führt“, heißt es treffend. Darum üben wir, wie Sie mit der richtigen Fragetechnik das Gespräch so steuern, dass die Vorteile Ihrer Position optimal zur Geltung kommen. Die besten Techniken einer angemessenen Schlagfertigkeit sorgen dafür, dass Sie auch in Konfliktsituationen stets souverän bleiben. Dieser Kurs bietet Ihnen ein „Best Of“ der Rhetorik, welches die Trickkiste der alten Griechen mit modernen systemischen und agilen Methoden zusammenführt, maßgeschneidert für die Online-Welt.

FK5.055 Herr Dirk Hannemann
28.9.-7.10.21, 16 UStd.

Online-Live-Training
2x Di/Do, 18-21.15 Uhr
€ 59,00 (erm: € 31,00)

Die Sprache der Giraffen (online)

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) ist eine respektvolle und wertschätzende Form der Kommunikation und Interaktion miteinander. GFK beansprucht, tief verwurzelte Bedürfnisse in jedem Menschen zu erfüllen wie das Bedürfnis nach Anerkennung, Respekt und Sicherheit. Marshall Rosenberg hat eine Form der Kommunikation entwickelt, die es dem Menschen ermöglicht, bei sich selbst zu bleiben und gleichzeitig sein Gegenüber wohlwollend und wertschätzend im Blick zu behalten. Ob im Beruf oder in der Familie, die Gewaltfreie Kommunikation eröffnet uns neue Perspektiven und erweitert unsere Handlungsspielräume.

FK5.057 Frau Serpil Maglicoglu

2.-3.12.21, 8 UStd.

Do/Fri, 17-20 Uhr (live-online-Training)

€ 34,20 (erm: € 21,00)

Framing - Die Macht der Sprache (online)

Klimawandel oder Klimakrise? Verschwörungstheoretiker oder Querdenker*in? Steuerbeitrag oder Steuerlast? Frames sind allgegenwärtig. Sie bestimmen sowohl unsere private Kommunikation als auch gesellschaftliche Debatten. Informationen werden in bestimmten Deutungsrahmen dargeboten, die unsere Wahrnehmung und Interpretation der Realität maßgeblich beeinflussen. Das kann unbewusst passieren, wird aber immer öfter auch von Meinungsmachern und solchen, die es gern werden möchten, strategisch eingesetzt. In dieser 3-teiligen Online-Seminarreihe wollen wir Worte auf die berüchtigte „Goldwaage“. Durch theoretische Inputs aus der Psychologie und der Politik-/Sozialwissenschaft und einer Vielzahl an Anwendungsbeispielen und praktischen Übungen lernen Sie, wie Frames wirken und wie Sie selbst dieses Wissen strategisch einsetzen können, z.B. auch um eigene positive Framings zu entwickeln. Ziel des Seminars ist es ein ausgeprägtes Bewusstsein für die eigene Sprache zu schaffen sowie die Teilnehmer*innen zu befähigen im beruflichen Alltag, im Ehrenamt, in öffentlichen und privaten Debatten, eigene Positionen selbstbestimmt und klar zu kommunizieren und für andere gut zugänglich zu machen.

FK5.059 Frau Amelie Piepenbring

18.9.-2.10.21, 24 UStd.

3x Sa, 9-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103

€ 87,00 (erm: € 45,00)

FK5.060 Frau Amelie Piepenbring

9.-23.4.22, 24 UStd.

3x Sa, 9-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2103

€ 87,00 (erm: € 45,00)

Verhandeln, Diskutieren, Argumentieren - Gesprächsführung (Bildungsurlaub)

Kunden und Kolleg*innen in Gesprächen zu überzeugen macht einen wesentlichen Teil Ihres beruflichen Erfolgs aus. Trainieren Sie in diesem praxisnahen Kurs, wie Sie sich in Besprechungen Gehör verschaffen und gut für Ihren Standpunkt argumentieren. Üben Sie nach bewährten Modellen wie dem Harvard-Konzept, Verhandlungen zu führen, bei denen beide Seiten gewinnen. Legen Sie Streitigkeiten bei, ohne halbherzige Kompromisse einzugehen. Mit Fragen zu führen und aktives Zuhören sind Ihre wichtigsten Kompetenzen für einen gelungenen Dialog und werden in diesem Kurs in unterschiedlichen Übungen trainiert. Erfahren Sie, wie Sie in der nächsten Gehalts- oder Preisverhandlung auch Körper und Stimme geschickt einsetzen, um Ihr

Anliegen zu unterstützen und wie Sie Manipulationen abwehren, etwa Bluffs oder Killerphrasen. Ein hochwertiges Skript (€ 8,-) mit Literaturempfehlungen ist über den Kursleiter erhältlich.

FK5.061 Herr Joachim Hampel

2.-3.12.21, 16 UStd.

Do/Fr, 9-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK5.062 Frau Birgit Brieger

13.-15.6.22, 24 UStd.

Mo-Mi, 9-16 Uhr

VHS, Bergmannstraße 28, R.03

€ 87,00 (erm: € 45,00)

Geschicktes Verhandeln im Beruf und Arbeitsleben (Bildungsurlaub)

Viele berufliche Situationen mit anderen Menschen sind im Grunde Verhandlungen: Zu welchen Zugeständnissen kommt eine Einigung zustande? Welche Absprachen sollen gelten - und werden auch eingehalten? Welche Sanktionsmöglichkeiten stehen zur Verfügung? Wie überzeugt man einen Vorgesetzten? Besonders schwierig wird es, wenn man die Machtoptionen des Gesprächspartners deutlich spürt und durch die berufliche Rolle in eine Verhandlung mit sehr wenig eigenen Optionen treten muss. Oder wenn der Andere sich unfair verhält und sich nicht an Absprachen hält. Hier sind Methoden und Kompetenzen, sowie auch Persönlichkeit wichtig. Hierzu gehört zunächst einmal die Kompetenz, die eigene Situation realistisch zu analysieren und die Interessen und Optionen sachlich zu betrachten, um in der Verhandlung nicht überrascht oder überrannt zu werden. Es geht in allen diesen Situationen darum, überzeugend die eigenen Interessen zu vertreten, ohne die Beziehung zum Verhandlungspartner aufs Spiel zu setzen. Das Harvard-Konzept des sachbezogenen Verhandeln bietet hier Strategien für schwierige und festgefahrene Verhandlungssituationen und den Umgang mit unfairen Angriffen. Sehr lohnenswert ist es oft, zu analysieren, welche weiteren Akteure in der Auseinandersetzung ihre Interessen verfolgen und wie diese einbezogen werden können. Zahlreiche Übungen und Experimente machen Ihnen das Vorgehen deutlich.

FK5.063 Herr Joachim Hampel

7.-8.10.21, 16 UStd.

Do/Fri, 9-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 62,20 (erm: € 32,60)

FK5.064 Herr Joachim Hampel

7.-8.4.22, 16 UStd.

Do/Fr, 9-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 62,20 (erm: € 32,60)

Kommunikationstraining (Bildungsurlaub)

Gelungene Kommunikation ist: eine gute Verbindung aufbauen, den anderen verstehen und sich selbst verständlich machen. Hierfür gibt es erlernbare Techniken und diese sind anwendbar in: Gesprächen, Verhandlungen, Streitgesprächen und Diskussionen... Bei allen Gesprächsformen gibt es Gesetzmäßigkeiten, mit denen Sie sich Ihrem gewünschten Ergebnis nähern können. Erweitern Sie in diesem 3-tägigen Kurs Ihre kommunikativen Fähigkeiten: Fokussierter Sprachgebrauch; lösungsorientierte Fragetechniken; Eliminieren von Reizwörtern; Verhandlungsgeschick; Feedback geben und annehmen. Ich freue mich auf Sie!

FK5.065 Frau Sandra Szaldowsky

9.-11.3.22, 21 UStd.

Mi-Fri, 9-15 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109

€ 92,00 (erm: € 50,00)

Erfolgreich kommunizieren und Ziele erreichen (Bildungsurlaub)

Menschen sind verschieden: mit manchen kommen Sie sehr gut klar, mit anderen ist es schwieriger. Ihre Mitmenschen können Sie sich jedoch nicht immer aussuchen. Gerade im Beruf ist es vorteilhaft, wenn Sie mit allen Menschen gut klarkommen. Außerdem ist es so, dass Sie kaum ein Ziel im Leben erreichen werden, wenn Sie nicht auch andere Menschen dafür gewinnen können. Dieses Intensivseminar gibt Ihnen Werkzeuge an die Hand, um bewusster zu kommunizieren und um Ihre Ziele erfolgreich anzugehen. In diesen drei Tagen werden Sie Techniken aus den Bereichen Kommunikation und Coaching in praktischen Übungen kennen lernen und erleben.

FK5.067 Frau Caroline Forster

22.-24.11.21, 24 UStd.

Mo-Mi, 09.30-16.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 104,00 (erm: € 56,00)

FK5.068 Frau Caroline Forster

16.-18.5.22, 24 UStd.

Mo-Mi, 09.30-16.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 104,00 (erm: € 56,00)

Besprechungen erfolgreich moderieren (Bildungsurlaub)

Erfahren Sie in diesem Kurs, wie eine gute Moderation die Arbeit in Gruppen leichter und effektiver macht. Als Moderator*in geben Sie gekonnt Inputs in kurzen Präsentationen und leiten die Diskussion mit den richtigen Fragen ein. Sie sind geübt im Umgang mit Flipchart und Pinnwand und kennen die Hilfsmittel des Moderationskoffers, um Ergebnisse geschickt zu visualisieren. Sie erfahren, wie man mit dominanten Teilnehmer*innen und mit Passivität in der Gruppe umgeht. Während des Seminars durchlaufen Sie einen kompletten Mode-

rationszyklus und besitzen am Ende alle Fertigkeiten, um kreative Prozesse so zu steuern, dass am Ende ein Ergebnis steht, das den Unterschied ausmacht. Das Training wendet sich besonders an Fach- und Führungskräfte, sowie Team- und Projektleiter aller Bereiche, die Besprechungen mit der Gruppe oder Kreativworkshops innovativ gestalten und souverän leiten möchten. Inhalte: Wann das Team eine Moderatorin braucht, Rolle des Moderators, Methoden der Gesprächsführung, Führen durch Fragen, Verlauf des Gruppenprozesses, Phasen der Teamentwicklung kennen und steuern, Konfliktmanagement, Visualisierung von Ergebnissen, Förderung der Kreativität im Team. Ein hochwertiges Skript (€ 12,-) mit Literaturempfehlungen ist über den Kursleiter erhältlich.

FK5.071 Herr Dirk Hannemann
8.-10.9.21, 24 UStd.

Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 87,00 (erm: € 45,00)

FK5.074 Herr Dirk Hannemann
27.-29.4.22, 24 UStd.

Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 87,00 (erm: € 45,00)

FK5.076 Herr Dirk Hannemann
30.5.-1.6.22, 24 UStd.

Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 87,00 (erm: € 45,00)

FK5.078 Herr Dirk Hannemann
27.-29.6.22, 24 UStd.

Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 87,00 (erm: € 45,00)

Moderation - Zusammenarbeit effektiv gestalten! (Bildungsurlaub)

Hatten Sie nichts zu tun oder warum waren Sie bei der Besprechung? Es war doch sowieso niemand auf die Themen vorbereitet. Und die Referentin hat einen langweiligen Vortrag über den aktuellen Stand des Projektes gehalten... Sie hätten zu einigen Punkten noch gute Ideen liefern können, aber dafür war kein Platz und keine Zeit. Außerdem hat der aktuelle unterschwellige Konflikt sowieso die meisten Teilnehmer daran gehindert, sich konstruktiv zu beteiligen. So wurde wieder viel geredet - vieles wieder vergessen - und: keiner fühlt sich verantwortlich, die besprochenen Themen weiter zu verfolgen. Doch wie macht man es anders?

Genau darum geht es in diesem Seminar: Wie moderieren Sie eine Besprechung? Wie verhalten Sie sich den Teilnehmer*innen gegenüber? Wie beteiligen Sie alle am Prozess? Welche Frage- und Antworttechniken gibt es? Wie verdichten und gestalten Sie Diskussionsinhalte und -abläufe?

FK5.081 Herr Joachim Hampel
18.-20.10.21, 24 UStd.

Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 87,00 (erm: € 45,00)

FK5.082 Herr Joachim Hampel
23.-25.5.22, 24 UStd.

Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 87,00 (erm: € 45,00)

Agile Meetings leiten (Bildungsurlaub)

Mehr Effizienz für Besprechungen mit den Methoden des Silicon Valley

Scrum, Kanban und Design Thinking sind Ansätze aus der Softwareentwicklung, die aus der Welt der Konzerne und Start-Ups nicht mehr wegzudenken sind. Sogar die deutsche Verwaltung wird agil, wie der Oberbegriff für diese Methoden lautet, die im Silicon Valley entwickelt wurden und von dort aus ihren Siegeszug um die Welt angetreten haben. In diesem Kurs fokussieren wir uns auf Techniken, die Meetings kreativer und effektiver machen. So hebt Time-Boxing das Zeitmanagement auf eine neue Ebene und das Kanban-Board - „To Do, Doing, Done“ - ersetzt die klassische Agenda, um nur zwei Beispiele zu nennen. Leiten Sie als Moderator*in Besprechungen und Workshops zielorientiert und hierarchiefrei, so dass Sie in weniger Zeit mehr Inhalte besprechen und sachgerechte Entscheidungen treffen. In diesem Kurs lernen Sie 20 Tools kennen, mit denen die Zusammenarbeit im Team lebendiger und effektiver wird. Das Training richtet sich an Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse, doch es gibt auch Zeit und Raum für den Austausch unter erfahrenen Anwender*innen agiler Methoden, z.B. bei Retrospektiven, oder für Erfahrungen mit virtuellen Teams.

FK5.085 Herr Dirk Hannemann
18.-19.9.21, 16 UStd.

Mo/Di, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 55,80 (erm: € 29,40)

FK5.087 Herr Dirk Hannemann
13.-14.11.21, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 55,80 (erm: € 29,40)

FK5.086 Herr Dirk Hannemann
2.-3.3.22, 16 UStd.

Mo/Di, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 55,80 (erm: € 29,40)

FK5.088 Herr Dirk Hannemann
2.-3.6.22, 16 UStd.

Do/Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 55,80 (erm: € 29,40)

Virtuelle Meetings leiten (Online-Kurs)

Kreative Methoden gegen den Zoom-Burnout

Die Klage über ineffiziente Sitzungen war schon immer weit verbreitet - das Ziel des Meetings ist oft nicht klar, Entscheidungen werden aufgeschoben und Aufgaben bleiben unerledigt. Mit dem Trend zu Online-Meetings kommen noch technische Hürden hinzu und das Problem, über längere Zeit aufmerksam einer Diskussion zu folgen, ohne sich ablenken zu lassen. Dabei wäre es eigentlich gerade jetzt in Zeiten des Home Office umso wichtiger, dass dieser Kommunikationskanal in Unternehmen gut funktioniert. In diesem Kurs lernen Sie einerseits die Grundlagen einer zielgerichteten Moderation von Besprechungen - wie man als Verantwortliche*r eine Sitzung so vorbereitet, durchführt und nachbereitet, dass die Zeit in der Gruppe gut investiert erscheint. Zum anderen erfahren Sie, welche Funktionen einer Meeting-Software nützen, um Passivität zu besiegen, kreative Diskussionen anzuregen und in der Gruppe effektive Entscheidungen zu treffen. Sie erfahren wirkungsvolle Tipps und Tricks, wie man die Gruppendynamik positiv beeinflusst und wie man mit problematischen Meeting-Typen umgeht. Am Ende besitzen Sie einen Methodenkoffer voller Tools und Techniken, die Ihre Sitzungen zu einem Treiber des Unternehmenserfolgs machen.

FK5.089 Herr Dirk Hannemann
1.-10.11.21, 16 UStd.

Live-online-Training, Mo/Mi, 18-21.15 Uhr
€ 55,80 (erm: € 29,40)

Visualisierung in Meetings und Workshops. Endlich schöne Flipcharts! (Bildungsurlaub)

Wie Trainer*innen und Moderator*innen die Macht der Bilder nutzen

Handgemachte Visualisierungen liegen im Trend! In diesem Workshop erfahren Sie, wie man Inhalte in Bilder übersetzt und sie gekonnt präsentiert. Zeichnen können müssen Sie dafür nicht. Wir üben in diesem Kurs eine Bildsprache, die Inhalte mit wenigen Strichen effektiv in Szene setzt. So werden Ihre Flipcharts mit Schaubildern, einem Rahmen und etwas Farbe zum Hingucker. Trainieren Sie dabei auch die Grundschriffe des 'Flipchart-Tango' für den gekonnten Auftritt. Auf kleinem Format lernen Sie mit Sketchnotes, visuelle Notizen anzufertigen von Vorträgen und Sitzungen. Textboxen und verschiedene Schriften ordnen die Inhalte; Symbole und Figuren veranschaulichen die Kernaussage. Ob Sie in Zukunft eine Pinnwand wählen oder auf Reisen zum Bierdeckel greifen - nach dem Kurs wissen Sie, wie Sie Ihre Ideen kurz und prägnant skizzieren. Die Aufmerksamkeit der Betrachter ist Ihnen in jedem Fall sicher. Die Beispiele im praxisorientierten Kurs stammen vorwiegend aus dem beruflichen Kontext von Sitzungen und Projekten, lassen sich aber mühelos übertragen auf

Formate wie Blogs sowie auf private, kulturelle und gesellschaftliche Themen. Geeignet für Teilnehmer/innen mit und ohne Vorkenntnisse. Zusätzliche Materialkosten für Stifte, Papier und Kopien: 20 Euro (im Kurs zu zahlen).

FK5.093 Herr Dirk Hannemann
6.-7.9.21, 16 UStd.

Mo/Di, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 62,20 (erm: € 32,60)

FK5.094 Herr Dirk Hannemann
10.-11.1.22, 16 UStd.

Mo/Di, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 62,20 (erm: € 32,60)

FK5.096 Herr Dirk Hannemann
10.-11.3.22, 16 UStd.

Do/Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 62,20 (erm: € 32,60)

FK5.098 Herr Dirk Hannemann
2.-3.7.22, 16 UStd.

So/So, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 62,20 (erm: € 32,60)

Train the Trainer

Seminare souverän leiten

Wie man an Gruppen auf lebendige Weise Wissen vermittelt, das lernen Sie in diesem Kurs auf eine sehr praktische Weise. Sie erfahren, welche Übungen Profis in Trainings zu Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung einsetzen und wie ein Seminar aufgebaut ist. Ausführlich üben wir, wie man Rollenspiele und Teamübungen anleitet, durchführt und auswertet. Sie leiten im Kurs selbst eine Gruppe und entwickeln dabei Ihren persönlichen Stil. Wie man mit schwierigen Situationen umgeht und mit welchen Methoden man die Gruppendynamik steuern kann, ist ein wichtiger Teil der Ausbildung. Der Kurs richtet sich weniger an Dozentinnen und Dozenten von Fachtrainings, sondern konzentriert sich auf die Vermittlung von weichem Wissen. Sie erfahren, wie Didaktik in der Praxis funktioniert. Der Kurs richtet sich an den Bedürfnissen von Anfängern aus. Profitieren können auch Personalentwicklerinnen, Fortgeschrittene und Studierende der Sozialwissenschaften und Psychologie.

kompakt (online)

FK5.109 Herr Dirk Hannemann
8.-17.9.21, 16 UStd.

Online-Live-Training, Mi/Fr, 18-21.15 Uhr
€ 55,00 (erm: € 29,00)

FK5.117 Herr Dirk Hannemann
20.-21.12.21, 16 UStd.

Online-Live-Training, Mo/Di, 9-16 Uhr
€ 55,00 (erm: € 29,00)

FK5.118 Herr Dirk Hannemann
19.-20.3.22, 16 UStd.

Online-Live-Training, Sa/So, 9-16 Uhr
€ 55,00 (erm: € 29,00)

FK5.110 Herr Dirk Hannemann
10.-19.1.22, 16 UStd.

Online-Live-Training, Mo/Mi, 18-21.15 Uhr
€ 55,00 (erm: € 29,00)

FK5.118 Herr Dirk Hannemann
19.-20.3.22, 16 UStd.

Online-Live-Training, Sa/So, 9-16 Uhr
€ 55,00 (erm: € 29,00)

FK5.118 Herr Dirk Hannemann
19.-20.3.22, 16 UStd.

Online-Live-Training, Sa/So, 9-16 Uhr
€ 55,00 (erm: € 29,00)

Grundausbildung (Bildungsurlaub)

FK5.111 Herr Dirk Hannemann
13.-17.9.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 133,00 (erm: € 68,00)

FK5.113 Herr Dirk Hannemann
1.-5.11.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 133,00 (erm: € 68,00)

FK5.115 Herr Dirk Hannemann
15.-19.11.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 153,00 (erm: € 83,00)

FK5.112 Herr Dirk Hannemann
24.-28.1.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 133,00 (erm: € 68,00)

FK5.114 Herr Dirk Hannemann
31.1.-4.2.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 133,00 (erm: € 68,00)

FK5.116 Herr Dirk Hannemann
14.-18.3.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 133,00 (erm: € 68,00)

FK5.120 Herr Dirk Hannemann
20.-24.6.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 133,00 (erm: € 68,00)

Dozent*in in der Erwachsenenbildung

Viele Seminare, Schulungen und Kurse verlaufen nach dem Motto: Wenn alles schläft und eine*r spricht, diesen Zustand nennt man Unterricht. Die natürliche Folge, wenn sich Dozentinnen und Dozenten hauptsächlich auf den Folienvortrag verlassen, um ihr Wissen weiterzugeben. Die Alternative sind aktivierende Unterrichtsmethoden, die einen erfolgreichen Transfer des Wissens in die Praxis vorbereiten. Lernen Sie in diesem praxisorientierten Training die Didaktik moderner Aus- und Fortbildung kennen, die Erwachsene auf Augenhöhe anspricht. So wird zum Beispiel mit der richtigen Fragetechnik aus Vorträgen ein interessantes Lehrgespräch, bei dem die Gruppe und die Seminarleitung in einen

Dialog treten. In diesem Sinne werden wir auch das aktuelle Thema E-Learning und Blended Learning für unseren Kurs mit Moderationstechniken erschließen und dabei den Medieneinsatz von Flipchart und Pinnwand üben. Der Einsteigerkurs mit 50 Profi-Techniken für alle, die schnelle Erfolge in der Praxis sehen möchten. Die kurze Alternative zu den einwöchigen Train-the-Trainer-Kursen (Soft Skills/Fachtraining/Online-Training), die ebenfalls an der VHS Friedrichshain-Kreuzberg angeboten werden.

FK5.125 Herr Dirk Hannemann
4.-5.9.21, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 201
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK5.127 Herr Dirk Hannemann
30.-31.10.21, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 201
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK5.129 Herr Dirk Hannemann
18.-19.12.21, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 201
€ 59,00 (erm: € 31,00)

Systemische Trainerausbildung - Grundlagen (Bildungsurlaub)

Seminare, Trainings und Workshops erfolgreich durchführen

Was macht eigentlich gute Trainer aus? Wie plane und gestalte ich meine Trainings abwechslungsreich und zielgruppengerecht? Wie motiviere ich meine Teilnehmenden zur Interaktion? Wie Sorge ich dafür, dass die Inhalte auch später noch hängenbleiben? Und was heißt es eigentlich, „systemisch“ zu trainieren?

In dieser Bildungswoche lernen Anfänger*innen und Fortgeschrittene den Systemischen Trainingsansatz kennen und füllen ihren „Methodenkoffer“ mit Ideen, wie Sie ihre Trainings damit ansprechend, interaktiv und nachhaltig gestalten können.

Neben den didaktischen Grundlagen für den Aufbau und die Gestaltung von Trainings werden systemische Trainingsmethoden vermittelt - und auch selbst ausprobiert! In der geschützten Übungsumgebung erwerben und erproben Sie Ihre Kompetenzen in Kommunikations-, Präsentations- und Moderationstechniken und entwickeln diese mithilfe eines wohlwollenden, konstruktiven Feedbacks weiter.

FK5.131 Frau Katja Lass-Lennecke
23.-27.8.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 147,00 (erm: € 77,00)

FK5.132 Frau Katja Lass-Lennecke
9.-13.5.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 147,00 (erm: € 77,00)

Psychologisches Wissen im Alltag nutzen (Bildungsurlaub)

Ein Praxistraining für die Arbeitswelt

Gesunder Menschenverstand und eine gewisse Lebenserfahrung – damit ausgestattet lassen sich viele Probleme im Arbeitsalltag meistern. Mit dem entsprechenden psychologischen Wissen verstehen Sie die Hintergründe für das Verhalten von Mitarbeitern, Kolleg*innen, Vorgesetzten und Kund*innen oft besser. So können Sie bewusster und erfolgreicher reagieren. Sie erhalten im Seminar eine Übersicht über die relevantesten Themengebiete: – Wie verarbeitet der Mensch Informationen und wann entscheidet er lieber irrational? – Was macht die Persönlichkeit aus und wie kann man sie weiterentwickeln? – Welche Faktoren steuern unser Verhalten und wie können wir darauf Einfluss nehmen? – Wie entsteht Zusammenhalt und Teamgeist und welche Kräfte wirken dagegen? Damit Sie das theoretische Wissen und die Modelle gezielt und effektiv einsetzen können, ist dieses Seminar angefüllt mit praktischen Anwendungen, die Sie selbst ausprobieren werden. Die Teilnehmenden bekommen die Gelegenheit, eigene Praxis-Fälle einzubringen und sich coachen zu lassen.

FK5.141 Herr Joachim Hampel
25.-26.11.21, 16 UStd.

Do/Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK5.142 Herr Joachim Hampel
5.-6.5.22, 16 UStd.

Do/Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 59,00 (erm: € 31,00)

Transaktionsanalyse – Beziehungsführung in Alltag und Beruf (Bildungsurlaub)

In dem Kurs widmen wir uns der Thematik der konstruktiven Beziehungsführung. Hierbei verschaffen wir uns einen Überblick über Grundlagen der Kommunikation. Welche Energien und Dynamiken können hier wirken? Wir sehen uns verschiedene Muster, die immer wieder in Gesprächen und Beziehungen vorkommen, sei es im Berufs- oder Privatleben und deren Ursprung an. Es werden konkrete Werkzeuge zur Intervention und zur Vorbereitung auf lösungsorientierte Gesprächsführung gegeben. Eine Besonderheit stellt in diesem Kurs der Praxisteil dar, in dem wir mittels Schauspieltechniken unsere eigene Fähigkeit Kontakt aufzubauen, zuzuhören und in Konflikten nicht den Überblick zu verlieren, aktiv trainieren. Die Arbeit an uns selbst als Beraterin, Kollege oder Führungskraft stellt einen besonders nachhaltigen Mehrwert dieses Kurses dar, fordert aber auch die Bereitschaft zur Veränderung und zum Wachstum. Er stellt eine Grundlage für alle dar, die sicherer in Beziehungen und im Umgang mit Mitmenschen und Mitarbeitern werden wollen. Theoretische Konzepte ba-

sieren auf dem Konzept der Transaktionsanalyse nach Eric Berne. Die Praxisarbeit fußt auf der Meisner-Technik nach Sanford Meisner. Der Kurs ist besonders geeignet für Teilnehmende, die in Berufen arbeiten, in denen sie in Beziehungs- und Verhandlungspositionen stehen: Führungskräfte, Lehrerinnen, Trainer und Dozentinnen

FK5.143 Herr Hendrik Martz

25.-27.10.21, 21 UStd.
Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 76,50 (erm: € 39,75)

FK5.144 Herr Hendrik Martz

16.-18.5.22, 21 UStd.
Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 76,50 (erm: € 39,75)

Systemisches Handwerkszeug für die Beratung – Grundlagen (Bildungsurlaub)

Systemisches Denken eröffnet neue Wege und hebt Stärken hervor – bei der Arbeit und im Leben. Der Kurs stellt theoretische Grundlagen und viel praktisches Handwerkszeug für systemische Beratung vor. Sie können Ihre Gesprächsführung verbessern und lernen, hinderliche Kommunikationsmuster zu erkennen. Sie erfahren, wie man erfolgreich Ziele setzt und in schwierigen Situationen neue Handlungsmöglichkeiten gewinnt. Das Erlernte können Sie zum Beispiel bei Teamleitung, kollegialer Beratung, Arbeit mit Klienten oder auch im Privatleben einsetzen.

FK5.151 Frau Outi Turunen

6.-10.12.21, 40 UStd.
Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 155,00 (erm: € 79,00)

FK5.152 Frau Outi Turunen

13.-17.6.22, 40 UStd.
Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 155,00 (erm: € 79,00)

Systemische Aufstellungsmethoden in der Beratung (Bildungsurlaub)

Manchmal sagt ein Bild mehr als tausend Worte – gerade, wenn es um komplexe zwischenmenschliche Interaktionen geht. Systemische Aufstellungsmethoden können helfen, um Strukturen in einem sozialen System sichtbar zu machen (Familie, Team, Organisation usw.), neue Perspektiven einzunehmen und Veränderung anzuregen. Die Kursteilnehmer*innen lernen, Systeme und Prozesse im Raum mit Hilfe von Symbolen wie Figuren, Stühlen, Kärtchen und Seilen aufzustellen, ihre Wirkung zu spüren und zu reflektieren. Voraussetzung für die Kursteilnahme sind Grundkenntnisse über den systemischen Ansatz.

FK5.153 Frau Outi Turunen

26.-27.8.21, 16 UStd.
Do-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 63,80 (erm: € 33,40)

FK5.154 Frau Outi Turunen

31.3.-1.4.22, 16 UStd.
Do-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 63,80 (erm: € 33,40)

Fit für die Online-Beratung (Onlinekurs)

Aufgrund der Pandemie, werden immer öfter psychosoziale Beratungen in den digitalen Raum verlegt. Doch Online-Beratungen bringen auch eine Reihe von ganz eigenen Schwierigkeiten mit sich. Wie kann ich den Menschen trotz der physischen Distanz erreichen? Wie und wodurch gelingt ein wertschätzendes Miteinander im digitalen Raum? Welche besonderen Merkmale der Online-Beratung bedürfen im Vorfeld meiner Aufmerksamkeit? Dieses Training soll Empowerment für Menschen in helfenden Berufen und Aufgaben geben.

FK5.157 Frau Serpil Maglicoglu
4.10.21, 4 UStd.

Mo, 17-20 Uhr (live-online-Training)
€ 19,40 (erm: € 12,40)

Systemische Konfliktbearbeitung (Bildungsurlaub)

Konflikte sind vielen von uns bekannt. Keiner möchte sie und trotzdem entstehen sie immer wieder. Der Systemische Ansatz bietet eine gute Möglichkeit, den Konflikt aus einer anderen Perspektive wahrzunehmen und Ideen für eine mögliche Konfliktbearbeitung zu erhalten. Inhalte: ein Konflikt aus systemischer Sicht, systemische Fragetechniken zur Konfliktbearbeitung, Perspektivenwechsel, Problemfokus vs. Lösungsfokus, Visualisierung von Konflikten – Materialaufstellung.

Systemisches Denken eröffnet neue Wege und hebt Stärken hervor – bei der Arbeit und im Leben. Der Kurs stellt theoretische Grundlagen und viel praktisches Handwerkszeug für systemische Beratung vor. Sie erfahren, wie man erfolgreich Ziele setzt und in schwierigen Situationen neue Handlungsmöglichkeiten gewinnt. Das Erlernte können Sie zum Beispiel bei Teamleitung, kollegialer Beratung, Arbeit mit Klient*innen oder auch im Privatleben einsetzen. Kursbegleitendes Material/Skript (€ 3,-) ist über die Kursleiterin erhältlich.

FK5.161 Frau Kristin Seebeck

19.-20.8.21, 16 UStd.
Do/Fri, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 63,80 (erm: € 33,40)

FK5.162 Frau Kristin Seebeck

24.-25.2.22, 16 UStd.
Do/Fri, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 63,80 (erm: € 33,40)

Konfliktmanagement (Bildungsurlaub)

Lösungsorientierter Umgang mit schwierigen Situationen

Konflikte sind alltäglich und es fällt leicht, sich zu streiten. Hier lernen Sie Methoden, die helfen, sich zu einigen. Mit erprobten Techniken aus der GFK (Gewaltfreie Kommunikation), dem NLP (Neurolinguistisches Programmieren) und der ILP (Integrierte Lösungsorientierte Psychologie) lernen Sie in diesem 2-tägigen Kurs, wie Sie und Andere sich wohlfühlen und wie Sie Konflikte vermeiden oder lösen und für beide Seiten gewinnbringend verhandeln können.

FK5.165 Frau Sandra Szaldowsky
30.9.-1.10.21, 16 UStd.
Do-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 68,80 (erm: € 38,40)

FK5.166 Frau Sandra Szaldowsky
24.-25.3.22, 16 UStd.
Do/Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 68,80 (erm: € 38,40)

Konfliktbewältigung in Gruppen und Projekten (Bildungsurlaub)

Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Handlungsmöglichkeiten in beruflichen Konfliktsituationen erweitern möchten. Konflikte unter Kolleg*innen sind alltäglich, besonders in Projektarbeiten kommt es häufig zu Konfliktsituationen. Nicht selten sind dann sogar ganze Gruppen oder Teams davon betroffen. Die meisten Konflikte resultieren häufig aus unterschiedlichen Wahrnehmungen, Missverständnissen oder – oft nur vermeintlich – unterschiedlichen Interessen. Vielfach wissen die Betroffenen nicht, wie sie einen Streit lösen können. Gewinnen Sie in diesem Kurs einen Eindruck über Konfliktlösungsmöglichkeiten und üben Sie Elemente aus der Mediation, die Sie in Ihrem beruflichen Umfeld einsetzen können.

FK5.167 Frau Kristin Seebeck
28.-29.10.21, 16 UStd.
Do/Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 63,80 (erm: € 33,40)

FK5.168 Frau Kristin Seebeck
25.-26.4.22, 16 UStd.
Mo/Di, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 63,80 (erm: € 33,40)

Coaching – Einführungskurs (Bildungsurlaub)

Als Coach unterstützen Sie andere Menschen dabei, ihre Stärken zu entfalten, Ziele zu finden und zu erreichen und Probleme effektiv anzugehen. Sie begleiten Ihren Coachee mit bestimmten Fragetechniken und Methoden, sodass er seine eigenen Lösungen findet. In diesem dreitägigen Intensivseminar erlernen Sie die Grundlagen des Coachings, probieren konkrete Fragetechniken aus und bekommen ein Set

von Coaching-Tools an die Hand. In Kleingruppen können Sie die erlernten Techniken gleich ausprobieren und in die Rolle des Coaches oder Coachees schlüpfen. Dieses Seminar gibt Ihnen einen Einblick in die Methoden des Coachings und wie Sie diese in Ihren Alltag und Beruf integrieren können.

FK5.191 Frau Caroline Forster
20.-22.9.21, 24 UStd.
Mo-Mi, 09.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 104,00 (erm: € 56,00)

FK5.192 Frau Caroline Forster
21.-23.2.22, 24 UStd.
Mo-Mi, 09.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 104,00 (erm: € 56,00)

Systemisches Coaching (Onlinekurs) (Bildungsurlaub)

Eine Einführung

Systemisches Coaching ist in aller Munde und erfährt einen immer größeren Bekanntheitsgrad. Doch was versteckt sich hinter dem systemischen Ansatz? Was ist das Besondere und wie kann der systemische Gedanke in der Praxis seine Anwendung finden? Auf all diese Fragen gibt dieser Kurs Antworten. Inhalte: Was ist systemisches Coaching? Abgrenzung zu anderen Coaching-Richtungen, Haltung und Arbeitsweise des systemischen Coaches, systemische Grundannahmen und Sichtweisen, systemische Fragetechniken, systemische Coaching-Tools. Sie nutzen auch andere Plattformen zum kooperativen Lernen. Die Informationen hierzu finden Sie in dem virtuellen Cloud-Raum. Wenden Sie sich bei Fragen und Problemen gerne an die Dozentin: info@andrea-schloesser.de

FK5.193 Frau Andrea Schlösser
8.-10.12.21, 21 UStd.
Live-online-Training, Mo-Mi, 9-15 Uhr
€ 82,80 (erm: € 42,90)

FK5.194 Frau Andrea Schlösser
11.-13.5.22, 21 UStd.
Live-online-Training, Mo-Mi, 9-15 Uhr
€ 82,80 (erm: € 42,90)

Agile Body-Mind-Coaching (Bildungsurlaub)

Erreiche Deine Ziele auf leichte und originelle Weise

In diesem Kurs lernst Du ein Set an Werkzeugen anwenden, dass Dir in einer agilen Lebenswelt hilft, selbstbestimmt, kreativ, entspannt und erfolgreich (in Deinem Sinne) zu leben: • Lerne agile Arbeits- und Lebenshaltungen kennen • Schule Dein Körperbewusstsein • Gewinne Selbstvertrauen in Deine eigene und die Kreativität der Gruppe • Steigere Deine Konzentrationsfähigkeit • Trainiere Selbstorganisation/Selbstführung • Übe wertschätzendes Feedback zu geben und Dir zu holen. Bei Agilität geht es im Kern darum, Werte wie Mut, Fokus, Respekt, Vertrauen, Offenheit in die eigene und die Lebenshaltung

eines Teams, einer Organisation zu integrieren und so auf eine leichte Art und Weise zu überraschenden Ergebnissen, persönlichen Entwicklungssprüngen, besseren Prozessen, Produkten oder Dienstleistungen zu gelangen. Stell Dich in diesem Training auf körperliche und geistige Bewegung ein. Mit Übungen aus der agilen Welt, dem Improvisationstheater, der wertschätzenden Kommunikation, Innovations- und Kreativitätstechniken sowie leichten Yoga- und Atemübungen und geführten Meditationen arbeitest Du an deiner persönlichen agilen Lebenshaltung und der Erreichung deiner Ziele.

FK5.201 Frau Maria Hoppe
30.8.-3.9.21, 40 UStd.
Online-Live-Training,
Mo-Fr, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 143,00 (erm: € 73,00)

FK5.202 Frau Maria Hoppe
19.-21.1.22, 24 UStd.
Mi-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 87,00 (erm: € 45,00)

Selbstcoaching (Bildungsurlaub)

Ein guter Coach ist schwer zu finden. Ein guter Coach nimmt sich Zeit für Sie, findet mit Ihnen Ihre Stärken heraus, bestärkt Sie in Ihren Zielen und Wünschen, zeigt Ihnen, wie Sie Ihre Probleme anpacken können und ist Ihnen ganz allgemein ein unterstützender Begleiter auf Ihrem Weg durchs Leben. Wie wäre es, wenn Sie selbst sich so ein Coach wären? Sie meinen, das wäre schwer zu erlernen? Im Gegenteil: wer kennt Sie besser als Sie sich selbst? Wer weiß mehr von Ihrem Leben und Ihren Träumen als Sie? In diesem dreitägigen Intensivseminar lernen Sie verschiedene Techniken für das Selbstcoaching. Damit können Sie Ihre Stärken entfalten, Ziele finden, die wirklich zu Ihnen passen (und echte Motivation freisetzen) und Probleme effektiv angehen.

FK5.205 Frau Caroline Forster
25.-27.10.21, 24 UStd.
Mo-Mi, 09.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 104,00 (erm: € 56,00)

FK5.206 Frau Caroline Forster
4.-6.4.22, 24 UStd.
Mo-Mi, 09.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 104,00 (erm: € 56,00)

Selbstfürsorge für Menschen in Helfenden Berufen (Onlinekurs)

Vor allem Menschen in helfenden Berufen wie psychosoziale Berater*innen und ehrenamtlich tätige Menschen laufen Gefahr, sich über die Maßen zu verausgaben. Ihr Wunsch, andere Menschen in Krisenzeiten zu unterstützen und ihnen beratend zur Seite zu stehen, führt leider oft genug dazu, dass die eigene Selbstfürsorge auf der Strecke bleibt. Das Training macht diese

Situation bewusst. „Ich kann anderen Menschen nur in dem Maße helfen, wie ich in der Lage bin, mir selbst zu helfen“.

In diesem Life-Online-Training geht es um einen achtsamen und wertschätzenden Umgang mit sich selbst und darum, die Verantwortung für die eigenen Bedürfnisse und Wünsche zu übernehmen. Um zu erkennen und zu ändern, was wir ändern können. Um Kohärenzgefühl, den roten Faden im eigenen Leben wiederzuerlangen und loszulassen, was uns nicht guttut.

FK5.209 Frau Serpil Maglicoglu
1.9.21, 4 UStd.

Mi, 17-20 Uhr (live-online-Training)
€ 19,40 (erm: € 12,40)

Positive Psychologie: Stärken - Werte - positive Emotionen (Bildungsurlaub)

Erweiterung der eigenen Methodenkompetenz in Alltag und Beruf

Im Mittelpunkt des Kurses steht die Erweiterung des stärken- und lösungsorientierten Denkens und Handelns im beruflichen und privaten Alltag. Sie lernen Ihre persönlichen Stärken kennen, positive Emotionen bewusst zu erleben und erfahren mehr über deren Hintergründe. Sie erfahren, wie Sie achtsamer werden und Ihre Aufmerksamkeit auf das Wesentliche fokussieren können. Sie werden mit praxisnahen und alltagstauglichen Techniken ausgerüstet, um sie in jeder Situation, ob beruflich oder privat, im Umgang mit Menschen anzuwenden. Die Inhalte dieses Kurses sind angelehnt an einzelne Aspekte der Positiven Psychologie, der Resilienzforschung, des NLP (Neurolinguistisches Programmieren), der GFK (Gewaltfreie Kommunikation) und der ILP (Integrale Lebenspraxis). Als Bildungsurlaub besonders gut geeignet für Selbständige und Menschen in Führungspositionen.

FK5.210 Frau Sandra Szaldowsky
7.-9.2.22, 21 UStd.

Mo-Mi, 9-15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 92,00 (erm: € 50,00)

Der Atem - Entspannt bleiben in stressigen Situationen

Viele Teilnehmende meiner Rhetorik-Kurse berichten von Atemproblemen z.B. beim beruflichen Präsentieren, bei Wortmeldungen in der Konferenz oder bei Q & A-Runden. Bleibt auch dir manchmal die Luft weg? Bist du bei einer Präsentation oder im Meeting plötzlich außer Atem? Oder fragst du dich, warum du in angespannten Situationen mit dem Atmen durcheinanderkommst? Atmen ist doch eigentlich die einfachste Sache der Welt! Ja und nein: Stress, Hektik, Angst oder Sorge können den Atem ganz schön unter Druck setzen. In diesem dreiteiligen Kurs lernen wir den Atem mithilfe vielfältiger Übungen kennen und lernen, wie wir ihm auch in stressigen Situationen

Raum geben können. Es wäre schön, wenn Du folgende Utensilien zur Verfügung hättest: Matte. Hocker oder Stuhl. Decke.

FK5.211 Frau Nina Weniger
12.-26.10.21, 6 UStd.

3x Di, 17-18.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 26,00 (erm: € 15,50)

FK5.212 Frau Nina Weniger
15.-29.3.22, 6 UStd.

3x Di, 17-18.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 26,00 (erm: € 15,50)

Stressbewältigung im Berufsalltag (Bildungsurlaub)

Dieser Kurs hilft Ihnen die Hürden der modernen Arbeitswelt - Überstunden, Leistungs- und Zeitdruck, Konflikte und Missverständnisse - besser zu bewältigen. Sie lernen der Überbelastung entgegenzusteuern und eine gute Work-Life-Balance zu entwickeln. Durch geschickte Kommunikation erreichen Sie einen entspannten Umgang mit Kolleginnen, Vorgesetzten und Kunden. Sie erproben verschiedene Techniken, um sich wirkungsvoll abzugrenzen und im Konfliktfall souverän agieren zu können. Trainieren Sie Stresskompetenz durch den guten Umgang mit Ihren eigenen Stressoren. Unterrichtsmaterialien/Handout (€ 3,-) sind über die Kursleiterin erhältlich.

FK5.213 Frau Birgit Brieger
30.11.-1.12.21, 16 UStd.

Mo/Di, 9-16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03,
Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 59,00 (erm: € 31,00)

FK5.214 Frau Birgit Brieger
21.-22.3.22, 16 UStd.

Mo/Di, 9-16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03,
Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 59,00 (erm: € 31,00)

Zeit- und Selbstmanagement (Bildungsurlaub)

Die optimale Zeiteinteilung ist Voraussetzung für einen stressfreien Berufsalltag. In diesem Kurs erfahren Sie, zunächst durch einen Selbsttest, viel über Ihr Zeitmanagement und den Umgang mit dieser Ressource. Sie lernen unterschiedliche Methoden kennen, um Prioritäten zu setzen und dem Zeitdruck zu entgehen. In Kleingruppen üben Sie Ihre Zeit realistisch einzuplanen und Schwachstellen zu erkennen. Durch kleine Erfolgserlebnisse gewinnen Sie mehr Sicherheit in der individuellen Planung und in Ihrem Berufsleben.

FK5.217 Frau Birgit Brieger
13.-14.9.21, 16 UStd.

Mo/Di, 9-16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 55,80 (erm: € 29,40)

FK5.218 Frau Birgit Brieger
29.-30.3.22, 16 UStd.

Di-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 55,80 (erm: € 29,40)

KonMari: Einmal aufräumen und nie wieder

Wie Sie sich nachhaltig von blockierendem Ballast im Zuhause und am Arbeitsplatz befreien

Zusammengerechnet eine ganze Woche pro Jahr verbringen wir damit, Gegenstände zu suchen - und das allein an unserem Arbeitsplatz. Weitere Studien belegen, dass Unordnung zu Hause und am Arbeitsplatz das Stresshormon Cortisol in die Höhe schnellen lässt. Wie entspannt wäre es also, unser Zuhause und unseren Arbeitsplatz so zu gestalten, dass wir uns wohlfühlen, konzentriert arbeiten können und nicht mehr als einige Minuten pro Tag aufräumen müssen? In diesem Kurs lernen Sie durch mich als zertifizierte Ordnungsberaterin mit Hilfe der KonMari-Methode™, wie Sie sich von blockierendem Ballast im Zuhause und am Arbeitsplatz befreien und selbstbestimmt Ihre Wohlfühl-Umgebung kreieren. Egal, ob Kleiderberge, Papierkram oder das gesamte Zuhause ein rotes Tuch für Sie sind: Nach diesem Kurs können Sie sofort Ihr Aufräumfest bei sich starten! Im Kurs machen wir praktische (Reflektions-)Übungen mit Hilfe von Handouts, so dass Sie ihr persönliches Material für den eigenen Start gleich parat haben. Keine Problemverlagerung und volle Keller: Ich bringe ebenso Anregungen zum nachhaltigen und sozialorientierten Entsorgen. Bitte bringen Sie für unsere Faltübung am Samstag drei bis fünf Ihrer Kleidungsstücke zum Kurs mit.

FK5.219 Frau Hannah Cesarz
23.-24.10.21, 12 UStd.

Sa/So, 10-15.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 201
€ 42,60 (erm: € 22,80)

FK5.220 Frau Hannah Cesarz
5.-6.3.22, 12 UStd.

Sa/So, 10-15.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 201
€ 42,60 (erm: € 22,80)

Bewerbungstraining

Der Weg zur erfolgreichen Bewerbung beginnt bei der richtigen Interpretation von Stellenanzeigen und endet mit einer gelungenen Selbstpräsentation im Bewerbungsgespräch. Mit Informationen und Übungen bereitet dieses Seminar auf alle wichtigen Schritte eines Bewerbungsverfahrens vor. Sie lernen Unternehmensanforderungen in Stellenbeschreibungen erkennen und mit eigenen Interessen abgleichen, Kompetenzen in einem Bewerbungsschreiben ansprechend herausstellen und Ihre Persönlichkeit in einem Vorstellungsgespräch

positiv darstellen. Mit jedem TN wird ein individuelles Bewerbungsschreiben erstellt. USB-Stick bitte mitbringen.

FK5.231 Herr Bernd Dressler
13.-14.11.21, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 47,80 (erm: € 25,40)

Bewerbingstraining (Onlinekurs) (Bildungsurlaub)

Bewerbingmappe leicht gemacht

In diesem Seminar erstellen wir eine komplette Bewerbungsmappe vom Deckblatt, über den Lebenslauf bis hin zum Bewerbungsanschreiben inkl. relevanter Anlagen. Zusammen betrachten wir dabei alle wichtigen Aspekte und Neuheiten für eine erfolgreiche Bewerbung, diskutieren sowie optimieren die selbst erstellten Ergebnisse und erfahren bei allen Schritten hilfreiche Tipps. Ein interaktives Whiteboard, visuelle Beispiele und der Austausch per Video unterstützen uns für ein optimales Ergebnis.

FK5.234 Frau Kathleen Gründler
24.-25.2.22, 16 UStd.

Online-Live-Training, Do/Fr, 9-16 Uhr
€ 47,80 (erm: € 25,40)

Assessment Center Training

Einstellungstests erfolgreich bestehen

Immer mehr Firmen gehen dazu über, bei Einstellungen neuer Mitarbeiter*innen ein sehr effektives Bewerbungsverfahren, meist verbunden mit einem Assessmentcenter, einzusetzen. Daher ist es sinnvoll, diese spezielle Testsituation mit realistischen Praxisbeispielen bereits zu kennen und mindestens einmal persönlich erlebt zu haben. Bewerber, die sich für eine Stelle in einem größeren Unternehmen bewerben und für Kandidat*innen, die innerhalb ihres Unternehmens für eine erste Führungsaufgabe vorgesehen sind, können damit rechnen, im Bewerbungsverfahren ein Assessment Center durchlaufen zu müssen. Der Kurs besteht zum größten Teil aus praktischen Übungen und Planspielen. Dazwischen bekommen Sie Input und Feedback vom Kursleiter. Ein Skript ist über den Kursleiter erhältlich (€ 3,-)

FK5.235 Herr Bernd Dressler
30.-31.10.21, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104, R. 2103
€ 51,00 (erm: € 27,00)

FK5.236 Herr Bernd Dressler
11.-12.6.22, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104, R. 1105
€ 51,00 (erm: € 27,00)

Karrierecoaching in eigener Sache (Onlinekurs)/(blended learning)

Coachingtechniken, die Sie jederzeit für sich nutzen können

Die eigene berufliche Zukunft klarer vor Augen haben und aktiv dafür sorgen, dass Ziele Realität werden. Darum geht es in diesem Training. Es bietet eine professionelle geleitete Reflexion des individuellen Standortes. Dafür machen Sie sich ihre aktuelle Situation, Ihre Werte, Stärken, Interessen und Bedürfnisse bewusst. Das Ergebnis ist Ihr individuelles berufliches Zielbild.

Online-Kurs

FK5.237 Frau Claudia Naumann-Schiel
21.8.-4.9.21, 18 UStd.

3x Fr, 16.30-19.45 Uhr (online-live Präsenz),
begleitetes online Lernen
€ 76,80 (erm: € 42,60)

FK5.238 Frau Claudia Naumann-Schiel
25.2.-11.3.22, 18 UStd.

3x Fr, 16.30-19.45 Uhr (online-live Präsenz),
begleitetes online Lernen
€ 76,80 (erm: € 42,60)

Blended learning

FK5.239 Frau Claudia Naumann-Schiel
5.-19.11.21, 18 UStd.

2x Fr, 17-20.15 Uhr (Präsenz), zwischen-
durch betreute online Phase
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 76,80 (erm: € 42,60)

Aufbruch im Beruf (Bildungsurlaub)

Coaching-Workshop mit Exkursionen

Dieser Workshop bietet Orientierung und Umsetzungshilfe für alle, die in ihrem angestammten Beruf eine neue Herausforderung annehmen möchten oder einen Berufseinstieg suchen wollen. An drei Tagen werden wir auf Exkursionen durch Berlin gehen. Im Unterwegssein werden Sie mit historischen Personen und Lebensläufen konfrontiert. Mit Hilfe von Fragen, die Sie für sich beantworten, reflektieren Sie Ihre eigenen Ziele, Wünsche, Motive, Kompetenzen und Potentiale. In Ruhepausen in Cafés oder Parks werden wir an Fragen arbeiten und in Gruppen Aufgaben lösen. Zwischen den Terminen sind die Teilnehmenden eingeladen, Experimente und Recherchen zu Hause durchzuführen, die mit ihrer Suche zu tun haben. Am Ende des dritten Tages werden Sie mit einer konkreten Idee, einem Umsetzungsplan und dem ersten Schritt zur Umsetzung nach Hause gehen. Alle Teilnehmer müssen ohne Probleme größere Strecken zu Fuß bewältigen können. Ausrüstung: Festes Schuhwerk, dem Wetter angemessene Kleidung, Notizbuch und Stift. Treffpunkt: Hackesche Höfe, Hof 1 (Eingang Rosenthaler Straße 40/41).

FK5.240 Frau Indra Sarkar
27.4.-25.5.22, 21 UStd.

3x Mi, 10-16 Uhr (27.4., 11.5., 25.5.)
€ 68,10 (erm: € 35,55)

Mit aktuellen Umgangsformen stilischer auftreten und wirken (Bildungsurlaub)

Knigge 2.0 - Etikette im modernen Leben

Sind Sie sich sicher - wenn es um die richtige Begrüßung, Anrede oder Vorstellung geht? Wissen Sie genau - was als Gastgeber*innen im Umgang mit Gästen, im Büro oder im Restaurant zu beachten ist? Kennen Sie sich aus - welche Haltung von Ihnen als Gast bzw. Kund*innen erwartet wird? Sowohl im Privat- als auch im Berufsleben ist ein souveränes Verhalten nicht nur hilfreich, sondern kann nachhaltig zum Erfolg führen. Nur welche Richtlinien sind zeitlos und was hat sich mit der Zeit geändert? In diesem Seminar werden Sie mit den unterschiedlichsten Alltagssituationen konfrontiert und üben Ihr Auftreten, um auch in heiklen Situationen Fettnäpfchen zu vermeiden. Für Ihre gesellschaftliche Partekfähigkeit lernen Sie Grundregeln der verbalen und nonverbalen Kommunikation, bis hin zur Wahl einer angemessenen Kleidung, je nach Anlass. Ein weiterer wichtiger Bestandteil dieses Seminars ist die gängige Tischkultur, wobei Sie den Umgang mit Ihrem Gast oder Gastgeber*innen gleichermaßen zu Ihrem Verhalten am Tisch festigen. Wenn Sie Stil lieben, sich für gutes Benehmen interessieren oder Ihre Kenntnisse auffrischen möchten, bietet Ihnen dieser Kurs die Grundlage für Ihren persönlichen Feinschliff. Ob bei einer Einladung, Veranstaltung, im Büro oder Restaurant. Sie wissen am Ende genau, worauf es bei Ihrem Auftritt ankommt. Ein Seminarskript kann für 2,- € im Kurs erworben werden.

FK5.241 Frau Kathleen Gründler
14.-15.10.21, 16 UStd.

Do/Fr, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 55,80 (erm: € 29,40)

FK5.242 Frau Kathleen Gründler
3.3.-4.3.22, 16 UStd.

Mi/Do, 8.30-15.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 55,80 (erm: € 29,40)

Stilberatung (Bildungsurlaub)

Stilsicher - Stil schafft Wirkung

Schon seit je her gilt das Motto Kleider machen Leute. Denn ein passendes Outfit kann Ihre Persönlichkeit unterstreichen und Ihr Image positiv betonen. Hierbei haben insbesondere Farben, Formen, Materialien und Muster großen Einfluss. Diese werden Ihrem Typ entsprechend individuell betrachtet und in unserem Kurs genauer analysiert. Dabei achten wir darauf, dass Ihr Auftreten im Ergebnis authentisch bleibt und Sie sich mit Ihrem Stil wohlfühlen. Zusätzlich wird in diesem Seminar ein Blick auf die Unterschiede zwischen privaten und beruflichen Kleidungsmöglichkeiten geworfen. Sie lernen, Ihre Einschätzung für ein gelungenes Erscheinungsbild zu optimieren und Ihre Selbstsicherheit in der täglichen Wahl sowie richtigen Kombination von Kleidungsstücken zu stärken. Gerne

sind Sie auch dazu eingeladen, Kleidungsbeispiele oder ein komplettes Outfit zur Veranschaulichung mitzubringen.

FK5.248 Frau Kathleen Gründler
21.6.22, 8 UStd.
 Fr, 9-16 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
 € 31,00 (erm: € 17,00)

Kontext Beruf: Der arabische Kulturraum (Bildungsurlaub)

In der islamischen Welt spielt die Religion eine zentrale Rolle im Leben der meisten Menschen. Der Islam ist dabei nicht nur ein religiöses Bekenntnis, sondern darüber hinaus auch Gesellschaftsordnung, Rechtssystem und Richtschnur des täglichen Handelns. Im Gegensatz zur westlichen Welt durchdringt der Islam sämtliche Bereiche des menschlichen Lebens. Jede*r, die/der mit Menschen aus dem arabischen Kulturraum kommuniziert, sollte sich mit den zentralen Begriffen des Islam und den daraus resultierenden Handlungsmaximen für Muslime vertraut machen. Das Seminar führt u.a. in die Grundlagen der interkulturellen Kommunikation ein und vermittelt dann praktisches Wissen zum Umgang mit Menschen aus islamischen Ländern. Im Mittelpunkt steht eine interkulturelle Sensibilisierung für den konkreten Umgang mit Muslimen. - Impulsvorträge und Präsentationen - Analyse von Filmsequenzen - Simulationen, Fallbeispiele und Rollenspiele - „Critical Incidents“: Angeleitete Situationsanalyse - Kleingruppenarbeit

FK5.251 Frau Hedy Wasella
20.-21.9.21, 16 UStd.
 Mo/Di, 9-16 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
 € 72,80 (erm: € 50,40)

FK5.252 Frau Hedy Wasella
14.-15.2.22, 16 UStd.
 Mo/Di, 9-16 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
 € 72,80 (erm: € 50,40)

Lass mich mit Deiner Brille sehen! - Interkulturelle Sensibilisierung (online)

Grundlagenwissen

Unsere kulturelle Prägung beeinflusst uns unbewusst und wird als selbstverständlich angenommen. Sie ist wie eine getönte Brille, die wir von frühester Kindheit an auf der Nase tragen und sehr bald merken wir nicht mehr, dass wir die Welt nur noch durch diese Färbung sehen können. Das Training vermittelt Bewusstsein für die eigene kulturelle Prägung und die Diversität von Kulturen. Interkulturelle Sensibilisierung ist die Basis für internationale und transkulturelle Kommunikation und Zusammenarbeit ganz gleich auf welcher Ebene. Inhalt: - Was ist Kultur (Annäherung an den Begriff der Kultur) - Welche Werte meiner „Kultur“ sind mir persönlich wichtig? (Selbstbild) - Das Zwiebelprogramm nach Hofstede und der kultu-

relle Eisberg - Deutschland Exotisch (Was Andere über Deutsche denken- Fremdbilder) - Kulturdimensionen nach Hofstede - Die 7 Stufen nach Hopes.

FK5.257 Frau Serpil Maglicoglu
1.-2.11.21, 8 UStd.
 Mo/Di, 17-20 Uhr (live-online-Training)
 € 34,20 (erm: € 21,00)

Cognitive Bias Training

Ein Praxistraining für die Arbeitswelt

Die Welt um uns herum ist komplex und konfrontiert uns tagtäglich mit unzähligen Informationen. Um in dieser Gemengelage handlungsfähig zu bleiben, haben wir unterbewusste, automatisierte Regeln (sogenannte „Heuristiken“) entwickelt, die uns dabei helfen, die für uns wichtigsten Informationen herauszufiltern und zu interpretieren. Dabei ziehen wir unsere bisherigen Erfahrungen heran, denken in Kategorien und Stereotypen und vereinfachen teilweise stark. In vielen Fällen erbringen diese heuristischen Vorgehensweisen dennoch gute Ergebnisse. Allerdings können daraus auch kognitive Verzerrungen (englisch „Cognitive Biases“) entstehen, die uns zu fehlerhaften Entscheidungen und vorurteilsbehaftetem Verhalten verleiten. Auch in unserem Arbeitsleben können uns diese Verzerrungen erheblich beeinflussen: Versehentlich blenden wir wichtige Informationen aus, schätzen die Kompetenzen von Kolleg*innen oder die Bedürfnisse von Kund*innen falsch ein und lassen uns durch Gruppendynamiken stärker beeinflussen als uns lieb ist. Dieser 5-tägige Bildungsurlaub bietet einen Ausflug in die Tücken der Kognitionspsychologie, Gelegenheit zur Selbstreflexion und Strategien, wie Sie dieses Wissen systematisch zum Besseren nutzen können.

FK5.261 Frau Amelie Piepenbring
29.10.-7.11.21, 40 UStd.
 2x Fr, 17-20.15 Uhr
 2x Sa/So, 9.30-16.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 002, R. 203
 € 143,00 (erm: € 73,00)

FK5.262 Frau Amelie Piepenbring
3.-19.6.22, 40 UStd.
 2x Fr, 17-20.15 Uhr
 2x Sa/So, 9.30-16.30 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 002, R. 201
 € 143,00 (erm: € 73,00)

Design Thinking in der Praxis (Bildungsurlaub)

Kreative und agile Entwicklung von innovativen Produkten und Services

Design Thinking als Methode bietet Ihnen einen innovativen Rahmen, um auf kreative und agile Weise neue Produkte und Services zu entwickeln oder bereits bestehende Angebote kontinuierlich weiterzuentwickeln. Dabei steht die kontinuierliche Rückkopplung mit Ihren Kunden und Nutzerinnen im Mittelpunkt, um ihre Anforderungen und Wünsche konsequent in den Entwicklungsprozess einfließen zu lassen.

Dieses zweitägige Seminar bietet Ihnen die Möglichkeit, Design Thinking als Ansatz persönlich zu erleben und ganz praktisch anhand einer konkreten Fragestellung auszuprobieren. Neben der Vermittlung der Kernelemente von Design Thinking lernen Sie Werkzeuge zur Förderung kreativer Arbeitsprozesse in Teams kennen. Das Seminar bietet Ihnen somit konkrete Unterstützung, um im Anschluss in Ihrem eigenen beruflichen Umfeld erste praktische Design Thinking Schritte zu unternehmen.

FK5.263 Herr Thorsten Lessing
31.8.-1.9.21, 16 UStd.
 Mo-Di, 9-16 Uhr
 VHS, Bergmannstraße 28, R.03
 € 65,80 (erm: € 35,40)

FK5.264 Herr Thorsten Lessing
10.-11.2.22, 16 UStd.
 Mo-Di, 9-16 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
 € 65,80 (erm: € 35,40)

Prinzipien agiler Methoden (Bildungsurlaub)

Kreativer und effektiver Projekte umsetzen

In diesem Workshop lernst du Prinzipien agiler Methoden kennen, die dir helfen leichter und innovativer an deinen Visionen und Vorhaben zu arbeiten. Kanban, SCRUM, Design Thinking folgen Grundsätzen, die Komplexität herunterbrechen, menschenzentriert sind, Struktur geben und Flow möglich machen. Sie fordern interdisziplinäre Zusammenarbeit und brauchen einen respektvollen Umgang im Team. In diesem Workshop: - Erfährst du, warum agile Prinzipien effektiv sind.

- Bekommst Input zum sozial-historischen Hintergrund von Agilität. - Lernst Rollen, Meetings, Artefakte des SCRUM-Rahmens kennen - Übst Selbstorganisation mit Kanban. - Durchläufst und probierst den Design Thinking Prozess aus. Stell Dich in diesem Workshop auf körperliche und geistige Bewegung ein. Mit Spielen und Haltungen aus dem Improvisationstheater, Innovations- und Kreativitätstechniken sowie leichte Mindfulnessübungen.

FK5.267 Frau Maria Hoppe
27.-29.9.21, 24 UStd.
 Online-Live-Training
 Mo-Mi, 9-16 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
 € 87,00 (erm: € 45,00)

FK5.268 Frau Maria Hoppe
23.-25.2.22, 24 UStd.
 Mo-Mi, 9-16 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
 € 87,00 (erm: € 45,00)

Theater in der beruflichen Praxis

Die Lust des Scheiterns

Theater ist immer Probe, Spiel, Risiko. Üben Sie auf der Bühne die Lust des Scheiterns. Das Streben nach Perfektion und unsere innere kritische Stimme blockieren uns oft. Erlauben Sie sich, mittelmäßig und fehlerhaft zu sein. Diese Theatermethoden wirken lebensübergreifend und ermutigen uns bejahend ins Unbekannte zu gehen. Entwickeln Sie in diesem Sinne eine innere positive Haltung und Präsenz. So können Sie Ihre Karriere fördern. Wir improvisieren auf der Bühne in unterschiedlichen Rollen und Szenen. Außerdem werden wir mit den verschiedenen Stusebenen experimentieren, die das Bewusstsein für unsere zwischenmenschliche Kommunikation fördern. Im Vordergrund steht immer die empathische Beziehung zu uns selbst und zu unseren Partner*innen auf der Bühne; im übertragenen Sinne dann auf die Beziehung zu unseren Kolleg*innen im Berufsleben. Sie erfahren auf spielerische Weise und mit viel Spaß Neues über sich, wenn Sie sich kreativ ausdrücken. Applaus wird Sie stärken, wie ein positives Feedback. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Trainingsschuhe mit.

FK5.273 Frau Barbara Nickl
13.-14.11.21, 14 UStd.

Sa/So, 11-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 52,00 (erm: € 27,50)

FK5.274 Frau Barbara Nickl
14.-29.5.22, 28 UStd.

2x Sa/So, 11-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, Aula
€ 101,00 (erm: € 52,00)

Einführung in die Personalentwicklung (Bildungsurlaub)

Lebenslanges Lernen und persönliche Weiterentwicklung sind Schlüsselthemen im heutigen Berufsalltag, mit denen Sie als Arbeitnehmer*in durch die Personalabteilung konfrontiert werden. Sie erhalten in diesem Seminar einen Überblick über wesentliche Bestandteile der Personalentwicklung sowie über verschiedene Theorien zur Kompetenzentwicklung. Wir werden uns mit verschiedenen Persönlichkeitsmodellen beschäftigen, die Sie auch praktisch erproben können. Die Instrumente Mentoring, Coaching und Supervision werden besprochen und Teamrollen und Teamentwicklungsmöglichkeiten dargestellt. Ziel ist es, dass Sie am Ende des Seminars mit den Werkzeugen und Methoden der Personalentwicklung sowie verschiedenen Kompetenz- und Persönlichkeitsmodellen vertraut sind. Die Dozentin ist Dipl. Sozialpädagogin, Betriebswirtin und hat einen Master in Personal- und Organisationsentwicklung. Sie ist seit 15 Jahren im Personalwesen tätig, u.a. in der Personalentwicklung für Führungskräfte.

FK5.281 Frau Christina Kern
2.-9.8.21, 16 UStd.

2x Mo, 8.30-15.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 62,20 (erm: € 32,60)

FK5.282 Frau Christina Kern
28.3.-4.4.22, 16 UStd.

2x Mo, 8.30-15.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 62,20 (erm: € 32,60)

FK5.283 Frau Christina Kern
29.11.-6.12.21, 16 UStd.

2x Mo, 8.30-15.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 62,20 (erm: € 32,60)

FK5.284 Frau Christina Kern
23.-30.5.22, 16 UStd.

2x Mo, 8.30-15.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 62,20 (erm: € 32,60)

Effektive Teams aufbauen und stärken (Bildungsurlaub)

Sie arbeiten in einem Team, leiten Teams oder stehen vor der Herausforderung, ein Team neu zusammenzustellen und arbeitsfähig zu machen? In diesem Training lernen Sie, wie das geht. Neben der Reflektion unterschiedlicher Persönlichkeitstypen werden wir uns gemeinsam anschauen, was die Schlüssel sind, um Teams teamfähig zu machen. Dabei lernen Sie, was sich auf eine Teamatmosphäre auswirkt und wie Sie diese positiv beeinflussen können. Gleichzeitig bekommen Sie einen großen Methodenkoffer, mit den besten, beliebtesten und effektivsten Übungen für die Teambildung an die Hand. Inhalte: - Das Team und ich: Reflektion meiner Rolle - Wann ist ein Team ein Team? - Schlüsselfaktoren für effiziente und erfolgreiche Teams - Phasen der Teamentwicklung - Unterschiedliche Persönlichkeitstypen und ihre Stärken für das Team - Teamwerte erkennen und nutzen - Methoden und Übungen zum Teambuilding - Anleiten von Teamübungen - Motivieren von Teams - Reflektion, Erfahrungsaustausch und Ausprobieren. Janine Domnick ist Trainerin | Moderatorin | Coach

FK5.285 Frau Janine Domnick
3.-5.11.21, 24 UStd.

Mi-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 91,00 (erm: € 49,00)

FK5.286 Frau Janine Domnick
18.-20.1.22, 24 UStd.

Di-Do, 9-16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 91,00 (erm: € 49,00)

Mitarbeitende führen, Teams lenken

- woher weiß ich, wie mein*e Mitarbeiter*in tickt?

In diesem Training lernen und erproben Sie verschiedene Techniken, die Ihren Führungsalltag - online wie offline - erleichtern werden. Wen haben Sie im Team, wer fehlt? Wie halten Sie Motivation und Leistungsbereitschaft Ihrer Teammitglieder hoch, auch in Coronazeiten? Wie sprechen Sie heikle Themen an und wie erhalten Sie die Kooperationsbereitschaft von Teammitgliedern? Diesen und anderen Themen widmen wir uns in aktiven Sessions.

blended-learning

FK5.287 Frau Claudia Naumann-Schiel
10.9.-11.10.21, 18 UStd.

2x Fr, 17-20.15 Uhr (Präsenz), zwischen- durch betreute online Phase
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 80,40 (erm: € 44,40)

Online-Kurs

FK5.288 Frau Claudia Naumann-Schiel
28.2.-14.3.22, 18 UStd.

3x Mo, 16-19.15 Uhr (online-live Präsenz), betreutes online Lernen
€ 80,40 (erm: € 44,40)

Wertschätzende Kommunikation für Führungskräfte (Bildungsurlaub)

Wertschätzung ist ein zentrales Bedürfnis von Menschen. Sowohl im Privaten als auch im Job, lebt eine gesunde und stabile Beziehung zwischen Menschen von einer ehrlichen Wertschätzung. Wertschätzende Kommunikation setzt ungeahnte Kräfte frei und vermeidet Motivationsfrust. Wie Sie diese richtig und auch echt einsetzen können, lernen Sie hier im Seminar. Durch praktische Übungen, mit wissenschaftlichen Konzepten und Kommunikationsmodellen erlangen Sie Schritt für Schritt mehr Sicherheit bei der Anwendung und bekommen schnell ein Gefühl dafür, welche Form der Wertschätzung für Sie ganz persönlich authentisch ist.

Inhalte: - Grundannahmen der Wertschätzung - die innere Haltung macht den Unterschied - Wertschätzendes Verhalten in der täglichen Führungsarbeit zeigen - Professionell und wertschätzend Feedback geben und nehmen- Gesprächstechniken, Nutzenargumentation - Coaching-Modell nach RAFAEL - Körpersprache lesen und verstehen - Rapport herstellen und halten. Janine Domnick ist Trainerin | Moderatorin | Coach

FK5.291 Frau Janine Domnick
4.-5.8.21, 16 UStd.

Mi/Do, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 67,80 (erm: € 37,40)

FK5.292 Frau Janine Domnick
26.-27.1.22, 16 UStd.

Mi-Do, 9-16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 67,80 (erm: € 37,40)

Mitarbeitendenmotivation (Bildungsurlaub)

Führungsstil, Unternehmenskultur und Arbeitsleistung

Alle wünschen sich ein motiviertes Team. Doch wie gelingt es, Interesse am Job zu fördern? Lernen Sie Modelle zur Steigerung von Mitarbeitendenmotivation und Arbeitsleistung kennen. Repräsentative Studien beweisen: Motiviertere Mitarbeitende zeigen eine höhere Arbeitsleistung, verbleiben länger im Unternehmen, sind kooperativer sowie hilfsbereiter gegenüber Kolleg*innen, weniger abwesend und finden proaktive Lösungen. Die Umfragen zeigen leider auch, dass jede*r zweite den Job in den nächsten zwölf Monaten wechseln würde. Doch was können Arbeitgeber tun, um Mitarbeitende langfristig an sich zu binden? Boni und gute Bezahlung allein reichen vielen Arbeitnehmer*innen nicht mehr aus. Vielmehr möchten sie einen Sinn in ihrer Beschäftigung sehen, Verantwortung übernehmen, kreative Freiheiten haben und mitbestimmen können. Was ist der größte Fehler in diesem Bereich? Diese Frage zu ignorieren.

FK5.293 Herr Dr. Martin Schunk
11.11.21, 8 UStd.

Do, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 27,80 (erm: € 15,40)

FK5.294 Herr Dr. Martin Schunk
5.5.22, 8 UStd.

Do, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 27,80 (erm: € 15,40)

Agile Leadership: Mehr Teamplay für bessere und kreativere Lösungen (Bildungsurlaub)

Ein Workshop rund um Führung und Selbstführung

Agile Leadership ist etwas, was wir tun. Es ist eine Fähigkeit, die Du in diesem Workshop trainierst, um spontan, kreativ und angemessen auf Unvorhergesehenes zu reagieren. Diese Fähigkeit spiegelt sich im Umgang mit uns selbst und im Miteinander wider - und ist nicht von Titeln oder Positionen im Unternehmen abhängig. Agilität impliziert die Fähigkeit dein Handeln, dein Statusverhalten anpassen zu können, Raum zu geben und Raum zu nehmen, je nach dem was das Beste für die Szene, die Situation, das Projekt ist. Agile Zusammenarbeit geht einher mit flachen Hierarchien. Denn die Wirksamkeit eines agilen Teams liegt darin, dass ein Problem aus verschiedenen Perspektiven betrachtet und interdisziplinär bearbeitet wird. Allerdings kommt es auch in flachen Hierarchien zu Statuskämpfen, wenn Einflussnahme und Macht nicht mehr von der Position im Unternehmen abhängen. Widerstände in Transformationsprozessen sind deshalb nicht selten auf Angst vor Statusverlust zurückzuführen. Agilität erfordert Teamarbeit und einen respektvollen Umgang. Denn mutige, innovative Ideen können nur in einer entspannten, wohlwollenden Atmosphäre entstehen.

FK5.295 Frau Maria Hoppe
8.-10.11.21, 24 UStd.

Online-Live-Training
Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03, Frankfurter Allee 37, R. 1104, R. 2109
€ 64,68 (erm: € 33,84)

Training für Führungskräfte (Bildungsurlaub)

Personalführung, Personalentwicklung, Führungskräfte-Training und Führungsmittel

Sie übernehmen neu eine Führungsrolle? Hier werden Ihnen grundlegende Kompetenzen für Ihre neue Aufgabe vermittelt. Für die erste und zweite Führungsebene: Welche Führungsmittel stehen zur Verfügung, wie beurteile ich meine Mitarbeiterinnen, wie motiviere ich meine Mitarbeiter, wie strukturiere ich ein Mitarbeitergespräch, wie oft und aus welchen Anlässen ist ein solches Gespräch sinnvoll, wie setze ich meine Managementaufgaben um? Ausführliches Training von Zielvereinbarungsgesprächen, Kritikgesprächen, Bewerbungsgesprächen, Abmahnungsgesprächen, Entwicklungsgesprächen und Kündigungsgesprächen. Videotraining inklusive. Niemand wird mit Führungskraft geboren, vielmehr ist das ein echtes, „erlernbares Handwerk“.

FK5.297 Herr Bernd Dressler
13.-17.12.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 163,00 (erm: € 83,00)

FK5.298 Herr Bernd Dressler
16.-20.5.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 163,00 (erm: € 83,00)

BUSINESS UND BÜRO

Gründung, Recht, Organisation, Sprache
Wie mache ich mich selbstständig? Was genau ist eigentlich meine Geschäftsidee und wie erkläre ich sie Kunden und Geldgebern? Und was bedeutete Organisationsentwicklung? Wie manage ich Projekte, das Büro und welche Standards des Schriftverkehrs gelten heutzutage? Hier geht es um Büro- und Unternehmensorganisation. Sie finden Seminare zu Nachhaltigkeit in Unternehmen, Existenzgründung, Fundraising, Arbeitsrecht oder Veranstaltungsmanagement.
Informationen zur Kursanmeldung unter: www.vhs-fk.de oder schreiben Sie eine Mail an: info@vhs-fk.de. Das Infotelefon erreichen Sie unter: 90 298-4600.

Anerkennung als Bildungsurlaub

Alle Kurse sind nach § 11, Abschnitt 1 des Berliner Bildungsurlaubsgesetzes vom 24. Oktober 1990 als Bildungsurlaub im Sinne der beruflichen Weiterbildung anerkannt.

Einführung in die Organisationsentwicklung (Bildungsurlaub)

Unternehmen sind Organisationen, die sich im ständigen Wandel befinden. Ob Sie nun MitarbeiterIn in einem Großkonzern, einem Familienbetrieb, einer NGO oder ehrenamtlich tätig sind - Sie werden mit Änderungen in Ihrer Organisation konfrontiert sein. In diesem Seminar werden wir uns theoretisch und praktisch mit Themen wie Organisationstheorien, Lernen in Organisationen und mit den Auswirkungen von verschiedenen Organisationskulturen auseinandersetzen.

Sie werden verschiedene Möglichkeiten des Change-Managements kennenlernen und an konkreten Veränderungsthemen aus Ihrem beruflichen Alltag arbeiten können. Ziel ist es, dass Sie am Ende des Seminars einen Überblick über Werkzeuge und Methoden der Organisationsentwicklung haben und dies ggf. auch anwenden können.

FK5.303 Frau Christina Kern
30.8.-20.9.21, 16 UStd.

2x Mo, 8.30-15.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 62,20 (erm: € 32,60)

FK5.304 Frau Christina Kern
25.4.-2.5.22, 16 UStd.

2x Mo, 8.30-15.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 62,20 (erm: € 32,60)

FK5.305 Frau Christina Kern
15.-22.11.21, 16 UStd.

2x Mo, 8.30-15.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 62,20 (erm: € 32,60)

FK5.306 Frau Christina Kern
4.-11.7.22, 16 UStd.

2x Mo, 8.30-15.30 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03
€ 62,20 (erm: € 32,60)

Führung von Vereinen und Stiftungen (Bildungsurlaub)

Management, Finanzierung, Steuern

Management von Vereinen und Stiftungen: Im Amt des Vorstandes dreht sich alles um die Führung und Steuerung des Vereins oder der Stiftung. Dieser Kurs leistet praktische Hilfe und Unterstützung für die alltägliche Arbeit in dieser Funktion.

Finanzierung von Vereinen und Stiftungen: Um einen Verein oder eine Stiftung mit Leben zu erfüllen, bedarf es neben Leidenschaft, Ideen und persönlichem Engagement auch des nötigen Geldes. Der Kurs gibt auch einen Überblick über die wichtigsten Möglichkeiten zur Generierung von Einnahmen, wie beispielsweise Sponsoring, Fundraising, Crowdfunding, Zuschüsse, Vermögensanlage und wirtschaftliche Einnahmen. Steuern und Buchführung von Vereinen und Stiftungen:

Gemeinnützige Vereine und Stiftungen haben das Ziel, dem Wohl der Gemeinschaft zu dienen und es zu fördern. Der Kurs gibt einen Überblick über die wichtigsten Eckpunkte aus steuerrechtlicher Sicht.

FK5.311 Herr Dr. Martin Schunk
23.-24.9.21, 16 UStd.

Do/Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 52,60 (erm: € 27,80)

FK5.312 Herr Dr. Martin Schunk
17.-18.2.22, 16 UStd.

Do/Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 52,60 (erm: € 27,80)

Grundlagen des Fundraising

Finanzierungsmöglichkeiten gemeinnütziger Organisationen.

Mitarbeiter*innen in gemeinnützigen Organisationen können in diesem Kurs erfahren, welche Finanzierungsmöglichkeiten sie zusätzlich zu den öffentlichen Mitteln in Anspruch nehmen können. Inhalte: Entwicklung eines Fundraising-Konzepts; steuerrechtliche Fragen beim Sponsoring; Hindernisse im Zuwendungsrecht; Vermächtnis-, Mitglieder- und Spendenkampagnen; besondere Ereignisse (Events). Einzelne und in kleinen Gruppen werden praktische Aufgaben bearbeitet. Skript und Literaturliste sind über den Kursleiter erhältlich.

FK5.315 Herr Peter Zechel
13.-20.11.21, 16 UStd.

2x Sa, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 52,60 (erm: € 27,80)

FK5.316 Herr Peter Zechel
18.-25.6.22, 16 UStd.

2x Sa, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 52,60 (erm: € 27,80)

Nachhaltigkeit/Corporate Social Responsibility (CSR) (Bildungsurlaub)

Von Strategie bis Berichterstattung

Unter dem Begriff Corporate Social Responsibility (CSR) versteht man die unternehmerische Verantwortung als freiwilligen Beitrag zu einer nachhaltigen Gesellschaftsentwicklung. Er umfasst insbesondere die Aspekte Soziales, Umwelt, Arbeitnehmerbelange, Achtung der Menschenrechte und Bekämpfung von Korruption. Eine gängigere Umschreibung hierfür bildet das Wort Nachhaltigkeit, auch wenn es häufig auf die Umweltbelange verkürzt wird. Das Ziel einer Nachhaltigkeitsstrategie muss darin liegen, eine Brücke zwischen den betriebswirtschaftlichen Zielen eines Unternehmens und der erfolgreichen Unterstützung nachhaltiger, gesellschaftsfördernder Zwecke zu bauen. Die Nachhaltigkeitsaspekte sollten also einen betriebswirtschaftlichen Widerhall erzeugen.

FK5.323 Herr Dr. Martin Schunk
21.10.21, 8 UStd.

Do, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 27,80 (erm: € 15,40)

FK5.324 Herr Dr. Martin Schunk
14.4.22, 8 UStd.

Di, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 27,80 (erm: € 15,40)

Projektmanagement in der Praxis (Bildungsurlaub)

Wie Sie Ihre Projekte erfolgreich gestalten und steuern.

Das gemeinsame Ziel in diesem Seminar ist es, ein tieferes Verständnis für die oftmals komplexen Rahmenbedingungen in Projekten zu entwickeln und darauf abgestimmte individuelle Strategien und Lösungsansätze zu entwickeln. Vor diesem Hintergrund soll methodisches Wissen auf Basis der Kompetenzenanforderungen der Individual Competence Baseline Version 4.0 der International Project Management Association (IPMA ICB 4.0) direkt auf ein Beispielprojekt übertragen und angewendet werden. Wichtig: das Seminar vermittelt keine tieferen praktischen Kenntnisse zur Durchführung von agilen Projekten (u.a. Scrum; Kanban). Das Seminar ist betont interaktiv konzipiert und lädt die Teilnehmer*innen ein, idealtypische Methodik auf ihre eigenen Projekte zu adaptieren. Dabei wollen wir bewusst den Austausch von praktischen Erfahrungen aus dem jeweiligen (beruflichen) Umfeld nutzen. Didaktisch sollen darüber hinaus Methoden aus dem Bereich der Organisations- und Teamentwicklung eingesetzt werden, um die kreative Auseinandersetzung mit praktischen Fragestellungen im Projektalltag zu unterstützen.

FK5.331 Herr Thorsten Lessing
13.-15.12.21, 24 UStd.

Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 96,20 (erm: € 50,60)

FK5.332 Herr Thorsten Lessing
4.-6.7.22, 24 UStd.

Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 96,20 (erm: € 50,60)

Projektmanagement - Methodische Grundlagen (Bildungsurlaub)

In diesem Grundlagenkurs werden branchenübergreifend die wesentlichen Erfolgsfaktoren für professionelles Projektmanagement und praxisrelevante Instrumente und Methoden besprochen und geübt. Inhalte: Begriffsklärung, Auftragsklärung, Phasenmodelle, Projektstrukturierung, Inhaltliche Planung, Termin- und Ressourcenplanung, Projektumfeldbetrachtung sowie Risikomanagement. Der Kurs ist an den international anerkannten Standards ausgerichtet.

FK5.335 Herr Jens-Uwe Leidner
9.-10.8.21, 18 UStd.

Do/Fr, 9-16.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 78,00 (erm: € 46,50)

FK5.336 Herr Jens-Uwe Leidner
17.-18.1.22, 18 UStd.

Do/Fr, 9-16.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 78,00 (erm: € 46,50)

FK5.337 Herr Jens-Uwe Leidner
4.-5.10.21, 18 UStd.

Do/Fr, 9-16.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 83,40 (erm: € 49,20)

FK5.338 Herr Jens-Uwe Leidner
11.-12.4.22, 18 UStd.

Do/Fr, 9-16.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 83,40 (erm: € 49,20)

Veranstaltungsmanagement - professionell und öffentlichkeitswirksam (Online-Kurs)

Erfolgreich organisierte Veranstaltungen sind ein wichtiger Teil professioneller Öffentlichkeitsarbeit. Zugleich ist das Veranstaltungsmanagement ein sehr komplexer Vorgang mit einer Vielzahl von Arbeitsschritten, Abstimmungsvorgängen und unvorhergesehenen Ereignissen. Mit der richtigen Herangehensweise und Systematik lassen sich aber auch die größten Herausforderungen meistern. Das Online-Seminar vermittelt wichtige Techniken und Hilfsmittel für ein erfolgreiches Management von Veranstaltungen unterschiedlicher Größe und Reichweite. Außerdem zeigt es Strategien zur öffentlichkeitswirksamen Bekanntgabe der Veranstaltungen auf. Dabei kommen unterschiedliche interaktive und partizipative Methoden und Werkzeuge zum Einsatz. Anhand praktischer Übungen und Gruppenarbeiten erarbeiten die Teilnehmenden wichtige Schritte der einzelnen Arbeitsphasen, entwickeln eigene Konzepte und lernen relevante rechtliche Aspekte kennen. Alle werden gebeten, sich im Vorfeld eine reale oder fiktive Veranstaltung

zu überlegen, die während des Seminars als Grundlage für die praktischen Übungen herangezogen wird.

FK5.340 Frau Johanna Puchta
1.-22.3.22, 16 UStd.
4x Di, 18–21.15
(interaktives online-live-Training)
€ 68,60 (erm: € 40,60)

Büroorganisation (Bildungsurlaub)

Ein gut organisiertes Büro kann Ihren Arbeitsalltag wesentlich erleichtern. In diesem Kurs lernen Sie, Ihr individuelles Ordnungssystem für Ihren Arbeitsplatz im Büro oder zu Hause zu entwickeln. Schreibfisch, PC und Archiv werden nach dem gleichen Prinzip organisiert. Unterstützung erhalten Sie auch bei der Frage, welche Dokumente Sie aufbewahren oder vernichten sollten. Inhalte: Einrichten des Schreibtisches, Möglichkeiten der Wiedervorlage, Struktur der Papierordner (Aktenplan), Synchronisation der digitalen Ordner, Festlegung der Archivierungsfristen. Skript und Literaturempfehlungen sind über die Kursleiterin erhältlich.

FK5.343 Frau Birgit Brieger
4.10.21, 8 UStd.
Do, 9–16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03,
Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 27,00 (erm: € 15,00)

FK5.344 Frau Birgit Brieger
16.2.22, 8 UStd.
Mo, 9–16 Uhr
VHS, Bergmannstraße 28, R.03,
Frankfurter Allee 37, R. 1104
€ 27,00 (erm: € 15,00)

Tastschreiben am PC (Bildungsurlaub)

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Das Tastschreiben mit 10 Fingern, auch als Blindschreiben bezeichnet, erspart Ihnen Zeit und Energie und erlaubt Ihnen, sich besser auf den Inhalt Ihrer Texte zu konzentrieren. Die Technik des Tastschreibens ist leicht durch Übungen zu lernen. In diesem Kurs erarbeiten Sie systematisch alle Tastaturlinien und lernen die Tastatur ergonomisch zu benutzen. Darüber hinaus werden Sie mit den Gestaltungsregeln für Briefe DIN 5008 vertraut gemacht. Übungsblätter und Skript (€ 5,-) sind über die Kursleiterin erhältlich.

FK5.350 Frau Katja Thal
3.-7.1.22, 30 UStd.
Mo-Fr, 9–14.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 111,00 (erm: € 66,00)

Computerschreiben in 4 Lektionen

Ziel: Die Teilnehmer erarbeiten in 4 Lektionen das gesamte Tastenfeld. Sie wissen, welcher Finger welche Taste bedient und können mit 10 Fingern blind und richtig schreiben. Methode: Diese Methode basiert auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen der Hirnforschung. Die Tas-

tatur wird mental über Farben und Bilder erarbeitet. Erst im letzten Teil jeder Stunde wird am PC praktisch trainiert. In kürzester Zeit wird so auf entspannte Weise das gesamte Tastaturfeld erarbeitet.

Wichtig: Jeder Teilnehmer erhält einen Heftsatz (4 Lernhefte) für insgesamt 20,00 €. Bitte am 1. Tag vor Ort in bar bezahlen.

FK5.354 Frau Katja Thal
18.-19.4.22, 8 UStd.
Mo/Di, 9–12.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 27,00 (erm: € 15,00)

Kommt da nicht ein Komma hin? (Bildungsurlaub)

Aktuelle Komma-Regeln

Dieser Kurs richtet sich an alle Personen, die beruflich viel schreiben, sei es einfacher E-Mail-Verkehr, den eigenen Blog oder lange Zeitungsartikel. Richtige Zeichensetzung erleichtert das Lesen, falsch gesetzte Satzzeichen führen zu Missverständnissen. Im Kurs werden die wichtigsten Komma-Regeln besprochen: Kommasetzung nach der neuen deutschen Rechtschreibung, die Aufgabe des Kommas, häufig auftretende Kommafehler, das gefühlte Komma. Auch andere Satzzeichen werden thematisiert. Die Regeln werden anhand zahlreicher Beispiele geübt und gefestigt. Fragen aus Ihrem Büro- und Schreiballtag sind jederzeit willkommen. Übungsblätter und Skript (€ 4,-) sind über die Kursleiterin erhältlich.

FK5.356 Frau Katja Thal
2.5.22, 8 UStd.
Mo, 9–16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 27,00 (erm: € 15,00)

Wir müssen alle auf dem Laufenden bleiben (Bildungsurlaub)

Aktuelle Rechtschreibung

Die Rechtschreibreform scheint Geschichte zu sein. Viele sind inzwischen wieder zur Tagesordnung übergegangen. Doch es bleiben Unsicherheiten und Fragen: Welche Schreibweise ist die bessere, wenn es zwei Möglichkeiten gibt? Setzt man lieber ein Komma zu viel oder ein Komma weniger? Dieses Seminar gibt Ihnen einen Überblick über die aktuellen Schreibweisen. Wir begeben uns auf einen spannenden Ausflug zu alten und neuen Problemstellen der Orthografie. Dabei erkennen Sie die Stolperstellen und lernen es, mit Trends und Schreibvarianten umzugehen. Im Einzelnen besprechen wir folgende Schwerpunkte: – Ein Kuss macht immer noch Spaß (s-Laute und Stamprinzip) – Im Allgemeinen werden Substantive großgeschrieben (Groß- und Kleinschreibung) – Es kann eigentlich nur vorwärtsgehen (Getrennt- und Zusammenschreibung) – Sollte man die Oma teilen? (Silbentrennung) – Wie wichtig sind eigentlich Satzzeichen? (Komma und Bindestrich) – Die 'Katastrophe' bleibt aus (Integrierende Schreibweise bei Fremdwörtern). Übungsblätter und Skript (€ 4,-) sind über die Kursleiterin erhältlich.

FK5.357 Frau Katja Thal
15.11.21, 8 UStd.
Mo, 9–16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 27,00 (erm: € 15,00)

FK5.358 Frau Katja Thal
19.1.22, 8 UStd.
Mi, 9–16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 27,00 (erm: € 15,00)

Wie schreibt man heute? (Bildungsurlaub)

Zeitgemäße Korrespondenz und E-Mail-Gestaltung

Der Kurs enthält einen Überblick über die aktuellen Schreib- und Gestaltungsregeln für die berufliche Korrespondenz. Sie üben Ihre E-Mails und Briefe effizient und verständlich zu formulieren. Sie lernen Alternativen für Korrespondenz-Fossilien wie „anbei“, „in der Anlage“ oder „verbleiben“ und verabschieden sich vom Papierdeutsch. Darüber hinaus werden die wichtigsten Standards im E-Mail-Verkehr besprochen: Gestaltungsregeln und Hinweise zur E-Mail-Netiquette. Fragen und Formulierungen aus Ihrem Büro- und Schreiballtag sind jederzeit willkommen. Übungsblätter und Skript (€ 4,-) sind über die Kursleiterin erhältlich. Der Kurs findet nicht im PC-Raum statt.

FK5.360 Frau Katja Thal
3.5.22, 8 UStd.
Di, 9–16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 27,00 (erm: € 15,00)

Protokollführung. Modern und stilischer (Bildungsurlaub)

Das Protokoll hat viele Namen: Sitzungsprotokoll, Verlaufsprotokoll, Vernehmungsprotokoll, Gedächtnisprotokoll. Das Protokoll ist eine Spezialform eines Berichts. Es wird vor allem als Erinnerungstütze, manchmal auch als Beweismittel nach Tagungen, Besprechungen oder Verhandlungen gebraucht. Das Protokoll muss der Situation angemessen sein, führt zum schnellen Verständnis der Fakten und ist nach neuen Erkenntnissen formuliert. Wir besprechen in diesem Seminar die drei Phasen der Protokollführung, die formale Gestaltung, das Verdichten von Informationen sowie stilistische Aspekte. Sprachliche Übungen runden die Veranstaltung ab. So soll es Ihnen gelingen, in der Praxis auch unter Zeitdruck das Wesentliche zu erfassen und verständliche Protokolle zu erstellen. Übungsblätter und Skript (€ 4,-) sind über die Kursleiterin erhältlich.

FK5.361 Frau Katja Thal
16.11.21, 8 UStd.
Di, 9–16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 29,40 (erm: € 16,20)

FK5.362 Frau Katja Thal
18.1.22, 8 UStd.
Di, 9–16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 29,40 (erm: € 16,20)

Existenzgründung kompakt**Ein Fitness-Programm für Unternehmer*innen in spe**

Inhalte: Geschäftsidee und Markt; Persönliche Voraussetzungen; Gründungskonzept (Businessplan); Wahl der Unternehmens-Rechtsform; Gewerbeanmeldung; Standortwahl, Gewerbemiete, Mietvertrag; Kapitalbedarf und Finanzierung; Öffentliche Förderprogramme; Marketing; Kalkulation und Preisbildung; Versicherungen; Buchführung und Steuern; Vertragsrecht.

Wochenendseminar

FK5.373 Herr Hans Könecke

9.-10.10.21, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 201

€ 54,20 (erm: € 28,60)

FK5.374 Herr Hans Könecke

26.-27.3.22, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 201

€ 54,20 (erm: € 28,60)

Abendseminar online

FK5.375 Herr Hans Könecke

6.-9.12.21, 16 UStd.

Mo-Do, 18-21.15 Uhr

€ 54,20 (erm: € 28,60)

FK5.376 Herr Hans Könecke

13.-16.6.22, 16 UStd.

Mo-Do, 18-21.15 Uhr

€ 54,20 (erm: € 28,60)

Wie gründe ich mein Unternehmen? (Bildungsurlaub)

Von der Geschäftsidee zum Businessplan zur Geschäftseröffnung: Kleingruppen-Coaching-Kurs Was muss ich beachten? Wie gründe ich: Eigengründung, Kauf, Franchise, Bereiche Handel, Dienstleistung oder Produktion? Dazu gehört die Prüfung Ihrer Geschäftsidee Prüfung des Gründenden, Persönliche Eignung, Gründungsmotive, Standortwahl. Ein individueller Businessplan wird erstellt, darin:

Darstellung der Geschäftsidee, marktgängiges Produkt oder Dienstleistung, Markt- und Wettbewerbssituation, Marketing, Stärken-Schwächen SWOT-Analyse, Finanzplanung für 36 Monate, Gewerbeanmeldung, Rechtlicher Rahmen, einschränkende Gesetze, UWG, Umweltgesetze, Arbeitsgesetze, AGB, BGB, Strafrecht, Mietrecht Gründungsformen: Einzelgründung, GmbH, allein oder mit Partner*in, UG Versicherungen, Behandlung in der Sozialversicherung Problembereiche: Scheinselbständigkeit, Familienbetrieb, Familienhilfe, Haftungsfragen, Verkaufen, Internetnutzung, Meisterzwang, Coaching.

FK5.377 Herr Bernd Dressler

4.-8.10.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117

€ 135,00 (erm: € 69,00)

FK5.378 Herr Bernd Dressler

30.5.-3.6.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117

€ 135,00 (erm: € 69,00)

Arbeitsrecht für kleine und mittlere Unternehmen (Online-Abendkurs)

Mitarbeitende sind der wertvollste Produktionsfaktor für viele Unternehmen. Wir geben Ihnen an 5 Abenden einen Überblick über die wichtigsten Rechte und Pflichten von Arbeitgeberinnen und Arbeitnehmern. Inhalte: - Rechtsquellen im deutschen Arbeitsrecht (Gesetze, Tarifverträge, Betriebsvereinbarungen) - Arbeitszeit- und Nachweisgesetz - Arbeitsschutz und Gesundheitsprävention - betriebliche Mitbestimmung - allgemeiner und besonderer Kündigungsschutz - steuerfreie und steuerpflichtige Entgelte (Abrechnung und Nachweis) - prüfungsbefugte Stellen - das Arbeitsgerichtsverfahren. Teilnahmevoraussetzungen: Notebook o.ä., stabiler Internetzugang, Mikrofon und Lautsprecher, Registrierung in der VHS Cloud

FK5.379 Herr Hans Könecke

22.-26.11.21, 20 UStd.

Online-Live-Training, Mo-Fr, 18-21.15 Uhr

€ 93,00 (erm: € 55,00)

FK5.380 Herr Hans Könecke

4.-8.4.22, 20 UStd.

Online-Live-Training, Mo-Fr, 18-21.15 Uhr

€ 93,00 (erm: € 55,00)

Finanzwirtschaft (Xpert Business) (Bildungsurlaub)

Voraussetzung: Buchführungkenntnisse; Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung von Vorteil. Die Aufstellung und Beurteilung eines Finanzplanes ist eine unabdingbare Grundlage betriebswirtschaftlicher Entscheidungen. Günstige Finanzierungsmöglichkeiten erhält ein Unternehmen nur, wenn es den Geld- und Kreditmarkt kennt und ihn beurteilen kann. Bei Kreditaufnahmen ist es unerlässlich, die Möglichkeiten der Kreditbeschaffung zu kennen, sie vergleichen und beurteilen zu können. Inhalte: Aufgaben der Finanzierung, Außenfinanzierung (kurz-, mittel- und langfristige Kredite, Leasing, Factoring u.a.), Innenfinanzierung, Inland-Zahlungsverkehr, Finanzplanung. Der Kurs orientiert sich am Xpert-Lernzielkatalog „Finanzwirtschaft“. Lehrbuch empfiehlt der Kursleiter. Das im Kurs erworbene Wissen können Sie in der Xpert-Prüfung „Finanzwirtschaft“ zertifizieren lassen. Der Prüfungstermin wird im Kurs in Absprache mit dem Kursleiter festgelegt.

FK5.385 Herr Dr. Uwe Strohbach

4.-9.10.21, 48 UStd.

Mo-Sa, 9-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105

€ 147,00 (erm: € 75,00)

Unternehmensführung

Der Kurs bietet einen Überblick über alle wichtigen Aspekte und Aufgaben der Unternehmensführung. Dazu gehören der Organisationsaufbau, Personalführung und Mitarbeitengewinnung, Wahl der Rechtsform, Standortwahl, Marktgegebenheiten, Wettbewerbssituation, Produkt- und Preispolitik, Marketing und Distribution der Produkte, u.v.m. Der Kurs beantwortet insbesondere die Fragen: Wie gründe und entwickle ich ein Unternehmen? Wie gestaltet man das Marketing? Wie baue ich eine Unternehmenskultur auf? Besonders gut geeignet ist der Kurs für angehende Studenten, die sich noch nicht sicher sind, ob sie sich für Betriebswirtschaft entscheiden sollen.

FK5.387 Herr Bernd Dressler

23.-24.10.21, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 67,00 (erm: € 35,00)

FK5.388 Herr Bernd Dressler

9.-10.4.22, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 1104

€ 67,00 (erm: € 35,00)

Steuererklärung kompakt (Online-Abendkurs)**Ein Kurs für Existenzgründer, Kleingewerbetreibende und Freiberufler*innen**

Dieser Kurs erläutert die Grundzüge von Einkommens-, Umsatz- und Gewerbesteuer und gibt Hinweise zum Umgang mit dem Finanzamt. Schwerpunkt des Kurses ist die Bearbeitung der Steuerformulare an verständlichen Beispielen. Branchenspezifische Probleme der Teilnehmenden können berücksichtigt werden. Der Kurs versteht sich nicht als Steuerberatung. Unterrichtsmaterial im Entgelt enthalten. Der Kurs wird ausschließlich online durchgeführt, dazu eine digitaler Unterrichtsraum auf der Lernplattform vhs.cloud angeboten. Teilnehmende des Kurses können sich in den online-Klassenraum ab ca. eine Woche vor Kursbeginn einloggen. Teilnahmevoraussetzungen: Notebook o.ä., stabiler Internetzugang, Mikrofon und Lautsprecher, Registrierung in der VHS Cloud.

FK5.395 Herr Hans Könecke

6.-14.9.21, 16 UStd.

Online-Live-Training,

2x Mo/Di, 18-21.15 Uhr

€ 55,80 (erm: € 29,40)

FK5.397 Herr Hans Könecke

8.-11.11.21, 16 UStd.

Online-Live-Training, Mo-Do, 18-21.15 Uhr

€ 55,80 (erm: € 29,40)

FK5.396 Herr Hans Könecke

24.-27.1.22, 16 UStd.

Online-Live-Training, Mo-Do, 18-21.15 Uhr

€ 55,80 (erm: € 29,40)

FK5.398 Herr Hans Könecke

27.-30.6.22, 16 UStd.

Online-Live-Training, Mo-Do, 18-21.15 Uhr

€ 55,80 (erm: € 29,40)

RECHNUNGSWESEN UND BETRIEBSWIRTSCHAFT

Buchhaltung und Bilanzen, Personal und Finanzen – das Rückgrat jedes Unternehmens. Hier lernen Sie Finanzbuchführung, Personalwirtschaft, und Controlling. Viele der Kurse orientieren sich an den Vorgaben des Kurs- und Zertifizierungssystems Xpert Business. Diese Kurse können mit einer Klausur abgeschlossen und entsprechend zertifiziert werden. Achten Sie auf die Hinweise am Ende der Kursbeschreibungen. Aktuelle und allgemeine Informationen zu Xpert Business-Abschlüssen und den dafür erforderlichen Kursen/Modulen finden Sie unter www.xpert-business.eu. Informationen zur Kursanmeldung unter: www.vhs-fk.de oder schreiben Sie eine Mail an: info@vhs-fk.de. Das Infotelefon erreichen Sie unter: 90 298-4600.

Anerkennung als Bildungsurlaub

Alle Kurse sind nach § 11, Abschnitt 1 des Berliner Bildungsurlaubsgesetzes vom 24. Oktober 1990 als Bildungsurlaub im Sinne der beruflichen Weiterbildung anerkannt.

Alle mit „Xpert“ bezeichneten Kurse orientieren sich an den Xpert-Lernzielkatalogen. Das im Kurs erworbene Wissen können Sie mit einer Xpert Business Prüfung zertifizieren lassen. Xpert Business-Abschlüsse und dafür erforderliche Kurse/Module sowie aktuelle Informationen zum Lehrgangssystem auch unter www.xpert-business.eu oder unter <https://www.berlin.de/vhs/themen/pruefungen-zertifikate/xpert>.

Prüfungsvorbereitung auf den IHK-Abschluss Kaufmann/-frau für Büromanagement

Der Kurs richtet sich an alle Auszubildenden, die den Abschluss Kaufmann/-frau für Büromanagement (ehemals Kaufmann/-frau für Bürokommunikation oder Bürokaufmann/-frau) anstreben und in naher Zukunft Teil 2 ihrer Abschlussprüfung ablegen wollen. Teilnehmer*innen mit einer anderen kaufmännischen Ausbildung sind ebenso willkommen, werden aber um Absprache vor Anmeldung gebeten.

Dieser Kurs wiederholt in komprimierter Form häufig gefragte Inhalte früherer Abschlussprüfungen. Ein weiterer Schwerpunkt ist die selbstständige Bearbeitung von Prüfungsaufgaben durch die Teilnehmender*innen.

Inhalte: Die wichtigsten Themen aus dem Bereich der Kundenbeziehungsprozesse, der Wirtschafts- und Sozialkunde und z.T. auch der Wahlqualifikation.

FK5.441 Herr Jörg Leu
3.10.-21.11.21, 48 UStd.

8x So, 10-15.15 Uhr
(Kurs auch in den Ferien)
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 150,50 (erm: € 78,50)

FK5.442 Herr Jörg Leu
20.2.-10.4.22, 48 UStd.

8x So, 10-15.15 Uhr
(Kurs auch in den Ferien)
VHS, Wassertorstraße 4, R. 203
€ 150,50 (erm: € 78,50)

Grundlagen der Betriebswirtschaft

Wirtschaftswissen

Dieses Kursangebot richtet sich an Existenzgründer, Selbstständige und Inhaberinnen kleiner Unternehmen im Handel, Handwerk und Dienstleistungsbereich, die grundlegende Kenntnisse im Bereich der Betriebswirtschaft benötigen. Angesprochen sind ebenso Personen sowie auch Auszubildende mit praktischem Interesse an diesen Themen. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Kursmaterial im Entgelt enthalten! Wir empfehlen diesen Kurs auch als Grundlage zum besseren Gesamtverständnis der Module des Kurs- und Zertifizierungssystems Xpert Business.

FK5.453 Herr Frank Zepernick
14.9.-3.10.21, 48 UStd.

3x Di/Do 18-21.15 Uhr,
3x Sa (23.1., 30.1., 6.2.) 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 175,00 (erm: € 91,00)

FK5.452 Herr Frank Zepernick
15.2.-6.3.22, 48 UStd.

3x Di/Do 18-21.15 Uhr,
3x Sa (23.1., 30.1., 6.2.) 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 175,00 (erm: € 91,00)

Einfache Buchführung

Ein Kurs für Kleingewerbetreibende und Existenzgründende

Inhalt: Rechtliche Grundlagen und Grundsätze ordnungsgemäßer Buchführung; Einnahmen-Überschuss-Rechnung; Führung eines Kassen- und Bankbuches; Arten der Abschreibung; Umsatzsteuer; praktische Übungsaufgaben. Unterrichtsmaterial im Entgelt enthalten.

FK5.455 Herr Frank Zepernick
26.-27.11.21, 12 UStd.

Fr, 18-21.15 Uhr, Sa 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 43,40 (erm: € 24,20)

FK5.456 Herr Frank Zepernick
10.-11.6.22, 12 UStd.

Fr, 18-21.15 Uhr, Sa 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 43,40 (erm: € 24,20)

Finanzbuchführung (1 + 2) (Xpert Business) (Bildungsurlaub)

Es werden keine Kenntnisse der Finanzbuchführung vorausgesetzt.

Der Kurs vermittelt eine systematische und praxisbezogene Einführung in das Sachgebiet der doppelten Buchführung. Kursziel ist das Beherrschen der Systemlogik der Buch-

führung, verbunden mit dem Verständnis der buchhalterischen Zusammenhänge, um laufende Buchungsfälle fachgerecht behandeln zu können.

FK5.457 Herr Jörg Leu
13.-24.9.21, 80 UStd.

2x Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 259,00 (erm: € 131,00)

FK5.458 Herr Dr. Uwe Strohbach
7.-18.2.22, 80 UStd.

2x Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 259,00 (erm: € 131,00)

FK5.460 Herr Dr. Uwe Strohbach
4.-15.7.22, 80 UStd.

2x Mo-Fr, 8.30-15.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 259,00 (erm: € 131,00)

FK5.462 Herr Jörg Leu
8.3.-5.5.22, 80 UStd.

7x Di/Do, 18-21.15 Uhr,
3x Sa (22.02., 29.02., 21.03.) 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 227,00 (erm: € 115,00)

Finanzbuchführung DATEV pro (Bildungsurlaub)

Systemlogik der praktischen Buchführung am PC, verbunden mit dem Verständnis für die buchhalterischen Zusammenhänge, sowie die Befähigung, notwendige Auswertungen durchzuführen und zu beurteilen. Sie lernen, die Buchführung für ein kleines oder mittelständisches Unternehmen vorzubereiten, alle nötigen Daten anzulegen, die täglichen Geschäftsfälle (Bilanzierung) zu buchen und erste Jahresabschlussbuchungen durchzuführen.

FK5.463 Frau Angela Tillhon
18.-22.10.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 147,00 (erm: € 87,00)

FK5.464 Frau Angela Tillhon
21.-25.3.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 147,00 (erm: € 87,00)

Finanzbuchführung (3) Lexware (Xpert Business) (Bildungsurlaub)

Voraussetzung: Buchführungskenntnisse gemäß z.B. Xpert Business Modul „Finanzbuchführung“; Grundkenntnisse der PC-Bedienung. Der Kurs führt systematisch und praxisorientiert in die Finanzbuchführung am Computer auf der Grundlage von „Lexware financial office“ ein. Aufgabenstellungen erfolgen anhand von praxisnahen Fallbeispielen. Kursziel ist das Beherrschen der Systemlogik der praktischen Buchführung am PC, verbunden mit dem Verständnis für die buchhalterischen Zusammenhänge, sowie die Befähigung,

notwendige Auswertungen durchzuführen und zu beurteilen. Sie lernen, die Buchführung für ein kleines oder mittelständisches Unternehmen vorzubereiten, alle nötigen Daten anzulegen, die täglichen Geschäftsfälle zu buchen und den Jahresabschluss vorzubereiten.

FK5.465 Herr Roland Pipiale
29.11.-3.12.21, 40 UStd.
Mo-Fr, 9-15.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 159,00 (erm: € 93,00)

FK5.466 Herr Roland Pipiale
28.2.-4.3.22, 40 UStd.
Mo-Fr, 9-15.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 159,00 (erm: € 93,00)

Bilanzierung (Xpert Business) (Bildungsurlaub)

Voraussetzung: Beherrschen der Finanzbuchführung entsprechend Xpert Business Modul „Finanzbuchführung (2)“. Die hoch qualifizierte Buchhaltungsfachkraft ist befähigt, eine Buchhaltung, z.B. die Finanzbuchhaltung, Anlagenbuchhaltung und Lohnbuchhaltung in einem Unternehmen einzurichten, zu organisieren, zu überwachen und Einfluss auf den Erfolg zu nehmen. Dazu gehört, regelmäßige Monatsabschlüsse und den Jahresabschluss unter Beachtung der aktuellen Vorschriften und der Rechtsprechung für das Unternehmen zu erstellen. Darüber hinaus ist der Jahresabschluss zu analysieren und die Lage und Entwicklung des Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen zu beurteilen. Neben den nationalen Rechnungslegungsvorschriften werden von ihr auch Grundkenntnisse der Konzernrechnungslegung und internationalen Rechnungslegung, z.B. International Accounting Standards (IAS) bzw. International Financial Reporting Standards (IFRS), erwartet.

FK5.471 Herr Jörg Leu
11.-26.10.21, 56 UStd.
Mo-Fr und Mo-Di, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 199,00 (erm: € 101,00)

FK5.472 Herr Jörg Leu
1.-9.6.22, 56 UStd.
Di-Do und Mo-Do, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 199,00 (erm: € 101,00)

Kosten- und Leistungsrechnung (Xpert Business) (Bildungsurlaub)

Voraussetzung: Buchführungskennntnisse entsprechend Xpert Business Modul „Finanzbuchführung“. Die Kosten- und Leistungsrechnung ist Teil des Rechnungswesens und setzt eine gut organisierte und gegliederte Buchführung voraus. Sie ermittelt das Betriebsergebnis des Unternehmens und erlaubt Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche oder über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte.

FK5.473 Herr Jörg Leu
27.1.-3.2.22, 48 UStd.
Do-Fr/Di-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 161,40 (erm: € 82,20)

Controlling (Xpert Business)

Voraussetzung: Kenntnisse entsprechend Xpert Business Modul „Finanzbuchführung (1+2)“ sowie Kosten- und Leistungsrechnung. Controlling ist nicht nur etwas für Controller*innen. Auch in kleinen und mittleren Unternehmen ist es wichtig, dass die Unternehmensziele explizit und messbar formuliert vorliegen, dass man im laufenden Betrieb überwacht, ob die Planungsdaten erreicht werden und im Falle von Abweichungen korrigierende Maßnahmen ergriffen werden. Die im Controlling Mitarbeitenden sind intern Entscheidungsträger*innen bei der Zielformulierung und unterstützen so die Zielerreichung. Sie leisten betriebswirtschaftliche Hilfestellung zur zielorientierten Planung und Steuerung in allen Unternehmensbereichen. Der Kurs orientiert sich am Xpert-Lernzielkatalog „Controlling“. Lehrbuch empfiehlt der Kursleiter.

FK5.475 Herr Jörg Leu
29.10.-20.11.21, 56 UStd.
4x Di/Fr, 18-21.15 Uhr, 3x Sa 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 199,00 (erm: € 101,00)

FK5.476 Herr Jörg Leu
(Bildungsurlaub) 9.-18.5.22, 56 UStd.
Mo-Mi, -Fr und Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2105
€ 199,00 (erm: € 101,00)

Lohn und Gehalt (1) (Xpert Business)

Im Kurs erwerben Sie systematisch und praxisorientiert das notwendige Basiswissen, um grundlegende Lohn- und Gehaltsabrechnungen im Unternehmen durchführen zu können. Der Kurs setzt keine Grundkenntnisse voraus, eignet sich jedoch auch, um bereits bestehende Kenntnisse zu stärken oder zu vertiefen (z.B. wenn Sie bereits IT-gestützt abrechnen und sich die notwendigen fachlich-rechtlichen Grundlagen aneignen wollen). Der Kurs orientiert sich am Xpert-Lernzielkatalog Lohn und Gehalt Grundlagen (1). Bitte bringen Sie zum Kurs einen Taschenrechner mit. Ein Skript zum Kurs (ca. € 12,-) ist über die Kursleiterin erhältlich.

FK5.481 Frau Ellen Bondieck
21.8.-30.10.21, 64 UStd.
8x Sa 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 207,80 (erm: € 105,40)

FK5.482 Frau Ellen Bondieck
15.1.-19.3.22, 64 UStd.
8x Sa, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 001
€ 207,80 (erm: € 105,40)

Lohn und Gehalt (2) (Xpert Business)

Mit diesem Kurs vertiefen und erweitern Sie Ihre Kenntnisse in der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Kursziel ist das Beherrschen der grundlegenden gesetzlichen Vorschriften sowie ihrer Umsetzung bei der betrieblichen Entgeltabrechnung.

Der Kurs setzt Kenntnisse der Entgeltabrechnung gemäß Modul Lohn und Gehalt (1) voraus. Er orientiert sich am Xpert-Lernzielkatalog Lohn und Gehalt (2). Bitte bringen Sie zum Kurs einen Taschenrechner mit. Ein Skript (ca. € 12,-) ist über die Kursleiterin erhältlich.

FK5.483 Frau Ellen Bondieck
6.11.-5.12.21, 64 UStd.
4x Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 201
€ 207,80 (erm: € 105,40)

FK5.484 Frau Ellen Bondieck
2.4.-15.5.22, 64 UStd.
4x Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 204
€ 207,80 (erm: € 105,40)

Lohn und Gehalt (3) Lexware (Xpert Business) (Bildungsurlaub)

Aus der Lohnabrechnung ist der Einsatz des Computers als Arbeitsmittel nicht mehr wegzudenken, schon wegen der vorgeschriebenen Datenübermittlung von Lohnsteuer und Sozialversicherung sowie der elektronischen Lohnsteuerkarte und des Lohnnachweises an die Berufsgenossenschaft. Im Kurs wird die Erstellung der Lohn- und Gehaltsabrechnungen am PC systematisch und anwendungsbezogen vermittelt. Mit Lexware lohn + gehalt werden Gehaltsabrechnungen für Arbeiter*innen, Angestellte und Aushilfskräfte erstellt. Dabei werden die wichtigsten Arbeitsschritte wie das Anlegen von Firmenstammdaten, von Personaldaten bis hin zum Ausdruck von Monats- und Jahresmeldungen anhand von praxisnahen Beispielen erklärt. Der Kurs befähigt Sie, Ihre theoretischen Kenntnisse in der PC-gestützten Lohnabrechnung mit Lexware anzuwenden. Kenntnisse der Entgeltabrechnung, mindestens gemäß Modul Lohn und Gehalt (1), werden vorausgesetzt. Der Kurs orientiert sich am Xpert-Lernzielkatalog Lohn und Gehalt (3) Lexware. Bitte zum ersten Kurstag das Lehrbuch: „Lohn und Gehalt mit Lexware“, Edu-Media-Verlag, ISBN: 978-3-86718-505-9, 24,95 € mitbringen.

FK5.486 Frau Ellen Bondieck
10.-14.1.22, 40 UStd.
Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 159,00 (erm: € 93,00)

FK5.488 Frau Ellen Bondieck
13.-17.6.22, 40 UStd.
Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 159,00 (erm: € 93,00)

Training für SAP R/3 Rel. 4.6 - Finanzbuchhaltung/Logistik (Bildungsurlaub)

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in der Finanzbuchführung

Der Kurs vermittelt Basiswissen über die Ganzheitlichkeit betrieblicher Leistungsprozesse, wie sie mit SAP R/3 abgebildet werden. Auf der Basis von Computer Based Trainings lernen Sie die Oberfläche von SAP R/3 kennen, indem Aufbau, Bedienelemente, Grundarchitektur und Zusammenwirken der einzelnen Module vermittelt werden. Zentrales Thema stellt die Finanzbuchhaltung (FI) dar. Dabei erlangen Sie Einblicke in die Debitoren- und Kreditorenbuchhaltung, das automatische Zahlwesen und die Hauptbuchhaltung. Trainiert werden diese Inhalte auch über SAP R/3-Anwenderrollen (typische Aufgabengebiete, die ein Sachbearbeiter realisiert). Der Kurs versteht sich nicht als ausschließliches Vermitteln der Finanzbuchhaltung in SAP R/3, sondern arbeitet Schnittstellen zur Logistik heraus, indem der Transfer zur Materialwirtschaft (MM) und zum Vertrieb

(SD) dargestellt wird. Typische Belegarten aus diesen Arbeitsgebieten sind der Buchhaltung vor- und nachgelagert und dienen dem Verständnis des Zusammenwirkens der Module.

FK5.489 Herr Steffen Ullrich
25.-29.10.21, 40 UStd.
Mo-Fr, 8.30-15.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 167,00 (erm: € 97,00)

FK5.490 Herr Steffen Ullrich
28.3.-1.4.22, 40 UStd.
Mo-Fr, 8.30-15.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 167,00 (erm: € 97,00)

Personalwirtschaft mit SAP R/3 HR/HCM

In diesem Kurs lernen Sie wesentliche Züge der Personaladministration und Personalabrechnung mit SAP R/3 Rel.4.6 kennen. Vorgestellt werden wichtige Eingabemasken (Infotypen), die Verarbeitung, Voraussetzungen und Abläufe in der Personalabrechnung, sowie wichtige Re-

porte. Gearbeitet wird mit Computer-Based-Trainings, die die Oberfläche von SAP simulieren.

FK5.491 Herr Steffen Ullrich
14.-22.12.21, 20 UStd.
Mo-Mi, Mo/Di, 17.30-20.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 87,40 (erm: € 52,40)

FK5.492 Herr Steffen Ullrich
17.-25.5.22, 20 UStd.
Di, Mi, Mo-Mi, 17.30-20.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 87,40 (erm: € 52,40)

Alle mit „Xpert“ bezeichneten Kurse orientieren sich an den Xpert-Lernzielkatalogen. Das im Kurs erworbene Wissen können Sie mit einer Xpert Business Prüfung zertifizieren lassen. Xpert Business-Abschlüsse und dafür erforderliche Kurse/Module sowie aktuelle Informationen zum Lehrgangssystem auch unter www.xpert-business.eu oder unter <https://www.berlin.de/vhs/themen/pruefungen-zertifikate/xpert>.

PRESSE, MARKETING UND ÖFFENTLICHKEITSARBEIT - ANALOG UND DIGITAL

Sie möchten Ihre Idee bekannt machen und verbreiten. Sie wollen sich oder Ihr Geschäft anderen vorstellen. Hier finden Sie verschiedene Kurse für analoge und digitale Öffentlichkeitsarbeit, von Pressemitteilungen über Online Marketing bis zur visuellen und auditiven Präsentation. Sie lernen, eine Social Media Kampagne zu lancieren, besser Web-Texte zu schreiben oder Strategiekonzepte für die Digitale Pressearbeit zu entwickeln.

Informationen zur Kursanmeldung unter: www.vhs-fk.de oder schreiben Sie eine Mail an: info@vhs-fk.de. Das Infotelefon erreichen Sie unter: 90 298-4600.

Anerkennung als Bildungsurlaub

Alle Kurse sind nach § 11, Abschnitt 1 des Berliner Bildungsurlaubsgesetzes vom 24. Oktober 1990 als Bildungsurlaub im Sinne der beruflichen Weiterbildung anerkannt.

Professionelle Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Von Strategie bis Sprache

Dieser Kurs vermittelt an zwei Tagen praxisorientiertes Wissen und Fähigkeiten zur professionellen Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Nach Klärung grundlegender Begriffe erhalten die Teilnehmenden einen Einblick in strategische Analyse und Planung der Öffentlichkeitsarbeit. Dabei lernen sie auch verschiedene Werkzeuge der Online-PR kennen und können deren Nutzen für die eigene Öffentlichkeitsarbeit

einschätzen. Sie können am Ende des Kurses gute Pressefotos auswählen, Themen finden und deren Nachrichtenwert kritisch prüfen. Die Teilnehmenden lernen, Texte prägnant und anschaulich zu formulieren. Dazu lernen sie verschiedene Textformate (Aufbau einer Pressemitteilung, Argumentationsketten z.B. für einen Facebook-Post) kennen. Ebenso lernen sie Kriterien für gute Wortwahl und richtigen Satzbau. In Übungsphasen können sie dieses Wissen direkt anwenden. Eine Pressemitteilung als Hausaufgabe ist die Grundlage für die Arbeit am zweiten Kurstag.

Wochenend-Präsenzkurs

FK5.511 Herr Daniel Kister
16.-23.10.21, 16 UStd.
2x Sa, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
€ 59,30 (erm: € 32,90)

Onlinekurs

FK5.512 Herr Daniel Kister
26.3.-2.4.22, 16 UStd.
Online-Live-Training, 2x Sa, 10-17 Uhr
€ 59,30 (erm: € 32,90)

FK5.514 Herr Daniel Kister

11.-18.6.22, 16 UStd.
2x Sa, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
€ 59,30 (erm: € 32,90)

Strategische und kosteneffiziente Presse- und Öffentlichkeitsarbeit (Onlinekurs)

Jede Organisation und Institution will eine möglichst erfolgreiche Presse- und Öffentlichkeitsarbeit leisten. Gerade im sozialen, kulturellen und gemeinnützigen Bereich fehlt es oft an Budget, um im gewünschten Umfang aktiv zu sein. Das Seminar vermittelt wichtige Grundlagen effektiver Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Es zeigt auf, wie man mit der richtigen Strategie trotz kleinem Budget erfolgreich die Aufmerksamkeit von Medien und Zielgruppen gewinnt und Synergieeffekte sinnvoll nutzt. In diesem online stattfindenden Kurs lernen die Teilnehmer*innen die Instrumente erfolgreicher Presse- und Öffentlichkeitsarbeit kennen. Dabei kommen unterschiedliche interaktive und partizipative Methoden und Werkzeuge zum Einsatz. Anhand praktischer Übungen vertiefen die Teilnehmer*innen das erlernte Wissen und verfassen selbst eine Pressemitteilung sowie ein Social-Media-Konzept.

FK5.515 Frau Johanna Puchta
2.-23.11.21, 16 UStd.
Online-Live-Training, 4x Di, 18-21.15
€ 65,40 (erm: € 39,00)

Kurz, kürzer, online? Schreiben fürs Web (Onlinekurs)

Grundlagen-Kurs online

Von Journalistinnen aber auch PR- und Marketing-Mitarbeitern wird heute erwartet, dass sie wissen, wie man für Webseiten schreibt. Oft fehlt aber das grundlegende Wissen, wie im Web gelesen wird – und was das für die Schreibenden bedeutet. Dieser zweitägige Online-Kurs vermittelt zunächst das nötige Grundwissen: Muss online alles kurz sein? Wie komme ich auf den Punkt? Wo gehören die Schlagworte hin? Und welche sind meine Schlagworte? Wie schreibe ich eine perfekte Onlineüberschrift und wie muss der Teaser aussehen? Wer ist meine Zielgruppe? Und braucht es immer Bullet-Points? Außerdem wird grundlegendes SEO-Wissen vermittelt. Nach der Vermittlung des theoretischen Wissens und der Visualisierung anhand von Best-Practice-Beispielen wird das Gelernte praktisch angewendet – von jedem Teilnehmer für sein spezielles Interessengebiet. Dieser Kurs richtet sich an Journalistinnen, PR-ler und Texterinnen mit thematischen Grundkenntnissen, aber auch an all jene, die für ihr Unternehmen, eine Behörde oder Organisation oder aber ganz privat mehr über Content-Produktion und -Publikation im Web erfahren möchten. Checklisten sind im Kursbeitrag enthalten.

FK5.525 Frau Jana Illhardt
20.-21.11.21, 16 UStd.

Online-Live-Training
Sa/So, 9.30-16.30 Uhr
€ 63,80 (erm: € 37,40)

FK5.526 Frau Jana Illhardt
2.-3.4.22, 16 UStd.

Online-Live-Training
Sa/So, 9.30-16.30 Uhr
€ 63,80 (erm: € 37,40)

Digitale Medien- und Pressearbeit – mit Konzept (Bildungsurlaub)

Für Unternehmen, Organisationen und Vereinen

In diesem Kurs erarbeiten Sie sich Grundlagen und ein praxisorientiertes Wissen über die Instrumente einer online-basierten PR-Arbeit. Sie lernen durch Übungen, wie ein professionell gestaltetes Kommunikationsmanagement aufgebaut wird und können dieses KnowHow für eigene Projekte anwenden. Auf folgende Inhalte wird in abwechselnden Theorie- und Praxisphasen eingegangen: – eine Corporate Identity erstellen, Vertrauen zu einem Unternehmen aufbauen – medienrelevante Themen finden, Content- und Redaktionsplanung – ein anspruchsvolles Zielpublikum mit suchmaschinenoptimierten Texten überzeugend ansprechen – journalistische Arbeitsweisen kennen lernen, Redaktionskontakte herstellen – Social Media Anwendungen und Homepage effektiv in die PR-Arbeit einbinden – PR-Erfolgskontrolle und Monitoring. Sie erfahren darüber hinaus, welche beruflichen Einstiegsmöglichkeiten es in die

Medien- und PR-Branche gibt. In einer AG können Sie ein crossmediales PR-Konzept mit Maßnahme-, Zeit- und Budgetplan erstellen und anschließend präsentieren. Für diese Arbeit stehen PCs zur Verfügung. Ein digitales Handout mit Checklisten und Linktipps (4 €) kann über den Kursleiter Rene Mannhold, Fachbuchautor & PR-Berater, bezogen werden. Teilnahmevoraussetzungen: PC- und Office- Grundkenntnisse.

FK5.529 Herr René C. Mannhold
22.-23.11.21, 16 UStd.

Do/Fr, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 63,80 (erm: € 37,40)

FK5.530 Herr René C. Mannhold
4.-5.7.22, 16 UStd.

Mo/Di, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 63,80 (erm: € 37,40)

Audio-Podcasts und Hörbeiträge für Ihre Öffentlichkeitsarbeit

Podcasts – Audiobeiträge, die Sie Ihren Hörern übers Internet anbieten – sind eine hervorragende Ergänzung der Öffentlichkeitsarbeit für kleine Unternehmen und Freiberufler, für Vereine und Initiativen. Denn mit Podcasts können Sie Kundinnen und Interessierte regelmäßig und direkt ansprechen – mit Ihrem Know-how überzeugen und informieren. In diesem Kurs erfahren Sie, welche besonderen Vorteile ein Podcast für Ihr Marketing bietet und wie Sie einen Podcast an den Start bringen. Sie lernen die Schritte von der Konzeptionierung über die Produktion und dem Hosting bis zur Veröffentlichung und Verbreitung kennen. Sie arbeiten mit der betriebssystemunabhängigen und freiverfügbaren Software „Audacity“ und probieren sich hinter dem Mikrofon aus. Je nach Engagement produzieren Sie bereits Ihre erste Podcastfolge oder ein komplettes Audio. Sie bekommen Tipps zum Sprechen am Mikrofon und zum Schreiben fürs Hören, zur Aufnahmetechnik und wie Sie gute Interviews führen. Außerdem lernen Sie die rechtlichen Aspekte rund ums Podcasten kennen. Voraussetzungen: Kenntnisse im Umgang mit dem eigenen PC.

Blended learning

FK5.541 Frau Brigitte Hagedorn
27.8.-1.10.21, 16 UStd.

2x Fr, 17-20.15 Uhr (Präsenz), dazu begleitetes online lernen inkl. Videokonferenzen
VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
€ 68,60 (erm: € 40,60)

Der Kurs findet an zwei Abenden in Präsenz statt und an vier Online-Terminen á 60 Minuten via Zoom. Termine werden in der ersten Präsenzveranstaltung festgelegt. Der Austausch während der Onlinephase findet auf der VHS-Cloud und in den Zoom-Meetings statt. Zwischen den Präsenzterminen wenden Sie das Gelernte selbstständig an.

Bildungsurlaub in Präsenz

FK5.542 Frau Brigitte Hagedorn
10.-11.2.22, 16 UStd.

Do/Fr, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
€ 68,60 (erm: € 40,60)

Online-Marketing – Instrumente und Strategien (Bildungsurlaub)

Website-Gestaltung, SEO, Monitoring, E-Mailmarketing und Socialmedia

In diesem Kurs erarbeiten Sie sich einen Überblick über aktuelle Trends und Werkzeuge des digitalen Marketings. Sie lernen durch Best-Practice-Beispiele wie anspruchsvolle Webprojekte gestaltet werden und welche Aufgaben sowie Chancen und Risiken damit verbunden sind. Der Kursleiter erläutert im Dialog mit den Teilnehmenden folgende Themen: – Websiteoptimierung, SEO/SEA, Web-Analytics, E-Mail- und Mobilmarketing, Content Marketing – Online-Werbung mit Google Tools, Social-Media Marketing, Datenschutz und Online-Recht. In praktischen Übungen lernen Sie, wie Website-Nutzer*innen zielgruppenorientiert angesprochen und wie die Reichweite und Besucherzahlen gesteigert werden können. Anhand eines Leitfadens besteht die Möglichkeit, ein Online-Marketing Konzept zu erstellen. Über den Kursleiter ist ein digitales Handout (4 €) mit Präsentationen, Checklisten und Linktipps erhältlich. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die sich einen fundierten Einblick in Online-Marketing Instrumente verschaffen wollen oder ihre bisherige Strategie optimieren möchten. Teilnahmevoraussetzung: Internet- und PC- Grundkenntnisse.

Bringen Sie gerne ein Laptop mit, wenn vorhanden.

FK5.551 Herr René C. Mannhold
6.-8.12.21, 24 UStd.

Mo-Mi, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
€ 99,00 (erm: € 57,00)

FK5.552 Herr René C. Mannhold
21.-23.3.22, 24 UStd.

Mo-Mi, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
€ 99,00 (erm: € 57,00)

Social Media Marketing (Bildungsurlaub)

Strategien, Tools und Tipps für die Praxis

In diesem Kurs erfahren Sie, wie soziale Medien wie Instagram, Facebook, Twitter, YouTube sinnvoll eingesetzt und wirksam in eine Marketingstrategie integriert werden. Anhand von Fallbeispielen wird erläutert, was Social Media Kampagnen aus unterschiedlichen Branchen erfolgreich macht und worin die Risiken bestehen. Sie lernen, wie Sie mit einer Matrix eine überzeugende Content-Strategie aufbauen, ihre Reichweite erhöhen und sich mit vorhandenen Social-Media Kanälen effektiv vernetzen. Folgende Themen werden in dem Kurs ver-

tieft: - attraktive Inhalte finden, Influencer einbinden, SEO-optimierte Online-Texte schreiben - relevante Key-Performance-Indikatoren definieren, kritische Beiträge managen - Webprojekte mit Social Media Monitoring Tools analysieren. Je nach Bedarf trainieren Sie, wie ein Konzept für Social Media nach der DSGVO rechtskonform aufgebaut wird, News-Teaser für Social Media Anwendungen formuliert oder ein

bestehender Account optimiert wird. Ein digitales Handout (€ 4,-) ist über den Kursleiter erhältlich.
Teilnahmevoraussetzung: PC- und Office-Grundkenntnisse.

FK5.555 Herr René C. Mannhold
8.-10.9.21, 24 UStd.
Mo-Mi, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 99,00 (erm: € 57,00)

FK5.556 Herr René C. Mannhold
28.2.-2.3.22, 24 UStd.
Mo-Mi, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 99,00 (erm: € 57,00)

DIGITALE DARSTELLUNG UND KONSTRUKTION

Gestaltungssoftware, Content Management Systeme und Webstandards eröffnen vielfältige Möglichkeiten zur digitalen Darstellung von Inhalten und Ideen. Hier finden Sie Kurse zu Virtual Reality, Webseitenerstellung und -pflege, den verschiedenen Gestaltungsprogrammen von Adobe und Affinity sowie zur virtuellen 2D und 3D Modellierung. Sie können Angebote wählen, die unter der Perspektive Kommunikationsdesign oder Mediengestaltung verschiedene Programme verbinden, sich auf einzelne Komponenten der Creative Suite konzentrieren oder auf die Gestaltungsdimensionen fokussieren. Sie erfahren, wie Sie virtuelle Räume bauen, Videos bearbeiten, Bilder animieren, eigene Webseiten erstellen und Open Source Systeme wie Wordpress gekonnt verwenden.
Informationen zur Kursanmeldung unter: www.vhs-fk.de oder schreiben Sie eine Mail an: info@vhs-fk.de. Das Infotelefon erreichen Sie unter: 90 298-4600.

Anerkennung als Bildungsurlaub

Alle Kurse sind nach § 11, Abschnitt 1 des Berliner Bildungsurlaubsgesetzes vom 24. Oktober 1990 als Bildungsurlaub im Sinne der beruflichen Weiterbildung anerkannt.

Informationsveranstaltung zur eigenen Website - Erstellen lassen oder selber bauen?

Ein Überblick über verschiedene Möglichkeiten, die eigene Webseite zu realisieren
Der Kurs wendet sich an Personen, die eine eigene Website brauchen und nach Wegen zur Umsetzung suchen: Baukasten wie Jimdo oder Wix, ein freies CMS wie Wordpress, Joomla oder Typo3, erstellen lassen oder selber bauen? Themen:

Wie funktioniert eine Website - Welche technischen Anforderungen verschiedene Funktionen stellen (Web-Visitenkarte, Shop, CMS zum selber Warten, Foren, Gästebücher etc.) - Verschiedene Möglichkeiten, um Ihre Website zu realisieren oder realisieren zu lassen - Welche Vor- und Nachteile haben die verschiedenen Herangehensweisen - Welchen Lern- und Zeitaufwand bringen sie mit sich - Statische Website mit HTML und CSS selbst erstellen bzw. Theme/Template im CMS anpassen: Lernaufwand, Zeit versus Kosten - Baukasten: Abgrenzung zu

anderen Content Management Systemen, Vor- und Nachteile, Kosten, Anbieter - Webdesigner beauftragen: Vor- und Nachteile, Merkmale seriöser Anbieter, Kosten. - CMS wie Joomla, Typo3, Wordpress etc. Einsatzbereiche der verschiedenen CMS, Kosten bzw. Lernaufwand. Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit einem PC (Win oder Mac) und dem Internet.

FK5.561 Frau Anja Morsch
10.12.21, 4 UStd.
Fr, 18-21.15 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 16,00 (erm: € 10,00)

Moderne Webseiten mit HTML5 und CSS (Bildungsurlaub)

Der Kurs richtet sich an Personen, die beruflich oder privat eine gut gestaltete Homepage planen, erstellen und auf einem Server veröffentlichen wollen. Auch wenn Sie Ihre Webpräsenz mit einem Content-Management-System wie Typo3, Joomla, Drupal oder Wordpress realisieren möchten, liefert Ihnen der Kurs die zur Umsetzung notwendigen HTML und CSS Kenntnisse. HTML5 und CSS3 sind die Web-Standards der Zukunft. Lernen Sie am Beispiel, wie Sie eine attraktive, standardgerechte, suchmaschinenfreundliche und multimediale Webseite erstellen. Im Kurs wird eine Beispiel-Website erstellt, vergleichbar: http://www.anjamorsch.de/test/html_online/ Sie erhalten ein ausführliches Script als PDF. 3,50 € für Arbeitsmaterialien sind an die Dozentin zu entrichten. Voraussetzungen: solide Internet- und Betriebssystem-Kenntnisse, d.h. sicherer Umgang mit Dateiablage, Windows-Explorer oder vergleichbar; Erfahrung mit Textverarbeitung. HTML-Kenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Wir empfehlen die Fortsetzung mit dem Kurs 'Responsive Webdesign mit HTML5 und CSS3'.

FK5.563 Frau Anja Morsch
6.-10.9.21, 40 UStd.
Mo-Fr, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 155,00 (erm: € 91,00)

FK5.564 Frau Anja Morsch
10.-14.1.22, 40 UStd.
Mo-Fr, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 155,00 (erm: € 91,00)

Responsive Webdesign mit HTML5 und CSS3

Aufbaukurs HTML und CSS: Grundlagen zum Erstellen flexibler Layouts

Responsivität resultiert zu einem großen Teil aus CSS. Daher sind Kenntnisse moderner Layout-Methoden wie Flexbox oder CSS Grid notwendig, wenn Sie ein Template (Layout) erstellen oder ändern wollen. Auch wenn Sie mit einem CMS arbeiten und das Layout eines WordPress, Joomla oder Typo3-Themes erstellen oder anpassen möchten, liefert Ihnen der Kurs die zur Umsetzung notwendigen HTML und CSS-Kenntnisse. Hinweise über den flexiblen Umgang mit Inhalten wie beispielsweise Bildern für unterschiedliche Auflösungen (responsive images) runden das Angebot ab. Beispiel-Website: <https://anjamorsch.de/test/responsive-projekt/>
Sie erhalten ein ausführliches Script als PDF. 2,00 € für Arbeitsmaterialien sind an die Dozentin zu entrichten. Voraussetzungen: HTML und CSS-Kenntnisse (ab Grundkurs), versierter Umgang mit Computer und Dateiablage.

FK5.565 Frau Anja Morsch
22.-24.10.21, 20 UStd.
Fr, 18-21.15, Sa/So 9.30-16.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 79,00 (erm: € 47,00)

FK5.566 Frau Anja Morsch
13.-15.5.22, 20 UStd.
Fr 18-21.15 Uhr, Sa/So 9.30-16.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 79,00 (erm: € 47,00)

JavaScript Einführung

Modernes JavaScript für die Gestaltung dynamischer Webseiten

Animationen, Bildeffekte wie Slider oder Lightbox, Rollover-Buttons oder Diashows werden mit JavaScript realisiert. Mittels Ereignissteuerung (Event Handling) wird unmittelbar auf Benutzereingaben reagiert, beispielsweise auf Mausberührung durch Änderung der Farbe oder auf nicht plausible Formulareingaben mit einer Fehlermeldung. Dabei ist auch eine direkte Reaktion auf Tastatureingaben möglich.

An Beispielen erlernen Sie den Aufbau der Kommandos von JavaScript: Daten, Ausdrücke, Funktionen, Objekte, Eigenschaften und Methoden. JavaScript Bibliothek

jQuery zur Vereinfachung für Anwender. Etliche Sprach-Konstrukte von JavaScript sind auf andere Programmiersprachen übertragbar. Der Kurs richtet sich an Personen, die die Funktionsweise von JavaScript verstehen wollen, einen systematischen Einstieg benötigen bzw. eine erste „echte“ Programmiersprache lernen wollen. Voraussetzung: Versierter Umgang mit Computer und Dateiablage, HTML- und CSS-Kenntnisse, Internetkenntnisse.

FK5.571 Frau Anja Morsch
29.-31.10.21, 20 UStd.

Fr, 18-21.15, Sa/So 9.30-16.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 79,00 (erm: € 47,00)

FK5.572 Frau Anja Morsch
25.-27.2.22, 20 UStd.

Fr, 18-21.15, Sa/So 9.30-16.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV, R. 104/EDV
€ 79,00 (erm: € 47,00)

PHP I (Onlinekurs) (Bildungsurlaub)

Grundlagen der Backend-Programmierung am Beispiel PHP

PHP ist die am meisten verwendete Programmiersprache zum Erstellen von dynamischen Webseiten. In diesem Kurs richten wir einen virtuellen Apache Webserver ein (XAMPP oder MAMP) und erhalten Zugang zu einem realen Webserver zum Testen der erstellten PHP-Skripte. Kursinhalte: Datumsformate, Datentypen, Kontrollstrukturen, Schleifen, Methoden, Verzeichnisse auslesen, Schnittstelle HTML/Javascript/PHP und Filter, Erstellen und Auslesen von externen Daten, PHP-Cookies und Sessions, Analyse eines PHP-Login-Skripts, PHP Sicherheit. Voraussetzung: Grundlegende Kenntnisse in HTML/CSS Betriebssysteme: Windows, MacOS, Linux Das Kursmaterial ist Open Source und online verfügbar.

FK5.573 Herr Mark Perleberg
1.-5.11.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
€ 155,00 (erm: € 91,00)

FK5.574 Herr Mark Perleberg
25.-29.4.22, 40 UStd.

Live-online-Training, Mo-Fr, 9-16 Uhr
€ 155,00 (erm: € 91,00)

PHP II (Onlinekurs) (Bildungsurlaub)

Datenbanken verwalten mit PDO am Beispiel MySQL

Datenbankabfragen gehören zu den fundamentalen Aufgaben, die PHP mit Hilfe des PDO (PHP Data Object) zur Verfügung stellt. Erlernen Sie in diesem Kurs das Erstellen von Datenbanken (DB) und den Verbindungsaufbau zur DB am Beispiel von MySQL (viele weitere DB sind möglich). Übergeben Sie SQL-Queries zum Anlegen und Auslesen von Tabellen aus ihrer Webseite heraus, das Finden und Überschreiben von Datensätzen, und das Löschen von Datensätzen oder Tabellen.

Machen Sie sich mit den 'SQL Errors' vertraut und möglichen 'SQL Injections'.

Voraussetzung: Grundlegende Kenntnisse in der PHP Programmierung, siehe Kurs 'PHP I - Grundlagen der Backend-Programmierung am Beispiel PHP' Betriebssysteme: Windows, MacOS, Linux Mögliche Datenbanken (PDO-Treiber): CUBRID, MS SQL Server, Firebird, IBM, Informix, MySQL, MS SQL Server, Oracle, ODBC and DB2, PostgreSQL, SQLite. Das Kursmaterial ist Open Source und online verfügbar.

FK5.575 Herr Mark Perleberg
3.-5.12.21, 24 UStd.

Fr-So, 9-16 Uhr
€ 94,20 (erm: € 55,80)

FK5.576 Herr Mark Perleberg
6.-8.5.22, 24 UStd.

Fr-So, 9-16 Uhr
€ 94,20 (erm: € 55,80)

WordPress Grundlagen (Bildungsurlaub)

Moderne Website selbst erstellen

WordPress ist das beliebteste und meistverwendete Content Management System. Ursprünglich als Blog-System entwickelt, wird es sowohl für private als auch für professionelle Webseiten eingesetzt. Als Open Source CMS steht Ihnen WordPress kostenlos zur Verfügung. Das System ist erweiterbar, es lassen sich sogar kleinere Webshops in WordPress realisieren. Im Kurs wird eine Website mit WordPress erstellt, etwa im Rahmen einer kleinen Unternehmenspräsenz mit Blog.

FK5.581 Frau Anja Morsch
26.-28.10.21, 24 UStd.

Di-Do, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 94,20 (erm: € 55,80)

FK5.582 Frau Anja Morsch
31.1.-2.2.22, 24 UStd.

Mo-Mi, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 94,20 (erm: € 55,80)

Dynamische Webseiten mit dem CMS TYPO3 - Kompaktkurs (Bildungsurlaub)

TYPO3 ist ein lizenzkostenfreies Content-Management-System zum Erstellen dynamischer Webseiten. Die vielfältigen Funktionen von TYPO3 ermöglichen den Aufbau umfangreicher Webseiten mit einem hohen Maß an Flexibilität und Sicherheit.

Inhalte: Installation und Konfiguration von TYPO3, Einrichten und Anpassen eines Layouts, Erstellen von Webseiten, Benutzer- und Medienverwaltung, TYPO3 durch Extensions erweitern, Einstieg in TypoScript, Erstellen eigener Layouts mit Fluid, SEO: Onpage-Optimierung mit TYPO3. Detaillierte Informationen zum Kurs unter: www.anjamorsch.de/webdesign-berlin/schulungen/typo3-kurse.html. Ein ausführliches Script zum Kurs als .pdf-Datei sowie unterrichtsbegleitende Materialien (€ 3,50) sind

über die Kursleiterin erhältlich. Voraussetzungen: vertrauter Umgang mit Betriebssystem, Internet und Textverarbeitung, HTML und CSS Kenntnisse.

FK5.591 Frau Anja Morsch
8.-12.11.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 155,00 (erm: € 91,00)

FK5.592 Frau Anja Morsch
21.-25.2.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 155,00 (erm: € 91,00)

TYPO3 für Redakteure

TYPO3 ist ein populäres, lizenzkostenfreies Enterprise Content-Management-System zum Erstellen und Verwalten dynamischer Webseiten. Organisationen und Unternehmen weltweit schätzen die für Online-Redakteure intuitive Benutzeroberfläche zum Gestalten einer Webseite mit TYPO3 ohne Programmierkenntnisse. Der sichere Umgang mit dem Backend sowie den bereitgestellten Inhaltselementen ermöglicht dem Redakteur effizientes Verwalten sämtlicher Online-Inhalte und wird mittlerweile bei vielen Stellenausschreibungen vorausgesetzt. Dieser Kurs richtet sich an Personen, die Inhalte mit Hilfe von TYPO3 im Internet publizieren wollen.

FK5.593 Herr Roman Zimmer
16.-17.10.21, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 68,60 (erm: € 40,60)

FK5.594 Herr Roman Zimmer
26.-27.3.22, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 68,60 (erm: € 40,60)

FK5.595 Herr Roman Zimmer
27.-28.11.21, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 68,60 (erm: € 40,60)

FK5.596 Herr Roman Zimmer
21.-22.5.22, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 68,60 (erm: € 40,60)

FK5.596 Herr Roman Zimmer
21.-22.5.22, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 68,60 (erm: € 40,60)

VR - Einführung in die Virtuelle Realität (Onlinekurs)

Virtual Reality ist schon seit Jahren in aller Munde, dennoch wissen immer noch wenige, was das eigentlich ist. In diesem Vortrag beschäftigen wir uns mit der VR in verschiedenen Facetten und erläutern ihr Potential. Wie funktioniert VR genau? Wo wird es verwendet? Welche Möglichkeiten

bietet es? Piers Goffart (VR Artist und Illustrator) ist VR-Experte und führt Sie in die Welt der virtuellen Realität ein.

Empfohlene technische Voraussetzungen: Sie brauchen eine stabile Internetverbindung und Kopfhörer/Mikrofon, sowie eine Kamera. Grundkenntnisse über den Umgang mit Web-Konferenzsystemen sind Voraussetzung.

FK5.603 Herr Piers Goffart
2.9.21, 2 UStd.

Do, 19-20.30 Uhr (online-live-Training)
€ 10,20 (erm: € 7,20)

FK5.604 Herr Piers Goffart
17.2.22, 2 UStd.

Do, 19-20.30 Uhr (online-live-Training)
€ 10,20 (erm: € 7,20)

DigitalArt - Von analog zu digital mit freier Software

Mit freier Software

Dieser Kurs richtet sich an Kreativschaffende, die bisher mit Stift und Pinsel gemalt und gezeichnet haben, an Illustratorinnen oder Comic-Autoren, die die digitale Welt für sich öffnen möchten. Oder es sind Zeichnerinnen und Maler, die einfach Interesse haben, Brush-Pen und Pinsel zur Seite zu legen, um sich am Computer auszuprobieren.

Vielen Einstiegswilligen in die DigitalArt scheint der Weg über Applikationen wie Photoshop und Gimp zu schwierig und steinig, Adobe zu teuer. Es geht auch anders: In diesem Kurs werden wir das einfache Gestalten von Grafiken und Cartoons mit LibreOffice Draw kennenlernen und mit MyPaint bekommen wir den seichten Einstieg in die Welt der digitalen Brushes, Filter, Effekte und weiterer Malutensilien. Beide Programme (und auch weitere) sind kostenfrei und können problemlos unter MS Windows, Mac OS, als auch Linux installiert werden. Wer mag, kann sein eigenes Notebook mitbringen. Ebenso willkommen sind zu Hause eingescanntes Bildmaterial auf externen Speichermedien oder - falls vorhanden - das eigene Grafik-Tablett.

FK5.610 Herr Holger Junge
28.-30.1.22, 20 UStd.

Fr, 17-20.15, Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 73,00 (erm: € 43,00)

VR-Malerei - Einführung in die Welt der VR-Kunst (Onlinekurs)

In diesem Online-Vortrag widmen wir uns der Virtual Reality-Kunst und zeigen Ihnen, wie man VR als Zeichen- und Skulpturtool nutzen kann, welche verschiedene VR Design Soft- und Hardware es gibt und worin sie sich unterscheiden. Außerdem schauen wir uns an, wie wir das digitale Portfolio veröffentlichen und zugänglich machen können. Eric Giessmann (Regisseur und VR artist) ist VR-Experte und führt Sie in die Welt der VR-Kunst ein. Empfohlene technische Voraussetzungen: Sie brauchen eine stabile Internetverbindung und Kopfhörer/

Mikrofon, sowie eine Kamera. Grundkenntnisse über den Umgang mit Web-Konferenzsystemen sind Voraussetzung.

FK5.613 Herr Eric Giessmann
4.10.21, 2 UStd.

Mo, 18-19.30 Uhr (online-live-Training)
€ 10,20 (erm: € 7,20)

FK5.614 Herr Eric Giessmann
28.2.22, 2 UStd.

Mo, 18-19.30 Uhr (online-live-Training)
€ 10,20 (erm: € 7,20)

Illustrieren auf dem iPad mit Procreate (Onlinekurs)

In diesem Kurs lernen wir, mit Procreate zu illustrieren, einer Mal- und Illustrations-App für das iPad, mit der Sie mit relativ wenig Aufwand schöne Illustrationen erstellen können. Procreate kann sehr einfach sein, aber man merkt schnell wie komplex und durchdacht alles ist, wenn man ein bisschen tiefer gräbt. Wir zeichnen zunächst eine Figur auf simplem Hintergrund. Dabei gehen wir sämtliche Funktionen durch wie Formate, Pinsel, Tablet-Gesten, Export usw. Der Comic-Stil wird im Vordergrund stehen, es werden aber alle anderen Stile mit unterstützt. Empfohlene technische Voraussetzungen: - iPad - Apple Pen (empfohlen) - App Procreate vorinstalliert

FK5.617 Herr Piers Goffart
2.-3.10.21, 4 UStd.

Sa/So, 19-20.30 Uhr (online-live-Training),
begleitetes online Selbstlernen
€ 17,40 (erm: € 11,40)

FK5.618 Herr Piers Goffart
19.-20.2.22, 4 UStd.

Sa/So, 19-20.30 Uhr (online-live-Training),
begleitetes online Selbstlernen
€ 17,40 (erm: € 11,40)

Grafikdesign mit OpenSource (Bildungsurlaub)

In diesem Kurs lernen Sie die Bildbearbeitung und Erstellung von Grafiken mit kostenfreien OpenSource-Lösungen kennen. Hierbei werden wir die Programme LibreOffice Draw und Gimp unter MS Windows verwenden. Außerdem wird es einen kleinen Ausflug in die Welt des Malprogramms Krita geben. Alle drei Programme sind kostenlos im Web für Windows, Mac OS X und Linux erhältlich. Vorkenntnisse in diesen Grafikprogrammen oder in anderer Bildbearbeitungssoftware sind nicht erforderlich. Ein sicherer Umgang mit dem PC sollte jedoch gegeben sein.

Zum Abschluss wird es noch einen Einblick in die bei Web-Künstler*innen durchaus beliebte Software Krita geben. Der Kurs ermöglicht den perfekten Einstieg für angehende Hobby-Grafiker*innen und zeigt gute Lösungen für Projekte mit sehr begrenztem Budget auf. Wer möchte, kann sein Notebook oder Mac-Book mitbringen. Dies gilt ebenfalls für eigenes Foto- und Bildmaterial. Einzelne, englisch sprechende Teilnehmer*innen können berücksichtigt werden.

FK5.620 Herr Holger Junge
7.-8.3.22, 16 UStd.

Mo-Di, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 59,00 (erm: € 35,00)

Müheloser Einstieg in Affinity Photo/ Publisher/Designer

Programme der Affinity Suite

In diesem Schnupperkurs lernen Sie die grundlegenden Aufgabenbereiche der Affinity Suite kennen. Mit praktischen Übungen wie Vektorzeichnung, Publikation und Bildmanipulationen machen Sie Ihre ersten Schritte in den verschiedenen Programmen. Vorkenntnisse in den Programmen sind nicht notwendig. Sie sollten jedoch sicher im Umgang mit dem Computer sein. Der Kurs wird auf Deutsch geführt.

FK5.621 Frau Mechthild Flemming
1.-3.10.21, 20 UStd.

Fr 18-21.15 Uhr, Sa/So 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 87,00 (erm: € 51,00)

Layout und Kommunikationsdesign (z.T. Bildungsurlaub)

Grundlagen der Gestaltung mit Adobe

Der Kurs führt in grundlegende Funktionen und Leistungsmerkmale des Desktop Publishing Systems mit Adobe InDesign ein. Es wird eine kleine Broschüre erstellt. Folgende Inhalte werden dabei behandelt: Grundlagen der Bedienung der Programmoberfläche, typografische Grundbegriffe, Strukturierung von Layouts, Erstellung von Musterseiten, Stilvorlagen, Möglichkeiten der Text-Gestaltung und Bildbearbeitung, Importieren von Fremddaten (Texte/Bilder), sowie die Druckausgabe. Desweiteren wird auf die Reinzeichnung von Bildmaterial für den professionellen Druck eingegangen sowie die Handhabung von Logodaten, dafür werden Ausflüge in die anderen Programme der Suite gemacht.

Kenntnisse können vertieft und weitere Funktionen sowie größere Formate geplant und entwickelt werden. Möglich wäre auch, mit den Teilnehmenden Inhalte und Formate zu entscheiden, an denen sie im Anschluß weiterarbeiten können. Voraussetzung sind solide Betriebssystemkenntnisse. Der Kurs wird auf Deutsch geführt.

FK5.623 Frau Karin Steger
27.-29.8.21, 20 UStd.

Fr 18-21.15 Uhr, Sa/So 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 87,00 (erm: € 51,00)

FK5.624 Frau Karin Steger
21.-23.1.22, 20 UStd.

Fr 18-21.15 Uhr, Sa/So 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 87,00 (erm: € 51,00)

FK5.626 Frau Karin Steger
(Bildungsurlaub)**25.-29.4.22, 40 UStd.**

Mo-Fr, 9-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117

€ 171,00 (erm: € 99,00)

Mediengestaltung kompakt mit der Affinity Suite (Bildungsurlaub)**Grundlagen Grafik Design, Bildbearbeitung, Druck- und Webformate**

In fünf aufeinander folgenden Tagen lernen Sie mit sehr vielen praktischen Übungen in allen Programmen die wichtigsten Werkzeuge und Techniken (in den Programmen der Affinity Suite: Photo, Designer, Publisher) sowie Grundlagen der Gestaltung am PC kennen. Die Aufgaben reichen von einfachen Übungen (Bildbearbeitung, Layout, Vektortechniken) bis zu anspruchsvolleren Designprojekten. Sie lernen alle wichtigen Funktionalitäten der Programme und deren Zusammenspiel kennen. Vorkenntnisse in den Programmen sind nicht notwendig. Sie sollten jedoch sicher im Umgang mit dem Computer sein. Der Kurs wird auf Deutsch geführt.

FK5.627 Frau Mechthild Flemming
22.-26.11.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109

€ 171,00 (erm: € 99,00)

Mediengestaltung kompakt mit Adobe CS (Bildungsurlaub)**Grundlagen Grafik Design, Bildbearbeitung, Druck- und Webformate**

In fünf aufeinander folgenden Tagen lernen Sie mit sehr vielen praktischen Übungen in allen Programmen die wichtigsten Werkzeuge und Techniken (in den Programmen der Adobe Creative Suite: Photoshop, Illustrator, InDesign) sowie Grundlagen der Gestaltung am PC kennen. Die Aufgaben reichen von einfachen Übungen (Bildbearbeitung, Layout, Vektortechniken) bis zu anspruchsvolleren Designprojekten. Sie lernen alle wichtigen Funktionalitäten der Programme und deren Zusammenspiel kennen. Vorkenntnisse in den Programmen sind nicht notwendig. Sie sollten jedoch sicher im Umgang mit dem Computer sein. Der Kurs wird auf Deutsch geführt.

FK5.628 Frau Mechthild Flemming
6.-10.6.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109

€ 171,00 (erm: € 99,00)

Design-Ideen für Print und Web mit der Affinity Suite (Bildungsurlaub)**Designkonzepte entwickeln und umsetzen**

Wenn Sie in einem Unternehmen mit Design arbeiten, als Selbständige Ihre eigenen Medien produzieren wollen oder ein Startup planen, brauchen Sie konsequente Designkonzepte, die Ihre Inhalte aussagekräftig visualisieren.

In diesem Kurs erhalten Sie in verständlichen Schritten das erforderliche Wissen zur zielführenden Entwicklung Ihrer Design-Ideen. Sie erlernen den Umgang mit Schriftarten, Farbkonzepten, Form- und Bildsprache und richten Ihre Design-Ideen auf Ihre Unternehmung aus. Die fertigen Gestaltungskonzepte werden Sie im Kurs Schritt für Schritt mit der kostengünstigen Software von Affinity oder dem Marktführer Adobe nach Wunsch in Visitenkarten, Briefpapier, Flyer, Firmenbroschüre umsetzen. Das erforderliche Fachwissen zu den Grundlagen der Kompositions- und Gestaltungslehre sowie der Druckereibeauftragung erhalten Sie in kurzweiligen Referaten und praktischen Übungen. Vorkenntnisse in den Programmen sind nicht notwendig. Sie sollten jedoch sicher im Umgang mit dem Computer sein. Der Kurs wird auf Deutsch geführt.

FK5.629 Frau Karin Steger
4.-8.10.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 9.30-16.30 Uhr

VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109

€ 171,00 (erm: € 99,00)

Müheloser Umstieg auf Affinity Publisher von Adobe InDesign**Publishing mit Affinity**

In diesem Wochenendkurs lernen Sie die grundlegenden Aufgabenbereiche von Affinity Publisher und Unterschiede zu Adobe InDesign kennen. Mit praktischen Übungen zu Layout und Typografie machen Sie Ihre ersten Schritte in dieser Alternative. Vorkenntnisse in den Programmen sind nicht notwendig. Sie sollten jedoch sicher im Umgang mit dem Computer sein. Der Kurs wird auf Deutsch geführt.

FK5.634 Frau Mechthild Flemming
18.-20.2.22, 20 UStd.

Fr 18-21.15 Uhr, Sa/So 9-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV

€ 87,00 (erm: € 51,00)

Adobe InDesign CC (Onlinekurs)

Lernen Sie anhand praktischer Übungen die Grundlagen des Desktop Publishing (DTP) mit Hilfe des Layoutprogramms InDesign. Im Mittelpunkt stehen neben dem Kennenlernen der Arbeitsoberfläche und der Werkzeuge die Vorbereitung einer Datei für den Druck. Es werden Kombinationsarbeiten mit Text- und Bild-/Grafikintegration angefertigt. Die Schwerpunktthemen werden durch praktische Übungen begleitet.

Workshop-Teil nach Teilnehmendeninteresse. Fragen dazu (bitte keinen Datei-Versand!) können im Voraus per E-Mail an den Kursleiter übermittelt werden: abhoffmann@web.de. Dieser Kurs vereint die Inhalte des InDesign-Grund- und Aufbaukurses. Voraussetzungen: Betriebssystemkenntnisse, Windows/MacOS.

Der Kurs ist jedoch auch für Mac-User und Nutzer*innen älterer Programmversionen geeignet. Bei der Teilnahme an online Kursen arbeiten die Teilnehmer*innen über Ihre private oder dienstliche Hard- und

Software. Die Adobe-Software kann in online Kursen seitens der VHS nicht über die Cloud zur Verfügung gestellt werden. Falls Sie das benötigte Programm nicht auf Ihren Rechnern installiert haben, laden Sie sich bitte eine kostenlose Testversion des Programms herunter.

FK5.635 Herr Andreas Hoffmann
1.11.-5.11.21, 40 UStd.

Online-Live-Training

Mo-Fr, 9-16 Uhr

€ 171,00 (erm: € 99,00)

FK5.636 Herr Andreas Hoffmann
14.2.-15.3.22, 40 UStd.

Online-Live-Training,

5x Mo/5x Di, 18-21.15 Uhr

€ 171,00 (erm: € 99,00)

Müheloser Umstieg auf Affinity Photo von Adobe Photoshop**Das Bildbearbeitungsprogramm Affinity Photo**

In diesem Wochenendkurs lernen Sie die grundlegenden Aufgabenbereiche von Affinity Photo und Unterschiede zu Adobe Photoshop kennen. Mit praktischen Übungen zu Bildbearbeitung und Manipulation machen Sie Ihre ersten Schritte in dieser Alternative. Vorkenntnisse in den Programmen sind nicht notwendig. Sie sollten jedoch sicher im Umgang mit dem Computer sein. Der Kurs wird auf Deutsch geführt.

FK5.641 Frau Karin Steger
24.-26.9.21, 20 UStd.

Fr 18-21.15 Uhr, Sa/So 9-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV

€ 87,00 (erm: € 51,00)

Kreative Bildoptimierung mit Adobe Photoshop**Lookentwicklung für (Hobby-) Fotograf*innen**

Viele Werbekampagnen oder Bildbände nutzen das Mittel des „Looks“, um eine Vereinheitlichung oder optische Zusammengehörigkeit einer Foto-Strecke zu unterstreichen. Aber wie finde ich persönlich, außer durch Bildsprache, meinen optimalen Look und wie generiere ich ihn? Sicher, es gibt genügend Tools, da bügelt man einfach einen Filter über die Strecke und alle Bilder sehen gleich „kreativ“ aus. Aber das heißt nicht, dass es alle Bilder einer Strecke besser macht. Und genau das ist das Ziel des Kurses. Jedes Bild soll einzigartig sein! Der Kurs richtet sich explizit an ambitionierte Hobby-Fotografen, die Ihren Arbeiten eine spezielle Handschrift geben möchten. Solide Grundkenntnisse in den Programmen sind absolut notwendig. Eine eigene Fotostrecke von bis zu etwa 5 Bildern wäre wünschenswert. Der Kurs wird auf Deutsch geführt.

FK5.642 Frau Maren Börner
25.-27.2.22, 20 UStd.

Fr, 17-20.15 Uhr, Sa/So 9-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV

€ 99,00 (erm: € 63,00)

Adobe Photoshop CC (Bildungsurlaub)

In diesem Kurs lernen Sie anhand zahlreicher praktischer Übungen die Grundlagen der Bildbearbeitung am Beispiel von Photoshop. Im Mittelpunkt stehen dabei die technischen Aspekte der Software, die Benutzung der Arbeitsoberfläche, die spezifischen Werkzeuge und die Einführung in die Ebenentechnik. Inhalte: Mal- und Bearbeitungswerkzeuge, Bearbeitung einzelner Bildbereiche, Beschneiden von Bildinhalten, Bildretusche und -korrekturen, Dateiformate, Farben und Farbmodi, Verändern von Bildgrößen. Voraussetzungen: Betriebssystemkenntnisse, Windows/MacOS. Der Kurs ist jedoch auch für Mac-User und Nutzer*innen anderer Programmversionen geeignet. Bei der Teilnahme an online Kursen arbeiten die Teilnehmer*innen über Ihre private oder dienstliche Hard- und Software. Die Adobe-Software kann in online Kursen seitens der VHS nicht über die Cloud zur Verfügung gestellt werden. Falls Sie das benötigte Programm nicht auf Ihren Rechnern installiert haben, laden Sie sich bitte eine kostenlose Testversion des Programms herunter.

FK5.645 Herr Andreas Hoffmann
20.9.-2.11.21, 40 UStd.
Online-Live-Training
5x Mo/Di, 18-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 171,00 (erm: € 99,00)

Adobe Photoshop CC (Onlinekurs - kompakt)

In diesem Kurs lernen Sie anhand zahlreicher praktischer Übungen die Grundlagen der Bildbearbeitung am Beispiel von Photoshop. Im Mittelpunkt stehen dabei die technischen Aspekte der Software, die Benutzung der Arbeitsoberfläche, die spezifischen Werkzeuge und die Einführung in die Ebenentechnik. Inhalte: Mal- und Bearbeitungswerkzeuge, Bearbeitung einzelner Bildbereiche, Beschneiden von Bildinhalten, Bildretusche und -korrekturen, Dateiformate, Farben und Farbmodi, Verändern von Bildgrößen. Voraussetzungen: Betriebssystemkenntnisse, Windows/MacOS, Sie arbeiten online mit der Adobe Creative Cloud (CC) auf Windows. Der Kurs ist jedoch auch für Mac-User und Nutzer*innen anderer Programmversionen geeignet. Bei der Teilnahme an online Kursen arbeiten die Teilnehmer*innen über Ihre private oder dienstliche Hard- und Software. Die Adobe-Software kann in online Kursen seitens der VHS nicht über die Cloud zur Verfügung gestellt werden. Falls Sie das benötigte Programm nicht auf Ihren Rechnern installiert haben, laden Sie sich bitte eine kostenlose Testversion des Programms herunter.

FK5.646 Herr Andreas Hoffmann
21.3.-3.5.22, 40 UStd.
Online-Live-Training
5x Mo/Di, 18-21.15 Uhr
€ 171,00 (erm: € 99,00)

Adobe Photoshop Elements - Grundkurs

Grundlagen der Fotobearbeitung

Sie lernen Photoshop von Anfang an und ohne Vorkenntnisse in gezielten Übungen kennen: Umgang mit Ebenen, das gezielte Auswählen von Bildbereichen zur Korrektur und zum Einsetzen an anderer Stelle (Collage), weiche Auswahlkanten, die Malwerkzeuge, Retusche und Ausbessern von Bereichen, ganze Hintergründe austauschen. Auch die farbliche Nachbearbeitung und Verbesserung Ihrer Digitalfotos oder eingescanneten Alt-Fotos, Freistellen und Druck-Größen anpassen, die Rettung von Fehlbelichtungen und Farbstichen, Entzerrern und Schärfen sind Thema. Mitgebrachte Fotos auf USB-Stick, Kamera oder CD/DVD-ROM sind erwünscht. Fragen gerne auch im Voraus an peterco@web.de. Voraussetzungen: Betriebssystemkenntnisse (Windows oder MacOS). Der Kurs findet im Computer-Raum statt und Sie arbeiten mit Photoshop Elements für Windows. Wer mit der Vollversion (ab CS2) arbeitet, kann auch diese verwenden.

FK5.647 Herr Peter Corsten
20.8.-3.9.21, 20 UStd.
3x Fr, 18-21.15 Uhr, Sa (28.8.) 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117,
Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 87,00 (erm: € 51,00)

FK5.648 Herr Peter Corsten
(Bildungsurlaub)
20.-22.6.22, 24 UStd.
Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 103,80 (erm: € 60,60)

Müheloser Umstieg in Affinity Designer von Adobe Illustrator

Das Zeichenprogramm Affinity Designer

In diesem Wochenendkurs lernen Sie die grundlegenden Aufgabenbereiche von Affinity Designer und Unterschiede zu Adobe Illustrator kennen. Mit praktischen Übungen zu Vektorillustration und Signetgestaltung machen Sie Ihre ersten Schritte in dieser Alternative. Vorkenntnisse in den Programmen sind nicht notwendig. Sie sollten jedoch sicher im Umgang mit dem Computer sein. Der Kurs wird auf Deutsch geführt.

FK5.652 Frau Mechthild Flemming
8.-10.4.22, 20 UStd.
Fr 18-21.15 Uhr, Sa/So 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 87,00 (erm: € 51,00)

Illustration und Signetentwicklung mit Adobe Illustrator (Bildungsurlaub)

Grundlagen zur Erstellung von Vektorgrafiken, Illustrationen und Logos

Interessierte, die noch keine Erfahrung mit Vektorillustrationen haben, erhalten in diesem Kurs die Grundlagen für die Erstellung und Bearbeitung von Grafiken, Illustrationen und Logos zur Anwendung in den Be-

reichen Druck und Web. In gemeinsamen Übungen werden die wichtigsten Werkzeuge angewendet und Grundlagen zur Gestaltung vermittelt.

FK5.653 Frau Karin Steger
15.-19.11.21, 40 UStd.
Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 171,00 (erm: € 99,00)

Illustration und Signetentwicklung mit Affinity Designer

Grundlagen zur Erstellung von Vektorgrafiken, Illustrationen und Logos

Interessierte, die noch keine Erfahrung mit Vektorillustrationen haben, erhalten in diesem Kurs die Grundlagen für die Erstellung und Bearbeitung von Grafiken, Illustrationen und Logos zur Anwendung in den Bereichen Druck und Web. In gemeinsamen Übungen werden die wichtigsten Werkzeuge angewendet und Grundlagen zur Gestaltung vermittelt.

FK5.654 Frau Karin Steger
13.-15.5.22, 20 UStd.
Fr 18-21.15 Uhr, Sa/So 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 87,00 (erm: € 51,00)

Adobe Illustrator CC (Onlinekurs - kompakt)

Im Kurs lernen Sie anhand praktischer Übungen die Grundlagen für die Arbeit mit Vektorgrafiken am Beispiel von Adobe Illustrator.

Bestandteil des Kurses ist ein Workshop-Teil nach Teilnehmendeninteressen. Fragen dazu (bitte keinen Datei-Versand!) können im Voraus per E-Mail an den Kursleiter übermittelt werden: abbhoffmann@web.de. Voraussetzungen: Betriebssystemkenntnisse, Windows/MacOS. Vorkenntnisse: Grundlagen der Bildbearbeitung und des Desktop-Publishing sind von Vorteil. Sie arbeiten online mit der Adobe Illustrator Creative Cloud für Windows. Der Kurs ist jedoch auch für Mac-User geeignet. Bei der Teilnahme an online Kursen arbeiten die Teilnehmer über Ihre private oder dienstliche Hard- und Software. Die Adobe-Software kann in online Kursen seitens der VHS nicht über die Cloud zur Verfügung gestellt werden. Falls Sie das benötigte Programm nicht auf Ihren Rechnern installiert haben, laden Sie sich bitte eine kostenlose Testversion des Programms herunter.

FK5.655 Herr Andreas Hoffmann
10.1.-8.2.22, 40 UStd.
Online-Live-Training
5x Mo/4x Di, 18-21.15 Uhr
€ 171,00 (erm: € 99,00)

FK5.656 Herr Andreas Hoffmann
13.6.-12.7.22, 40 UStd.
Online-Live-Training
5x Mo/4x Di, 18-21.15 Uhr
€ 171,00 (erm: € 99,00)

Professionelle Bildkomposition

Mit den Bildbearbeitungsprogrammen Affinity Photo oder Adobe Photoshop

Unterschiedliche Objekte in Fotos passgenau und realistisch einfügen mit Affinity Photo oder Adobe Photoshop. An einem Wochenende zum perfekten Composing, geht das überhaupt? Ja. Denn mit der richtigen Analyse des Bildes, den Grundlagen in der Bildbearbeitung und den Tricks und Kniffen, die ich Ihnen zeigen werde, kriegen Sie das professionell hin. Wir werden an diesem Wochenende kurz die Haupttools, die wir für ein Composing brauchen, wiederholend erörtern. Anhand von Beispielen üben Sie das Freistellen, auch das pixelgenaue, welches die Grundlage eines jeden guten Comosings bildet. Weiter lernen Sie z.B. Schatten „nachzubauen“ und das „Fremdobjekt“ so zu integrieren, dass es nicht auffällt. Zudem lernen Sie Smartobjekte (Adobe Photoshop) bzw. das Platzieren der Bilder (Affinity Photo) kennen. Grundkurse in den Programmen sind absolut unerlässlich. Der Kurs wird auf Deutsch geführt.

FK5.661 Frau Maren Börner
3.-5.12.21, 20 UStd.

Fr 18-21.15 Uhr, Sa/So 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 87,00 (erm: € 51,00)

Professionelle Bildretusche (kompakt)

Mit Affinity Photo oder Adobe Photoshop

Täglich begegnet uns eine Flut an perfekten Portraits, Landschafts-, Architektur-, Tier- und Produktfotos. Das ist in der Werbung natürlich Standard, aber längst kein Hexenwerk. Sie können das in fünf oder zehn Tagen lernen! Im Kurs werde ich Ihnen als Erstes zeigen, wie Sie sich die Bildbearbeitungssoftware so einrichten, dass Sie übersichtlich und ohne zu viele Informationen arbeiten können. Danach arbeiten wir uns ganz chronologisch von der Bildentwicklung übers Farbmanagement, das Optimieren des Bildes bis hin zum Print/Druck vor. Wir werden an Fotos aus unterschiedlichen fotografischen Bereichen arbeiten, so dass Sie am Ende dazu in der Lage sein werden, sowohl ein Portrait „anzuhübschen“, sich oder andere ein paar Kilo leichter erscheinen zu lassen, als auch eine Architekturaufnahme zu entzerren, d.h., die stürzenden Linien zu korrigieren – um ein paar Beispiel zu nennen. Vorkenntnisse in den Programmen sind nicht notwendig. Sie sollten jedoch sicher im Umgang mit dem Computer sein. Der Kurs wird auf Deutsch geführt.

FK5.662 Frau Maren Börner
17.-19.6.22, 20 UStd.

Fr 18-21.15 Uhr, Sa/So 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 87,00 (erm: € 51,00)

Bildbearbeitung und Bewegte Bilder (Bildungsurlaub)

Grundlagen und Animation mit Adobe Photoshop

Bilder sagen bekanntlich mehr als Worte und sind für ansprechende Publikationen unverzichtbar. In diesem Kurs lernen Sie die Grundprinzipien der Gestaltungslehre und bildnerischen Konzeption kennen sowie die Software Photoshop für Zwecke der Bildbearbeitung, Bildkomposition und der Bilderstellung sicher anzuwenden. Sie lernen wie Werkzeuge und Ebenen verwendet werden, Retuschen bei Fotos vorzunehmen und verwenden Montage- und Collagetechniken, um aus Einzelmotiven neue Bilder zusammensetzen. Sie erstellen Text- und grafische Formelemente und verfremden diese durch Effekte und Filter. Zudem lernen Sie die einschlägigen Techniken der Frame-Animationen in Photoshop kennen und wenden diese in praktischen Übungen an. Vorkenntnisse in der Software sind nicht notwendig. Sie sollten jedoch sicher im Umgang mit dem Computer sein. Der Kurs wird auf Deutsch geführt.

FK5.664 Frau Anna-Maria Weber
14.-18.3.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 171,00 (erm: € 99,00)

Animation und Spezialeffekte – mit freier Software (Bildungsurlaub)

Das Unglaubliche zuerst: Ja auch mit Grafik-Programmen wie Gimp und Krita sind nicht nur Bildbearbeitung und GrafikDesign möglich. Nein – beide sind auch in der Lage, Animationen bewegter Bilder zu produzieren!! Und wie das geht, werden wir in diesem Kurs betrachten. Gerade Freischaffende und kleine Betriebe oder Kollektive können Open Source Programme sinnvoll nutzen, ohne sich mit teurer Software oder proprietären Ansprüchen zu befassen. Aber das soll nicht alles gewesen sein. Bleiben uns doch noch die eigentlichen Animations-Experten im OpenSource-Bereich: OpenShot, Kdenlive und Blender. Wir werden uns nicht mit den Grundlagen der jeweiligen Programme herumschlagen. Vielmehr geht es um den Schwerpunkt Animation und Spezialeffekte. Man kann diese benutzen, auch ohne Gimp- oder Blender-Experte werden zu müssen. Vorkenntnisse sind also nicht erforderlich. Ihr solltet nur ein gewisses Interesse an dem Thema Animation mitbringen. Apropos mitbringen: Es ist absolut willkommen, wenn Ihr Euer eigenes Notebook, Grafik-Tablett oder selbst erstelltes Fotomaterial dabei habt. Letzteres am besten in digitaler Form. Aber das Beste zuletzt: Alle Programme, die wir in diesem Kurs behandeln, sind kostenfrei und laufen sowohl unter MS Windows, Mac OS und Linux.

FK5.666 Herr Holger Junge
13.-15.9.21, 24 UStd.

Mo-Mi, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 87,00 (erm: € 51,00)

Das Smartphone als Videokamera – am Beispiel iPhone

Videos mit dem iPhone produzieren, bearbeiten und veröffentlichen

Mit dem iPhone lassen sich nicht nur qualitativ hochwertige Videos aufnehmen, sondern auch verhältnismäßig unkompliziert und zeitnah für die Ausgabe aufbereiten und direkt veröffentlichen. Alternativ zu Videoschnittsoftware auf dem Computer sind Apps für den Videoschnitt auf dem iPhone bei weitem nicht so kostspielig und bemerkenswert professionell. In diesem Kurs lernen Sie, wie Ihr iPhone mit Hilfe des richtigen Zubehörs zur professionellen Kamera wird. Darüber hinaus erhalten Sie in Kürze einen Überblick über die Grundlagen von Kamera-Apps zum Aufnehmen von Videos, zum kreativen Bearbeiten des erstellten Videomaterials und der anschließenden Veröffentlichung auf Videoportalen und Social-Media-Kanälen. Anhand praktischer Übungen wird im Kurs Videomaterial produziert und mit unterschiedlicher Software bearbeitet. Dabei wird unter anderem auf den Umgang mit Dramaturgie, Kameraeinstellungen, Vor- und Abspann sowie das Hinzufügen von Filmmusik eingegangen. Für die anschließende Veröffentlichung im Internet wird auch das Thema Suchmaschinenoptimierung (SEO) behandelt. Für die Teilnahme an den Übungen mit dem iPhone bringen Sie bitte Ihr iPhone mit eventuell vorhandenem Equipment, Ihre Apple-ID und alle nötigen Passwörter mit. Die im Kurs verwendeten Apps benötigen iOS 10.0 oder neuer und sind kompatibel mit dem iPhone, iPad und iPod touch.

FK5.673 Frau Anna-Maria Weber
21.-22.8.21, 16 UStd.

Sa/So, 10-17 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 70,20 (erm: € 41,40)

Digitaler Videoschnitt mit der Adobe Creative Suite (Bildungsurlaub)

Einstieg in den Workflow mit Premiere Pro, After Effects und Audition

Qualität und Nachfrage von Videos im Internet steigen stetig. Um hier mithalten sind aktuelle Kenntnisse in den Programmen der Adobe Creative Cloud von Vorteil. Die Creative Cloud von Adobe hält eine Fülle an Software für die professionelle Bearbeitung von Videos bereit. In diesem Kurs finden Sie den Einstieg in die Handhabung der wichtigsten Programme und lernen den Workflow zwischen den Anwendungen kennen. Premiere Pro, ist die Basis-Software für die Videobearbeitung, mit After Effects lassen sich Animationen und visuelle Effekte hinzufügen und mit Audition kann Ton abgemischt und bearbeitet werden. Dieser

Kurs richtet sich an alle, die professionell mit den Postproduktionsprogrammen von Adobe arbeiten wollen. Es wird kein Vorwissen im Umgang mit Premiere Pro, After Effects oder Audition vorausgesetzt. Auf persönliche Fragen zu den Programmen wird eingegangen.

FK5.676 Frau Anna-Maria Weber
14.-18.2.22, 40 UStd.
 Mo-Fr, 9-16 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
 € 171,00 (erm: € 99,00)

Mozilla Hubs – virtuelle Räume kreieren (Online-Kurs)

In diesem Grundkurs lernen Sie, wie Sie im Handumdrehen Ihren eigenen virtuellen Meeting- oder Ausstellungsraum mit Mozilla Hubs erschaffen können. Als Beispiel begeben wir uns zusammen in ein virtuelles Museum mit Kunstwerken aus dem Studio LAVAMACHINE. Dort lernen wir die zur Verfügung stehenden Tools des Baukastensystems Mozilla Hubs kennen. In einem digitalen Atelier erschaffen Sie Ihr erstes VR-Gemälde und schließlich Ihre eigene virtuelle Umgebung. Der Kurs findet online zunächst zum Kennenlernen in einer Web-Konferenz und dann im LAVAMUSEUM (Mozilla Hubs) statt. Piers Goffart und Eric Giessmann von Studio LAVAMACHINE (<https://www.lavamachine.com>) sind VR-Experten und führen Sie in die Welt der virtuellen Realität ein. Empfohlene technische Voraussetzungen: Sie brauchen eine stabile Internetverbindung und Kopfhörer/Mikrofon, sowie eine Kamera. Grundkenntnisse über den Umgang mit Web-Konferenzsystemen sind Voraussetzung.

FK5.681 Herr Eric Giessmann
24.-25.11.21, 7 UStd.
 Mi, 18.30-20.45, Do, 18.30-21.45 Uhr
 Online-Live-Training
 € 28,20 (erm: € 17,70)

FK5.682 Herr Eric Giessmann
27.-28.4.22, 7 UStd.
 Mi, 18.30-20.45, Do, 18.30-21.45 Uhr
 Online-Live-Training
 € 28,20 (erm: € 17,70)

Entwerfen und Gestalten mit Sketchup Make

Sketchup Make ist ein freies, intuitives 3D Programm. Skizzenhaft lassen sich Entwürfe maßstabsgerecht erstellen, detailgenau ausarbeiten, beschriften, verwalten, und ansprechend präsentieren. Sketchup wird zur Kommunikation von Ideen und Entwürfen im gestalterischen, künstlerischen und kreativen Bereich vielseitig verwendet. Einfache grafische Grundlagen für Storyboard, Concept Art oder Level Design lassen sich schnell anfertigen. Genaue Planung wird durch das einfache Bibliothekssystem möglich und macht Sketchup zum effektiven Werkzeug für Projektmanagement in Innenarchitektur, Event Design und Management, für den Bühnenbau, Set Design,

für Kunst Installationen und Ausstellungsdesign. Ziel des Kurses ist ein Einblick in die Struktur, Oberfläche, Werkzeuge und grundsätzlichen Möglichkeiten des Programmes Sketchup Make. Es gibt Zeit zum selbstständigen Arbeiten an einem Projekt, das Mitbringen eines eigenen Projektes ist möglich.

FK5.685 Frau Birgit Stoessel
11.10.-13.12.21, 40 UStd.
 10x Mo, 18-21 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
 € 151,00 (erm: € 87,00)

FK5.686 Frau Birgit Stoessel
28.3.-30.5.22, 40 UStd.
 10x Mo, 18-21 Uhr
 VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
 € 151,00 (erm: € 87,00)

3D CAD INVENTOR – BASISZERTIFIKAT

Inventor hat sich zur weltweit erfolgreichsten Software für die mechanische Konstruktion in 3D entwickelt. In den drei Kursteilen werden Ihnen die Kenntnisse vermittelt, damit Sie von 2D-Entwurfsskizzen die gewünschten 3D-Volumenkörper erzeugen und verändern können. Durch Hinzufügen der benötigten Normteile bilden Sie aus den Volumenkörpern fertigungsgerechte Baugruppen. Die angefertigten Teilegruppen werden maßstabs- und normgerecht vermasst und zum Druck vorbereitet. Die Kursinhalte sind durch die EPZ (Europäische Prüfungszentrale, Qualifizierungssystem) zertifiziert, Baustein „CAD_3D-Basiszertifikat“. In einer freiwilligen Prüfung können Sie ein entsprechendes Zertifikat erwerben.

3D CAD Inventor – Basiszertifikat 1

Von der Skizze zum Bauteil (Teil 1)

Sie erlernen anhand vieler Beispiele und Übungen Grundkenntnisse über die Standardfunktionen des Programmes Inventor.

FK5.691 Herr Thomas Guske
3.-11.12.21, 20 UStd.
 Fr, 17-20.15 Uhr, 2x Sa, 9-16 Uhr (3./4./11.12.)
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
 € 81,00 (erm: € 48,00)

3D CAD Inventor – Basiszertifikat 2 (Bildungsurlaub)

Vom Bauteil zur Baugruppe (Teil 2)

Sie erlangen mit Hilfe von Beispielen und Übungen Kenntnisse über das Verändern von Bauteilen und das Anlegen von Baugruppen.

FK5.692 Herr Thomas Guske
17.-21.1.22, 40 UStd.
 Mo-Fr, 9-16 Uhr
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
 € 159,00 (erm: € 93,00)

3D CAD Inventor – Basiszertifikat 3

Von der Baugruppe zum Papier (Teil 3)

Sie erlangen durch Beispiele und Übungen Kenntnisse über das Verändern von Materialien der Bauteile und das Anlegen von Zeichnungen.

FK5.694 Herr Thomas Guske
5.-12.3.22, 20 UStd.
 Fr, 18-20.15, 2x Sa, 9-16 Uhr (5./11./12.3.)
 VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
 € 81,00 (erm: € 48,00)

COMPUTING: PROGRAMMIEREN, VERWALTEN, ANWENDEN

Sie möchten Programmieren lernen, Datenanalysen verstehen oder suchen einfach einen ersten Einstieg in die Welt von Internet, Smartphones und Computern? Hier finden Sie sowohl Schnupperkurse in die digitale Welt als auch Seminare für erfahrene Anwender*innen zu Data Science oder Programmiersprachen. Lernen Sie das freie Betriebssystem Linux oder die professionelle Nutzung der gängigen Bürosoftware (Office) kennen.

Informationen zur Kursanmeldung unter: www.vhs-fk.de oder schreiben Sie eine Mail an: info@vhs-fk.de. Das Infotelefon erreichen Sie unter: 90 298-4600.

Anerkennung als Bildungsurlaub

Alle Kurse sind nach § 11, Abschnitt 1 des Berliner Bildungsurlaubsgesetzes vom 24. Oktober 1990 als Bildungsurlaub im Sinne der beruflichen Weiterbildung anerkannt.

Business Intelligence und Data Science (Kompaktkurs/Onlinekurs)

Erfolgreicher im Business mit intelligenten Datenanalysen

Aktuelle Trends wie Digitalisierung, E-Commerce und Social Media führen zu einer rasanten Zunahme an Daten, die für Unternehmen und Organisationen zunehmend zum zentralen Erfolgsfaktor werden (Daten als "Rohstoff" des 21. Jahrhunderts). Die durch intelligente und algorithmenbasierte Datenanalysen (z.B. Data Mining, Text Mining, Predictive Analytics, Data Science mit Python) gewonnenen Informationen liefern z.B. dem Marketing, CRM, Vertrieb oder Controlling wichtige Erkenntnisse für den Geschäftserfolg. Data Science ist eine Querschnittsdisziplin und wird nicht nur in Unternehmen erfolgreich eingesetzt, sondern auch in anderen Bereichen wie z.B. in der Medizin, im Bildungswesen, im medialen Umfeld, in der Marktforschung sowie in den Sozial- und Naturwissenschaften.

FK5.703 Herr Alexander Fussen
5.-7.11.21, 16 UStd.

Fr, 18-21.15, Sa/So, 10-15.30 Uhr (Live-online-Training)
€ 67,00 (erm: € 39,00)

Data Science für Einsteiger - Fundierte Datenanalysen mit Data Statistics (Onlinekurs)

Erfolgreicher mit intelligenten Datenanalysen

Aktuelle Trends wie Digitalisierung, E-Commerce und Social Media führen zu einer rasanten Zunahme an Daten, die für Unternehmen und Organisationen zunehmend zum zentralen Erfolgsfaktor werden (Daten als „Rohstoff“ des 21. Jahrhunderts). Die durch Datenanalysen (z.B. Data Statistics) gewonnenen Informationen liefern z.B. dem Marketing, CRM, Vertrieb oder Controlling wichtige Erkenntnisse für den

Geschäftserfolg. Data Science ist eine Querschnittsdisziplin und wird nicht nur in Unternehmen erfolgreich eingesetzt, sondern auch in anderen Bereichen wie z.B. in der Medizin, Verbrechensbekämpfung, Verkehrslogistik, Politik, im Bildungswesen und Medienbereich so wie in der Marktforschung und den Sozialwissenschaften.

FK5.705 Herr Alexander Fussen
3.-4.9.21, 14 UStd.

Live-online-Training. Fr, 18-21.15 Uhr/Sa, 10-13.15 Uhr, begleitetes digitales Lernen
€ 59,00 (erm: € 34,50)

Data Science für Einsteiger - Intelligente Datenanalysen mit Predictive Analytics in Python (Onlinekurs)

Erfolgreicher mit intelligenten Datenanalysen

Aktuelle Trends wie Digitalisierung, E-Commerce und Social Media führen zu einer rasanten Zunahme an Daten, die für Unternehmen und Organisationen zunehmend zum zentralen Erfolgsfaktor werden (Daten als „Rohstoff“ des 21. Jahrhunderts). Die durch Datenanalysen (z.B. Predictive Analytics) gewonnenen Informationen liefern z.B. dem Marketing, CRM, Vertrieb oder Controlling wichtige Erkenntnisse für den Geschäftserfolg. Data Science ist eine Querschnittsdisziplin und wird nicht nur in Unternehmen erfolgreich eingesetzt, sondern auch in anderen Bereichen wie z.B. in der Medizin, Verbrechensbekämpfung, Verkehrslogistik, Politik, im Bildungswesen und Medienbereich sowie in der Marktforschung und den Sozialwissenschaften.

Der Kurs gibt einen intuitiven und verständlichen Einstieg in Data Science und ist eine ideale Ergänzung zu Excel, Access, MySQL oder Python (vorausgesetzt werden diese jedoch nicht). Mit Ausnahme solider PC-Kenntnisse sind keine Vorkenntnisse notwendig. Kenntnisse in Python oder einer anderen objektorientierten Programmiersprache sind von Vorteil, werden aber nicht vorausgesetzt.

FK5.709 Herr Alexander Fussen
3.-17.11.21, 14 UStd.

3x Mi, 17.15-21 Uhr (Live-online-Training)
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 59,00 (erm: € 34,50)

Linux! Ein- und Umstieg

Linux ist kompliziert und nur etwas für Nerds? Dieser Kurs zeigt Ihnen, dass dieses nur ein Vorurteil ist und bietet eine gute Hilfe für den einfachen Einstieg in Linux und für den Umstieg von Windows oder Mac OS X. Hierbei werden wir die Installation, Konfiguration und den Umgang mit dem freien Pinguin-Betriebssystem kennenlernen. Vorkenntnisse in Linux sind nicht erforderlich. Grundkenntnisse in anderen Systemen sind empfehlenswert. Es gibt kaum Software für

Linux? Der Markt produziert gute Software nur für Windows und Mac? Dieser Kurs wird zeigen, dass dieses so nicht stimmt. Welche Programme gibt es? Zur Auswahl stehen tausende von Software-Paketen. Der größte Teil von ihnen sogar kostenfrei - hierbei qualitativ so hochwertig, dass viele Programme in Bildung und Forschung seit Jahren Anwendung finden. Und: Es gibt durchaus Wege, Windows-Anwendungen unter Linux lauffähig zu machen.

Wer mag, kann sein eigenes Notebook mitbringen (Linux unterstützt auch Mac-Hardware). Und: Es kann friedlich und gleichzeitig mit anderen Betriebssystemen auf einem Gerät koexistieren. Einzelne Teilnehmer*innen in englischer Sprache finden Berücksichtigung. Wer den Pinguin erst einmal kennengelernt hat, möchte seine Gesellschaft nicht mehr missen. Weitere Infos und Downloads vom Kursleiter unter: <http://lichtgarten.bplaced.net>

FK5.725 Herr Holger Junge
(Bildungsurlaub)

7.-8.10.21, 16 UStd.

Do/Fr, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
€ 55,80 (erm: € 33,40)

FK5.726 Herr Holger Junge
6.-8.5.22, 20 UStd.

Fr, 18-21.15, Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 69,00 (erm: € 41,00)

Die Linux-Werkstatt (Bildungsurlaub)

In diesem Werkstattkurs wird es keine geordnete Vermittlung von Grundlagen geben. Vielmehr werden wir uns gemeinsam um die selbst mitgebrachten Linux-Probleme der Teilnehmer*innen kümmern: Rechner mit gescheiterten Linux-Installationen oder Systeme mit problematischen Konfigurationsfehlern. Für vieles findet sich eine Lösung, leider nicht immer, aber sehr oft. Als weitere Themen werden wir uns um das Thema Backup- und Restore kümmern. Kann man Windows-Programme auch unter Linux laufen lassen? So manche ältere Hardware, die Zuhause seit ein paar Jahren vor sich hin staubt, da sie seit Windows 8 oder 10 nicht mehr unterstützt wird, lässt sich mit dem Pinguin wieder zum Leben erwecken. Man nennt das Upcycling und das ist außerdem noch gut für die Umwelt ;-). Bei diesen Projekten werden wir während der Werkstattzeit unweigerlich die Kommandozeile und Inhalte der einfachen Systemadministration kennenlernen. Dazu erfährt Ihr Wissenswertes über die verschiedenen Linux-Distributionen. Was gibt es für Anwendungen? Einige von ihnen sind bekannt, andere weniger.

FK5.727 Herr Holger Junge
2.-3.12.21, 16 UStd.

Do/Fr, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
€ 55,80 (erm: € 33,40)

FK5.728 Herr Holger Junge

13.-14.6.22, 16 UStd.

Mo/Di, 9-16 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
€ 55,80 (erm: € 33,40)

Programmieren mit Python - Grundlagen (Bildungsurlaub)

Python ist eine objektorientierte Programmiersprache, die sich auf Grund Ihrer leichten Erlernbarkeit im Lehrbetrieb an Fachhochschulen und Universitäten weltweit, sowie im Open-Source-Sektor seit längerem zunehmender Beliebtheit erfreut. Vor allem die kostengünstigen und beliebten Kleincomputer, wie z.B. der RaspberryPi nutzen Python als Entwicklungssprache. Wenn Sie gerne in die Welt der Python-Programmierung eintauchen würden, aber derzeit über keine oder wenig Erfahrung verfügen oder sich für ein anstehendes Studium fit machen möchten, dann ist dieser Kurs für Sie gedacht. Sie erhalten anhand von einfachen, leicht nachzuvollziehenden Beispielen, ein umfassendes Grundlagenwissen in Python. Der erste Teil des Kurses befasst sich mit den Programmiergrundlagen und beleuchtet u.a. folgende Aspekte der Programmiersprache Python: Unterprogramme, Variablen, Operatoren, Verzweigungen, Schleifen sowie Arrays. Der zweite Teil des Kurses führt in die objektorientierte Programmierung mit Python ein und behandelt u.a. folgende Themen: Klassen, Attribute und Methoden, Konstruktoren und Destruktoren, Vererbung und Polymorphie sowie Exceptions. Zur Verdeutlichung der theoretischen Inhalte werden Sie viele (teils einfache) Programme erstellen. Programmierkenntnisse werden nicht vorausgesetzt.

FK5.741 Herr Marty-James Zeitner

27.9.-1.10.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 8.45-15.45 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV, R. 104/EDV

€ 163,00 (erm: € 103,00)

FK5.743 Herr Marty-James Zeitner

15.-19.11.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 8.45-15.45 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV

€ 163,00 (erm: € 103,00)

FK5.742 Herr Marty-James Zeitner

11.-15.4.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 8.45-15.45 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV

€ 163,00 (erm: € 103,00)

FK5.746 Herr Marty-James Zeitner

13.-17.6.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 8.45-15.45 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV

€ 163,00 (erm: € 103,00)

Programmieren mit Java - Grundlagen (Bildungsurlaub)

Dieser Kurs bietet Ihnen eine kompakte Einführung in die objektorientierte Programmierung mit Java. Wenn Sie über keine oder nur geringe Programmiererfahrung

verfügen oder sich für ein anstehendes Studium fit machen möchten, dann ist dieser Kurs für Sie gedacht! Sie erhalten an Hand von einfachen, leicht nachzuvollziehenden Beispielen ein umfassendes Grundlagenwissen in Java.

Themen: Einführung in Java und Eclipse; Datentypen, Operatoren und Kontrollstrukturen; Arrays und Enum; Klassen, Attribute, Methoden, Vererbung; Pakete, Interfaces, Exceptions. Unterrichtsmaterial ist im Kursentgelt enthalten.

Voraussetzungen: sicherer Umgang mit Windows und dem Internet.

FK5.751 Herr Marty-James Zeitner

25.-29.10.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 8.45-15.45 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV

€ 163,00 (erm: € 103,00)

FK5.752 Herr Marty-James Zeitner

27.6.-1.7.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 8.45-15.45 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV

€ 163,00 (erm: € 103,00)

Programmieren mit C# - Grundlagen (Bildungsurlaub)

C# (ausgesprochen: c scharp) ist eine professionelle Programmiersprache von Microsoft, die in immer mehr Bereichen der kommerziellen Softwareentwicklung im Microsoftumfeld ihren Einsatz findet. Wenn Sie gerne in die Welt der C#-Programmierung eintauchen würden, aber derzeit über keine oder wenig Erfahrung verfügen oder sich für ein anstehendes Studium fit machen möchten, dann ist dieser Kurs für Sie gedacht. Sie erhalten anhand von einfachen, leicht nachzuvollziehenden Beispielen ein umfassendes Grundlagenwissen in C#. Der erste Teil des Kurses befasst sich mit den Programmiergrundlagen und beleuchtet u.a. folgende Aspekte der Programmiersprache C#: Unterprogramme, Variablen, Operatoren, Verzweigungen, Schleifen sowie Arrays. Der zweite Teil des Kurses führt in die objektorientierte Programmierung mit C# ein und behandelt u.a. folgende Themen:

Klassen, Attribute und Methoden, Konstruktoren, Vererbung und Polymorphie, sowie Exceptions. Der dritte Teil des Kurses befasst sich mit der Erstellung grafischer Anwendungen unter Windows und nutzt dazu einen einfachen visuellen Oberflächendesigner, der in der von Microsoft kostenlos bereitgestellten Entwicklungsumgebung Visual Studio Community Edition enthalten ist. Zur Verdeutlichung der theoretischen Inhalte werden Sie viele (teils einfache) Programme erstellen. Programmierkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Unterrichtsmaterial ist im Kursentgelt enthalten.

FK5.755 Herr Marty-James Zeitner

29.11.-3.12.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 8.45-15.45 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV

€ 163,00 (erm: € 103,00)

FK5.756 Herr Marty-James Zeitner

14.-18.2.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 8.45-15.45 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV, R. 104/EDV

€ 163,00 (erm: € 103,00)

Programmieren mit C++ - Grundlagen (Bildungsurlaub)

C++ ist eine professionelle Programmiersprache, die zusammen mit Ihrer syntaxgleichen Schwestersprache C immer noch einen Marktanteil von aktuell knapp 25 % ausmacht, bezogen auf kommerzielle Anwendungsentwicklung. Wenn Sie über keine oder nur geringe Programmiererfahrung verfügen oder sich für ein anstehendes Studium fit machen möchten, dann ist dieser Kurs für Sie gedacht. Sie erhalten anhand von einfachen, leicht nachzuvollziehenden Beispielen ein umfassendes Grundlagenwissen in C++. Der erste Teil des Kurses befasst sich mit den Programmiergrundlagen und beleuchtet den prozeduralen Teil der Programmiersprache C++. Zu den Themen gehören u.a.: Prozeduren und Funktionen, Variablen, Operatoren, Verzweigungen, Schleifen, Zeiger und Arrays, dynamische Speicherverwaltung. Der zweite Teil des Kurses führt in die objektorientierte Programmierung mit C++ ein und behandelt u.a. folgende Themen: Klassen, Konstruktoren und Destruktoren, einfache und mehrfache Vererbung, Polymorphismus sowie Operatorüberladung. Zur Verdeutlichung der theoretischen Inhalte werden Sie viele teils einfache Programme erstellen. Programmierkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Unterrichtsmaterial ist im Kursentgelt enthalten.

FK5.757 Herr Marty-James Zeitner

22.-26.11.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 8.45-15.45 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV

€ 163,00 (erm: € 103,00)

FK5.758 Herr Marty-James Zeitner

30.5.-3.6.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 8.45-15.45 Uhr

VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV

€ 163,00 (erm: € 103,00)

Einführung in PowerPoint 2016

Voraussetzungen: sicherer Umgang mit dem PC und mit Windows.

Inhalte: Texte eingeben und formatieren; Formen und WordArt-Texte; wirkungsvolle Gestaltung durch Einsatz von Grafiken, Tabellen, Diagrammen und Organigrammen; Einbinden von Fotos, Audiodateien, Videos; dynamischer Datenaustausch mit Word und Excel; Erstellen von vorragsbegleitenden Notizblättern, Gliederungen, Handzetteln und eigenen Vorlagen; Folienanimationen und Übergangseffekte, Einbinden von interaktiven Schaltflächen, Präsentationsablauf und Vorführungsoptionen; interessante Anwendungsbeispiele werden vorgeführt. Der Kurs eignet sich auch für Nutzer von PowerPoint 2013 oder

älter Programmversionen. Voraussetzungen: sicherer Umgang mit dem PC und mit Windows.

FK5.769 Herr Reinhard Michel
6.-7.11.21, 16 UStd.

Sa/So, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 104/EDV
€ 63,80 (erm: € 38,20)

FK5.770 Herr Reinhard Michel
5.-6.2.22, 16 UStd.

Sa/So, 9.30-16.30 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 63,80 (erm: € 38,20)

Tabellenkalkulation mit EXCEL 2016 - Kompaktkurs (Bildungsurlaub)

Inhalte: Funktionen der Tabellenkalkulation, Felder und Werte; Eingabe und Bestimmung von Werten; Zellenformate; Formeln und Funktionen anwenden; Werte kopieren zwischen Tabellenblättern und Arbeitsmappen; Daten importieren und exportieren, Verknüpfungen mit Word; immer wiederkehrende Berechnungen automatisieren; Erstellen von Arbeitsblättern für typische Aufgaben; Darstellung von Daten und Funktionen (Diagramme); Spezielle Funktionen für spezielle Aufgaben, z.B. Datenlisten. Unterrichtsmaterialien werden durch die Kursleitenden bereitgestellt.

Voraussetzungen: Gute Windows-Kenntnisse. Der Kurs eignet sich auch für Nutzer von EXCEL 2013 oder älterer Programmversionen.

FK5.771 Herr Reinhard Michel
27.9.-1.10.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 147,00 (erm: € 87,00)

FK5.775 Herr Jens-Uwe Störmer
8.-12.11.21, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 147,00 (erm: € 87,00)

FK5.774 Herr Reinhard Michel
14.-18.2.22, 40 UStd.

Mo-Fr, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 147,00 (erm: € 87,00)

Tabellenkalkulation mit EXCEL 2016 - Grundkurs

Inhalte: Grundlagen der Tabellenbearbeitung; Arbeit mit Formeln und Funktionen; einfache Diagramme; Prozentrechnung; Druckeinstellungen festlegen; Verknüpfungen mit Word. Wir empfehlen die Fortsetzung mit dem Excel-Aufbaukurs!

Voraussetzungen: Kenntnisse im Umgang mit dem PC und Windows. Der Kurs eignet sich auch für Nutzer von Excel 2013 oder älterer Programmversionen.

FK5.776 Herr Jens-Uwe Störmer
2.-3.7.22, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 60,60 (erm: € 36,60)

Tabellenkalkulation mit EXCEL 2016 - Aufbaukurs

Inhalte: Verschiedene Diagrammtypen; Logische Verknüpfungen und Abfragen; Datenbankanwendungen (sortieren, filtern, Datenbankfunktionen, Pivot-Tabellen); Zeit- und Datumsberechnungen. Der Kurs eignet sich auch für Nutzer von EXCEL 2013 oder älterer Programmversionen. Voraussetzungen: Excel-Kenntnisse, unabhängig von der Programmversion; vgl. auch Excel-Grundkurs

FK5.778 Herr Jens-Uwe Störmer
16.-17.7.22, 16 UStd.

Sa/So, 9-16 Uhr
VHS, Wassertorstraße 4, R. 103/EDV
€ 60,60 (erm: € 36,60)

Outlook 2016 - Grundlagen

MS Outlook ist nicht nur zum E-Mails Schreiben gut. Es ist ein umfassendes Kommunikations- und Organisationsprogramm, das aus einem modernen Büroalltag nicht mehr wegzudenken ist. In diesem Kurs werden gemeinsam die Möglichkeiten dieses Programms ausgelotet. Zur Abrundung der Übungen wird die Arbeit mit dem elektronischen Notizzettel gezeigt. Auf Exchange-Server wird nicht eingegangen.

Voraussetzungen: PC-Grundkenntnisse. Sie arbeiten im Computer-Raum mit Outlook 2016 für Windows 10, aber auch Nutzer älterer Programmversionen sind willkommen.

FK5.779 Herr Jens-Uwe Störmer
23.10.21, 8 UStd.

Sa, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 31,80 (erm: € 19,80)

FK5.780 Herr Jens-Uwe Störmer
5.2.22, 8 UStd.

Sa, 9-16 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 31,80 (erm: € 19,80)

EDV Grundlagenseminar

Sie möchten das Internet häufiger für sich nutzen und entspannter und sicherer damit umgehen? In diesem Kurs lernen Sie, wie man das Internet im alltäglichen Leben sinnvoll gebrauchen kann: zur Informationssuche, zum Einkaufen, zum Reisen buchen, zum Ticket bestellen oder um Termine anzumelden oder ein Online-Konto zu führen. Außerdem erfahren Sie, wie man E-Mails senden und empfangen kann und ein Postfach verwaltet. In vielen praktischen Übungen besuchen Sie bekannte und nützliche Webseiten und bekommen Anregungen, zu Hause selbstständig weiter zu 'surfen'. Wir arbeiten im Computerraum mit dem Betriebssystem Windows 10.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit einem PC.

FK5.791 Frau Elisabeth Schwerdtner
19.-22.10.21, 16 UStd.

Di-Fr, 18-21.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109, R. 3117
€ 57,40 (erm: € 35,00)

FK5.792 Frau Elisabeth Schwerdtner
22.-25.3.22, 16 UStd.

Di-Fr, 13.30-16.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 2109
€ 57,40 (erm: € 35,00)

Smartphone und Tablet Kurs Generation 50+ - Einsteigerkurs

Sie haben Ihr Smartphone seit kurzem und haben schon ein paar Sachen ausprobiert, fühlen sich aber noch sehr unsicher im Umgang mit dem Gerät? Sie möchten gern die Grundlagen verstehen und die grundlegenden Funktionen wie Anrufe, WhatsApp/Telegram/Signal (Messenger) nutzen zur Kommunikation, Bilder versenden und E-Mails empfangen und senden? Was gibt es überhaupt für Programme auf dem Gerät und wozu brauche ich diese? Welche Apps kann ich löschen? Wie installiere und deinstalliere ich überhaupt Apps?

Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Abhängig von den Bedürfnissen der Gruppe beantworten wir Ihre Fragen und helfen Ihnen, mit dem Smartphone besser und sicherer umzugehen.

FK5.797 Frau Elisabeth Schwerdtner
21.-23.9.21, 12 UStd.

Di-Do, 9-12.15 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 43,80 (erm: € 27,00)

Smartphone und Tablet Kurs Generation 50+ - Fortgeschritten

Das Smartphone oder Tablet habe Sie jetzt schon und können mit einigen Programmen bereits sicher umgehen. Jedoch kommen immer wieder Fragen auf. Was bedeuten Fenster die sich öffnen? Was kann das Gerät noch? Was gibt es für weitere spannende Apps? Wie können Sie sich selbst Hilfe suchen und Dinge selbst herausfinden. Zudem die vielen kleinen Punkte, verstehen die immer wieder aufkommen. Klingt vertraut? Dann ist dieser Kurs genau das richtige für Sie.

Themen: Tricks und Tipps zu den gängigen Programmen, Hilfe zur Selbsthilfe - Wie recherchiere ich Lösungen im Internet und wende diese an? Weitere Apps und Programme die nützlich sind, Gestaltung der Oberfläche des Geräts, Arbeiten mit Cloud Speichern. Der Kurs richtet sich nach dem Lerntempo der Teilnehmer*innen. Die Inhalte des Kurses werden in Papierform zur Verfügung gestellt. Bitte bringen Sie Ihre eigenen aufgeladenen Geräte zusammen mit dem Ladekabel mit.

FK5.798 Frau Elisabeth Schwerdtner
19.-21.1.22, 12 UStd.

Mi-Fr, 13.30-16.45 Uhr
VHS, Frankfurter Allee 37, R. 3117
€ 43,80 (erm: € 27,00)

BILDUNGSURLAUB – IHR GUTES RECHT!

Jede Arbeitnehmerin und jeder Arbeitnehmer in Berlin hat das Recht auf 10 Tage bezahlten Bildungsurlaub innerhalb von 2 Jahren zum Besuch anerkannter politischer oder beruflicher Bildungsveranstaltungen. Jugendliche bis zum 25. Lebensjahr haben das Recht auf 10 Tage Bildungsurlaub pro Jahr. Bildungsurlaub bedeutet:

- Freiraum zu haben, abseits vom Arbeitsstress sich weiterzubilden;
- erleichterten Zugang zu Weiterbildung und Aneignung neuer Kenntnisse und Fähigkeiten;
- Erweiterung politischer, sozialer, beruflicher und persönlicher Kompetenzen

Was steht im Gesetz?

Wenn Sie an einer Bildungsurlaubsveranstaltung teilnehmen wollen, melden Sie sich rechtzeitig dazu an. Spätestens 6 Wochen vor Kursbeginn sollten Sie bei Ihrem Arbeitgeber die Freistellung beantragen. Dazu legen Sie Ihre Anmeldung und die von der Volkshochschule ausgestellte Bescheinigung vor. Der Arbeitgeber kann die Freistellung für den beantragten Zeitraum nur unter Angabe zwingender betrieblicher Gründe ablehnen. Beschäftigten dürfen daraus keine Nachteile entstehen. Nach dem Besuch der Veranstaltung ist auf Verlangen des Arbeitgebers die Teilnahmebescheinigung der VHS vorzulegen. Infos unter: www.vhs-fk.de/service

Was ist Bildungsurlaub?

Bildungsurlaub bezeichnet den Rechtsanspruch von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern gegenüber ihrem Arbeitgeber auf bezahlte Freistellung von der Arbeit für die Teilnahme an anerkannten oder als anerkannt geltenden Veranstaltungen, die der politischen Bildung und/oder beruflichen Weiterbildung dienen. Rechtsgrundlage ist das Berliner Bildungsurlaubsgesetz (BiUrlG) in der Fassung vom 24.10.1990 (GVBl. S. 2209), zuletzt geändert durch Artikel X des Gesetzes vom 17.05.1999 (GVBl. S. 178).

Wer hat Anspruch?

Einen Rechtsanspruch haben alle Berliner Arbeitnehmerinnen, Arbeitnehmer und Auszubildende unabhängig vom Lebensalter. Für Beamtinnen und Beamte gelten die entsprechenden Sonderurlaubsregelungen des Bundes bzw. des Lands Berlin.

Wie viel Bildungsurlaub gibt es?

Der Bildungsurlaub beträgt bei Vollzeitbeschäftigung 10 Arbeitstage innerhalb von zwei aufeinander folgenden Kalenderjahren. Die Zweijahresfrist beginnt mit der erstmaligen Inanspruchnahme von Bildungsurlaub (erster Tag der anerkannten Veranstaltung). Nicht in Anspruch genommener Bildungsurlaub aus vergangenen Jahren verfällt. Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer bis zur Vollendung des 25. Lebensjahres haben einen Anspruch von 10 Arbeitstagen im Kalenderjahr. Bei Teilzeitbeschäftigung reduziert sich der Anspruch.

Wofür kann die Freistellung erfolgen?

Bildungsurlaub kann von den Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern für eine von der zuständigen Senatsverwaltung anerkannte Bildungsveranstaltung der beruflichen Weiterbildung und/oder politischen Bildung gewährt werden. Auszubildende können sich nur für politische Bildungsveranstaltungen freistellen lassen. Bei der beruflichen Weiterbildung muss ein Bezug zur ausgeübten Tätigkeit vorliegen. Das häusliche Selbstlernen, wie zur Prüfungsvorbereitung oder das Anfertigen von Abschlussarbeiten sind nicht anerkanntungsfähig und demzufolge gibt es dafür keinen Bildungsurlaub.

Wie wird der Anspruch geltend gemacht?

Bildungsurlaub wird beim Arbeitgeber beantragt. Inanspruchnahme und Zeitpunkt des Bildungsurlaubs sind dem Arbeitgeber so früh wie möglich, mindestens jedoch 6 Wochen vor Beginn der Bildungsmaßnahme mitzuteilen. Dem Arbeitgeber ist die Anmeldung zur Bildungsveranstaltung und der An-

erkenntnisbescheid der zuständigen Senatsverwaltung (nur vom Veranstalter erhältlich) bzw. bei als anerkannt geltenden Veranstaltungen im Sinne des §11 (1) des BiUrlG die Bestätigung der Einrichtung vorzulegen.

In unserer folgenden Liste finden Sie Kurse, die an Wochentagen tagsüber stattfinden und nach § 11, Abschnitt 1, des Berliner Bildungsurlaubsgesetzes (BiUrlG) vom 24. Oktober 1990 als Bildungsurlaub im Sinne der beruflichen oder politischen Weiterbildung anerkannt sind. Es ist ebenfalls möglich, Freistellungen bspw. für Wochenendkurse oder andere Formate zu beantragen, wenn Ihre Arbeitszeiten entsprechend liegen und es sich um Themen der beruflichen oder politischen Weiterbildung handelt. In der Regel sollte ein Bildungsurlaub mind. 6 Unterrichtseinheiten pro Sitzung umfassen. Individuelle Regelungen können gemäß § 6 BiUrlG in Absprache mit dem Arbeitgeber getroffen werden. Sprechen Sie uns bei weiteren Fragen gerne an!

BILDUNGSURLAUB AN IHRER VHS FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG

| Kurstitel | Kursnummer | Beginn | Ende |
|---|------------|------------|------------|
| August | | | |
| Einführung in die Personalentwicklung | FK5.281 | 02.08.2021 | 09.08.2021 |
| Aktives Gesundheitsmanagement | FK3.528 | 02.08.2021 | 06.08.2021 |
| Meisner-Technik: Von der Inspiration zur Szene | FK1.223 | 02.08.2021 | 06.08.2021 |
| Wertschätzende Kommunikation für Führungskräfte | FK5.291 | 04.08.2021 | 05.08.2021 |
| Projektmanagement - Methodische Grundlagen | FK5.335 | 09.08.2021 | 10.08.2021 |
| Stressmanagement und Resilienztraining: Gesund u. leistungsfähig im Beruf | FK3.463 | 09.08.2021 | 13.08.2021 |
| Hauptstadt ArchitekTOURen - Architekturfotografie | FK2.181 | 09.08.2021 | 13.08.2021 |
| Wirksam vortragen - Rhetorik | FK5.047 | 16.08.2021 | 17.08.2021 |
| Improvisationstheater: Leap Forward - Mit beherzten Schritten nach vorn | FK1.307 | 16.08.2021 | 20.08.2021 |
| Systemische Konfliktbearbeitung | FK5.161 | 19.08.2021 | 20.08.2021 |
| Systemische Trainerausbildung - Grundlagen | FK5.131 | 23.08.2021 | 27.08.2021 |
| Comedy Acting | FK1.209 | 23.08.2021 | 27.08.2021 |
| Systemische Aufstellungsmethoden in der Beratung | FK5.153 | 26.08.2021 | 27.08.2021 |
| Einführung in die Organisationsentwicklung | FK5.303 | 30.08.2021 | 20.09.2021 |
| Agile Body-Mind-Coaching | FK5.201 | 30.08.2021 | 03.09.2021 |
| Design Thinking in der Praxis | FK5.263 | 31.08.2021 | 01.09.2021 |
| September | | | |
| Visualisierung in Meetings und Workshops. Endlich schöne Flipcharts! | FK5.093 | 06.09.2021 | 07.09.2021 |
| Moderne Webseiten mit HTML5 und CSS | FK5.563 | 06.09.2021 | 10.09.2021 |
| Besprechungen erfolgreich moderieren | FK5.071 | 08.09.2021 | 10.09.2021 |
| Social Media Marketing | FK5.555 | 08.09.2021 | 10.09.2021 |
| Finanzbuchführung (1 + 2) (Xpert Business) | FK5.457 | 13.09.2021 | 24.09.2021 |
| Animation und Spezialeffekte - mit freier Software | FK5.666 | 13.09.2021 | 15.09.2021 |
| Zeit- und Selbstmanagement | FK5.217 | 13.09.2021 | 14.09.2021 |
| Train the Trainer - Grundausbildung | FK5.111 | 13.09.2021 | 17.09.2021 |
| Agile Meetings leiten | FK5.085 | 18.09.2021 | 19.09.2021 |
| Kontext Beruf: Der arabische Kulturraum | FK5.251 | 20.09.2021 | 21.09.2021 |
| Coaching - Einführungskurs | FK5.191 | 20.09.2021 | 22.09.2021 |
| Führung von Vereinen und Stiftungen | FK5.311 | 23.09.2021 | 24.09.2021 |
| Tabellenkalkulation mit EXCEL 2016 - Kompaktkurs | FK5.771 | 27.09.2021 | 01.10.2021 |
| Programmieren mit Python - Grundlagen | FK5.741 | 27.09.2021 | 01.10.2021 |
| Prinzipien agiler Methoden | FK5.267 | 27.09.2021 | 29.09.2021 |
| Konfliktmanagement | FK5.165 | 30.09.2021 | 01.10.2021 |
| Oktober | | | |
| Projektmanagement - Methodische Grundlagen | FK5.337 | 04.10.2021 | 05.10.2021 |
| Büroorganisation | FK5.343 | 04.10.2021 | 04.10.2021 |
| Wie gründe ich mein Unternehmen? | FK5.377 | 04.10.2021 | 08.10.2021 |
| Finanzwirtschaft (Xpert Business) | FK5.385 | 04.10.2021 | 09.10.2021 |
| Design-Ideen für Print und Web mit der Affinity Suite | FK5.629 | 04.10.2021 | 08.10.2021 |
| Yoga Intensivseminar: Auftanken für den Beruf | FK3.257 | 06.10.2021 | 08.10.2021 |
| Geschicktes Verhandeln im Beruf und Arbeitsleben | FK5.063 | 07.10.2021 | 08.10.2021 |
| Linux! Ein- und Umstieg | FK5.725 | 07.10.2021 | 08.10.2021 |
| Bilanzierung (Xpert Business) | FK5.471 | 11.10.2021 | 26.10.2021 |
| Adobe Photoshop CC - Grundkurs (Onlinekurs) | FK5.643 | 11.10.2021 | 13.10.2021 |

| Kurstitel | Kursnummer | Beginn | Ende |
|--|------------|------------|------------|
| Präsentieren! | FK5.045 | 11.10.2021 | 13.10.2021 |
| Adobe Photoshop CC - Aufbaukurs (Onlinekurs) | FK5.645 | 14.10.2021 | 15.10.2021 |
| Mit aktuellen Umgangsformen stilicher auftreten und wirken | FK5.241 | 14.10.2021 | 15.10.2021 |
| Moderation - Zusammenarbeit effektiv gestalten! | FK5.081 | 18.10.2021 | 20.10.2021 |
| Finanzbuchführung DATEV pro | FK5.463 | 18.10.2021 | 22.10.2021 |
| Nachhaltigkeit/Corporate Social Responsibility (CSR) | FK5.323 | 21.10.2021 | 21.10.2021 |
| Training für SAP R/3 Rel. 4.6 - Finanzbuchhaltung/Logistik | FK5.489 | 25.10.2021 | 29.10.2021 |
| Programmieren mit Java - Grundlagen | FK5.751 | 25.10.2021 | 29.10.2021 |
| Positives Denken für mehr Kraft in Alltag und Beruf | FK3.461 | 25.10.2021 | 27.10.2021 |
| Transaktionsanalyse - Beziehungsführung in Alltag und Beruf | FK5.143 | 25.10.2021 | 27.10.2021 |
| Selbstcoaching | FK5.205 | 25.10.2021 | 27.10.2021 |
| WordPress Grundlagen | FK5.581 | 26.10.2021 | 28.10.2021 |
| Konfliktbewältigung in Gruppen und Projekten | FK5.167 | 28.10.2021 | 29.10.2021 |
| November | | | |
| Train the Trainer - Grundausbildung | FK5.113 | 01.11.2021 | 05.11.2021 |
| Fotografie Grundkurs I: Digitale Fotografie | FK2.067 | 01.11.2021 | 05.11.2021 |
| PHP I (Onlinekurs) | FK5.573 | 01.11.2021 | 05.11.2021 |
| Lass mich mit Deiner Brille sehen! - Interkulturelle Sensibilisierung (Onlinekurs) | FK5.257 | 01.11.2021 | 02.11.2021 |
| Effektive Teams aufbauen und stärken | FK5.285 | 03.11.2021 | 05.11.2021 |
| Tabellenkalkulation mit EXCEL 2016 - Kompaktkurs | FK5.775 | 08.11.2021 | 12.11.2021 |
| Agile Leadership: Mehr Teampplay für bessere und kreativere Lösungen (Onlinekurs) | FK5.295 | 08.11.2021 | 10.11.2021 |
| Dynamische Webseiten mit dem CMS TYPO3 - Kompaktkurs | FK5.591 | 08.11.2021 | 12.11.2021 |
| Mitarbeitermotivation | FK5.293 | 11.11.2021 | 11.11.2021 |
| Einführung in die Organisationsentwicklung | FK5.305 | 15.11.2021 | 22.11.2021 |
| Programmieren mit Python - Grundlagen | FK5.743 | 15.11.2021 | 19.11.2021 |
| Wir müssen alle auf dem Laufenden bleiben - Aktuelle Rechtschreibung | FK5.357 | 15.11.2021 | 15.11.2021 |
| Illustration und Signetentwicklung mit Adobe Illustrator | FK5.653 | 15.11.2021 | 19.11.2021 |
| Train the Trainer - Grundausbildung | FK5.115 | 15.11.2021 | 19.11.2021 |
| Protokollführung. Modern und stilicher | FK5.361 | 16.11.2021 | 16.11.2021 |
| Programmieren mit C++ - Grundlagen | FK5.757 | 22.11.2021 | 26.11.2021 |
| Mediengestaltung kompakt mit der Affinity Suite | FK5.627 | 22.11.2021 | 26.11.2021 |
| Erfolgreich kommunizieren und Ziele erreichen | FK5.067 | 22.11.2021 | 24.11.2021 |
| Digitale Medien- und Pressearbeit - mit Konzept | FK5.529 | 22.11.2021 | 23.11.2021 |
| Psychologisches Wissen in Alltag und Beruf nutzen | FK5.141 | 25.11.2021 | 26.11.2021 |
| Einführung in die Personalentwicklung | FK5.283 | 29.11.2021 | 06.12.2021 |
| Programmieren mit C# - Grundlagen | FK5.755 | 29.11.2021 | 03.12.2021 |
| Finanzbuchführung (3) Lexware (Xpert Business) | FK5.465 | 29.11.2021 | 03.12.2021 |
| Stressbewältigung im Berufsalltag | FK5.213 | 30.11.2021 | 01.12.2021 |
| Dezember | | | |
| Verhandeln, Diskutieren, Argumentieren - Gesprächsführung | FK5.061 | 02.12.2021 | 03.12.2021 |
| Die Linux-Werkstatt | FK5.727 | 02.12.2021 | 03.12.2021 |
| PHP II (Onlinekurs) | FK5.575 | 03.12.2021 | 05.12.2021 |
| Systemisches Handwerkszeug für die Beratung - Grundlagen | FK5.151 | 06.12.2021 | 10.12.2021 |
| Online-Marketing - Instrumente und Strategien | FK5.551 | 06.12.2021 | 08.12.2021 |
| Systemisches Coaching (Onlinekurs) | FK5.193 | 08.12.2021 | 10.12.2021 |
| Projektmanagement in der Praxis | FK5.331 | 13.12.2021 | 15.12.2021 |
| Training für Führungskräfte | FK5.297 | 13.12.2021 | 17.12.2021 |
| Train the Trainer kompakt (Onlinekurs) | FK5.117 | 20.12.2021 | 21.12.2021 |

| Kurstitel | Kursnummer | Beginn | Ende |
|--|------------|------------|------------|
| Januar | | | |
| Tastschreiben am PC | FK5.350 | 03.01.2022 | 07.01.2022 |
| Fotografie Grundkurs I: Digitale Fotografie | FK2.060 | 03.01.2022 | 07.01.2022 |
| Visualisierung in Meetings und Workshops. Endlich schöne Flipcharts! | FK5.094 | 10.01.2022 | 11.01.2022 |
| Lohn und Gehalt (3) Lexware (Xpert Business) | FK5.486 | 10.01.2022 | 14.01.2022 |
| Fotografie Grundkurs III: Formale Bildgestaltung und serielles Arbeiten | FK2.120 | 10.01.2022 | 14.01.2022 |
| Moderne Webseiten mit HTML5 und CSS | FK5.564 | 10.01.2022 | 14.01.2022 |
| Besprechungen erfolgreich moderieren | FK5.072 | 12.01.2022 | 14.01.2022 |
| Projektmanagement - Methodische Grundlagen | FK5.336 | 17.01.2022 | 18.01.2022 |
| 3D CAD Inventor - Basiszertifikat 2 - NEU CAD Zertifikat | FK5.692 | 17.01.2022 | 21.01.2022 |
| Effektive Teams aufbauen und stärken | FK5.286 | 18.01.2022 | 20.01.2022 |
| Protokollführung. Modern und stilsicher | FK5.362 | 18.01.2022 | 18.01.2022 |
| Wir müssen alle auf dem Laufenden bleiben - Aktuelle Rechtschreibung | FK5.358 | 19.01.2022 | 19.01.2022 |
| Agile Body-mind-Coaching | FK5.202 | 19.01.2022 | 21.01.2022 |
| Train the Trainer - Grundausbildung | FK5.112 | 24.01.2022 | 28.01.2022 |
| Wertschätzende Kommunikation für Führungskräfte | FK5.292 | 26.01.2022 | 27.01.2022 |
| Kosten- und Leistungsrechnung (Xpert Business) | FK5.473 | 27.01.2022 | 03.02.2022 |
| Train the Trainer - Grundausbildung | FK5.114 | 31.01.2022 | 04.02.2022 |
| Russisch A1.1 für Alltag und Beruf - auch als Bildungsurlaub | FK4.R102 | 31.01.2022 | 04.02.2022 |
| WordPress Grundlagen | FK5.582 | 31.01.2022 | 02.02.2022 |
| Französisch A1.1 für Alltag, Beruf und Schule - auch als Bildungsurlaub | FK4.F106 | 31.01.2022 | 04.02.2022 |
| Spanisch A1.1 für Alltag und Beruf - auch als Bildungsurlaub | FK4.S108 | 31.01.2022 | 04.02.2022 |
| Fotografie Grundkurs II: Bildbearbeitung mit Photoshop | FK2.084 | 31.01.2022 | 04.02.2022 |
| Improvisationstheater: Leap Forward - Mit beherzten Schritten nach vorn | FK1.600 | 31.01.2022 | 04.02.2022 |
| Februar | | | |
| Finanzbuchführung (1 + 2) (Xpert Business) | FK5.458 | 07.02.2022 | 18.02.2022 |
| Positive Psychologie: Stärken - Werte - positive Emotionen | FK5.210 | 07.02.2022 | 09.02.2022 |
| Türkisch A1.1 für Alltag und Beruf | FK4.T112 | 07.02.2022 | 11.02.2022 |
| Design Thinking in der Praxis | FK5.264 | 10.02.2022 | 11.02.2022 |
| Audio-Podcasts und Hörbeiträge für Ihre Öffentlichkeitsarbeit | FK5.542 | 10.02.2022 | 11.02.2022 |
| Programmieren mit C# - Grundlagen | FK5.756 | 14.02.2022 | 18.02.2022 |
| Kontext Beruf: Der arabische Kulturraum | FK5.252 | 14.02.2022 | 15.02.2022 |
| Digitaler Videoschnitt mit der Adobe Creative Suite | FK5.676 | 14.02.2022 | 18.02.2022 |
| Wirksam vortragen - Rhetorik | FK5.048 | 14.02.2022 | 15.02.2022 |
| Tabellenkalkulation mit EXCEL 2016 | FK5.774 | 14.02.2022 | 18.02.2022 |
| Büroorganisation | FK5.344 | 16.02.2022 | 16.02.2022 |
| Führung von Vereinen und Stiftungen | FK5.312 | 17.02.2022 | 18.02.2022 |
| Bewerbungstraining | FK5.234 | 17.02.2022 | 18.02.2022 |
| Dynamische Webseiten mit dem CMS TYPO3 | FK5.592 | 21.02.2022 | 25.02.2022 |
| Coaching - Einführungskurs | FK5.192 | 21.02.2022 | 23.02.2022 |
| Prinzipien agiler Methoden | FK5.268 | 23.02.2022 | 25.02.2022 |
| Systemische Konfliktbearbeitung | FK5.162 | 24.02.2022 | 25.02.2022 |
| Mit aktuellen Umgangsformen stilsicher auftreten und wirken (Onlinekurs) | FK5.242 | 28.02.2022 | 01.03.2022 |
| Finanzbuchführung (3) Lexware (Xpert Business) | FK5.466 | 28.02.2022 | 04.03.2022 |
| Social Media Marketing | FK5.556 | 28.02.2022 | 02.03.2022 |
| März | | | |
| Agile Meetings leiten | FK5.086 | 02.03.2022 | 03.03.2022 |
| Grafikdesign mit OpenSource | FK5.620 | 07.03.2022 | 08.03.2022 |

| Kurstitel | Kursnummer | Beginn | Ende |
|--|------------|------------|------------|
| Kommunikationstraining | FK5.065 | 09.03.2022 | 11.03.2022 |
| Visualisierung in Meetings und Workshops. Endlich schöne Flipcharts! | FK5.096 | 10.03.2022 | 11.03.2022 |
| Train the Trainer - Grundausbildung | FK5.116 | 14.03.2022 | 18.03.2022 |
| Bildbearbeitung und Bewegte Bilder | FK5.664 | 14.03.2022 | 18.03.2022 |
| Train the Trainer kompakt (Onlinekurs) | FK5.118 | 19.03.2022 | 20.03.2022 |
| Stressbewältigung im Berufsalltag | FK5.214 | 21.03.2022 | 22.03.2022 |
| Finanzbuchführung DATEV pro | FK5.464 | 21.03.2022 | 25.03.2022 |
| Online-Marketing - Instrumente und Strategien | FK5.552 | 21.03.2022 | 23.03.2022 |
| Konfliktmanagement | FK5.166 | 24.03.2022 | 25.03.2022 |
| Training für SAP R/3 Rel. 4.6 - Finanzbuchhaltung/Logistik | FK5.490 | 28.03.2022 | 01.04.2022 |
| Einführung in die Personalentwicklung | FK5.282 | 28.03.2022 | 04.04.2022 |
| Zeit- und Selbstmanagement | FK5.218 | 29.03.2022 | 30.03.2022 |
| Systemische Aufstellungsmethoden in der Beratung | FK5.154 | 31.03.2022 | 01.04.2022 |
| April | | | |
| Selbstcoaching | FK5.206 | 04.04.2022 | 06.04.2022 |
| Spanisch A1.1 für Alltag und Beruf | FK4.S110 | 04.04.2022 | 08.04.2022 |
| Yoga Intensivseminar: Auffanken für den Beruf | FK3.258 | 06.04.2022 | 08.04.2022 |
| Geschicktes Verhandeln im Beruf und Arbeitsleben | FK5.064 | 07.04.2022 | 08.04.2022 |
| Programmieren mit Python - Grundlagen | FK5.742 | 11.04.2022 | 15.04.2022 |
| Aktives Gesundheitsmanagement | FK3.530 | 11.04.2022 | 14.04.2022 |
| Projektmanagement - Methodische Grundlagen | FK5.338 | 11.04.2022 | 12.04.2022 |
| Nachhaltigkeit/Corporate Social Responsibility (CSR) | FK5.324 | 14.04.2022 | 14.04.2022 |
| Computerschreiben in 4 Lektionen | FK5.354 | 18.04.2022 | 19.04.2022 |
| Einführung in die Organisationsentwicklung | FK5.304 | 25.04.2022 | 02.05.2022 |
| Konfliktbewältigung in Gruppen und Projekten | FK5.168 | 25.04.2022 | 26.04.2022 |
| Layout und Kommunikationsdesign | FK5.626 | 25.04.2022 | 29.04.2022 |
| PHP I (Onlinekurs) | FK5.574 | 25.04.2022 | 29.04.2022 |
| Besprechungen erfolgreich moderieren | FK5.074 | 27.04.2022 | 29.04.2022 |
| Aufbruch im Beruf | FK5.240 | 27.04.2022 | 25.05.2022 |
| Mai | | | |
| Kommt da nicht ein Komma hin? | FK5.356 | 02.05.2022 | 02.05.2022 |
| Englisch A2 für den Beruf | FK4.E200 | 02.05.2022 | 06.05.2022 |
| Wie schreibt man heute? | FK5.360 | 03.05.2022 | 03.05.2022 |
| Psychologisches Wissen in Alltag und Beruf nutzen | FK5.142 | 05.05.2022 | 06.05.2022 |
| Mitarbeitermotivation | FK5.294 | 05.05.2022 | 05.05.2022 |
| PHP II (Onlinekurs) | FK5.576 | 06.05.2022 | 08.05.2022 |
| Controlling (Xpert Business) | FK5.476 | 09.05.2022 | 18.05.2022 |
| Systemische Trainerausbildung - Grundlagen | FK5.132 | 09.05.2022 | 13.05.2022 |
| Systemisches Coaching (Onlinekurs) | FK5.194 | 11.05.2022 | 13.05.2022 |
| Illustration und Signetentwicklung mit Affinity Designer | FK5.654 | 13.05.2022 | 15.05.2022 |
| Theater in der beruflichen Praxis | FK5.274 | 14.05.2022 | 29.05.2022 |
| Transaktionsanalyse - Beziehungsführung in Alltag und Beruf | FK5.144 | 16.05.2022 | 18.05.2022 |
| Training für Führungskräfte | FK5.298 | 16.05.2022 | 20.05.2022 |
| Erfolgreich kommunizieren und Ziele erreichen | FK5.068 | 16.05.2022 | 18.05.2022 |
| Einführung in die Personalentwicklung | FK5.284 | 23.05.2022 | 30.05.2022 |
| Moderation - Zusammenarbeit effektiv gestalten! | FK5.082 | 23.05.2022 | 25.05.2022 |
| Programmieren mit C++ - Grundlagen | FK5.758 | 30.05.2022 | 03.06.2022 |
| Besprechungen erfolgreich moderieren | FK5.076 | 30.05.2022 | 01.06.2022 |
| Wie gründe ich mein Unternehmen? | FK5.378 | 30.05.2022 | 03.06.2022 |

| Kurstitel | Kursnummer | Beginn | Ende |
|---|------------|------------|------------|
| Juni | | | |
| Bilanzierung (Xpert Business) | FK5.472 | 01.06.2022 | 09.06.2022 |
| Agile Meetings leiten | FK5.088 | 02.06.2022 | 03.06.2022 |
| Mediengestaltung kompakt mit Adobe CS5/6 | FK5.628 | 06.06.2022 | 10.06.2022 |
| Programmieren mit Python - Grundlagen | FK5.746 | 13.06.2022 | 17.06.2022 |
| Verhandeln, Diskutieren, Argumentieren - Gesprächsführung | FK5.062 | 13.06.2022 | 15.06.2022 |
| Systemisches Handwerkszeug für die Beratung - Grundlagen | FK5.152 | 13.06.2022 | 17.06.2022 |
| Lohn und Gehalt (3) Lexware (Xpert Business) | FK5.488 | 13.06.2022 | 17.06.2022 |
| Die Linux-Werkstatt | FK5.728 | 13.06.2022 | 14.06.2022 |
| Englisch B2 für den Beruf - auch als Bildungsurlaub | FK4.E404 | 13.06.2022 | 17.06.2022 |
| Stilberatung | FK5.248 | 17.06.2022 | 17.06.2022 |
| Adobe Photoshop Elements - Grundkurs | FK5.648 | 20.06.2022 | 22.06.2022 |
| Präsentieren! | FK5.046 | 20.06.2022 | 22.06.2022 |
| Train the Trainer - Grundausbildung | FK5.120 | 20.06.2022 | 24.06.2022 |
| Programmieren mit Java - Grundlagen | FK5.752 | 27.06.2022 | 01.07.2022 |
| Besprechungen erfolgreich moderieren | FK5.078 | 27.06.2022 | 29.06.2022 |
| Türkisch A1.1 für Alltag und Beruf | FK4.T114 | 27.06.2022 | 01.07.2022 |
| Juli | | | |
| Einführung in die Organisationsentwicklung | FK5.306 | 04.07.2022 | 11.07.2022 |
| Finanzbuchführung (1 + 2) (Xpert Business) | FK5.460 | 04.07.2022 | 15.07.2022 |
| Fotografie Grundkurs III: Formale Bildgestaltung und serielles Arbeiten | FK2.116 | 04.07.2022 | 08.07.2022 |
| Projektmanagement in der Praxis | FK5.332 | 04.07.2022 | 06.07.2022 |
| Englisch B1 für den Beruf | FK4.E304 | 04.07.2022 | 08.07.2022 |
| Digitale Medien- und Pressearbeit - mit Konzept | FK5.530 | 04.07.2022 | 05.07.2022 |
| Polnisch A1.1 für Alltag und Beruf | FK4.P104 | 11.07.2022 | 15.07.2022 |
| Russisch A1.1 für Alltag und Beruf | FK4.R104 | 11.07.2022 | 15.07.2022 |
| Arabisch A1.1 für Alltag und Beruf | FK4.A106 | 11.07.2022 | 15.07.2022 |
| Französisch A1.1 für Alltag, Beruf und Schule | FK4.F108 | 11.07.2022 | 15.07.2022 |
| Fotografie Grundkurs I: Digitale Fotografie | FK2.074 | 25.07.2022 | 29.07.2022 |
| August | | | |
| Fotografie Grundkurs II: Bildbearbeitung mit Photoshop | FK2.091 | 01.08.2022 | 05.08.2022 |
| Fotografie Grundkurs I: Digitale Fotografie | FK2.077 | 22.08.2022 | 26.08.2022 |



© Oliver S. Scholten

DIGITALE BILDUNG

PROGRAMMBEREICHSLEITUNG

Nurten Doğan

Persönliche Beratung nach Vereinbarung

Frankfurter Allee 37, Raum 3513

Tel. 90298-4646

nurten.dogan@ba-fk.berlin.de

Unser Programm wird auch im laufenden Semester ständig ergänzt und erweitert.
Neue Kurse und aktuelle Hinweise finden Sie unter www.vhs-fk.de.

VHS @ HOME: DIGITALE LERNANGEBOTE IHRER VHS



Digitale Technologien eröffnen neue Zugänge zum Lernen und somit neue Möglichkeiten für die Erwachsenenbildung – nicht nur, aber gerade auch in Zeiten von Kontaktbeschränkungen. Digitales Lernen ist nicht reduziert auf EDV-Kurse oder Software-Schulungen, sondern funktioniert bei Fitness und Fotografie, in Koch- und Kreativkursen und natürlich auch beim Sprachenlernen.

Ob analog oder digital, off- oder online, real oder virtuell, das Angebot unserer Volkshochschule ist sehr vielfältig und reicht von klassischen Präsenzkursen mit digitalen Elementen über Blended Learning bis hin zu reinen Onlinekursen. Sie fragen sich: Was heißt das? Worin unterscheiden sich diese Kurse? Ist auch etwas Passendes für mich dabei und wie kann ich teilnehmen?

Für den optimalen Durchblick im digitalen Begriffsdschungel hier ein Überblick über unsere Kursformate:

Onlinekurse: So fern – und doch so nah!

Ein Onlinekurs findet ausschließlich im Internet statt. Sie lernen bequem am Ort Ihrer Wahl – zu Hause, im Park oder im Büro – ohne Anfahrtswege und Ansteckungsrisiko. Für die Teilnahme benötigen Sie Zugang zu einem Computer – PC, Laptop, Tablet, notfalls auch Smartphone – und eine stabile und schnelle Internetverbindung. Sie treffen sich live zu festen Terminen mit Ihrer Kursgruppe und der Kursleitung in einer Videokonferenz. Körperliche Distanz schließt kommunikative Nähe nicht aus. Auch zwischen den Live-Sitzungen können Sie in Ihrem virtuellen Kursraum auf der Lernplattform vhs.cloud mit den anderen Teilnehmenden und Ihrer Kursleitung in Kontakt bleiben.

Blended-Learning-Kurse: Die Mischung macht's!

Blended Learning bezeichnet die Mischung aus Online- und Präsenzlehre, die Kombination von klassischen Präsenztreffen an Ihrer Volkshochschule mit Online-treffen bzw. digitalen (Selbst-) Lernphasen. Blended Learning verbindet die Vorteile beider Welten: Sie haben einerseits den persönlichen Kontakt und direkten Austausch mit der Kursgruppe vor Ort. Andererseits können Sie den Lernstoff zu Hause selbständig und bei individuellem Lerntempo erarbeiten oder bei Online-Live-Treffen mit der Gruppe vertiefen und anwenden.

Hybridkurse: Getrennt und doch zusammen!

Der Kurs findet wie üblich vor Ort statt. Also ein Präsenzkurs? Nein, nicht ganz – denn der Kurs hat noch weitere Teilnehmende. Diese schalten sich von zu Hause aus online dazu. Präsenz-Teilnehmende und Online-Teilnehmende lernen zeitgleich an unterschiedlichen Orten. Alle Teilnehmenden können sich gegenseitig hören und sehen und miteinander interagieren.

Flexikurse: Login bei Lockdown

Ein Flexikurs wäre ein Präsenzkurs, wäre da nicht die Pandemie. Teilnehmende von Flexikursen haben bereits bei Kursanmeldung die Gewissheit, dass ihr Präsenzkurs im Falle eines Lockdowns nicht unterbrochen oder abgesagt, sondern online fortgesetzt wird. Damit ein schneller Wechsel von Präsenz- in Onlineunterricht gelingt, wird für die Flexikurse schon zu Kursbeginn begleitend ein virtueller Kursraum in der vhs.cloud angelegt.

Präsenzkurse: Digital ist überall!

Digitale Medien und Werkzeuge begleiten Sie auch zunehmend in Präsenzkursen: Kursleitende präsentieren Videofilme an interaktiven Tafeln, integrieren Lern-Apps in Ihren Unterricht oder hinterlegen Zusatzmaterialien und hilfreiche Links im virtuellen Kursraum in der vhs.cloud. Klassische Präsenzkurse lassen sich mit der vhs.cloud einfach um einzelne Online-Elemente ergänzen.

Lernplattform vhs.cloud: Eher heiter als wolkig!

Sie haben einen Kurs gebucht, in dem die vhs.cloud genutzt wird? Hier erfahren Sie, was Sie erwartet:

Die vhs.cloud ist die Lernplattform für Volkshochschulen in Deutschland und der Zugang ist kostenfrei. Unsere Volkshochschule richtet für Sie virtuelle Kursräume in der vhs.cloud ein. Dabei kann es sich um Kurse handeln, die Präsenzkurse um

Onlineangebote ergänzen oder auch um Kurse, die überwiegend oder ausschließlich online und per Videokonferenz durchgeführt werden. Sie erhalten in dem vhs.cloud-Kursraum Zugriff auf Kursmaterialien und Möglichkeiten zur Vertiefung von Lerninhalten. Sie können sich per Mail oder ‚Quickmessage‘ mit Ihren Mitlernenden austauschen, sich jederzeit über versäumte Inhalte informieren oder auch unkompliziert die Kursleitung kontaktieren.

Um zu Ihrem virtuellen Kursraum zu gelangen, müssen Sie sich vorab in der vhs.cloud registrieren: www.vhs.cloud. Dann treten Sie mit Ihrem Kurscode, den Sie von uns erhalten haben, Ihrem virtuellen Kursraum bei. Der Kurscode hat das Format 123456@berlin.vhs.cloud. Bei Onlinekursen wird der Unterricht per Videokonferenz durchgeführt.



Wie genau Ihr Kurs ablaufen wird und welches Konferenzsystem in Ihrem Kurs genutzt wird, erfahren Sie in der jeweiligen Kursbeschreibung oder vor dem Kursstart per Mail.

Alle Anleitungen und Hilfestellungen zur vhs.cloud und den Videokonferenzsystemen sowie die technischen Anforderungen (Browser, Internet, Mikrofon, Kamera etc.) für die Teilnahme an Onlinekursen finden Sie auf unserer Homepage:



Auf einen Blick

Hier finden Sie unser gesamtes Online-Kursangebot:



Fragen?

Bei Fragen rund um unsere digitalen Angebote wenden Sie sich bitte an:

Tel.: 030-90298-4600

E-Mail: info@vhs-fk.de

Fotos: Oliver S.Scholten

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN DER BERLINER VOLKSHOCHSCHULEN

1. Vertrag

Der Vertrag kommt mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung und ihrer Annahme durch die Volkshochschule zustande. Wird bei schriftlicher und fernmündlicher Anmeldung bzw. Anmeldung per E-Mail/online die Annahme von der Volkshochschule nicht ausdrücklich erklärt, kommt der Vertrag mit der Aushändigung der Anmeldebestätigung zustande. Nachträgliche Änderungen, insbesondere das nachträgliche Geltendmachen von Ermäßigungstatbeständen, kommen nicht in Betracht. Zum Beleg und als Quittung erhalten die Teilnehmenden bei der Anmeldung zu einer Veranstaltung (mit Ausnahme der Anmeldung zu Einzelberatungen, Einstufungstests und Präsentationen von Volkshochschularbeit) eine Anmeldebestätigung. Die Teilnahmeberechtigung an der Kinderbeaufsichtigung wird auf der Anmeldebestätigung nachgewiesen. Die Anmeldebestätigung ist nicht übertragbar. Die Verträge werden unter der Bedingung geschlossen, dass die im Volkshochschulprogramm veröffentlichte Mindestteilnehmerzahl erreicht wird; dies gilt für abschlussbezogene Veranstaltungen mit mehr als einem Semester Dauer nur für das erste Semester.

2. Leistungsumfang und Teilnahmevoraussetzungen

Der Umfang der Leistungen der Volkshochschule (Ort, Zeit, Dauer, Kursthema, Bildungsziel) ergibt sich aus der Beschreibung im Volkshochschulprogramm in der zum Zeitpunkt der Anmeldung bekannt gemachten und in den Geschäftsräumen ausgehängten bzw. ausgelegten und im Internet veröffentlichten Fassung. Die Volkshochschule kann die Teilnahme an einer Lehrveranstaltung von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen. Soweit möglich, wird über die erforderlichen Voraussetzungen im Volkshochschulprogramm und im Internet informiert.

3. Entgelte

Über die allgemeinen Regelungen zur Höhe der Entgelte und über die Ermäßigungsmöglichkeiten wird mit dem Volkshochschulprogramm und im Internet informiert. Die Gesamtkosten für jede Veranstaltung (für Vollzahlende und für Teilnehmende mit Anspruch auf Entgeltermäßigung) werden im Volkshochschulprogramm und im Internet ausgewiesen. Der Anspruch auf Entgeltermäßigung ist bei der Anmeldung durch Vorlage des erforderlichen gültigen Nachweises zu belegen. Eine nachträgliche Ermäßigung gebuchter Lehrveranstaltungen ist nicht möglich. Für bereits ermäßigte Veranstaltungen wird keine weitere individuelle Ermäßigung gewährt.

4. Zahlungsmodalitäten

Die Anmeldung verpflichtet – unabhängig von der tatsächlichen Teilnahme – zur Zahlung der im Programm ausgewiesenen Kosten vor Beginn der Veranstaltung bei der Volkshochschule. Barzahlung oder EC-Kartenzahlung erfolgt zum Zeitpunkt der Anmeldung und ist nur in den Geschäftsstellen der Volkshochschule möglich, die die Veranstaltung durchführt. Bei der Teilnahme am SEPA-Lastschriftverfahren wird das Entgelt spätestens 14 Tage vor Kursbeginn abgebucht. Kann eine Lastschrift wegen fehlerhafter Angaben der Teilnehmenden oder des Teilnehmenden, mangelnder Kontendeckung oder wegen einer entgegenstehenden Anweisung der Teilnehmenden oder des Teilnehmenden an ihre bzw. seine Bank nicht eingelöst werden, so hat die Teilnehmende oder der Teilnehmende die entstehenden Kosten zu tragen. Die Volkshochschule kann in einem solchen Fall den Vertrag kündigen und den Kursplatz neu vergeben. Zahlung per Überweisung ist nur in Ausnahmefällen nach Absprache mit der Volkshochschule möglich. Eine nachträgliche Rechnungsstellung auf den Namen Dritter ist nicht möglich. In besonders begründeten Einzelfällen kann Ratenzahlung vereinbart werden.

5. Teilnahmebescheinigung

Bei regelmäßig erfolgter Teilnahme an einer Lehrveranstaltung (mindestens 70 Prozent) erstellt die Volkshochschule auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung. Die erste Ausfertigung innerhalb eines Jahres nach Beendigung der Veranstaltung ist unentgeltlich.

6. Organisatorische Änderungen

Es besteht kein Anspruch darauf, dass die Veranstaltung von dem oder der im Volkshochschulprogramm angekündigten Kursleitenden geleitet wird. Wird eine Veranstaltung aufgrund einer zu geringen Zahl von Anmeldungen nicht durchgeführt, erhalten die Teilnehmenden das bereits entrichtete Entgelt und evtl. Entgeltzuschläge, den Kostenbeitrag zur Kinderbeaufsichtigung sowie die Verwaltungskostenpauschale zurück. Können Teile von Veranstaltungen nicht in der ursprünglich vorgesehenen Form durchgeführt werden (z.B. wegen Verhinderung der Kursleitung oder Schließung von Veranstaltungsräumen), bietet die Volkshochschule den Teilnehmenden insbesondere durch Nachholen ausgefallener Veranstaltungsteile gleichwertigen Ersatz. Kann ein gleichwertiger Ersatz nicht angeboten werden, oder können Teilnehmende von dem Ersatzangebot keinen Gebrauch machen, werden die Entgelte für nicht in Anspruch genommene Leistungen zurückgezahlt. Einzelheiten dazu sind unter Nummer 9 Ab-

satz 1 bis 4 geregelt. Schadenersatzleistungen in Geld sind – außer bei Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit – der Höhe nach auf das Entgelt für den laufenden Unterrichtsabschnitt begrenzt.

7. Haftungsausschluss

Für Unfälle und sonstige Schädigungen der Teilnehmenden bzw. Diebstähle oder Schädigungen ihrer Sachen während der Lehrveranstaltung haftet das Land Berlin nur bei ihm zuzurechnendem Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit. Der Ausschluss gemäß Absatz 1 gilt nicht, wenn die Volkshochschule Pflichten schuldhaft verletzt, die das Wesen des Vertrages ausmachen (Kardinalpflichten), ferner nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit der oder des Teilnehmenden. Für Unfälle und sonstige Schädigungen während des Hin- bzw. Rückweges zu bzw. von den Veranstaltungen übernimmt das Land Berlin keine Haftung.

8. Pflichten der Teilnehmenden

Bei jeder Teilnahme an einer Lehrveranstaltung der Volkshochschule ist die namentliche Eintragung in die Anwesenheitsliste (durch Kurzzeichen) erforderlich. Auf Verlangen ist die Anmeldebestätigung vorzuzeigen. Ist dies nicht möglich, kann die Teilnehmende oder der Teilnehmende von der weiteren Teilnahme ausgeschlossen werden, wenn die Teilnahmeberechtigung nicht auf andere Weise nachgewiesen werden kann. Dies gilt auch für die Kinderbeaufsichtigung. Die Teilnehmerin oder der Teilnehmer ist verpflichtet, die von ihr oder ihm benutzten Geräte, Einrichtungen und Veranstaltungsräume der Volkshochschule sorgsam zu behandeln sowie die Hausordnung und die Brandschutzordnung der Gebäude, in denen die Veranstaltungen stattfinden, sowie eventuelle Rauchverbote zu beachten.

9. Rücktritt und Kündigung durch die Volkshochschule

Die Volkshochschule kann vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die Volkshochschule nicht zu vertreten hat (z.B. wegen Verhinderung der Kursleitung oder Schließung von Veranstaltungsräumen), ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. Die Volkshochschule kann den Vertrag während eines Unterrichtsabschnittes mit sofortiger Wirkung kündigen, wenn die tatsächliche Teilnehmerzahl einer Lehrveranstaltung dauerhaft (mindestens an drei aufeinander folgenden Veranstaltungsterminen) unter die unterrichtsmethodisch gebotene Mindestzahl von Teilnehmenden sinkt. Wird eine Veranstaltung nicht durchgeführt, erhalten die Teilnehmenden das bereits entrichtete Entgelt und evtl.

Entgeltzuschläge, den Kostenbeitrag zur Kinderbeaufsichtigung sowie die Verwaltungskostenpauschale zurück. Wird eine Veranstaltung nur teilweise durchgeführt, werden die Entgelte für nicht in Anspruch genommene Leistungen zurückgezahlt. Gleiches gilt für den Kostenbeitrag zur Kinderbeaufsichtigung. Eine Rückerstattung der Verwaltungskostenpauschale sowie von Auslagen für in Anspruch genommene Verbrauchsmaterialien ist ausgeschlossen. In Fällen, in denen eine Berechnung der erbrachten Teilleistung unzumutbar wäre (insbesondere, wenn die erbrachte Teilleistung für die Teilnehmenden ohne Wert ist), erhalten die Teilnehmenden das entrichtete Entgelt, erhobene Entgeltzuschläge, ggf. den Kostenbeitrag zur Kinderbeaufsichtigung sowie die Verwaltungskostenpauschale zurück. Die Volkshochschule kann den Vertrag während eines Unterrichtsabschnittes aus wichtigem Grund mit sofortiger Wirkung kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in den in Absatz 1 und 2 beschriebenen sowie in folgenden Fällen vor: a) bei nicht erfolgter Zahlung des Entgeltes bzw. bei nicht rechtzeitiger Zahlung vereinbarter Raten, b) bei fehlenden persönlichen oder sachlichen Voraussetzungen für die Teilnahme an der Lehrveranstaltung gemäß Nummer 2 Absatz 2, c) bei gemeinschaftswidrigem Verhalten, d) bei beachtlichen Verstößen gegen die Hausordnung. Kündigt die Volkshochschule gemäß Absatz 5 wegen fehlender persönlicher und sachlicher Voraussetzungen für die Teilnahme, so werden gegebenenfalls die Entgelte für nicht in Anspruch genommene Leistungen wie unter Absatz 4 beschrieben zurückgezahlt.

10. Kündigung und Widerruf durch die Teilnehmenden

Die Teilnehmende oder der Teilnehmende kann den Vertrag schriftlich, persönlich, per FAX oder per E-Mail in der Geschäftsstelle der Volkshochschule kündigen. Eine telefonische Mitteilung, die Abmeldung bei der Kursleitenden oder dem Kursleitenden oder das Fernbleiben vom Kurs gelten nicht als Kündigung. Die Kündigung wird von der Volkshochschule schriftlich bestätigt. Kündigungen per E-Mail können per E-Mail bestätigt werden. Bei einer Kündigung bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn werden das Entgelt, evtl. Entgeltzuschläge sowie ggf. der Kostenbeitrag zur Kinderbeaufsichtigung unter Einbehaltung einer Pauschale in Höhe von 6 € erstattet. Bei einer Kündigung ab dem 13. Tag bis einen Werktag vor Veranstaltungsbeginn werden das Entgelt, evtl. Entgeltzuschläge sowie ggf. der Kostenbeitrag zur Kinderbeaufsichtigung unter Einbehaltung einer Pauschale in Höhe von 12 € erstattet. Entgelte unter 12 € werden in voller Höhe fällig. Ab dem Tag des Veranstaltungsbeginns besteht kein Anspruch auf Erstattung des Entgeltes, evtl. Entgeltzuschläge, der Verwaltungskostenpauschale sowie ggf. des Kostenbeitrages zur Kinderbeaufsichtigung. Weist die Veranstaltung einen Mangel auf, der geeignet ist, das Ziel der Veranstaltung nachhaltig zu beeinträchtigen, hat die Teilnehmende oder der Teilnehmende die Volkshochschule auf den Mangel schriftlich hinzuweisen und ihr innerhalb einer zu setzenden angemessenen Nachfrist Gelegenheit zu geben, den Mangel zu beseitigen. Geschieht dies nicht, kann die Teilnehmende oder der Teilnehmende nach Ablauf der Frist den Vertrag aus wichtigem Grund kün-

digen. Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht (z. B. bei Fernabsatzgeschäften) bleibt unberührt. Soweit die Teilnahme an Veranstaltungen der Volkshochschule aus öffentlichen Mitteln gefördert wird und die Förderungsbedingungen weitergehende Kündigungsmöglichkeiten zulassen als in diesen Geschäftsbedingungen vorgesehen, werden den Teilnehmenden diese eingeräumt.

11. Urheberrecht

Das Kopieren und die Weitergabe von Lehrmaterialien ist ohne Genehmigung nicht gestattet. Fotografieren, Filmen und Aufnahmen auf Tonträgern in den Lehrveranstaltungen sind ohne Genehmigung nicht gestattet.

12. Speicherung personenbezogener Daten und Datenschutz

Zum Zwecke der Verwaltung der Lehrveranstaltungen setzen die Volkshochschulen eine automatisierte Datenverarbeitung ein. Die ausführliche Teilnehmer/inneninformation zu den Datenschutzbestimmungen finden sich im Programmheft und auf der Website der Volkshochschule unter: www.berlin.de/vhs/service/datenschutz Im Falle einer Anmeldung vor Ort wird die Datenschutzerklärung persönlich in Schriftform ausgehändigt. Im Zuge einer Online-Anmeldung über www.vhsit.berlin.de erhält die Kursteilnehmerin/der Kursteilnehmer automatisch mit der Buchung eine Erklärung zum Datenschutz.

13. Sonderveranstaltungen

Es gelten die Merkblätter der veranstaltenden Volkshochschulen

ADRESSEN DER BERLINER VOLKSHOCHSCHULEN

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf

Pestalozzistraße 40/41, 10627 Berlin
Tel. 9029 28873
vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de
www.vhs-city-west.de

VHS Friedrichshain-Kreuzberg

Frankfurter Allee 37, 10247 Berlin
Tel. 90298 4600
info@vhs-fk.de
www.vhs-fk.de

VHS Lichtenberg

Paul-Junius-Straße 71, 10369 Berlin
Tel. 90296 5971
www.vhs-lichtenberg.de
vhs@lichtenberg.berlin.de

VHS Marzahn-Hellersdorf

Mark-Twain-Str. 27, 12627 Berlin
Tel. 90293 2590
infovhs@ba-mh.berlin.de
www.vhs-marzahn-hellersdorf.de

VHS Mitte

Linienstraße 162, 10115 Berlin
Tel. 90183 7474
anmeldung@vhsmitte.de
www.city-vhs.de

VHS Neukölln

Boddinstraße 34, 12053 Berlin
Tel. 90239 2433
www.vhs-neukoelln.de
vhsinfo@bezirksamt-neukoelln.de

VHS Pankow

Schulstraße 29, 13187 Berlin
Tel. 90295 1700
vhs@ba-pankow.berlin.de
www.vhspankow.de

VHS Reinickendorf

Am Borsigturm 6, 13507 Berlin
Tel.: 90294 4800
vhs@reinickendorf.berlin.de
www.berlin.de/vhs-reinickendorf

VHS Spandau

Carl-Schurz-Straße 17, 13597 Berlin
Tel. 90279 5000
www.vhs-spandau.de
info@vhs-spandau.de

VHS Steglitz-Zehlendorf

Markgrafenstraße 3, 14163 Berlin
Tel. 90299 2373
service@vhssz.de
www.berlin.de/vhs/volkshochschulen/steglitz-zehlendorf

VHS Tempelhof-Schöneberg

Barbarossaaplatz 5, 10781 Berlin
Tel. 90277 3000
vhs@ba-ts.berlin.de
www.berlin.de/vhs-tempelhof-schoeneberg

VHS Treptow-Köpenick

Baumschulenstraße 79-81, 12437 Berlin
Tel. 90297 4055
anmeldung@vhstk.de
www.vhs-treptow-koepenick.de

Anmeldung für Kurse an den Berliner Volkshochschulen

Ich melde mich für die folgenden Kurse verbindlich an. (Bitte pro Person ein Anmeldeformular ausfüllen.)

Kurse

| Kursnummer | Kurstitel | Entgelt (Euro) |
|------------|-----------|----------------|
| 1 | | |
| 2 | | |
| 3 | | |

Adresse

Anrede* Frau Herr Titel _____ E-Mail _____

Familienname* _____ Telefon (tagsüber) _____

Vorname* _____ Mobil _____

c/o _____ Geburtsjahr _____

Straße, Nr.* _____

PLZ, Ort* _____ * Pflichtfelder

Ich beantrage eine Ermäßigung. Bitte Kopie des aktuellen Nachweises beifügen. Ermäßigungsberechtigt sind: Empfängerinnen und Empfänger von Sozialhilfe/Grundsicherung, Sozialgeld, Arbeitslosengeld, Wohngeld, Asylbewerberleistungen, Kinderzuschlag sowie Schülerinnen und Schüler, Studierende in Vollzeit, Wehr- und Bundesfreiwilligendienstleistende, Auszubildende, Schulabgängerinnen und Schulabgänger und berlinpass-Inhaberinnen und -Inhaber.

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 (IntTestV).

Datum, Unterschrift Teilnehmer_in bzw. gesetzliche Vertretung

SEPA-Lastschriftmandat

Land Berlin, vertreten durch die Bezirksamter, Gläubiger ID: DE02BEZ00000026026
Die Mandatsreferenz entnehmen Sie bitte der Anmeldebestätigung/Rechnung.

Ich ermächtige 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 damit einverstanden, dass zur Erleichterung des Zahlungsverkehrs die grundsätzlich 14-tägige Frist für die Information vor Einzug einer fälligen Zahlung bis auf einen Tag vor Belastung verkürzt werden kann. Bitte beachten Sie: Sind Kursteilnehmer_in und Girokontoinhaber_in nicht identisch, ist die Erteilung eines Mehrfachmandates nicht möglich.

Dieses Mandat wird für die o.g. Person

einmalig erteilt oder mehrmalig erteilt. Mehrfachmandat liegt bereits vor.

| | |
|---|-------------------------------|
| Girokontoinhaber_in* | Name des Kreditinstituts* |
| Straße, Nr. Girokontoinhaber_in* | PLZ, Ort Girokontoinhaber_in* |
| IBAN | BIC |
| Datum, Unterschrift Girokontoinhaber_in | |

Bitte senden Sie das Anmeldeformular mit Ihren zwei Unterschriften für Anmeldung und SEPA-Lastschriftmandat per Post, Fax oder E-Mail an die Volkshochschule, die die Kurse durchführt, oder geben Sie es in einer VHS-Geschäftsstelle ab. Die Kontaktdaten finden Sie auf der nächsten Seite.

Sie erhalten eine Anmeldebestätigung. Falls der Kurs ausgebucht ist, erfolgt ein Eintrag in die Warteliste.

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) Friedrichshain-Kreuzberg anmelden. Verantwortlich für die Erhebung gem. Art. 4 Abs. 7 Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) ist die Volkshochschule Friedrichshain-Kreuzberg, Frankfurter Allee 35/37, 10247 Berlin, als öffentliche Einrichtung des Bezirksamtes Friedrichshain-Kreuzberg von Berlin. Unseren Datenschutzbeauftragten Herrn Holger David erreichen Sie unter holger.david@ba-fk.berlin.de, Frankfurter Allee 35/37, 10247 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 Interesse 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 dazu verpflichtet sein, weitere persönlichen Angaben zu erheben und zu verarbeiten. Dies ergibt sich aus dem jeweiligen Gesetz. Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse (Art.6 Abs.1 lit.f), Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat (SEPA-Mandat) erteilen. In diesem Fall leiten wir Ihre Daten zum Einzug der Kursgebühr an unsere Bank/Sparkasse weiter. Ihre Kontodaten nutzen wir ggf. auch 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 Geschäftsstelle VHS-IT betreut, die organisatorisch dem Servicezentrum der Berliner Volkshochschulen zugeordnet ist. Darüber hinaus nutzt die VHS die kommunale IT-Struktur der Stadt Berlin.

3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihre Daten an Vertragspartner (z.B. Kursleitungen, Prüfungsinstitute, auftragsverarbeitende und öffentliche Stellen) weiter, soweit wir hierzu gesetzlich berechtigt oder verpflichtet sind (z.B. Auftragsdatenverarbeitungsverträge, Befugnisse nach Art. 6 DSGVO, insbesondere vertragliche Pflichten, gerichtliche Anordnungen etc.). Wir geben Ihren Namen an Kursleitungen zur Durchführung des Kurses weiter. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) 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 Teilnehmenden-Datenbank, um die be-

zirksübergreifende 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 Landeshaushaltsordnung 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

5.1 Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Wenden Sie sich hierzu per E-Mail bitte an peter.lattermann@ba-fk.berlin.de. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen.

5.2 Sie haben zudem das Recht, sich bei einer Datenschutz-Aufsichtsbehörde über die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten durch uns zu beschweren, z.B., wenn Sie davon ausgehen, dass diese ohne ausreichende rechtliche Grundlage erfolgt. Die für uns zuständige Aufsichtsbehörde ist die Berliner Beauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit, Friedrichstraße 219, 10969 Berlin, Telefon: 030/138 89-0, E-Mail: mailbox@datenschutz-berlin.de

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen sowie die Datenschutzbestimmungen der Berliner Volkshochschulen sind in unseren Lern- und Servicezentren Frankfurter Allee 37 und Wassertorstraße 4 einsehbar und werden auf Wunsch bei Anmeldung ausgehändigt.

Fassung vom 28.06.2021

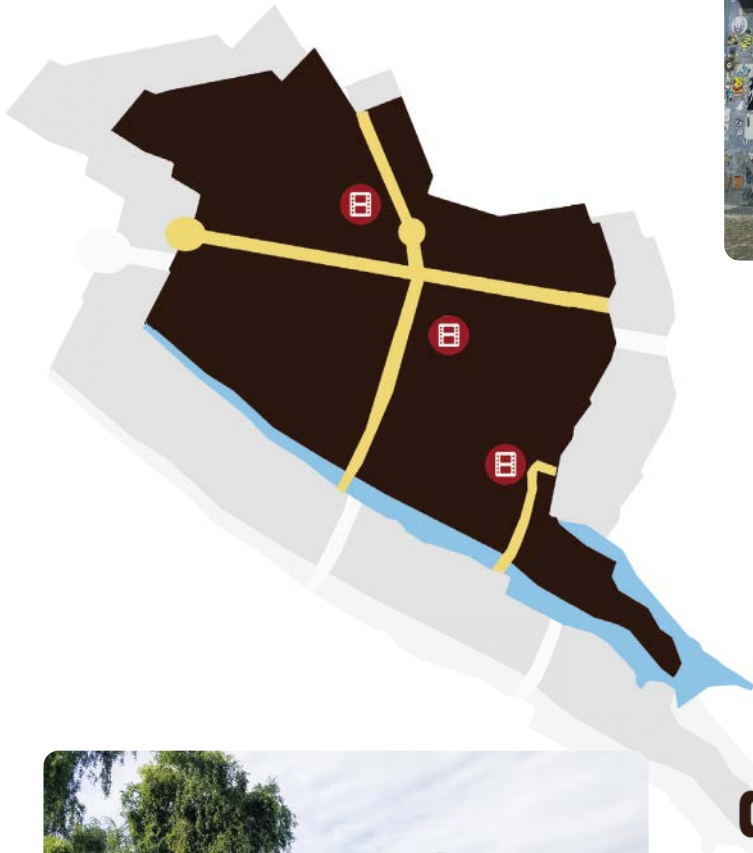


Tilsiter Lichtspiele
 Programm kino & Kneipe
 Richard-Sorge-Str. 25a
 10249 Berlin, Tel. 030 4268129
www.tilsiter-lichtspiele.de



Kino Intimes
 Lichtspiele des Ostens
 Boxhagener Str. 107
 10245 Berlin, Tel. 030 32592592
www.kino-intimes.de

Geschlossen April 2019
 Übernommen und umgebaut
 von den Tilsiter Lichtspielen
 Wiedereröffnet Juli 2021



die kinoachse
 Lichtspiele in Friedrichshain
 Tilsiter • Intimes • Zukunft



ZUKUNFT am Ostkreuz
 Kino Zukunft & Freiluftkino Pompeji
 Laskerstr. 5, 10245 Berlin
 Tel. 0176 57861079
www.zukunft-ostkreuz.de



Papa geht jetzt Zuhause zur Volkshochschule!

Mit der vhs.cloud bestimme ich,
WANN ich morgen lerne.



Jetzt bei der vhs.cloud anmelden unter
www.vhs.cloud