



# Mobile Banking premium.

Mein Konto kann das. Mit der Sparkassen-App.

Regeln Sie Ihre Finanzen 24/7, und nutzen auch Sie die vielen praktischen Banking-Funktionen. [www.sparkasse-altenburgerland.de](http://www.sparkasse-altenburgerland.de)



Wenn's um Geld geht – Sparkasse.



Sparkasse  
Altenburger Land



Volkshochschule  
Altenburger Land

Frühjahr 2024



Mit dem AWA e.V. zum beruflichen Erfolg

## Wir begleiten Sie in Ihre neue Zukunft:

- Berufsorientierung
- Berufsvorbereitung
- Berufsausbildung
- Weiterbildung
- Umschulung



Instagram



AWA\_EV



Jetzt informieren!

# AWA<sup>e.V.</sup>

1. GEMEINNÜTZIGER AUS- UND WEITERBILDUNGSVERBUND ALTENBURG AWA E.V.

Friedrich-Ebert-Straße 33, 04600 Altenburg

**03447 - 50 69 07**  
**www.awa-ev.de**



THEATER  
ALTENBURG  
GERA

# Bühnenzauber

## das ganze Jahr

**Klangvolle Konzerte**  
**Märchen für die ganze Familie**  
**Tanzgenuss der Spitzenklasse**  
**Packende Theatererlebnisse**



Foto: Ronny Ristak - Anything Goes

**Tickets und Gutscheine**  
**unter [www.theater-altenburg-gera.de](http://www.theater-altenburg-gera.de)**

## VORWORT

Liebe Leserinnen und Leser,

als Landrat des Altenburger Landes genieße ich das Privileg, noch vor Drucklegung einen Blick in das neue Programmheft unserer Volkshochschule (VHS) werfen zu dürfen. Einige Kurse daraus möchte ich Ihnen ganz besonders empfehlen:



**Herzlich willkommen  
an der  
vhs Altenburger  
Land**

Im Mai und Juni stehen in unserem Landkreis Kommunalwahlen an. Für alle, die sich für ein kommunales Amt oder Mandat zur Wahl stellen wollen, bietet die VHS den Grundlagenkurs „Fit fürs Mandat“ an (S. 12), der Grundlagen der kommunalpolitischen Arbeit vermittelt.

Im kulturellen Bereich möchte ich Sie in das neue „Malatelier für Anfänger und Fortgeschrittene“ einladen (S. 26) – ein Angebot für alle, die sich künstlerisch entfalten, weiterentwickeln und gegenseitig inspirieren wollen. In der Gesundheitsbildung freue ich mich sehr, dass die Vortragsreihe „Seelische Gesundheit“ fortgesetzt wird (S. 39), die die VHS nun schon im sechsten Semester erfolgreich in Kooperation mit der Evangelischen Lukas-Stiftung Altenburg durchführt.

Allen Reiselustigen möchte ich die Reisesprachkurse ans Herz legen, die die VHS im Frühjahr wieder für Englisch (S. 69) und Bulgarisch (S. 58) anbietet. Des Weiteren möchte ich Sie auf das Thema „Achtsamkeit“ hinweisen, dem sich ein Kurs im Bereich der beruflichen Bildung widmet (S. 73).

Schließlich möchte ich Ihre Aufmerksamkeit auf das wichtige Thema Online-Sicherheit lenken. Hier offeriert die VHS mit den Kursen „Einkaufen im Internet, aber sicher“ (S. 92) sowie „Datenschutz in sozialen Netzwerken“ (S. 93) Hilfestellungen zur sicheren Nutzung verschiedener Online-Dienste und zum Schutz der persönlichen Daten.

Ob Sie sich für diese oder eines der zahlreichen anderen Themen aus dem Programm des Frühjahrssemesters interessieren – werden Sie Teil der bunten und vielfältigen VHS-Welt und bilden Sie sich weiter!

Ihr

Uwe Melzer, Landrat

## ALLE KURSE AUF EINEN BLICK

Vorwort .....	1
Unser Team .....	4
Geschäftsstellen .....	5
Leitbild .....	6
Thüringer Volkshochschulverband .....	7



<b>POLITIK UND GESELLSCHAFT .....</b>	<b>8</b>
Akademie in der Aula .....	9
Politik .....	12
Länderkunde .....	14
Religion .....	14
Geschichte   Zeitgeschichte .....	15
Recht   Finanzen   Verbraucherschutz .....	17
Lebensführung .....	19
Umwelt   Nachhaltigkeit .....	20
Einbürgerungstest .....	21
Freiwilligendienste .....	22

## UNSERE ANGEBOTE IN MEUSELWITZ .....

**23**



<b>KULTUR UND GESTALTEN .....</b>	<b>24</b>
Literatur .....	25
Malerei   Zeichnen .....	26
Kreatives Gestalten .....	27
Textiles Gestalten .....	31
Plastisches Gestalten .....	35
Fotografie   Video .....	36
Tanz .....	36



<b>GESUNDHEIT .....</b>	<b>38</b>
Gesundheit und Psyche .....	39
Entspannung   Körpererfahrung .....	41
Bewegung .....	44
Gymnastik   Kondition .....	46
Bewegung im Wasser .....	50
Ernährung .....	52

## ALLE KURSE AUF EINEN BLICK



<b>SPRACHEN UND INTEGRATION</b> .....	<b>56</b>
Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen .....	57
Bulgarisch .....	58
Deutsch I Integration .....	58
Start Deutsch – Landesprogramm Thüringen .....	60
Deutsch für den Beruf .....	61
Deutsch online lernen .....	62
Begegnungssprache Deutsch .....	64
Deutsch Lernförderung .....	65
Englisch .....	67
Englisch - Refresherkurse .....	68
Englisch für die Reise .....	69
Englisch - Senior Students .....	69
Französisch .....	70
Portugiesisch .....	70
Russisch .....	71
Spanisch .....	71



<b>DIGITALE WELT UND BERUF</b> .....	<b>72</b>
Soft Skills I Schlüsselkompetenzen .....	73
Weiterbildung für Ihr Unternehmen .....	75
vhs Basics: PC-Grundlagen .....	76
vhs-Basics: Grundlagen Microsoft Office .....	77
Smartphone & Co .....	77
Xpert Business Lernnetz .....	81



<b>GRUNDBILDUNG</b> .....	<b>90</b>
Digitale Grundbildung .....	91
Finanzielle Grundbildung .....	94
Alphabetisierung .....	94
Schulabschlüsse auf dem zweiten Bildungsweg .....	95
Alphabetisierung und Grundbildung in Thüringen .....	95
Entgeltordnung .....	96
Impressum .....	98
Anmeldeformular .....	99
SEPA-Mandat .....	100

## UNSER TEAM

### **Gudrun Pfeiffer**

Leiterin der vhs Altenburger Land  
Fachbereich Sprachen und Integration  
03447 499095  
gudrun.pfeiffer@altenburgerland.de

### **Dr. Michael Hein**

Leiter der Geschäftsstelle Schmölln  
Pädagogischer Mitarbeiter  
Fachbereiche Politik und Gesellschaft,  
Kultur und Gestalten  
Bildungstage Bundesfreiwilligendienst  
03447 499097 (Mo, Mi, Fr)  
034491 63788 (Di, Do)  
michael.hein@altenburgerland.de

### **Peggy Eidner**

Pädagogische Mitarbeiterin  
Ansprechpartnerin Einstufung  
Berufssprachkurse (DeuFöV)  
03447 499098  
vhs-integration@altenburgerland.de

### **Ute Rüdiger**

Verwaltungsmitarbeiterin  
03447 499096  
ute.ruediger@altenburgerland.de

*Das Team der Volkshochschule  
Altenburger Land*

### **Kristin Treichel**

stellv. Leiterin der vhs Altenburger Land  
Pädagogische Mitarbeiterin  
Fachbereiche Gesundheit,  
Digitale Welt und Beruf,  
Grundbildung und Schulabschlüsse  
03447 551439  
kristin.treichel@altenburgerland.de

### **Ludmilla Galaiko**

Pädagogische Mitarbeiterin  
Ansprechpartnerin Integration: Deutsch  
lernen, Deutsch-Prüfungen, Lernförderung  
03447 499098  
vhs-integration@altenburgerland.de

### **Kilian Kraus**

Verwaltungsmitarbeiter  
03447 507928  
kilian.kraus@altenburgerland.de

### **Juliane Jähler**

Verwaltungsmitarbeiterin  
034491 27589 (Mo, Di, Do)  
03447 499094 (Mi, Fr)  
juliane.jaehler@altenburgerland.de

### **N.N.**

Hausmeister (Geschäftsstelle Altenburg)



## GESCHÄFTSSTELLEN

### Geschäftsstelle Altenburg



**Sitz**  
Hospitalplatz 6, 04600 Altenburg

**Telefon:** 03447 507928

**Fax:** 03447 551440

**E-Mail:**

vhs-altenburg@altenburgerland.de

### Geschäftsstelle Schmölln



**Sitz**  
Karl-Liebknecht-Str. 2/4, 04626 Schmölln

**Telefon:** 034491 27589

**Fax:** 034491 63787

**E-Mail:**

vhs-schmoelln@altenburgerland.de

---

### Postanschrift

Landratsamt Altenburger Land  
Volkshochschule  
Postfach 1165, 04581 Altenburg

---

**Website:** [www.vhs-altenburgerland.de](http://www.vhs-altenburgerland.de)  
**Facebook:** [www.facebook.com/VHSAaltenburg](http://www.facebook.com/VHSAaltenburg)  
**Instagram:** [www.instagram.com/vhsabgland](http://www.instagram.com/vhsabgland)  
**YouTube:** [www.youtube.com/@vhsabgland](http://www.youtube.com/@vhsabgland)

---

### Öffnungszeiten

**Mo** 08:30-12:30 und 13:30-16:00 Uhr

**Di** 10:00-12:30 und 13:30-18:00 Uhr

**Mi** 08:30-12:30 Uhr

**Do** 08:30-12:30 und 13:30-16:00 Uhr

**Fr** geschlossen

**Mo** 13:00-16:00 Uhr

**Di** 10:00-12:00 und 13:00-18:00 Uhr

**Mi** geschlossen

**Do** 08:00-12:00 und 13:00-16:00 Uhr

**Fr** geschlossen

---

in den Ferien bis 16:00 Uhr

## LEITBILD

Dieses Leitbild wurde von uns, den Mitarbeitenden der Volkshochschule Altenburger Land, entwickelt und ist richtungsweisend für unsere Arbeit.

### **Unsere Volkshochschule: Ort für lebenslanges Lernen**

Die Volkshochschule ist das kommunale Weiterbildungszentrum für alle Menschen im Altenburger Land. Wir arbeiten auf der Grundlage der Verfassung des Freistaates Thüringen und des Thüringer Erwachsenenbildungsgesetzes. Als gemeinnützige Einrichtung unterhalten wir Geschäftsstellen in Altenburg und Schmölnn und sind mit unseren Angeboten an verschiedenen Orten im gesamten Landkreis präsent. Wir fördern und begleiten Menschen in ihrem Streben nach lebenslangem Lernen und sind ein Forum für Begegnung, Ideen und Kreativität. Zudem sind wir ein Ort der Vermittlung und Diskussion neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse und gesellschaftlich relevanter Debatten und Entwicklungen. Dabei verbinden wir die Erfahrung aus einer über 100-jährigen Tradition mit den Anforderungen von Gegenwart und Zukunft.

### **Unser Auftrag: Bildung für alle**

Die Volkshochschule Altenburger Land bietet lebenslanges Lernen mit einem breiten Themenspektrum. Hierfür organisieren wir Kurse und Veranstaltungen auf sämtlichen Gebieten der Erwachsenenbildung. Unsere Angebote richten sich an alle Erwachsenen und Heranwachsenden ab 16 Jahren. Darüber hinaus organisieren wir spezielle Angebote für Kinder und Jugendliche, Institutionen, Vereine, Firmen und andere spezielle Zielgruppen. Mit unseren Deutsch- und Integrationskursen erfüllen wir zudem eine wichtige integrative Funktion für unsere Gesellschaft. Wir arbeiten vor Ort, in zentraler Lage und sind gut mit dem öffentlichen Nahverkehr erreichbar. Unsere wohnortnahen Angebote ergänzen wir durch kursbegleitende digitale Lernmöglichkeiten und Online-Kurse. Die finanzielle Unterstützung aus Mitteln des Freistaates Thüringen und des Landkreises Altenburger Land ermöglicht gute Lernbedingungen und Kurse zu fairen, sozial verträglichen Preisen. Damit tragen wir zur Verwirklichung des Grundrechts auf Bildung bei.

### **Unsere Werte: Demokratie, Chancengleichheit, Weltoffenheit**

Die Volkshochschule Altenburger Land steht für eine umfassende, weltoffene und emanzipatorische Bildung. Wir arbeiten überkonfessionell und überparteilich. Wir sind den Werten von Demokratie, Menschenrechten, Rechtsstaatlichkeit, Toleranz und Geschlechtergerechtigkeit verpflichtet. Wir leisten einen Beitrag zur Chancengleichheit und streben die Barrierefreiheit unserer Angebote an.

### **Unsere Idee vom Lernen: mehr als nur Wissen**

Gemeinsames Lernen macht Spaß und erzeugt Lebensfreude. Weiterbildung an unserer Volkshochschule hat den Erwerb von fachlichen, sozialen und persönlichen Kompetenzen zum Ziel. Wichtig ist uns dabei, Neugier auf Unbekanntes zu wecken, Freude am Lernen zu vermitteln und praktische Anwendungen des Gelernten zu ermöglichen. Neben der Wissensvermittlung unterstützen wir die persönliche Entwicklung, die Entfaltung der eigenen Kreativität und die Fähigkeit zur Mitgestaltung des gesellschaftlichen Lebens.



## Unsere Arbeit: engagiert und professionell

Unsere kollegiale und kooperative Arbeitsweise orientiert sich an den Bedürfnissen aller am Lernprozess Beteiligten. Teamgeist, Respekt und vertrauensvolles Miteinander zeichnen unsere Arbeit aus. Wir berücksichtigen die Interessen und Bildungsbedürfnisse unserer Kursteilnehmenden und beraten sie persönlich und kompetent. In unseren Kursen und Veranstaltungen nutzen wir zeitgemäße Methoden und moderne Technik. Materielle Ressourcen setzen wir verantwortungsvoll und nachhaltig ein. Durch regelmäßige Fortbildung entwickeln sich unsere Mitarbeitenden und Kursleitenden weiter und verbessern stetig die Qualität unseres Angebots. Durch fortlaufende Selbstevaluation und regelmäßige externe Überprüfung unterziehen wir uns einem ständigen Qualitätssicherungsprozess.

Altenburg/Schmölln, 16. Februar 2022



Der Thüringer Volkshochschulverband e.V. (TVV) ist der Landesverband aller 22 Volkshochschulen in Thüringen. Der Verband versteht sich als Impulsgeber und Vernetzer in der Erwachsenenbildung, engagiert sich für die Umsetzung der Idee des lebensbegleitenden Lernens und gestaltet mit bildungspolitischer Verantwortung zukunftsorientierte Erwachsenenbildung.

Als Volkshochschule Altenburger Land arbeiten wir in vielfältiger Weise mit dem TVV zusammen. In den Arbeitskreisen der verschiedenen Fachbereiche stehen wir in regelmäßigem Austausch mit den anderen thüringischen Volkshochschulen und gestalten gemeinsame Werbekampagnen. Des Weiteren bietet der TVV ein umfangreiches Weiterbildungsangebot für unsere Mitarbeitenden und Kursleitenden und organisiert Online-Kurse, die wir in unser Programmangebot aufnehmen.

**Weitere Informationen: [www.vhs-th.de](http://www.vhs-th.de)**





## AKADEMIE IN DER AULA

### Vortragsreihe zu Themen aus Politik, Gesellschaft und Geschichte

Einmal im Monat begrüßen wir montags, 18 Uhr, Gäste aus Wissenschaft, Journalismus und Literatur zur „Akademie in der Aula“ in unserer Volkshochschule in Altenburg zu einem Vortrag mit anschließender Diskussion. Die Vortragsreihe wird vom Thüringer Ministerium für Bildung, Jugend und Sport gefördert. Die Teilnahme ist entgeltfrei.

**1001 26.02.24**, 18:00-19:30 Uhr

5x Mo, 10 Ustd, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

### Vortragsübersicht

- 26.02.24:** Populismus: Warum er erfolgreich ist und wie man mit ihm umgehen kann (Priv.-Doz. Dr. Marcel Lewandowsky)
- 18.03.24:** Langeweile ist politisch. Was ein verkanntes Gefühl über unsere Gesellschaft verrät (Silke Ohlmeier, M.A.)
- 29.04.24:** Das Grundgesetz als Entdeckungsreise (Prof. Dr. Alexander Thiele)
- 27.05.24:** Der Kampf um das Internet. Wie Wikipedia, Mastodon und Co. die Tech-Giganten herausfordern (Stefan Mey)
- 17.06.24:** „Selfie Kult“ oder: Wie Schönheitsfilter und KI unser Selbst- und Körperbild beeinflussen (Prof. Dr. Ada Borkenhagen)



### Populismus: Warum er erfolgreich ist und wie man mit ihm umgehen kann

Donald Trump in den USA, Giorgia Meloni in Italien und die AfD in Deutschland: Populisten sind auf dem Vormarsch. Doch was macht sie so erfolgreich? Warum werden sie gewählt? Und sind sie wirklich eine Gefahr für die Demokratie? Der Politikwissenschaftler Marcel Lewandowsky von der Helmut-Schmidt-Universität/Universität der Bundeswehr Hamburg stellt den Populismus in vergleichender Perspektive vor, analysiert die Ursachen für den Wahlerfolg populistischer Parteien und untersucht die Auswirkungen des Populismus auf die Demokratie. Zudem stellt er mögliche Gegenstrategien zur Diskussion.

**10011 26.02.24**, 18:00-19:30 Uhr

1x Mo, 2 Ustd, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

Priv.-Doz. Dr. Marcel Lewandowsky, Politikwissenschaftler,  
Helmut-Schmidt-Universität/Universität der Bundeswehr Hamburg

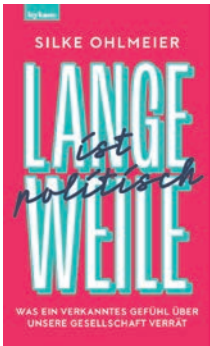


## POLITIK UND GESELLSCHAFT

### Langeweile ist politisch.

#### Was ein verkanntes Gefühl über unsere Gesellschaft verrät

Wie kommt es, dass Mütter sich häufiger langweilen als Väter? Wieso langweilen sich arme Menschen häufiger als reiche? Und warum gibt es in Unterkünften für Geflüchtete so wenige Angebote gegen die Langeweile? Die Saarbrücker Soziologin Silke Ohlmeier antwortet darauf: Langeweile trifft uns nicht zufällig. Anhand persönlicher Geschichten und mithilfe wissenschaftlicher Ergebnisse erklärt sie, was gesellschaftliche Machtverhältnisse und der gegenwärtige Zeitgeist mit dem altbekannten Gefühl zu tun haben. Sich chronisch zu langweilen ist nicht nur unangenehm, sondern kann gravierende Konsequenzen nach sich ziehen: von Depressionen über aggressives Verhalten bis hin zur Sucht. Langeweile kennen wir alle – die tiefen gesellschaftlichen Wurzeln aber werden in dem Buch „Langeweile ist politisch“ erstmals soziologisch freigelegt. Das Buch wird im Rahmen einer Lesung vorgestellt.



In Kooperation mit der Landeszentrale für politische Bildung Thüringen.

**10012 18.03.24, 18:00-19:30 Uhr**

1x Mo, 2 Ustd, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

Silke Ohlmeier, M.A., Soziologin, Universität des Saarlandes

### Das Grundgesetz als Entdeckungsreise

Am 24. Mai 1949 trat das tags zuvor in Bonn feierlich unterzeichnete „Grundgesetz für die Bundesrepublik Deutschland“ in Kraft. Seit nunmehr 75 Jahren bildet es das Fundament unserer politischen und gesellschaftlichen Ordnung – seit der Wiedervereinigung 1990 auch im Osten Deutschlands. Nur wenig ist allerdings darüber bekannt, wie das eigentlich gelingen konnte und was im Grundgesetz im Einzelnen geregelt ist. Welche Grundrechte sind etwa enthalten und warum spielen sie heute eine so bedeutende Rolle in fast allen politischen Debatten? Gelten sie wirklich grenzenlos oder lassen sie sich einschränken? Und wenn ja: Wo finden sich dann die Grenzen solcher Einschränkungen?

Diesen und anderen Fragen geht der Berliner Rechtswissenschaftler Alexander Thiele in seinem Vortrag nach, der auch ausreichend Gelegenheit zum Austausch mit dem Publikum bieten wird.

**10013 29.04.24, 18:00-19:30 Uhr**

1x Mo, 2 Ustd, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

Prof. Dr. Alexander Thiele, Rechtswissenschaftler,  
BSP Business and Law School –  
Hochschule für Management und Recht, Berlin





## Der Kampf um das Internet.

### Wie Wikipedia, Mastodon und Co. die Tech-Giganten herausfordern

Mehr Freiheit und mehr Demokratie waren die großen Versprechen des Internets. Doch inzwischen konzentriert sich die Macht bei einigen wenigen Tech-Giganten. Dabei bietet das Netz selbst eine Lösung, um sein ursprüngliches Freiheitsversprechen zu bewahren: die nicht-kommerzielle digitale Gegenwelt. Zu ihr zählen etwa die Online-Enzyklopädie Wikipedia, die Twitter-Alternative Mastodon, der Browser Firefox oder der Messenger Signal. In aufwendig recherchierten, so informativ wie unterhaltsam geschriebenen Porträts stellt der Berliner IT-Journalist Stefan Mey die Protagonist\*innen, Ziele, Strategien und Geschäftsmodelle der „digitalen Zivilgesellschaft“ vor. Von ihnen gibt es weitaus mehr, als wir gewöhnlich denken. Ist das der Beginn einer kleinen Revolution?, fragt der Autor in seinem Buch, das er im Rahmen einer Lesung vorstellen wird.

In Kooperation mit der Landeszentrale für politische Bildung Thüringen.

**10014 27.05.24**, 18:00-19:30 Uhr

1x Mo, 2 Ustd, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

Stefan Mey, freier Journalist, Berlin

## „Selfie Kult“ oder:

### Wie Schönheitsfilter und KI unser Selbst- und Körperbild beeinflussen

Wir leben im Selfie-Zeitalter: Allein in Deutschland werden täglich über eine Million Selfies gepostet. Ein Großteil davon ist mit verschönernden Gesichtsfiltren bearbeitet, die die Gesichter den aktuellen Schönheitsidealen anpassen. Entsprechend findet der häufigste Einsatz von „Augmented Reality“, das heißt der computergestützten Erweiterung der Realitätswahrnehmung, nicht etwa bei Computerspielen statt, sondern beim Posten bearbeiteter Selfies in den sozialen Medien. Doch welche psychischen und gesellschaftlichen Auswirkungen hat die Nutzung dieser Beauty-Filter? Und welcher Zusammenhang besteht mit der stetig steigenden Nachfrage nach schönheitsmedizinischen Eingriffen? Diesen Fragen geht die Psychologische Psychotherapeutin und Psychoanalytikerin Ada Borkenhagen in ihrem Vortrag nach.

**10015 17.06.24**, 18:00-19:30 Uhr

1x Mo, 2 Ustd, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

Prof. Dr. Ada Borkenhagen, Psychologische Psychotherapeutin und Psychoanalytikerin, Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg

## Ihr Wunschthema ist nicht dabei?

**Wenn Sie an einem bestimmten Thema oder einem bestimmten Referenten für die „Akademie in der Aula“ Interesse haben, wenden Sie sich an uns! Ihr Ansprechpartner in der vhs Altenburger Land ist Herr Dr. Michael Hein, Telefon 03447 499097, michael.hein@altenburgerland.de.**



## POLITIK UND GESELLSCHAFT

### POLITIK

#### VHS-Kino: Der politische Film

Am 25. April 2024 startet unsere neue Reihe „VHS-Kino: Der politische Film“ in der Volkshochschule. Drei Mal pro Jahr zeigen wir dann Filme, die politisch und gesellschaftlich wichtige, oft kontrovers diskutierte Themen behandeln: Klimawandel, Gleichberechtigung, Demokratie und ihre Gefährdungen, Rassismus, Kinderrechte, Verkehrswende oder Wahlkämpfe sind nur einige mögliche Stichworte. Nach einer kurzen thematischen Einführung wird der jeweilige Film gezeigt. Anschließend besteht die Möglichkeit zur gemeinsamen Diskussion.

Der Eintritt ist frei. Für Getränke und kleine Snacks ist gesorgt. Die Veranstaltungsreihe wird gefördert aus Mitteln des Thüringer Ministeriums für Bildung, Jugend und Sport.

**1002 25.04.24**, 19:00-21:15 Uhr

1x Do, 6 Ustd, **Station Schmölln**

entgeltfrei

Dr. Michael Hein, Politikwissenschaftler



#### Fit fürs Mandat – ein kommunalpolitischer Grundlagenkurs

2024 ist wieder ein „Superwahljahr“ in Thüringen. Im ersten Halbjahr werden unter anderem die Kommunalwahlen zeigen, welche Personen, Parteien und Wählergruppen für die nächste Zeit als Landrat, Oberbürgermeister, Bürgermeister, Kreistags-, Stadtrats- oder Gemeinderatsmitglied, Ortsteil- oder Ortschaftsbürgermeister sowie Ortsteil- und Ortschaftsratsmitglieder Verantwortung für die Gemeinschaft übernehmen werden. Das hauptamtliche oder ehrenamtliche kommunale Amt oder Mandat ist dabei ein hoch anspruchsvolles und dessen Übernahme will gut überlegt sein. Dieser kommunalrechtliche Grundlagenkurs richtet sich vor allem an Neulinge in der Kommunalpolitik, ist aber auch für bereits tätige Amts- oder Mandatsträger eine wertvolle Unterstützung. Der Kurs informiert über die Grundlagen der Kommunalpolitik und gibt ganz praktische Erfahrungen mit auf den Weg. Der Kurs klärt Fragen zu Rechten und Pflichten von kommunalen Mandatsträgern, gibt Aufschluss über Regelungsinhalte und das konkrete Arbeiten mit der Geschäftsordnung und klärt über den Geschäftsgang in einem kommunalen Gremium auf.

Zusätzlich zu den Präsenzterminen erhalten die Teilnehmenden Materialien und Austauschmöglichkeiten online in der vhs.cloud.

Der Kurs wird gefördert aus Mitteln des Thüringer Ministeriums für Bildung, Jugend und Sport.

**1003 21.02.24**, 18:00-19:30 Uhr

5x Mi, 10 Ustd, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

Christian Repkewitz, Verwaltungsfachwirt



## Workshop: Altenburger Kommunalwahlhilfe 2024

Sie alle kennen ihn und viele von Ihnen haben ihn sicherlich auch schon genutzt: den „Wahl-O-Mat“, der seit 2002 regelmäßig als Online-Entscheidungshilfe für Europa-, Bundestags- und Landtagswahlen angeboten wird. Hier können die Wählerinnen und Wähler vorausgewählte politische Thesen bewerten und damit die eigene Meinung mit den Positionen der zur Wahl stehenden Parteien vergleichen, um zu einer informierten Wahlentscheidung zu gelangen. 2021 wurde eine ähnliche „Kommunalwahlhilfe“ für lokale Wahlen entwickelt und erstmals bei den hessischen Kommunalwahlen getestet.

In Kooperation mit der Technischen Universität Darmstadt und der VOTO gUG bieten wir 2024 erstmals die Kommunalwahlhilfe für die Oberbürgermeister- und Stadtratswahlen in Altenburg an. Alle stadtpolitisch Interessierten aus Altenburg sind daher am 7. März zu einem Workshop eingeladen. Dabei wollen wir gemeinsam die wichtigsten Themen der Altenburger Kommunalpolitik identifizieren und zwei Kernfragen beantworten: Welche Themen stehen im Zentrum der kommunalpolitischen öffentlichen Diskussion? Und: Welche Themen sind aufgrund ihrer Bedeutung für das Stadtleben wichtig, auch wenn sie derzeit nur wenig öffentliche Aufmerksamkeit erhalten?

Die Workshop-Ergebnisse fließen in die Konzeption der Altenburger Kommunalwahlhilfe ein, die ab etwa vier Wochen vor den Wahlen online zur Verfügung stehen wird.

**1004 07.03.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Do, 3 Ustd, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

Prof. Dr. Christian Stecker und Dr. Michael Hein, Politikwissenschaftler

**Schärfe dein politisches Bewusstsein.**

VOTE

Finde deinen Kurs  
volkshochschule.de

**ENTSCHWÖRUNGS THEORETIKER**

**vhs** Volkshochschule Altenburger Land



## POLITIK UND GESELLSCHAFT

### LÄNDERKUNDE

#### Bulgarien und Bulgarisch zum Kennenlernen (Webinar)

Haben Sie Ihren Sommerurlaub 2024 schon gebucht? Steht vielleicht erstmals oder erneut Bulgarien auf dem Plan, da das Land mit günstigen Preisen und „Sonne satt“ lockt? Bulgarien gehört zu den beliebtesten Reiseländern der Deutschen. Das südosteuropäische Land hat aber deutlich mehr zu bieten als nur „Ballermann am Schwarzen Meer“: wunderschöne Naturschutzgebiete und Küstenlandschaften, zahlreiche Gebirge mit sehr unterschiedlichem Charakter oder natürliche Thermalwasserquellen sind nur einige Stichworte. Zudem ist Bulgarien das Land des Rosenöls, Heimat des Joghurts und Ursprung der kyrillischen Schrift, die beispielsweise auch vom Russischen oder Ukrainischen verwendet wird.

Dieser Online-Kurs bietet einen Überblick über Land und Leute, eine unterhaltsame Einführung in die bulgarische Sprache und die kyrillische Schrift sowie die wichtigsten Wörter und Wendungen für den touristischen Alltag.

Für die Teilnahme an diesem Online-Kurs ist ein Computer oder Tablet mit stabiler Internetverbindung, Headset und Webcam notwendig.

**1005 16.04.24**, 18:00-19:30 Uhr

5x Di, 10 Ustd, **vhs.cloud**

39,90 € | Kleingruppe 49,90 €

Dr. Michael Hein, Politikwissenschaftler



### RELIGION

#### Jüdisches Leben – ein Online-Selbstlernkurs (Webinar)

Wissen Sie was ein Minjan ist? Kennen Sie neben Jiddisch weitere jüdische Sprachen? Die Antworten auf diese Fragen und weitere interessante Geschichten aus dem jüdischen Leben in Deutschland aus Vergangenheit und Gegenwart erhalten Sie in unserem kostenfreien Onlinekurs. Hier können Sie eigenständig und zeitlich flexibel in die vielfältigen Themen eintauchen. Es werden keine Kenntnisse vorausgesetzt.

Der Kurs wurde vom Thüringer Volkshochschulverband im Rahmen des Themenjahres „1700 Jahre Jüdisches Leben in Deutschland“ entwickelt und aus Mitteln des Bundesministeriums des Inneren gefördert.

Für die Teilnahme an diesem Online-Selbstlernkurs ist ein Computer oder Tablet mit stabiler Internetverbindung notwendig.

**1006 ab 01.02.24**

flexible Zeiteinteilung, **vhs.cloud**

entgeltfrei

Selbstlernkurs





## GESCHICHTE | ZEITGESCHICHTE

### Exkursion: Mit dem Traditionsbus durch das Altenburger Land

Auch 2024 geht es wieder mit dem Traditionsbus H6B der Thü-sac auf Erkundungsfahrt durch unseren schönen Landkreis! Über Nobitz, Lohma an der Leina und Frohnsdorf geht es zunächst nach Göpfersdorf, um die dortige Kirche zu besichtigen und einem Orgelvorspiel zu lauschen. Anschließend besuchen wir den Hof der Familie Wachler. Danach fahren wir über Dürrenuhlsdorf nach Wickersdorf, wo wir zum Mittagessen in Albrechts Grillstube einkehren. Am Nachmittag geht es über Gösdorf weiter nach Niederamsdorf zum Besuch eines Bauernhofes und der Kirche. Abschließend fahren wir über Mockzig und Zehma zurück nach Altenburg. Bitte beachten Sie, dass kurzfristige Änderungen am Programm möglich sind.

Abfahrt: 10:00 Uhr Bahnhofsvorplatz Altenburg

**1007 01.06.24**, 10:00-16:00 Uhr

1 x Sa, 8 Ustd, **Tagesexkursion mit dem Bus**

59,90 € | keine Ermäßigung möglich

Andreas Klöppel, Heimatkundler

### Exkursionen

### Exkursion – Orte der deutschen Demokratiegeschichte II: Erfurt – Gedenk- und Bildungsstätte Andreasstraße und Friedliche Revolution 1989

2024 jährt sich die Friedliche Revolution in der DDR zum 35. Mal. Aus diesem Anlass wollen wir eine Exkursion in die heutige Landeshauptstadt Erfurt unternehmen – damals Hauptstadt des gleichnamigen Bezirks. Hier kam es am 4. Dezember 1989 zur ersten Besetzung einer Bezirksverwaltung des Ministeriums für Staatssicherheit in der gesamten DDR. Doch welche Rolle spielte die „Stasi“ in der DDR-Diktatur eigentlich? Warum funktionierte dieser Unterdrückungsapparat so lange – und warum konnte er im Herbst 1989 von den Bürgerinnen und Bürgern gestoppt werden?

Diesen Fragen wollen wir zunächst durch einen Besuch Gedenk- und Bildungsstätte Andreasstraße am Rande des Domplatzes nachgehen. Hier befand sich das Untersuchungsgefängnis der „Stasi“ in Erfurt. Im Rahmen einer Führung erhalten wir einen Einblick in Thüringens umfassendste Ausstellung zur SED-Diktatur und zur Rolle des Staatssicherheitsdienstes. Nach einer individuell gestaltbaren Mittagspause folgt ein Rundgang durch die Erfurter Innenstadt zu ausgewählten Orten der Friedlichen Revolution 1989.

Tagesexkursion mit dem Zug; Zustieg in Altenburg, Lehndorf, Schmölln und Nöbdenitz.

**1008 07.06.24**, 9:15-18:45 Uhr

1 x Fr, 8 Ustd, **Tagesexkursion mit dem Zug**

19,90 € | keine Ermäßigung möglich

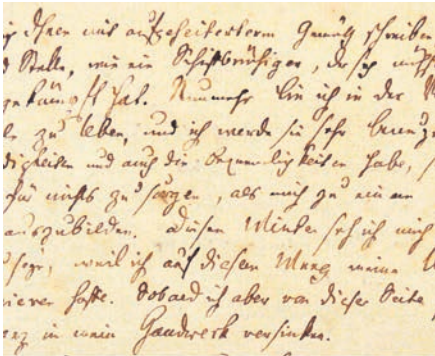
Dr. Michael Hein, Politikwissenschaftler



## POLITIK UND GESELLSCHAFT

### Alte Deutsche Schrift – lesen und verstehen

Wer alte Handschriften, Kirchenbücher, Urkunden oder sonstige Schriftstücke lesen und verstehen möchte, benötigt gute Kenntnisse der „Deutschen Schrift“, auch „Deutsche Kurrentschrift“ oder „Sütterlinschrift“ genannt. Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse im Lesen dieser alten Schriften. Kursinhalte sind: eine kurze Einführung in die Schriftgeschichte; Vorstellung der Kurrentschrift-Buchstaben mit den unterschiedlichen Schriftformen bis Anfang des 20. Jahrhunderts; Behandlung von häufig auftretenden Problemen bei der Schrift-/Buchstaben-erkennung; Leseübungen mit Wörtern aus der zeitgenössischen Umgangssprache sowie zeittypische Spezialbegriffe.



Den Hauptteil des Kurses bilden das Lesen und die Transkription (Übertragung in die lateinische Schrift) von amtlichen Originalschreiben aus dem 19. Jahrhundert. Zudem können Sie eigene Schriftstücke ihrer Vorfahren mitbringen, die im Kurs gemeinsam gelesen werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**1009 16.04.24**, 16:30-18:45 Uhr  
5x Di, 15 Ustd, **Landesarchiv Thüringen –  
Staatsarchiv Altenburg, Schloss 7 (Junkerei)**  
48,90 € | Kleingruppe 64,90 €  
Dr. Jörg Müller, Historiker

### Kidnapping, Geiselnahme, Entführung, Justizmord – der sächsische Prinzenraub zu Altenburg (1455) zwischen Sage und historischer Realität

Diese sechsteilige Vortragsreihe widmet sich dem berühmten Altenburger Prinzenraub. In der Nacht vom 7. auf den 8. Juli 1455 entführte der Junker Kunz von Kauffungen die 14- und 12-jährigen Prinzen Ernst und Albrecht aus der damaligen Altenburger Burg. Damit wollte Kunz Friedrich den Sanftmütigen, den Kurfürsten von Sachsen, zwingen, Forderungen nach Entschädigung für seine verloren gegangenen Ländereien zu erfüllen. Bekanntlich misslang dieser Versuch innerhalb weniger Stunden – und Kunz und einige seiner Mittäter wurden mit dem Tode bestraft.

In der Vortragsreihe werden folgende Themen behandelt: die sächsisch-böhmischen Beziehungen im 15. Jahrhundert; der Niedergang des Rittertums im Spätmittelalter; die Kauffunger auf der Suche nach Glück im Osterland und ihre Besitzungen in Böhmen und im Osterland; der sächsische „Bruderkrieg“ und seine Folgen für Thüringen, das Vogtland und die Mark Meißen; Kunz von Kauffungen als tragische Figur im Spiel politischer Kräfte; und: ist Altenburg nun thüringisch oder sächsisch?

**1010 06.03.24**, 18:00-19:30 Uhr  
6x Mi, 12 Ustd, **vhs Altenburg**  
48,90 € | Kleingruppe: 64,90 €  
Dr. Hans-Joachim Kessler, Historiker



## RECHT | FINANZEN | VERBRAUCHERSCHUTZ

### Einkommensteuererklärung am PC – mit dem Programm „WISO Steuer“

Sparen Sie sich das Geld für einen Steuerberater und verschonen Sie Ihre Nerven mit einem Formulkrieg. Erledigen Sie Ihre Einkommensteuererklärung stattdessen einfach und schnell mit dem Programm „WISO Steuer“ am PC. Ob Arbeitnehmer, Rentner oder Selbstständiger, ob Bauherr, Immobilienkäufer, Freiberufler, Kleingewerbetreibender oder alles zusammen – WISO Steuer ist Ihr kompetenter Helfer, mit dem Sie kinderleicht Ihre individuelle Situation abbilden.

Im Kurs werden anhand von Beispielen wie Arbeitnehmereinkünften und Renten die wichtigsten Programm-Module zur Erstellung und Optimierung der eigenen Einkommensteuererklärung behandelt.

**1011 16.04.24**, 17:00-20:00 Uhr

2x Di, 8 Ustd, **vhs Schmölln**

33,40 € | Kleingruppe 44,50 €

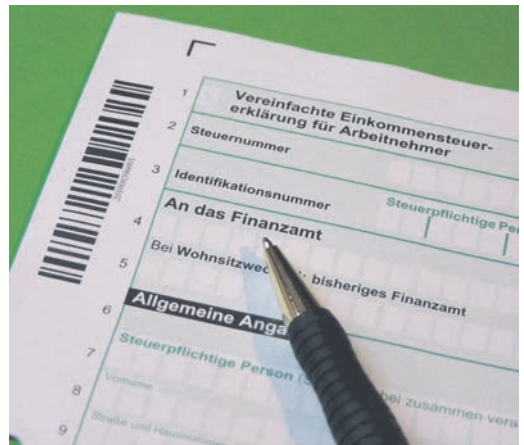
Dagmar Gericke, Dipl.-Mathematikerin

**1012 07.05.24**, 17:00-20:00 Uhr

2x Di, 8 Ustd, **vhs Altenburg**

33,40 € | Kleingruppe 44,50 €

Dagmar Gericke, Dipl.-Mathematikerin



### Alterseinkünftegesetz – Steuererklärung für Rentner

Rentner sind zur Abgabe einer Einkommensteuererklärung verpflichtet, wenn der Gesamtbetrag der Einkünfte den jährlichen steuerlichen Grundfreibetrag übersteigt. Wussten Sie das schon? Haben Sie auch gehört, dass die Renten in Deutschland zwischen Ost und West zum 1. Juli 2023 angeglichen wurden? In den neuen Bundesländern betrug die Erhöhung im Juli 2023 5,86 Prozent, sodass der Rentenwert (Ost) nun 100 Prozent des Rentenwerts West erreicht hat. Damit steigt auch die Zahl der Rentner in Ostdeutschland, die eine Steuererklärung abgeben müssen.

In der Veranstaltung erfahren Sie, ob Sie steuerpflichtig sind, wie hoch der jährliche Grundfreibetrag ist und welche Abzugsmöglichkeiten es gibt. Dazu erhalten Sie noch zahlreiche weitere Hinweise und Tipps.

**1013 08.05.24**, 15:00-17:15 Uhr

1x Mi, 3 Ustd, **vhs Schmölln**

14,50 € | Kleingruppe 19,40 €

Dagmar Gericke, Dipl.-Mathematikerin

**1014 15.05.24**, 15:00-17:15 Uhr

1x Mi, 3 Ustd, **vhs Altenburg**

14,50 € | Kleingruppe 19,40 €

Dagmar Gericke, Dipl.-Mathematikerin

# Wir halten Sie immer auf dem Laufenden!

**Wir informieren Sie regelmäßig über unsere Kurse und Veranstaltungen, kurzfristige Änderungen sowie allgemeine Neuigkeiten aus unserer Volkshochschule auf folgenden Kanälen:**



[vhs-altenburgerland.de](https://vhs-altenburgerland.de)



[facebook.com/VHSAaltenburg](https://facebook.com/VHSAaltenburg)



[instagram.com/vhsabgland](https://instagram.com/vhsabgland)



[youtube.com/@vhsabgland](https://youtube.com/@vhsabgland)



[vhs-altenburgerland.de/newsletter](https://vhs-altenburgerland.de/newsletter)



## LEBENSFÜHRUNG

### Verkehrsteilnehmerschulung „Sicher mobil“

„Sicher mobil“ ist ein Programm des Deutschen Verkehrssicherheitsrates und richtet sich an Verkehrsteilnehmer\*innen aller Verkehrsarten, vor allem aber an die Generation „65plus“. Das Programm soll dazu beitragen, eine sichere Mobilität zu erhalten, die eigene Mobilität zu gestalten, die eigene Leistungsfähigkeit einzuschätzen, individuelle Kompensationsmöglichkeiten zu entwickeln und empathisch mit anderen Verkehrsteilnehmer\*innen umzugehen.



Kursschwerpunkte bilden dabei neue gesetzliche Regelungen, Situationen im Inner- und Außerortsverkehr, das Fahren bei Dunkelheit, Wind und Wetter, sowie die Kompensation alters- oder krankheitsbedingter Leistungseinbußen. Außerdem besteht die Möglichkeit der Teilnahme an zusätzlichen fakultativen Angeboten des ADAC wie FahrFitnessChecks und Sicherheitstrainings.

In Kooperation mit dem Deutschen Verkehrssicherheitsrat.

**1015 22.02.24**, 9:00-11:15 Uhr  
3x Do, 9 Ustd,  
**ADAC Schulungsraum Gößnitz**  
5,00 €  
Klaus Burkhardt, Dipl.-Pädagoge

**1016 22.02.24**, 15:00-17:15 Uhr  
3x Do, 9 Ustd,  
**ADAC Schulungsraum Gößnitz**  
5,00 €  
Klaus Burkhardt, Dipl.-Pädagoge

### Letzte Hilfe: Am Ende wissen, wie es geht

Das Lebensende und das Sterben machen oft sprach- und hilflos. Im „Letzte-Hilfe-Kurs“ sprechen wir über die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens, vermitteln Ihnen Basiswissen und geben Orientierungen. Sie lernen verschiedene Handgriffe zur Linderung möglicher Beschwerden kennen, erhalten Impulse für die Begleitung im Sterbeprozess und werden ermutigt, sich Sterbenden zuzuwenden. Denn Zuwendung ist das, was am Ende des Lebens am nötigsten ist. Daneben werden auch Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht thematisiert. Zudem werden Möglichkeiten des Abschiednehmens besprochen.

Der Kurs richtet sich an alle Menschen, die sich über die Themen Sterben, Tod und Trauer informieren möchten.

In Kooperation mit dem Ambulanten Hospiz- und Palliativberatungsdienst für Altenburg und Umgebung.

**1017 20.03.24**, 17:00-20:30 Uhr  
1x Do, 4 Ustd, **vhs Altenburg**  
14,90 € | Kleingruppe 19,90 €  
Josephina Schmid, Gesundheits- und Krankenpflegerin



## UMWELT | NACHHALTIGKEIT

Bildung für  
nachhaltige  
Entwicklung

### Bruttonationalprodukt oder Bruttonationalglück – messen wir, was uns wichtig ist?

„Bruttonationalglück ist wichtiger als das Bruttoinlandsprodukt“, so die programmatische Aussage des bhutanischen Königs Jigme Singye Wangchuck, der sich im Jahr 1972 nach dem plötzlichen Tod seines Vaters mit knapp 17 Jahren als König von Bhutan wiederverwandte.

Mit dem an Wangchucks Aussage anschließenden systematischen Ansatz des Bruttonationalglücks (BNG) setzte sich das Land Bhutan in den späten 1990er Jahren das Ziel, das Wohlbefinden der Gesellschaft zu messen und abzubilden. Im Jahr 2008 wurde der Index für ganzheitliche gesellschaftliche Entwicklung als Staatsziel in die Verfassung aufgenommen und erstmals eine Bevölkerungsbefragung durchgeführt.

Nur wenig später forderten die Vereinten Nationen in einer Resolution, den Werten für Glück und Wohlbefinden mehr Aufmerksamkeit zu verleihen – wodurch Bhutan von einem weithin unbekanntem Entwicklungsland zu einem Vorreiter gesellschaftlicher Erneuerung aufstieg. Heute gibt es einige daraus hervorgegangene Ansätze und Initiativen für Veränderungen hin zu mehr Glück und Wohlbefinden in vielen Ländern, Regionen und Organisationen.

In dieser Veranstaltung wird das BNG-Konzept und sein Index vorgestellt. Anschließend wird gemeinsam mit den Teilnehmenden die Frage diskutiert, ob und wie das Konzept für die Teilnehmenden individuell und für unsere Region allgemein relevant werden könnte. Die Veranstaltung wird gefördert aus Mitteln des Thüringer Ministeriums für Bildung, Jugend und Sport.

**1018 20.03.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Mi, 3 Ustd, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

Jacoba Harm, MA. Ethik und Organisation

### Imkerei im 21. Jahrhundert – Faszination und Herausforderung

Dieser Kurs bietet einen Einblick in die Imkerei. Vermittelt werden grundlegende Kenntnisse zur Biologie der Honigbiene, zur Beuten- und Standortwahl, zum Erwerb von Bienen, zu den wichtigsten Arbeiten im Bienenjahr und zur Honigernte und -verarbeitung. Zudem werden die weiteren Produkte aus dem Bienenvolk, Bienenkrankheiten, rechtliche Grundlagen sowie Probleme und Aussichten der modernen Imkerei behandelt. Der Kurs richtet sich an alle, die sich allgemein für die Imkerei interessieren, und auch an diejenigen, die sich eine eigene Bienenhaltung vorstellen können. Abgeschlossen wird der Kurs mit einem Praxistag am Bienenstand (für Bienengiftallergiker nicht geeignet).

**1019 09.04.24**, 18:30-20:00 Uhr und 10:00-13:00 Uhr

4x Di, 1x Sa, 12 Ustd, **vhs Altenburg** und **Imkerei Kipping, Altenburg-Mockzig**

46,20 € | Kleingruppe: 61,50 €

Jörg Kipping, Imker



## E-Mobilität und Photovoltaik für den Eigengebrauch

Die Welt verändert sich, sie verändert sich schnell. Neben der Energiewende, die bereits im vollen Gange ist, muss der Verkehrssektor ebenfalls seinen Beitrag leisten. Es gilt Alternativen zu finden.

In dieser Veranstaltung informieren wir Sie zu einen darüber, was es mit der Mobilitätswende auf sich hat, und werden dabei nicht nur über technische Unterschiede der E-Fahrzeuge und Ladestationen berichten, sondern auch auf aktuelle Förderprogramme hinweisen und Hilfestellung für die ersten Schritte geben. Zugleich gilt unser Interesse der Frage danach, wie die Energiewende gelingen kann.

Zum anderen klären wir über die privaten und unternehmerischen Möglichkeiten auf, Solarenergie (Photovoltaik) für den Hausgebrauch einzusetzen und mit welchen Überlegungen, Kostenaufwand und Fördermitteln diese einhergehen sollten.

In einer anschließenden Fragerunde sind wir auf Ihre Fragen gespannt.

In Kooperation mit der Thüringer Energie- und Green-Tech-Agentur.

**1020 18.04.24**, 17:00-20:00 Uhr

1 x Do, 4 Ustd, **vhs Schmölln**

entgeltfrei

Rico Hofmann; Daniel Krieg



## EINBÜRGERUNGSTEST

### Einbürgerungstest für Einbürgerungsbewerber\*innen

Die Einbürgerung ist ein Verfahren, das durch das Staatsangehörigkeitsgesetz (StAG) geregelt wird. Für die Einbürgerung ist Ihre Einbürgerungsbehörde vor Ort zuständig. Die Einbürgerungsbehörde berät Sie über die Voraussetzungen und Formalitäten zur Erlangung der deutschen Staatsbürgerschaft. Alle Einbürgerungsbewerber\*innen, die nach dem 30. März 2007 einen Antrag auf Einbürgerung gestellt haben und deren Verfahren noch nicht abgeschlossen ist, müssen einen Einbürgerungstest absolvieren.

Der 60-minütige Test besteht aus 33 Fragen, von denen 17 richtig beantwortet werden müssen. Die Volkshochschule Altenburg ist eine von zehn Prüfstellen in Thüringen, an denen Sie den Einbürgerungstest durchführen können.

Die Anmeldung erfolgt zentral über den Thüringer Volkshochschulverband (TVV). Der Test kann beliebig oft wiederholt werden.

**1021 07.06.24**, 14:00 Uhr

Anmeldeschluss: 06.05.24

1 x Fr, **vhs Altenburg**

25,00 €

Gebühr muss bis zum Anmeldeschluss beim TVV eingegangen sein



## POLITIK UND GESELLSCHAFT

### FREIWILLIGENDIENSTE

#### Beratung Freiwilligendienste

Freiwilligendienste im In- und Ausland sind ein Angebot an Menschen jeden Alters, sich in gemeinwohlorientierten Einrichtungen zu engagieren. Ob im Kindergarten um die Ecke, im Museum der Stadt oder einer Ökofarm in Indien. Jüngere Freiwillige erwerben und vertiefen ihre persönlichen und sozialen Kompetenzen, ältere Freiwillige bringen ihre eigene Lebens- und Berufserfahrung ein. Da Freiwilligendienste die Gesellschaft stärken, werden sie auch durch die Europäische Union, die Bundesrepublik Deutschland und/oder das jeweilige Bundesland gefördert.

Was sind die Unterschiede zwischen den inländischen Formaten wie z. B. FSJ, FÖJ oder BFD? Welche Möglichkeiten des Engagements gibt es im europäischen oder außereuropäischen Raum? Wie sieht die Förderung aus und bekomme auch ich Geld? Wie alt muss und darf ich jeweils sein? Wie lange dauern diese Dienste und was ist der Unterschied zu privat organisierten Auslandsdiensten wie z. B. „work & travel“? Bedarf es besonderer Kenntnisse oder Ausbildungen? Wo finde ich Stellenangebote? Diese und andere Fragen beantwortet Andreas Ilse, Berater des Bundesamtes für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA), im Rahmen einer individuellen Beratung.

#### 1022 Termin und Ort nach Vereinbarung

entgeltfrei

Andreas Ilse (BAFzA-Berater),

Telefon 036377 83577, Mobil 0173 5493123, E-Mail [andreas.ilse@bafza.bund.de](mailto:andreas.ilse@bafza.bund.de)

#### Bildungstage Bundesfreiwilligendienst

Die Volkshochschule Altenburger Land ist seit 2019 anerkannter Bildungsträger für die Bildungstage im Bundesfreiwilligendienst. Im Rahmen eines vom Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben bestätigten und regelmäßig aktualisierten Konzepts führen wir pro Jahr mindestens zwölf Bildungstage für die in den Einrichtungen des Landkreises sowie in anderen Einsatzstellen tätigen Dienstleistenden durch. Unser vielfältiges Angebot erstreckt sich über die Bereiche Arbeitswelt, Gesellschaft, Geschichte, Gesundheit, Lebensführung, Medien und Kommunikation sowie Ökologie. Neben Ganztagesworkshops bieten wir auch eine Reihe interessanter Exkursionen an. Zudem besuchen die Bundesfreiwilligen bei uns ein Einführungsseminar zu Beginn und ein Abschlussseminar am Ende ihrer Dienstzeit.

Sie haben Interesse und möchten für die in Ihrer Einsatzstelle tätigen Freiwilligen unser Angebot nutzen? Dann sprechen Sie uns an! Ihr Ansprechpartner ist Herr Dr. Michael Hein, Telefon 03447 499097, E-Mail [michael.hein@altenburgerland.de](mailto:michael.hein@altenburgerland.de).





## UNSERE ANGEBOTE IN MEUSELWITZ



**Auch im Frühjahrssemester 2024 bieten wir wieder einige Kurse in der Stadtbibliothek Meuselwitz an.**

**Nähere Informationen finden Sie auf den jeweils angegebenen Seiten im Heft.**

### **Osterdekorationen selbst gestalten**

Vergessen Sie Einheits- und Plastedeko! Mit Kreativität und Freude gestalten Sie gemeinsam mit Kreativkursleiterin Elke Sieg individuelle Osterdekorationen mit Naturmaterialien und Bastelzubehör. → **S. 27**

### **Android-Smartphone für Einsteiger**

In einfachen Schritten erlernen Sie bei Dozent Uwe Schmalfuß die grundlegende Benutzung Ihres Android-Smartphones. Beginnend bei den Einstellungen, besprechen Sie E-Mail, WLAN und die Installation von Apps. Zudem lernen Sie mit Kontakten und Terminen umzugehen. → **S. 77**

### **Android-Smartphone für Einsteiger – Fortsetzung und Wiederholung**

Sie sind vertraut mit den wichtigsten Funktionen Ihres Smartphones, möchten aber gern mehr wissen? Bei Dozent Uwe Schmalfuß lernen Sie, wie Sie Ihr Smartphone richtig und effektiv einstellen und nutzen können. → **S. 78**

### **WhatsApp richtig kennenlernen**

WhatsApp benutzt fast jeder – aber kennen Sie wirklich die wichtigsten Einstellungen und Funktionen? Bei vhs-Mitarbeiterin Kristin Treichel lernen Sie diese in Ruhe kennen und nutzen. → **S. 93**

#### **Volkshochschule in Meuselwitz**

Stadtbibliothek Meuselwitz  
Bahnhofstraße 16  
04610 Meuselwitz

#### **Ansprechpartnerin**

Kristin Wesser  
Telefon 03448 443406  
E-Mail wesser@meuselwitz.de







## LITERATUR

### Club der anonymen Bookholiker

Du liest viel? Du suchst ständig neues Lesefutter? Dann komm in den „Club der anonymen Bookholiker“! Der Club ist offen für alle Literaturbegeisterten im Alter von 11 bis 17 Jahren. Wir lesen aktuelle Bücher der Kinder- und Jugendliteratur. Zu jedem Treffen werden neue Bücher zum Lesen verteilt, bereits gelesene Werke kurz vorgestellt, diskutiert und weitergegeben. Gemeinsam betreiben wir einen eigenen Blog unter

### [www.vhs-altenburgerland.de/bookholiker](http://www.vhs-altenburgerland.de/bookholiker)

in dem wir Rezensionen, Buchtrailer und Leseempfehlungen veröffentlichen. Zudem planen wir gemeinsame Besuche von Buchmessen, Lesungen und Preisverleihungen! Der Club gestaltet sich um und mit euch.

Im Frühjahrssemester 2024 findet das erste betreute Treffen der anonymen Bookholiker am Donnerstag, dem 14. März, 16:30-18:00 Uhr in der vhs Altenburg statt.

**2001 14.03.24**, 16:30-18:00 Uhr, 1x im Monat  
4x Do, 8 Ustd, **vhs Altenburg**  
entgeltfrei  
Rebekka Starkloff, Literaturpädagogin

### Schreibwerkstatt

Die Arbeitsgemeinschaft „Schreibwerkstatt“ richtet sich an Schreibende, die im Austausch mit der Gruppe ihre persönlichen Schreibprojekte voranbringen und gestalten wollen. Im Abstand von ca. sechs bis acht Wochen treffen sich die Gruppenmitglieder in der Volkshochschule Altenburg, um über ihren Schreibfortschritt und neue Schreibprojekte zu sprechen. Hierbei werden die Texte der Teilnehmenden bzw. Auszüge davon gelesen und besprochen. Die Gruppe ist offen für alle Textarten. So können beispielsweise Prosa- und Sachbuchtexte sowie Lyrik oder Drehbuchformate eingebracht werden. Das erste Treffen findet am 13. März 2023, 18:00-20:00 Uhr, statt. Bei jedem Treffen wird gemeinsam der Folgetermin festgelegt.

**2002 13.03.24**, 18:00-20:00 Uhr  
3x Mi, 8 Ustd, **vhs Altenburg**  
entgeltfrei  
Katja Kipping, Autorin





## KULTUR UND GESTALTEN

### MALEREI | ZEICHNEN

#### Malatelier für Anfänger und Fortgeschrittene

Hier steht die Malerei im Mittelpunkt! Der Fokus dieses Kurses liegt auf gemeinsamem Malen und kreativem Austausch. Wir erkunden verschiedene Materialien, inspirieren uns gegenseitig und lernen voneinander. Im Austausch mit der Dozentin haben Sie die Möglichkeit, Ihre Werke weiterzuentwickeln oder individuelle Aufgaben und Ziele zu verfolgen, um Ihre künstlerischen Fähigkeiten zu vertiefen. Unsere Themen umfassen den Umgang mit verschiedenen Malmaterialien, die Auswahl passender Motive, die Gestaltung spannender Kompositionen und die Entwicklung Ihres einzigartigen Malstils. Die Auswahl von Motiven, Techniken und Materialien kennt (fast) keine Grenzen. Die Dozentin passt sich den Bedürfnissen der Teilnehmenden an – vom grundlegenden Anfängerwissen bis zur Vorbereitung auf ein künstlerisches Studium. Der Kurs findet in der Regel in der Volkshochschule Altenburg statt. Nach Absprache können wir uns auch in den Räumlichkeiten von ConnArt Altenburg treffen oder unsere Staffeleien schnappen und malerische Plätze im wunderschönen Altenburg erkunden. Zudem besteht die Möglichkeit, gemeinsam mit der Dozentin eine Ausstellung zu gestalten, um unsere geschaffenen Kunstwerke Freunden, Familie und allen Interessierten zu präsentieren. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Malmaterial mit. Staffeleien stehen zur Verfügung. Wenn Sie Anfänger\*in sind oder unsicher, welche Materialien Sie benötigen, steht Ihnen die Dozentin gerne beratend zur Seite.

**2003 07.03.24**, 17:15-19:30 Uhr

8x Do, 24 Ustd, **vhs Altenburg**

79,90 € | Kleingruppe 108,90 €

Alexandra Preusser, Künstlerin

#### Aquarellmalerei

Das Aquarell mit seiner Leuchtkraft und Transparenz ist die Technik, um mit wenig Mitteln eine Landschaft oder eine Impression festzuhalten. Sie lernen im Kurs, wie man ein Motiv auf das Wesentliche reduzieren kann und mit verschiedenen Aquarelltechniken und lockeren Pinselstrichen zu Papier bringt. Das Reduzieren auf wenige, markante Tonwerte, der gezielte Einsatz von Licht und Schatten sowie praxiserprobte Tipps zur wirkungsvollen Bildkomposition gehören dazu. Da man durch Zusehen am meisten lernt, male ich Step-by-Step das jeweilige Motiv vor und erkläre dabei die gerade von mir angewandte Arbeitsweise sowie mögliche Alternativen. Natürlich gibt es auch Bildbesprechungen mit Korrektur-Tipps.



Selbstverständlich gebe ich, wenn gewünscht, auch praktische Hilfestellung bei der Umsetzung. Mitzubringen sind Aquarellfarben, Aquarellpapier, Pinsel und Bleistift sowie Neugier und Offenheit. Ein wenig Kenntnis im Zeichnen erleichtert unser Arbeiten.

**2004 09.04.24**, 18:00-20:15 Uhr

8x Di, 24 Ustd, **vhs Altenburg**

79,90 € | Kleingruppe 108,90 €

Frank Köhler, Künstler

## KULTUR UND GESTALTEN



### Landschaftsmalerei im Freien

Die wunderbare Landschaft des Altenburger Landes in ihrer Schönheit zu erfassen und auf Papier und Leinwand zu bannen ist das Ziel dieses Kurses. Komponieren Sie Ausschnitte in ihrer Spannung zueinander, geben Sie Farbklänge wieder und meistern Sie Graustufungen, die die Weite, den Schwung des Feldes und des beackerten Bodens erfassen. Ich lade Sie zu zwei Samstagen in der freien Natur ein!

Die Technik ist frei wählbar: Aquarell, Öl auf Malpappe oder Leinwand, Pastellkreide, Graphit, Buntstift etc. Bitte bringen Sie alle notwendigen Materialien und ggf. auch eine Feldstaffelei mit. Wichtig: ein zusammenklappbarer Malhocker, ein Getränk und bei Bedarf eine kleine Stärkung für zwischendurch.



**2005 01.06.24**, 10:15-14:00 Uhr

2x Sa, 10 Ustd, **Atelier Petra Herrmann, Gödissaer Weg 1, Kratschütz**

35,90 € | Kleingruppe 47,50 €

Petra Herrmann, Künstlerin

## KREATIVES GESTALTEN

### Schnupperkurs Buchbinden

Buchbinden ist ein altes Handwerk und handgebundene Bücher sind kleine Kostbarkeiten. Vom einfachen Faltbuch über Steckverbindungen bis hin zu gebundene Hefen, „Japanischer Blockbindung“ oder „Koptischer Bindung“ gibt es viele verschiedene Möglichkeiten, eigene Arbeiten, besondere Papiere oder auch Packpapiere und Tapetenreste zu kleinen Alben, Skizzenbüchern oder Künstlerbüchern mit ganz besonderem Charakter zu binden.

Dieser Kurs gibt einen kurzen Einblick in die Vielfalt des Buchbindens. Sie erhalten Anregungen, wie Sie sich weiter mit dem Thema auseinandersetzen können. Die Teilnehmenden können am Ende des Kursabends ein einfaches, selbst gebundenes Buch oder Heft mit nach Hause nehmen.

**2006 24.04.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Mi, 3 Ustd, **vhs Altenburg**

15,20 € | Kleingruppe 20,20 € | zzgl. Materialkosten

Elke Sieg

### Osterdekorationen selbst gestalten

Vergessen Sie Einheits- und Plastedeko! Mit Kreativität und Freude gestalten wir individuelle Osterdekorationen mit Naturmaterialien und Bastelzubehör. Eigene Materialien können mitgebracht werden.

**2007 20.03.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Mi, 3 Ustd, **Stadtbibliothek Meuselwitz**

15,20 € | Kleingruppe 20,20 € | zzgl. Materialkosten

Elke Sieg



**FARB  
MIT  
MISCH  
ERIN**

Werde  
Kursleiter\*in  
[www.vhs-kurse-leiten.de](http://www.vhs-kurse-leiten.de)

**Gestalte das  
bunte Angebot.**



### Schnupperkurs „Lettering“

„Lettering“ ist die Kunst des Buchstaben-Zeichnens. Anders als beim Schreiben oder Drucken wird jeder einzelne Buchstabe mit besonderer Aufmerksamkeit künstlerisch gestaltet. Das Lettering eignet sich zur Gestaltung von Gruß- und Glückwunschkarten, Schildern oder auch Briefen. In diesem Kurs lernen Sie das Lettering kennen und erhalten Tipps und Anregungen, wie Sie mit einfachen Mitteln und Materialien Buchstaben schön gestalten können. Zudem werden verschiedene Tinten, Farben, Schreib- und Malgeräte vorgestellt.

**2008 28.02.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Mi, 3 Ustd, **vhs Altenburg**

15,20 € | Kleingruppe 20,20 €

zzgl. Materialkosten

Elke Sieg

**2009 06.03.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Mi, 3 Ustd, **vhs Schmölln**

15,20 € | Kleingruppe 20,20 €

zzgl. Materialkosten

Elke Sieg



### Aufbaukurs „Lettering“

Aufbauend auf den Schnupperkurs „Lettering“ setzen wir uns mit der Gestaltung eines kurzen Zitates oder Spruches auseinander. Wie teile ich mein Arbeitsblatt ein? Welche Schriften und Schreibgeräte kann ich verwenden? Und: Wie kann ich mit dekorativen Elementen das Schriftbild verzieren?

Bitte bringen Sie eigene Schreibgeräte wie Pinsel, Kalligrafiefüller bzw. Brushpinsel und den Cola-Pen aus dem Schnupperkurs sowie eine Schere, Bleistift, Radiergummi und Lineal mit.

**2010 13.03.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Mi, 3 Ustd, **vhs Schmölln**

15,20 € | Kleingruppe 20,20 € | zzgl. Materialkosten

Elke Sieg

**vhs** Volkshochschule  
Altenburger Land

Bildung können Sie verschenken mit einem Geschenkgutschein Ihrer vhs

Ob Sprachen, Gesundheit oder Kultur in unserem vielfältigen Angebot finden Sie garantiert etwas für Ihre Lieben!

Gutscheine können in den vhs Geschäftsstellen erworben werden.

# Gutschein

für eine Veranstaltung in Ihrer Volkshochschule



## KULTUR UND GESTALTEN



### Schnupperkurs Scherenschnitt

Mit einem Stückchen Papier und einer spitzen Schere eine Geschichte illustrieren, ein Märchen zum Leben erwecken, Pflanzen oder Tiere abbilden, naturgetreue Darstellungen schaffen oder in abstrakten Formen schweigen – alles das kann der Scherenschnitt. In unserem Schnupperkurs vermitteln wir die Techniken des Scherenschnitts, helfen bei der Umsetzung eigener Ideen und wollen die Freude am Gestalten wecken! Wie wollen die Teilnehmenden

mit dem „Scherenschnittvirus“ anstecken und gemeinsam eine seit langem gepflegte Tradition in Schmölln am Leben erhalten und ihr neue Impulse verleihen.

**2011 09.03.24**, jeden 2. Sonntagabend im Monat, 10:00-12:00 Uhr

4x Sa, 10,67 Ustd, **vhs Schmölln**

entgeltfrei

Angela Kiesewetter-Lorenz; Elke Sieg

### Thematischer Flechtkurs: kleine Vase in Rasseltechnik

In diesem Kurs flechten Sie eine kleine Vase in Rasseltechnik. Variationen sind in der Form, Farbe und Größe und bei den verwendeten Materialien möglich. Der Schwierigkeitsgrad ist leicht, es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte bringen Sie Schürze oder geeignete Kleidung, ein scharfes Messer (glatte Schneide, Länge ca. 6-8 cm), eine Gartenschere und einen Pfriem (Ahle/Vorstecher, Länge ca. 8 cm) mit. Da in diesem Kurs ungeschälte Weiden verwendet werden, die vor ihrer Verarbeitung ca. vier Wochen weichen müssen, ist Anmeldeschluss bereits der 09.02.2024!

**2012 08.03.24**, 18:30-20:30 Uhr

1x Fr, 2,7 Ustd, **vhs Altenburg**

14,50 € | Kleingruppe 19,40 € | zzgl. 1,00 € Materialkosten

Gloria Bohn, Flechtwerkgestalterin

### Thematischer Flechtkurs: Blume „Jonathan“

In diesem Kurs flechten Sie die Blume „Jonathan“, die aus einem runden Korbboden heraus gearbeitet wird. Sie kann als Dekoration zum Hängen oder Stecken sowie als schöne Grundlage zur weiteren kreativen Gestaltung verwendet werden. Variationen sind in der Farbe und Größe, bei den verwendeten Materialien und bei den eingesetzten Techniken möglich. Der Schwierigkeitsgrad ist mittel, es sind jedoch keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte bringen Sie Schürze oder geeignete Kleidung, ein scharfes Messer (glatte Schneide, Länge ca. 6-8 cm), eine Gartenschere, einen Pfriem (Ahle/Vorstecher, Länge ca. 8 cm), ein altes Holzbrett, einen Gliedermaßstab und einen Bleistift mit.

Da in diesem Kurs ungeschälte Weiden verwendet werden, die vor ihrer Verarbeitung ca. vier Wochen weichen müssen, ist Anmeldeschluss bereits der 09.02.2024!

**2013 09.03.24**, 13:00-18:00 Uhr

1x Sa, 6,67 Ustd, **vhs Altenburg**

25,40 € | Kleingruppe 33,80 € | zzgl. 5,00 € Materialkosten pro Blume

Gloria Bohn, Flechtwerkgestalterin





### Thematischer Flechtkurs: runder Korb mit Korbboden

In diesem zweitägigen Kurs flechten Sie einen runden Korb, den Sie als Brotkorb, als Korb für das Badezimmer, für Geschenke oder ähnliches verwenden können. Am ersten Kurstag (Freitag, 18.30–20.30 Uhr) flechten Sie zunächst einen gefitzten runden Korbboden (ein gewundenes Geflecht mit zwei Weiden). Am zweiten Kurstag (Sonnabend, 13.00–18.00 Uhr) entsteht dann das Rumpfgerüst durch Aufstaken, und es wird ein sogenannter „Fuß“, dann der eigentliche Korb und schließlich ein Randabschluss geflochten, sodass Sie am Ende des zweiten Kurstages einen kompletten Korb mit nach Hause nehmen können.

Variationen sind in der Farbe und Größe und bei den verwendeten Materialien möglich. Der Schwierigkeitsgrad ist mittel, es sind jedoch keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte bringen Sie Schürze oder geeignete Kleidung, ein scharfes Messer (glatte Schneide, Länge ca. 6–8 cm), eine Gartenschere und einen Pfriem (Ahle/Vorstecher, Länge ca. 8 cm), ein Schlageisen oder Ringschlüssel (20, 22), ein kleines Handtuch, ein altes Holzbrett (ca. 25 x 25 cm) und einen Gliedermaßstab mit.

Da in diesem Kurs ungeschälte Weiden verwendet werden, die vor ihrer Verarbeitung ca. vier Wochen weichen müssen, ist Anmeldeschluss bereits der 15.03.2024!

**2014 12.04.24**, 18:30-20:30 Uhr, und 13.04.24, 13:00-18:00 Uhr

1 x Fr und 1 x Sa, 9,33 Ustd, **vhs Altenburg**

38,90 € | Kleingruppe: 51,90 € | zzgl. 15,00 € Materialkosten

Gloria Bohn, Flechtwerkgestalterin



## TEXTILES GESTALTEN

### Wolle spinnen mit der Handspindel

Wolle mit der Handspindel verspinnen lässt sich schnell erlernen und es bedarf dafür keines teuren Gerätes. In diesem Kurs erfahren Sie Geschichtliches über Handspindeln und lernen verschiedene Techniken des Fadenspinnens sowie verschiedene Zwirntechniken. Handspindeln können selbst mitgebracht oder im Kurs ausgeliehen werden, so dass auch unterschiedliche Spindeln ausprobiert werden können. Der Kurs ist für alle Interessierten ab 12 Jahren geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**2015 12.03.24**, 17:30-19:45 Uhr

2x Di, 6 Ustd, **vhs Altenburg**

28,40 € | Kleingruppe 37,90 € | zzgl. 8,00 € Materialkosten

Christin Hammermüller



## KULTUR UND GESTALTEN

### Grundkurs: Spinnen am Spinnrad

In diesem Kurs erlernen Sie die Grundkenntnisse des Spinnens mit dem Spinnrad. Neben Wissen rund um unterschiedliche Spinnräder und deren Benutzung gibt es eine kleine Wollkunde. Ziel des Kurses ist das Spinnen von Fäden und Zwirnen in unterschiedlichen Techniken. Funktionstüchtige Spinnräder können mitgebracht oder ausgeliehen werden; bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie ein eigenes Spinnrad mitbringen wollen. Der Kurs ist für alle Interessierten ab 14 Jahren geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**2016 22.02.24**, 17:30-19:45 Uhr

5x Do, 15 Ustd, **vhs Altenburg**

55,00 € | Kleingruppe 73,30 € | zzgl. 25,00 € Materialkosten

Christin Hammermüller

### Aufbaukurs: Spinnen am Spinnrad

Sie können schon gut spinnen und wollen spezielle Garne herstellen wie Corespun, Boucle und andere Effektgarne? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Hier spinnen wir gemeinsam verschiedene Garne und erlernen spezielle Zwirntechniken. Funktionstüchtige Spinnräder können mitgebracht oder ausgeliehen werden; bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie ein eigenes Spinnrad mitbringen wollen. Der Kurs ist für Teilnehmende ab 14 Jahren geeignet.

**2017 11.04.24**, 17:30-19:45 Uhr

3x Do, 9 Ustd, **vhs Altenburg**

37,30 € | Kleingruppe: 49,70 € | zzgl. 25,00 € Materialkosten

Christin Hammermüller

### Raglan von oben für Anfänger

In diesem Kurs stricken wir ein sogenanntes Raglan von oben auf einer Rundstricknadel. „Raglan“ bezeichnet eine besondere Schnittform von Ärmeln. Der Schnitt schließt die Schulterpartie ein und die Nähte verlaufen schräg in die Kragennaht bis zum Halsansatz. Das System wird erklärt, so dass Sie es immer wieder selbstständig anpassen können.

Sie sollten rechte und linke Maschen bereits beherrschen. Benötigt werden wechselbare Nadelspitzen in zwei aufeinander folgenden Stärken entsprechend der Garnstärke, zwei kurze Seile (Länge: 40-60 cm) und ein langes Seil (Länge: 100-150 cm, je nach Konfektionsgröße) sowie Ihr Wunschgarn. Nadeln und Garn können auch bei der Kursleiterin erworben werden.

**2018 24.02.24**, 13:00-17:00 Uhr

2x Sa, 10,67 Ustd, **vhs Altenburg**

39,90 € | Kleingruppe: 53,40 € | zzgl. Materialkosten

Christin Hammermüller



**Wieder im  
Angebot:  
Strickkurse**

### Grundkurs Stricken

Stricken liegt im Trend! Es bietet viele Möglichkeiten kreativ zu werden und etwas Individuelles selbst zu gestalten und herzustellen – ob für die eigene Garderobe, das eigene Heim oder als Geschenk. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt verschiedene Techniken des Strickens kennen: vom Maschenanschlag bis zum Lesen von Strickmustern. Gerne finden die individuellen Wünsche der Teilnehmenden Beachtung.

Bitte bringen Sie geeignete Strickwolle bzw. Wollreste und passende Stricknadeln (Nadelstärken) mit. Verschiedene Strickanleitungen und Wollmaterial kann auch bei der Kursleiterin erworben werden.

**2019 21.02.24**, 17:30-19:45 Uhr

3x Mi, 9 Ustd, **vhs Altenburg**

37,30 € | Kleingruppe: 49,70 € | zzgl. Materialkosten

Kerstin Flache, Textilgestalterin

### Kreativkurs Stricken

Sie verfügen bereits über Grundkenntnisse im Stricken und wollen diese erweitern, vertiefen und sich kreativ ausprobieren? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Hier können Sie nach Ihren eigenen Wünschen ein Strickteil herstellen – zum Beispiel Schals, Mützen, Accessoires, Bekleidung für Winter oder Sommer oder Socken. Die Kursleiterin begleitet Sie bei der Anfertigung Ihres Strickteils, stellt bei Bedarf verschiedene Strickanleitungen zur Verfügung und macht Sie mit Tricks und Kniffen für fortgeschrittene Strickbegeisterte vertraut. Bitte bringen Sie geeignete Strickwolle und passende Stricknadeln (Nadelstärken) mit.

**2020 13.03.24**, 17:30-19:45 Uhr

4x Mi, 12 Ustd, **vhs Altenburg**

46,20 € | Kleingruppe 61,50 € | zzgl. Materialkosten

Kerstin Flache, Textilgestalterin

### Trockenfilzen: Ostereier

Filzen ist die wohl älteste Technik, um Textilien zu verarbeiten: Ob Schmuck, Taschen, Kleidung oder Wohndekoration – der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Filz besteht aus Schafwolle, die sich entweder mit Seifenlauge oder durch spezielle Nadeln unterschiedlich formen lässt. Dabei verhakt sich die Wolle und es entsteht eine Fläche.

In diesem Workshop lernen Sie das Trockenfilzen mittels Filznadeln. Passend zur Osterzeit wollen wir miteinander Ostereier herstellen. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

**2021 13.03.24**, 17:30-19:00 Uhr

1x Mi, 2 Ustd, **vhs Altenburg**

12,00 € | Kleingruppe 16,00 € | zzgl. 3,50 € Materialkosten je Osterei

Annegret Heyer



## KULTUR UND GESTALTEN

### Trockenfilzen: Blütenraum

Filzen ist die wohl älteste Technik, um Textilien zu verarbeiten: Ob Schmuck, Taschen, Kleidung oder Wohndekoration – der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Filz besteht aus Schafwolle, die sich entweder mit Seifenlauge oder durch spezielle Nadeln unterschiedlich formen lässt. Dabei verhakt sich die Wolle und es entsteht eine Fläche.

In diesem Workshop lernen Sie das Trockenfilzen mittels Filznadeln. Passend zum Frühling wollen wir miteinander Blüten herstellen, die in einem Bambusing befestigt werden und die Sie als Dekoration zum Beispiel ins Fenster hängen können. Vorkenntnisse sind vorteilhaft, aber nicht erforderlich.

**2022 15.05.24**, 17:30-19:30 Uhr

1x Mi, 2,67 Ustd, **vhs Altenburg**

13,90 € | Kleingruppe: 18,30 € | zzgl. 6,50 € Materialkosten

Annegret Heyer

### Grundkurs Nähen und Umgang mit der Nähmaschine

In diesem Kurs lernen Sie den Umgang mit der Nähmaschine kennen: wie man einfädelt, das Spulchen auffüllt, die Fadenspannung einstellt bzw. korrigiert, eine abgebrochene Nadel wieder erneuert, wie man gerade Nähte und andere Arten von Nähten näht und wie man das Nähmaterial richtig führt. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

Nach einfachen Nähübungen an verschiedenen Stoffen werden wir Schritt für Schritt eine kleine Handy-Tasche oder einen Beutel nähen. Zum Abschluss werden die Grundbegriffe erklärt, die das „Lesen“ eines gekauften Schnittmusters und der dazugehörigen Nähanleitung verständlich machen.

Nähmaschinen sind vorhanden, jedoch können Sie auch gem Ihre eigene benutzen. Mitzubringen sind: Nähgarn, Schere, Näh- und Stecknadeln, Reststoffe zum Üben und ein Lieblingsstoff zum Verarbeiten, Lineal, Maßband und Bleistift. Und am Allerwichtigsten: Neugier und keine Angst vor eventuellen danebengegangenen Unikaten. Alles wird ganz besonders – ich freue mich auf Sie!

**2023 05.03.24**, 17:30-19:45 Uhr

3x Di, 9 Ustd, **vhs Altenburg**

37,30 € | Kleingruppe 49,70 € | zzgl. Materialkosten

Heidrun Widike



## KULTUR UND GESTALTEN



### Kreativkurs Nähen

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende aus dem Grundkurs oder andere mit sonstigen ersten Näherfahrungen, die im Austausch mit anderen Nähbegeisterten eigene Nähprojekte beginnen oder fertigstellen wollen. Auch mitgebrachte Kleidungsstücke können in diesem Kurs repariert oder geändert werden. Auch stellen wir gemeinsam Schritt für Schritt kleine Pyramidentaschen, Kulturtaschen mit Reißverschluss oder gefütterte Taschen zum Umhängen her.

Nähmaschinen sind vorhanden, jedoch können Sie auch gern Ihre eigene benutzen. Mitzubringen sind: Nähgam, Schere, Näh- und Stecknadeln, ein Lieblingsstoff zum Verarbeiten, Lineal, Maßband und Bleistift, gute Laune und eine kleine Portion Abenteuerlust auf das, was kommt. Auch ich lerne gerne noch dazu – ich freue mich auf Sie!

**2024 09.04.24**, 17:30-19:45 Uhr

4x Di, 12 Ustd, **vhs Altenburg**

46,20 € | Kleingruppe 61,50 € | zzgl. Materialkosten

Heidrun Widike

## PLASTISCHES GESTALTEN

### Töpferkurs: Deko für Haus, Hof und Garten

In diesem Abendkurs können Sie unter Anleitung und Unterstützung einer erfahrenen Keramikerin schöne Dekorationsgegenstände für Haus, Hof oder Garten gestalten. Ob Vase, Schale, Vogeltränke, Pflanzgefäß oder Dekokugel – vieles ist möglich. Sie entscheiden selbst, was es werden soll. Getöpft wird dabei frei, d. h. nicht auf der klassischen Töpferscheibe.

Der Kurs besteht aus zwei Abenden: Am ersten Termin wird getöpft; am zweiten Termin werden die Werke glasiert. Nach dem Brennen können Sie Ihre Arbeiten zu einem späteren Termin in der Volkshochschule Schmölln abholen.

Der Kurs ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

**2025 02.03.24**, 10:00-15:00 Uhr, und 06.04.24, 10:00-12:00 Uhr

2x Sa, 8 Ustd, **Kunst- und Kräuterhof „Auenhof“, Posterstein**

38,90 € | Kleingruppe 51,50 € | zzgl. Materialkosten

Bettina Martin, Keramikerin

**2026 13.05.24**, 18:00-22:00 Uhr, und 03.06.24, 18:00-20:00 Uhr

2x Mo, 8 Ustd, **Kunst- und Kräuterhof „Auenhof“, Posterstein**

38,90 € | Kleingruppe 51,50 € | zzgl. Materialkosten

Bettina Martin, Keramikerin

**Keramikkurse  
in  
Posterstein**

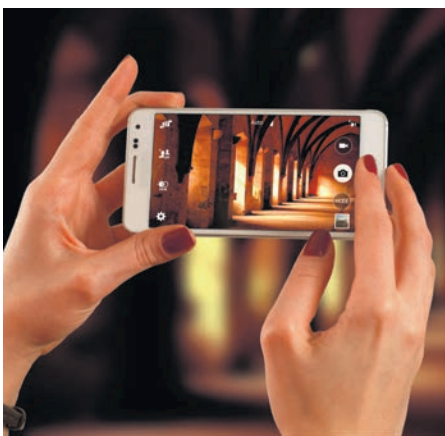


## KULTUR UND GESTALTEN

### FOTOGRAFIE | VIDEO

#### Grundkurs digitale Fotografie mit dem Smartphone

Die meisten von uns haben stets eine Kamera bei sich: in ihrem Smartphone. Die heutigen Geräte sind dabei oftmals mit sehr leistungsfähigen Kameras ausgestattet. Zudem gibt es zahlreiche Apps, mit denen sich Fotos direkt auf dem Telefon bearbeiten und verbessern lassen. Das Smartphone ist daher ein einfaches Mittel, um auch ohne relativ teure Kompaktkamera oder gar eine professionelle Fotoausrüstung fotografisch tätig sein zu können. Sie wollen mit Ihrem Smartphone schönere Fotos machen? In diesem Kurs erlernen Sie die Grundlagen des Fotografierens und der Fotobearbeitung mit dem Smartphone. Sie erhalten einen Überblick über den Einsatz der verschiedenen Belichtungs- und Motivprogramme.



Zudem wird die Übertragung der Fotos auf einen PC anschaulich demonstriert. Ebenfalls Thema sind die Möglichkeiten der Ausgabe der Bilder.

An einem der Kurstage gehen wir auf eine Fotoexkursion, wo Sie sich unter professioneller Anleitung vielfältig praktisch ausprobieren können. Die Aufnahmen werden anschließend mittels Beamer oder Laptop in der Gruppe vorgestellt und diskutiert, wobei Sie Anregungen und Tipps erhalten.

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone mit.

**2027 22.02.24**, 18:30-20:30 Uhr

4x Do, 11 Ustd, **vhs Altenburg**

49,40 € | Kleingruppe 65,90 €

Jens Paulat, Fotograf

### TANZ

#### Tanzkurs für Paare – Fortgeschrittene

Sie haben Interesse am Paartanz? Sie bringen Grundkenntnisse im Tanzen mit? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie! Melden Sie sich mit Ihrem Partner an. Der Einstieg ist jederzeit auch in den laufenden Kurs möglich.

Kursinteressierte melden sich direkt telefonisch beim Kursleiter unter 0365 2147470.

**2028 07.01.24**, 17:00-18:00 Uhr

10x So, 14 Ustd,

**Saal Lohsenstraße 25, Schmölln**

74,50 € pro Person

Ingo Ronneberger, Tanzsporttrainer

**2029 07.01.24**, 18:15-19:15 Uhr

10x So, 14 Ustd,

**Saal Lohsenstraße 25, Schmölln**

74,50 € pro Person

Ingo Ronneberger, Tanzsporttrainer



### Line-Dance: Neueinsteiger

Line-Dance ist ein sportlicher Gruppentanz. Sie lernen zunächst einfache Einzelfiguren, die dann mit den anderen Teilnehmern gemeinsam nach flotten Rhythmen – besonders aus dem Bereich der Country-Musik – getanzt werden.

Vorkenntnisse aus dem Gesellschaftstanz sind nicht erforderlich. Sie können allein, aber auch mit Partner teilnehmen. Bequeme Kleidung und Turnschuhe sind erforderlich.

Der Einstieg in den laufenden Kurs ist jederzeit möglich!

**2030 12.04.24**, 18:00-19:00 Uhr

10x Fr, 14 Ustd, **vhs Schmölln**

49,00 € | Kleingruppe 64,90 €

Brigitte Jahn

### Line-Dance: Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte mit Grundkenntnissen im Line-Dance. Sie können allein, aber auch mit Partner teilnehmen. Bequeme Kleidung und Turnschuhe sind erforderlich.

Der Einstieg in den laufenden Kurs ist jederzeit möglich!

**2031 12.04.24**, 19:15-20:15 Uhr

10x Fr, 14 Ustd, **vhs Schmölln**

49,00 € | Kleingruppe 64,90 €

Brigitte Jahn

### Zauber des Orients – Orientalischer Bauchtanz für Fortgeschrittene

Die faszinierende Welt der Wüste, die alte Hochkultur der Ägypter fesseln uns immer wieder. Wie niemals zuvor ist unsere Welt durch die Medien zusammengerückt und räumliche Entfernungen schmelzen. Die fremden Kulturen und Lebensweisen machen uns neugierig und bieten die Chance, unser Leben reicher und bunter zu machen, für ein besseres Verständnis der Menschen auf der Erde zu sorgen und Berührungängste abzubauen.

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmerinnen mit Vorkenntnissen im orientalischen Bauchtanz.

Er bietet allen Frauen, gleich welchen Alters, Gewichts und welcher körperlichen Konstitution, die Möglichkeit, mehr Beweglichkeit, Anmut und Wohlbefinden zu erlangen. Erfahren Sie Lebensfreude und Ästhetik dieses sinnlichen Tanzes, kräftigen Sie gleichzeitig Ihre Muskulatur und trainieren Sie das Gleichgewicht.

Bitte Sportbekleidung, eine Yoga-Matte und ein großes Tuch mitbringen.

**2032 15.04.24**, 19:30-21:00 Uhr

10x Mo, 20 Ustd, **vhs Schmölln**

54,00 € | Kleingruppe 72,00 €

Sheila Zöpel, Tänzerin









## GESUNDHEIT UND PSYCHE

### Vortragsreihe „Seelische Gesundheit“

Die Vortragsreihe findet in Kooperation mit der Evangelischen Lukas-Stiftung Altenburg statt. Wir begrüßen praktizierende Psychotherapeut\*innen und Psychiater\*innen. Die Teilnahme ist entgeltfrei.

**3001 09.04.24**, 18:00-19:30 Uhr  
2x Di, 4 Ustd, **vhs Altenburg**  
entgeltfrei



Seelische  
Gesundheit

### Vortragsübersicht

**09.04.24:** Wenn der Philipp wieder zappelt (Dr. Christian Schäfer)

**14.05.24:** Psychische Auswirkungen früh erlebter Gewalt (Barbara Franke)

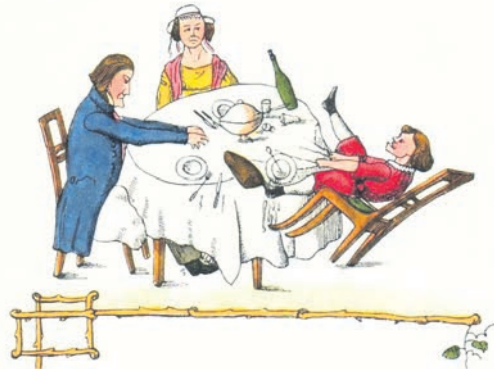
### Wenn der Philipp wieder zappelt

Die Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) oder das Zappelphilipp-Syndrom ist eine umstrittene Diagnose. Auf der einen Seite wird das Syndrom bestritten und der Gesellschaft vorgeworfen, Kinder sollen durch Medikamente konform und ruhig gestellt werden. Auf der anderen Seite wird ein Teil des derzeit bestehenden Drogenkonsums und begangener Straftaten auf diese Diagnose zurückgeführt.

Was sind die Fakten? Wie wird ein ADHS diagnostiziert? Machen die gegebenen Medikamente abhängig? Gibt es Alternativen zur medikamentösen Therapie? Und wäre ein Leben ohne Menschen mit ADHS überhaupt lebenswert?

Unter anderem mit diesen Fragen wird sich der interaktive Vortrag auseinandersetzen.

**30011 09.04.24**, 18:00-19:30 Uhr  
1x Mo, 2 Ustd, **vhs Altenburg**  
entgeltfrei  
Dr. Christian Schäfer  
Chefarzt der Evangelischen  
Lukas-Stiftung Altenburg





## GESUNDHEIT

### Psychische Auswirkungen früh erlebter Gewalt

Judith Lewis Herman ist eine amerikanische Psychiaterin, Professorin für Klinische Psychologie an der Harvard Medical School und befasste dieses Thema. Sie leitet darüber hinaus ein Programm für Opfer von Gewalttaten am Cambridge Hospital in Cambridge.

Judith Herman beschrieb die komplexe posttraumatische Belastungsstörung – ein Krankheitsbild, das sich infolge schwerer sowie anhaltender und/oder wiederholter Traumatisierungen entwickeln kann.

**30013 14.05.24**, 18:00-19:30 Uhr

1x Mo, 2 Ustd, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

Barbara Franke,

Oberärztin an der Evangelischen Lukas-Stiftung Altenburg

**Gebildete Sie,  
100 Jahre,  
fit wie ein Turnschuh,  
offen und kontaktfreudig  
sucht:**

**Kursleiter\*in**





## ENTSPANNUNG | KÖRPERERFAHRUNG

### Wanderyoga:

### Ruhe – Bewegung – sinnliche Erfahrung – Austausch und Naturgenuss

Yoga bedeutet: vor der Stille, Bewegung – innerlich wie äußerlich, auf allen Ebenen unseres Selbst. Wir gehen gemeinsam in die Natur, beobachten den eigenen Körper, das Kommen und Gehen der Gedanken und die Bewegungen des eigenen Atems. Während der Gehmeditation richten wir unsere Wahrnehmung und Achtsamkeit neu aus. Wir schenken uns Raum, dürfen mit uns selbst sein und zugleich mit allem, was um uns ist. Hin und wieder halten wir an und inne, lauschen und spüren. Zwischen dem Gehen und Innehalten üben wir uns in einfachen Bewegungsabläufen und Haltungen. Wir erfahren, wie schön es sein kann, mit beiden Füßen fest auf dem Boden zu stehen und zugleich in den weiten Raum des Himmels über uns zu schauen.

Matten oder Kissen werden nicht benötigt. Bei Regen am Morgen des Kurs-tages sowie bei sehr starkem Regen bis zu zwei Tage zuvor entfällt der jeweilige Kurs, da die geplanten Wege dann in der Regel nicht gut begehbar sind.



**3002 23.03.24**, 09:00-12:00 Uhr

1 x Sa, Wanderung durch das ehemalige Tagebauegebiet „Neue Landschaft“

**Treffpunkt: Bäckerei Reichert, Am Sportplatz 35a, Löbichau**

**(Bitte beachten: Parken vor der Bäckerei nicht möglich!)**

22,00 €

Ilka Schiwiek, Yoga-Lehrerin

**3003 08.06.24**, 09:00-12:00 Uhr

1 x Sa, Wanderung auf dem Sprotteradweg

**Treffpunkt: Selka – Parkplatz Ortsmitte,**

**Obere Heerstraße 7/1, Schmölln-Selka**

22,00 €

Ilka Schiwiek, Yoga-Lehrerin



## GESUNDHEIT

### Yoga für mehr Achtsamkeit

Stress loslassen und Flexibilität neu lernen. Der Kurs beinhaltet das Trainieren und Erlernen von Atemtechniken, die dazu dienen zur Ruhe zu finden. Mit den verschiedenen Übungen werden wir Muskulatur aufbauen und unsere Flexibilität erweitern, aber immer den Fokus auf unser Wohlbefinden und unsere körperlichen Grenzen setzen. Durch die wiederkehren-



den Übungen werden wir diese Flexibilität dann vertiefen. Kombiniert geht das Ganze nur mit der richtigen Atmung, die uns dabei hilft, den Fokus auf uns zu setzen und ihn da zu belassen. Achtsamkeit ist ein ganz besonderer Zustand deiner Wahrnehmung und deines Bewusstseins und das perfekte Gegenmittel gegen Stress.

**3004 19.02.24**, 17:00-18:30 Uhr  
10x Mo, 20 Ustd, **vhs Altenburg**  
74,40 € | Kleingruppe 99,20 €  
Andrea Lange, Yoga-Lehrerin

### Lachyoga

Mit den Augen strahlen und lächeln ist ein hohes Gut. Unser Lachen steckt an und erleichtert uns Begegnungen, auch online oder durchs Telefon. In einer kleinen Gruppe aktivieren Sie Ihren eigenen Humor, stärken Ihre Selbstheilungskräfte und fördern den Zugang zur eigenen Kreativität. Glückshormone werden ausgeschüttet. Leichte und ungewöhnliche Übungen in der Gruppe bringen Sie schnell in die eigene Heiterkeit. Dann steht dem Transfer in den Alltag nichts mehr im Weg. Lachen Sie sich gesund!

**3005 29.04.24**, 17:30-20:30 Uhr  
1x Mo, 4 Ustd, **vhs Altenburg**  
24,00 € | Kleingruppe 31,20 €  
Mona Deibele, Sopranistin,  
Gesangspädagogin

**Bitte beachten Sie unsere weiteren Yoga-Angebote auf unserer Website**  
**[www.vhs-altenburgerland.de](http://www.vhs-altenburgerland.de)**  
**oder erfragen Sie diese gerne telefonisch**  
**unter 03447 507928.**



### Hatha Yoga für Fortgeschrittene

Yoga ist eine uralte indische Methode zur harmonischen Entwicklung von Körper, Geist und Seele. Yogaübungen verbessern die Haltung, stärken die Nerven und harmonisieren die Funktionen der inneren Organe. Geistige Ruhe und Ausgeglichenheit werden gefördert. Die Gesunderhaltung der Wirbelsäule spielt eine zentrale Rolle im Hatha Yoga und ist die Grundlage für körperliches und geistiges Wohlbefinden. Erlernen Sie einen bewussten Umgang mit dem Körper. Für Teilnehmende mit Vorerfahrungen, die Atemtechniken und Körperhaltungen vertiefen möchten. Erfahrungen mit Pranayama, Meditationserfahrungen und der Sonnengruß sind Voraussetzung. Empfehlenswert ist es, ab drei Stunden vor dem Kurs nichts oder nur leichte Kost zu essen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und ggf. ein Kissen mit. Wenn Sie eine eigene Yoga-Matte haben, dürfen Sie diese gern mitbringen.

**3006 11.04.24**, 16:45-18:15 Uhr  
10x Do, 20 Ustd, **vhs Schmölln**  
74,40 €  
Ilka Schiwiek, Yoga-Lehrerin

**3007 12.04.24**, 16:00-17:30 Uhr  
10x Fr, 20 Ustd, **vhs Schmölln**  
74,40 €  
Ilka Schiwiek, Yoga-Lehrerin

**3008 12.04.24**, 17:45-19:15 Uhr  
10x Fr, 20 Ustd, **vhs Schmölln**  
74,40 €  
Ilka Schiwiek, Yoga-Lehrerin



### Klangyoga – im Einklang sein

Lass dich führen von den Klängen von Schalen, die uns ganz zu unserer Mitte, zu unserem Ursprung zurückführen können. Das selbstständige Antönen von Klangschalen, sowie der Einsatz von Zimbel, Sansula, Klangspiel und Gong lassen deren Schwingungen durch deinen Körper und den gesamten Raum fließen. Die Klänge schaffen Entspannung und Wohlfühl, führen zur allgemeinen Vitalisierung, können Schmerzen lindern, die Muskulatur entkrampfen, aber auch helfen, die Kreativität im Menschen zu wecken. Keine Yoga-Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bequeme Kleidung, Socken, eine Decke und ein kleines Kopfkissen mitbringen.

**3009 20.04.24**, 14:00-17:00 Uhr  
1x Sa, 4 Ustd, **Anahata Schmölln, Finkenweg 3 (Ladenstraße)**  
41,60 € | Kleingruppe 55,50 €  
Angela Kiesewetter-Lorenz, Yoga-Lehrerin mit Klangerfahrung



## GESUNDHEIT

### BEWEGUNG

#### Rückhalt – Ganzheitliche Rückenschule

Möchten Sie auf angenehme und effektive Weise ihren Rücken stärken? Dann sind Sie hier richtig. Mit funktioneller Rückengymnastik, Wahrnehmungsübungen und wohlthuender Entspannung schaffen Sie den rückenstrapazierenden Alltag und tun sich etwas Gutes. Sie erhalten praxisnahe Tipps und mehr Verständnis für die Zusammenhänge. Rückenschmerzen wird vorgebeugt, die Bewegungen im Alltag werden insgesamt ökonomischer und leichter.



**3010 27.02.24**, 18:00-19:00 Uhr

10x Di, **Turnhalle Thonhausen**

54,60 €

Aileen Brauer, Physiotherapeutin

**3011 13.05.24**, 18:00-19:00 Uhr

10x Mo, **vhs Schmölln**

57,70 €

Aileen Brauer, Physiotherapeutin

Prävention

#### Rückenfit – Rückenkräftigung

Mit wohlthuenden und kräftigenden Bewegungsübungen, vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Stärkung des Rückens und zur Verbesserung von Beweglichkeit und Kraft kennen. Sie erlernen gelenk- und rücken-schonende Körperhaltungen und üben rückengerechte Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf. Dadurch wird Ausgleich für Bewegungsmangel und einseitige Belastung des Alltags geschaffen. Entspannungs- und Atemübungen sorgen zudem für Erholung und ein positives Körpergefühl.

**3012 15.04.24**, 17:00-18:00 Uhr

12x Mo, **Turnhalle Lukas-Stiftung Altenburg**

64,90 €

Jana Kubiak, Physiotherapeutin

**3013 22.01.24**, 18:00-19:00 Uhr

12x Mo, **Turnhalle Lukas-Stiftung Altenburg**

64,90 €

Jana Kubiak, Physiotherapeutin



**3014 05.03.24**, 17:00-18:30 Uhr  
10x Di, **Turnhalle Rolika**  
61,00 €  
Simone Koslowsky, Physiotherapeutin

**3015 05.03.24**, 19:00-20:30 Uhr  
10x Di, **Turnhalle Rolika**  
61,00 €  
Simone Koslowsky, Physiotherapeutin

**3016 08.04.24**, 18:45-19:30 Uhr  
10x Mo, **Schmölln, Saal Lohsenstraße 25**  
59,40 €  
Petra Winkler, Dipl.-Sportlehrerin

**3017 08.04.24**, 19:45-20:30 Uhr  
10x Mo, **Schmölln, Saal Lohsenstraße 25**  
59,40 €  
Petra Winkler, Dipl.-Sportlehrerin

**3018 ab Februar 24**, 17:00-17:45 Uhr  
10x Fr (14-täglich),  
**Sportraum Kegelbahn Heukewalde**  
59,40 €  
Maik Putze, Physiotherapeut

**3019 ab Februar 24**, 18:00-18:45 Uhr  
10x Mo (14-täglich),  
**Sportraum Kegelbahn Heukewalde**  
59,40 €  
Maik Putze, Physiotherapeut

## Pilates

Das Ganzkörpertraining kombiniert Atemtechniken, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po, Rücken und die Körpermitte. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die Tiefenmuskulatur. Sie wünschen sich ein sanftes, effektives Ganzkörpertraining?

Dann melden Sie sich an. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie dicke Socken und eine Decke mit.



**3020 09.04.24**, 18:00-19:00 Uhr  
10x Di, **vhs Altenburg**  
57,70 €  
Romy Ebert, Pilates-Trainerin

## Bodystyle – Bauch, Beine, Po

Die sogenannten Problemzonen werden in diesem Kurs ganz gezielt in Form gebracht. Gleichzeitig trainieren Sie Ihre Kondition.

**3021 16.04.24**, 18:30-19:30 Uhr  
10x Di, **Treben, Turnhalle Regelschule**  
59,10 €  
Doreen Uhlitzsch, Trainerin

**3022 16.04.24**, 19:30-20:30 Uhr  
10x Di, **Treben, Turnhalle Regelschule**  
59,10 €  
Doreen Uhlitzsch, Trainerin



## GESUNDHEIT

### Sport-Mix 15 x 4

Abwechslung ist garantiert! Jede Stunde setzt sich zusammen aus 15 Minuten Body-Forming, 15 Minuten Pilates, gefolgt von 15 Minuten Krafttraining mit Hanteln und Thera-Band und zum Abschluss 15 Minuten lateinamerikanische Tänze im Zumba-Stil.

**3023 22.02.24**, 17:00-18:00 Uhr

12x Do, **vhs Altenburg**

67,10 €

Stefanie Langner, Solotänzerin a. D.

## GYMNASTIK I KONDITION

### Fit im Alltag

„Fit im Alltag“ ist ein Ganzkörpertraining mit abwechslungsreichen Kombinationen aus Bodyweight, Bauch-Beine-Po, HIIT-Sequenzen, Dehnung und Entspannung. Dabei formen Sie nicht nur Ihren Körper sondern stärken Stabilität, Mobilität und Beweglichkeit.

Durch gezielte Be- und Entlastung bringen Sie Ihren Körper und Geist in Einklang. Gerade in schwierigen Lebenslagen gewinnt dies an Bedeutung. In diesem Kurs erfahren Sie mehr über Burpees, Planks, Crunches und Push-ups und erleben ein abwechslungsreiches Training. Je nach Wetterlage und Situation trainieren wir indoor, online oder outdoor, ggf. verbunden mit einer Walking-Einheit. Es werden keine besonderen sportlichen Fähigkeiten vorausgesetzt, es sollten jedoch keine Verletzungen oder anderweitige schwerwiegende Beeinträchtigungen vorliegen. Der Kurs eignet sich für Menschen, die einen Ausgleich zum bewegungsarmen Alltag, zu Büroarbeit und Homeoffice suchen. Machen Sie sich jetzt fit und erleben Sie das tolle Gefühl, für sich und seinen Körper etwas getan zu haben!

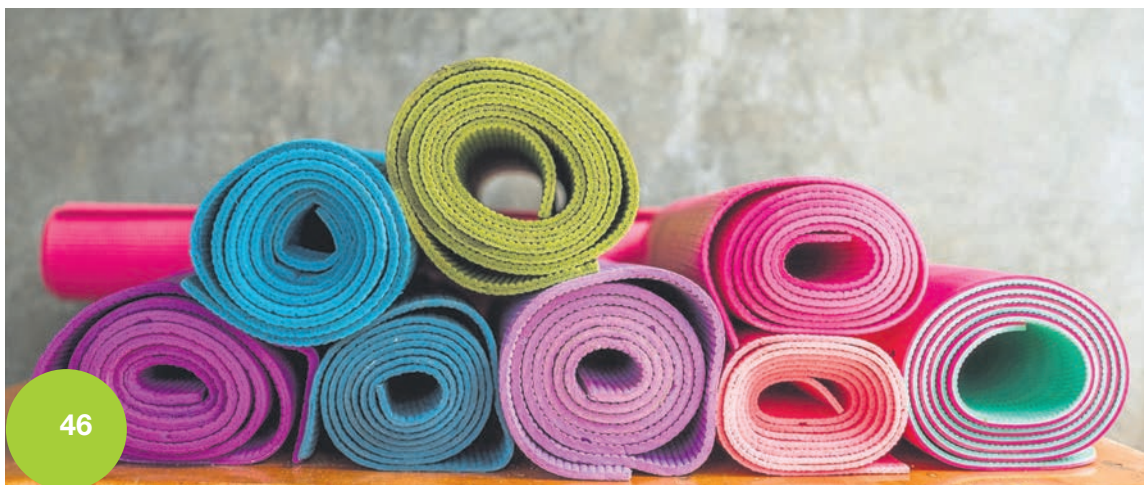
**3024 29.01.24**, 18:30-19:30 Uhr

10x Mo, **Turnhalle Saara**

61,50 €

Mariola Trummer, Trainerin

Fit  
im Alltag!







### Fit für den Alltag – Ganzkörperkräftigung

Lernen Sie Ihre eigenen Leistungsgrenzen kennen und erweitern. Mit Kräftigungs- und Dehnungsübungen beugen Sie Bewegungsmangel, Rückenbeschwerden, Muskelverspannungen und Muskelschwäche vor. Die Übungen sind fordernd, interessant und spannend. Sie werden mit Freude Ihre Gesundheit stärken und Ressourcen für den Alltag freisetzen.

**3025 11.03.24**, 18:00-19:30 Uhr  
10x Mo, Gößnitz, **Turnhalle Regelschule**  
63,20 €  
Dörte Seidel, Sportlehrerin

**3026 10.04.24**, 18:00-19:15 Uhr  
10x Mi, **vhs Schmölln**  
66,10 €  
Michaela Lenz

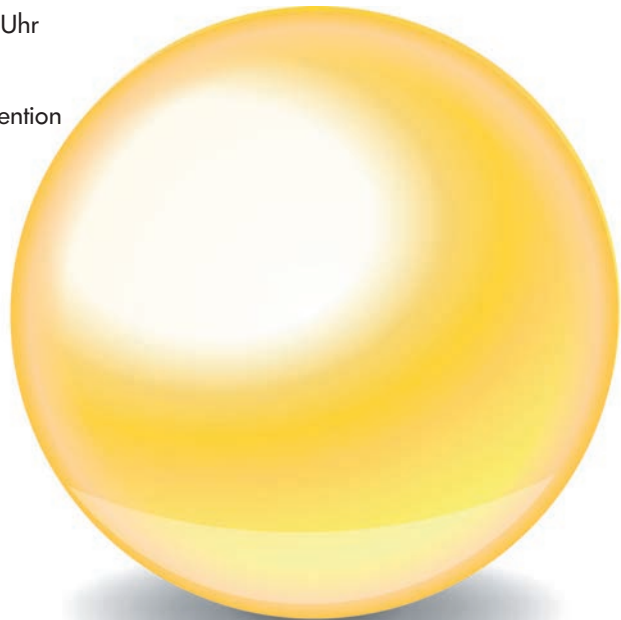
**3027 08.02.24**, 18:00-19:15 Uhr  
10x Do, **Schmölln, Saal Lohsenstraße 25**  
66,80 €  
Marlies Trompke, Physiotherapeutin

**3028 08.02.24**, 20:00-21:00 Uhr  
10x Do, **Schmölln, Saal Lohsenstraße 25**  
61,50 €  
Aileen Brauer, Physiotherapeutin

### Leben ist Bewegung

Durch Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen lernen Sie Ihre Wirbelsäule kennen. Sie erfahren, was Ihrem Rücken gut tut und erhalten Tipps, wie Sie Ihren Alltag leichter und ökonomischer gestalten können. Mit ausgleichenden, kräftigenden Übungen sollen die Beweglichkeit der Gelenke erhalten und die Kräftigung der Muskulatur gefördert werden.

**3029 10.04.24**, 14:45-15:45 Uhr  
10x Mi, **vhs Schmölln**  
66,10 €  
Ute Winges, Fachwirtin für Prävention  
und Gesundheitsförderung





## GESUNDHEIT



### Gesund und aktiv ins Alter

Gesundheit und Aktivität gehören zusammen. Gerade wenn man schon zur reiferen Jugend zählt, ist die Aufrechterhaltung der Beweglichkeit und Fitness oft ausschlaggebend für das Wohlbefinden. In diesem Kurs wird eine altersgerechte sportliche Betätigung in einer Gruppe Gleichgesinnter ermöglicht. Erleben Sie viel Spaß bei den verschiedensten Sport- und Spielangeboten und schulen Sie Koordinations- und Kombinationsfähigkeit.

**3030 12.03.24**, 13:45-14:45 Uhr

10x Di, **vhs Schmölln**

49,00 €

Petra Winkler, Dipl.-Sportlehrerin

### Herz aktiv – Ganzkörpertraining für Herz und Kreislauf

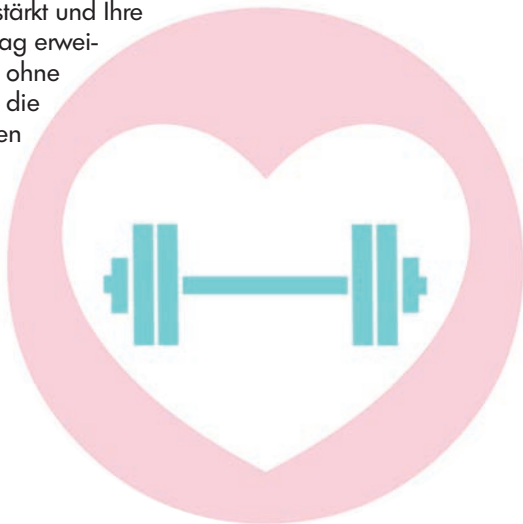
Mit kurzen Ausdauertrainingsphasen zur Kräftigung von Herz und Kreislauf lernen Sie Ihre eigenen Leistungsgrenzen kennen und können diese erweitern. Ergänzend zum Ausdauerprogramm erleben Sie wohltuende und herausfordernde Bewegungen mit verschiedenen Kleingeräten. Mit vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung, Dehnungsübungen der zur Verkürzung neigenden Muskulatur und Lockerung verspannter Muskulatur lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung Ihrer Fitness, Beweglichkeit und Entspannungsfähigkeit kennen. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohl tut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den (Berufs-/Familien)Alltag erweitert. Der Kurs richtet sich an Erwachsene ohne behandlungsbedürftige Erkrankungen, die Bewegungsmangel und stressbedingten Beschwerden vorbeugen möchten.

**3031 10.04.24**, 19:30-20:30 Uhr

10x Mi, **vhs Schmölln**

66,10 €

Ute Wings, Fachwirtin für Prävention und Gesundheitsförderung





## Nordic Walking

Nordic Walking beansprucht auf sanfte und gelenkschonende Weise den gesamten Körper. Als effektiver Ganzkörpersport aktiviert es fast alle Muskelgruppen Ihres Körpers. Es werden Herz und Kreislauf gestärkt und der Alltagsstress auf erholende Weise abgebaut. Nordic Walking eignet sich für Teilnehmende aller Altersgruppen. In diesem Kurs erlernen Sie die Technik des Gehens mit Stöcken (ALFA-Technik) und erhalten Tipps zu Ausrüstung und Trainingsgestaltung. Auch Fortgeschrittene Walker sind willkommen.

Vorteilhaft sind leichte, robuste Schuhe, die die Füße bei der typischen Abrollbewegung unterstützen. Nordic-Walking-Stöcke können gegen Gebühr ausgeliehen werden.

**3032 18.04.24**, 18:30-19:30 Uhr

8x Do, **vhs Schmölln**

64,00 €

Ute Wings, Fachwirtin für Prävention und Gesundheitsförderung





## GESUNDHEIT

# BEWEGUNG IM WASSER

Bei Interesse an einem Kurs erkundigen Sie sich bitte vor Kursanmeldung in einer unserer Geschäftsstellen, telefonisch unter 03447 507928 bzw. 034491 27589 oder auf unserer Website [www.vhs-altenburgerland.de](http://www.vhs-altenburgerland.de).

### Aqua-Gymnastik (Flachwasser) im Freizeitbad Tatami in Schmölln

Bewegungen im Wasser ermöglichen eine intensive aber gelenkschonende Art der Gymnastik. Die Übungen fördern die Beweglichkeit und entlasten die Gelenke. Gezielte Übungen zur Muskelkräftigung beugen Rückenproblemen vor. Die Kurse werden durch ausgebildete Aquatrainerinnen und Aquatrainer durchgeführt. In Schmölln finden die Kurse im Warmwasserbecken des Freizeitbades Tatami statt. Das Becken ist 1,30 m tief. Die Wassertemperatur liegt bei 30 C-33 C. Diese Kurse eignen sich für Menschen jeder Altersgruppe, insbesondere für Personen mit Gelenk- oder Rückenproblemen. Sie umfassen zehn bzw. zwölf Kurstage, das Kursentgelt beträgt 88,50 bzw. 106,20 €. Die angegebene Kurszeit beinhaltet die Wasser- und Umkleidezeit.

<b>3033</b>	<b>10x Mo,</b>	14:00-15:00 Uhr
<b>3034</b>	<b>10x Mo,</b>	15:00-16:00 Uhr
<b>3035</b>	<b>10x Di,</b>	11:00-12:00 Uhr
<b>3036</b>	<b>10x Di,</b>	12:00-13:00 Uhr
<b>3037</b>	<b>10x Di,</b>	14:30-15:30 Uhr
<b>3038</b>	<b>10x Di,</b>	15:30-16:30 Uhr
<b>3039</b>	<b>10x Di,</b>	16:30-17:30 Uhr
<b>3040</b>	<b>10x Di,</b>	17:30-18:30 Uhr
<b>3041</b>	<b>10x Mi,</b>	15:00-16:00 Uhr

Petra Winkler, Dipl.-Sportlehrerin  
 Petra Winkler, Dipl.-Sportlehrerin  
 Kerstin Böhning, Physiotherapeutin  
 Kerstin Böhning, Physiotherapeutin  
 Gerhard Junek, Dipl.-Sportlehrer  
 Hannelore Junek, Dipl.-Sportlehrerin  
 Hannelore Junek, Dipl.-Sportlehrerin  
 Hannelore Junek, Dipl.-Sportlehrerin  
 Kerstin Böhning, Physiotherapeutin

### Aqua-Gymnastik (Tiefwasser) im Freizeitbad Tatami in Schmölln

Der folgende Kurs findet in Schmölln im Tiefwasserbecken des Freizeitbades Tatami statt und umfasst zehn Kurstage. Die angegebene Kurszeit beinhaltet die Wasser- und Umkleidezeit.

<b>3042</b>	16:00-17:00 Uhr
10x Mi,	<b>Freizeitbad Tatami Schmölln</b>
88,50 €	
Kerstin Böhning,	Physiotherapeutin





### Aqua-Gymnastik (Tiefwasser) im Schwimmbad in Altenburg

Die folgenden Kurse finden im Tiefwasserbecken des Schwimmbades Altenburg statt und umfassen zehn Kurstage. Die angegebene Kurszeit beinhaltet die Wasser- und Umkleidezeit.

**3043** 15:30-16:15 Uhr  
10x Fr, **Altenburg, Schwimmhalle**  
76,00 €  
Kerstin Böhning, Physiotherapeutin

**3044** 16:15-17:00 Uhr  
10x Fr, **Altenburg, Schwimmhalle**  
76,00 €  
Kerstin Böhning, Physiotherapeutin

### Schwimmen lernen macht Spaß

Erste Schwimmbewegungen – Spiel und Spaß im Wasser: Wassergewöhnung und Wasserbewältigung, Tauchen und sich angstfrei im Wasser bewegen sind Voraussetzungen für das Schwimmenlernen. Spielerisch gewöhnen sich die Kinder an das nasse Element, erspüren Auftrieb und Widerstand. In diesem Kurs geht es um den spielerischen Umgang mit dem Element Wasser, um Atmen, Tauchen, Gleiten und Springen. Wasservertrautheit muss vorhanden sein! Für Kinder im Vorschul- und Schulalter bis zur 2. Klasse.

**3045** 26.02.24, 15:15-16:00 Uhr  
10x Mo, **Altenburg, Schwimmhalle**  
76,00 €  
Ronny Kluge, Schwimmlehrer

## SPA im japanischen Garten



Tel. (034491) 583366  
Ronneburger Straße 65 · Schmölln  
[www.freizeitbad-tatami.de](http://www.freizeitbad-tatami.de)

  
**tatami**  
FREIZEITBAD · SAUNA · SCHMÖLLN



## GESUNDHEIT

### ERNÄHRUNG

#### Bärlauch, Löwenzahn und Co. – Frühlingskräuter für Ernährung und Gesundheit

Ob Bärlauch, Giersch, Löwenzahn oder Vogelmilch – Frühlingskräuter lassen sich vielfältig für die Zubereitung von Speisen und die Verbesserung des körperlichen Wohlbefindens einsetzen. In diesem Kurs lernen Sie zahlreiche Kräuter und ihre Verwendungsmöglichkeiten kennen, sammeln Kräuter auf der Wiese und im Bauerngarten und bereiten gemeinsam einen Imbiss zu. Zudem erhalten Sie Informationen über die Kräuter und Rezepte für ihre Verarbeitung. Gerne unterstützen wir Sie bei der Bildung von Fahrgemeinschaften nach Posterstein.



**3046 04.05.24, 10:00-15:15 Uhr**

1x Sa, 7 Ustd, **Posterstein, Kunst- und Kräuterhof „Auenhof“**  
30,20 € | Kleingruppe 40,30 €  
zzgl. 10,00 € Kosten für Lebensmittel und Material  
Bettina Martin

#### Sommerkräuter – Frauenkräuter: Ringelblume, Schafgarbe, Johanniskraut & Co.

Ringelblume, Schafgarbe, Johanniskraut & Co. - Sommerkräuter lassen sich vielfältig zu wohltuenden Ölen und Cremes sowie Tinkturen verarbeiten. Sonnenverwöhnte Blüten sind aufgetankt mit wirksamen Inhaltsstoffen und verbessern im Einsatz nachhaltig das körperliche Wohlbefinden. Lernen Sie zahlreiche Kräuter und ihre Verwendungsmöglichkeiten kennen und erkennen. Gemeinsam betrachten wir die Kräuter im Kräuterschaugarten, sammeln Naturkräuter auf der Wiese und bereiten anschließend Öle und einen Imbiss zu. Zudem erhalten Sie Informationen über die verwendeten Naturkräuter und passende Rezepte. Bitte bringen Sie kleine Einweckgläser und Flaschen (200-300 ml) mit. Gerne unterstützen wir Sie bei der Bildung von Fahrgemeinschaften nach Posterstein.

**3047 22.07.24, 17:00-22:15 Uhr**

1x Mo, 7 Ustd, **Posterstein, Kunst- und Kräuterhof „Auenhof“**  
30,20 € | Kleingruppe 40,30 €  
zzgl. 10,00 € Kosten für Lebensmittel und Material  
Bettina Martin





Volkshochschule  
Altenburger Land



**DURCH  
STEI  
GER**

Finde  
deinen Kurs  
[volkshochschule.de](http://volkshochschule.de)

**Begib dich auf  
neues Terrain.**



## GESUNDHEIT

### Frühlingskräuterwanderung mit Wildkräutermenü

Der Frühling beschenkt uns reichlich mit frischem gesunden Grün. Welches wir uns zu Nutze machen können, erfahren Sie in diesem Kurs von der Kräuterkennerin Anja Saager auf einem Spaziergang durch die Natur. Wir sammeln dabei Zutaten für ein Menü, das wir anschließend gemeinsam zubereiten und essen wollen.

**3048 20.04.24**, 10:00-14:30 Uhr

1x Sa, 6 Ustd, **Treff am zauberhaften Brennesselhof in Engertsdorf**,  
Heiersdorfer Straße 2

24,40 € | Kleingruppe 32,50 € | zzgl. 10,00 € Kosten für Lebensmittel und Material  
Anja Saager

### Kochkurse mit Marcel Bader

Besuchen Sie einen unserer Kochkurse und lassen Sie sich inspirieren! Unter fachkundiger Anleitung kochen Sie auf unterhaltsame Weise und in nettem Ambiente.

Herr Bader zeigt Ihnen viele hilfreiche Tipps und Tricks für Ihre Kochkunst zuhause, egal ob Sie bereits ambitionierter Hobbykoch sind oder gerade erst Erfahrungen beim Kochen sammeln, bei uns sind Sie alle herzlich Willkommen.

**Kochen mit  
Marcel  
Bader**



### Ideen zu Ostern – Kaninchen mit Rote-Beete-Couscous, Lamm mit Heusöße

**3049 08.03.24**, 18:00-21:45 Uhr

Anmeldeschluss: 28.02.24

1x Fr, 5 Ustd, **Küchen Rösler**,

**Am Gewerbegebiet 9, Nobitz**

30,00 € | Kleingruppe 44,00 €

zzgl. Kosten für Lebensmittel und Getränke

Marcel Bader, Koch

### Dashi, Yuzu und Miso-Aromen

**3050 19.04.24**, 18:00-21:45 Uhr

Anmeldeschluss: 10.04.24

1x Fr, 5 Ustd, **Küchen Rösler**,

**Am Gewerbegebiet 9, Nobitz**

30,00 € | Kleingruppe 44,00 €

zzgl. Kosten für Lebensmittel und Getränke

Marcel Bader, Koch







### Fleischlos, aber nicht reizlos – vegetarischer Abend

**3051 03.05.24**, 18:00-21:45 Uhr  
Anmeldeschluss: 24.04.24  
1x Fr, 5 Ustd, **Küchen Rösler**,  
**Am Gewerbegebiet 9, Nobitz**  
30,00 € | Kleingruppe 44,00 €  
zzgl. Kosten für Lebensmittel und Getränke  
Marcel Bader, Koch

### Spargel, Scholle und Bärlauch

**3052 24.05.24**, 18:00-21:45 Uhr  
Anmeldeschluss: 15.05.24  
1x Fr, 5 Ustd, **Küchen Rösler**,  
**Am Gewerbegebiet 9, Nobitz**  
30,00 € | Kleingruppe 44,00 €  
zzgl. Kosten für Lebensmittel und Getränke  
Marcel Bader, Koch



### Griechischer Abend – Zaziki, Souvlaki und Galaktoboureko

**3053 07.06.24**, 18:00-21:45 Uhr,  
Anmeldeschluss: 29.05.24  
1x Fr, 5 Ustd, **Küchen Rösler**,  
**Am Gewerbegebiet 9, Nobitz**  
30,00 € | Kleingruppe 44,00 €  
zzgl. Kosten für Lebensmittel und Getränke  
Marcel Bader, Koch

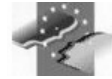
Unsere Kochkurse sind auch als Firmen-Event buchbar.  
Ihre Ansprechpartnerin in der vhs Altenburger Land ist Frau Kristin Treichel,  
Telefon 03447 551439, [kristin.treichel@altenburgerland.de](mailto:kristin.treichel@altenburgerland.de).



# SPRACHEN UND INTEGRATION



## Sprachen lernen in Europa



**vhs-Lernstufen nach dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“**  
(von unten nach oben zu lesen)

Lernstufe	Am Ende dieser Stufe können Sie	Mögliche Prüfungen
<b>C 2</b>	gesprochene und schriftliche Sprache problemlos verstehen. Sie können sich an allen Gesprächen und Diskussionen mühelos beteiligen und sind auch mit umgangssprachlichen und idiomatischen Ausdrucksweisen sehr vertraut. Sie können die Sprache in allen privaten und beruflichen Situationen in anspruchsvollen Zusammenhängen schriftlich wie mündlich angemessen und präzise anwenden.	Deutsch – Englisch Französisch Italienisch – Spanisch
<b>C 1</b>	längeren Reden und Gesprächen mit komplizierten Zusammenhängen folgen, lange und komplexe Sach- und literarische Texte, Fachartikel und lange technische Anleitungen verstehen, auch wenn sie nicht in Beziehung zu Ihrem Spezialgebiet stehen. Sie können sich fast mühelos spontan und fließend ausdrücken, die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben und in der Ausbildung angemessen und präzise anwenden. Sie können sich schriftlich klar und präzise ausdrücken, Texte über komplexe Sachverhalte verfassen und den für den Leser angemessenen Stil wählen.	Deutsch – Englisch Französisch Griechisch – Italienisch Spanisch
<b>B 2</b>	längeren Redebeiträgen und komplexer Argumentation in der Standardsprache sowie den meisten Nachrichtensendungen folgen. Sie können sich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern möglich ist, und können sich an Diskussionen beteiligen. Darüber hinaus können Sie klare detaillierte Texte über eine Vielzahl von Themen schreiben, Aufsätze verfassen, persönliche und formelle Briefe schreiben und deutlich machen, was wichtig ist.	Deutsch – Englisch Französisch Griechisch – Italienisch Spanisch
<b>B 1</b>	die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Bereiche wie Arbeit, Schule oder Freizeit geht. Sie können die meisten alltäglichen Situationen sprachlich bewältigen und sich zusammenhängend zu vertrauten Themen, z.B. Familie, Hobbies und Beruf äußern. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen u. Ansichten begründen.	Deutsch – Englisch Französisch Griechisch – Italienisch Niederländisch Portugiesisch Russisch – Schwedisch Spanisch
<b>A 2</b>	Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke/Wörter verstehen, wenn es z.B. um einfache Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen oder Arbeit geht. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen und mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und alltägliche Dinge beschreiben.	Deutsch – Englisch Französisch Griechisch – Italienisch Niederländisch Portugiesisch Russisch – Schwedisch Spanisch – Tschechisch
<b>A 1</b>	vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen, Fragen zu Ihrer Person stellen und Fragen hierzu beantworten. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.	Deutsch – Englisch Französisch Italienisch – Spanisch Türkisch



## SPRACHEN UND INTEGRATION

### BULGARISCH

Говорите ли  
български?

#### Bulgarien und Bulgarisch zum Kennenlernen (Webinar)

Haben Sie Ihren Sommerurlaub 2024 schon gebucht? Steht vielleicht erstmals oder erneut Bulgarien auf dem Plan, da das Land mit günstigen Preisen und „Sonne satt“ lockt? Bulgarien gehört zu den beliebtesten Reiseländern der Deutschen. Das südosteuropäische Land hat aber deutlich mehr zu bieten als nur „Ballermann am Schwarzen Meer“: wunderschöne Naturschutzgebiete und Küstenlandschaften, zahlreiche Gebirge mit sehr unterschiedlichem Charakter oder natürliche Thermalwasserquellen sind nur einige Stichworte. Zudem ist Bulgarien das Land des Rosenöls, Heimat des Joghurts und Ursprung der kyrillischen Schrift, die beispielsweise auch vom Russischen oder Ukrainischen verwendet wird.

Dieser Online-Kurs bietet einen Überblick über Land und Leute, eine unterhaltsame Einführung in die bulgarische Sprache und die kyrillische Schrift sowie die wichtigsten Wörter und Wendungen für den touristischen Alltag.

Für die Teilnahme an diesem Online-Kurs ist ein Computer oder Tablet mit stabiler Internetverbindung, Headset und Webcam notwendig.

**1005 16.04.24**, 18:00-19:30 Uhr

5x Di, 10 Ustd, **vhs.cloud**

39,90 € | Kleingruppe 49,90 €

Dr. Michael Hein, Politikwissenschaftler

### DEUTSCH | INTEGRATION

#### Deutsch lernen für das Leben in Deutschland

Ausreichende Kenntnisse der deutschen Sprache sind der Schlüssel zur Integration in die Lebens- und Arbeitswelt. Der Integrationskurs vermittelt Sprachkenntnisse mit dem Ziel Deutsch B1 sowie Wissen über das Leben und kulturelle Werte in Deutschland. Ziel dieses Integrationskurses für erwachsene Zugewanderte ist die Förderung der Eingliederung im Sinne gesellschaftlicher Teilhabe und Chancengleichheit.

Vor Kursbeginn bieten wir ein Beratungsgespräch und einen Einstufungstest an und sprechen über die Möglichkeiten der finanziellen Förderung.

Die Integrationskurse werden in enger Zusammenarbeit und mit finanzieller Förderung durch das BAMF (Bundesamt für Migration und Flüchtlinge) durchgeführt.

**Bitte vereinbaren Sie einen Beratungstermin.**

**Ihre Ansprechpartnerin in der vhs Altenburger Land ist Frau Ludmilla Galaiko,  
Telefon 03447 499098, [vhs-integration@altenburgerland.de](mailto:vhs-integration@altenburgerland.de)**

# SPRACHEN UND INTEGRATION



## Deutsch-Integrationskurs intensiv

Die Deutsch-Integrationskurse finden regelmäßig Montag bis Freitag von 08:00 bis 12:10 Uhr in der vhs Altenburg statt, bei Bedarf auch in der vhs Schmölln. Ein Intensivkurs dauert mindestens sieben Monate und besteht aus Basiskurs, Aufbaukurs und Orientierungskurs. Der Kostenbeitrag je Modul beträgt 229,00 €. Unter bestimmten Voraussetzungen ist eine Kostenbefreiung möglich.

Am Ende des Kurses werden die Leistungen im „Deutschtest für Zuwanderer“ (DTZ) auf Stufe A2/B1 sowie im Test „Leben in Deutschland“ überprüft.

Sprechen Sie  
Deutsch?

Integrationskurs (700 UE)						
BASISSPRACHKURS			AUFBAUSPRACHKURS			ORIENTIERUNGSKURS
100 UE	100 UE	100 UE	100 UE	100 UE	100 UE	100 UE
Modul 1	Modul 2	Modul 3	Modul 4	Modul 5	Modul 6	Modul 7
					Deutschtest f. Zuwanderer DTZ (A2/B1)	Test „Leben in
300 Stunden			300 Stunden			100 Stunden

## Deutsch – Allgemeiner Integrationskurs

Dieser Integrationskurs eignet sich für Lernende ohne Vorkenntnisse in Deutsch. Der Kurs endet mit der Prüfung „Deutschtest für Zuwanderer“ (DTZ) auf Stufe A2/B1. Nach Ende des Sprachkurses folgt direkt der Orientierungskurs.

**4001 Februar 24**, Mo bis Do, 8:00-11:15 Uhr

700 Ustd, **vhs Altenburg**

Kostenbeitrag: 229,00 €/Modul

Kostenbefreiung möglich unter bestimmten Voraussetzungen

**4002 April 24**, Mo bis Do, 8:00-12:10 Uhr

700 Ustd, **vhs Altenburg**

Kostenbeitrag: 229,00 €/Modul

Kostenbefreiung möglich unter bestimmten Voraussetzungen



## SPRACHEN UND INTEGRATION

**4003 Mai 24**, Mo bis Fr, 08:00-11:15 Uhr

700 Ustd, **vhs Altenburg**

Kostenbeitrag: 229,00 €/Modul

Kostenbefreiung möglich unter bestimmten Voraussetzungen

**4004 Mai 24**, Mo bis Do, 11:30-14:00 und Fr. 08:00-12:10 Uhr

700 Ustd, **vhs Altenburg**

Kostenbeitrag: 229,00 €/Modul

Kostenbefreiung möglich unter bestimmten Voraussetzungen

### Deutsch-Integrationskurs mit Alphabetisierung intensiv

Der Kurs eignet sich für Teilnehmende, die nicht oder nicht ausreichend alphabetisiert sind bzw. nur über eine geringe schulische Grundbildung verfügen. Die Teilnehmenden lernen die lateinische Schrift lesen und schreiben. Der Sprachkurs setzt sich zusammen aus dem Basiskurs, dem Aufbaukurs 1 und 2 und dem Orientierungskurs. Das Entgelt ist abhängig von den Fördermöglichkeiten.

Basissprachkurs	drei Module mit je 100 Ustd
Aufbausprachkurs 1	drei Module mit je 100 Ustd
Aufbausprachkurs 2	drei Module mit je 100 Ustd
Orientierungskurs	ein Modul mit 100 Ustd

Am Ende des Kurses ist eine Leistungsüberprüfung auf Stufe A2 vorgesehen und es wird der Test „Leben in Deutschland“ durchgeführt.

**4005 Termin steht noch nicht fest**, Mo bis Do, 8:00-12:10 Uhr

1000 Ustd, **vhs Altenburg**

## START DEUTSCH – LANDESPROGRAMM THÜRINGEN

Das Angebot richtet sich an Personen, die keine Zugangsberechtigung zu einem Integrationskurs haben bzw. deren Antrag auf Zulassung beim BAMF nicht erfolgreich wäre und die nicht der Schulpflicht unterliegen. Während der Dauer des Asylverfahrens hat diese Personengruppe keinen Zugang zu Sprachkursangeboten der Regelförderung. Das Landesprogramm wird thüringenweit gefördert durch das Thüringer Ministerium für Migration, Justiz und Verbraucherschutz. Durch das Projekt wird die Förderlücke im Sprachangebot für Personen ohne Zugang zum Integrationskurs geschlossen.

Es werden bedarfsorientiert vier Module angeboten, die nach Bedarf durch eine Lernbegleitung ergänzt werden. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Alphabetisierung	300 Ustd	Deutsch A2	250 Ustd
Deutsch A1	250 Ustd	Deutsch B1	250 Ustd



## Start Deutsch A1

**4006 Februar 24**, Mo bis Do, 13:00-16:15 Uhr  
250 Ustd, **vhs Altenburg**, entgeltfrei

## DEUTSCH FÜR DEN BERUF

### Berufsbezogene Sprachförderung nach DeuFÖV

In berufsbezogenen Sprach- und Weiterqualifizierungsmodulen werden arbeitssuchende Migrant\*innen und Geflüchtete kontinuierlich auf den Arbeitsmarkt vorbereitet. Gute Deutschkenntnisse sind die Grundvoraussetzung, um auf dem Arbeitsmarkt Fuß zu fassen und sich im Berufsleben weiter behaupten zu können. Dieser Deutschkurs verbindet Deutschlernen mit allgemeiner beruflicher Orientierung.

Wenn Sie Arbeitslosengeld I oder II erhalten, sprechen Sie mit Ihrem Berater über das Förderprogramm für berufsbezogene Deutschkurse (DeuFÖV). Auch arbeitssuchende Migrant\*innen können diesen Kurs belegen.

Die Teilnahme ist in der Regel kostenfrei. Bereits berufstätige Migrant\*innen benötigen eine zumindest teilweise Freistellung von ihrem Arbeitgeber und zahlen einen Kostenbeitrag.

Integration  
in den  
Arbeitsmarkt

### Basismodul B2

Der Berufssprachkurs B2 schafft die sprachlichen Voraussetzungen für eine Berufsausbildung. Zudem stellt er einen wichtigen Schritt auf dem Weg zum Studium dar. Die Teilnehmenden sollten im Regelfall bereits einen Integrationskurs besucht haben und müssen als Zugangsvoraussetzung das Sprachniveau B1 in Deutsch bereits erreicht haben. Am Ende des Kurses wird der Lernerfolg in der Prüfung telc Deutsch B2+ Beruf gemessen.



**4007 17.04.24**, Mo bis Fr,  
11:45-15:00 Uhr  
Blended-Learning-Kurs  
500 Ustd,  
**vhs Altenburg** und **vhs.cloud**



## SPRACHEN UND INTEGRATION

### DEUTSCH ONLINE LERNEN

#### Deutsch lernen mit dem vhs Lernportal

Das vhs-Lernportal ist eine digitale Lernplattform, die eine Vielzahl von Online-Kursen aus den Bereichen Alphabetisierung, Grundbildung und Deutsch als Zweitsprache umfasst.

Alle digitalen Lernmaterialien eignen sich sehr gut für das individuelle Selbstlernen, zum Beispiel für Personen, die aufgrund ihrer Berufstätigkeit keine Zeit für einen Kursbesuch haben, oder für Personen, die die Wartezeit auf einen Kurs überbrücken wollen. Im vhs-Lernportal begleitet eine Tutorin oder ein Tutor die Lernenden, korrigiert Freitextaufgaben und kommentiert diese. Außerdem können die Lernenden individuelle Rückmeldungen zu ihrem Lernerfolg erhalten.

Die Kurse im vhs-Lernportal sind mit Tablet, Laptop, aber auch mit Smartphones optimal nutzbar. Wir zeigen Ihnen den Weg zu Ihrem Kurs im Portal und wie die Arbeit im vhs-Lernportal funktioniert. Dazu bieten wir Infoveranstaltungen an. Die Teilnahme ist entgeltfrei. Teilnehmende in unseren Integrationskursen erhalten eine Einladung und Einweisung in das vhs-Lernportal direkt durch die Kursleitenden.

vhs-Lernportal  
und  
vhs.cloud

**4008 07.02.24**, 18:00-19:00 Uhr

1x Mi, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

Dozent\*innenteam

**4009 06.03.24**, 18:00-19:00 Uhr

1x Mi, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

Dozent\*innenteam

**4010 10.04.24**, 18:00-19:00 Uhr

1x Mi, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

Dozent\*innenteam

#### Deutsch B2 Online

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende, die bereits über gute B1-Deutschkenntnisse verfügen. Alle vier Sprachfertigkeiten werden weiterentwickelt mit dem längerfristigen Ziel, das Sprachniveau B2 zu erreichen. Der wöchentliche Unterricht bietet zusätzlich eine gezielte Anleitung für individuelles Sprachtraining.

Für die Teilnahme an diesem Online-Kurs ist ein Computer oder Tablet mit stabiler Internetverbindung, Headset und Webcam notwendig sowie eine Anmeldung in der vhs.cloud. Bitte beachten Sie, dass dieser Kurs kein Prüfungsvorbereitungskurs ist, d.h. der Kurs schließt nicht mit einem Sprachzertifikat ab.

**4011 22.02.24**, Do, 18:00-19:30 Uhr

15x Do, 30 Ustd, **vhs.cloud**

99,00 € | Kleingruppe 132,00 €

Peggy Eidner, Lehrerin für Deutsch als Fremdsprache





Lernportal

Deutsch als  
Zweitsprache

**vhs-lernportal.de**

kostenfrei – flexibel einsetzbar – mobil

Grundbildung



ein Projekt des DVV e. V.

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung



## SPRACHEN UND INTEGRATION

# BEGEGNUNGSSPRACHE DEUTSCH

### Einander begegnen – voneinander lernen: Deutsch als Begegnungssprache

Die Volkshochschule ist ein zentraler Ort in Altenburg. Hier treffen sich Menschen, um sich im Gespräch auszutauschen, sowie Hilfe und Beratung zu finden. Sie werden von einfühlsamen Mitarbeitenden der Volkshochschule empfangen, die Ihnen bei der Organisation Ihres Lebens in Deutschland helfen, Ihnen eine Orientierung geben und Sie gleichzeitig an die Sprache Deutsch heranführen.

Neben Informationen und Hilfe bieten wir auch etwas Anregung, indem wir spielerisch mit Sprache arbeiten und mit Papier gemeinsam etwas gestalten.

Wir laden alle Interessierten ein, ab dem 4. September jeden Montag, jeweils 13:30-15:00 Uhr, zu uns an den Hospitalplatz 6 zu kommen. Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

**4012 19.02.24**, 13:00-14:30 Uhr  
15x Mo, 30 Ustd, **vhs Altenburg**  
entgeltfrei  
Dozent\*innenteam

*Deutschkurs-Teilnehmende an der vhs Altenburger Land.*





## DEUTSCH – LERNFÖRDERUNG

### Individuelle Lernförderung

Dieses Förderangebot richtet sich an Lernende, die Deutschkurse besuchen. Es ist eine individuelle Förderung im Rahmen der Projektarbeit zur Unterstützung und Beratung von Migranten vor, während und nach Integrationsmaßnahmen.

Die Kursleiterin identifiziert Lücken und Lernschwächen und macht gezielte Übungsangebote zur Unterstützung. Dieses offene Angebot kann auch für die Vorbereitung auf eine Sprachprüfung genutzt werden. Die Lernförderung ersetzt keinen Kursbesuch.

**4013 ab 21.02.24, 13:30-15:45 Uhr**

mittwochs, 30 Ustd, **vhs Altenburg**

entgeltfrei

Dr. Heike Gebert, Lehrerin für Deutsch als Fremdsprache; Dozent\*innenteam

*Sprachkursleitende an der vhs Altenburger Land.*





**SPRACH  
BARRI  
ERE  
ÜBER  
WIND  
ERIN**

**Finde  
deinen Kurs  
[volkshochschule.de](http://volkshochschule.de)**

**Mache dir  
Fremdes vertraut.**



## ENGLISCH

Allgemeine Englischkurse, die Sprachkompetenz im Hören, Lesen, Sprechen und Schreiben entwickeln. Bei der Kursbezeichnung ist jeweils das Zielniveau angegeben. Anfänger beginnen zunächst mit einem A1-Kurs. Informationen zu den Niveaustufen finden Sie in der Übersicht „Sprachen lernen in Europa“ auf Seite 57.

Do you speak English?

### Englisch A1.1

**4014 22.02.24**, 17:00-18:30 Uhr

15x Do, 30 Ustd, **vhs Altenburg**

90,00 €

Lehrbuch wird im Kurs vorgestellt  
N.N., Englischlehrer\*in

### Englisch A1.2

**4015 20.02.24**, 16:45-18:15 Uhr

15x Di, 30 Ustd, **vhs Altenburg**

90,00 €

Lehrwerk: Easy English Upgrade  
Ludmila Ullrich, Englischlehrerin

### Englisch A2

**4016 16.01.24** 18:00-19:30 Uhr

12x Di, 24 Ustd, **vhs Altenburg**

72,00 €

Lehrwerk: Easy English A2  
Sarah Discher, Englischkursleiterin

### Englisch B1

**4017 07.05.24**, 18:15-19:45 Uhr

5x Di, 10 Ustd, **vhs Schmölln**

30,00 €

Lehrwerk: Fairway New B1  
Ludmilla Galaiko, Englischlehrerin





## SPRACHEN UND INTEGRATION

### ENGLISCH – REFRESHERKURSE

Eine Sprache, die man einmal gelernt hat, aber nicht regelmäßig benutzt, gerät scheinbar in Vergessenheit. Aber das Wissen ist nicht verloren gegangen. Man kann sprachliches Wissen reaktivieren, indem man Bekanntes wieder hervorholt und gezielt mit neuem Wissen erweitert. Durch das Anwenden in typischen sprachlichen Alltagssituationen verbessert sich das Können und damit die sprachliche Sicherheit. Das Lernen in einer Gruppe hilft bei der Motivation, schafft Sprechgelegenheiten und der Kursleitende kann gezielt Probleme auflösen.

Voraussetzung ist, dass Sie schon einmal über mehrere Jahre Englisch gelernt haben.

#### Refresher A2 – spielend lernen

Wortschatz und Grammatik werden spielerisch trainiert. Lese- und Schreibtraining werden durch Sprechgelegenheiten ergänzt.

**4018 20.02.24**, 16:45-18:15 Uhr  
15x Di, 30 Ustd, **vhs Altenburg**  
90,00 €  
Gudrun Pfeiffer,  
Dipl.-Lehrerin Erwachsenenbildung

#### Refresher A2

**4019 19.02.24**, 18:30-20:45 Uhr  
14x Mo, 42 Ustd, **vhs Altenburg**  
126,00 € | idvl. Material des Kursleiters  
Volker Kunz, Lehrer für Englisch

#### Refresher A2 | B1

**4020 20.02.24**, 18:30-20:45 Uhr  
14x Di, 42 Ustd, **vhs Altenburg**  
126,00 € | idvl. Material des Kursleiters  
Volker Kunz, Lehrer für Englisch

#### Refresher A2 | B1

**4021 21.02.24**, 18:30-20:45 Uhr  
14x Mi, 42 Ustd, **vhs Altenburg**  
126,00 € | idvl. Material des Kursleiters  
Volker Kunz, Lehrer für Englisch

#### Refresher B2

**4022 22.02.24**, 18:30-20:45 Uhr  
14x Do, 42 Ustd, **vhs Altenburg**  
126,00 € | idvl. Material des Kursleiters  
Volker Kunz, Lehrer für Englisch





## ENGLISCH FÜR DIE REISE

### Englisch für die Reise

Dieser Kurs für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen vermittelt elementare sprachliche Fertigkeiten für touristische Alltagssituationen, zum Beispiel am Flughafen, im Hotel, beim Taxifahren und beim Einkaufen. Beleuchtet werden zudem kulturelle Unterschiede zwischen englischsprachigen Ländern und Deutschland.

**4023 22.02.24**, 16:00-17:30 Uhr  
12x Do, 24 Ustd, **vhs Altenburg**  
72,00 € | Kleingruppe 96,00 €  
Lehrwerk: Indiv. Material der Kursleiterin  
Eva Linzner, Englischlehrerin

**4024 10.01.24**, 17:00-18:30 Uhr  
neue Teilnehmer ab Niveau A1 willkommen  
10x Mi, 20 Ustd, **vhs Schmölln**  
60,00 € | Kleingruppe 80,00 €  
Annett Ring, Sprachlehrerin

## ENGLISCH – SENIOR STUDENTS

### Use it or lose it! Ein Geheimtipp gegen den Verlust geistiger Fitness

Wem geistige Fitness so wichtig ist wie körperliche, der sucht nach Herausforderungen für das Gehirn. Wer im fortgeschrittenen Alter eine Sprache lernt, tut viel für die geistige Fitness. Es kommt darauf an, dass unser Gehirn neue, unbekannte Informationen verarbeiten muss. Ein Sprachkurs ist ideal, weil er gleich noch einen weiteren Erfolgsfaktor bietet: menschliches Miteinander und Interaktion in einer Gruppe.

### Englisch Senior Students A1.2

**4025 20.02.24**, 15:00-16:30 Uhr  
12x Di, 24 Ustd, **vhs Altenburg**  
72,00 € | Kleingruppe 96,00 €  
Lehrwerk: Easy English Upgrade A1  
Ludmila Ullrich, Englischlehrerin

### Englisch Senior Students A1.2

**4026 20.02.24**, 09:00-10:30 Uhr  
12x Di, 24 Ustd, **vhs Schmölln**  
72,00 € | Kleingruppe 96,00 €  
Lehrwerk: Easy English Upgrade A1  
Barbara Scholz, Englischkursleiterin

### Englisch Senior Students A2

**4027 24.01.24**, 10:30-12:00 Uhr  
12x Mi, 24 Ustd, **vhs Altenburg**  
72,00 € | Easy English A2  
Sarah Discher, Englischkursleiterin

### Englisch Senior Students B1

**4028 21.02.24**, 08:30-10:00 Uhr  
15x Mi, 30 Ustd, **vhs Altenburg**  
90,00 € | Kleingruppe 120,00 €  
Easy English B1.2  
Barbara Scholz, Englischkursleiterin

### Englisch Senior Students B1

**4029 22.02.24**, 16:00-18:15 Uhr  
14x Do, 42 Ustd, **vhs Altenburg**  
126,00 € | idvl. Material des Kursleiters  
Volker Kunz, Lehrer für Englisch



## SPRACHEN UND INTEGRATION

### FRANZÖSISCH

#### Französisch A1.3

**4030 21.02.24**, 17:00-18:30 Uhr

**15x Mi**, 30 Ustd, **vhs Altenburg**

90,00 € | Kleingruppe 120,00 €

Perspectives Allez-y! A1

Christine Trendel, Französischlehrerin

Parlez-vous  
français?

#### Französisch A2

**4031 18.01.24**, 18:30-20:00 Uhr

**15x Do**, 30 Ustd, **vhs Altenburg**

90,00 € | Kleingruppe 120,00 €

Voyages neu Bd. A2

Dr. Elisabeth Teichmann, Dipl.-Lehrerin Französisch

### PORTUGIESISCH

Portugal, das westlichste Land Europas, ist nicht nur eine Reise wert. Berühmt für Sonne und Strand, Fisch, Wein und Oliven vereint es aber auch Regionen, die unterschiedlicher nicht sein könnten: heiß und trocken im südlichen Alentejo, grün und romantisch im Douro-Tal, bergig und rauh an der Grenze zu Spanien, voller Blumen auf Madeira und voller Vulkane auf den Azoren. Planen Sie, dieses auch architektonisch interessante Land zu besuchen oder dort zu leben?

Dann sind Sie bei uns richtig!

In diesen Kursen können Sie systematisch Ihre Sprachkenntnisse ausbauen, aber auch Erfahrungen und Tipps im Umgang mit Land und Leuten austauschen.

Wir arbeiten derzeit hauptsächlich mit dem Lehrwerk „Olá Portugal!“ (Klett-Verlag). Bitte beachten Sie, dass auf die Varianten des Portugiesischen außerhalb Europas nur sehr bedingt eingegangen werden kann. Dieser Kurs bereitet nicht auf eine Sprachprüfung vor und schließt auch nicht mit einem Sprachzertifikat ab.

Für die Teilnahme an diesen Online-Kursen ist ein Computer oder Tablet mit stabiler Internetverbindung notwendig.

Fala  
português?

#### Portugiesisch A2

**4032 11.01.24**, 18:15-19:45 Uhr

**10x Do**, 20 Ustd, **vhs.cloud**

68,00 € | Kleingruppe 90,70 €

Olá Portugal! A1-A2

Dr. Heike Gebert,

Dipl.-Lehrerin Portugiesisch/Englisch

#### Portugiesisch A2 | B1

**4033 06.02.24**, 18:15-19:45 Uhr

**10x Di**, 20 Ustd, **vhs.cloud**

68,00 € | Kleingruppe 90,70 €

Material wird im Kurs bekanntgegeben

Dr. Heike Gebert,

Dipl.-Lehrerin Portugiesisch/Englisch



## SPRACHEN UND INTEGRATION



### RUSSISCH

#### Einstieg Russisch

Wie leben die Menschen in Russland? Der Kurs für alle, die einen unkomplizierten Zugang zu Sprache und Kultur und Lebensalltag suchen. Anfänger-Basiswissen in Russisch wird in kleinen Schritten vermittelt (inkl. einer Einführung in die kyrillische Schrift). Die Kursleiterin kennt das Leben in Russland und Deutschland und kann kulturelle Unterschiede zwischen beiden Ländern beleuchten.

**4034 22.02.24**, 16:30-18:00 Uhr

10x Do, 20 Ustd, **vhs Altenburg**

60,00 € | Kleingruppe 80,00 € | Einstiegskurs Russisch A1

Dr. Natalia Metzschke, Sprachwissenschaftlerin

Вы говорите  
по-русски?

### SPANISCH

#### Spanisch A1.1

Für die Teilnahme an diesem Online-Kurs ist ein Computer oder Tablet mit stabiler Internetverbindung, Headset und Webcam notwendig.

**4035 19.02.24**, 17:45-19:15 Uhr

15x Mo, 30 Ustd, **vhs cloud**

102,00 € | Kleingruppe 136,00 €

Perspectivas Contigo A1

N.N., Spanischkursleiter\*in

¿Hablas  
español?

#### Spanisch A1.3

**4036 22.02.24**, 17:45-19:15 Uhr

15x Do, 30 Ustd, **vhs Schmölln**

90,00 € | Kleingruppe 120,00 €

Perspectivas Contigo A1

N.N., Spanischkursleiter\*in

#### Spanisch A1.4

**4037 21.02.24**, 10:15-11:45 Uhr

15x Mi, 30 Ustd, **vhs Altenburg**

90,00 € | Kleingruppe 120,00 €

Perspectivas contigo A1

Barbara Scholz, Spanischkursleiterin





## SOFT SKILLS | SCHLÜSSELKOMPETENZEN

**Soft Skills sind eine wesentliche Zutat für jedes berufliche Erfolgsrezept. Sie ergänzen die Fach- und Methodenkompetenz des Menschen. Erweitern Sie mit uns Ihre Soft Skills in einer Vielzahl von Bereichen.**

### Achtsamkeit – Mit Stress und Druck umgehen und eigene Ressourcen stärken

In Zeiten von hoher Belastbarkeit, Druck und Stress werden die Signale des Körpers oft unterdrückt und der Kopf verliert sich in Gedankenspiralen. Achtsamkeit beschreibt einen geistigen Zustand, der es uns ermöglicht innezuhalten, auch wenn äußere Umstände gerade ein hohes Maß an mentalen Strapazen abfordern.

Es geht darum, einen klaren Kopf zu bewahren, die eigene Wahrnehmung zu schärfen und den Fokus für das Wesentliche zu behalten. Schwerpunkte: Achtsamkeitsübungen; Ankommen statt Suchen; innere Ruhe und Gelassenheit; Konzentrieren und Fokussieren; Gedankenapparat stilllegen.



**5001 12.03.24**, 18:00-20:15 Uhr  
1x Di, 3 Ustd, **vhs Altenburg**  
14,50 € | Kleingruppe 19,30 €  
Jenn van Distel, Dozentin für Wissen und Leben

### Marketing über Social Media

Eine Instagram- oder Facebook-Seite ist schnell erstellt. Anspruchsvoller ist es dagegen, schöne Posts zu gestalten und regelmäßig zu posten. In diesem Workshop erfahren Sie Tipps und Tricks, wie Sie sich mit wenig Aufwand gut auf Social Media präsentieren können. Wie Werbung auf Social Media geschaltet wird, ist nicht Inhalt dieses Kurses.

Schwerpunkte: einfach ansprechende Posts gestalten mit Canva; Posts vorplanen mit dem Facebook Creator Studio und Instagram; Hashtags und Schlagworte finden und benutzen; Veranstaltungen anlegen; Tipps und Tricks für mehr Sichtbarkeit.



**5002 19.03.24**, 18:00-19:30 Uhr  
1x Di, 2 Ustd, **vhs Altenburg**  
12,00 € | Kleingruppe 16,00 €  
Jenn van Distel, Dozentin für Wissen und Leben



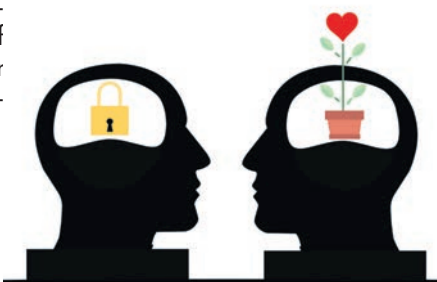
## DIGITALE WELT UND BERUF

### Mindset – Wie wir unser Gehirn auf Erfolg und Glück programmieren

Warum klappt bei anderen alles, aber bei mir nicht? Warum soll positives Denken helfen? Unsere Einstellung zum Leben und was wir über uns selbst denken, beeinflusst maßgeblich was in unserem Leben passiert. Aber woher kommt das eigentlich und wie können wir das ändern?

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Ihr Gehirn funktioniert, wie es neue Programme schreibt und auf alte zurückgreift, welche Möglichkeiten das Gehirn ein- und ausblendet und wie sie Ihr Gehirn auf Erfolg und Glück programmieren können.

Schwerpunkte: Was ist Mindset? Woher stammen unsere Überzeugungen und Meinungen? Was passiert bei einem Gedanke in unserem Gehirn und Körper? Warum ist es wichtig, sich auf das Positive zu konzentrieren? Was blendet unser Unterbewusstsein aus? Wie lassen sich Glaubenssätze auflösen?



**5003 23.04.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Di, 3 Ustd, **vhs Altenburg**

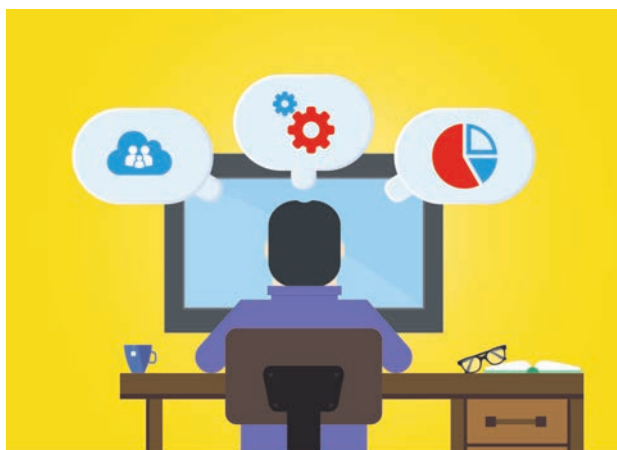
14,50 € | Kleingruppe 19,30 €

Jenn van Distel, Dozentin für Wissen und Leben

### Soft-Skills für die Arbeitswelt der Zukunft

Die Welt verändert sich rasant. Um in der sich schnell wandelnden der Arbeitswelt zu bestehen, benötigen wir viele Kompetenzen aus den Bereichen Stressmanagement, Kommunikation und Menschenkenntnis. Hinzu kommt der Umgang mit Künstlicher Intelligenz und natürlich auch die persönliche Herausforderung – wie gehe ich mit so vielen Veränderungen um?

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie mit den sich ändernden Anforderungen umgehen können und für jede Herausforderung gewappnet sind.



**5004 14.05.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Di, 3 Ustd, **vhs Altenburg**

14,50 € | Kleingruppe 19,30 €

Jenn van Distel,

Dozentin für Wissen und Leben



### Leicht und effizient kommunizieren

Es kommt so oft zu Missverständnissen, nur weil unser Gegenüber unsere Aussage anders aufgefasst hat. Wer ist jetzt schuld? In diesem Workshop analysieren wir unsere Kommunikation und schauen hinter die Fassade von Absicht und Verhalten. Sie erhalten neue Perspektiven, wie Sie mehr Verständnis und Geduld mit anderen Menschen aufbringen können und natürlich, wie Sie durch die Anpassung Ihrer Kommunikation leichter durchs Leben kommen.

Schwerpunkte: wie Sie sich weniger über andere ärgern; wie Sie das Verhalten von anderen besser verstehen können; eine Veränderung Ihrer Kommunikation verändert auch die Reaktion beim Gegenüber; wie Sie leicht und effizient mit anderen kommunizieren; wie Sie bekommen, was Sie möchten.



**5005 28.05.24**, 18:00-20:15 Uhr

1 x Di, 3 Ustd, **vhs Altenburg**

14,50 € | Kleingruppe 19,30 €

Jenn van Distel, Dozentin für Wissen und Leben

## WEITERBILDUNG FÜR IHR UNTERNEHMEN

Sie haben Interesse an Weiterbildungen für Ihr Unternehmen oder Ihren Verein? Wir bieten Ihnen maßgeschneiderte Weiterbildungsangebote für Sie und Ihre Mitarbeitenden.

**Nutzen Sie** unser Angebot in den Bereichen Soziale Kompetenzen, Selbstmanagement, Persönlichkeitsentwicklung, Office-Anwenderschulungen, Sprachen und Interkulturelles, Bewegung, Entspannung und Work-Life-Balance.

**Wir bieten Ihnen** qualifizierte Dozent\*innen, ein faires Angebot, Inhouse-Schulungen, Kleingruppenunterricht etc.

**Wir verfügen über** verschieden ausgestattete Schulungsräume vom klassischen Raum mit Tafel bis hin zu modern ausgestatteten Räumen mit Smartboards für interaktives Arbeiten. Unsere beiden Computer-Schulungsräume sind mit jeweils zehn Arbeitsplätzen ausgestattet.

**Haben wir Ihr Interesse geweckt?** Melden Sie sich in unserer Volkshochschule, wir beraten Sie gern.

Ihre Ansprechpartnerin in der vhs Altenburger Land ist Frau Kristin Treichel, Telefon 03447 551439, [kristin.treichel@altenburgerland.de](mailto:kristin.treichel@altenburgerland.de).



## DIGITALE WELT UND BERUF

### Grundlagen des Investierens

Durch die Inflation verliert unser Geld ständig an Wert. Die einzige Chance, den daraus resultierenden Kaufkraftverlust auszugleichen, ist es Ihr Geld zu investieren. In diesem Kurs erfahren Sie die Grundlagen und die wichtigsten Tipps und Tricks, wie Sie mit geringem Aufwand und Risiko starten können und welche Möglichkeiten es gibt. Wir sprechen über Aktien, Fonds, ETFs, Kryptowährungen, Anleihen, Investitionsstrategien und wie Sie starten können.

**5006 06.06.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Do, 3 Ustd, **vhs Altenburg**

14,50 € | Kleingruppe 19,30 €

Jenn van Distel, Dozentin für Wissen und Leben

## VHS BASICS: PC-GRUNDLAGEN

### Fit mit dem eigenen Laptop

Sie haben einen Laptop und möchten diesen gezielt und effizient nutzen? Bringen Sie Ihre Fragen, Aufgaben und Arbeitsziele mit! Sie lernen Ihr eigenes Gerät besser kennen und effizienter mit ihm arbeiten. Den Inhalt des Kurses bestimmen Sie mit Ihren eigenen Anliegen. Einfache PC-Kenntnisse, ein eigener Laptop mit eingerichteter Hard- und Software sowie ein Netzteil sind Voraussetzung.



**5007 13.05.24**, 14:00-16:15 Uhr

5x Mo, 15 Ustd, **vhs Altenburg**

55,50 € | Kleingruppe 74,00 €

Bernd Schirmeister, EDV-Dozent

**5008 22.05.24**, 14:00-16:15 Uhr

5x Mi, 15 Ustd, **vhs Schmölln**

55,50 € | Kleingruppe 74,00 €

Bernd Schirmeister,

EDV-Dozent





## VHS BASICS: GRUNDLAGEN MICROSOFT OFFICE

### Fit fürs Büro – Einführung in Word und Excel

Sie haben noch keine Erfahrung oder nur geringe Vorkenntnisse im Umgang mit den Office-Komponenten Word und Excel? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig! Sie werden systematisch mit den beiden Programmen vertraut gemacht und vertiefen das Gelernte durch Übungen. Schwerpunkte in Word: Dokumente öffnen, speichern, drucken, richtige Texteingabe, Texte umstellen, kopieren, effiziente Textgestaltung (Zeichenformatierung, Absatzformatierung, Tabstopps, Aufzählungen und Nummerierungen) und Seitengestaltung, Silbentrennung, Rechtschreibung Autokorrektur; Schwerpunkte in Excel: Erstellen und Speichern von Tabellen, Formatierungen, Drucken und Seitenlayout, Berechnen, Arbeiten mit einfachen Formeln, Tabelleninhalte und Formeln kopieren bzw. verschieben, Erstellen von Diagrammen.

Laptops mit installiertem Microsoft Office werden bereitgestellt.

**5009 04.03.24**, 16:30-18:00 Uhr  
8x Mo, 16 Ustd, **vhs Altenburg**  
61,60 € | Kleingruppe 82,20 €  
Bernd Schirmeister, EDV-Dozent

**5010 06.03.24**, 16:30-18:00 Uhr  
8x Mi, 16 Ustd, **vhs Schmölln**  
61,60 € | Kleingruppe 82,20 €  
Bernd Schirmeister, EDV-Dozent

## SMARTPHONE & CO.

### Android-Smartphone für Einsteiger

Erlernen Sie in einfachen Schritten die grundlegende Benutzung Ihres Android-Smartphones. Beginnend bei den Einstellungen, besprechen wir E-Mail, WLAN und die Installation von Apps. Sie lernen mit Kontakten und Terminen umzugehen.

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone inkl. Ladegerät mit. Sie haben noch kein Smartphone? Das ist kein Problem. Teilen Sie uns das bitte mit, wir stellen Ihnen für den Kurs gerne ein Tablet zur Verfügung.

**5011 10.04.24**, 18:00-20:15 Uhr  
1x Mi, 3 Ustd, **Stadtbibliothek Meuselwitz**  
14,50 € | Kleingruppe 19,40 €  
Ulf Schmalfuß, Meister Radio- & Fernsehtechnik

**5012 08.05.24**, 18:00-20:15 Uhr  
1x Mi, 3 Ustd, **vhs Altenburg**  
14,50 € | Kleingruppe 19,40 €  
Ulf Schmalfuß, Meister Radio- & Fernsehtechnik

**5013 13.06.24**, 18:00-20:15 Uhr  
1x Do, 3 Ustd, **vhs Schmölln**  
14,50 € | Kleingruppe 19,40 €  
Ulf Schmalfuß, Meister Radio- & Fernsehtechnik





## DIGITALE WELT UND BERUF

### Android-Smartphone für Einsteiger – Fortsetzung und Wiederholung

Sie sind vertraut mit den wichtigsten Funktionen ihres Smartphones, möchten aber gern mehr wissen? Sie lernen wie Sie Ihr Smartphone richtig und effektiv einstellen und nutzen.



**5014 17.04.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Mi, 3 Ustd, **vhs Schmölln**

14,50 € | Kleingruppe 19,40 €

Ulf Schmalfuß, Meister Radio- & Fernsehtechnik

**5015 29.05.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Mi, 3 Ustd, **Stadtbibliothek Meuselwitz**

14,50 € | Kleingruppe 19,40 €

Ulf Schmalfuß, Meister Radio- & Fernsehtechnik

**5016 05.06.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Mi, 3 Ustd, **vhs Altenburg**

14,50 € | Kleingruppe 19,40 €

Ulf Schmalfuß, Meister Radio- & Fernsehtechnik

### Android-Smartphone für Fortgeschrittene

Aufbauend auf Ihren Erfahrungen erweitern Sie in diesem Kurs Ihr Grundwissen. Wir besprechen Fragen und Probleme mit dem Smartphone und Sie bekommen Hinweise und Tipps zur Nutzung sowie weitere Informationen über den Einstellungsmanager, die Datennutzung, den Akkuverbrauch und über Softwareupdates. Bitte bringen Sie Ihr Smartphone inkl. Ladegerät mit.

**5017 12.06.24**, 18:00-20:15 Uhr

1x Mi, 3 Ustd, **vhs Altenburg**

14,50 € | Kleingruppe 19,40 €

Ulf Schmalfuß, Meister Radio- & Fernsehtechnik





## DIGITALE WELT UND BERUF



### Apps fürs Smartphone – Finden, laden und sinnvoll nutzen

Sie machen das Smartphone erst richtig interessant: Apps. Nur wo findet, wie installiert und nutzt man die kleinen Programme? Was WhatsApp & Co. können, welche Apps außerdem hilfreich sein können und wie man sie wieder deinstalliert, erfahren Sie in diesem kompakten Workshop. Auch auf Sicherheitsaspekte gehen wir ein. Voraussetzungen für den Kurs sind ein Smartphone mit dem Betriebssystem Android und das Beherrschen der Smartphone-Grundlagen.



**5018 11.04.24**, 17:00-18:30 Uhr

1x Do, 2 Ustd, **vhs Altenburg**

9,70 € | Kleingruppe 12,90 €

Kristin Treichel, Pädagogin

Bitte beachten Sie auch unsere Angebote  
im Bereich Grundbildung – Digitale Grundbildung ab Seite 91.

**FLYERPRINT**  
ENTSPANNT ONLINE DRUCKEN

**5.000 Flyer Din A6 ab 44,34 Brutto**

**MACH  
DICH  
BEKANNT!!!**

**WERBUNG Videowall 6€ / Tag**



**mWERBUNG**  
DIE MEDIENAGENTUR

# Wir halten Sie immer auf dem Laufenden!

**Wir informieren Sie regelmäßig über unsere Kurse und Veranstaltungen, kurzfristige Änderungen sowie allgemeine Neuigkeiten aus unserer Volkshochschule auf folgenden Kanälen:**



[vhs-altenburgerland.de](https://vhs-altenburgerland.de)



[facebook.com/VHSAaltenburg](https://facebook.com/VHSAaltenburg)



[instagram.com/vhsabgland](https://instagram.com/vhsabgland)



[youtube.com/@vhsabgland](https://youtube.com/@vhsabgland)



[vhs-altenburgerland.de/newsletter](https://vhs-altenburgerland.de/newsletter)



## XPERT BUSINESS LERNNETZ

### Berufliche Weiterbildung mit bundesweit anerkannten Abschlüssen



Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatsystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau.

In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich. Und das Beste: Einen abgeschlossenen Kursbaustein können Sie sogar in mehrere Abschlüsse einbringen.

Xpert Business Abschlüsse   Betriebswirtschaft									
	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter*in (XB)			Manager*in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter*in	Personal- und Lohnbuchhalter*in	Finanz- und Lohnbuchhalter*in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen (Lohn-) Controlling
Finanzbuchführung (1)	✓*	✓*							✓
Finanzbuchführung (2)	✓		✓*		✓		✓	✓	✓
Finanzbuchführung (3) EDV	✓				✓		✓		✓
Bilanzierung			✓		✓ alternativ		✓ alternativ	✓	✓
Finanzwirtschaft		✓*			✓ alternativ		✓ alternativ	✓	✓
Kosten- und Leistungsrechnung		✓			✓		✓	✓	✓
Controlling		✓						✓	✓
Betriebliche Steuerpraxis			✓					✓	✓
Lohn und Gehalt (1)				✓*				✓	✓
Lohn und Gehalt (2)				✓		✓	✓		✓
Lohn und Gehalt (3) EDV				✓		✓	✓		✓
Personalwirtschaft						✓			✓
Personale Kompetenzen									✓

\* optionales, aber empfohlenes Modul

Alle Kursmodule mit Stundenzahlen und Lernzielkatalogen finden Sie auf der Xpert-Business-Website: <http://www.xpert-business.eu/kursUstdbersicht.html>.

### Credit-Points fürs Studium

An vielen Hochschulstandorten und Kammern werden für Xpert Business-Abschlüsse wertvolle Credit-Points fürs Studium angerechnet. So z. B. an 31 Standorten der FOM-Hochschule, mehreren Handwerkskammern und bundesweit an der Euro-Fernhochschule. Genaue Informationen über Hochschul- und Kammeranerkennungen und Credit-Points erhalten Sie auf der Xpert Business-Webseite [www.xpert-business.eu/hochschule](http://www.xpert-business.eu/hochschule).



## DIGITALE WELT UND BERUF

### Xpert Business Akademie Thüringen

Die Xpert Business Akademie Thüringen ist Ihr kaufmännisches Schulungsangebot mit Durchführungsgarantie – ein Kooperationsprojekt von elf Thüringer Volkshochschulen unter der Leitung der vhs Jena.

Sie suchen eine qualifizierte kaufmännische Weiterbildung? Buchen Sie Ihre Weiterbildung über Ihre Volkshochschule vor Ort. Die Veranstaltungen finden als Online-Seminar (sog. Webinar) statt. Ein zubuchbares persönliches Coaching in Ihrer vhs rundet Ihre Qualifizierung ab und bereitet Sie professionell auf Ihre Prüfung vor.

Die Weiterbildung **können** Sie mit folgenden Abschlüssen beenden:

- **Zertifikat** für den einzelnen Kurs (Fachthema)
- **Fachkraft** (Finanzbuchführung, Internes und Externes Rechnungswesen, Lohn und Gehalt, Büromanagement)
- **Buchhalter** (Finanzen, Personal und Lohn, Finanzen und Lohn)
- **Manager Betriebswirtschaft** (Rechnungswesen und Controlling, Rechnungswesen, Lohn, Controlling)

### Xpert Business Lernnetz Informationsabend

**5019 19.02.24**, 18:00-19:30 Uhr

1x Mo, **virtueller Klassenraum**

entgeltfrei

Christian Ziege

Xpert Business  
Info-Abend

### Xpert Business LernNetz – Coaching

Sie möchten einzelne Themen vertieft erklärt bekommen oder brauchen zum Lernen einfach einen kompetenten Gesprächspartner vor Ort, dem Sie Ihre Fragen stellen können? Buchen

Sie flexibel fünf Unterrichtsstunden mit einem Dozenten als Ihrem persönlichen Coach im Xpert Business LernNetz! Die Terminabsprache erfolgt zwischen Ihnen und dem Dozenten.

**5020 Termin individuell vereinbar**

1x, 5 Ustd, **Ort individuell vereinbar**

150,00 €, Xpert-Business-Trainer

### Xpert Business Prüfung

Alle Xpert Business Lernnetz-Module können mit einer 180-minütigen Prüfung abgeschlossen werden. Die Prüfungen können in der Volkshochschule Altenburg oder der Volkshochschule Schmölln abgelegt werden. Prüfungstermine werden individuell vereinbart.

**5021 Termin nach Vereinbarung**

1x 4 Ustd, **vhs Altenburg oder vhs Schmölln**

75,00 €

## DIGITALE WELT UND BERUF



### XBL-Finanzbuchführung 1

Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z. B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. Sie sind in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

#### Regulärer Kurs:

**5022 05.03.24-25.06.24,**

18:30-20:30 Uhr

24x, Di & Do, **virtueller Klassenraum**

350,00 €

Xpert-Business-Trainer

#### Regulärer Kurs:

**5023 30.07.24-22.10.24,**

18:30-20:30 Uhr

24x, Di & Do, **virtueller Klassenraum**

350,00 €

Xpert-Business-Trainer

#### Videolehrgang:

**5024 individueller Kursstart**

20 Einheiten zu je 120 Minuten, inklusive 90 Minuten Online-Coaching

310,00 €

Xpert-Business-Trainer

### XBL-Finanzbuchführung 2

Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Vorkenntnisse: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

#### Regulärer Kurs:

**5025 05.03.24-18.06.24,** 18:30-20:30 Uhr

24x, Di & Do, **virtueller Klassenraum**

350,00 €

Xpert-Business-Trainer

#### Videolehrgang:

**5026 individueller Kursstart**

20 Einheiten zu je 120 Minuten,  
inklusive 90 Minuten Online-Coaching

310,00 €

Xpert-Business-Trainer





## DIGITALE WELT UND BERUF

### XBL-Finanzbuchführung 3 mit DATEV

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.

#### Regulärer Kurs:

**5027 05.03.24-27.06.24**, 18:30-20:30 Uhr

16x, Di & Do, **virtueller Klassenraum**

310,00 €

Xpert-Business-Trainer

#### Videolehrgang:

**5028 individueller Kursstart**

16 Einheiten zu je 120 Minuten,  
inklusive 90 Minuten Online-Coaching

310,00 €

Xpert-Business-Trainer



### XBL-Lohn und Gehalt 1

Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

**Xpert Business  
Info-Abend**

#### Regulärer Kurs:

**5029 05.03.24-27.06.24**, 18:30-20:30 Uhr

24x, Di & Do, **virtueller Klassenraum**

350,00 €

Xpert-Business-Trainer

#### Videolehrgang:

**5030 individueller Kursstart**

20 Einheiten zu je 120 Minuten, inklusive 90 Minuten Online-Coaching

310,00 €

Xpert-Business-Trainer



## XBL-Lohn und Gehalt 2

Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.

Vorkenntnisse: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1“ vermittelt.

### Regulärer Kurs:

**5031 05.03.24-18.06.24**, 18:30-20:30 Uhr

22x, Di & Do, **virtueller Klassenraum**

350,00 €

Xpert-Business-Trainer

### Videolehrgang:

**5032 individueller Kursstart**

20 Einheiten zu je 120 Minuten,

inklusive 90 Minuten Online-Coaching

310,00 €

Xpert-Business-Trainer



## XBL-Lohn und Gehalt 3 mit DATEV

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1 und 2“ vermittelt.

### Regulärer Kurs:

**5033 19.03.24-11.06.24**, 18:30-20:30 Uhr

16x, Di & Do, **virtueller Klassenraum**

310,00 €

Xpert-Business-Trainer

### Videolehrgang:

**5034 individueller Kursstart**

16 Einheiten zu je 120 Minuten,

inklusive 90 Minuten Online-Coaching

310,00 €

Xpert-Business-Trainer



## DIGITALE WELT UND BERUF

### XBL-Einnahmen-Überschussrechnung

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschussrechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

#### Regulärer Kurs:

**5035 05.03.24-23.04.24,**

18:30-20:30 Uhr

11x, Di & Do, **virtueller Klassenraum**

195,00 €

Xpert-Business-Trainer

#### Videolehrgang:

**5036 individueller Kursstart**

11 Einheiten zu je 120 Minuten,

inklusive 90 Minuten Online-Coaching

195,00 €

Xpert-Business-Trainer

### XBL-Kosten- und Leistungsrechnung

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

#### Regulärer Kurs:

**5037 05.03.24-11.06.24,**

18:30-20:30 Uhr

20x, Di & Do, **virtueller Klassenraum**

310,00 €

Xpert-Business-Trainer

#### Videolehrgang:

**5038 individueller Kursstart**

20 Einheiten zu je 120 Minuten,

inklusive 90 Minuten Online-Coaching

310,00 €

Xpert-Business-Trainer

### XBL-Finanzwirtschaft

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse des Zahlungsverkehrs, der Finanzierung und stellt verschiedene Anlageformen vor. Sie lernen, wie sich ein Unternehmen finanziert, wie sich der Kapitalbedarf eines Unternehmens ermittelt und nach welchen Regeln Fremd- und Eigenkapital beschafft und eingesetzt werden kann. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Liquidität eines Unternehmens über verschiedene Instrumente und Maßnahmen gezielt planen und steuern.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

#### Regulärer Kurs:

Dieser Kurs wird erst im Herbstsemester 2024 wieder angeboten.

#### Videolehrgang:

**5039 individueller Kursstart**

20 Einheiten zu je 120 Minuten,

inklusive 90 Minuten Online-Coaching

310,00 €

Xpert-Business-Trainer





### XBL-Bilanzierung

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.

#### Regulärer Kurs:

**5040 05.03.24-11.06.24,**

18:30-20:30 Uhr

20x, Di & Do, virtueller Klassenraum

310,00 €

Xpert-Business-Trainer

#### Videolehrgang:

**5041 individueller Kursstart**

20 Einheiten zu je 120 Minuten,

inklusive 90 Minuten Online-Coaching

310,00 €

Xpert-Business-Trainer

### XBL-Controlling

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens. Er stellt die Ziele eines Controllings dar und führt in die wichtigsten Controlling-Instrumente und -methoden ein. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie wichtige Unternehmensziele explizit und messbar formulieren und die Zielerreichung überwachen. Sie lernen für alle Bereiche des Unternehmens, wie im Falle von Zielabweichungen Handlungsalternativen und Maßnahmen entwickelt werden.

Vorkenntnisse: Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.

Controlling



#### Regulärer Kurs:

**5042 05.03.24-11.06.24,**

18:30-20:30 Uhr

20x, Di & Do, **virtueller Klassenraum**

310,00 €

Xpert-Business-Trainer

#### Videolehrgang:

**5043 individueller Kursstart**

20 Einheiten zu je 120 Minuten,

inklusive 90 Minuten Online-Coaching

310,00 €

Xpert-Business-Trainer



## DIGITALE WELT UND BERUF

### XBL-Betriebliche Steuerpraxis

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z. B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

#### Regulärer Kurs:

**5044 05.03.24-11.06.24**, 18:30-20:30 Uhr

20x, Di & Do, **virtueller Klassenraum**

310,00 €

Xpert-Business-Trainer

#### Videolehrgang:

**5045 individueller Kursstart**

20 Einheiten zu je 120 Minuten,  
inklusive 90 Minuten Online-Coaching

310,00 €

Xpert-Business-Trainer



### XBL-Personalwirtschaft

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre Mitarbeiter/innen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

#### Regulärer Kurs:

**5046 05.03.24-11.06.24**, 18:30-20:30 Uhr

20x, Di & Do, **virtueller Klassenraum**

310,00 €

Xpert-Business-Trainer

#### Videolehrgang:

**5047 individueller Kursstart**

20 Einheiten zu je 120 Minuten,  
inklusive 90 Minuten Online-Coaching

310,00 €

Xpert-Business-Trainer

Personal-  
wirtschaft



ISP media e. K.  
Am Turnplatz 1 | 04600 Altenburg

03447 / 55 15 60 tel  
03447 / 55 15 61 fax  
0177 / 244 90 53 mobil

info@isp-media.de  
www.isp-media.de

## Internetagentur



Webseiten, Server-/Webhosting  
CRM/CMS-Lösungen  
OnlineShop-Lösungen  
Entwicklung/Programmierung von  
Webapplikationen  
W-LAN, VPN



## Präsentationstechnik

Interaktive Tafel - Touchdisplay  
65", 75", 86" Displays für Präsentation,  
Videokonferenz und (Fern-)Unterricht

## IT-Infrastruktur für Schulen



Moderne Lernstrukturen  
Digitales Klassenzimmer  
Zero-Client-Lösungen  
Sanako-Sprachlernmanagement-  
Lösungen



## IT-Systemverwaltung

Terminal-Server-Lösungen  
Windows/Linux  
Warenwirtschaft / Dokumentenmanagement  
Datensicherung

**www.ABG-NET.de**<sup>25</sup>

*wissen was läuft*



seit 25 Jahren

Aktuelle Nachrichten | Veranstaltungen | Branchenbuch  
Suchen & Finden | Stellenmarkt uvm.  
für das Altenburger Land





## DIGITALE GRUNDBILDUNG

Für die folgenden Kurse können Sie Ihre eigenen Geräte mitbringen. Der Akku des mitgebrachten Gerätes sollte aufgeladen sein. Bitte denken Sie an Ihr Ladekabel. Haben Sie kein Gerät zur Verfügung, stellen wir Ihnen für den Kurs ein Tablet zur Verfügung. Bitte teilen Sie uns dies im Vorfeld mit.

### Einführungskurs am (eigenen) Laptop – mit Maus und Tastatur in die digitale Welt

Sie haben noch keine oder nur geringe Erfahrungen im Umgang mit einem Computer sammeln können, wollen jetzt aber in die digitale PC-Welt einsteigen? In diesem Kurs wird Ihnen Grundwissen über die Bedienung und Arbeitsweise eines Laptops vermittelt. Themen wie beispielsweise der Umgang mit der Maus und Tastatur, der Benutzeroberfläche und erstes Schreiben am PC werden verständlich behandelt. Ihr neu erworbenes Wissen können Sie später in unseren weiteren PC-Kursen vertiefen.

Mit uns  
werden Sie  
digital!

**6001 04.03.24**, 14:00-16:15 Uhr  
8x Mo, 24 Ustd, **vhs Altenburg**  
81,70 € | Kleingruppe 109,00 €  
Bernd Schirmeister, EDV-Dozent

**6002 06.03.24**, 14:00-16:15 Uhr  
8x Mi, 24 Ustd, **vhs Schmöln**  
81,70 € | Kleingruppe 109,00 €  
Bernd Schirmeister, EDV-Dozent

### Digital-Café – Digitale Teilhabe und Begegnung

Wer die digitale Welt kennenlernen und ausprobieren möchte, ist bei uns genau richtig. Wir laden alle Interessierten herzlich ein, sich einmal im Monat mit digitalen Themen rund um Laptop, Tablet und Smartphone in einer ungezwungenen Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen zu beschäftigen. Wir wollen uns mit Freude austauschen über die vielen Möglichkeiten und Ideen aus dem digitalen Alltag, aber auch über Schwierigkeiten. Bringen Sie gerne Ihre eigenen Geräte mit. Je Veranstaltungstermin wird ein Unkostenbeitrag von 4,50 € erhoben. Zu jedem Termin ist eine vorherige Anmeldung erforderlich.

**6003 einmal im Monat, Donnerstag**  
13:30-15:00 Uhr  
**14.03.24, 18.04.24, 16.05.24, 13.06.24**  
je 2 Ustd, **vhs Altenburg**  
4,50 € je Veranstaltungstermin  
Kristin Treichel, Pädagogin





## GRUNDBILDUNG



### Digitale Dienste im Alltag nutzen

Das Internet ist schon längst über den Status einer Informationsplattform hinausgewachsen. Kommunikation über beliebige Entfernungen per Text, Sprache oder Video gehört zum Standard. Einkäufe im Internet sind zur Normalität geworden. PayPal als Zahlungsvariante ist weit verbreitet. Ihre Zählerstände melden Sie online Ihrem Stromanbieter.

Einen Behördentermin buchen Sie über eine Website. Digitale Dienste halten immer mehr Einzug ins alltägliche Leben. Allerdings sind die Hemmschwellen und Berührungsängste für diejenigen, die diese Dienste bisher nicht in Anspruch genommen haben, oft zu hoch. Dabei gibt es viele praktische Helfer. Im Kurs erfahren Sie, wie Sie die Dienste nutzen können. Es werden Ängste abgebaut und damit Türen geöffnet.

**6004 05.03.24**, 17:00-18:30 Uhr

1x Di, 2 Ustd, **vhs Schmölln**

5,00 € | Kleingruppe 6,70 €

Kristin Treichel, Pädagogin

### Fahrkartenkauf am Automaten, aber wie?

Kennen Sie das auch? Sie benötigen eine Fahrkarte und der Fahrkartenschalter im Bahnhof ist geschlossen. Es gibt zwar einen Automaten, aber Sie haben diesen noch nie bedient und trauen sich das auch nicht. Dieser Kurs hilft Ihnen, an einem Fahrkarten-Automaten zum richtigen Tarif das richtige Ticket zum richtigen Reiseziel zu erhalten.

**6005 28.05.24**, 14:00-15:30 Uhr

1x Di, 2 Ustd, **Bahnhofsvorplatz Altenburg**

5,00 €

Kristin Treichel, Pädagogin

### Einkaufen im Internet, aber sicher

Das Internet und das Einkaufen am Computer, Tablet oder Smartphone eröffnen den Verbrauchern neue Möglichkeiten. Bequem von zu Hause aus können Bücher, Unterhaltungselektronik, Flugtickets und vieles mehr bestellt werden. Im Kurs möchten wir auf die Möglichkeiten und Risiken des Einkaufens und Bezahlens im Internet aufmerksam machen. Dazu schauen wir uns verschiedene Shops wie ebay, eBay-Kleinanzeigen, Amazon, Temu etc. sowie Bezahlsysteme wie PayPal an. Weitere Inhalte: Online-Banking, Betrug erkennen, Passwörter, Phishing.

**6006 12.03.24**, 17:30-19:00 Uhr

1x Di, 2 Ustd, **vhs Altenburg**

5,00 € | Kleingruppe 6,70 €

Uwe Fischer, IT-Sicherheits- und  
Datenschutzbeauftragter des Landratsamts

**6007 09.04.24**, 17:30-19:00 Uhr

1x Di, 2 Ustd, **vhs Schmölln**

5,00 € | Kleingruppe 6,70 €

Uwe Fischer, IT-Sicherheits- und  
Datenschutzbeauftragter des Landratsamts



### Datenschutz in sozialen Netzwerken

Soziale Netzwerke („Social Media“) stellen heute eine vielfach genutzte Möglichkeit dar, private und berufliche Kontakte zu knüpfen, mit Freunden und Bekannten in Kontakt zu bleiben oder auch um Kurzmitteilungen über aktuelle Themen auszutauschen. Neben diesen positiven Aspekten bergen soziale Netzwerke jedoch auch datenschutzrechtliche Risiken.

Wir gehen ein auf Instagram, TikTok, Facebook, WhatsApp etc. Weitere Inhalte: Privatsphäre-Check, Künstliche Intelligenz, Influencing, Veröffentlichung von Fotos und Videos.

**6008 14.05.24**, 17:30-19:00 Uhr

1x Di, 2 Ustd, **vhs Altenburg**

5,00 € | Kleingruppe 6,70 €

Uwe Fischer, IT-Sicherheits- und

Datenschutzbeauftragter des Landratsamts

**6009 04.06.24**, 17:30-19:00 Uhr

1x Di, 2 Ustd, **vhs Schmölln**

5,00 € | Kleingruppe 6,70 €

Uwe Fischer, IT-Sicherheits- und

Datenschutzbeauftragter des Landratsamts

### WhatsApp richtig kennenlernen

WhatsApp benutzt fast jeder. Kennen Sie jedoch die wichtigsten Einstellungen oder nützlichen Funktionen? Was bedeuten die blauen Häkchen und wie kann man sie deaktivieren? Was muss man einstellen, damit nur gute Freunde und Familienmitglieder Status und Info sehen können? Wie wird ein Gruppenchat erstellt und verwaltet? Können Sie sowohl Sprach- als auch Videoanrufe tätigen? Was hat es mit den Kanälen auf sich? Und wie ging noch mal das Senden von Bildern, Kontakten und Dokumenten?

Falls Sie nicht alle Fragen beantworten können, ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie. Hier lernen Sie in Ruhe die wichtigsten Funktionen von WhatsApp kennen und nutzen. Es wird ein Smartphone mit WhatsApp benötigt.

**6010 24.04.24**, 16:00-18:15 Uhr

1x Mi, 3 Ustd, **Stadtbibliothek Meuselwitz**

7,50 € | Kleingruppe 10,00 €

Kristin Treichel, Pädagogin

**6011 07.05.24**, 16:00-18:15 Uhr

1x Di, 3 Ustd, **vhs Schmölln**

7,50 € | Kleingruppe 10,00 €

Kristin Treichel, Pädagogin





## GRUNDBILDUNG

### FINANZIELLE GRUNDBILDUNG

#### Finanziell fit im Alltag

In diesem Kurs erhalten Sie Antworten auf alle Fragen rund um das Thema Finanzen und Haushalt. Wir sprechen über Konten und Karten, Sparen und Anlegen, Kredite und Schulden sowie die SCHUFA.

**6012 10.04.24**, 18:00-19:30 Uhr

1x Mi, 2 Ustd, **vhs Altenburg**

5,00 € | Kleingruppe 6,70 €

Jenn van Distel, Dozentin für Wissen und Leben

### ALPHABETISIERUNG

#### VHS Lernzentrum Lesen und Schreiben

Menschen mit deutscher Muttersprache, die Schwierigkeiten mit Lesen und Schreiben haben, erhalten im VHS Lernzentrum Lesen und Schreiben eine zweite Chance, sich diese Grundkompetenz anzueignen.

Für Analphabeten sind Zeitungs- und Buchtexte so wenig verständlich wie für die meisten Bundesbürger chinesische Schriftzeichen. Wer die Schriftsprache nicht kennt, benutzt sie nicht.

Das verringert für die Betroffenen nicht nur die Chancen auf dem Arbeitsmarkt, sondern beeinträchtigt auch ihre Lebensqualität und ihre gesellschaftliche Integration. Allein in Thüringen leben ca. zweihunderttausend deutschsprachige Erwachsene, die nicht oder nur sehr wenig lesen und schreiben können. Bedenklich ist auch die Tatsache, dass in Deutschland jährlich fast 90.000 junge Menschen die Schule ohne Abschluss verlassen und somit vom Erwerb berufsbezogener Grundkompetenzen so gut wie ausgeschlossen sind.

Wenn Sie jemanden aus Ihrer Bekanntschaft, Verwandtschaft oder aus Ihrem Arbeitsumfeld kennen, der nicht ausreichend lesen und schreiben kann, dann ermuntern Sie ihn bitte, sich an der Volkshochschule beraten zu lassen. Die Volkshochschule bietet aktuell keine Kurse an; gerne informieren wir jedoch über Kursangebote anderer Bildungseinrichtungen in der Umgebung.



**Ihre Ansprechpartnerin in der vhs Altenburger Land ist Frau Kristin Treichel,  
Telefon 03447 551439, kristin.treichel@altenburgerland.de.**





## SCHULABSCHLÜSSE AUF DEM ZWEITEN BILDUNGSWEG

### Beratung Schulabschlüsse

Die Volkshochschule Altenburger Land bietet keine eigenen Vorbereitungslehrgänge zum nachträglichen Erwerb des Hauptschulabschlusses, des Realschulabschlusses oder des Abiturs an. Gerne beraten wir Sie jedoch zu entsprechenden Angeboten anderer Bildungseinrichtungen in der Nähe.



## ALPHABETISIERUNG UND GRUNDBILDUNG IN THÜRINGEN

### Besser lesen und schreiben lernen in Thüringen

Jeder Achte in Deutschland kann nicht richtig lesen und schreiben. Eine besondere Rolle nimmt dabei das Umfeld von Betroffenen ein.

Haben Sie beruflich oder privat mit Menschen mit Lese- und Schreibschwierigkeiten zu tun? Auf der Website

[www.hier-lerne-ich.de](http://www.hier-lerne-ich.de)

und unter der kostenfreien Telefonnummer 0800 89 89 789 erhalten Multiplikator\*innen, Angehörige, Arbeitskolleg\*innen und andere Interessierte Informationen zum Thema Alphabetisierung und Grundbildung in Thüringen. Jeder kann helfen. Machen Sie den ersten Schritt!



**hier  
lerne  
ich**

**in Thüringen**

**Besser lesen und schreiben lernen**

---

Informationen für  
Menschen mit Lese- und Schreibschwierigkeiten  
deren Angehörige  
Multiplikator\*innen und Lehrkräfte

---

[www.hier-lerne-ich.de](http://www.hier-lerne-ich.de) 

# ENTGELTORDNUNG

## Entgeltordnung für die Nutzung der Volkshochschule Altenburger Land

Der Kreistag des Landkreis Altenburger Land hat in seiner Sitzung am 13. Juli 2022 auf Grundlage der Satzung der Volkshochschule Altenburger Land (nachfolgend als VHS bezeichnet) folgende Entgeltordnung für die Nutzung der Volkshochschule Altenburger Land beschlossen:

### § 1 Entgeltspflicht

1. Der Landkreis Altenburger Land erhebt für die Teilnahme an Veranstaltungen der VHS Entgelte nach Maßgabe dieser Entgeltordnung. Als Veranstaltungen werden alle Durchführungsformate verstanden, die digital, online und/oder in Präsenz stattfinden.
2. Von der Erhebung von Entgelten darf nur abgesehen werden, wenn die Finanzierung der Veranstaltung durch Drittmittel sichergestellt ist.

### § 2 Höhe der Entgelte

1. Die Berechnungsgrundlage für das Entgelt ist der Betrag in Euro für eine Unterrichtseinheit à 45 Minuten (UE).
2. Die Höhe des Entgeltes wird von der VHS vor Beginn einer jeden Veranstaltung festgelegt. Bei der Festlegung der Entgelte wird der jeweilige Personal- und Sachaufwand berücksichtigt.
3. Veranstaltungen, die nach den Vorgaben des Thüringer Erwachsenenbildungsgesetzes (ThürEBG) förderfähig sind, finden in der Regel bei einer Mindestteilnehmerzahl von acht Personen statt. Die VHS kann zudem Veranstaltungen für Kleingruppen von sechs bis sieben Teilnehmern zu einem erhöhten Entgelt durchführen, sofern die Finanzierung der Veranstaltung sichergestellt ist. In besonderen Fällen kann die Mindestteilnehmerzahl weiter verringert werden, sofern die Finanzierung der Veranstaltung sichergestellt ist. Nach Veranstaltungsbeginn eingehende Anmeldungen haben auf die Anwendung der Kleingruppenregelung gemäß Satz 2–3 keinen Einfluss mehr.
4. Das Entgelt je UE beträgt für Veranstaltungen in den Fachbereichen
 

a) Politik und Gesellschaft	2,00–5,00 €
b) Kultur und Gestalten	2,00–5,00 €
c) Gesundheit	2,00–8,00 €
d) Sprachen und Integration	2,00–5,00 €
e) Digitale Welt und Beruf	2,00–6,00 €
f) Grundbildung und Schulabschlüsse	1,00–3,00 €.
5. Für Veranstaltungen mit besonderem Kostenaufwand (Sachkosten, Honorarkosten, Fahrt- und Unterbringungskosten) oder bei fehlender Voraussetzung der Förderfähigkeit nach den Vorgaben des ThürEBG wird das Entgelt abweichend von Abs. 4 entsprechend den tatsächlich entstehenden Kosten kalkuliert.
6. Entgelte für Veranstaltungen, die die VHS im Auftrag Dritter durchführt, werden entsprechend den tatsächlich anfallenden Kosten kalkuliert.
7. Entgelte für Prüfungen werden entsprechend den tatsächlich anfallenden Kosten kalkuliert. Für Prüfungen im Auftrag Dritter finden deren jeweilige Entgeltbestimmungen Anwendung.
8. Die konkrete Höhe des jeweils zu zahlenden Entgeltes ergibt sich aus dem veröffentlichten Programm der VHS.

### § 3 Entstehen der Entgeltspflicht, Fälligkeit

1. Die Pflicht zur Entgeltzahlung entsteht mit der Anmeldung für eine Veranstaltung der VHS, die schriftlich, per Telefax, per E-Mail oder im Onlineshop der VHS entgegengenommen wird. Falls keine Anmeldung erfolgt, entsteht mit Beginn der Teilnahme an einer Veranstaltung der VHS die Zahlungspflicht.
2. Die VHS fordert das Entgelt vor Beginn der Veranstaltung, spätestens jedoch zum ersten Veranstaltungstag an. Mit der Anforderung werden die Entgelte fällig. Gutscheine sind spätestens am sechsten Werktag vor dem ersten Veranstaltungstag einzureichen. In begründeten Ausnahmefällen kann der Leiter der VHS eine andere Fälligkeit festlegen.
3. Die VHS ist berechtigt, den Teilnehmer solange von einer Veranstaltung auszuschließen, bis er seiner Zahlungspflicht nach vorheriger Zahlungsaufforderung nachgekommen ist.

# ENTGELTORDNUNG

## § 4 Zahlungsweise

1. Die Zahlung der Entgelte erfolgt unbar per Lastschriftverfahren (SEPA), per Überweisung nach Rechnungsstellung oder bar in den VHS-Geschäftsstellen. Entgelte für Einzelveranstaltungen können auch bar an der Kasse (Einlass) gezahlt werden, sofern diese Möglichkeit im veröffentlichten Programm der VHS aus gewiesen wurde.
2. Im Falle einer Mahnung entstehen Nebenforderungen, die die Kreiskasse des Landkreises Altenburger Land in Form von Mahngebühren und Säumniszuschlägen zusätzlich zum Entgelt erhebt.
3. Bei einer Rücklastschrift, die von der VHS nicht zu vertreten ist, hat der Teilnehmer die von der Bank erhobenen Gebühren zu tragen.

## § 5 Ermäßigungen

1. Auf Antrag kann eine Ermäßigung in Höhe von 25 % des Entgeltes folgenden Personengruppen gewährt werden:
  - a. Schülern
  - b. Auszubildenden
  - c. Studenten
  - d. Freiwilligendienstleistenden
  - e. Inhabern der Thüringer Ehrenamtskarte
  - f. Empfängern von Leistungen zur Grundsicherung nach dem Sozialgesetzbuch SGB II
  - g. Empfängern von Sozialhilfe nach dem Sozialgesetzbuch SGB XII
  - h. Empfängern von Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG).
2. Die Ermäßigungsberechtigung ist durch Vorlage geeigneter Dokumente bei der Anmeldung nachzuweisen.

## § 6 Abmeldung, Entgeltrückzahlung

1. Eine Abmeldung ist bis spätestens am sechsten Werktag vor dem ersten Veranstaltungstag kostenfrei möglich. Sie bedarf in jedem Fall der Textform (Brief, E-Mail oder Telefax). Bei einer späteren Abmeldung ist das volle Entgelt zu entrichten, es sei denn, die Veranstaltung ist ausgebucht und der frei werdende Platz kann an einen anderen Interessenten von der Warteliste vergeben werden.
2. Kann eine Veranstaltung aus von der VHS zu vertretenden Gründen nicht durchgeführt oder nicht zu Ende geführt werden, so wird das Entgelt vollständig oder anteilig erstattet.
3. Veranstaltungsversäumnisse durch den Teilnehmer begründen keinen Anspruch auf Entgeltrückzahlung. Sofern eine ärztliche Bescheinigung über eine Erkrankung vorgelegt wird, die eine Veranstaltungsteilnahme für mindestens drei unmittelbar aufeinanderfolgende Veranstaltungstage unmöglich macht, wird das Entgelt auf Antrag anteilig erstattet. Über Anträge auf Entgelterstattungen aus einem anderen wichtigen Grund als dem in Satz 2 genannten entscheidet im Einzelfall die Leitung der VHS.

## § 7 Lemmittel- und Materialkosten

Die Kosten für Lemmittel, Arbeits- und Verbrauchsmaterialien sind nicht in den Entgelten enthalten und sind vom Teilnehmer zu tragen.

## § 8 Sprachform, Inkrafttreten

1. Status- und Funktionsbezeichnungen in dieser Entgeltordnung gelten jeweils für alle Geschlechter.
2. Diese Entgeltordnung für die Nutzung der Volkshochschule Altenburger Land tritt am Tage nach ihrer Bekanntmachung in Kraft. Gleichzeitig tritt die Entgeltordnung für die Nutzung der Volkshochschule Altenburger Land vom 12. Mai 2005 außer Kraft.

Altenburg, den 8. August 2022

**Landkreis Altenburger Land**  
**Uwe Melzer, Landrat**

# IMPRESSUM

## Herausgeber

Landratsamt Altenburger Land  
vhs Altenburger Land  
Hospitalplatz 6, 04600 Altenburg  
Tel. 03447 504928  
Fax 03447 501440  
vhs-altenburg@altenburgerland.de  
www.vhs-altenburgerland.de



## Gestaltung

vhs Altenburger Land  
Hospitalplatz 6, 04600 Altenburg

Kurier-Verlag KG  
Frauengasse 28, 04600 Altenburg  
www.kurier-verlag.com

## Hinweis

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen und die Datenschutzerklärung finden Sie auf unserer Internetseite unter [www.vhs-altenburgerland.de](http://www.vhs-altenburgerland.de) und in unseren Geschäftsstellen.

## Bildnachweise

Gloria Bohn	31	Leykam	
chandlervid85 auf Freepik	42	Buchverlagsgesellschaft	10
Font Awesome Free,		Meta Platforms, Inc.	73
CCBY 4.0	80	pexels.com	50, 55, 91
gemeinfrei	12, 16, 39	pixabay.com	14, 17, 21, 36, 41, 44-48, 52, 54-55, 67-73, 74, 79, 84-88, 92-94
Dr. Michael Hein	5, 9, 25	pxfuel.com	29
Petra Herrmann	27	Tim Reckmann (ccnull.de),	
Isabel Hilpert	4, 8, 34, 64	CC BY 2.0	10, 83
iStock.com/Fatcamera	38	Frank Schemmann, DVV	49, 61
iStock.com/funstock	24	Stadt Meuselwitz	23
iStock.com/hsyncoban	56	yanalya auf Freepik	43
iStock.com/		Sheila Zöpel	37
monkeybusinessimages	90		
Angelika Kiese Wetter-Lorenz	30		
Frank Köhler	26		
Landratsamt Altenburger Land, Pressestelle	1, 65		

Auflage: 3000 Exemplare

Erhältlich unter anderem im Landratsamt Altenburger Land, in der Stadtverwaltung Altenburg, im Bürgerservice Schmölln, in den Stadtbibliotheken, in den Gemeinden des Landkreises und in den Tourismusinformationen.

©vhs Altenburger Land 2024



Volkshochschule  
Altenburger Land

vhs Altenburger Land  
Hospitalplatz 6  
04600 Altenburg

Tel. 03447 507928  
Fax 03447 551440  
vhs-altenburg@altenburgerland.de  
www.vhs-altenburgerland.de

## Anmeldeformular

- ① Kurs-Nr. \_\_\_\_\_ Kurstitel \_\_\_\_\_
- ② Kurs-Nr. \_\_\_\_\_ Kurstitel \_\_\_\_\_
- ③ Kurs-Nr. \_\_\_\_\_ Kurstitel \_\_\_\_\_

### Kursteilnehmer

Vorname \_\_\_\_\_ Nachname \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_

Geburtstag \_\_\_\_\_  männlich  weiblich  divers

### Verbindliche Kursanmeldung

- Die Mindestanzahl beträgt acht Teilnehmer. Wird diese Zahl nicht erreicht, bin ich **nicht** bereit das Entgelt für eine Kleingruppe (6-7 Teilnehmer) zu entrichten.
- Ich erteile ein Sepa-Mandat (rückseitig) / ich habe bereits ein Sepa-Mandat erteilt.  
Der Einzug erfolgt frühestens zum Kursbeginn jeweils zum 1. bzw. 15. eines Monats.
- Rechnungslegung erwünscht
- Ja, ich möchte den E-Mail-Newsletter abonnieren.

Das Ausfüllen der Anmeldekarte stellt eine verbindliche Anmeldung dar.

- Bei Anspruch auf Ermäßigung bitte Nachweis in Kopie einreichen. Bitte beachten Sie, dass eine nachträgliche Berücksichtigung nicht möglich ist.
- Eine Abmeldung ist bis spätestens am sechsten Werktag vor dem ersten Veranstaltungstag kostenfrei möglich. Sie bedarf in jedem Fall der Textform (Brief, E-Mail oder Telefax).
- Nur wenn ein Kurs nicht stattfindet, werden Sie von uns benachrichtigt!
- Mit dieser Anmeldung erklären Sie sich damit einverstanden, dass Ihre Daten zur internen Verarbeitung sowie für Informationszwecke gespeichert werden dürfen. Eine Weitergabe an Dritte findet nicht statt.
- Mit meiner Unterschrift akzeptiere ich die AGB und die Datenschutzerklärung.  
Weitere Hinweise hierzu finden Sie auf unserer Website [www.vhs-altenburgerland.de](http://www.vhs-altenburgerland.de).

Ort, Datum, Unterschrift \_\_\_\_\_

