



Leichter Lernen

Programm
Frühjahr und Sommer 2018



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

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

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



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

ERW-IN – Leichter Lernen



Frühjahr und Sommer 2018

Impressum

Herausgeber:

ERW-IN Büro
im Auftrag der Kooperationspartner
Berliner VHS und Lebenshilfe Bildung gGmbH, Berlin

Heinrich-Heine-Straße 15, 10179 Berlin

kontakt@erw-in.de

www.ERW-IN.de



Layout:

Amund Schmidt

Fotonachweis:

Titelbild: Lebenshilfe Bildung gGmbH

Lebenshilfe gGmbH

VHS Berlin Mitte

Paul-Georg Meister, Anja Rocher / pixelio.de

Horst Schröder / pixelio.de

Piktogramme: Clemens Fait

Liebe ERW-IN-Interessierte,

auf der Vorderseite des neuen ERW-IN Programms ist wieder der Fernsehturm zu sehen. Sehr viele Menschen wissen sofort: Dieser schlanke Turm mit der spiegelnden Kugel, das ist Berlin! Der Fernsehturm ist ein Wahrzeichen der Stadt. Die inklusive Erwachsenenbildung in Berlin hat seit 2010 auch ein Zeichen. Die Abkürzung ERW-IN und das Logo kennen immer mehr Bürgerinnen und Bürger in Berlin.

Was ERW-IN ist, wird in diesem Programm wieder deutlich. ERW-IN bietet eine Vielzahl von Kursen zu allen möglichen Themen an. ERW-IN verändert sich und neben den immer wieder nachgefragten Themen gibt es auch neue Bildungsangebote.

Viele Menschen aus den Volkshochschulen und der Lebenshilfe Bildung sorgen auf diese Weise dafür, dass ERW-IN ein Wahrzeichen für inklusive Erwachsenenbildung in Berlin sein kann. Lebendig wird ERW-IN aber erst, wenn Sie und Interessierte im neuen ERW-IN-Programm stöbern. Und wenn Sie den einen oder anderen Kurs finden und ihn besuchen. Sie sind bei ERW-IN herzlich willkommen!

Bitte melden Sie sich mit dem Anmeldeformular auf Seite 122 zu den Kursen direkt beim jeweiligen Anbieter an.

Sollten Sie allgemeine Fragen haben oder eine Beratung wünschen, erreichen Sie uns im ERW-IN Büro:

Liane Neubert 030 - 829 998 601 oder Amund Schmidt 030 - 829 998 613.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lernen,

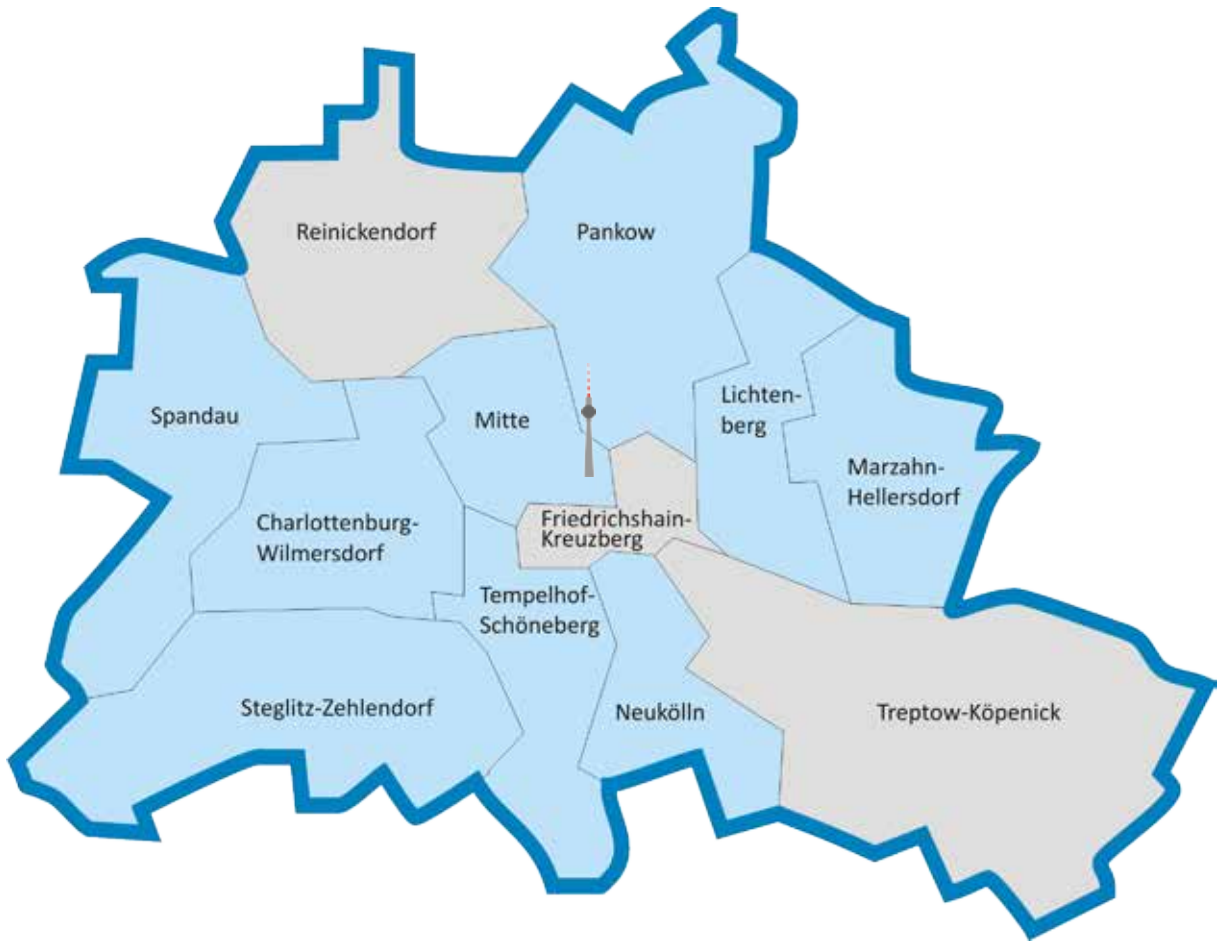
Susanne Roggenhofer

Sprecherin der Arbeitsgemeinschaft der
Direktor/innen der Berliner Volkshochschulen

Liane Neubert

Geschäftsführerin
der Lebenshilfe Bildung gGmbH

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



Berlin

Übersicht der Kurse in diesem Heft

Wichtige Seiten

Allgemeine Geschäftsbedingungen in Leichter Sprache.....	120
Anmelde-formular – ERW-IN Kurse	122

Politik – Gesellschaft – Umwelt


11

Das bin ich	Mitte	12
Eine Seite von mir.....	Mitte	13
Erste-Hilfe Kurs	Mitte	14
Erste-Hilfe Training	Mitte	15
Fahrrad reparieren und pflegen	Mitte	16
Peer Beratung für Menschen mit Behinderung.....	Mitte	17
Besser sprechen lernen	Pankow	18
Konflikte lösen.....	Pankow	19
Lernen für Langsam-Lerner	Spandau	20
Empowerment-Training.....	Tempelhof-Schöneberg.....	21
Schutz vor Gewalt - durch Theater spielen.....	Tempelhof-Schöneberg.....	22


Kultur – Gestalten



25

Generationenchor	Lichtenberg	26
YRRWAHRIA Theater	Lichtenberg	27
Gemeinsam Postkarten herstellen	Marzahn-Hellersdorf.....	28
Urban Gardening.....	Mitte	29
Wir gehen in die Oper	Mitte	30
Fotografieren für alle.....	Neukölln.....	31
Punkt, Punkt, Komma, Strich - Malen für alle	Neukölln.....	32
Tanzen im Sitzen	Pankow	33
Afrikanisches Trommeln	Spandau	34
Arbeiten mit Holz	Spandau	35
Künstlerische Techniken – Ein Selbstbildnis gestalten	Spandau	36
Nähen.....	Spandau	37
Fotografieren im Stadtpark und Nachbearbeitung.....	Steglitz-Zehlendorf.....	38

Übersicht der Kurse in diesem Heft

Gesundheit			41
Interkultureller Kochabend	Lichtenberg		42
Gesunde Ernährung.....	Mitte		43
Über den Tellerrand – Afghanisch kochen.....	Mitte		44
Brot und Kuchen backen	Neukölln.....		45
Internationales Essen unter Freunden	Pankow		46
Umgang mit Blasenschwäche.....	Mitte		47
Wechseljahre.....	Mitte		48
Wendo – Selbst-Verteidigung für Frauen	Mitte		49
Rückentraining - Fitness von Kopf bis Fuß	Pankow		50
WOLKENHÄNDE - Tai Ji und Qigong für alle	Pankow		51
Yoga auf dem Stuhl.....	Pankow		52
Yoga in Deinem Tempo	Spandau		53
18 Bewegungen des Tai Ji Qigong.....	Steglitz-Zehlendorf.....		54
Gymnastik - Yoga - Entspannung: Alles, was uns gut tut	Steglitz-Zehlendorf.....		55
Yoga panta rhei (alles fließt): Bewegung genießen	Steglitz-Zehlendorf.....		56

Sprachen			59
Deutsche Gebärdensprache (DGS I)	Charlottenburg-Wilmersdorf		60
Deutsche Gebärdensprache (DGS II)	Charlottenburg-Wilmersdorf		61
Deutsche Gebärdensprache (DGS III)	Charlottenburg-Wilmersdorf		62
Englisch A1 - leicht verständlich	Charlottenburg-Wilmersdorf		63
Englisch in leichter Sprache - Gruppe „London“	Mitte		64
Englisch mit wenig Lesen und Schreiben.....	Neukölln.....		65
Englisch A1 - Kurs in leichter Sprache.....	Spandau		66
Englisch - von Anfang an.....	Steglitz-Zehlendorf.....		67
Englisch für Anfänger 1 - Lernen mit wenig Schrift	Tempelhof-Schöneberg		68
Englisch für Anfänger 2 - Lernen mit wenig Schrift	Tempelhof-Schöneberg		69

Arbeit - Beruf - Computer		71
Kontakt mit Kunden – worauf kommt es an?	Mitte	72
Was kann man am Computer machen?	Mitte	73
Was kann man im Internet machen?	Mitte	74
Was kann mein Smartphone?	Mitte	75
Wir bleiben in Kontakt - Facebook, Instagram und WhatsApp sinnvoll nutzen.....	Mitte	76
Wie bediene ich mein Smartphone?	Neukölln.....	77
Computer Schnupperkurs.....	Pankow	78
Einführung in den Computer - Teil 1.....	Spandau	79
Einführung in den Computer - Teil 2.....	Spandau	80
Wie bediene ich mein Smartphone?	Tempelhof-Schöneberg.....	81
Wie bediene ich mein Smartphone?	Tempelhof-Schöneberg.....	82
Wie bediene ich mein Tablet?	Tempelhof-Schöneberg.....	83

Grundbildung		85
Alpha Level 1 – Einstiegskurs Lesen, Schreiben, Rechnen.....	Charlottenburg-Wilmersdorf	86
Alpha Level 1-2 – Lesen, Schreiben, Verstehen	Charlottenburg-Wilmersdorf	87
Alpha Level 1-4	Charlottenburg-Wilmersdorf	88
Alpha Level 1-4	Charlottenburg-Wilmersdorf	89
Alpha Level 2-3 – Lesen, Schreiben, Verstehen	Charlottenburg-Wilmersdorf	90
Alpha Level 2-4 – Lesen und Schreiben	Charlottenburg-Wilmersdorf	91
Grundbildung für Migranten/innen mit Deutschkenntnissen	Charlottenburg-Wilmersdorf	92
Lesen, Schreiben, Rechnen.....	Charlottenburg-Wilmersdorf	93
Lesen und Schreiben von Anfang an	Lichtenberg	94
Lesen und Schreiben	Mitte	95
Lesen und Schreiben	Mitte	96
Lesen und Schreiben	Mitte	97
Rechnen von Anfang an.....	Mitte	98
Lesen und Schreiben für Fortgeschrittene	Neukölln.....	99
Lesen und Schreiben von Anfang an	Neukölln.....	100
Mach was mit Zahlen - Rechnen von Anfang an....	Neukölln.....	101
Lesen und Schreiben	Spandau	102

Fortsetzung: Grundbildung



Lesen und Schreiben lernen – Grundstufe 1	Steglitz-Zehlendorf.....	103
Lesen und Schreiben lernen – Grundstufe 2	Steglitz-Zehlendorf.....	104
Lesen und Schreiben lernen - Grundstufe 3	Steglitz-Zehlendorf.....	105
Rechnen von Anfang an.....	Steglitz-Zehlendorf.....	106
Grundkurs Lesen und Schreiben 1.....	Tempelhof-Schöneberg.....	107
Grundkurs Lesen und Schreiben 1.....	Tempelhof-Schöneberg.....	108
Grundkurs Lesen und Schreiben 1.....	Tempelhof-Schöneberg.....	109
Grundkurs Lesen und Schreiben 1.....	Tempelhof-Schöneberg.....	110
Grundkurs Lesen und Schreiben 1.....	Tempelhof-Schöneberg.....	111
Grundkurs Lesen und Schreiben 2.....	Tempelhof-Schöneberg.....	112
Grundkurs Lesen und Schreiben 2.....	Tempelhof-Schöneberg.....	113
Grundkurs Lesen und Schreiben 3 - Rechtschreibung und Grammatik.....	Tempelhof-Schöneberg.....	114
Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen - Das Lernen lernen	Tempelhof-Schöneberg.....	115
Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen im Alltag.....	Tempelhof-Schöneberg.....	116
Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen im Alltag.....	Tempelhof-Schöneberg.....	117
Rechnen im Alltag.....	Tempelhof-Schöneberg.....	118

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

Konflikte lösen | Juni | Seite 19

Fahrrad reparieren und pflegen | Apr. | Seite 16

Besser sprechen lernen | Apr. | Seite 18

Peer Beratung für Menschen mit Behinderung | Apr. | Seite 17

Das bin ich | Apr. | Seite 12

Erste-Hilfe Kurs | Jan. oder März oder Apr. oder Juni | Seite 14

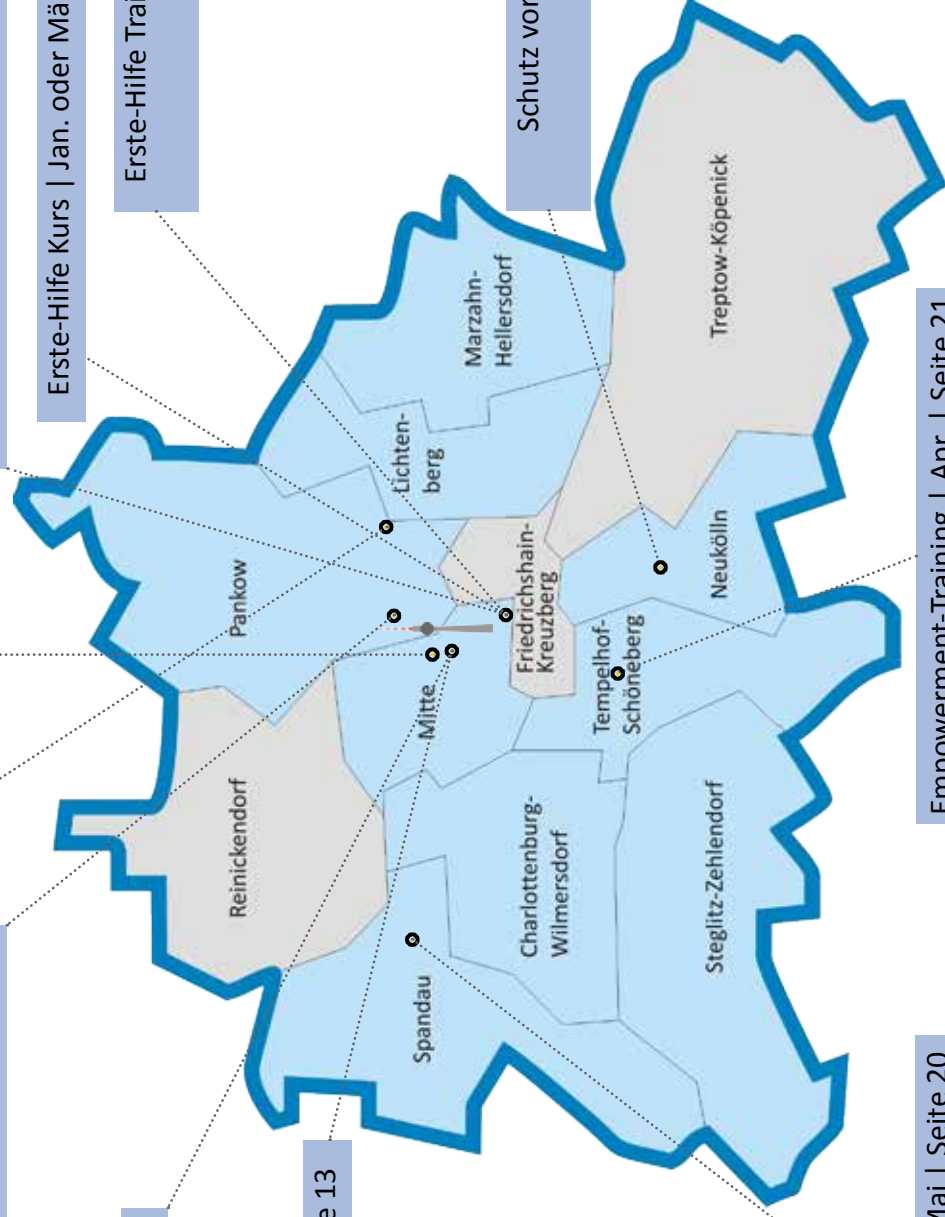
Erste-Hilfe Training | Jan. oder März oder Apr. oder Juni | Seite 15

Eine Seite von mir | Jan. | Seite 13

Schutz vor Gewalt - durch Theater spielen | Feb. bis Juni | Seite 22

Lernen für Langsam-Lerner | Mai | Seite 20

Empowerment-Training | Apr. | Seite 21



Politik – Gesellschaft – Umwelt





Titel des Kurses **Das bin ich**

Beschreibung des Kurses

Sie sind wertvoll.

Sie haben allen Grund sich selbst zu mögen.

Achten Sie auf sich.

Dann erkennen Sie das Besondere.

Dann erkennen Sie Ihre Stärken.

Wir lernen uns kennen.

Wir hören in uns hinein.

Und wir hören uns gegenseitig zu.

Wir achten aufeinander.

Wir geben uns gegenseitig Kraft.

Und das neue Jahr kann gut beginnen.

Bitte für die Mittags-pause etwas zum Essen mitbringen!

Auch Begleit-personen sind herzlich willkommen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi107-151F



Termin für den Kurs

Freitag, 20. April 2018 von 9 Uhr bis 15 Uhr und
Samstag, 21. April 2018 von 10 Uhr bis 13 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Mirka Schulz

8 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

E-Mail: anmeldung@vhsmitte.de

Fax: 030 - 9018 37488



Information

Telefon: 030 - 9018 37413



Titel des Kurses **Eine Seite von mir**

Beschreibung des Kurses

Wer ich bin, was ich kann, was ich will.

Wir finden es raus!

Was würde ich gerne können?

Welche Möglichkeiten habe ich?

Welche Menschen können mich unterstützen?

Wir überlegen gemeinsam, welchen Weg Sie gehen können.

Wir spielen, erzählen und fragen.

Jeder klebt, malt und schreibt sein eigenes ICH.

Das entstandene Plakat:

„Eine Seite von mir“ kann sich jeder mitnehmen und an die Wand hängen.

Bitte für die Mittags-pause etwas zum Essen mitbringen!

Auch Begleit-personen sind herzlich willkommen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi107-191S



Termin für den Kurs

Montag, 15. Januar 2018 von 9 Uhr bis 15 Uhr und
Dienstag, 16. Januar 2018 von 9 Uhr bis 15 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Ursula Hansen

8 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

E-Mail: anmeldung@vhsmitte.de

Fax: 030 - 9018 37488



Information

Telefon: 030 - 9018 37413



Titel des Kurses **Erste-Hilfe Kurs**

Beschreibung des Kurses

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






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

Bildungsurlaub

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungs-urlaub!

Nach dem Kurs bekommen sie eine Bescheinigung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	LHB-F101, LHB-F102, LHB-F103, LHB-F104	
	Termin für den Kurs Freitag, 19. Januar 2018 oder Donnerstag, 8. März 2018 oder Donnerstag, 26. April 2018 oder Mittwoch, 6. Juni 2018, jeweils 1 Tag von 9 Uhr bis 17 Uhr	
	Ort Lebenshilfe Berlin, Heinrich-Heine-Str. 15, 10179 Berlin	
	Kursleitung Ausbilder vom Deutschen Roten Kreuz	16 Teilnehmende
	Kosten: 20 € mit Essen Dieser Kurs kostet 20 €, wenn Sie die Mitglieds-nummer Ihrer Berufs- genossenschaft (zum Beispiel aus der Werkstatt) mitbringen. Wenn Sie nicht Mitglied in der Berufs-genossenschaft sind, kostet der Kurs 40 €.	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses Erste-Hilfe Training

Beschreibung des Kurses

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

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungsurlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-F201, LHB-F202, LHB-F203, LHB-F204



Termin für den Kurs

Donnerstag, 18. Januar 2018 **oder** Mittwoch, 7. März 2018 **oder**
 Mittwoch, 25. April 2018 **oder** Donnerstag, 7. Juni 2018,
 jeweils 1 Tag von 9 Uhr bis 17 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Ausbilder vom Deutschen Roten Kreuz

14 bis 16 Teilnehmende



Kosten: 20 € mit Essen

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

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Fahrrad reparieren und pflegen**

Beschreibung des Kurses

Berlin wird immer mehr zur Fahrrad-Stadt.

Fahrrad fahren macht Spaß.

Fahrrad fahren ist gesund.

Fahrrad fahren ist gut für die Umwelt.

Fahrrad fahren ist billig.

In diesem Kurs lernen Sie:

- Wie Sie einen Reifen wechseln.
- Welche Ventile es gibt und was beim Luft aufpumpen zu beachten ist.
- Wie Sie ein Laufrad oder einen Mantel ausbauen und wieder einbauen.
- Wie Sie einen Schlauch flicken.
- Wie Sie Bremsbeläge wechseln und die Bremsen einstellen.
- Wie Sie die Kette pflegen.

In diesem Kurs bekommen Sie Antworten auf Ihre Fragen rund um das Fahrrad.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-F007



Termin für den Kurs
14. April 2018,
Samstag von 10 Uhr bis 16 Uhr



Ort
Selbsthilfwerkstatt des ADFC Berlin,
Brunnenstraße 28, 10119 Berlin



Kursleitung
Mitarbeiter des ADFC und Amund Schmidt 8 Teilnehmende



Kosten
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Peer Beratung für Menschen mit Behinderung**

Beschreibung des Kurses

Peer ist Englisch und wird Pier ausgesprochen.

Peer Beratung bedeutet:

Menschen mit Behinderung beraten andere Menschen mit Behinderung.

Peer Berater und Peer Beraterinnen beraten

bei der Lebenshilfe Berlin zu den Themen: Sucht und Wohnen.

Die Peer Berater und Beraterinnen haben eigene Erfahrungen mit Sucht.

Oder Sie haben zum Beispiel eigene Erfahrungen

mit der Suche nach einer Wohnung.

Die Peer Berater haben eine Schulung für die Peer Beratung gemacht.

In dem Seminar erzählen die Peer Berater und Peer Beraterinnen über ihre Arbeit.

Auch die Leiterin erzählt über die Peer Beratung bei der Lebenshilfe.

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungsurlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-F009



Termin für den Kurs

21. Juni 2018 und 22. Juni 2018,
Donnerstag und Freitag von 10 bis 15 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Dozententeam mit und ohne Behinderung 18 Teilnehmende



Kosten

20 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

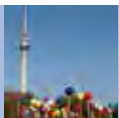
Fax: 030 - 82 99 98 604

kontakt@erw-in.de



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Besser sprechen lernen**

Beschreibung des Kurses

Sie möchten laut, klar und deutlich sprechen können?

Sie möchten besser verstanden werden?

Sie möchten, dass Ihre Stimme angenehm klingt?

Ja, dann ist das Ihr Kurs!

Das üben wir:

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

Mit dem Korken im Mund deutlich sprechen,

deutlich leise flüstern, Roboter-sprache, Schnell-sprech-sätze.

Sich selbst und anderen besser zuzuhören.

Neu Erlerntes in Gesprächen und kurzen Reden erproben.

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa1634F



Termin für den Kurs

11. April 2018 bis 19. April 2018

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



Ort

Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29,
13187 Berlin



Kursleitung

Sylvia Schramm

12 Teilnehmende



Kosten

10,20 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

E-Mail: post@vhspankow.de



Information

Telefon: 030 - 90295 1700



Titel des Kurses **Konflikte lösen**

Beschreibung des Kurses

Unser Alltag ist voller Konflikte.

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

Dann fliegen die Fetzen. Wir sind wütend.

Oder wir geben nach und ziehen uns zurück.

Das ist auf Dauer nicht gut.

Wir sprechen im Seminar:

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa1642F



Termin für den Kurs

Montag, 4. Juni 2018, von 17 bis 20.30 Uhr und
Dienstag, 5. Juni 2018, von 17 bis 20.30 Uhr und
Mittwoch, 6. Juni 2018, von 17 bis 20.30 Uhr



Ort

Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 27,
13088 Berlin



Kursleitung

Sylvia Schramm

12 Teilnehmende



Kosten

10,80 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

E-Mail: post@vhspankow.de



Information

Telefon: 030 - 90295 1700



Titel des Kurses **Lernen für Langsam-Lerner**

Beschreibung des Kurses

Lernen darf Spaß machen!

Folgende Fragen wollen wir beantworten:

- Wie lernen wir? Welcher Lern-typ bin ich?
- Was sind meine Motivation und mein Ziel?
- Warum vergessen wir? Wie verhindern wir das Vergessen?
- Welche Lern-hilfen und Lern-strategien sind nützlich für mich?
- Warum ist Entspannung wichtig?

Methoden: Gespräche, Spiele, Übungen,
auch Entspannungs-übungen und Körper-übungen

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp6.299-F



Termin für den Kurs
13. Mai 2018, Sonntag 10:30 Uhr bis 15:30 Uhr



Ort
VHS Spandau, Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin
Raum 2.05



Kursleitung
Sylvia Schramm

12 Teilnehmende



Kosten
8,50 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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

Fax: 030 – 90279 5001

E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

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

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



Titel des Kurses **Empowerment-Training**

Beschreibung des Kurses

Empowerment ist ein englisches Wort und wird so gesprochen: Äm-pauer-ment.

Empowerment heißt: Verantwortung übernehmen und die Dinge selbst in die Hand nehmen, selbst entscheiden und mitbestimmen.

Sie können lernen, selbst stark zu werden und sich einzumischen.

Dieser Kurs findet an zwei Wochenenden statt.

Am ersten Wochenende geht es um:

- Selbstbestimmung und Selbstvertretung
- Meine Rechte in meinem Alltag - Wohnen, Arbeit, Freizeit, Familie, Nachbarschaft

Am zweiten Wochenende im Herbst geht es um:

- Demokratie im Kleinen und im Großen
- Miteinander reden, streiten und verhandeln.

Dieser Kurs findet in Kooperation mit dem

Nachbarschafts- und Selbsthilfezentrum in der ufafabrik e.V. statt.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.23B



Erste Termin für den Kurs (Der zweite Termin findet im Herbst statt)

7. April 2018 und 8. April 2018,
Samstag von 9.30 Uhr bis 16 Uhr und
Sonntag von 10 Uhr bis 15 Uhr



Ort

NUSZ - Nachbarschafts- und Selbsthilfezentrum in der
ufafabrik e.V., Viktoriastr. 13, 12105 Berlin, Raum 1



Kursleitung

Amund Schmidt und ein Experte in eigener Sache



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



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

Beschreibung des Kurses

Wir spielen Theater.

Wir spielen Gewalt.

Wir reden darüber.

Dann verändern wir das Spiel.

Wir lernen, gefährliche Situationen zu meiden.

Wir lernen, in gefährlichen Situationen um Hilfe zu bitten.

Wir lernen, vor Leuten zu spielen.

Wir lernen, wie wir im Theater auftreten.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.15B



Termin für den Kurs

14. Februar 2018 bis 13. Juni 2018,

16 Termine, Mittwoch von 12.30 Uhr bis 15 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Ulrike Ertl und Aki Krishnamurthy



Kosten

6 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

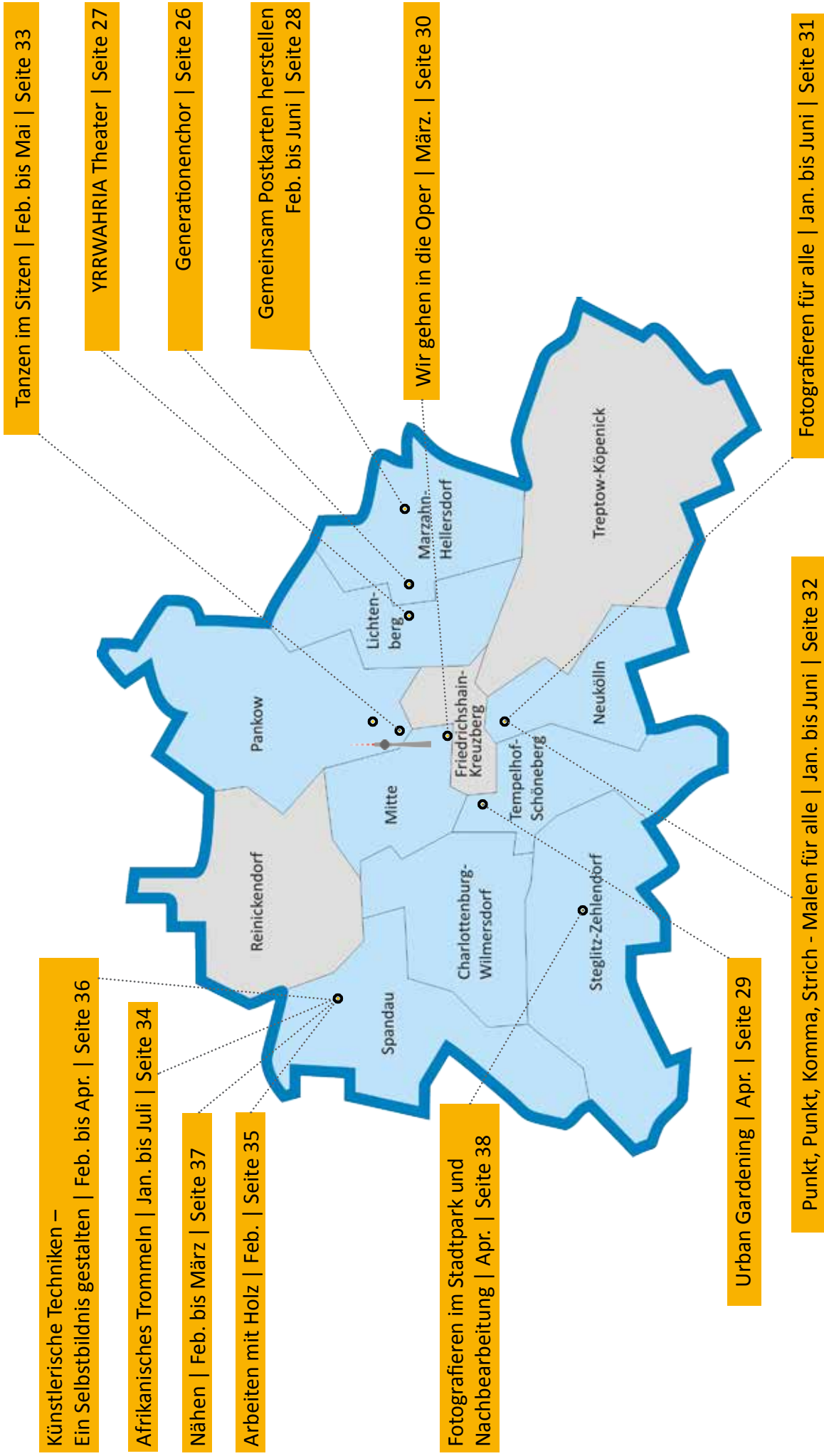
E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



Kultur – Gestalten





Titel des Kurses **Generationenchor**

Beschreibung des Kurses

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

Jeder ist eingeladen.
 Jeder ist willkommen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li2.08-031F



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



Ort
 „Wolkenhaus“, Allee der Kosmonauten 23A,
 10315 Berlin



Kursleitung
 Sebastian Sellheim



Kosten
 3 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Telefon: 030 – 98 60 19 99 11
 E-Mail: hdg@rbo.berlin



Information Telefon: 030 – 98 60 19 99 11
 E-Mail: hdg@rbo.berlin



Titel des Kurses **YRRWAHRIA Theater**

Beschreibung des Kurses

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

Sie sind herzlich eingeladen, mit-zu-spielen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li2.02-007F



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



Ort
 Stadtteilzentrum Fennpfuhl; Paul-Zobel-Str. 8e
 (Möllendorfpassage), 10367 Berlin



Kursleitung
 Nina Siller und Verena Beck



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

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Telefon: 0167 - 628 657 26
 E-Mail: yrrwahria@gmail.com



Information

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



Titel des Kurses **Gemeinsam Postkarten herstellen**

Beschreibung des Kurses

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gestalten eigene Postkarten.
 Wir arbeiten mit verschiedenen Techniken.
 Wir malen und zeichnen.
 Wir drucken und stempeln.
 Wir schneiden aus und kleben auf.
 Das Besondere ist:
 Mehrere Teilnehmerinnen und Teilnehmer arbeiten nacheinander an den verschiedenen Postkarten.
 Die Postkarten werden originell und einzigartig.
 Alle können viel voneinander lernen.
 Wir schreiben und fotografieren.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer MH2.12-001-F



Termin für den Kurs
 13. Februar 2018 bis 12. Juni 2018
 Dienstag von 16 Uhr bis 18 Uhr



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



Kursleitung
 Oliver Teuscher



Kosten
 41,81 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Marzahn-Hellersdorf, Mark-Twain-Straße 27,
 12627 Berlin
 E-Mail: infovhs@ba-mh.berlin.de



Information

Telefon: 030 - 902 93 2590



Titel des Kurses **Urban Gardening**

Beschreibung des Kurses

Urban Gardening ist Englisch und heißt freie Flächen in der Stadt für den Gartenbau nutzen. Auf der Roten Insel in Schöneberg gibt es einen InselGarten. Geflüchtete und Nachbarn pflegen gemeinsam den Garten. Alle sind willkommen, dort im Garten zu arbeiten, gemeinsam zu essen und sich kennen-zu-lernen. In dem Kurs werden wir im InselGarten:

- Samen in die Erde bringen,
- Pflanzen züchten,
- Pflanzen an einen anderen Ort pflanzen,
- Umgraben und anderes gemeinsam tun.

Einige Pflanzen können mitgenommen werden. Und wir lernen die Arbeit mit Bienen kennen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-F016



Termin für den Kurs
10. April 2018,
Dienstag von 17 Uhr bis 20 Uhr



Ort
Cheruskerstraße 2, 10829 Berlin,
die Fläche hinter dem Geschäft BioInsel,
S-Bahn Station Julius-Leber-Brücke (S1)



Kursleitung
Team von „Über den Tellerrand“ – Projekt InselGarten



Kosten
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Wir gehen in die Oper**

Beschreibung des Kurses

Eine Oper ist wie ein Theater.

In einer Oper wird viel Musik gemacht und viel gesungen.

Sie lernen in diesem Kurs ein Opernhaus kennen.

Sie lernen ein Stück kennen, was in einem Opernhaus gespielt wird.

- Wovon handelt das Stück?
- Welche Rollen kommen vor?
- Was sagt die Musik?
- Was ist an diesem Stück interessant?

Sie besuchen das Opernhaus und sehen sich das Stück an.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-F008



Termin für den Kurs

8. März 2018 und 9. März 2018 von 17 bis 19 Uhr (Vorbereitung) und
16. März von 19 Uhr bis 21.30 Uhr (Opernbesuch)



Ort

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



Kursleitung

Monika Kuta

8 Teilnehmende



Kosten

20 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Fax: 030 - 82 99 98 604

kontakt@erw-in.de



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601








Titel des Kurses **Fotografieren für alle**

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Nk-E023a, Nk-E023b	
	Termin für den Kurs 18. Januar 2018 bis 22. März 2018 oder 22. April 2018 bis 28. Juni 2018, Donnerstag von 17.30 Uhr bis 19.45 Uhr.	
	Ort Werbellinstraße 77, 12053 Berlin	
	Kursleitung Sharon Adler	10 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln
 Boddinstraße 34, 12053 Berlin



Information

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



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

Beschreibung des Kurses






Sie malen, zeichnen und experimentieren mit Farben.

Die Künstlerin Shlomit Lehavi leitet Sie an.

Der Kurs ist für Personen,

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Nk-E026a, Nk-E026b	
	Termin für den Kurs 17. Januar 2018 bis 21. März 2018 oder 11. April 2018 bis 27. Juni 2018 Mittwoch von 15 Uhr bis 17.15 Uhr	
	Ort Werbellinstraße 77, 12053 Berlin	
	Kursleitung Shlomit Lehavi	10 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln
Boddinstraße 34, 12053 Berlin



Information

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



Titel des Kurses **Tanzen im Sitzen**

Beschreibung des Kurses

Ja, Tanzen geht auch im Sitzen!

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

Alles wird durch die Kursleiterin anschaulich erklärt.

Wir hören bekannte Musik:

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

Voraussetzung ist Freude an der Bewegung zur Musik.

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa2597F



Termin für den Kurs

16. Februar 2018 bis 25. Mai 2018,
Freitag von 9.30 Uhr bis 10.30 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Andrea Hartung



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

E-Mail: post@vhspankow.de

Fax: 030 - 90295 1701



Information

Telefon: 030 - 90295 1700



Titel des Kurses **Afrikanisches Trommeln**

Beschreibung des Kurses

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp0-JS01



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



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



Kursleitung
 Boukar und Renate Amine



Kosten
 30 € im Monat

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

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



Titel des Kurses **Arbeiten mit Holz**

Beschreibung des Kurses

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp0.003-F



Termin für den Kurs
 22. Februar 2018 bis 17. Mai 2018
 10 Termine, Donnerstag von 18 Uhr bis 20 Uhr



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



Kursleitung
 Hartmut Rau und Peggy Rau

6 Teilnehmende



Kosten
 20 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

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



Titel des Kurses **Künstlerische Techniken –
Ein Selbstbildnis gestalten**

Beschreibung des Kurses






Wir gestalten Bilder von uns selbst mit unterschiedlichen Methoden:
zum Beispiel

- als Scherenschnitt,
- gezeichnet und gemalt nach Fotos,
- frei gestaltet,
- modern,
- als Phantasie-gestalt
- und andere Methoden.

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Sp0.001-F	
	Termin für den Kurs 6. Februar 2018 bis 3. April 2018 9 Termine, Dienstag von 18 Uhr bis 20.30 Uhr	
	Ort Ev. Johannesstift, Schönwalder Allee 26/21 C, 13589 Berlin, „Macherei“	
	Kursleitung Claudia Grehn und Cornelia Körner	7 Teilnehmende
	Kosten 21,25 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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

Fax: 030 – 90279 5001

E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

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

E-Mail: joerg.markowski@evangelisches-johannesstift.de



Titel des Kurses **Nähen**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie kleine Dinge nähen.

Zum Beispiel Handy-taschen.

Zum Beispiel bunte Kissen.

Zum Beispiel Rolli-taschen.

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

Oder Sie bekommen Stoff im Kurs.

Sie bezahlen dann ein bisschen Geld.

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp0.004-F



Termin für den Kurs

17. Februar 2018 bis 17. März 2018

5 Termine, Samstag von 10 Uhr bis 13 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Liisa Häkansson und Gabriele Kaminski

7 Teilnehmende



Kosten

16 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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

Fax: 030 – 90279 5001

E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

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

E-Mail: joerg.markowski@evangelisches-johannesstift.de





Titel des Kurses **Fotografieren im Stadtpark und Nachbearbeitung**

Beschreibung des Kurses

Zwei Tage werden wir die wunderbare Natur fotografieren.
Wir gehen zusammen in einen schönen Park und schauen,
was die Natur uns anbietet:
Blumen, Vögel, Bäume, Blätter, Tiere, kleine Insekten und vieles mehr.
Die Fotos werden wir dann am Computer
mit einem Fotoprogramm bearbeiten und schöner machen.
Wir gestalten aus den Fotos ein Fotobuch zur Erinnerung.

Bitte mitbringen: Digitalkamera oder Smartphone (+ PC-Anschlusskabel/USB)
Eintrittspreise, Fahrtkosten und Druckkosten für das Fotobuch
müssen im Kurs bezahlt werden.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	SZ540-462	
	Termin für den Kurs 9. April 2018 bis 22. April 2018, Montag und Mittwoch von 13.15 Uhr bis 16.30 Uhr und Sonntag von 10 Uhr bis 17 Uhr	
	Ort Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Onkel-Tom-Str. 14, 14169 Berlin-Zehlendorf, Raum 23	
	Kursleitung Andrea Bannat	10 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

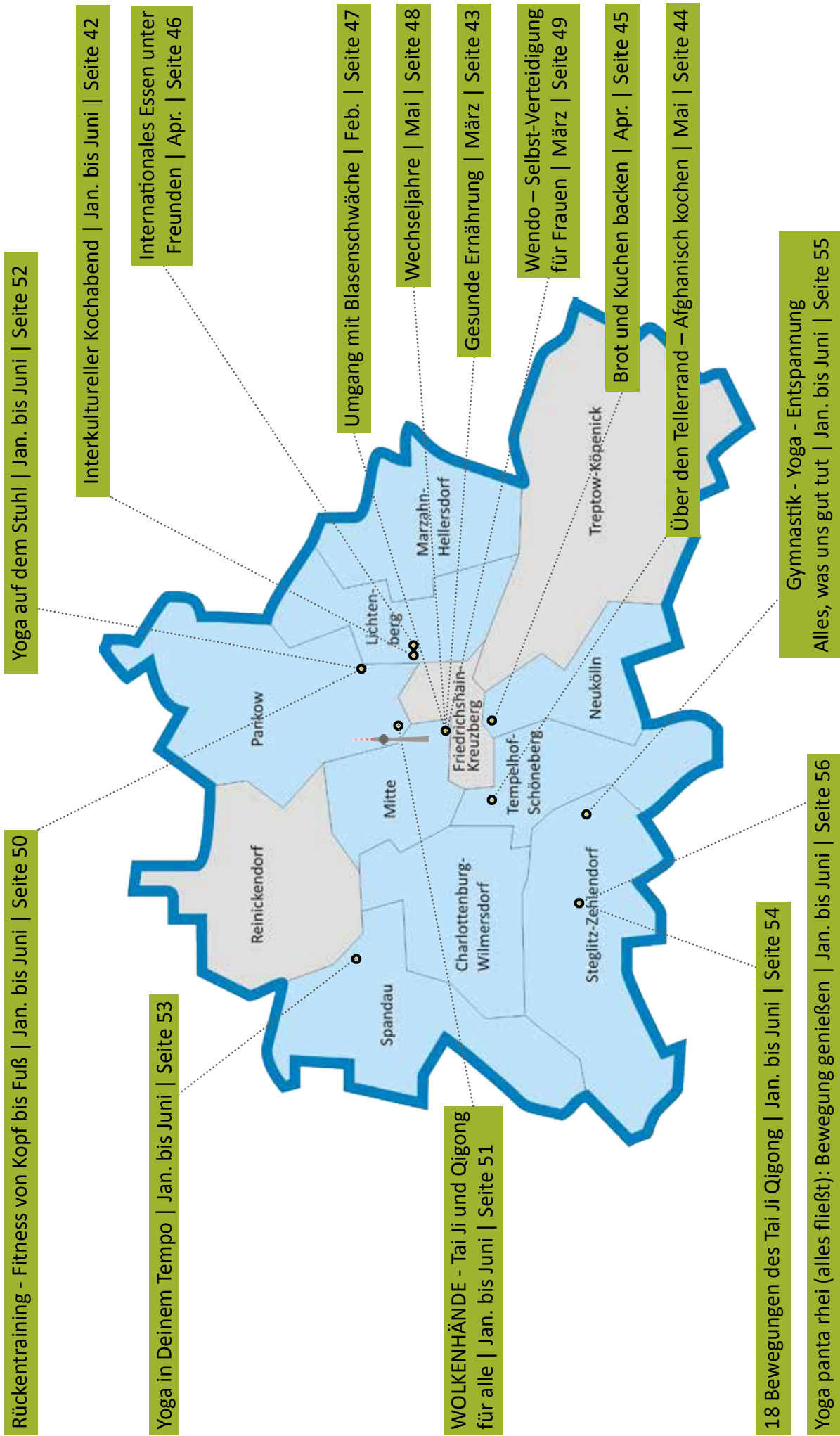
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

Christian Steiner, Telefon 030 - 90299 2205
E-Mail: steiner@vhssz.de



Gesundheit





Titel des Kurses **Interkultureller Kochabend**

Beschreibung des Kurses

Gemeinsam kochen, essen und genießen!

Menschen mit Behinderung und Menschen ohne Behinderung kochen zusammen.
Sie kochen Gerichte aus verschiedenen Ländern.

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li3.07-010F



Termin für den Kurs
Immer den letzten Freitag im Monat
von 16.30 Uhr bis 21 Uhr



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



Kursleitung
Claudio Casetti und Nicole Seehaus



Kosten
3 €

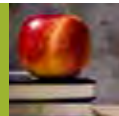
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

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



Titel des Kurses **Gesunde Ernährung**

Beschreibung des Kurses

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

Essen und Trinken ist lecker.

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

Sie ertasten, schmecken und riechen gutes Essen.

Sie probieren leckeres Trinken.

Sie stellen gutes Essen selbst her.

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

Wir lernen was Sie besser machen können.

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungsurlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-F002



Termin für den Kurs
16. März 2018,
Freitag von 10 bis 16 Uhr



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



Kursleitung
Julita Konrad



Kosten
3 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Fax: 030 - 82 99 98 604

kontakt@erw-in.de



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Über den Tellerrand – Afghanisch kochen**

Beschreibung des Kurses






In diesem Kurs lernen, Sie einfache Gerichte aus Afghanistan zu kochen.
Wir verwenden dafür frische und gesunde Zutaten.

Wir sprechen beim Kochen über das Land Afghanistan.
Wir lernen die Essgewohnheiten in diesem Land kennen.

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungsurlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	LHB-F014	
	Termin für den Kurs 24. Mai 2018, Donnerstag von 10 bis 16 Uhr	
	Ort Kitchen HUB, Roßbachstr. 6, 10829 Berlin	
	Kursleitung Köchin oder Koch von der „Über den Tellerrand kochen GmbH“	
	Kosten 18 € mit Essen und Trinken	

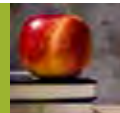
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Brot und Kuchen backen**

Beschreibung des Kurses

Wir backen Brot.

Wir backen einen Hefe-zopf.

Wir backen Kuchen.

Wir werden viele Getreide-sorten kennen lernen.

Wir werden auch Brot-geschichte kennen lernen.

Bitte ein Küchen-handtuch und eine Schürze zum Kurs mitbringen.

Die Kosten für Lebensmittel von 6 € sind beim Kurs-leiter zu zahlen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Nk-Q222b



Termin für den Kurs

14. April 2018

Samstag von 10.30 Uhr bis 16.30 Uhr



Ort

VHS Neukölln, Karlsgartenstraße 6, 12049 Berlin, Raum 211

Bitte beachten Sie: Die Küche ist leider nicht barriere-frei.



Kursleitung

Lutz Bönhoff

8 Teilnehmende



Kosten

3 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln, Boddinstraße 34, 12053 Berlin



Information

Klaus-Dieter Ryrko, Telefon: 030 – 90 23 92 090

E-Mail: klaus-dieter.ryrko@bezirksamt-neukoelln.de



Titel des Kurses **Internationales Essen unter Freunden**

Beschreibung des Kurses

Menschen mit und ohne Behinderung kochen zusammen.
Sie kochen Gerichte aus verschiedenen Ländern.

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa3844F



Termin für den Kurs
Freitag, 26. Januar 2018, von 16.30 Uhr bis 21 Uhr



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



Kursleitung
Claudio Cassetti und Nicole Seehaus 20 Teilnehmende



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

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin
E-Mail: post@vhspankow.de



Information

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



Titel des Kurses **Umgang mit Blasenschwäche**

Beschreibung des Kurses

Menschen mit Blasen-schwäche können ihren Urin nicht mehr kontrolliert zurückhalten. In Deutschland gibt es rund 9 Millionen Menschen mit Blasen-schwäche.

Wir reden über:

- wie häufig Blasen-schwäche ist
- wie man eine Blasen-schwäche bekommt
- was man gegen eine Blasen-schwäche machen kann

Sie lernen Übungen die bei einer Blasen-schwäche helfen.

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungs-urlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-F012



Termin für den Kurs
28. Februar 2018,
Mittwoch von 9 Uhr bis 12 Uhr



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



Kursleitung
Andrea Boss

18 Teilnehmende



Kosten
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Wechseljahre**

Beschreibung des Kurses

Die Wechseljahre sind normal im Leben einer Frau.

Die Wechseljahre sind kein Fehler der Natur und auch keine Krankheit.

Die Wechseljahre sind eine Zeit des Übergangs in eine andere Lebensphase.

Wir reden über:

- Veränderungen bei den Hormonen
- wie Sie die Wechseljahre merken
- wie Sie Ihre Haut pflegen
- wie Sie in dieser Zeit gesund leben

Sie bekommen praktische Tipps.

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungsurlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-F011



Termin für den Kurs
30. Mai 2018,
Montag von 9 Uhr bis 12 Uhr



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



Kursleitung
Andrea Boss

18 Teilnehmende



Kosten
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



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

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie, sich selbst zu verteidigen.

Wir probieren verschiedene Arten der Selbst-verteidigung:

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-F003



Termin für den Kurs
17. März 2018 und 18. März 2018,
Samstag und Sonntag von 10 Uhr bis 16 Uhr



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



Kursleitung
Rike Schulz und Nives Bercht

12 Teilnehmende



Kosten
15 € mit Essen und Trinken

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information Telefon: 030 - 82 99 98 601



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

Beschreibung des Kurses

Wir machen Übungen aus der Rücken-schule und aus dem Bauch-Beine-Po-Training.

Auch Yoga-übungen sind dabei.

Mit dem elastischen Seil wird der Rücken, Schultergürtel und Nacken gestärkt.

Mit Dehnungs-übungen und Entspannungs-übungen wird das Programm beendet.

Menschen mit und ohne körperlicher Beeinträchtigung sind herzlich willkommen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa3209F



Termin für den Kurs
16. Januar 2018 bis 19. Juni 2018
Dienstag von 8.30 Uhr bis 10 Uhr



Ort
Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41,
13088 Berlin



Kursleitung
Cornelia Schulz



Kosten
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

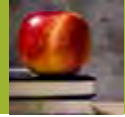
E-Mail: post@vhspankow.de

Fax: 030 - 90295 1701



Information

Telefon: 030 - 90295 1700








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

Beschreibung des Kurses

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Pa3433F, Pa3434F	
	Termin für den Kurs 11. Januar 2018 bis 15. März 2018 oder 12. April 2018 bis 14. Juni 2018 Donnerstag von 16.15 Uhr bis 17.45 Uhr	
	Ort Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227/228, 10405 Berlin	
	Kursleitung Heike Richter	
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Berlin Pankow, Schulstraße 29, 13187 Berlin

Fax: 030 - 90 29 51 701

E-Mail: post@vhspankow.de



Information

Telefon: 030 - 90295 1700








Titel des Kurses **Yoga auf dem Stuhl**

Beschreibung des Kurses

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Pa3609F, Pa3610F	
	Termin für den Kurs 12. Januar 2018 bis 16. März 2018 oder 13. April 2018 bis 22. Juni 2018, Freitag von 10 Uhr bis 11.30 Uhr	
	Ort Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstraße 41, 13088 Berlin	
	Kursleitung Ann-Kathrin Mahler	
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

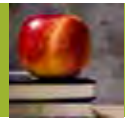
E-Mail: post@vhspankow.de

Fax: 030 - 90295 1701



Information

Telefon: 030 - 90295 1700








Titel des Kurses **Yoga in Deinem Tempo**

Beschreibung des Kurses

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Sp3.102-W, Sp3.103-F	
	Termin für den Kurs 11. Januar 2018 bis 15. März 2018 oder 19. April 2018 bis 28. Juni 2018, Donnerstag von 18 Uhr bis 19 Uhr	
	Ort Volkshochschule Spandau, Eiswerder Straße 7, 13585 Berlin, Raum 3	
	Kursleitung Or Shahr	12 Teilnehmende
	Kosten 11,34 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

VHS: 030 – 90279 5000, Carolin Becker: 030 – 90279 5005
 E-Mail: c.becker@ba-spandau.berlin.de








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

Beschreibung des Kurses

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	SZ320-310, SZ320-312	
	Termin für den Kurs 16. Januar 2018 bis 20. März 2018 oder 10. April 2018 bis 26. Juni 2018, Dienstag von 17 Uhr bis 18 Uhr	
	Ort Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Onkel-Tom-Str. 14, 14169 Berlin-Zehlendorf, Säulenhalle	
	Kursleitung Karin Hergl	10 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

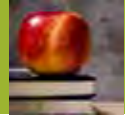
E-Mail: service@vhssz.de



Information

Holger Kühne, Telefon: 030 – 90 29 92 206

E-Mail: kuehne@vhssz.de



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

Beschreibung des Kurses

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ320-082, SZ320-084



Termin für den Kurs
18. Januar 2018 bis 22. März 2018 **oder**
12. April 2018 bis 21. Juni 2018,
Donnerstag von 16 Uhr bis 17.30 Uhr



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



Kursleitung
Susanne Mannheim

10 Teilnehmende



Kosten
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

Holger Kühne, Telefon: 030 – 90 29 92 206
E-Mail: kuehne@vhssz.de



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

Beschreibung des Kurses

Sanfte Yoga-übungen bringen uns mit uns selbst in Kontakt.

Die Übungen richten uns auf, erweitern unsere Wahrnehmung und geben mehr Raum für den Atem.

Stress wird abgebaut.

Die einzelnen Yoga-übungen werden in gymnastischer Form für jeden leicht anwendbar durchgeführt.

Die Bewegungen sind in einem sehr langsamen aber intensiven Tempo.

Die wichtigsten Muskelgruppen werden dabei gekräftigt, besonders der Bauch und der Rücken.

Sie werden gelenkiger.

Bitte für den Meditations-teil am Ende des Kurses mitbringen:

Eine warme Decke, bequeme Kleidung und warme Socken.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ320-426, SZ320-428



Termin für den Kurs

16. Januar 2018 bis 20. März 2018 **oder**
10. April 2018 bis 26. Juni 2018,
Dienstag von 15 Uhr bis 16.30 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Andrea Bannat

10 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

E-Mail: service@vhssz.de



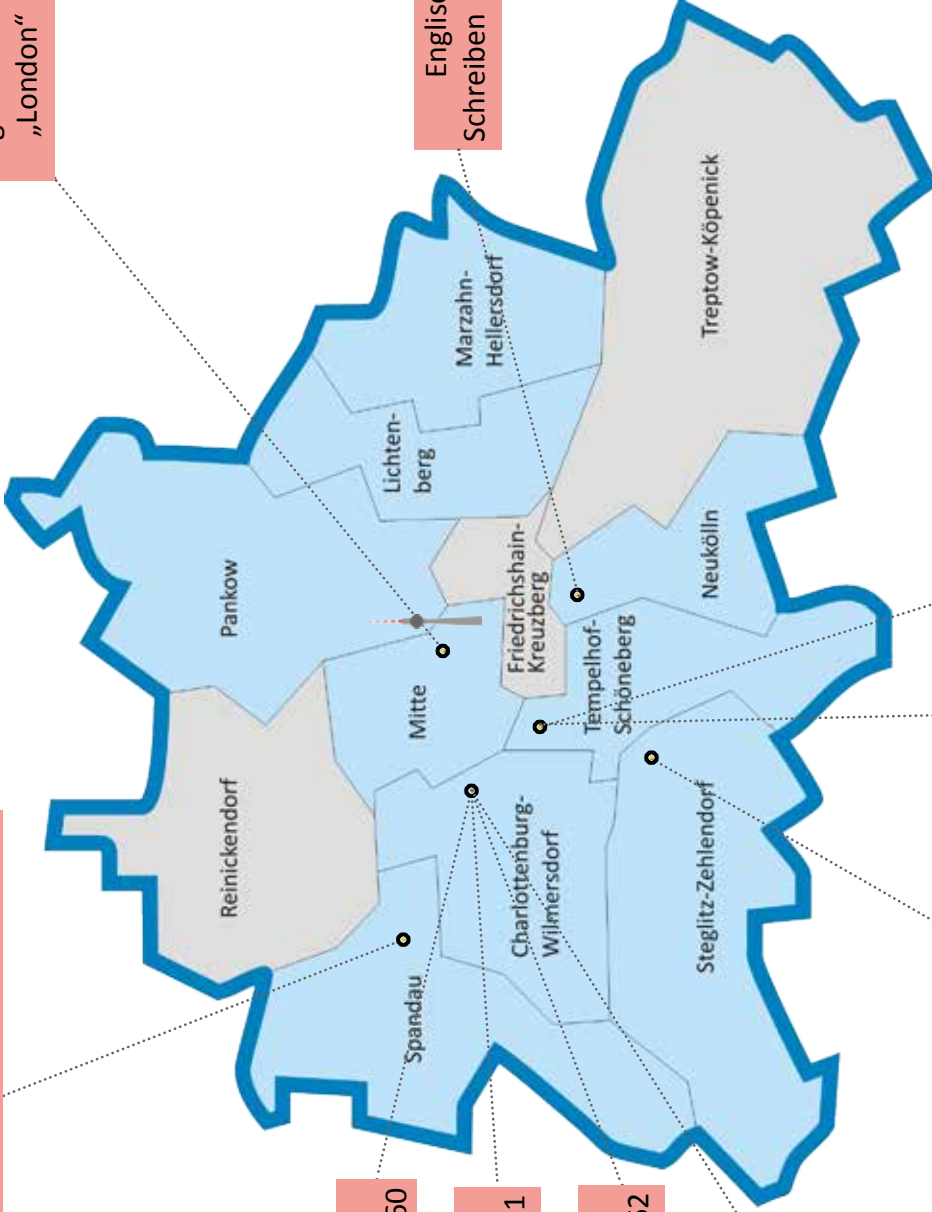
Information

Holger Kühne, Telefon: 030 – 90 29 92 206

E-Mail: kuehne@vhssz.de

Englisch A1 - Kurs in leichter Sprache | Jan. bis Juni | Seite 66

Englisch in leichter Sprache - Gruppe „London“ | Jan. bis Juni | Seite 64



Deutsche Gebärdensprache (DGS I) | Jan. bis März | Seite 60

Deutsche Gebärdensprache (DGS II) | Jan. bis Juni | Seite 61

Deutsche Gebärdensprache (DGS III) | Apr. bis Juni | Seite 62

Englisch A1 - leicht verständlich | Jan. bis Apr. | Seite 63

Englisch für Anfänger 1 - Lernen mit wenig Schrift | Feb. bis Juni | Seite 68

Englisch für Anfänger 2 - Lernen mit wenig Schrift | Feb. bis Juni | Seite 69

Englisch - von Anfang an | Jan. bis Apr. | Seite 67

Sprachen





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

Beschreibung des Kurses

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

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

Zum Beispiel:

- Fingeralphabet
- Verschiedene Gebärden
- Bilder beschreiben
- Fragen beantworten
- Plaudern

Die ‚Wörter‘ der Gebärdensprache nennt man Gebärden.

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 4.26.101



Termin für den Kurs

19. Januar 2018 bis 23. März 2018

10 Termine, Freitag von 17 Uhr bis 18.30 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Andreas Costrau

12 Teilnehmende



Kosten

83 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS City West, Pestalozzistraße 40/41, 10627 Berlin

Fax: 030 – 90 29 28 831

E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Martin Behringer, Telefon 030 - 9029 28819



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

Beschreibung des Kurses

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

Zum Beispiel:

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 4.26.121, CW 4.26.123



Termin für den Kurs

19. Januar 2018 bis 23. März 2018 von 18.45 Uhr bis 20.15 Uhr **oder**
13. April 2018 bis 22. Juni 2018 von 17 Uhr bis 18.30 Uhr
jeweils 10 Termine am Freitag



Ort

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



Kursleitung

Andreas Costrau

12 Teilnehmende



Kosten

83 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS City West, Pestalozzistraße 40/41, 10627 Berlin

Fax: 030 – 90 29 28 831

E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Martin Behringer, Telefon 030 - 9029 28819



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

Beschreibung des Kurses

Deutsche Gebärdensprache ist Sprache für Menschen, die nicht hören und nicht sprechen können. Dieser Kurs ist die Fortsetzung vom Kurs DGS II.

Lerninhalte:

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

Test über DGS I bis III.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 4.26.131



Termin für den Kurs
13. April 2018 bis 22. Juni 2018
10 Termine, Freitag von 18.45 Uhr bis 20.15 Uhr



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



Kursleitung
Andreas Costrau

12 Teilnehmende



Kosten
83 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS City West, Pestalozzistraße 40/41, 10627 Berlin

Fax: 030 – 90 29 28 831

E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Martin Behringer, Telefon 030 - 9029 28819



Titel des Kurses Englisch A1 - leicht verständlich

Beschreibung des Kurses

Der Kurs ist für Anfängerinnen und Anfänger.
 Sie lernen langsam Englisch sprechen.
 Sie lernen erste Wörter und Sätze.
 Sie üben einfache Gespräche zu verschiedenen Themen.
 Sie müssen nicht lesen und schreiben können.
 Lern-material gibt es von der Kurs-leiterin.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 4.06.101



Termin für den Kurs
 25. Januar 2018 bis 9. April 2018
 10 Termine, Donnerstag von 16 Uhr bis 17.30 Uhr



Ort
 Rathaus Charlottenburg-Wilmersdorf, Otto-Suhr-Allee 96,
 10585 Berlin, Heinrich-Schulz Bibliothek



Kursleitung
 Joyce Dyer

10 Teilnehmende



Kosten
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS City West, Pestalozzistraße 40/41, 10627 Berlin
 Fax 030 - 9029 28831
 E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Martin Behringer, Telefon: 030 - 9029 28819








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

Beschreibung des Kurses

Wenn Sie schon Englisch gelernt haben und einfache Sätze bilden können, sind Sie hier richtig.
Wir werden viele neue Wörter lernen.
Wir werden über verschiedene Themen sprechen.
Wir üben typische Situationen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi406-008F, Mi406-010S	
	Termin für den Kurs 18. Januar 2018 bis 15. März 2018 oder 19. April 2018 bis 21. Juni 2018, Donnerstag von 17 Uhr bis 19 Uhr	
	Ort Volkshochschule Berlin Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin, Raum 3.01	
	Kursleitung Rebecca Maccioni	10 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

Fax: 030 - 90 18 37 488

E-Mail: anmeldung@vhsmitte.de



Information

Simone Massanz, Telefon: 030 - 90 18 37 421



Titel des Kurses **Englisch mit wenig Lesen und Schreiben**

Beschreibung des Kurses






In diesem Kurs lernen Sie Englisch.

Ganz einfach.

Dieser Kurs ist für Personen,

- die Probleme mit dem Lesen und Schreiben haben,
- die ganz langsam und einfach Englisch lernen möchten,
- die gar kein Englisch können.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Nk-E024a, Nk-E024b	
	Termin für den Kurs 15. Januar 2018 bis 19. März 2018 oder 9. April 2018 bis 25. Juni 2018, Montag von 14.45 Uhr bis 16.30 Uhr.	
	Ort Werbellinstraße 77, 12053 Berlin	
	Kursleitung Shlomit Lehavi	10 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln
Boddinstraße 34, 12053 Berlin



Information

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



Titel des Kurses **Englisch A1 - Kurs in leichter Sprache**

Beschreibung des Kurses

Wir lernen uns vorzustellen.

Wir lernen nach dem Weg zu fragen.






Wir lernen einfache Fragen zu verstehen.

Dabei kommen wir mit kurzen Dialogen auch gleich ins Reden!

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

Lehr-material erhalten Sie von der Kurs-leitung.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Sp5.06-010-W, Sp5.06-011-F	
	Termin für den Kurs 17. Januar 2018 bis 14. März 2018 oder 18. April 2018 bis 13. Juni 2018, Mittwoch von 16 Uhr bis 17.30 Uhr	
	Ort VHS Spandau, Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin Raum 1.06	
	Kursleitung Heide-Marie Stein	12 Teilnehmende
	Kosten 8 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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

Fax: 030 – 90279 5001

E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

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

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



Titel des Kurses Englisch - von Anfang an

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-008



Termin für den Kurs
 17. Januar 2018 bis 25. April 2018
 12 Termine, Mittwoch von 16.15 Uhr bis 17.45 Uhr



Ort
 Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Plantagenstraße 8,
 12169 Berlin, Raum 15 (1. OG)



Kursleitung
 Nancy Huber

12 Teilnehmende



Kosten
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

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



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

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.13B



Termin für den Kurs
 13. Februar 2018 bis 12. Juni 2018,
 14 Termine, Dienstag von 18 Uhr bis 19.30 Uhr



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



Kursleitung
 Nancy Huber



Kosten
 9 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



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

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.14B



Termin für den Kurs
 13. Februar 2018 bis 12. Juni 2018,
 14 Termine, Dienstag von 16.30 Uhr bis 18 Uhr



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



Kursleitung
 Nancy Huber



Kosten
 9 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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

Was kann man am Computer machen? | Feb. bis März | Seite 73

Was kann man im Internet machen? | Apr. bis Mai | Seite 74

Einführung in den Computer - Teil 1 | Juli | Seite 79

Einführung in den Computer - Teil 2 | Juli | Seite 80

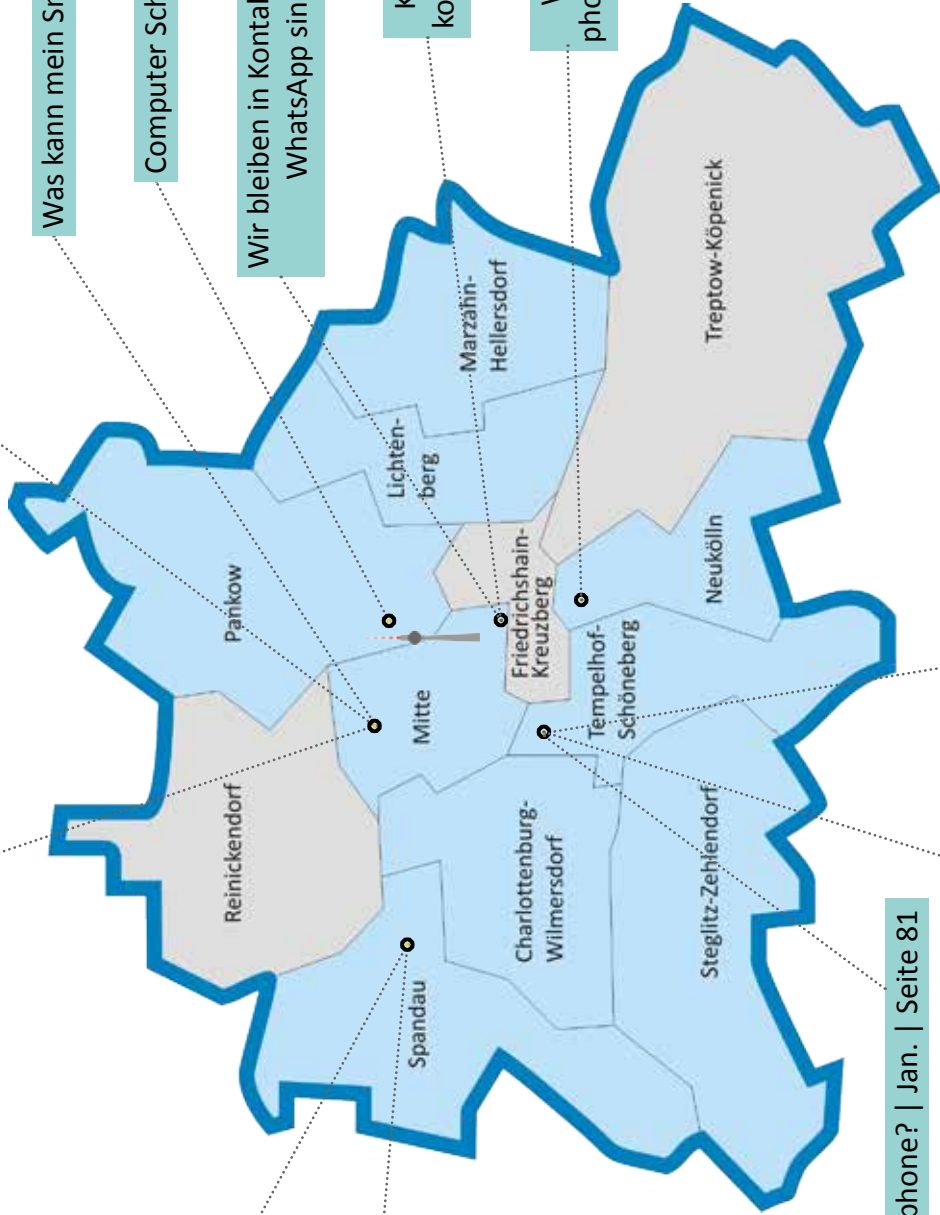
Was kann mein Smartphone? | Feb. | Seite 75

Computer Schnupperkurs | Jan. | Seite 78

Wir bleiben in Kontakt - Facebook, Instagram und WhatsApp nutzen | Mai | Seite 76

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

Wie bediene ich mein Smartphone? | Jan. bis Juni | Seite 77



Wie bediene ich mein Smartphone? | Jan. | Seite 81

Wie bediene ich mein Smartphone? | März bis Juni | Seite 82

Wie bediene ich mein Tablet? | Mai | Seite 83

Arbeit – Beruf – Computer





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

Beschreibung des Kurses

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

Im Kurs sprechen wir über:

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

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

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungs-urlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-F015



Termin für den Kurs
15. Februar 2018 und 16. Februar 2018,
Donnerstag und Freitag von 10 Uhr bis 16 Uhr



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



Kursleitung
Stana Schenck



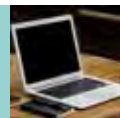
Kosten
15 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information Telefon: 030 - 82 99 98 601



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

Beschreibung des Kurses

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi500-030F



Termin für den Kurs
 14. Februar 2018 bis 28. März 2018,
 Mittwoch von 16.30 Uhr bis 18.30 Uhr



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



Kursleitung
 Ruth Kerst

9 Teilnehmende



Kosten
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

Telefon: 030 – 9018 37417



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

Beschreibung des Kurses

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

Es gibt viele Angebote, die alle Menschen leicht verstehen.

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi500-031F



Termin für den Kurs
11. April 2018 bis 23. Mai 2018
Mittwoch von 16.30 Uhr bis 18.30 Uhr



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



Kursleitung
Ruth Kerst

9 Teilnehmende



Kosten
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Liniestr. 162, 10115 Berlin

Fax: 030 – 90 18 37 488

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



Information

Telefon: 030 – 9018 37417



Titel des Kurses **Was kann mein Smartphone?**

Beschreibung des Kurses

Ein Smartphone ist ein modernes Telefon.
 Es kann viel mehr als nur telefonieren.
 Das ist nützlich und kann den Alltag oft vereinfachen.
 Dazu braucht man einen mobilen Internet-zugang.
 Aber manchmal ist es schwer, dieses Gerät richtig zu bedienen.
 Das lernen Sie in diesem Kurs:
 Telefon-nummern speichern und bearbeiten;
 die Kamera benutzen; Fotos, Videos versenden;
 das Internet nutzen; Musik hören und speichern;
 nützliche Apps (Anwendungs-Programme)

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
 Bitte das Smartphone und das Ladekabel mitbringen!

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi607-103F



Termin für den Kurs
 13. Februar 2018 bis 27. Februar 2018,
 3 Termine, Dienstag von 16.15 Uhr bis 17.45 Uhr



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



Kursleitung
 Ruth Kerst

10 Teilnehmende



Kosten
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information Telefon: 030 – 9018 37417



Titel des Kurses

Wir bleiben in Kontakt - Facebook, Instagram und WhatsApp sinnvoll nutzen

Beschreibung des Kurses

Das Internet gehört zu unserer heutigen Welt.

Das Internet bietet die Möglichkeit sich zu informieren und mit anderen in Kontakt zu sein. Soziale Netzwerke, wie Facebook, ermöglichen den Austausch von Texten, Fotos und Filmen.

Radio und Fernsehen gibt es auch im Internet.

Durch Computer, Tablets und Smartphones haben wir Zugang zum Internet.

In diesem Kurs lernen wir, das Internet gut zu nutzen.

Was braucht man dafür? Wie kann man sich anmelden und etwas posten?

Wie kann man sich sicher im Internet,

bei Facebook, Instagram und WhatsApp bewegen?

Wir werden sehr praktisch lernen und es wird auch Spaß machen.

Jede und jeder soll nach Möglichkeit ein eigenes Gerät mitbringen.

Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungsurlaub!

Bildungsurlaub

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-F010



Termin für den Kurs

7. Mai 2018 und 8. Mai 2018,

Montag und Dienstag von 9 Uhr bis 16 Uhr



Ort

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

Kursleitung

Karl Bäck und Andreas Heukäufer-Metzenthin 10 Teilnehmende



Kosten

50 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

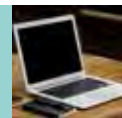
Fax: 030 - 82 99 98 604

kontakt@erw-in.de



Information

Telefon: 030 - 82 99 98 601



Titel des Kurses **Wie bediene ich mein Smartphone?**

Beschreibung des Kurses

Sie haben ein neues Smart-phone?
 Sie wollen auch das Internet nutzen?
 Sie möchten Apps nutzen?
 Sie möchten mit WhatsApp schreiben?
 Sie möchten Facebook auf dem Smart-phone lesen?
 Sie möchten fotografieren und Musik hören?
 Dieser Kurs ist für Personen, die Probleme mit dem Lesen und Schreiben haben.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Nk-E021a, Nk-E021b	
	Termin für den Kurs 18. Januar 2018 bis 22. März 2018 oder 12. April 2018 bis 28. Juni 2018 Donnerstag von 17.30 Uhr bis 19.45 Uhr	
	Ort Werbellinstraße 77, 12053 Berlin	
	Kursleitung Shlomit Lehavi	10 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln
 Boddinstraße 34, 12053 Berlin



Information

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



Titel des Kurses **Computer Schnupperkurs**

Beschreibung des Kurses

Sie lernen den Umgang mit einem Computer.






Sie lernen den Umgang mit der Maus und der Tastatur.

Sie lernen einige Anwendungsmöglichkeiten des Computers kennen, zum Beispiel:

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

Für diesen Kurs müssen Sie lesen und schreiben können.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Pa5160F	
	Termin für den Kurs Montag, 15. Januar und Dienstag, 16. Januar 2018, Montag, 22. Januar und Dienstag, 23. Januar 2018, von 17 Uhr bis 20.15 Uhr	
	Ort Volkshochschule Pankow, Schulstraße 29, 13187 Berlin	
	Kursleitung Bettina Schwarz	12 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

E-Mail: post@vhspankow.de



Information

Telefon: 030 - 90295 1700



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

Beschreibung des Kurses

Mit dem Computer zu arbeiten ist gar nicht so schwer!

Sie lernen in diesem Kurs:

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

Für diesen Kurs müssen Sie lesen und schreiben können.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp6.102-F



Termin für den Kurs
2. Juli 2018, Montag von 09 Uhr bis 12:30 Uhr



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



Kursleitung
Doris Katanic

8 Teilnehmende



Kosten
6,50 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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

Fax: 030 – 90279 5001

E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

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

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



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

Beschreibung des Kurses

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

Sie lernen in diesem Kurs:

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp6.103-S



Termin für den Kurs
4. Juli 2018, Mittwoch von 9 Uhr bis 12.30 Uhr



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



Kursleitung
Doris Katanic

8 Teilnehmende



Kosten
6,50 €

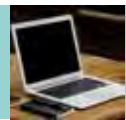
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

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



Titel des Kurses **Wie bediene ich mein Smartphone?**

Beschreibung des Kurses

Ein Smartphone ist ein modernes Telefon.
Das Smartphone kann viel machen.
Das Smartphone zu bedienen, ist manchmal schwer.

Sie lernen in diesem Kurs:

- Telefon-nummern speichern
- Telefon-nummern bearbeiten
- Foto-apparat im Smartphone benutzen
- Fotos und Videos verschicken
- Internet nutzen
- Musik hören und speichern
- Apps (Anwendungs-programme) nutzen.

Sie brauchen keine Vor-kenntnisse.

Bitte das Smartphone und das Lade-kabel mit bringen!

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.19B



Termin für den Kurs

9. Januar 2018 bis 30. Januar 2018,
3 Termine, Dienstag von 14.30 Uhr bis 17.45 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Claudia Aufderheide



Kosten

9 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



Titel des Kurses **Wie bediene ich mein Smartphone?**

Beschreibung des Kurses

Ein Smartphone ist ein modernes Telefon.
 Das Smartphone kann viel machen.
 Das Smartphone zu bedienen, ist manchmal schwer.
 Sie lernen in diesem Kurs:

- Telefon-nummern speichern
- Telefon-nummern bearbeiten
- Foto-apparat im Smartphone benutzen
- Fotos und Videos verschicken
- Internet nutzen
- Musik hören und speichern
- Apps (Anwendungs-programme) nutzen.

Sie brauchen keine Vor-kenntnisse.
 Bitte das Smartphone und das Lade-kabel mit bringen!

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.16B, TS61.17B



Termin für den Kurs
 2. März 2018 bis 16. März 2018 **oder**
 18. Mai 2018 bis 1. Juni 2018,
 Jeweils 3 Termine, Freitag von 15.30 Uhr bis 18.45 Uhr



Ort
 Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin, Raum 119 / 218 /219



Kursleitung
 Ruth Kerst



Kosten
 9 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



Titel des Kurses **Wie bediene ich mein Tablet?**

Beschreibung des Kurses

Ein Tablet ist ein Computer. Sie können es überallhin mitnehmen.

In diesem Kurs lernen Sie:

- erste Schritte, die Bedienung: tippen, Wischen, ziehen
- die Oberfläche anpassen
- die Kamera und den Kalender nutzen
- Kontakte und Notizen anlegen
- das Tablet mit einem WLAN verbinden
- das Internet nutzen
- nützliche Programme (Apps) herunterladen, die nichts kosten
- Radio und Fernsehen
- Telefonieren über das Internet

Vor-kennnisse sind nicht erforderlich.

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.18B



Termin für den Kurs

3. Mai 2018 bis 5. Mai 2018,
Donnerstag und Freitag, von 16.30 Uhr bis 19.45 Uhr und
Samstag von 10 Uhr bis 13.15 Uhr



Ort

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin, Raum 118, Raum 219



Kursleitung

Ruth Kerst



Kosten

9 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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

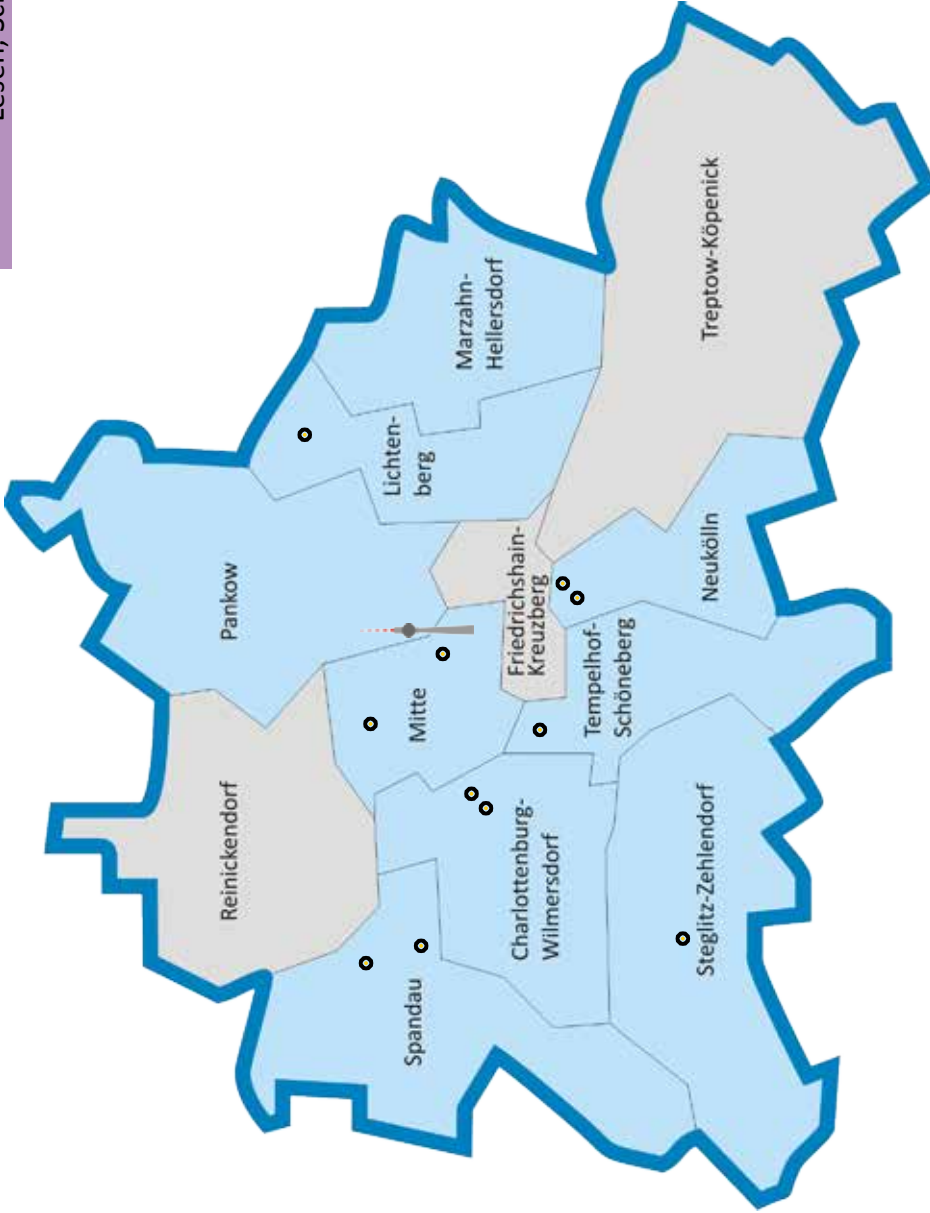


Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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

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



Grundbildung










Titel des Kurses **Alpha Level 1 – Einstiegskurs**
Lesen, Schreiben, Rechnen

Beschreibung des Kurses

Einstiegskurs zum Lernen von Schrift und Zahlen.
 Übungen zur Wahrnehmung und Konzentration helfen beim Lernen.
 Dieser Kurs ist für alle gedacht, die geringe Kenntnisse in der Schriftsprache
 und im Rechnen besitzen.
 Im Kurs lernen Sie, wie Sie am besten lernen.

Beratung und Einstufung erfolgt im Kurs.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	CW 6.07.133	
	Termin für den Kurs 19. Januar 2018 bis 22. Juni 2018 12 Termine, Freitag von 17.30 Uhr bis 20 Uhr	
	Ort VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40/41, 10627 Berlin, Raum 1	
	Kursleitung Gunnar Borchardt	16 Teilnehmende
	Kosten 5 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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

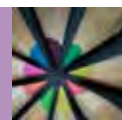
Fax: 030 – 90 29 28 831

E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818



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

Beschreibung des Kurses

Vom Buchstaben zum Wort.

Vom Wort zum Satz.

Beratung und Einstufung erfolgt im Kurs.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 6.07.135



Termin für den Kurs

16. Januar 2018 bis 12. Juli 2018

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



Ort

VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Prinzregentenstraße 33-34,
10715 Berlin, R. 423



Kursleitung

Gunnar Borchardt

16 Teilnehmende



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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

Fax: 030 – 90 29 28 831

E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818



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

Beschreibung des Kurses

Sie wollen besser lesen und schreiben?

Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

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

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

Beratung und Einstufung erfolgt im Kurs.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 6.07.151



Termin für den Kurs

15. Januar 2018 bis 2. Juli 2018

12 Termine, Montag von 17.30 Uhr bis 20 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Britta-Susanne Borchardt

16 Teilnehmende



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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

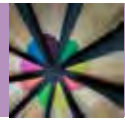
Fax: 030 – 90 29 28 831

E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818



Titel des Kurses Alpha Level 1-4

Beschreibung des Kurses

Sie wollen besser lesen und schreiben?

Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

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

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

Beratung und Einstufung erfolgt im Kurs.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 6.07.153



Termin für den Kurs

15. Januar 2018 bis 2. Juli 2018

Montag von 17.30 Uhr bis 20 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Gunnar Borchardt

16 Teilnehmende



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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

Fax: 030 – 90 29 28 831

E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818



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

Beschreibung des Kurses

Vom Buchstaben zum Wort.
Vom Wort zum Satz.

Beratung und Einstufung erfolgt im Kurs.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 6.07.137



Termin für den Kurs
16. Januar 2018 bis 12. Juli 2018
24 Termine, Dienstag und Donnerstag von 10 Uhr bis 13.15 Uhr



Ort
VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40/41,
10627 Berlin, Raum 406



Kursleitung
Britta-Susanne Borchardt 10 Teilnehmende



Kosten
5 €

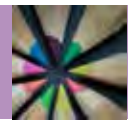
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818



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

Beschreibung des Kurses

Sie kennen schon alle Buchstaben?
 Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.
 Sie lernen Wörter schreiben.
 Sie lernen ganze Sätze schreiben.
 Sie üben Lesen mit kurzen Texten.
 Sie üben Grammatik.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 6.07.141



Termin für den Kurs
 16. Januar 2018 bis 17. Juli 2018
 Dienstag und Donnerstag von 17 Uhr bis 19 Uhr



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



Kursleitung
 Ingrid Klenk

10 Teilnehmende



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818



Titel des Kurses **Grundbildung für Migranten/innen
mit Deutschkenntnissen**

Beschreibung des Kurses

Alpha Level 2-3

In diesem Kurs verbessern und üben Sie
Lesen, Sprechen, Schreiben und Rechnen.

Ziel ist, selbständig im Alltag zurecht zu kommen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 6.07.203, CW 6.07.205



Termin für den Kurs

13. Februar 2018 bis 13. April 2018 **oder**
17. April 2018 bis 15. Juni 2018

Dienstag, Donnerstag und Freitag von 9 Uhr bis 12.15 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Ingrid Klenk und Helga Rübsamen

16 Teilnehmende



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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

Fax: 030 – 90 29 28 831

E-Mail: vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de



Information

Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818



Titel des Kurses **Lesen, Schreiben, Rechnen**

Beschreibung des Kurses

Der Kurs ist für alle, die Schreiben und Rechnen lernen wollen.
Wir lernen Buchstaben und Zahlen von Anfang an.
Wir üben richtig sehen und bei der Sache bleiben.
Das hilft uns beim Lernen.

Beratung und Einstufung im Kurs.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 6.07.131



Termin für den Kurs
19. Januar 2018 bis 22. Juni 2018
12 Termine, Freitag von 17.30 Uhr bis 20 Uhr



Ort
VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistraße 40/41,
10627 Berlin, Raum 1



Kursleitung
Britta Borchardt

16 Teilnehmende



Kosten
5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

Wolfgang Kerler, Telefon: 030 - 90 29 28 818








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

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Li 6.07-001F, Li 6.07-002F	
	Termin für den Kurs 14. Februar 2018 bis 16. Mai 2018, Mittwoch von 16.30 Uhr bis 18 Uhr oder Mittwoch von 18.10 Uhr bis 19.40 Uhr	
	Ort Volkshochschule Lichtenberg, Fritz-Reuter-Schule, Prendener Straße 29, 13059 Berlin, Raum 3.17	
	Kursleitung Dörte Hasselberg	
	Kosten 3 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

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



Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi607-019F, Mi607-019S



Termin für den Kurs
Muss leider ausfallen!



Ort
 Volkshochschule Mitte, Antonstr. 37,
 13347 Berlin, Raum 208



Kursleitung
 Ellen Töpfer

8 Teilnehmende



Kosten
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

Telefon: 030 - 9018 47417








Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi607-020F, Mi607-020S	
	Termin für den Kurs 13. Januar 2018 bis 14. April 2018 oder 21. April 2018 bis 23. Juni 2018 Samstag von 10 Uhr bis 12.30 Uhr	
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin, Raum 3.01	
	Kursleitung Claudia Vaegs	8 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

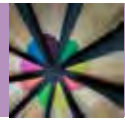
E-Mail: anmeldung@vhsmitte.de

Fax: 030 - 9018 37488



Information

Telefon: 030 - 9018 47417








Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi607-021F, Mi607-021S	
	Termin für den Kurs 13. Januar 2018 bis 14. April 2018 oder 21. April 2018 bis 23. Juni 2018 Samstag von 12.45 Uhr bis 15.15 Uhr	
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin, Raum 3.01	
	Kursleitung Claudia Vaegs	8 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

E-Mail: anmeldung@vhsmittle.de

Fax: 030 - 9018 37488



Information

Telefon: 030 - 9018 47417





Titel des Kurses **Rechnen von Anfang an**

Beschreibung des Kurses

Sie wollen das Rechnen von Anfang an lernen?
 Dieser Kurs fängt an mit kleinem Ein mal eins.
 Dieser Kurs hilft beim Kopf-rechnen.
 Dieser Kurs hilft kleine Text-aufgaben lesen und verstehen.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Mi608-002F, Mi608-003S	
	Termin für den Kurs 8. Januar 2018 bis 19. März 2018 oder 9. April 2018 bis 25. Juni 2018, Montag von 16.30 Uhr bis 19 Uhr	
	Ort Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin, Raum 2.03	
	Kursleitung Sabine Bosmann	8 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

Telefon: 030 - 9018 47417



Titel des Kurses **Lesen und Schreiben für Fortgeschrittene**

Beschreibung des Kurses

Sie lernen in diesem Kurs besser Lesen und Schreiben.

Wir beginnen mit Worten und kurzen Sätzen.

Sie lernen ohne Stress.

Sie lernen in einer kleinen Gruppe.

Der Kurs ist für Menschen, die nur wenig die Schule besucht haben.

Dieser Kurs ist für Menschen, die schon kurze Wörter lesen und schreiben können.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Nk-E002a, Nk-E002b



Termin für den Kurs

23. Januar 2018 bis 20. März 2018 **oder**

10. April 2018 bis 26. Juni 2018

Dienstag und Donnerstag von 18 Uhr bis 20.30 Uhr



Ort

Werbellinstraße 77, 12053 Berlin



Kursleitung

N. N.

10 Teilnehmende



Kosten

20 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln

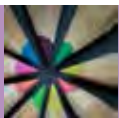
Boddinstraße 34, 12053 Berlin



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90239 3690

E-Mail: nikola.amrhein@bezirksamt-neukoelln.de



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

Beschreibung des Kurses

Sie lernen in diesem Kurs Lesen und Schreiben von Anfang an.






Wir beginnen mit den Buchstaben.

Sie lernen ohne Stress.

Sie lernen in einer kleinen Gruppen.

Der Kurs ist für Menschen, die nur wenig die Schule besucht haben.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Nk-E001a, Nk-E001b	
	Termin für den Kurs 22. Januar 2018 bis 19. März 2018 oder 9. April 2018 bis 25. Juni 2018 Montag und Mittwoch, von 18 Uhr bis 20.30 Uhr	
	Ort Werbellinstraße 77, 12053 Berlin	
	Kursleitung N. N.	10 Teilnehmende
	Kosten 20 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln
Boddinstraße 34, 12053 Berlin



Information

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








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

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Nk-E003a, Nk-E003b	
	Termin für den Kurs 16. Januar 2018 bis 20. März 2018 oder 10. April 2018 bis 26. Juni 2018 Dienstag von 15 Uhr bis 16.30 Uhr	
	Ort Werbellinstraße 77, 12053 Berlin	
	Kursleitung Petra Klingberg	10 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln
 Boddinstraße 34, 12053 Berlin



Information

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








Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

Beschreibung des Kurses

Wir lernen zusammen lesen und schreiben.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Sp7.014-F	
	Termin für den Kurs 12. Februar 2018 bis 18. Juni 2018, 15 Termine, Montag 18 Uhr bis 19.30 Uhr	
	Ort Bertolt-Brecht-Oberschule, Wilhelmstraße 10, 13595 Berlin, Raum 1.0.04	
	Kursleitung Roland Krisanamitra	14 Teilnehmende
	Kosten 4 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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

Fax: 030 – 90279 5001

E-Mail: info@vhs-spandau.de



Information

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

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



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

Beschreibung des Kurses

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

In diesem Kurs üben Sie,

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

Sie lernen ohne Druck mithilfe spielerischer Übungen.

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

Bitte mit-bringen:

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-000



Termin für den Kurs

16. Januar 2018 bis 5. Juni 2018

16 Termine, Dienstag von 16 Uhr bis 18.15 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Brigitte Katz

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

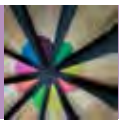
E-Mail: service@vhssz.de



Information

Cornelia Dannenberg, Telefon 030 - 90299 5845

E-Mail: dannenberg@vhssz.de



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

Beschreibung des Kurses

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

In diesem Kurs können Sie weiter machen.

In abwechslungsreichen und stress-freien Übungen festigen und erweitern Sie Ihr Schreib-vermögen und Lese-vermögen.

Sie lernen die Regeln für Recht-schreibung.

Sie lernen die Regeln für Wort-bau und Satz-bau.

Ganz nach Ihren Wünschen beschäftigen wir uns mit:

Bilder-geschichten, Sach-texten, Zeitungs-texten, Briefen, Formularen,

Gebrauchs-anweisungen, Bewerbungen und anderem

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-002



Termin für den Kurs

18. Januar 2018 bis 31. Mai 2018

16 Termine, Donnerstag von 16.30 Uhr bis 18.45 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Brigitte Katz

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

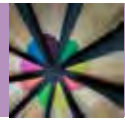
E-Mail: service@vhssz.de



Information

Cornelia Dannenberg, Telefon 030 - 90299 5845

E-Mail: dannenberg@vhssz.de



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

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-004



Termin für den Kurs
 17. Januar 2018 bis 23. Mai 2018
 16 Termine, Mittwoch von 16.30 Uhr bis 18.45 Uhr



Ort
 Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Rondellstr. 5,
 14163 Berlin, Raum 14



Kursleitung
 Brigitte Katz

12 Teilnehmende



Kosten
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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



Information

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



Titel des Kurses **Rechnen von Anfang an**

Beschreibung des Kurses

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

Sie rechnen mit Geld.

Sie rechnen mit Gewichten.

Sie rechnen mit Längen.

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-006



Termin für den Kurs
19. Januar 2018 bis 1. Juni 2018
16 Termine, Freitag von 16 Uhr bis 17.30 Uhr



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



Kursleitung
Brigitte Katz

12 Teilnehmende



Kosten
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 – 90 29 95 040

E-Mail: service@vhssz.de



Information

Cornelia Dannenberg, Telefon 030 - 90299 5845

E-Mail: dannenberg@vhssz.de



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

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.02B



Termin für den Kurs
 15. Januar 2018 bis 14. Juni 2018,
 16 Termine, Montag und Donnerstag von 16 Uhr bis 18 Uhr



Ort
 Tempelhof, Schule am Berlinickeplatz,
 Hofeingang gegenüber Stolbergstr 5L, Pavillon Raum 3



Kursleitung
 Brigitte Katz und Helga Rübsamen



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

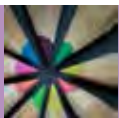
E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



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

Beschreibung des Kurses

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

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.03B



Termin für den Kurs
 15. Januar 2018 bis 11. Juni 2018,
 17 Termine, Montag von 9.30 Uhr bis 11.30 Uhr



Ort
 Mosaik Spandau, Raum 1
 Askaniering 155, 13585 Berlin



Kursleitung
 Ruth Kerst



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



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

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.04B



Termin für den Kurs
 12. Februar 2018 bis 11. Juni 2018,
 16 Termine, Montag von 13.30 Uhr bis 16 Uhr



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



Kursleitung
 Ulrike Ertl



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

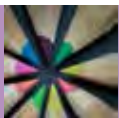
E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



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

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.05B



Termin für den Kurs
 13. Februar 2018 bis 12. Juni 2018,
 17 Termine, Dienstag von 13.30 Uhr bis 16 Uhr



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



Kursleitung
 Ulrike Ertl



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



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

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.06B



Termin für den Kurs
 15. Februar 2018 bis 28. Juni 2018,
 18 Termine, Donnerstag von 10 Uhr bis 12 Uhr



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



Kursleitung
 Helga Rübsamen



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

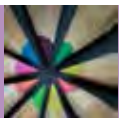
E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



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

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.07B



Termin für den Kurs
 15. Januar 2018 bis 14. Juni 2018,
 16 Termine, Montag und Donnerstag von 18 Uhr bis 20 Uhr



Ort
 Tempelhof, Schule am Berlinickeplatz,
 Hofeingang gegenüber Stolbergstr 5L, Pavillon Raum 3



Kursleitung
 Brigitte Katz und Helga Rübsamen



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

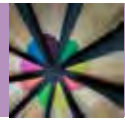
E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



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

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.08B



Termin für den Kurs
 15. Januar 2018 bis 11. Juni 2018,
 17 Termine, Montag von 12 Uhr bis 14 Uhr



Ort
 Mosaik Spandau, Raum 1
 Askaniering 155, 13585 Berlin



Kursleitung
 Ruth Kerst



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

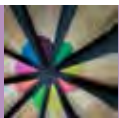
E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



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

Beschreibung des Kurses

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

Wir beschäftigen uns mit:

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

Was muss ich beachten?

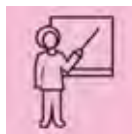
Kurs-Nummer TS61.09B



Termin für den Kurs
15. Januar 2018 bis 27. Juni 2018,
19 Termine Montag und 21 Termine Mittwoch von 17 Uhr bis 19 Uhr



Ort
Tempelhof, Schule am Berlinickeplatz,
Hofeingang gegenüber Stolbergstr 5L, Pavillon Raum 4



Kursleitung
Doris Held



Kosten
5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



Titel des Kurses **Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen -
Das Lernen lernen**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie besser Lesen, Schreiben und Rechnen.
Wir arbeiten am Computer mit der Internet-Plattform www.ich-will-lernen.de.
Wir lesen und schreiben Buchstaben, Wörter und Texte.
Wir lernen Rechtschreibung und Grammatik.
Wir lernen Großschreibung und Kleinschreibung.
Wir lernen die Zeiten.
Sie lernen mit der Internetplattform www.ich-will-lernen.de im Internet arbeiten.
Sie können nach dem Kurs zu Hause weiter lernen.
Sie brauchen keine Vorkenntnisse am Computer.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.12B



Termin für den Kurs
22. Januar 2018 bis 4. Juni 2018,
13 Termine, Montag von 18 Uhr bis 20 Uhr und
3 Termine, Samstag von 10 Uhr bis 13 Uhr



Ort
Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin, Raum 119, Raum 217, Raum 219



Kursleitung
Ruth Kerst



Kosten
13,40 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

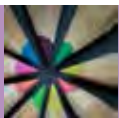
E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



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

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.10B



Termin für den Kurs
 14. Februar 2018 bis 27. Juni 2018,
 20 Termine, Mittwoch von 10 Uhr bis 11.30 Uhr



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



Kursleitung
 Helga Rübsamen



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



Titel des Kurses Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen im Alltag

Beschreibung des Kurses

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

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	TS61.11B
-------------	----------



Termin für den Kurs
 14. Februar 2018 bis 27. Juni 2018,
 20 Termine, Mittwoch von 11.45 Uhr bis 13.15 Uhr



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



Kursleitung
 Helga Rübsamen



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

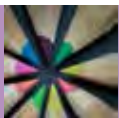
E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



Titel des Kurses **Rechnen im Alltag**

Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie besser rechnen.
 Sie üben Zahlen schreiben.
 Sie üben Zahlen zusammenzählen.
 Sie üben Zahlen abziehen.
 Sie üben Zahlen malnehmen.
 Sie üben Zahlen teilen.
 Sie üben mit Komma-Zahlen.
 Sie üben mit Geld, Meter und Kilo-gramm.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.01B



Termin für den Kurs
 16. Februar 2018 bis 25. Mai 2018,
 12 Termine, Freitag von 16 Uhr bis 18 Uhr und einmal
 Samstag, 19. Mai 2018 von 14 Uhr bis 16 Uhr



Ort
 Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin, Raum 115, Raum 119



Kursleitung
 Helga Rübsamen



Kosten
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90277-3534

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



Allgemeine Geschäftsbedingungen in Leichter Sprache

Allgemeine Geschäftsbedingungen sind Regeln.
Allgemeine Geschäftsbedingungen zeigen die Pflichten und Rechte der Teilnehmer.
Allgemeine Geschäftsbedingungen zeigen auch die Rechte und Pflichten der Volkshochschule.

1. Wie entsteht ein Vertrag?

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

2. Kann ich an jedem Kurs teilnehmen?

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

3. Gibt es noch Ermäßigungen für mich?

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

4. Wie kann ich bezahlen?

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

5. Wie bekomme ich eine Teilnahmebescheinigung?

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

6. Wer leitet den Kurs?

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

7. Wer ist verantwortlich bei Unfällen oder Diebstahl?

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

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

Jemand stürzt deshalb auf der Treppe und verletzt sich.

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

8. Was sind meine Pflichten?

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

Bringen Sie Ihre Anmelde-bestätigung zum Kurs mit.

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

9. Wie kann die Volkshochschule den Vertrag kündigen?

Die Volkshochschule kann den Vertrag kündigen.

Zum Beispiel, wenn die Kurs-leitung krank ist.

Zum Beispiel, wenn sich nicht genügend Teilnehmer angemeldet haben.

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

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

10. Wie kann ich den Vertrag kündigen?

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

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

11. Darf ich im Kurs filmen oder fotografieren?

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


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


12. Was muss ich bei meiner Anmeldung beachten?


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

Hinweise

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

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

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

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

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

Der Kurs ist bei der Lebenshilfe Bildung?


- Ich bezahle bar. Ich bezahle per Einzugsermächtigung.

Der Kurs ist in der Volkshochschule?

- Ich bezahle per Einzugsermächtigung. Ich bezahle bar.

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

Ihre Konto-daten

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

Einzugsermächtigung

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

Sepa-Lastschriftmandat

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

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

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



Datum

Ihre Unterschrift

Unterschrift des
Konto-inhabers.

Schulung für Frauenbeauftragte

Mutstelle Berlin und Lebenshilfe Bildung bieten an:
Neue Schulung für Frauenbeauftragte in Werkstätten!

In den Werkstätten muss es jetzt Frauenbeauftragte geben.
Sie sind dafür da, anderen Frauen in der Werkstatt zu helfen.
In der Schulung kann man lernen, wie das geht.

Darum geht es:

- ☺ Was macht eine Frauenbeauftragte?
- ☺ Wie geht Beratung?
- ☺ Was ist sexuelle Selbstbestimmung?
- ☺ Wie können wir fair und ohne Gewalt miteinander umgehen?
- ☺ Welche Rechte habe ich?
- ☺ Wo gibt es Hilfe in Berlin?



Die Schulung besteht aus 4 Modulen.

Modul 1

vom 24. Januar 2018 bis 26. Januar 2018,
jeweils von 10 Uhr bis 16 Uhr

Modul 2

vom 21. März 2018 bis 23. März 2018,
jeweils von 10 Uhr bis 16 Uhr

Modul 3

vom 11. April 2018 bis 13. April 2018,
jeweils von 10 Uhr bis 16 Uhr

Modul 4

vom 18. Juli 2018 bis 20. Juli 2018,
jeweils von 10 Uhr bis 16 Uhr

Anmeldung und
bei Fragen bitte hier anrufen oder eine E-Mail schicken
Pia Witthöft: 030 - 829 998 171
mutstelle@lebenshilfe-berlin.de
oder
Liane Neubert: 030 - 829 998 601
info@lebenshilfe-bildung.de

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

Wir haben Angebote in vielen Bereichen:

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

Neues lernen stärkt das Selbstbewusstsein.

Neues lernen bedeutet Teilhabe.

Jeder Mensch hat ein Leben lang das Recht auf Bildung.

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



Unterstützt durch



und



www.ERW-IN.de