

# Leichter Lernen

Programm  
Frühjahr und Sommer 2016



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

# ERW-IN – Leichter Lernen



Programm Frühjahr und Sommer 2016

## **Impressum**

### *Herausgeber:*

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

Heinrich-Heine-Straße 15, 10179 Berlin  
kontakt@erw-in.de  
www.ERW-IN.de

### *Fotonachweis:*

Titelbild: Florian Maier / [www.die-erde.com](http://www.die-erde.com)  
Lebenshilfe gGmbH  
Lebenshilfe Bildung gGmbH  
VHS Berlin Mitte  
Paul-Georg Meister, Anja Rocher / [pixelio.de](http://pixelio.de)  
Horst Schröder / [pixelio.de](http://pixelio.de)

Liebe Interessierte,

auf dem Titel dieses Programms steht ab diesem Jahr „Leichter Lernen“. Was bedeutet das für die Kursangebote in diesem Heft? Wir wollen es allen Teilnehmern möglichst leicht machen, das zu lernen was sie interessiert. Dazu gehört, dass in den Kursen eine einfache Sprache gesprochen wird. Wichtig ist auch, dass die Erklärungen zu einem Kurs in Leichter Sprache sind. Das Lerntempo und die Lernziele sollen so sein, dass es zu jedem Teilnehmenden passt. Und es lernt sich leichter in einer kleinen Lerngruppe. Dadurch wird Lernen zwar nicht so leicht wie das Fernsehen. 😊 Das Lernen bleibt eine Anstrengung, aber das ist gut so.

Durch das ERW-IN Projekt erweitern viele Kurs-Teilnehmer ihr Wissen, entdecken Neues und lernen ihre Fähigkeiten kennen. Das Projekt wird von der Aktion Mensch gefördert und nennt sich ERW-IN, weil es die Abkürzung für Erwachsenenbildung inklusiv ist.

Die Kurse in diesem Programm wurden durch 9 Volkshochschulen in Berlin zusammen mit der Lebenshilfe Bildung gGmbH organisiert. Gemeinsam haben wir spannende Themen aus allen Lebensbereichen gewählt.

Dies ist nun schon das vierte Programm und wir haben gute Erfahrungen gemacht. Sie werden nicht nur zum selbst gewählten Kursthema Neues lernen. Sie treffen auch andere Lernende und werden miteinander bekannt. Jeder kann kommen, egal ob mit oder ohne Behinderung.

Bei der Anmeldung beachten Sie bitte: In jeder Kursausschreibung steht, wo der Kurs stattfindet und wo Sie sich anmelden können. Bitte nutzen Sie für die Anmeldung das Formular hinten im Heft. Dort ist alles erklärt. Wenn Sie Unterstützung benötigen, um an einem Kurs teilnehmen zu können: 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.

Sind Sie interessiert und wollen Sie leichter lernen? Wir laden Sie herzlich ein. Blättern Sie durch das Programm. Sicher ist etwas für Sie dabei. Und dann wünschen wir Ihnen viel Spaß in den Kursen und bei Gesprächen mit anderen Teilnehmern.

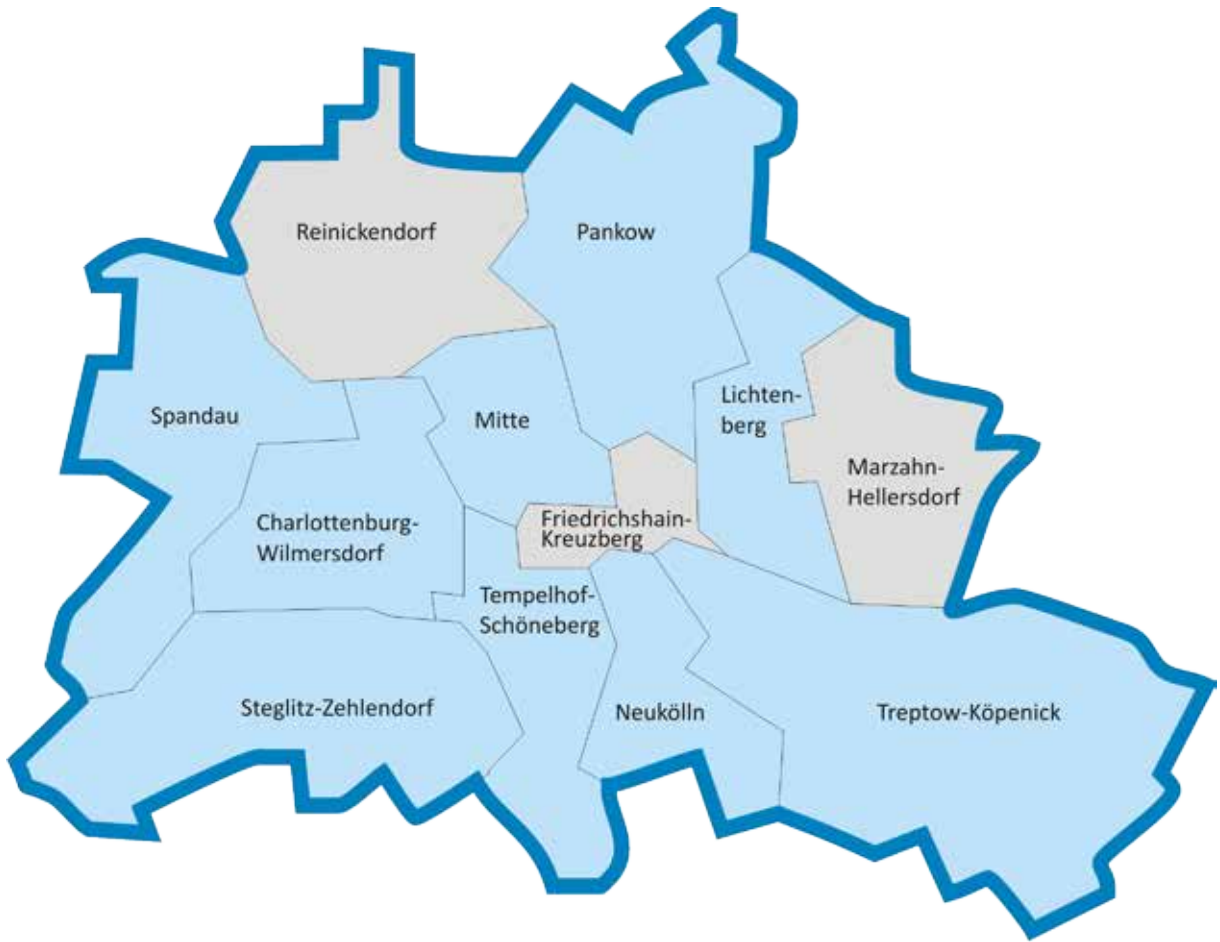


Gudrun Landau  
Sprecherin der Arbeitsgemeinschaft  
VHS Berlin Direktor/innen



Amund Schmidt  
Projektleitung ERW-IN

Übrigens: Wenn ein Thema nicht dabei ist, was Sie interessiert: Schreiben Sie es bei [www.ERW-IN.de](http://www.ERW-IN.de) im Bereich „Kurse“ auf.



# Berlin

## Übersicht der Kurse in diesem Heft

### Wichtige Seiten

Allgemeine Geschäftsbedingungen in Leichter Sprache.....	124
Anmeldeformular .....	126

### Politik – Gesellschaft – Umwelt



9

Erste-Hilfe-Kurs.....	Mitte .....	10
Erste-Hilfe-Training .....	Mitte .....	11
Wie man vor Gruppen redet .....	Spandau .....	12
Ich schreibe und fotografiere für die Presse.....	Mitte .....	13
Heiraten - was ist wichtig?.....	Treptow-Köpenick .....	14
Persönliche Zukunftsplanung .....	Mitte .....	15
Lernen lernen .....	Spandau .....	16
Arbeits-Leben bald beendet .....	Mitte .....	17
Selbstbewußtsein lernen.....	Mitte .....	18
Schulung für Bewohner-Beiräte .....	Mitte .....	19

### Kultur – Gestalten




21


Orientalischer Tanz.....	Mitte .....	22
Streetdance .....	Mitte .....	23
Schlag-Instrumente Orchester.....	Lichtenberg .....	24
Singen für jeden - Chor.....	Lichtenberg .....	25
Theater YRRWARR .....	Lichtenberg .....	26
Arbeiten mit Holz .....	Spandau .....	27
Filzen leicht gemacht.....	Treptow-Köpenick .....	28
Geschichten schreiben .....	Spandau .....	29
Nähen .....	Spandau .....	30
Kunst für jeden .....	Lichtenberg .....	31
Künstlerische Techniken .....	Spandau .....	32
Malen nach Musik .....	Treptow-Köpenick .....	33


## Übersicht der Kurse in diesem Heft

Gesundheit		35
Workshop rund ums Baby .....	Lichtenberg .....	36
Mit allen Sinnen - Gedächtnistraining .....	Mitte .....	37
Spielen Sie sich fit.....	Tempelhof-Schöneberg.....	38
Interkultureller Kochabend .....	Lichtenberg .....	39
Lecker kochen ist ganz leicht .....	Mitte .....	40
Internationales Essen unter Freunden .....	Pankow .....	41
Internationales Essen unter Freunden .....	Pankow .....	42
Gemeinsam kochen - Thailändische Küche .....	Spandau .....	43
Gemeinsam kochen - Konfitüren in ihrer Vielfalt ..	Spandau .....	44
Gemeinsam kochen - Vegetarische Küche.....	Spandau .....	45
Gemeinsam kochen - Spargel .....	Spandau .....	46
Gemeinsam kochen - Sommerküche.....	Spandau .....	47
Wendo - Selbst-Verteidigung für Frauen .....	Mitte .....	48
WOLKENHÄNDE - Tai Ji und Qigong für alle .....	Pankow .....	49
WOLKENHÄNDE - Tai Ji und Qigong für alle .....	Pankow .....	50
Freedom Yoga - Yoga für Freiheit.....	Spandau .....	51
Gymnastik - Yoga - Entspannung .....	Steglitz-Zehlendorf.....	52
Gymnastik - Yoga - Entspannung .....	Steglitz-Zehlendorf.....	53
Hui Chun-Gong - Gesundheits-Übungen .....	Steglitz-Zehlendorf.....	54
Yoga für Freiheit .....	Steglitz-Zehlendorf.....	55
Yoga für Freiheit .....	Steglitz-Zehlendorf.....	56
Yoga .....	Treptow-Köpenick .....	57
Yoga .....	Treptow-Köpenick .....	58
Zumba .....	Treptow-Köpenick .....	59
Zumba .....	Treptow-Köpenick .....	60



<b>Sprachen</b>		<b>61</b>
Deutsche Gebärden-Sprache.....	Charlottenburg-Wilmersdorf .....	62
Englisch A1 - Kurs 1 .....	Mitte .....	63
Englisch A1 - Kurs 1 .....	Mitte .....	64
Englisch A1 - Kurs 2 .....	Mitte .....	65
Englisch A1 - Kurs 2 .....	Mitte .....	66
Englisch A 1 .....	Spandau .....	67
Englisch A 1 .....	Spandau .....	68
Englisch für Anfänger - Lernen ohne Schrift .....	Tempelhof-Schöneberg .....	69
Englisch - von Anfang an.....	Steglitz-Zehlendorf.....	70
Englische Wörter in deutscher Sprache.....	Treptow-Köpenick .....	71

<b>Arbeit – Beruf – Computer</b>		<b>73</b>
Lesen, Schreiben und Rechnen mit einem Computerspiel.....	Mitte .....	74
Was kann man am Computer machen - Teil 2.....	Mitte .....	75
Was kann man am Computer machen? Computerkurs für Anfänger.....	Mitte .....	76
Das Handy und Tablet für jeden Tag.....	Mitte .....	77
Einführung in den Computer - Schnupperkurs.....	Spandau .....	78
Wie bediene ich mein Smartphone? .....	Tempelhof-Schöneberg.....	79
Einführung in mein Smartphone .....	Treptow-Köpenick .....	80
Einführung in den Computer .....	Treptow-Köpenick .....	81
Facebook für alle .....	Treptow-Köpenick .....	82
Eine Bewerbung schreiben und eine Arbeit finden.....	Treptow-Köpenick .....	83

<b>Grundbildung</b>		<b>85</b>
Sprechen will gelernt sein .....	Charlottenburg-Wilmersdorf .....	86
Lesen und Schreiben von Anfang an .....	Lichtenberg .....	87
Lesen und Schreiben von Anfang an .....	Lichtenberg .....	88
Lesen und Schreiben .....	Mitte .....	89
Lesen und Schreiben .....	Mitte .....	90

**Fortsetzung: Grundbildung**

Lesen und Schreiben .....	Mitte .....	91
Lesen und Schreiben .....	Mitte .....	92
Lesen und Schreiben - Deutsch für Deutsche.....	Neukölln.....	93
Lesen und Schreiben - Deutsch für Deutsche.....	Neukölln.....	94
Lesen und Schreiben .....	Pankow .....	95
Lesen und Schreiben .....	Pankow .....	96
Lesen und Schreiben .....	Pankow .....	97
Lesen und Schreiben .....	Pankow .....	98
Lesen und Schreiben .....	Pankow .....	99
Lesen und Schreiben .....	Spandau .....	100
Lesen und Schreiben lernen - Grundstufe 1 .....	Steglitz-Zehlendorf.....	101
Lesen und Schreiben lernen - Grundstufe 2 .....	Steglitz-Zehlendorf.....	102
Lesen und Schreiben lernen - Grundstufe 3 .....	Steglitz-Zehlendorf.....	103
Rechnen von Anfang an. Grund-Wissen .....	Steglitz-Zehlendorf.....	104
Kochen von Anfang an.....	Steglitz-Zehlendorf.....	105
Lesen und Rechnen .....	Steglitz-Zehlendorf.....	106
Lesen und Rechnen .....	Steglitz-Zehlendorf.....	107
Lesen und Rechnen .....	Steglitz-Zehlendorf.....	108
Lesen und Rechnen .....	Steglitz-Zehlendorf.....	109
Fit in Deutsch.....	Steglitz-Zehlendorf.....	110
Lesen und Schreiben .....	Tempelhof-Schöneberg.....	111
Lesen und Schreiben .....	Tempelhof-Schöneberg.....	112
Lesen, Schreiben und Rechnen.....	Tempelhof-Schöneberg.....	113
Lesen und Schreiben - Grundstufe 1 .....	Tempelhof-Schöneberg.....	114
Lesen und Schreiben - Grundstufe 2 .....	Tempelhof-Schöneberg.....	115
Lesen und Schreiben .....	Tempelhof-Schöneberg.....	116
Lesen und Schreiben .....	Tempelhof-Schöneberg.....	117
Grundkurs Lesen und Schreiben.....	Tempelhof-Schöneberg.....	118
Rechnen von Anfang an.....	Mitte .....	119
Rechnen von Anfang an.....	Mitte .....	120
Rechnen für jeden Tag - Umgang mit Geld.....	Neukölln.....	121
Rechnen im Alltag.....	Tempelhof-Schöneberg.....	122
Rechnen im Alltag.....	Treptow-Köpenick .....	123

# Politik – Gesellschaft – Umwelt





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?

**Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungs-Urlaub!**

*Bildungsurlaub*

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB110, LHB111, LHB112, LHB113, LHB114



Termine für die Kurse  
19. Januar 2016 **oder** 7. März 2016 **oder** 27. April 2016 **oder**  
1. Juni 2016 **oder** 9. August 2016, von 9 Uhr bis 18 Uhr



Ort  
Lebenshilfe 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?

Dieser Kurs findet bei der Lebenshilfe Bildung statt.  
Bitte rufen Sie an, wenn Sie sich anmelden wollen:  
Telefon: 030 - 829 998 602



Information



**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 auch praktische Übungen.

**Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungs-Urlaub!**

*Bildungsurlaub*

**Was muss ich beachten?**

Kurs-Nummer    LHB120, LHB121, LHB122, LHB123, LHB124



Termin für den Kurs  
 20. Januar 2016 **oder** 8. März 2016 **oder** 28. April 2016 **oder**  
 2. Juni 2016 **oder** 10. August 2016, von 9 Uhr bis 18 Uhr



Ort  
 Lebenshilfe Berlin



Kursleitung  
 Ausbilder vom Deutschen Roten Kreuz                      14 - 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?

Dieser Kurs findet bei der Lebenshilfe Bildung statt.  
 Bitte rufen Sie an, wenn Sie sich anmelden wollen:  
 Telefon: 030 - 829 998 602



Information



## Titel des Kurses **Wie man vor Gruppen redet**

### Beschreibung des Kurses

Es ist schwer, vor anderen Menschen zu reden.

Es ist schwer, vor ganzen Gruppen zu reden.

Sie lernen in diesem Kurs wie es leichter wird.

Wir lernen zum Beispiel:

Wie bereite ich mich vor?

Was mache ich mit der Aufregung?

Wie bewege ich mich gut?

Was mache ich mit meinen Händen?

Wie spreche ich gut?

Wie gebrauche ich meine Stimme?

Bitte etwas zu essen und trinken mitbringen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp6.252-F16



Termin für den Kurs

Sonntag, 24. April 2016, von 10.30 Uhr bis 15.30 Uhr



Ort

Haus der Volkshochschule, Kirchgasse 3, 13597 Berlin

Raum 26



Kursleitung

Sylvia Schramm

12 Teilnehmende



Kosten

4 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstraße 17, 13597 Berlin

Fax: 030 - 90279 5001

E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

Info-Telefon: 030 - 90 27 95 000

Frank Marks, 030 - 90 27 95 014, E-Mail: [f.marks@vhs-spandau.de](mailto:f.marks@vhs-spandau.de)



## Titel des Kurses **Ich schreibe und fotografiere für die Presse**





### Beschreibung des Kurses

Mit diesem Kurs lernen Sie, wie Presse-Arbeit geht. Presse sind alle Medien. Medien bringen Informationen zu ganz vielen Menschen. Die Medien erzählen Menschen etwas. Die Medien erzählen in Schrift, Bild oder Ton. Medien sind zum Beispiel: eine Zeitung, eine Zeitschrift, das Internet. In dem Kurs lernen Sie:  
 Wie führe ich ein Gespräch? Wie schreibe ich einen Text?  
 Wie mache ich am besten Fotos? Wie drehe ich einen kleinen Film?  
 Was darf ich drucken oder ins Internet stellen?  
 Sie lernen auch viele Begriffe aus der Presse-Arbeit: Recherche, Interview, Reportage, Blog und noch mehr.  
 Der Kurs ist kein Computer-Kurs. Es ist gut, wenn Sie am Computer arbeiten können.

**Für diesen Kurs gibt es Bildungsurlaub.**

*Bildungsurlaub*

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	LHB103	
	Termin für den Kurs 18. Mai 2016 bis 20. Mai 2016 3 Termine, Mittwoch bis Freitag, von 10 Uhr bis 16 Uhr	
	Ort Lebenshilfe Berlin	
	Kursleitung Ina Beyer	10 Teilnehmende
	Kosten 50 € mit Essen und Trinken	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Dieser Kurs findet bei der Lebenshilfe Bildung statt.  
 Bitte rufen Sie an, wenn Sie sich anmelden wollen:  
 Telefon: 030 - 829 998 601



Information

An einem Tag wollen wir viel laufen. Bitte melden Sie sich bei uns, wenn Sie geh-behindert sind.



## Titel des Kurses **Heiraten - was ist wichtig?**

### Beschreibung des Kurses

Wenn man heiraten möchte, hat man viele Fragen.

Was kostet das?

Wo muss man sich anmelden?

Welche Dokumente braucht man?

In diesem Kurs gehen wir auch zum Standesamt.

Wir gucken uns Anträge an.

Sie erfahren, was beim Heiraten alles wichtig ist.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TK-8013-W



Termin für den Kurs

19. Mai 2016, Donnerstag von 14 Uhr bis 15.30 Uhr und  
21. Mai bis 4. Juni 2016

3 Termine, Samstag von 14 Uhr bis 15.30 Uhr



Ort

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin



Kursleitung

Daniela Scharrer

6 Teilnehmende



Kosten

2,50 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin



Information

Dr. Andrea Kreher

Telefon: 030 - 90 29 74 072





## Titel des Kurses **Persönliche Zukunftsplanung**

### Beschreibung des Kurses

Was bedeutet persönliche Zukunfts-Planung?

Sie sind die Haupt-Person und stehen im Mittelpunkt. Es geht um Ihre Zukunft!

Sie lernen sich selbst besser kennen und erkunden:

o Was sind Ihre Stärken? Was können Sie?

o Wovon träumen Sie? Was mögen Sie?

o Was ist Ihnen wichtig? Was brauchen Sie?

o Wo brauchen Sie Unterstützung? Welche Personen können Ihnen helfen?

o Was wünschen Sie sich in Ihrem Leben?

Durch Übungen sehen und erkennen Sie selbst, wie Sie Ihre Ziele erreichen können.

Und dann machen Sie einen Plan! So fangen Sie an. Ihr erster Schritt.

Begleitpersonen sind herzlich willkommen. Bitte nach freien Plätzen fragen.

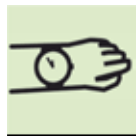
Bitte etwas zu essen und trinken mitbringen!

**Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungsurlaub.**

*Bildungsurlaub*

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi107-091S



Termin für den Kurs

Freitag, 20. Mai 2016, von 9 Uhr bis 15 Uhr und  
Samstag, 21. Mai 2016 von 10 bis 13 Uhr



Ort

Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115, Raum 1.12



Kursleitung

Ursula Hansen

8 Teilnehmende



Kosten

12 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin

Fax: 030 - 901 837 488

E-Mail: [info.city-vhs@berlin.de](mailto:info.city-vhs@berlin.de)



Information

Manuela Skora, Telefon: 030 - 901 837 427

Dienstag 10 Uhr bis 12 Uhr, Donnerstag 13 Uhr bis 15 Uhr



## Titel des Kurses **Lernen lernen**

### Beschreibung des Kurses

Lernen kann Spaß machen! In diesem Kurs antworten wir auf verschiedene Fragen:

Zum Beispiel: Wie lernen wir?

Welcher Lern-Typ bin ich?

Warum will ich lernen?

Warum vergessen wir?

Wie wird unsere Erinnerung besser?

Welche Lern-Hilfen sind gut für mich?

Warum ist Entspannung wichtig?

Wir lernen durch Gespräche.

Wir lernen durch Spiele.

Wir lernen durch Übungen, zum Beispiel Körper-Übungen oder Entspannungs-Übungen.

Bitte etwas zu essen und trinken mitbringen!

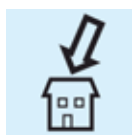
### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp6.251F-16



Termin für den Kurs

22. Mai 2016, Sonntag, 10.30 Uhr bis 15.30 Uhr



Ort

Haus der Volkshochschule Spandau, Kirchgasse 3, 13597 Berlin

Raum 25



Kursleitung

Sylvia Schramm

12 Teilnehmende



Kosten

4 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 - 90 27 95 001

E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

Volkshochschule Info-Telefon: 030 - 90 27 95 000

Frank Marks, 030 - 90 27 95 014, E-Mail: [f.marks@vhs-spandau.de](mailto:f.marks@vhs-spandau.de)



**Titel des Kurses**      **Arbeits-Leben bald beendet -  
Schulung für Menschen, die bald in Rente gehen**

### Beschreibung des Kurses

Sie beenden das Arbeits-Leben und gehen in Rente?  
Wie wird es ohne Arbeit sein?

In diesem Kurs sprechen wir über das Leben in Rente:

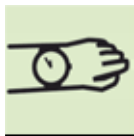
- Was ist anders, wenn ich nicht mehr in die Werkstatt gehe?
- Was will ich als Erstes machen, wenn ich in Rente bin?
- Wie bleibe ich fit und gesund?
- Was kann ich schon? Was will ich noch lernen? Wer hilft mir dabei?
- Wie finde ich neue Freunde? Wie finde ich neue Aufgaben?

**Für diesen Kurs gibt es Bildungsurlaub.**

*Bildungsurlaub*

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      LHB107



Termin für den Kurs  
1. Juni 2016 bis 3. Juni 2016  
3 Termine, Mittwoch bis Freitag, von 10 Uhr bis 16 Uhr



Ort  
Lebenshilfe Berlin



Kursleitung  
Claudine Letellier



Kosten  
50 € mit Essen und Trinken

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Dieser Kurs findet bei der Lebenshilfe Bildung statt.  
Bitte rufen Sie an, wenn Sie sich anmelden wollen:  
Telefon: 030 - 829 998 601



Information



## Titel des Kurses **Selbstbewußtsein lernen**

### Beschreibung des Kurses

Jeder Mensch ist wertvoll.

Jeder Mensch hat liebenswerte Eigenschaften.

Wer sich selber mag, ist stark.

Entdecken Sie Ihre guten Seiten!

Themen:

- Was ist Selbst-Bewusst-Sein?
- Warum bin ich denn ich?
- Was kann ich besonders gut?
- Was kann ich nicht besonders gut?
- Wie denken die anderen über mich?

Bitte etwas zu essen und zu trinken mitbringen.

**Für diesen Kurs gibt es Bildungsurlaub.**

*Bildungsurlaub*

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi107-102F



Termin für den Kurs

Montag, 6. Juni 2016 von 09:00 Uhr - 15:00 Uhr

Dienstag 7. Juni 2016 von 09:00 Uhr - 15:00 Uhr



Ort

Volkshochschule Mitte, Liniestraße 162, 10115, Raum 1.12



Kursleitung

Mirka Schulz

8 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Liniestraße 162, 10115 Berlin

FAX: 030 - 901 837 488

E-Mail: [info.city-vhs@berlin.de](mailto:info.city-vhs@berlin.de)



Information

Manuela Skora, Telefon: 030 - 901 837 427

Dienstag 10 Uhr bis 12 Uhr, Donnerstag 13 Uhr bis 15 Uhr



**Titel des Kurses Schulung für Bewohner-Beiräte**

### Beschreibung des Kurses

Bewohner von Wohn-Gemeinschaften wählen Bewohner-Beiräte.  
 Bewohner-Beiräte haben wichtige Aufgaben.  
 In diesem Kurs lernen Bewohner-Beiräte, besser an den Aufgaben arbeiten zu können.  
 Sie lernen ihre Rechte und Pflichten.  
 Sie lernen besser reden.  
 Sie lernen, besser mit Problemen klarzukommen.

**Für diesen Kurs gibt es Bildungsurlaub.**

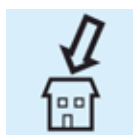
*Bildungsurlaub*

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB106



Termin für den Kurs  
 27. Juni 2016 bis 30. Juni 2016, jeden Tag von 10 Uhr bis 15 Uhr



Ort  
 Lebenshilfe Berlin



Kursleitung  
 Claudine Letellier und Paula Stockmann      10 - 12 Teilnehmende



Kosten  
 350 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Dieser Kurs findet bei der Lebenshilfe Bildung statt.  
 Bitte rufen Sie an, wenn Sie sich anmelden wollen:  
 Telefon: 030 - 829 998 602



Information



# Kultur – Gestalten





## Titel des Kurses **Orientalischer Tanz**

### Beschreibung des Kurses

Wollen Sie orientalisches oder indisches tanzen lernen?

Sie müssen keine Vor-Kenntnisse haben!

Die Schritte werden langsam gelernt.

Der Spaß ist das Wichtigste.

Tanzen steigert die Lebens-Freude.

Tanzen verbessert die Haltung.

Jeder ist herzlich willkommen.

Bitte ein zweites Paar Schuhe mit sauberer, dünner und heller Sohle mitbringen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi209-171F



Termin für den Kurs

6. Januar 2016 bis 17. Februar 2016, nicht am 3. Februar 2016

6 Termine, Mittwoch, 16.30 Uhr bis 18 Uhr



Ort

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

Raum 0.03



Kursleitung

Frauke Hella Gambs



Kosten

6 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

Fax: 030 - 90 18 37 488



Information

Aida Terzic-Konjic

Telefon: 030 - 90 18 37 453





**Titel des Kurses    Streetdance**

### Beschreibung des Kurses

Streetdance ist eine Mischung aus Jazz, Funk und Hip Hop.

Wollen Sie Streetdance ganz neu lernen?

Sie müssen keine Vor-Kenntnisse haben!

Die Schritte werden langsam gelernt.

Der Spaß ist das Wichtigste.

Jeder ist herzlich willkommen.

Bitte ein zweites Paar Schuhe mit sauberer, dünner und heller Sohle mitbringen.

### Was muss ich beachten?

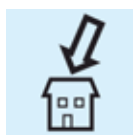
Kurs-Nummer    Mi209-176F



Termin für den Kurs

6. Januar 2016 bis 17. Februar 2016

6 Termine, Mittwoch von 18.15 Uhr bis 19.45 Uhr



Ort

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

Raum 0.03 (kleiner Tanzsaal)



Kursleitung

Frauke Hella Gambs



Kosten

6 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

Fax: 030 - 90 18 37 488



Information

Aida Terzic-Konjic

Telefon: 030 - 90 18 37 453



## Titel des Kurses **Schlag-Instrumente Orchester**

### Beschreibung des Kurses

Wir haben Spaß am Spielen mit Schlag-Instrumenten.

Jeder ist eingeladen.

Jeder ist willkommen,

Menschen mit Behinderungen und Menschen ohne Behinderungen.

Sie müssen keine Vor-Kenntnisse haben.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li102



Termin für den Kurs  
Januar 2016 bis Juni 2016  
Jeden Samstag von 14 Uhr bis 16 Uhr



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



Kursleitung  
Shelley Soffer und Sabastian Sellheim



Kosten  
3 € jeden Monat

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Telefon: 030 - 98 60 19 99 11

E-Mail: [hdg@rbo-info.de](mailto:hdg@rbo-info.de)



Information

Telefon: 030 - 98 60 19 99 11



**Titel des Kurses Singen für jeden - Chor**

## Beschreibung des Kurses

Wir haben Spaß am Singen im Chor.  
Sie lernen, miteinander zu singen und aufeinander zu hören.

Jeder ist eingeladen.  
Jeder ist willkommen,  
Menschen mit Behinderungen und Menschen ohne Behinderungen.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li101



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



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



Kursleitung  
Sebastian Sellheim



Kosten  
keine Kosten oder kleine Spende

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Telefon: 030 - 98 60 19 99 11

E-Mail: [hdg@rbo-info.de](mailto:hdg@rbo-info.de)



Information

Telefon: 030 - 98 60 19 99 11



## Titel des Kurses **Theater YRRWARR**

### Beschreibung des Kurses

Die inklusive Theater-Gruppe YRRWARR besteht aus 15 Darstellern.  
 Sie sind alle verschieden.  
 Manche haben eine Behinderung.  
 Manche haben keine Behinderung.  
 Sie sind zwischen 21 Jahren und 64 Jahren alt.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li2.02-011F



Termin für den Kurs  
 Jeden Donnerstag und jeden Freitag von 16 Uhr bis 18 Uhr  
 und einen Samstag im Monat



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



Kursleitung  
 Nina Siller, Verena Beck



Kosten  
 10 € im Monat für Kostüme und Requisiten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Telefon: 030 - 98 60 19 99 11  
 E-Mail: [begegnungsstaette@rbo-info.de](mailto:begegnungsstaette@rbo-info.de)



Information Telefon: 030 - 98 60 19 99 11



## 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 lernen auch, Dinge zu reparieren.  
 Bringen Sie Ihre Ideen mit.

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

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp0.003F



Termin für den Kurs  
 11. Februar 2016 bis 14. April 2016  
 10 Termine, Donnerstag von 18 Uhr bis 20 Uhr



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



Kursleitung  
 Peggy Rau und Hartmut Rau 6 Teilnehmende



Kosten  
 19,60 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin  
 Fax: 030 - 90 27 95 001  
 E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

„Macherei“ 030 - 33 60 98 002  
 E-Mail: [joerg.markowski@evangelisches-johannesstift.de](mailto:joerg.markowski@evangelisches-johannesstift.de)



## Titel des Kurses **Filzen leicht gemacht**

### Beschreibung des Kurses

Wir machen aus Wolle und Woll-Faden mit Wasser und Seife bunte Filz-Sachen.  
 Zum Beispiel Blumen.  
 Zum Beispiel Schlüssel-Anhänger.  
 Es macht Spaß, viele Formen und Farben auszuprobieren.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TK-2923-F



Termin für den Kurs  
 Sonntag, 28. Februar 2016, von 11 Uhr bis 14.15 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
 12437 Berlin



Kursleitung  
 Daniela Stasch 5 - 8 Teilnehmende



Kosten  
 1 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
 12437 Berlin

Fax: 90 29 74 050

E-Mail: [anmeldung@vhstk.de](mailto:anmeldung@vhstk.de)



Information

Telefon: 90 29 74 059 oder 90 29 74 055

[www.vhstk.de](http://www.vhstk.de), E-Mail: [post@vhstk.de](mailto:post@vhstk.de)



## Titel des Kurses **Geschichten schreiben**

### Beschreibung des Kurses

Geschichten erfinden

Geschichten erzählen

Geschichten schreiben

Sie haben etwas Schönes geträumt?

Sie haben etwas Schönes erlebt?

Sie haben an etwas Schönes gedacht?

In diesem Kurs lernen Sie das alles aufzuschreiben.

Oder schreiben zu lassen.

Mit verschiedenen Methoden schreiben Sie interessante Geschichten.

Die Kursleitung besteht aus einer fachlichen und einer sozial-pädagogischen Unterstützung.

Wenn Sie einen Betreuer brauchen, müssen Sie ihn selbst mit bringen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp0.002F



Termin für den Kurs

11. Februar 2016 bis 14. April 2016

8 Termine, Donnerstag von 18 Uhr bis 20 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Nelli Elkind und Arnd Schauseil

6 Teilnehmende



Kosten

17,20 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 - 90 27 95 001

E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

„Macherei“ 030 - 33 609 8002

E-Mail: [joerg.markowski@evangelisches-johannesstift.de](mailto:joerg.markowski@evangelisches-johannesstift.de)



## Titel des Kurses **Nähen**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie, kleine Dinge zu 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.

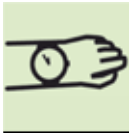
Oder ein bisschen Geld im Kurs für Stoff bezahlen.

Die Kursleitung besteht aus einer fachlichen und einer sozial-pädagogischen Unterstützung.

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

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp0.004F



Termin für den Kurs

Samstag, 13. Februar 2016, 10 Uhr bis 12 Uhr und

Samstag, 20. Februar 2016 und 27. Februar 2016, 10 Uhr bis 13 Uhr und

Freitag, 4. März 2016 und 11. März 2016, 10 Uhr bis 13 Uhr



Ort

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

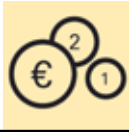
„Macherei“



Kursleitung

Liisa Hakansson und Gabi Kaminski

7 Teilnehmende



Kosten

17,20 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 - 90 27 95 001

E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

„Macherei“ 030 - 33 609 8002

E-Mail: [joerg.markowski@evangelisches-johannesstift.de](mailto:joerg.markowski@evangelisches-johannesstift.de)





**Titel des Kurses Kunst für jeden**

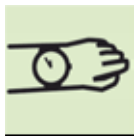
## Beschreibung des Kurses

Wir haben Spaß an Kunst.  
Wir malen und zeichnen.  
Wir kleben und drucken.  
Wir machen Collagen.

Jeder ist eingeladen.  
Jeder ist willkommen,  
Menschen mit Behinderungen und Menschen ohne Behinderungen.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li103



Termin für den Kurs  
22. Januar 2016 bis 17. Juni 2016  
Jeden Freitag von 16 Uhr bis 18 Uhr



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



Kursleitung  
Julia Sommer



Kosten  
5 € jeden Monat

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Telefon: 030 - 98 60 19 99 11

E-Mail: [hdg@rbo-info.de](mailto:hdg@rbo-info.de)



Information

Telefon: 030 - 98 60 19 99 11







<b>Titel des Kurses</b> <b>Künstlerische Techniken, Farben in der modernen Malerei</b>
--

<b>Beschreibung des Kurses</b>
--------------------------------

In diesem Kurs malen wir Bilder nach Beispielen bekannter Künstler.  
Wir malen diese Bilder nach Gefühl.  
Das nennt man „action painting“.  
Wir lernen Maler kennen, die nach „action painting“ gemalt haben.  
Wir arbeiten mit verschiedenem Material.  
Zum Beispiel mit Gips und Farbe.  
Wir malen, zeichnen und spachteln.

Die Kursleitung besteht aus einer fachlichen und  
einer sozial-pädagogischen Unterstützung.  
Wenn Sie einen Betreuer brauchen, müssen Sie ihn selbst mit bringen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Sp0.001F	
	Termin für den Kurs 9. Februar 2016 bis 19. April 2016 9 Termine, Dienstag von 18 Uhr bis 20.30 Uhr	
	Ort Ev. Johannesstift, Schönwalder Allee 26/21 C, 13589 Berlin „Macherei“	
	Kursleitung Henning Barwig und Cornelia Körner	7 Teilnehmende
	Kosten 20,80 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin  
Fax: 030 - 90 27 95 001  
E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

„Macherei“ 030 - 33 609 8002  
E-Mail: [joerg.markowski@evangelisches-johannesstift.de](mailto:joerg.markowski@evangelisches-johannesstift.de)



**Titel des Kurses**     **Malen nach Musik -  
Farbkompositionen und Collagen**

### Beschreibung des Kurses

Sie malen gern?

Sie hören gern Musik?

Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

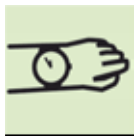
Es werden die Grund-Lagen der Farb-Lehre, Komposition und Gestaltung erklärt.

Sie malen Jahres-Zeiten und Landschaften.

Sie lernen dabei, Ihre Gefühle auszudrücken.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer     TK-2290-F



Termin für den Kurs

21. Januar 2016 bis 14. April 2016

10 Termine, Donnerstag von 14.15 Uhr bis 15.45 Uhr



Ort

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin



Kursleitung

Peggy Kerstin Ballota

6 - 8 Teilnehmende



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin

Fax: 90 29 74 050

E-Mail: [anmeldung@vhstk.de](mailto:anmeldung@vhstk.de)



Information

Telefon: 90 29 74 059 oder 90 29 74 055

[www.vhstk.de](http://www.vhstk.de), E-Mail: [post@vhstk.de](mailto:post@vhstk.de)



# Gesundheit





## Titel des Kurses **Workshop rund ums Baby**

### Beschreibung des Kurses

Sie haben ein Baby?

Sie werden ein Baby haben?

Sie wollen ein Baby haben?

Dann ist dieser Kurs richtig für Sie.

Sie lernen hier alles, was wichtig für das Baby ist:

- Wie bleibt das Baby gesund?
- Wie füttere ich das Baby?
- Wie mache ich alles zur richtigen Zeit?
- Was mache ich damit das Baby nicht krank wird?
- Was koche ich für das Baby?

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li3.00-001F



Termin für den Kurs  
4. Februar 2016 bis 7. Juli 2016  
Donnerstag 13 Uhr bis 17 Uhr



Ort  
Begegnungsstätte im Haus der Generationen,  
Paul-Junius-Str. 64A, 10367 Berlin



Kursleitung  
Nicole Seehaus



Kosten  
3 €

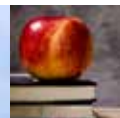
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Telefon: 030 - 986 01 999 11

hdg@rbo.berlin



Information



**Titel des Kurses**      **Mit allen Sinnen -  
ganzheitliches Gedächtnistraining**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen wir, das Gedächtnis zu verbessern.  
Wir lernen, die Konzentration und die Merk-Fähigkeit zu verbessern.  
Wir lernen, die Fantasie zu verbessern.  
Wir machen Bewegungs-Übungen und Entspannungs-Übungen.  
Wir machen Partner-Übungen und Gruppen-Übungen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      LHB105



Termin für den Kurs  
Montag, 13. Juni 2016 von 11 Uhr bis 16 Uhr  
Dienstag, 14. Juni 2016, von 11 Uhr bis 16 Uhr



Ort  
Lebenshilfe Berlin



Kursleitung  
Leonie Wallenta

10 - 12 Teilnehmende



Kosten  
50 € mit Essen und Trinken

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Dieser Kurs findet bei der Lebenshilfe Bildung statt.  
Bitte rufen Sie an, wenn Sie sich anmelden wollen:  
Telefon: 030 - 829 998 602



Information



## Titel des Kurses **Spielen Sie sich fit**

### Beschreibung des Kurses

Sie wollen sich Namen gut merken? Dabei helfen Spiele.  
 Zum Beispiel Tast-Spiele.  
 Zum Beispiel Ball-Spiele.  
 Zum Beispiel Wort-Spiele.  
 Sie wollen sich besser konzentrieren?  
 Wir machen Übungen.  
 Zum Beispiel Segler-Knoten.  
 Zum Beispiel Gedichte lernen.  
 Sie wollen schnell reagieren?  
 Wir wechseln die Richtung.  
 Sie wollen Buchstaben gut erkennen?  
 Sie bekommen Karten mit Buchstaben und bilden Wörter.  
 Wir lernen neue Wörter.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.14B



Termin für den Kurs  
 20. Februar 2016 bis 12. März 2016  
 4 Termine, Samstag von 10 Uhr bis 13.15 Uhr



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



Kursleitung  
 Christine Heiß



Kosten  
 4 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,  
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

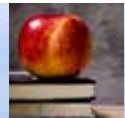
E-Mail: [info@ba-ts.berlin.de](mailto:info@ba-ts.berlin.de)



Information

Telefon: 030 - 90 27 73 000 oder 030 - 90 27 73 516





## Titel des Kurses **Interkultureller Kochabend**

### Beschreibung des Kurses

Menschen mit und ohne Behinderung kochen zusammen.  
Wir kochen Gerichte aus verschiedenen Ländern.  
Sie können Koch-Wünsche vor dem Kurs anmelden.  
Wenn Sie das wollen, dann schreiben Sie eine Mail an:  
cassetticlaudio@t-online.de

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li3.07-010F



Termin für den Kurs  
22. Januar 2016 bis 17. Juni 2016  
6 Termine, Freitag von 16 Uhr bis 21 Uhr



Ort  
Begegnungsstätte im Haus der Generationen, Paul-Junius-Straße 64 A,  
10367 Berlin  
Küche



Kursleitung  
Claudio Cassetti und Nicole Seehaus 6 - 8 Teilnehmende



Kosten  
3 €, für Zutaten und Getränke sind 5,-€ an den Kursleiter zu entrichten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Margarete-Steffin-Volkshochschule Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71,  
10369 Berlin

E-Mail: [vhs@lichtenberg.berlin.de](mailto:vhs@lichtenberg.berlin.de)



Information

Telefon: 030 - 90 29 65 971 und 030 - 90 29 65 977



**Titel des Kurses    Lecker kochen ist ganz leicht**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie,  
einfache Gerichte nach Rezepten zu kochen.  
Wir kochen mit frischen Zutaten.  
Wir sprechen über gesunde Ernährung.  
Wir sprechen über gesundes Essen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    LHB101



Termin für den Kurs  
Samstag, 9. April 2016, von 10 Uhr bis 15 Uhr und  
Samstag, 16. April 2016, von 10 Uhr bis 15 Uhr



Ort  
Lebenshilfe Berlin, Neukölln



Kursleitung  
Lutz Bönhoff



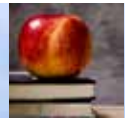
Kosten  
20 € mit Essen und Trinken

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Dieser Kurs findet bei der Lebenshilfe Bildung statt.  
Bitte rufen Sie an, wenn Sie sich anmelden wollen:  
Telefon: 030 - 829 998 602



Information



**Titel des Kurses Internationales Essen unter Freunden**

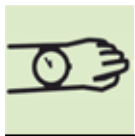
### Beschreibung des Kurses

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](mailto:cassetticlaudio@t-online.de).

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa3767-F



Termin für den Kurs  
Freitag, 29. Januar 2016, von 16.30 Uhr bis 21 Uhr



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



Kursleitung  
Claudio Cassetti



Kosten  
5 € für die Koch-Zutaten. Bitte an die Kursleitung zahlen!

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Berlin Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin  
Fax: 030 - 90 29 51 701  
E-Mail: [post@vhspankow.de](mailto:post@vhspankow.de)



Information

Tatjana Vogt, Telefon: 030 - 98 60 19 99 11  
E-Mail: [begegnungsstaette@rbo-info.de](mailto:begegnungsstaette@rbo-info.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](mailto:cassetticlaudio@t-online.de).

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa3768-F



Termin für den Kurs  
Freitag, 24. Juli 2016, von 16.30 Uhr bis 21 Uhr



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



Kursleitung  
Claudio Cassetti



Kosten  
Für die Koch-Zutaten 5 €. Bitte an die Kursleitung zahlen!

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Berlin Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

Fax: 030 - 90 29 51 701

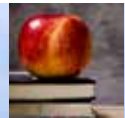
E-Mail: [post@vhspankow.de](mailto:post@vhspankow.de)



Information

Tatjana Vogt, Telefon: 030 - 98 60 19 99 11

E-Mail: [begegnungsstaette@rbo-info.de](mailto:begegnungsstaette@rbo-info.de)



## Titel des Kurses **Gemeinsam kochen - Thaiändische Küche**

### Beschreibung des Kurses

Thaiändisch kochen ist modern.

Thaiändisch kochen ist leicht.

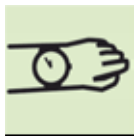
Wir kochen und danach essen wir zusammen, was wir gekocht haben.

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

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

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp3.902F



Termin für den Kurs

23. Januar 2016 von 14 Uhr bis 18 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Olaf Crone und Heike Gundermann

8 Teilnehmende



Kosten

15 € und 9 € für die Zutaten, insgesamt 24 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 - 90 27 95 001

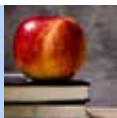
E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

Volkshochschule Info-Telefon: 030 - 90 27 95 000

Carolin Becker, 030 - 90 27 95 005, [c.becker@vhs-spandau.de](mailto:c.becker@vhs-spandau.de)



## Titel des Kurses **Gemeinsam kochen - Konfitüren in ihrer Vielfalt**

### Beschreibung des Kurses

Selbst gemachte Konfitüren sind lecker.  
 Selbst gemachte Konfitüren kann man verschenken.  
 Selbst gemachte Konfitüren kann man auch selbst essen.  
 Bitte leere Gläser mit Deckel mitbringen!

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

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp3.903F



Termin für den Kurs  
 19. März 2016 von 14 Uhr bis 18 Uhr



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



Kursleitung  
 Olaf Crone und Heike Gundermann 8 Teilnehmende



Kosten  
 15 € und 9 € für die Zutaten, insgesamt 24 €

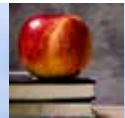
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin  
 Fax: 030 - 90 27 95 001  
 E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

Volkshochschule Info-Telefon: 030 - 90 27 95 000  
 Carolin Becker, 030 - 90 27 95 005, [c.becker@vhs-spandau.de](mailto:c.becker@vhs-spandau.de)



## Titel des Kurses **Gemeinsam kochen - Vegetarische Küche**

### Beschreibung des Kurses

Wir müssen nicht immer Fleisch essen.  
Vegetarisches Essen kann sehr gut sein.  
Am Schluss essen wir zusammen das, was wir gekocht haben.

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

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp3.904F



Termin für den Kurs  
23. April 2016 von 14 Uhr bis 18 Uhr



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



Kursleitung  
Olaf Crone und Heike Gundermann 8 Teilnehmende



Kosten  
15 € und 9 € für die Zutaten, insgesamt 24 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin  
Fax: 030 - 90 27 95 001  
E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

Volkshochschule Info-Telefon: 030 - 90 27 95 000  
Carolin Becker, 030 - 90 27 95 005, [c.becker@vhs-spandau.de](mailto:c.becker@vhs-spandau.de)



## Titel des Kurses **Gemeinsam kochen - Spargel**

### Beschreibung des Kurses

Spargel kann weiß sein.  
 Spargel kann grün sein.  
 Spargel schmeckt sehr gut und ist immer sehr gesund.  
 Die Zutaten zum Kochen kosten 9 €.  
 Bitte bei der Anmeldung bezahlen.  
 Am Schluss essen wir zusammen das, was wir gekocht haben.

Die Kurs-Leitung besteht aus einer fachlichen und einer sozial-pädagogischen Unterstützung.  
 Wenn Sie einen Betreuer brauchen, müssen Sie ihn selbst mit bringen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp3.905F



Termin für den Kurs  
 28. Mai 2016 von 14 Uhr bis 18 Uhr



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



Kursleitung  
 Olaf Crone und Heike Gundermann 8 Teilnehmende



Kosten  
 15 € und 9 € für die Zutaten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

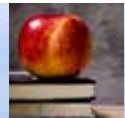
Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin  
 Fax: 030 - 90 27 95 001  
 E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

Volkshochschule Info-Telefon: 030 - 90 27 95 000  
 Carolin Becker, 030 - 90 27 95 005, [c.becker@vhs-spandau.de](mailto:c.becker@vhs-spandau.de)





## Titel des Kurses **Gemeinsam kochen - Sommerküche**

### Beschreibung des Kurses

Im Sommer gibt es Kräuter.

Im Sommer gibt frisches Gemüse.

Im Sommer gibt es viele Beeren: Erd-Beeren, Him-Beeren, Johannis-Beeren und andere.

Im Sommer will keiner lange in der Küche sein.

Wir kochen schnell, einfach und leicht.

Am Schluss essen wir zusammen das, was wir gekocht haben.

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

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

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp3.906F



Termin für den Kurs

18. Juni 2016 von 14 Uhr bis 18 Uhr



Ort

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



Kursleitung

Olaf Crone und Heike Gundermann

8 Teilnehmende



Kosten

15 € und 9 € für die Zutaten, insgesamt 24 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 - 90 27 95 001

E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

Volkshochschule Info-Telefon: 030 - 90 27 95 000

Carolin Becker, 030 - 90 27 95 005, [c.becker@vhs-spandau.de](mailto:c.becker@vhs-spandau.de)



**Titel des Kurses**      **Wendo - Selbst-Verteidigung für Frauen - Aufbaukurs**

### 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 durchzuatmen 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      LHB102



Termin für den Kurs

Samstag, 16. April 2016, von 10 Uhr bis 16 Uhr

Sonntag, 17. April 2016, von 10 Uhr bis 16 Uhr



Ort

Lebenshilfe Berlin



Kursleitung

Rike Schulz und Nives Bercht

8 - 10 Teilnehmende



Kosten

10 € mit Essen und Trinken

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

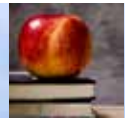
Dieser Kurs findet bei der Lebenshilfe Bildung statt.

Bitte rufen Sie an, wenn Sie sich anmelden wollen:

Telefon: 030 - 829 998 602



Information



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

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs können Sie einfache chinesische Bewegungs-Übungen lernen.

Die Gedanken werden ruhig und Sie können entspannen.

Die Bewegungen geben neue Kraft.

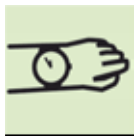
Sie verbessern die Beweglichkeit und das Zusammen-Spiel von Körper und Geist.

Das gemeinsame Üben in der Gruppe macht Spaß.

In diesem Kurs sind alle willkommen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa3401-F



Termin für den Kurs

21. Januar 2016 bis 17. März 2016

8 Termine, Donnerstag von 16.15 Uhr bis 17.45 Uhr



Ort

Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227,  
10405 Berlin

Raum 306



Kursleitung

Eva Ottmer



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Berlin Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

Fax: 030 - 90 29 51 701

E-Mail: [post@vhspankow.de](mailto:post@vhspankow.de)



Information

Manuela Schinn, Telefon: 030 - 90 09 36 53

E-Mail: [schinn@vhs-pankow.de](mailto:schinn@vhs-pankow.de)







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

### Beschreibung des Kurses

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

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Pa3402-F
	Termin für den Kurs 7. April 2016 bis 30. Juni 2016 12 Termine, Donnerstag von 16.15 Uhr bis 17.45 Uhr
	Ort Kultur- und Bildungszentrum Sebastian Haffner, Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin Raum 306
	Kursleitung Eva Ottmer
	Kosten 10 €

### Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Berlin Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

Fax: 030 - 90 29 51 701

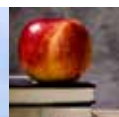
E-Mail: [post@vhspankow.de](mailto:post@vhspankow.de)



Information

Manuela Schinn, Telefon: 030 - 90 09 36 53

E-Mail: [schinn@vhs-pankow.de](mailto:schinn@vhs-pankow.de)



Titel des Kurses **Freedom Yoga - Yoga für Freiheit**

## Beschreibung des Kurses

Dieses Yoga ist einfach zu lernen.  
Bei diesem Kurs können alle Menschen mitmachen.  
Menschen mit Behinderungen und Menschen ohne Behinderungen.  
Jeder kann schnell anfangen.  
Die Übungen helfen beim Entspannen.  
Das einzige Ziel beim Yoga ist die Selbst-Entwicklung.

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen!

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp3.025F



Termin für den Kurs  
11. Februar 2016 bis 28. April 2016  
10 Termine, Donnerstag von 17.30 Uhr bis 19 Uhr



Ort  
Volkshochschule-Filiale Eiswerder Straße 7, 13585 Berlin  
Raum 3



Kursleitung  
Or Shahr 10 Teilnehmende



Kosten  
14 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 - 90 27 95 001

E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)

Achtung: Die Toiletten sind nicht rollstuhl-gerecht.



Information

Volkshochschule Info-Telefon: 030 - 90 27 95 000

Carolin Becker, 030 - 90 27 95 005, [c.becker@vhs-spandau.de](mailto:c.becker@vhs-spandau.de)



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

### Beschreibung des Kurses

Zuerst bewegen wir uns schneller.  
Wir trainieren damit unser Herz und den Kreis-Lauf.  
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 einer Tiefen-Entspannung auf die Matten.  
Dafür ziehen wir etwas Warmes an oder decken uns zu.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer     SZ320-068



Termin für den Kurs  
14. Januar 2016 bis 7. April 2016  
10 Termine, Donnerstag von 16 Uhr bis 17.30 Uhr



Ort  
Stadtbibliothek Lankwitz, Bruchwitzstr. 37, 12247 Berlin-Lankwitz  
Yogaraum



Kursleitung  
Susanne Mannheim     10 Teilnehmende



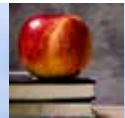
Kosten  
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin  
Fax: 030 - 90 29 95 040  
E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information     Holger Kühne, Telefon: 030 - 90 29 95 020  
E-Mail: [kuehne@vhssz.de](mailto:kuehne@vhssz.de)



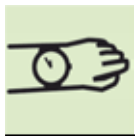
**Titel des Kurses**      **Gymnastik - Yoga - Entspannung:  
Alles, was uns gut tut**

### Beschreibung des Kurses

Zuerst bewegen wir uns schneller.  
Wir trainieren damit unser Herz und den Kreis-Lauf.  
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 einer Tiefen-Entspannung auf die Matten.  
Dafür ziehen wir etwas Warmes an oder decken uns zu.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      SZ320-070



Termin für den Kurs  
14. April 2016 bis 23. Juni 2016  
10 Termine, Donnerstag von 16 Uhr bis 17.30 Uhr



Ort  
Stadtbibliothek Lankwitz, Bruchwitzstr. 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](mailto:service@vhssz.de)



Information      Holger Kühne, Telefon: 030 - 90 29 95 020  
E-Mail: [kuehne@vhssz.de](mailto:kuehne@vhssz.de)




Titel des Kurses	<b>Hui Chun-Gong - Gesundheits-Übungen und Entspannung</b>
------------------	--

Beschreibung des Kurses
-------------------------

Hui Chun Gong heißt Rückkehr des Frühlings.  
Wir lernen 16 sehr einfache Übungen.  
Die Übungen sind gut für die Gesundheit und das Gleich-Gewicht.  
Sie aktivieren und entspannen die Muskulatur.  
Sie fördern die innere Ruhe.  
Wir üben im Stehen oder auf einem Stuhl.  
Dazu gibt es Musik.

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

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	SZ320-228	
	Termin für den Kurs 12. Januar 2016 bis 5. April 2016 10 Termine, Dienstag von 16 Uhr bis 17.30 Uhr	
	Ort Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Onkel-Tom-Str. 14, 14169 Berlin-Zehlendorf Säulenhalle	
	Kursleitung Marina Schmidt	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](mailto:service@vhssz.de)

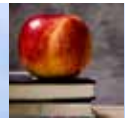


Information

Holger Kühne, Telefon: 030 - 90 29 95 020

E-Mail: [kuehne@vhssz.de](mailto:kuehne@vhssz.de)





## Titel des Kurses **Yoga für Freiheit**

### Beschreibung des Kurses

Dieser Kurs ist für alle, die Bewegung und Entspannung wollen.

Jeder kann teilnehmen.

Fit oder nicht fit.

Yoga für Freiheit ist sehr einfach zu lernen und jeder kann schnell einsteigen.

Wir beachten immer die Grenzen von Körper und Geist.

Die Übungen helfen immer bei der Entspannung und dem Selbst-Bewusstsein.

Das einzige Ziel beim Yoga ist die Selbst-Entwicklung.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ320-426



Termin für den Kurs

14. Januar 2016 bis 7. April 2016

10 Termine, Donnerstag von 11.15 Uhr bis 12.45 Uhr



Ort

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9-11,

12207 Berlin-Lichterfelde

Raum 117



Kursleitung

Or Shahr

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](mailto:service@vhssz.de)



Information

Holger Kühne, Telefon: 030 - 90 29 95 020

E-Mail: [kuehne@vhssz.de](mailto:kuehne@vhssz.de)



## Titel des Kurses **Yoga für Freiheit**

### Beschreibung des Kurses

Dieser Kurs ist für alle, die Bewegung und Entspannung wollen.

Jeder kann teilnehmen.

Fit oder nicht fit.

Yoga für Freiheit ist sehr einfach zu lernen und jeder kann schnell einsteigen.

Wir beachten immer die Grenzen von Körper und Geist.

Die Übungen helfen immer bei der Entspannung und dem Selbst-Bewusstsein.

Das einzige Ziel beim Yoga ist die Selbst-Entwicklung.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ320-428



Termin für den Kurs

14. April 2016 bis 23. Juni 2016

10 Termine, Donnerstag von 11.15 Uhr bis 12.45 Uhr



Ort

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9-11,  
12207 Berlin-Lichterfelde

Raum 117



Kursleitung

Or Shahar

10 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 - 90 29 95 040

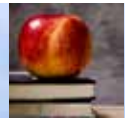
E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information

Holger Kühne, Telefon: 030 - 90 29 95 020

E-Mail: [kuehne@vhssz.de](mailto:kuehne@vhssz.de)



**Titel des Kurses**    **Yoga**

### Beschreibung des Kurses

Wir trainieren die Yoga-Stellungen, die Atem-Übungen und die Entspannungs-Übungen.

Wir trainieren Beweglichkeit, Kraft und Konzentration.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und ein Bettlaken mit bringen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    TK-3066-F



Termin für den Kurs

12. Januar 2016 bis 8. März 2016

8 Termine, Dienstag von 10.15 Uhr bis 11.15 Uhr



Ort

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin



Kursleitung

Niami Rosenthal

7 - 10 Teilnehmende



Kosten

8 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin

Fax: 90 29 74 050

E-Mail: [anmeldung@vhstk.de](mailto:anmeldung@vhstk.de)



Information

Telefon: 90 29 74 059 oder 90 29 74 055

[www.vhstk.de](http://www.vhstk.de), E-Mail: [post@vhstk.de](mailto:post@vhstk.de)



Titel des Kurses **Yoga**

### Beschreibung des Kurses

Wir trainieren die Yoga-Stellungen, die Atem-Übungen und die Entspannungs-Übungen.

Wir trainieren Beweglichkeit, Kraft und Konzentration.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und ein Bettlaken mit bringen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TK-3067-F



Termin für den Kurs

5. April 2016 bis 24. Mai 2016

8 Termine, Dienstag von 10.15 Uhr bis 11.15 Uhr



Ort

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin



Kursleitung

Niami Rosenthal

7 - 10 Teilnehmende



Kosten

8 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin

Fax: 90 29 74 050

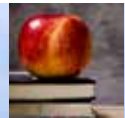
E-Mail: [anmeldung@vhstk.de](mailto:anmeldung@vhstk.de)



Information

Telefon: 90 29 74 059 oder 90 29 74 055

[www.vhstk.de](http://www.vhstk.de), E-Mail: [post@vhstk.de](mailto:post@vhstk.de)



**Titel des Kurses**    **Zumba**

### Beschreibung des Kurses

Zumba ist Fitness-Training mit latein-amerikanischer Musik.  
Am wichtigsten sind Spaß und Bewegung.  
Wir tanzen und der Stress geht weg.  
Wir tanzen und werden schlanker.

Bitte leichte, bequeme Kleidung und Hallen-Turnschuhe mitbringen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    TK-3334-F



Termin für den Kurs  
12. Januar 2016 bis 8. März 2016  
8 Termine, Dienstag von 9 Uhr bis 10 Uhr



Ort  
Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin



Kursleitung  
Niami Rosenthal

7 - 10 Teilnehmende



Kosten  
8 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin

Fax: 90 29 74 050

E-Mail: [anmeldung@vhstk.de](mailto:anmeldung@vhstk.de)



Information

Telefon: 90 29 74 059 oder 90 29 74 055  
[www.vhstk.de](http://www.vhstk.de),



**Titel des Kurses    Zumba**

### Beschreibung des Kurses

Zumba ist Fitness-Training mit latein-amerikanischer Musik.  
Am wichtigsten sind Spaß und Bewegung.  
Wir tanzen und der Stress geht weg.  
Wir tanzen und werden schlanker.

Bitte leichte, bequeme Kleidung und Hallen-Turnschuhe mitbringen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    TK-3335-F



Termin für den Kurs  
5. April 2016 bis 24. Mai 2016  
8 Termine, Dienstag von 9 Uhr bis 10 Uhr



Ort  
Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin



Kursleitung  
Niami Rosenthal  
7 - 10 Teilnehmende



Kosten  
8 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin

Fax: 90 29 74 050

E-Mail: [anmeldung@vhstk.de](mailto:anmeldung@vhstk.de)

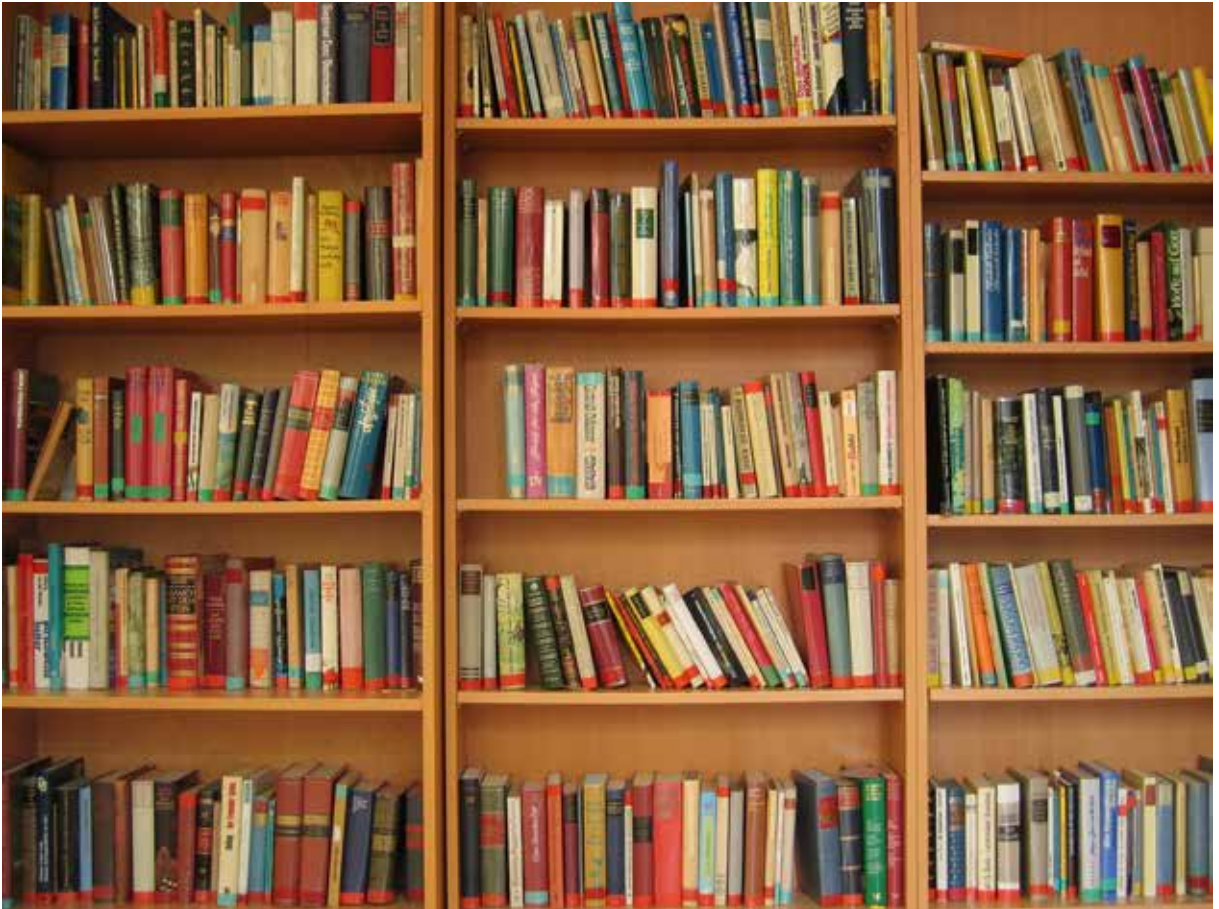


Information

Telefon: 90 29 74 059 oder 90 29 74 055

[www.vhstk.de](http://www.vhstk.de), E-Mail: [post@vhstk.de](mailto:post@vhstk.de)

# Sprachen





## Titel des Kurses **Deutsche Gebärden-Sprache**

### Beschreibung des Kurses

Gebärden-Sprache ist Sprache für Menschen, die nicht hören und nicht sprechen können.

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

Zum Beispiel:

- Finger-Alphabet
- Verschiedene Gebärden
- Bilder beschreiben
- Ja sagen und Nein sagen
- Grammatik
- Mimik

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW 1.02.145, CW 1.02.147



Termin für den Kurs

12. Februar 2016 bis 29. April 2016, 10 Termine  
Freitag von 17 Uhr bis 18.30 Uhr **oder**  
der zweite Kurs Freitag von 18.45 bis 20.15



Ort

Volkshochschule Charlottenburg-Wilmersdorf, Prinzregentenstr. 33-34,  
10715 Berlin  
Raum 406



Kursleitung

Andreas Costrau

8 - 12 Teilnehmende



Kosten

66 €, ermäßigt 36 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistr. 40-41,  
10627 Berlin

Fax: 030 - 90 29 28 831

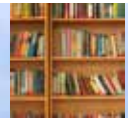
E-Mail: [vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de](mailto:vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de)



Information

Telefon: 030 - 90 29 28 873 oder 030 - 90 29 28 810





Titel des Kurses **Englisch A1 - Kurs 1**

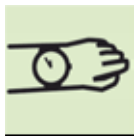
## Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen wir die englische Sprache.  
 Der Kurs ist für Anfänger und Anfängerinnen.  
 Wir lernen erste Wörter und Zahlen.  
 Wir begrüßen andere Menschen.  
 Wir stellen uns vor.  
 Wir bestellen Essen.

Sie müssen nicht lesen und schreiben können.  
 Lehr-Material bekommen Sie von der Kurs-Leitung.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi406-042F



Termin für den Kurs  
 14. Januar 2016 bis 10. März 2016  
 9 Termine, Montag von 17 Uhr bis 19 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin  
 Raum 3.01



Kursleitung  
 Rebecca Maccioni

5 - 7 Teilnehmende



Kosten  
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin  
 Fax: 030 - 90 18 37 488



Information

Simone Massanz, Telefon: 030 - 90 18 37 421



## Titel des Kurses **Englisch A1 - Kurs 1**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen wir die englische Sprache.  
 Der Kurs ist für Anfänger und Anfängerinnen.  
 Wir lernen erste Wörter und Zahlen.  
 Wir begrüßen andere Menschen.  
 Wir stellen uns vor.  
 Wir bestellen Essen.

Sie müssen nicht lesen und schreiben können.  
 Lehr-Material bekommen Sie von der Kurs-Leitung.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi406-044S



Termin für den Kurs  
 28. April 2016 bis 30. Juni 2016  
 9 Termine, Donnerstag von 17 Uhr bis 19 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Mitte, Liniestraße 162, 10115 Berlin  
 Raum 3.01



Kursleitung  
 Rebecca Maccioni 5 - 7 Teilnehmende



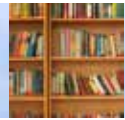
Kosten  
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin  
 Fax: 030 - 90 18 37 488



Information Simone Massanz, Telefon: 030 - 90 18 37 421



**Titel des Kurses    Englisch A1 - Kurs 2**

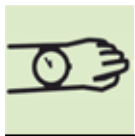
### Beschreibung des Kurses

Dieser Kurs ist für Anfängerinnen und Anfänger,  
die schon ein bisschen Englisch gelernt haben.  
Zum Beispiel können Sie sich schon selbst vorstellen.  
Wir lernen viele neue Wörter.  
Wir üben ganze Sätze und führen einfache Gespräche.  
Zum Beispiel Essen bestellen.  
Zum Beispiel den Weg beschreiben.

Sie müssen nicht lesen und schreiben können.  
Lehr-Material erhalten Sie von der Kurs-Leitung.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    Mi406-087F



Termin für den Kurs  
14. Januar 2016 bis 10. März 2016  
9 Termine, Donnerstag von 17 Uhr bis 19 Uhr



Ort  
Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin  
Raum 3.01



Kursleitung  
Emma Fawcett  
5 - 7 Teilnehmende



Kosten  
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin  
Fax: 030 - 90 18 37 488



Information    Simone Massanz, Telefon: 030 - 90 18 37 421



## Titel des Kurses **Englisch A1 - Kurs 2**

### Beschreibung des Kurses

Dieser Kurs ist für Anfängerinnen und Anfänger, die schon ein bisschen Englisch gelernt haben. Zum Beispiel können Sie sich schon selbst vorstellen. Wir lernen viele neue Wörter. Wir üben ganze Sätze und führen einfache Gespräche. Zum Beispiel Essen bestellen. Zum Beispiel den Weg beschreiben.

Sie müssen nicht lesen und schreiben können. Lehr-Material erhalten Sie von der Kurs-Leitung.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi406-089S



Termin für den Kurs  
28. April 2016 bis 30. Juni 2016  
9 Termine, Donnerstag von 17 Uhr bis 19 Uhr



Ort  
Volkshochschule Mitte, Liniestraße 162, 10115 Berlin  
Raum 3.01



Kursleitung  
Emma Fawcett 5 - 7 Teilnehmende



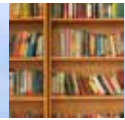
Kosten  
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin  
Fax: 030 - 90 18 37 488



Information Simone Massanz, Telefon: 030 - 90 18 37 421



Titel des Kurses **Englisch A 1**

### 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 Gesprächen auch ins Reden.

Sie müssen nicht lesen und schreiben können.

Lehr-Material erhalten Sie von der Kurs-Leitung.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp5.209F



Termin für den Kurs

6. Januar 2016 bis 16. März 2016

10 Termine, Mittwoch von 16 Uhr bis 17.30 Uhr



Ort

Haus der Volkshochschule Spandau, Kirchgasse 3, 13597 Berlin

Raum 21



Kursleitung

Jutta Solveig Dorner

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 - 90 27 95 001

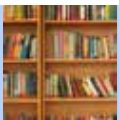
E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

Volkshochschule Info-Telefon: 030 - 90 27 95 000

Roswitha Lange, 030 - 90 27 95 013, [r.lange@vhs-spandau.de](mailto:r.lange@vhs-spandau.de)



## Titel des Kurses **Englisch A 1**

### 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 Gesprächen auch ins Reden.

Sie müssen nicht lesen und schreiben können.

Lehr-Material erhalten Sie von der Kurs-Leitung.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp5.210F



Termin für den Kurs

6. April 2016 bis 15. Juni 2016

10 Termine, Mittwoch von 16 Uhr bis 17.30 Uhr



Ort

Haus der Volkshochschule Spandau, Kirchgasse 3, 13597 Berlin

Raum 21



Kursleitung

Jutta Solveig Dorner

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 - 90 27 95 001

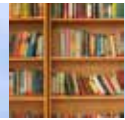
E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

Volkshochschule Info-Telefon: 030 - 90 27 95 000

Roswitha Lange, 030 - 90 27 95 013, [r.lange@vhs-spandau.de](mailto:r.lange@vhs-spandau.de)



**Titel des Kurses    Englisch für Anfänger - Lernen ohne Schrift**

### Beschreibung des Kurses

Sie wollen anfangen, Englisch zu lernen.  
 Sie sind bei diesem Kurs richtig.  
 Sie lernen kurze Gespräche.  
 Zum Beispiel nach dem Weg fragen.  
 Zum Beispiel Essen bestellen.  
 Zum Beispiel den Namen sagen.  
 In diesem Kurs brauchen Sie nicht zu schreiben.  
 Welcome!

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    TS61.02B



Termin für den Kurs  
 18. Januar 2016 bis 9. Mai 2016  
 14 Termine, Montag von 16.30 Uhr bis 18 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin  
 Raum 113



Kursleitung  
 Daniela Scharrer



Kosten  
 8 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,  
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: [info@ba-ts.berlin.de](mailto:info@ba-ts.berlin.de)



Information

Telefon: 030 - 90 27 73 000 oder 030 - 90 27 73 516



## Titel des Kurses **Englisch - von Anfang an**

### Beschreibung des Kurses

Wir lernen erste Wörter und Zahlen.  
 Wir begrüßen andere Menschen.  
 Wir stellen uns vor.  
 Wir bestellen Essen.  
 Wir führen einfache Gespräche.  
 Wir lernen, normale Situationen auf Englisch zu meistern.  
 Wir lernen langsam und wiederholen viel.

Dieser Kurs kann von Anfängern besucht werden, auch wenn sie Deutsch nicht so gut schreiben können.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ320-402



Termin für den Kurs  
 20. Januar 2016 bis 27. April 2016  
 10 Termine, Mittwoch von 16.15 Uhr bis 17.45 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9-11, 12207 Berlin  
 Raum 022



Kursleitung  
 Nancy Huber 8 Teilnehmende



Kosten  
 10 €

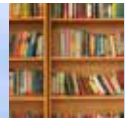
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin  
 Fax: 030 - 90 29 95 040  
 E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information Dagmar Brenner, Telefon: 030 - 90 29 92 657  
 E-Mail: [brenner@vhssz.de](mailto:brenner@vhssz.de)





## Titel des Kurses **Englische Wörter in deutscher Sprache**

### Beschreibung des Kurses

Wir sehen und hören jeden Tag viele englische Wörter.

Viele kennen wir.

Viele kennen wir nicht.

In diesem Kurs lernen wir, welche englischen Wörter in der deutschen Sprache normal sind.

Wir lernen, was diese Wörter bedeuten.

Wir lernen, wie wir sie gebrauchen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TK-8010-W



Termin für den Kurs

18. Februar 2016 bis 10. März 2016

Donnerstag von 13 Uhr bis 13.45 Uhr



Ort

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin



Kursleitung

Peggy Kerstin Ballota

6 - 8 Teilnehmende



Kosten

2,50 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin



Information

Dr. Andrea Kreher

Telefon: 030 - 90 29 74 072



# Arbeit – Beruf – Computer





**Titel des Kurses**    **Lesen, Schreiben und Rechnen mit einem Computerspiel**

### Beschreibung des Kurses

Das Computer-Spiel „Winterfest“ ist ein Abenteuer für Jugendliche und Erwachsene.

Wir begleiten den Helden Alex auf seiner Reise ins Mittelalter.

Wir lösen dabei viele kleine Aufgaben.

Wir trainieren dabei unsere Kenntnisse im Lesen, Schreiben und Rechnen.

Der Kurs ist für Menschen, die schon etwas lesen, schreiben und rechnen können. Das Lern-Spiel erhalten Sie von der Kurs-Leitung.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    Mi607-105F



Termin für den Kurs  
20. Januar 2016 bis 16. März 2016  
8 Termine, Mittwoch von 17 Uhr bis 19.30 Uhr



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



Kursleitung  
Ruth Kerst



Kosten  
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Antonstr. 37, 13347 Berlin  
Fax: 030 - 90 18 37 488



Information

Anja Müller  
Tel.: 030 - 90 18 47 450



## Titel des Kurses **Was kann man am Computer machen - Teil 2**

### Beschreibung des Kurses

Dieser Kurs ist für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, 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 nutzen Möglichkeiten im Internet zum Lernen, für Spaß und Unterhaltung. Sie lernen:

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

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi500-030F



Termin für den Kurs  
5. April 2016 bis 31. Mai 2016  
9 Termine, Dienstag vom 17.30 Uhr bis 19 Uhr



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



Kursleitung  
Ruth Kerst



Kosten  
6 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Antonstr. 37, 13347 Berlin  
Fax: 030 - 90 18 37 488



Information

Jürgen Czasch  
Telefon: 030 - 90 18 47 422



**Titel des Kurses**      **Was kann man am Computer machen?**  
**Computerkurs für Anfänger**

### Beschreibung des Kurses

Es ist nicht schwer, am Computer zu arbeiten!  
 Sie lernen den Umgang mit dem Computer.  
 Sie lernen den Umgang mit der Maus und der Tastatur.  
 Wir schreiben einfache Texte und gestalten sie.  
 Sie lernen:

- o Wie arbeitet der Computer?
- o Wie schreibe ich einen Text?
- o Wie kann ich meinen Text schön gestalten?
- o Wie füge ich Bilder ein?

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Mi500-031F



Termin für den Kurs  
 6. April 2016 bis 1. Juni 2016  
 9 Termine, Mittwoch vom 16 Uhr bis 17.30 Uhr



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



Kursleitung  
 Ruth Kerst



Kosten  
 6 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Antonstr. 37, 13347 Berlin  
 Fax: 030 - 90 18 37 488



Information      Jürgen Czasch  
 Telefon: 030 - 90 18 47 422



## Titel des Kurses **Das Handy und Tablet für jeden Tag**

### Beschreibung des Kurses

Viele benutzen Handy und Tablet jeden Tag:

- Zum Beispiel zum Lesen von E-Mails
- Zum Beispiel zum Posten auf Facebook
- Zum Beispiel zum Machen von Fotos.

Sie wollen mit Smartphone oder Tablet fotografieren?

Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

In diesem Kurs lernen wir:

- Einfache Bild-Bearbeitung
- Was kann ich mit Fotos zeigen?
- Teilen von Fotos mit anderen
- Ausdrucken von Fotos.

**Für diesen Kurs bekommen Sie Bildungs-Urlaub!**

*Bildungsurlaub*

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB104



Termin für den Kurs  
24. Mai 2016 und 25. Mai 2016  
Dienstag und Mittwoch, von 9 Uhr bis 16 Uhr



Ort  
Lebenshilfe Berlin



Kursleitung  
Karl Beck und Andreas Heukäufer-Metzenthin 10 Teilnehmende



Kosten  
50 € mit Essen und Trinken

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Dieser Kurs findet bei der Lebenshilfe Bildung statt.

Bitte rufen Sie an, wenn Sie sich anmelden wollen:

Telefon: 030 - 829 998 602



Information



## Titel des Kurses **Einführung in den Computer - Schnupperkurs**

### Beschreibung des Kurses

Einen Computer zu bedienen 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 Hinter-Grund-Bild verschönern.

Wie Sie ein kleines Computer-Spiel lernen.

Wie Sie einen Text schreiben und schön machen.

Wie Sie ein Bild in den Text einfügen.

Für diesen Kurs müssen Sie lesen und schreiben können.

Wenn der Kurs zu Ende ist, können Sie einen langen Kurs besuchen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp6.110F-16



Termin für den Kurs

Dienstag, 19. April 2016 von 17 Uhr bis 20.15 Uhr



Ort

Haus der Volkshochschule, Kirchgasse 3, 13597 Berlin

Raum 24



Kursleitung

Doris Katanic

8 Teilnehmende



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin

Fax: 030 - 90 27 95 001

E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

Volkshochschule Info-Telefon: 030 - 90 27 95 000 oder

Frank Marks, Telefon: 030 - 90 27 95 014, [f.marks@vhs-spandau.de](mailto:f.marks@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:

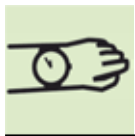
- Telefon-Nummern speichern
- Telefon-Nummern bearbeiten
- Foto-Apparat im Smart-Phone benutzen
- Fotos und Videos versenden
- Internet nutzen
- Musik hören und speichern
- Apps (Anwendungs-Programme) nutzen

Sie brauchen keine Vor-Kenntnisse.

Bitte das Smartphone und das Lade-Kabel mitbringen!

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.13B



Termin für den Kurs  
13. Mai 2016 bis 27. Mai 2016  
3 Termine, Freitag von 15.30 Uhr bis 18.45 Uhr



Ort  
Volkshochschule Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin  
Raum 113



Kursleitung  
Ruth Kerst



Kosten  
4 €

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](mailto:vhs@ba-ts.berlin.de)



Information

Telefon: 030 - 90 27 73 000 oder 030 - 90 27 73 516



## Titel des Kurses **Einführung in mein Smartphone**

### Beschreibung des Kurses

Sie lernen in diesem Kurs, was Sie alles mit dem Smartphone machen können:

Zum Beispiel Musik finden und abspielen.

Zum Beispiel bei YouTube ein Video ansehen.

Zum Beispiel das Internet nutzen.

Zum Beispiel was eine App ist (Anwendungs-Programm)

und wie Sie eine App auf Ihr Smartphone bekommen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TK-5098-F



Termin für den Kurs

11. Februar 2016 und 18. Februar 2016

2 Termine, Donnerstag von 17.30 Uhr bis 20.45 Uhr



Ort

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 81, 12437 Berlin

Raum 311



Kursleitung

Falk Wolf Schneider

8 Teilnehmende



Kosten

6 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 81, 12437 Berlin

Fax: 92 79 40 50

E-Mail: [post@vhstk.de](mailto:post@vhstk.de)



Information

Telefon: 90 29 74 059 oder 90 29 74 055

[www.vhstk.de](http://www.vhstk.de), E-Mail: [post@vhstk.de](mailto:post@vhstk.de)



**Titel des Kurses Einführung in den Computer**

### Beschreibung des Kurses

Sie lernen in diesem Kurs, was Sie alles mit dem Computer machen können:

Zum Beispiel im Internet Musik finden und abspielen.

Zum Beispiel bei YouTube ein Video ansehen.

Zum Beispiel ein Bild malen.

Zum Beispiel einen Text schreiben und ein Bild einfügen.

Sie wollen diesen Kurs machen?

Sie müssen lesen und schreiben können.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TK-5001-F



Termin für den Kurs

3. März 2016 bis 17. März 2016

3 Termine, Donnerstag von 17.30 Uhr bis 20.45 Uhr



Ort

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 81, 12437 Berlin

Raum 311



Kursleitung

Falk Wolf Schneider

8 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 81, 12437 Berlin

Fax: 92 79 40 50

E-Mail: [post@vhstk.de](mailto:post@vhstk.de)



Information

Telefon: 90 29 74 050 oder 90 29 74 055

[www.vhstk.de](http://www.vhstk.de), E-Mail: [post@vhstk.de](mailto:post@vhstk.de)







Titel des Kurses **Facebook für alle**

### Beschreibung des Kurses

Sie lernen in diesem Kurs, wie Sie Facebook richtig nutzen.  
Sie lernen, worauf Sie achten müssen.

Für diesen Kurs müssen Sie lesen und schreiben können.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	TK-5674-F	
	Termin für den Kurs 24. Mai 2016 und 31. Mai 2016 2 Termine, Dienstag von 17.30 Uhr bis 20.45 Uhr	
	Ort Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 81, 12437 Berlin Raum 311	
	Kursleitung Falk Wolf Schneider	8 Teilnehmende
	Kosten 6 €	

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 81, 12437 Berlin

Fax: 92 79 40 50

E-Mail: [post@vhstk.de](mailto:post@vhstk.de)



Information

Telefon: 90 29 74 059 oder 90 29 74 055

[www.vhstk.de](http://www.vhstk.de), E-Mail: [post@vhstk.de](mailto:post@vhstk.de)



**Titel des Kurses    Eine Bewerbung schreiben und eine Arbeit finden**

## Beschreibung des Kurses

Für eine neue Arbeit muss man Stellen-Anzeigen finden und eine Bewerbung schreiben. Dazu gehört auch ein Lebens-Lauf.

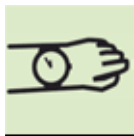
Es gibt Regeln, wie man eine Bewerbung und einen Lebens-Lauf schreibt.

In diesem Kurs lernen Sie diese Regeln kennen.

Am Ende des Kurses sollen Sie eine gute Bewerbung haben und wissen, wie man Stellenanzeigen sucht und findet.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    TK-8012-W



Termin für den Kurs

11. Februar 2016 bis 28. April 2016

10 Termine, Donnerstag von 15.15 Uhr bis 16.45 Uhr



Ort

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin, Raum 308a



Kursleitung

Daniela Scharrer



Kosten

3 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
12437 Berlin

Fax: 030 - 902 97 40 50



Information

Dr. Andrea Kreher

Telefon: 030 - 90 29 74 072, [dr.andrea.kreher@vhstk.de](mailto:dr.andrea.kreher@vhstk.de)



# Grundbildung





Titel des Kurses **Sprechen will gelernt sein**

### Beschreibung des Kurses

Sie wollen deutlich und klar sprechen. Sie wollen auch laut sprechen können.  
 Sie wollen verstanden werden, wenn Sie leise sprechen.  
 Sie wollen eine schöne Stimme haben.  
 Erster Teil des Unterrichts: Wir atmen tief.  
 Wir machen Stimm-Übungen wie Schau-Spieler vor der Vorstellung.  
 Zweiter Teil des Unterrichts: Wir stellen uns vor.  
 Wir stellen jemand anderen vor.  
 Wir üben Bewerbungs-Gespräche.  
 Wir lernen Gedichte.  
 Wir sprechen auf Ton-Band und hören uns.  
 Wir halten kleine Reden.  
 Wir drehen ein kleines Video und sehen, wie wir uns bewegen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer CW6.07.161



Termin für den Kurs  
 11. Mai 2016 bis 15. Juni 2016  
 6 Termine, Mittwoch von 10 Uhr bis 12.30 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Charlottenburg-Wilmersdorf, Prinzregentenstr. 33-34,  
 10715 Berlin  
 Raum 320



Kursleitung  
 Christine Heiß 8 - 10 Teilnehmende



Kosten  
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Charlottenburg-Wilmersdorf, Pestalozzistr. 40-41,  
 10627 Berlin

Fax: 030 - 90 29 28 831

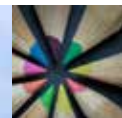
E-Mail: [vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de](mailto:vhs@charlottenburg-wilmersdorf.de)



Information

Telefon: 030 - 90 29 28 873 oder 030 - 90 29 28 810





**Titel des Kurses**      **Lesen und Schreiben von Anfang an**  
**Alphabetisierung Grundstufe 1 + 2**

### Beschreibung des Kurses

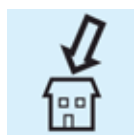
In diesem Kurs lernen Sie Lesen und Schreiben von Anfang an.  
 Sie ordnen Laute den Buchstaben zu.  
 Sie lesen einfache Wörter und kleine Texte und lernen, sie zu verstehen.  
 Sie lernen die Recht-Schreib-Regeln.  
 Sie lernen Groß-Schreibung und Klein-Schreibung.  
 Sie schreiben einfache Sätze.  
 Sie lernen Ein-Zahl und Mehr-Zahl von Wörtern.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Li6.07-001F



Termin für den Kurs  
 10. Februar 2016 bis 11. Mai 2016  
 Mittwoch, 16.30 Uhr bis 18 Uhr



Ort  
 Fritz-Reuter-Schule, Prendener Straße 29, 13059 Berlin  
 Raum 3.17



Kursleitung  
 Petra Loos



Kosten  
 3 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Margarete-Steffin-Volkshochschule Lichtenberg, Paul-Junius-Straße 71,  
 13059 Berlin

E-Mail: [vhs@lichtenberg.berlin.de](mailto:vhs@lichtenberg.berlin.de)



Information

Telefon: 030 - 90 29 65 971

Telefon: 030 - 90 29 65 983



**Titel des Kurses**      **Lesen und Schreiben von Anfang an**  
**Alphabetisierung Grundstufe 1 + 2**

### 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 Recht-Schreib-Regeln.  
 Sie lernen Groß-Schreibung und Klein-Schreibung.  
 Sie schreiben einfache Sätze.  
 Sie lernen Ein-Zahl und Mehr-Zahl von Wörtern.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Li6.07-002F



Termin für den Kurs  
 10. Februar 2016 bis 11. Mai 2016  
 Mittwoch, 18.10 Uhr bis 19.40 Uhr



Ort  
 Fritz-Reuter-Schule, Prendener Straße 29, 13059 Berlin  
 Raum 3.17



Kursleitung  
 Petra Loos



Kosten  
 3 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Margarete-Steffin-Volkshochschule Lichtenberg, Paul-Junius-Straße 71,  
 13059 Berlin

E-Mail: [vhs@lichtenberg.berlin.de](mailto:vhs@lichtenberg.berlin.de)



Information

Telefon: 030 - 90 29 65 971

Telefon: 030 - 90 29 65 983



## 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.  
 Das Lesen und Schreiben wird gelernt und geübt.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi607-018F



Termin für den Kurs  
 9. Januar 2016 bis 19. März 2016  
 10 Termine, Samstag von 10 Uhr bis 12.30 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin  
 Raum 3.01



Kursleitung  
 Claudia Vaegs



Kosten  
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin  
 Fax: 030 - 90 18 37 488



Information

Anja Müller, Telefon: 030 - 90 18 47 450



## 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.  
 Das Lesen und Schreiben wird gelernt und geübt.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi607-019F



Termin für den Kurs  
 9. Januar 2016 bis 19. März 2016  
 10 Termine, Samstag von 12.45 Uhr bis 15.15 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Mitte, Liniestr. 162, 10115 Berlin  
 Raum 3.01



Kursleitung  
 Claudia Vaegs



Kosten  
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Liniestr. 162, 10115 Berlin  
 Fax: 030 - 90 18 37 488



Information

Anja Müller, Telefon: 030 - 90 18 47 450



## 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.  
 Das Lesen und Schreiben wird gelernt und geübt.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi607-020S



Termin für den Kurs  
 23. April 2016 bis 16. Juli 2016  
 10 Termine, Samstag von 10 Uhr bis 12.30 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin  
 Raum 3.01



Kursleitung  
 Claudia Vaegs



Kosten  
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin  
 Fax: 030 - 90 18 37 488



Information

Anja Müller, Telefon: 030 - 90 18 47 450



## 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.  
 Das Lesen und Schreiben wird gelernt und geübt.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi607-021S



Termin für den Kurs  
 23. April 2016 bis 16. Juli 2016  
 10 Termine, Samstag von 12.45 Uhr bis 15.15 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin  
 Raum 3.01



Kursleitung  
 Claudia Vaegs



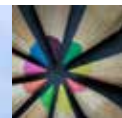
Kosten  
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin  
 Fax: 030 - 90 18 37 488



Information Anja Müller, Telefon: 030 - 90 18 47 450



**Titel des Kurses    Lesen und Schreiben - Deutsch für Deutsche**

## Beschreibung des Kurses

Sie können schon etwas lesen und schreiben?

Sie wollen Lesen und Schreiben verbessern?

Wir machen Übungen.

Wir lernen die Recht-Schreib-Regeln.

Wir üben das Schreiben von Texten.

Wir üben das Schreiben vom Lebens-Lauf und Bewerbung.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    Nk-E001a



Termin für den Kurs

7. Februar 2016 bis 31. Mai 2016

30 Termine, Dienstag und Mittwoch von 19 Uhr bis 20.30 Uhr



Ort

Volkshochschule Neukölln, Werbellinstr. 77, 12053 Berlin

Raum 3



Kursleitung

Helga Rübsamen



Kosten

23 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin

Beratung immer am Mittwoch von 18.15 Uhr bis 19 Uhr

Volkshochschule Werbellinstr. 77, 12053 Berlin



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90 23 93 690

E-Mail: [Nikola.amrhein@bezirksamt-neukoelln.de](mailto:Nikola.amrhein@bezirksamt-neukoelln.de)



## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben - Deutsch für Deutsche**

### Beschreibung des Kurses

Sie wollen Lesen und Schreiben üben?  
 Sie wollen Lesen und Schreiben verbessern?  
 Sie brauchen dazu Ruhe und Zeit.  
 Sie finden das in diesem Kurs.  
 Wir lesen und besprechen Wörter.  
 Wir lesen kleine Kurz-Geschichten.  
 Wir üben das Schreiben von Texten.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Nk-E002a



Termin für den Kurs  
 10. Februar 2016 bis 31. Mai 2016  
 15 Termine, Mittwoch von 16.30 Uhr bis 18 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Neukölln, Werbellinstr. 77, 12053 Berlin  
 Raum 3



Kursleitung  
 Helga Rübsamen



Kosten  
 10 €

### Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

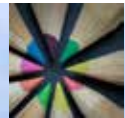
Volkshochschule Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin  
 Beratung immer am Mittwoch von 18.15 Uhr bis 19 Uhr  
 Volkshochschule Werbellinstr. 77, 12053 Berlin



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90 23 93 690  
 E-Mail: Nikola.amrhein@bezirksamt-neukoelln.de





## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie Lesen und Schreiben von Anfang an.  
 Sie lesen einfache Wörter und kleine Texte.  
 Sie lernen die Recht-Schreib-Regeln.  
 Sie schreiben einfache Sätze.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa6001-F



Termin für den Kurs  
 8. Februar 2016 bis 30. Mai 2016  
 14 Termine, Montag von 13.30 Uhr bis 15 Uhr



Ort  
 WERGO, Charlottenburger Str. 140, 13086 Berlin



Kursleitung  
 Steht zur Zeit noch nicht fest



Kosten  
 keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin  
 Fax: 030 - 90 29 53 939  
 E-Mail: [post@vhspankow.de](mailto:post@vhspankow.de)



Information

Birgit Kirchhöfer, Telefon: 030 - 90 29 53 927  
 E-Mail: [kirchhoefer@vhspankow.de](mailto:kirchhoefer@vhspankow.de)



## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

### Beschreibung des Kurses

Sie können schon etwas lesen und schreiben.  
Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.  
Das Lesen und Schreiben und die Recht-Schreib-Regeln  
werden weiter gelernt und geübt.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa6006-F



Termin für den Kurs  
8. Februar 2016 bis 23. Mai 2016  
13 Termine, Montag von 16.15 Uhr bis 17.45 Uhr



Ort  
Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstr. 27, 13088 Berlin  
Raum 1.07



Kursleitung  
Judith Andreasen



Kosten  
keine Kosten

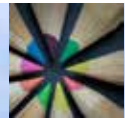
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin  
Fax: 030 - 90 29 53 939  
E-Mail: [post@vhspankow.de](mailto:post@vhspankow.de)



Information

Birgit Kirchhöfer, Telefon: 030 - 90 29 53 927  
E-Mail: [kirchhoefer@vhspankow.de](mailto:kirchhoefer@vhspankow.de)



## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

### Beschreibung des Kurses

Sie können schon etwas lesen und schreiben.  
Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.  
Das Lesen und Schreiben und die Recht-Schreib-Regeln  
werden weiter gelernt und geübt.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa6007-F



Termin für den Kurs  
9. Februar 2016 bis 24. Mai 2016  
13 Termine, Dienstag von 15.45 Uhr bis 17.15 Uhr



Ort  
Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstr. 27, 13088 Berlin  
Raum 1.07



Kursleitung  
Anne Tornow



Kosten  
keine Kosten

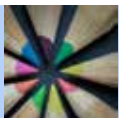
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin  
Fax: 030 - 90 29 53 939  
E-Mail: [post@vhspankow.de](mailto:post@vhspankow.de)



Information

Birgit Kirchhöfer, Telefon: 030 - 90 29 53 927  
E-Mail: [kirchhoefer@vhspankow.de](mailto:kirchhoefer@vhspankow.de)



## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie Lesen und Schreiben von Anfang an.  
 Sie lesen einfache Wörter und kleine Texte.  
 Sie lernen die Recht-Schreib-Regeln.  
 Sie schreiben einfache Sätze.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa6002-F



Termin für den Kurs  
 10. Februar 2016 bis 25. Mai 2016  
 13 Termine, Mittwoch von 16.15 Uhr bis 17.45 Uhr



Ort  
 Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstr. 27, 13088 Berlin  
 Raum 1.07



Kursleitung  
 Judith Andreasen



Kosten  
 keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin  
 Fax: 030 - 90 29 53 939  
 E-Mail: [post@vhspankow.de](mailto:post@vhspankow.de)



Information

Birgit Kirchhöfer, Telefon: 030 - 90 29 53 927  
 E-Mail: [kirchhoefer@vhspankow.de](mailto:kirchhoefer@vhspankow.de)



## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

### Beschreibung des Kurses

Sie können schon etwas lesen und schreiben.  
Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig.  
Das Lesen und Schreiben wird weiter gelernt und geübt.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa6008-F



Termin für den Kurs  
5. April 2016 bis 5. Juli 2016  
13 Termine, Dienstag von 18 Uhr bis 19.30 Uhr



Ort  
Bildungszentrum am Antonplatz, Bizetstr. 27, 13088 Berlin  
Raum 1.11



Kursleitung  
Anne Tornow



Kosten  
keine Kosten

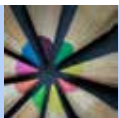
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Pankow, Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin  
Fax: 030 - 90 29 53 939  
E-Mail: [post@vhspankow.de](mailto:post@vhspankow.de)



Information

Birgit Kirchhöfer, Telefon: 030 - 90 29 53 927  
E-Mail: [kirchhoefer@vhspankow.de](mailto:kirchhoefer@vhspankow.de)



## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

### Beschreibung des Kurses

Wir lernen zusammen lesen und schreiben.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp7.014F



Termin für den Kurs  
8. Februar 2016 bis 6. Juni 2016  
15 Termine, Montag von 18 Uhr bis 19.30 Uhr



Ort  
Bertolt-Brecht-Oberschule, Wilhelmstr. 10, 13595 Berlin  
Raum 1.0.04



Kursleitung  
Arnold Frie 14 Teilnehmende



Kosten  
4 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Spandau, Moritzstr. 17, 13597 Berlin  
Fax: 030 - 90 27 95 001  
E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

Volkshochschule Info-Telefon: 030 - 90 27 95 000  
Roswitha Lange, 030 - 90 27 95 013, [r.lange@vhs-spandau.de](mailto:r.lange@vhs-spandau.de)



## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben lernen - Grundstufe 1**

### Beschreibung des Kurses

Von Anfang an oder mit geringen Vor-Kenntnissen. Nur Mut!  
Lesen und Schreiben macht Spaß und man braucht es immer.

Wir ordnen Laute den Buchstaben zu.

So lernen wir besser lesen.

Mit viel Spaß schreiben und lesen wir einfache Wörter und kleine Texte.

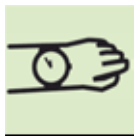
So können wir mehr Worte lernen und werden sicherer beim Sprechen.

Bitte mitbringen:

- Blei-Stift
- Farb-Stifte
- Radier-Gummi
- Schreib-Heft mit Linien

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-000



Termin für den Kurs  
12. Januar 2016 bis 24. Mai 2016  
16 Termine, Dienstag von 16.30 bis 18.45 Uhr



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



Kursleitung  
Brigitte Katz  
8 - 12 Teilnehmende



Kosten  
10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 - 90 29 95 040

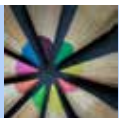
E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information

Dagmar Brenner, Telefon: 030 - 90 29 92 657

E-Mail: [brenner@vhssz.de](mailto:brenner@vhssz.de)



## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben lernen - Grundstufe 2**

### Beschreibung des Kurses

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

In diesem Kurs können Sie weiter machen.

Mit viel Spaß lernen wir weiter.

Wir lernen die Regeln für die Recht-Schreibung.

Wir lernen die Regeln für Wort-Bau und Satz-Bau.

Wir lesen verschiedene Texte:

- zum Beispiel Märchen
- zum Beispiel Krimis
- zum Beispiel Geschichten mit Bildern
- zum Beispiel Briefe
- zum Beispiel Stadt-Pläne
- zum Beispiel Bewerbungen
- und andere.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-002



Termin für den Kurs

14. Januar 2016 bis 26. Mai 2016

16 Termine, Donnerstag von 16.30 bis 18.45 Uhr



Ort

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Rondellstr. 5, 14163 Berlin

Raum 03



Kursleitung

Brigitte Katz

8 - 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](mailto:service@vhssz.de)



Information

Dagmar Brenner, Telefon: 030 - 90 29 92 657

E-Mail: [brenner@vhssz.de](mailto:brenner@vhssz.de)





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

### Beschreibung des Kurses

Sie können schon lesen und schreiben.  
Jetzt lernen Sie Grammatik-Regeln und Rechtschreib-Regeln.  
Was Sie bis jetzt gelernt haben wird verstärkt und verbessert.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-004



Termin für den Kurs  
13. Januar 2016 bis 25. Mai 2016  
16 Termine, Mittwoch von 16.30 bis 18.45 Uhr



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



Kursleitung  
Brigitte Katz  
8 - 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](mailto:service@vhssz.de)



Information

Dagmar Brenner, Telefon: 030 - 90 29 92 657  
E-Mail: [brenner@vhssz.de](mailto:brenner@vhssz.de)



**Titel des Kurses**      **Rechnen von Anfang an. Grund-Wissen.  
Rechnen kann richtig Spaß machen!**

### 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    SZ600-010



Termin für den Kurs  
 15. Januar 2016 bis 27. Mai 2016  
 16 Termine, Freitag von 16 Uhr bis 17.30 Uhr



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



Kursleitung  
 Brigitte Katz

8 - 12 Teilnehmende



Kosten  
 10 €

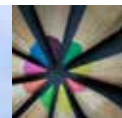
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin  
 Fax: 030 - 90 29 95 040  
 E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information

Dagmar Brenner, Telefon: 030 - 90 29 92 657  
 E-Mail: [brenner@vhssz.de](mailto:brenner@vhssz.de)



## Titel des Kurses **Kochen von Anfang an**

### Beschreibung des Kurses

Für Teilnehmende, die ihre Lese-Kenntnisse und Schreib-Kenntnisse verbessern wollen.

Gemeinsam kochen macht Spaß!

Rezepte sollen einfach sein und leicht nachzukochen?

Das Essen gesund und nicht zu teuer?

Wir versuchen es gemeinsam.

Wir können Tipps und Informationen austauschen.

Wir bereiten eine leckere Mahlzeit zu mit Vorspeise, Hauptgericht und Dessert.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-016



Termin für den Kurs

14. Mai 2016

Samstag von 15 Uhr bis 19 Uhr



Ort

Küche des Mehrgenerationenhauses Phoenix,

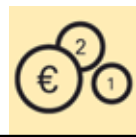
Teltower Damm 228, 14167 Berlin



Kursleitung

Brigitte Katz

8 Teilnehmende



Kosten

12,50 €, für die Zutaten 6 € an die Kursleitung

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin

Fax: 030 - 90 29 95 040

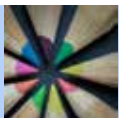
E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information

Dagmar Brenner, Telefon: 030 - 90 29 92 657

E-Mail: [brenner@vhssz.de](mailto:brenner@vhssz.de)



## Titel des Kurses **Lesen und Rechnen**

### Beschreibung des Kurses

Für Teilnehmende, die ihre Lese-Kenntnisse und Schreib-Kenntnisse verbessern wollen. Es wird schrittweise an Schreiben, Lesen und Rechnen herangeführt. Namen, Straßenschilder, kleine Zeitungsartikel werden kreativ gestaltet, um das Lesen- und Schreibenlernen zu erleichtern. In spielerischen Übungen wird das Rechnen und Einkaufen mit dem Euro geübt.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-036



Termin für den Kurs  
26. Januar 2016 bis 21. Juni 2016  
20 Termine, Dienstag von 10 Uhr bis 12 Uhr



Ort  
Werkgemeinschaft für Berlin-Brandenburg gGmbH, Berlin, Teltower  
Damm 269  
Raum 216



Kursleitung  
Marina Jurisch 8 - 20 Teilnehmende



Kosten  
75,74 €

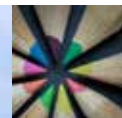
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin  
Fax: 030 - 90 29 95 040  
E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information

Dagmar Brenner, Telefon: 030 - 90 29 92 657  
E-Mail: [brenner@vhssz.de](mailto:brenner@vhssz.de)



## Titel des Kurses **Lesen und Rechnen**

### Beschreibung des Kurses

Für Teilnehmende, die ihre Lese-Kenntnisse und Schreib-Kenntnisse verbessern wollen.  
 Es wird schrittweise an Schreiben, Lesen und Rechnen herangeführt.  
 Wir lesen Namen, Straßenschilder und Fernsehprogramme.  
 Wir schreiben und verstehen einfache Texte.  
 Wir üben das Rechnen und das Einkaufen mit dem Euro.  
 Auf kleinen Ausflügen mit Bus und Bahn orientieren wir uns in der Umgebung und in der großen Hauptstadt Berlin.  
 Wir planen kleine Picknicks.  
 Wir erkennen den Schutz unseres Lebens durch die demokratischen Grundrechte.  
 Wir lernen die Parteien und ihre Wahlprogramme kennen und bereiten uns auf die nächste Wahl vor.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-038



Termin für den Kurs  
 26. Januar 2016 bis 21. Juni 2016  
 20 Termine, Dienstag von 13 Uhr bis 15 Uhr



Ort  
 Werkgemeinschaft für Berlin-Brandenburg gGmbH, Berlin, Teltower  
 Damm 269  
 Raum 216



Kursleitung  
 Marina Jurisch 8 - 20 Teilnehmende



Kosten  
 75,74 €

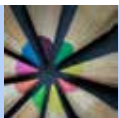
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin  
 Fax: 030 - 90 29 95 040  
 E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information

Dagmar Brenner, Telefon: 030 - 90 29 92 657  
 E-Mail: [brenner@vhssz.de](mailto:brenner@vhssz.de)



## Titel des Kurses **Lesen und Rechnen**

### Beschreibung des Kurses

Für Teilnehmende, die ihre Lese-Kenntnisse und Schreib-Kenntnisse verbessern wollen. Es wird schrittweise an Schreiben, Lesen und Rechnen herangeführt. Namen, Straßenschilder, kleine Zeitungsartikel werden kreativ gestaltet, um das Lesen- und Schreibenlernen zu erleichtern. In spielerischen Übungen wird das Rechnen und Einkaufen mit dem Euro geübt.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-040



Termin für den Kurs  
25. Januar 2016 bis 20. Juni 2016  
20 Termine, Montag von 9.30 Uhr bis 11.30 Uhr



Ort  
Werkgemeinschaft für Berlin-Brandenburg gGmbH, Berlin, Königin-Luise-Str. 94  
Speiseraum



Kursleitung  
Marina Jurisch 8 - 20 Teilnehmende



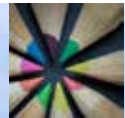
Kosten  
75,74 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin  
Fax: 030 - 90 29 95 040  
E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information Dagmar Brenner, Telefon: 030 - 90 29 92 657  
E-Mail: [brenner@vhssz.de](mailto:brenner@vhssz.de)



## Titel des Kurses **Lesen und Rechnen**

### Beschreibung des Kurses

Für Teilnehmende, die ihre Lese-Kenntnisse und Schreib-Kenntnisse verbessern wollen.  
 Es wird schrittweise an Schreiben, Lesen und Rechnen herangeführt.  
 Wir lesen Namen, Straßenschilder und Fernsehprogramme.  
 Wir schreiben und verstehen einfache Texte.  
 Wir üben das Rechnen und das Einkaufen mit dem Euro.  
 Auf kleinen Ausflügen mit Bus und Bahn orientieren wir uns in der Umgebung und in der großen Hauptstadt Berlin.  
 Wir planen kleine Picknicks.  
 Wir erkennen den Schutz unseres Lebens durch die demokratischen Grundrechte.  
 Wir lernen die Parteien und ihre Wahlprogramme kennen und bereiten uns auf die nächste Wahl vor.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-042



Termin für den Kurs  
 25. Januar 2016 bis 20. Juni 2016  
 20 Termine, Montag von 13 Uhr bis 15 Uhr



Ort  
 Werkgemeinschaft für Berlin-Brandenburg gGmbH, Berlin, Clayallee 81  
 Maltherapieraum



Kursleitung  
 Marina Jurisch 8 - 20 Teilnehmende



Kosten  
 75,74 €

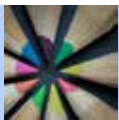
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin  
 Fax: 030 - 90 29 95 040  
 E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information

Dagmar Brenner, Telefon: 030 - 90 29 92 657  
 E-Mail: [brenner@vhssz.de](mailto:brenner@vhssz.de)



## Titel des Kurses **Fit in Deutsch**

### Beschreibung des Kurses

Dieser Kurs richtet sich an alle, die beruflich und im Alltag mehr Sicherheit im Umgang mit der deutschen Schriftsprache gewinnen möchten. Dazu werden die Grundregeln der Rechtschreibung, Zeichensetzung und Grammatik systematisch wiederholt und gefestigt. Anhand alltagsnaher Beispiele werden knifflige Rechtschreib- und Grammatikprobleme erörtert. Ebenfalls geübt werden formelle aber auch informelle schriftliche Mitteilungsformen: Briefe, Anschreiben, Zusammenfassungen, Protokolle, Berichte, kurze Vorträge und Einführungen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ600-100



Termin für den Kurs  
16. Januar 2016 bis 5. März 2016  
6 Termine, Samstag von 11 Uhr bis 13.30 Uhr



Ort  
Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9-11, 12207 Berlin  
Raum 310



Kursleitung  
Marta Wierzejska 10 - 14 Teilnehmende



Kosten  
33,60 € (ermäßigt)

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Steglitz-Zehlendorf, Markgrafenstr. 3, 14163 Berlin  
Fax: 030 - 90 29 95 040  
E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information

Dagmar Brenner, Telefon: 030 - 90 29 92 657  
E-Mail: [brenner@vhssz.de](mailto:brenner@vhssz.de)





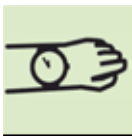
## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

### 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.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.05B



Termin für den Kurs  
 11. Januar 2016 bis 27. Juni 2016  
 22 Termine, Montag von 9.30 bis 11.30 Uhr



Ort  
 Mosaik Spandau, Askaniering 155, 13585 Berlin  
 Raum 1



Kursleitung  
 Ruth Kerst



Kosten  
 4 € und 2 € für Kopien, insgesamt 6 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,  
 10781 Berlin

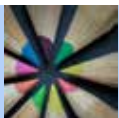
Fax: 030 - 90 27 78 944, E-Mail: [info@ba-ts.berlin.de](mailto:info@ba-ts.berlin.de)

Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich!



Information

Telefon: 030 - 90 27 73 000 oder 030 - 90 27 73 516



## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

### 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.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.06B



Termin für den Kurs  
 11. Januar 2016 bis 27. Juni 2016  
 22 Termine, Montag von 12 Uhr bis 14 Uhr



Ort  
 Mosaik Spandau, Askaniering 155, 13585 Berlin  
 Raum 1



Kursleitung  
 Ruth Kerst



Kosten  
 4 € und 2 € für Kopien, insgesamt 6 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,  
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944, E-Mail: [info@ba-ts.berlin.de](mailto:info@ba-ts.berlin.de)

Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich!



Information

Telefon: 030 - 90 27 73 000 oder 030 - 90 27 73 516



**Titel des Kurses**     **Lesen, Schreiben und Rechnen -  
Lernen mit allen Sinnen**

### 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](http://www.ich-will-lernen.de).

Wir lesen und schreiben Buchstaben, Wörter und Texte.

Wir lernen Recht-Schreibung und Grammatik.

Wir lernen Groß-Schreibung und Klein-Schreibung

Wir lernen die Zeiten.

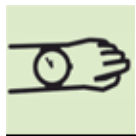
Sie lernen mit der Internet-Plattform [www.ich-will-lernen.de](http://www.ich-will-lernen.de) im Internet zu arbeiten.

Sie können dann nach dem Kurs zu Hause weiterlernen.

Sie brauchen keine Vor-Kenntnisse am Computer.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer     TS61.12B



Termin für den Kurs

18. Januar 2016 bis 25. April 2016

14 Termine, Montag von 18 Uhr bis 20 Uhr

3 Termine, Samstag von 10 Uhr bis 13 Uhr



Ort

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,  
10781 Berlin

Raum 119, Samstag Raum 11



Kursleitung

Ruth Kerst, Christine Heiß



Kosten

13 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,  
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

E-Mail: [info@ba-ts.berlin.de](mailto:info@ba-ts.berlin.de)



Information

Telefon: 030 - 90 27 73 000 oder 030 - 90 27 73 516







## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben - Grundstufe 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.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	TS61.03B
	Termin für den Kurs 18. Januar 2016 bis 2. Juni 2016 16 Termine, Montag von 16 Uhr bis 18 Uhr und Donnerstag von 16 Uhr bis 18 Uhr
	Ort Schule am Berlinickeplatz, Hofeingang gegenüber Stolbergstr. 5L, Tempelhof, Pavillon, Raum 3
	Kursleitung Helga Rübsamen, Brigitte Katz
	Kosten 4 € und 2 € für Kopien, insgesamt 6 €

### Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,  
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944, E-Mail: [info@ba-ts.berlin.de](mailto:info@ba-ts.berlin.de)

Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich!



Information

Telefon: 030 - 90 27 73 000 oder 030 - 90 27 73 516



## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben - Grundstufe 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 kurz nach  
 oder erzählen sie mit eigenen Worten.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.04B



Termin für den Kurs  
 18. Januar 2016 bis 2. Juni 2016  
 16 Termine, Montag von 18 Uhr bis 20 Uhr und  
 Donnerstag von 18 Uhr bis 20 Uhr



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



Kursleitung  
 Helga Rübsamen, Brigitte Katz



Kosten  
 4 € und 2 € für Kopien, insgesamt 6 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,  
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944, E-Mail: [info@ba-ts.berlin.de](mailto:info@ba-ts.berlin.de)

Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich!



Information

Telefon: 030 - 90 27 73 000 oder 030 - 90 27 73 516



## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

### 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.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.07B



Termin für den Kurs  
 8. Februar 2016 bis 13. Juni 2016  
 18 Termine, Montag von 13.30 Uhr bis 16 Uhr



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



Kursleitung  
 Ulrike Ertl



Kosten  
 4 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,  
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944, E-Mail: [info@ba-ts.berlin.de](mailto:info@ba-ts.berlin.de)

Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich!



Information

Telefon: 030 - 90 27 73 000 oder 030 - 90 27 73 516



## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

### 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.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.08B



Termin für den Kurs  
 9. Februar 2016 bis 7. Juni 2016  
 18 Termine, Dienstag von 13.30 Uhr bis 16 Uhr



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



Kursleitung  
 Ulrike Ertl



Kosten  
 4 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,  
 10781 Berlin

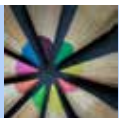
Fax: 030 - 90 27 78 944, E-Mail: [info@ba-ts.berlin.de](mailto:info@ba-ts.berlin.de)

Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich!



Information

Telefon: 030 - 90 27 73 000 oder 030 - 90 27 73 516



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

### 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.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.09B



Termin für den Kurs  
 11. Februar 2016 bis 23. Juni 2016  
 18 Termine, Donnerstag von 10 Uhr bis 12 Uhr



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



Kursleitung  
 Helga Rübsamen



Kosten  
 4 € und 2 € für Kopien, insgesamt 6 €

### Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,  
 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944, E-Mail: [info@ba-ts.berlin.de](mailto:info@ba-ts.berlin.de)

Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich!



Information

Telefon: 030 - 90 27 73 000 oder 030 - 90 27 73 516





## Titel des Kurses **Rechnen von Anfang an**

### Beschreibung des Kurses

Sie wollen das Rechnen von Anfang an lernen?  
 Dieser Kurs beginnt mit dem kleinen Einmaleins.  
 Dieser Kurs hilft beim Kopf-Rechnen.  
 Dieser Kurs hilft auch beim Lesen und Verstehen von einfachen Text-Aufgaben.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi608-002F



Termin für den Kurs  
 18. Januar 2016 bis 11. April 2016  
 10 Termine, Montag von 16.30 Uhr bis 19 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin  
 Raum 2.03



Kursleitung  
 Sabine Bosmann



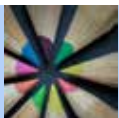
Kosten  
 10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin  
 Fax: 030 - 90 18 37 488



Information Anja Müller, Telefon: 030 - 90 18 47 450



## Titel des Kurses **Rechnen von Anfang an**

### Beschreibung des Kurses

Sie wollen das Rechnen von Anfang an lernen?

Dieser Kurs beginnt mit dem kleinen Einmaleins.

Dieser Kurs hilft beim Kopf-Rechnen.

Dieser Kurs hilft auch beim Lesen und Verstehen von einfachen Text-Aufgaben.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi608-003S



Termin für den Kurs

25. April 2016 bis 4. Juli 2016

10 Termine, Montag von 16.30 Uhr bis 19 Uhr



Ort

Volkshochschule Mitte, Liniestraße 162, 10115 Berlin

Raum 2.03



Kursleitung

Sabine Bosmann



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

Fax: 030 - 90 18 37 488



Information

Anja Müller, Telefon: 030 - 90 18 47 450



## Titel des Kurses **Rechnen für jeden Tag - Umgang mit Geld**

### Beschreibung des Kurses

Sie wollen nach Rezept Plätzchen backen?  
 Sie wollen Ihren Lohn ausrechnen?  
 Sie wollen wissen, ob das Wechsel-Geld stimmt?  
 Sie brauchen dazu Mathematik.  
 Sie lernen Mathematik in diesem Kurs.  
 Zum Beispiel malnehmen.  
 Zum Beispiel dazuzählen.  
 Wir lernen an vielen Beispielen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Nk-E007a



Termin für den Kurs  
 8. Februar 2016 bis 25. April 2016  
 10 Termine, Montag von 18 Uhr bis 21.15 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Neukölln, Werbellinstr. 77, 12053 Berlin  
 Raum 2



Kursleitung  
 Robert Hoeber



Kosten  
 10 €

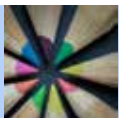
Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin  
 Beratung immer am Donnerstag von 15 Uhr bis 17.30 Uhr  
 Volkshochschule Boddinstr. 34, 12053 Berlin



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90 23 93 690  
 E-Mail: Nikola.amrhein@bezirksamt-neukoelln.de



## Titel des Kurses **Rechnen im Alltag**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie besser rechnen.

Sie üben Zahlen schreiben.

Sie üben Zahlen zusammen-zählen.

Sie üben Zahlen abziehen.

Sie üben Zahlen malnehmen.

Sie üben Zahlen teilen.

Sie üben mit Komma-Zahlen.

Sie üben mit Geld, Meter und Kilogramm.

Am Samstag, 4. Juni machen wir einen Ausflug.

Sie können entscheiden, wohin der Ausflug geht.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS61.01B



Termin für den Kurs

12. Februar 2016 bis 4. Juni 2016

12 Termine, Freitag von 16 Uhr bis 18 Uhr

1 Termin, Samstag 4. Juni 2016 von 14 Uhr bis 16 Uhr



Ort

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,  
10781 Berlin

Raum 115



Kursleitung

Helga Rübsamen



Kosten

4 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5,  
10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944, E-Mail: [info@ba-ts.berlin.de](mailto:info@ba-ts.berlin.de)

Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich!



Information

Telefon: 030 - 90 27 73 000 und 030 - 90 27 73 516



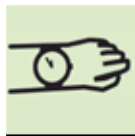
## Titel des Kurses **Rechnen im Alltag**

### Beschreibung des Kurses

Im Leben geht es oft um Zahlen.  
 Beim Einkaufen, beim Preise vergleichen, beim Kochen oder wenn man in der Wohnung etwas ausmessen muss.  
 In diesem Kurs üben wir das Rechnen.  
 Gut ist, wenn Sie die Zahlen 1 bis 100 schon kennen.  
 Wir üben Plus- und Minusrechnen, Geteilt und Mal.  
 Und auch wie man Prozente ausrechnet.  
 Sie lernen neue Rechenwege.  
 Am Ende des Kurses soll Ihnen das Rechnen leichter fallen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TK-8011-W



Termin für den Kurs  
 18. Februar 2016 bis 12. Mai 2016  
 10 Termine, Donnerstag von 17 Uhr bis 18.30 Uhr



Ort  
 Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
 12437 Berlin, Raum 308a



Kursleitung  
 Daniela Scharrer



Kosten  
 5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Volkshochschule Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79-81,  
 12437 Berlin  
 Fax: 030 - 902 97 40 50



Information

Dr. Andrea Kreher  
 Telefon: 030 - 90 29 74 072, [dr.andrea.kreher@vhstk.de](mailto:dr.andrea.kreher@vhstk.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 Anmelde- Bestätigung 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 Aufbau-Kurs besuchen wollen, müssen Sie zuerst den Grund-Kurs besuchen.  
Sie werden darüber in der Kurs-Ausschreibung 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 Kurs-Anfang bezahlen.

### 5. Wie bekomme ich eine Teilnahme-Bescheinigung?

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

### 6. Wer leitet den Kurs?

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

## 7. Wer ist verantwortlich bei Unfällen oder Diebstahl?

Nur bei grober Fahrlässigkeit übernimmt die Volkshochschule die Verantwortung für einen Unfall oder einen Diebstahl.

Grobe Fahrlässigkeit 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 Hausordnung in der Volkshochschule beachten. Sie müssen die Brandschutzordnung beachten. Bitte beachten Sie das Rauchverbot.

## 9. Wie kann die Volkshochschule den Vertrag kündigen?

Die Volkshochschule kann den Vertrag kündigen.

Zum Beispiel, wenn die Kursleitung 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 Geschäftsstelle 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 Tonaufnahme ist nicht erlaubt. Fragen Sie den Dozenten, wenn Sie filmen möchten.

Die Arbeits-Blätter dürfen nicht kopiert werden. Fragen Sie den Dozenten 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 Anmeldeformular aus.
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 Begleitperson eines schwerbehinderten Menschen ist kostenlos (Merkzeichen „B“ im Schwerbehindertenausweis).


**Wohin schicke ich das Anmeldeformular?**

Anschrift (siehe Kurs- Ausschreibung) des Veranstalters	
Straße, Nummer	
Postleitzahl, Ort	

**Ihre persönlichen Daten**

Ihr Vorname	
Ihr Nachname	
Ihre Adresse	
Ihre Telefonnum- mer	
Ihre E-Mail	
Ihr Geburtsdatum (freiwillige Angabe)	

**Für welchen Kurs melden Sie sich an?**

Kursnummer	
Titel des Kurses	
Kosten des Kurses	



**Hinweis:** Diese Seite ist nicht leicht zu verstehen.  
Leider dürfen wir einige Fragen und Texte nicht verändern.

Wie bezahle ich?

### 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 die Berliner Volkshochschulen, 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.

Konto-Daten?	
Hier schreiben Sie Ihre Konto-Daten auf.	
Wem gehört das Konto? Name:	
IBAN	
BIC	
Kredit-Institut	

Persönliche Daten, wie zum Beispiel Ihr Name, Ihre Adresse und Telefon-Nummer, werden im Computer des Veranstalters gespeichert werden. Hiermit erteile ich dem Veranstalter die Erlaubnis, das Geld für den Kurs von meinem Konto abzubuchen.

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

Im Ausnahme-Fall ist auch eine Bar-Zahlung an der Kasse des Veranstalters möglich. Bitte informieren Sie sich im Internet oder telefonisch über die Kassenöffnungszeiten

## Ausbildung

### Ausbildung zum Peer-Berater zu den Themen „Sucht“ und „Wohnen“

#### Was macht ein Peer-Berater?

Ein Peer-Berater hat selbst Lern-Schwierigkeiten.  
Er berät andere Menschen mit Lern-Schwierigkeiten.  
Ein Peer-Berater berät zu dem Thema „Sucht“ oder „Wohnen“.  
Zum Beispiel, wie man eine eigene Wohnung findet.  
Oder wie man mit dem Rauchen aufhört.

#### Das lernen Sie in der Ausbildung

Sie lernen wie man andere Menschen berät.  
Sie lernen etwas über sich und Ihre Stärken.  
Sie lernen mehr über die Themen  
„Wohnen“ oder „Sucht“.



Die Ausbildung wird von Dozenten mit und ohne Lern-Schwierigkeiten durchgeführt.

Zeit:	April 2016 bis Januar 2017 2 Tage in jedem Monat (Bildungs-Urlaub wird beantragt)
Ort:	Lebenshilfe Berlin, Heinrich-Heine-Str.15, 10179 Berlin
Kosten:	Die Ausbildung kostet nichts.



**Sie können sich bis zum 29. Februar 2016 bewerben:**

Mit einem Brief an:  
Lebenshilfe Berlin  
Nicole Genandt  
Heinrich-Heine-Str.15  
10179 Berlin

Oder mit einem Fax an:  
030 / 82 99 98 213

Oder rufen Sie uns an:  
030 / 82 99 98 611



Oder mit einer E-Mail an:  
[nicole.genandt@lebenshilfe-berlin.de](mailto:nicole.genandt@lebenshilfe-berlin.de)

Sie müssen mindestens 18 Jahre alt sein und haben eine Lern-Schwierigkeit.

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.



Gefördert durch die

**Aktion**  
MENSCH

Unterstützt durch

 **Lebenshilfe**  
BERLIN

[www.ERW-IN.de](http://www.ERW-IN.de)