

Informatik

PC - Einsteiger	Termin erfragen	30 UE	81,00 € erm. 60,30 €
Ort: ERK / FW			
PC - Einsteiger			Aktiv
Ort: EH	21.09.2017	30 UE	141,00 € erm. 99,60 €
PC - Einsteiger ruhig			
Ort: FW / SCH	Termin erfragen	40 UE	107,00 € erm. 79,40 €
Übung macht den Meister			
Ort: EH / FW / SCH	Termin erfragen	30 UE	81,00 € erm. 60,30 €
Übung macht den Meister - Projekt			
Ort: FW	27.11.2017	30 UE	81,00 € erm. 60,30 €
Tablet / Smartphone - Schnupperkurs			Aktiv
Ort: EH / FW	Termin erfragen	4 UE	21,40 € erm. 15,88 €
Tablet / Smartphone - Einsteiger oder Nutzung			Aktiv
Ort: BSK / EH / ERK / FW	Termin erfragen	12 UE	58,20 € erm. 41,64 €
iPad / iPhone - Einsteiger oder Nutzung			Aktiv
Ort: EH	Termin erfragen	12 UE	58,20 € erm. 41,64 €
Sicherheit am PC			Aktiv
Ort: EH	15.11.2017	9 UE	44,40 € erm. 31,98 €
Datensicherung			Aktiv
Ort: EH	13.10.2017	6 UE	32,40 € erm. 24,12 €
Gute Passwörter - sicher verwalten			Aktiv
Ort: EH	20.09.2017	3 UE	17,70 € erm. 13,56 €
Windows 10 - Umsteiger			Aktiv
Ort: EH / FW	Termin erfragen	6 UE	30,60 € erm. 22,32 €
Internet			Aktiv
Ort: BSK / ERK / FW / SCH	Termin erfragen	18 UE	91,20 € erm. 66,36 €
Mit dem Laptop ins Internet			Aktiv
Ort: EH	22.09.2017	20 UE	95,00 € erm. 67,40 €
Kaufen und Verkaufen im Internet			Aktiv
Ort: EH / FW	Termin erfragen	6 UE	32,40 € erm. 24,12 €
Urlaub planen im Internet			Aktiv
Ort: EH	30.09.2017	4 UE	22,60 € erm. 17,08 €
Eigene Website mit WordPress			Aktiv
Ort: ERK / FW	Termin erfragen	9 UE	47,10 € erm. 34,68 €
Cloud sicher nutzen			Aktiv
Ort: FW	06.11.2017	3 UE	17,70 € erm. 13,56 €
Soziale Netzwerke - Überblick			Aktiv
Ort: FW	14.10.2017	8 UE	42,20 € erm. 31,16 €
Facebook, Twitter, Instagram, Youtube			Aktiv
Ort: BSK / EH	Termin erfragen	6 UE	32,40 € erm. 24,12 €
OpenOffice / LibreOffice			
Ort: EH	10.11.2017	24 UE	65,40 € erm. 48,84 €
Fotobuch erstellen			Aktiv
Ort: EH	20.11.2017	16 UE	81,40 € erm. 59,32 €
Bildbearbeitung - Einstieg			Aktiv
Ort: EH	09.10.2017	8 UE	42,20 € erm. 31,16 €
Bildbearbeitung - Nutzung			Aktiv
Ort: EH	15.01.2018	8 UE	42,20 € erm. 31,16 €
Bildbearbeitung - Adobe Photoshop Elements			
Ort: FW	28.11.2017	30 UE	81,00 € erm. 60,30 €
Videobearbeitung - Einstieg			Aktiv
Ort: EH	17.11.2017	21 UE	105,10 € erm. 76,92 €
Recording - Mixing - Musikproduktion			
Ort: FW	07.11.2017	12 UE	34,20 € erm. 25,92 €

Aktiv - Aktivkurse sind Kurse, in denen in kleinen Gruppen (in der Regel mit 5 Teilnehmern) gelernt wird.

Arbeitswelt

Fit fürs Büro - Tastschreiben am PC				Aktiv
Ort: EH / ERK / FW	Termin erfragen	21 UE	105,90 € erm. 76,92 €	
Fit fürs Büro - Textverarbeitung / Tabellenkalkulation				Aktiv
Ort: EH / ERK / FW	Termin erfragen	21 UE	105,90 € erm. 76,92 €	
Fit fürs Büro - OneNote				Aktiv
Ort: ERK	15.01.2018	9 UE	47,10 € erm. 34,68 €	
Fit fürs Büro - PowerPoint				Aktiv
Ort: EH / ERK / FW	Termin erfragen	20 UE	101,00 € erm. 73,40 €	
Fit fürs Büro - Stenografie - Grundkurs				
Ort: EH	13.09.2017	45 UE	106,50 € erm. 75,45 €	
Texte in Leichter Sprache verfassen				
Ort: FW	21.10.2017	7 UE	19,10 € erm. 14,27 €	
Einnahme-Überschuss-Rechnung				
Ort: EH / FW	Termin erfragen	20 UE	50,80 € erm. 37,00 €	
Finanzbuchführung				
Ort: EH / FW	Termin erfragen	60 UE	146,40 € erm. 105,00 €	
Öffentlichkeitsarbeit - Theorie und Praxis				
Ort: FW	18.11.2017	7 UE	19,10 € erm. 14,27 €	
Digitale Strategien für Unternehmen				
Ort: ERK	13.01.2018	8 UE	21,40 € erm. 15,88 €	

Gesundheit – Essen – Trinken

Polnische Küche auf Polnisch				
Ort: EH	30.09.2017	5 UE	14,50 € erm. 11,05 €	
„Fingerfood“ / Thailändische Küche / Italienische Küche				Aktiv
Ort: BSK	Termin erfragen	4 UE	21,40 € erm. 15,88 €	
Smoothies selbstgemacht / Marmeladen / Pfefferkuchen				
Ort: EH	Termin erfragen	4 UE	12,20 € erm. 9,44 €	
Italienisch kochen (und essen)				
Ort: SCH	09.11.2017	20 UE	49,00 € erm. 35,20 €	
Französische Küche				Aktiv
Ort: ERK	26.01.2018	4 UE	21,40 € erm. 15,88 €	
Geschenke aus der Küche / Pralinenherstellung				
Ort: FW	Termin erfragen	4 UE	12,20 € erm. 9,44 €	
Lecker kochen in der Winterzeit				
Ort: EH	14.10.2017	12 UE	30,60 € erm. 22,32 €	

Tests und Prüfungen

Prüfung – telc Zertifikat Deutsch B1 (Einbürgerung)				
Ort: FW	02.12.2017 / 17.03.2018 und 23.06.2018		129,00 €	
Einbürgerungstest				
Ort: EH / FW	1 x monatlich		25,00 €	

ZBW Zweiter Bildungsweg

Sekundarstufe I	
Klasse 9	Berufsbildungsreife / Hauptschulabschluss
Klasse 10	Erweiterte Berufsbildungsreife / Erweiterter Hauptschulabschluss / Fachoberschulreife / Realschulabschluss Zugangsberechtigung zur Sekundarstufe II im ZBW
Sekundarstufe II	
Klasse 11 bis 12	Schulischer Teil der Fachhochschulreife
Klasse 11 bis 13	Allgemeine Hochschulreife (Abitur)
Telekolleg	4 Trimester (2 Jahre) – Fachhochschulreife
Gebühr	Gebührenfrei, Telekolleg mit einmaliger Bearbeitungsgebühr Kosten für Bücher und Lernmaterialien
Ort	Alle Lehrgänge in Fürstenwalde
Kontakt	Frau Behrens ☎ 03361 7 47 64 13 ✉ zbw@vhs-los.de

Landkreis Oder-Spree
Volkshochschule
Geschäftsstelle Fürstenwalde
Frankfurter Straße 70
15517 Fürstenwalde

☎ Di 09:00 – 12:00 & 13:00 – 18:00
Do 09:00 – 12:00 & 13:00 – 16:00
☎ 03361 747640 ☎ 03361 7476420
✉ fuerstenwalde@vhs-los.de
🌐 www.vhs-los.de

Volkshochschule
Regionalstelle Beeskow
Mauerstraße 28
15848 Beeskow

☎ Di 13:00 – 18:00
☎ 03366 20418 ☎ 03366 153744
✉ beeskow@vhs-los.de

Volkshochschule
Regionalstelle Eisenhüttenstadt
Waldstraße 10
15890 Eisenhüttenstadt

☎ Di 09:00 – 12:00 & 13:00 – 18:00
Do 09:00 – 12:00 & 13:00 – 16:00
☎ 03364 280734 ☎ 03364 280736
✉ eisenhuettenstadt@vhs-los.de

Volkshochschule
Regionalstelle Erkner
Neu Zittauer Straße 1
15537 Erkner

☎ Di 09:00 – 12:00 & 13:00 – 16:00
Do 09:00 – 12:00 & 13:00 – 18:00
☎ 03362 25767 ☎ 03362 886961
✉ erkner@vhs-los.de

ⓘ Bitte beachten: Während der Schulferien sind unsere Sprechzeiten eingeschränkt!

Eine ausführliche Beschreibung der Kurse finden Sie auf unseren Sachgebiets-flyern, die wir Ihnen auf Anfrage zuschicken, und im Internet unter www.vhs-los.de



Gesellschaft

Alles Kräuter - oder was? Aktiv				
Ort: ERK	12.10.2017	12 UE	58,20 €	I erm. 41,64 €
Familienforschung Aktiv				
Ort: ERK / FW	Termin erfragen	8 UE	39,80 €	I erm. 28,76 €
Iran ist ganz anders				
Ort: EH	13.11.2017	3 UE	9,90 €	I erm. 7,83 €
Weihnachten im Kinderdorf Kinyo/Uganda				
Ort: EH	20.11.2017	3 UE	9,90 €	I erm. 7,83 €
Mit dem Fahrrad um die Welt				
Ort: EH	16.10.2017	3 UE	9,90 €	I erm. 7,83 €
Arabisch - Menschen, Kultur, Sprache				
Ort: FW	08.11.2017	20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
INKLUSION in der Arbeitswelt				
Ort: ERK / FW	Termin erfragen	2 UE	0,00 €	I erm. 0,00 €
Patientenverfügung - Vorsorgevollmacht - Überblick				
Ort: FW	14.11.2017	3 UE	9,90 €	I erm. 7,83 €
Reformation und christlicher Glaube heute				
Ort: FW	10.10.2017	18 UE	0,00 €	I erm. 0,00 €
Umgang mit kindlicher Aggression				
Ort: FW	15.11.2017	3 UE	9,90 €	I erm. 7,83 €
Kinder und ihre Ängste				
Ort: FW	18.11.2017	5 UE	14,50 €	I erm. 11,05 €
Mehrsprachige Kindererziehung - Aber wie?				
Ort: FW	23.11.2017	3 UE	3,00 €	I erm. 3,00 €
Soziale Netzwerke - Überblick Aktiv				
Ort: FW	14.10.2017	8 UE	42,20 €	I erm. 31,16 €
Wenn Lernen plötzlich leicht wird!				
Ort: FW	18.11.2017	1 UE	0,00 €	I erm. 0,00 €
Farbtypberatung Aktiv				
Ort: FW	16.10.2017	3 UE	16,80 €	I erm. 12,66 €
Knigge für Vorstellungsgespräche				
Ort: EH	21.10.2017	4 UE	12,20 €	I erm. 9,44 €
Business-Knigge				
Ort: EH	11.11.2017	8 UE	21,40 €	I erm. 15,88 €
Anti-Ärger-Praxisseminar				
Ort: FW	13.01.2018	6 UE	16,80 €	I erm. 12,66 €
Körpersprache - (Un)bewußte Botschaften				
Ort: FW	20.01.2018	6 UE	16,80 €	I erm. 12,66 €
Provokationen/Kritik intelligent begegnen				
Ort: FW	18.11.2017	6 UE	16,80 €	I erm. 12,66 €
Ruhig und freundlich NEIN-Sagen				
Ort: FW	13.01.2018	6 UE	16,80 €	I erm. 12,66 €
Rhetorik - Ausdruck und Selbstsicherheit				
Ort: ERK	10.11.2017	18 UE	44,40 €	I erm. 31,98 €
Klar Kommunizieren				
Ort: FW	18.11.2017	6 UE	16,80 €	I erm. 12,66 €
Private Finanzkontrolle - Privatbilanz				
Ort: FW	17.11.2017	4 UE	12,20 €	I erm. 9,44 €
Ist der Hund gesund, geht's dem Menschen gut				
Ort: BSK	22.09.2017	5 UE	14,50 €	I erm. 11,05 €
Baum- und Strauchschnitt im Herbst Aktiv				
Ort: EH	05.10.2017	6 UE	30,60 €	I erm. 22,32 €
Zeitmanagement				
Ort: FW	23.11.2017	20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €



Kultur

Autobiografie - Schreibwerkstatt Aktiv				
Ort: ERK	14.10.2017	12 UE	58,20 €	I erm. 41,64 €
Kreatives Schreiben - Kinderbücher Aktiv				
Ort: ERK	05.10.2017	12 UE	58,20 €	I erm. 41,64 €
Altdeutsche Schrift - Sütterlin				
Ort: ERK / FW	Termin erfragen	9 UE	23,70 €	I erm. 17,49 €
Orientalischer Tanz				
Ort: EH	05.09.2017	16 UE	39,80 €	I erm. 28,76 €
Bauchtanz relax				
Ort: EH	19.09.2017	6 UE	16,80 €	I erm. 12,66 €
Malen und Zeichnen - verschiedene Kurse				
Ort: EH / ERK / BRI	Termin erfragen	30 UE	72,00 €	I erm. 51,30 €
Malen und Zeichnen - Pastellmalerei Aktiv				
Ort: BSK	15.11.2017	20 UE	95,00 €	I erm. 67,40 €
Entspannungsmalen				
Ort: ERK	06.10.2017	8 UE	21,40 €	I erm. 15,88 €
Kreativ sein mit Kindern Aktiv				
Ort: ERK	10.11.2017	8 UE	39,80 €	I erm. 28,76 €
Malen und Zeichnen - Karikatur und Comic				
Ort: FW	10.10.2017	12 UE	30,60 €	I erm. 22,32 €
Möbelgestaltung mit Kreidefarben Aktiv				
Ort: BSK	Termin erfragen	4 UE	21,40 €	I erm. 15,88 €
Gestalten mit Kreidefarben- Christmas Special Aktiv				
Ort: BSK	24.11.2017	4 UE	21,40 €	I erm. 15,88 €
Fotografieren - verschiedene Kurse				
Ort: FW	Termin erfragen	9 UE	23,70 €	I erm. 17,49 €
Fotografieren - Einfach und verständlich Aktiv				
Ort: EH	11.09.2017	9 UE	44,40 €	I erm. 31,98 €
Kreatives Fotografieren mit Smartphone Aktiv				
Ort: EH	29.01.2018	4 UE	21,40 €	I erm. 15,88 €
Fotowanderung mit Blauer Stunde Aktiv				
Ort: EH	08.09.2017	5 UE	26,00 €	I erm. 19,10 €
Heimwerken für Frauen Aktiv				
Ort: EH	09.10.2017	15 UE	72,00 €	I erm. 51,30 €
Stuhlfluchten Aktiv				
Ort: ERK	11.11.2017	16 UE	76,60 €	I erm. 54,52 €
Filzen - Erste Schritte				
Ort: FW	21.10.2017	8 UE	21,40 €	I erm. 15,88 €
Filzen - Handschuhe, Schals und Hüte Aktiv				
Ort: ERK	11.11.2017	6 UE	30,60 €	I erm. 22,32 €
Filzen - Weihnachtsdekoration Aktiv				
Ort: ERK / SCH	Termin erfragen	6 UE	30,60 €	I erm. 22,32 €
Stricken und Häkeln - Erste Schritte				
Ort: FW	10.09.2017	10 UE	26,00 €	I erm. 19,10 €
Nähen - Erste Schritte Aktiv				
Ort: ERK / FW / SCH	Termin erfragen	20 UE	95,00 €	I erm. 67,40 €
Nähen - Lieblingsstücke Aktiv				
Ort: FW	11.09.2017	20 UE	95,00 €	I erm. 67,40 €
Nähen - für (Groß-)Eltern und Kinder Aktiv				
Ort: SCH	25.09.2017	20 UE	95,00 €	I erm. 67,40 €
Traumfänger selbst bauen Aktiv				
Ort: BSK	18.11.2017	4 UE	21,40 €	I erm. 15,88 €
Abkürzungen				
BSK = Beeskow	EH = Eisenhüttenstadt	ERK = Erkner		
FW = Fürstenwalde	SCH = Schöneiche	BRI = Briesen		



Gesundheit

Entspannungsmassage erlernen				
Ort: FW	20.01.2018	18 UE	44,40 €	I erm. 31,98 €
Rund ums Fußwohl				
Ort: BSK / FW	Termin erfragen	3 UE	9,90 €	I erm. 7,83 €
Demenz				
Ort: EH	08.11.2017	4 UE	12,20 €	I erm. 9,44 €
Babyschwimmen Aktiv				
Ort: EH	20.09.2017	6 UE	30,60 €	I erm. 22,32 €
Zilgrei® Aktiv				
Ort: EH	22.09.2017	5 UE	26,00 €	I erm. 19,10 €
Fitness in Balance				
Ort: BSK	20.09.2017	20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
Selbstverteidigung für Frauen - Einführung				
Ort: FW	09.11.2017	6 UE	16,80 €	I erm. 12,66 €
Selbstverteidigung und Fitness für Frauen				
Ort: FW	23.11.2017	20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
Selbstverteidigung für Frauen				
Ort: BSK	05.10.2017	20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
Selbstverteidigung für Frauen				
Ort: EH	22.09.2017	20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
HulaHoop - Fitness und Tanz				
Ort: SCH	20.09.2017	16 UE	39,80 €	I erm. 28,76 €
Rückenfit - Rückenschule				
Ort: BSK / ERK	Termin erfragen	20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
Bauch, Beine, Po - Bodyfit Aktiv				
Ort: ERK	10.10.2017	10 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
Aktives Gehen				
Ort: FW	11.09.2017	10 UE	26,00 €	I erm. 19,10 €
Meditation zum Kennenlernen Aktiv				
Ort: ERK / FW	Termin erfragen	8 UE	39,80 €	I erm. 28,76 €
Biomeditation nach Viktor Philippi				
Ort: BSK / FW	Termin erfragen	15 UE	37,50 €	I erm. 27,15 €
Erfolgreich Krisen meistern - Resilienz				
Ort: FW	11.10.2017	20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
Progressive Muskelentspannung nach Jacobson				
Ort: FW	09.10.2017	20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
Autogenes Training				
Ort: BSK	11.10.2017	10 UE	26,00 €	I erm. 19,10 €
Autogenes Training Aktiv				
Ort: ERK	09.11.2017	10 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
Die Lehre der 7 Chakren Aktiv				
Ort: BSK	23.11.2017	16 UE	76,60 €	I erm. 54,52 €
Fünf Tibeter®				
Ort: FW	09.10.2017	20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
Tai Chi - Die 24-er Form				
Ort: FW	11.09.2017	60 UE	141,00 €	I erm. 99,60 €
Yoga				
Ort: BSK	10.10.2017	20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
Hatha-Yoga				
Ort: EH / ERK	Termin erfragen	30 UE	72,00 €	I erm. 51,30 €
Hatha-Yoga 50+				
Ort: ERK	11.09.2017	20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
Pilates				
Ort: EH	12.10.2017	10 UE	26,00 €	I erm. 19,10 €
Feldenkrais				
Ort: FW	18.09.2017	20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
Zumba				
Ort: BSK	04.09.2017	10 UE	26,00 €	I erm. 19,10 €



Sprachen

(A1) Englisch Startstufe				
Ort: BSK / EH / ERK / FW		45 UE	106,50 €	I erm. 75,45 €
(A2) Englisch Grundstufe				
Ort: EH		30 UE	72,00 €	I erm. 51,30 €
(A2) Englisch Grundstufe				
Ort: BSK / EH / ERK / FW		45 UE	106,50 €	I erm. 75,45 €
(B1) Englisch Mittelstufe				
Ort: EH / ERK / FW		30 / 45 UE		Auf Anfrage
(B1) Englisch Aufbaustufe				
Ort: FW		30 UE	72,00 €	I erm. 51,30 €
(A1 - B2) English Refresher				
Ort: BSK / ERK / FW / SCH		30 / 45 UE		Auf Anfrage
(A2 - B1) English Conversation				
Ort: BSK / EH / FW		30 UE	72,00 €	I erm. 51,30 €
(B1 - C1) English Conversation				
Ort: EH / ERK		45 UE	106,50 €	I erm. 75,45 €
(A2) English Business Aktiv				
Ort: ERK / FW		20 UE	95,00 €	I erm. 67,40 €
(A2) English Business Aktiv				
Ort: EH		30 UE	141,00 €	I erm. 99,60 €
(A1 - B2) Englisch auf die ruhige Art am Tage				
Ort: EH / ERK / FW / SCH		30 UE	72,00 €	I erm. 51,30 €
(A1 - A2) Polnisch Start- und Grundstufe				
Ort: BSK / EH / FW		45 UE	106,50 €	I erm. 75,45 €
(A1 - B1) Französisch Start- und Aufbaustufe				
Ort: EH / ERK / FW		45 UE	106,50 €	I erm. 75,45 €
(A1) Französisch Auffrischung Aktiv				
Ort: ERK		20 UE	95,00 €	I erm. 67,40 €
(A1 - B1) Spanisch Start- und Grundstufe				
Ort: BSK / EH / ERK / FW		45 UE	106,50 €	I erm. 75,45 €
(B1 - B2) Spanisch Konversation				
Ort: ERK		20 / 45 UE		Auf Anfrage
(A1 - A2) Italienisch Start- und Mittelstufe				
Ort: ERK / FW		45 UE	106,50 €	I erm. 75,45 €
(A1 - A2) Russisch Startstufe, Auffrischung und Konversation Aktiv				
Ort: BSK / EH / ERK / FW		20 UE	95,00 €	I erm. 67,40 €
(A1) Bulgarisch für die Reise				
Ort: FW		20 UE	49,00 €	I erm. 35,20 €
(A1) Arabisch - Startstufe 2				
Ort: FW		45 UE	106,50 €	I erm. 75,45 €
(A1 - B1) Deutsch als Zweitsprache - Integrationskurs				
Ort: FW		100 UE		Auf Anfrage
(B2) Deutsch als Zweitsprache - Oberstufe 1				
Ort: FW		100 UE	233,00 €	I erm. 164,00 €
(B1) Deutsch für Alltag und Beruf B1+				
Ort: BSK		45 UE	106,50 €	I erm. 75,45 €



Grundbildung

Vermittlung von grundlegenden Kenntnissen und Fertigkeiten wie Lesen, Schreiben, Rechnen oder ...

Die Angebote ermöglichen Erwachsenen aller Altersgruppen einen neuen Lernanfang. Seien Sie Multiplikator und nutzen Sie unsere persönliche Beratung. Gefördert durch das MBJS und MDJEV aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Landes Brandenburg – Investition in Ihre Zukunft.