

Informatik

PC – Einsteiger	Aktiv
Ort: BSK/EH/ERK/FW Termine erfragen	30 UE 167,40 € erm. 118,08 €
PC – Einsteiger ruhig	
Ort: EH/FW/SCH Termine erfragen	40 UE 112,60 € erm. 79,72 €
Mac – Einsteiger / Linux – Einsteiger	Aktiv
Ort: EH Termine erfragen	21 UE 118,08 € erm. 83,56 €
Übung macht den Meister	
Ort: ERK 29.10.2020	30 UE 85,20 € erm. 60,54 €
PC oder Notebook aufrüsten	Aktiv
Ort: EH/ERK 07.01.2021	6 UE 35,88 € erm. 26,02 €
Tablet / Smartphone – Einsteiger	Aktiv
Ort: BSK/EH/ERK/SCH Termine erfragen	12 UE 68,76 € erm. 49,03 €
Tablet – Einsteiger	Aktiv
Ort: FW 22.09.2020	12 UE 68,76 € erm. 49,03 €
Smartphone – Einsteiger	Aktiv
Ort: FW 27.10.2020	12 UE 68,76 € erm. 49,03 €
iPad / iPhone – Einsteiger	Aktiv
Ort: EH 17.09.2020	12 UE 68,76 € erm. 49,03 €
Tablet/Smartphone – Nutzung	Aktiv
Ort: EH/ERK/SCH Termine erfragen	12 UE 68,76 € erm. 49,03 €
Tablet – Nutzung	Aktiv
Ort: FW 17.11.2020	12 UE 68,76 € erm. 49,03 €
Smartphone – Nutzung	Aktiv
Ort: FW 12.01.2020	12 UE 68,76 € erm. 49,03 €
iPad / iPhone – Nutzung	Aktiv
Ort: EH 12.11.2020	12 UE 68,76 € erm. 49,03 €
Videokonferenz	Aktiv
Ort: EH/ERK/FW Termine erfragen	4 UE 24,92 € erm. 18,34 €
Windows 10 – Umsteiger	Aktiv
Ort: EH 10.11.2020	6 UE 35,88 € erm. 26,02 €
Internet	Aktiv
Ort: ERK 27.10.2020	15 UE 85,20 € erm. 60,54 €
Datensicherung	Aktiv
Ort: BSK/EH/SCH Termine erfragen	6 UE 35,88 € erm. 26,02 €
Digitale Selbstverteidigung	Aktiv
Ort: EH/ERK Termine erfragen	6 UE 35,88 € erm. 26,02 €
Homepage mit WordPress	Aktiv
Ort: ERK 15.01.2021	9 UE 52,32 € erm. 37,52 €
Facebook, Twitter, Instagram, Youtube	Aktiv
Ort: EH/FW 23.01.2021	6 UE 35,88 € erm. 26,02 €
Kaufen und Verkaufen im Internet	Aktiv
Ort: EH/ERK Termine erfragen	9/6 UE Gebühren erfragen
Fotobuch erstellen	Aktiv
Ort: BSK/EH/ERK/FW Termine erfragen	16 UE 90,68 € erm. 64,38 €
Bildbearbeitung – Einstieg	Aktiv
Ort: EH/FW Termine erfragen	8 UE 46,84 € erm. 33,69 €
Bildbearbeitung – Adobe Photoshop Elements	
Ort: ERK 06.11.2020	21 UE 60,54 € erm. 43,28 €
Fit fürs Büro – Tastschreiben am PC	Aktiv
Ort: ERK 29.10.2020	21 UE 118,08 € erm. 83,56 €
Fit fürs Büro – Textverarbeitung / Tabellenkalkulation / Powerpoint	Aktiv
Ort: erfragen Termine erfragen	21 UE 118,08 € erm. 83,56 €
Excel – Komplexe Formeln & Funktionen / Pivot-Tabellen / Diagramme	Aktiv
Ort: EH/ERK Termine erfragen	6 UE 35,88 € erm. 26,02 €

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

Arbeitswelt

Einnahme-Überschuss-Rechnung	in FW Aktiv
Ort: EH/FW Termine erfragen	20 UE Gebühren erfragen
Finanzbuchführung	in FW Aktiv
Ort: EH/FW Termine erfragen	60 UE Gebühren erfragen
Selbstständig – was nun?	Aktiv
Ort: FW 07.11.2020	12 UE 68,76 € erm. 49,03 €
Steuererklärung am PC – verschiedene Kurse	
Ort: BSK/EH/ERK/FW Termine erfragen	4 UE 13,96 € erm. 10,67 €
Elektronische Unterschrift – Zertifikate	
Ort: FW 20.01.2021	2 UE 8,48 € erm. 6,84 €

Gesundheit – Essen – Trinken

Durchblick im Ernährungsdschungel	
Ort: FW 13.01.2020	2 UE 2,00 € erm. 02,00 €
Grüne Smoothies	
Ort: EH 31.08.2020	2 UE 8,48 € erm. 06,84 €
Fingerfood – leicht und raffiniert	Aktiv
Ort: BSK Termine erfragen	4 UE 24,92 € erm. 18,34 €
Vegetarisch – Kochen für Anfänger / Cucina Italiana / Russische Leidenschaft	
Ort: FW Termine erfragen	20/5 UE Gebühren erfragen
Indische Küche / Polnische Küche	Aktiv
Ort: ERK Termine erfragen	6/4 UE Gebühren erfragen
Italienisch kochen (und essen)	
Ort: ERK/SCH Termine erfragen	20 UE 57,80 € erm. 41,36 €
Kochen – Um die Welt	Aktiv
Ort: ERK 30.10.2020	12 UE 68,76 € erm. 49,03 €
Kochen – Verführerisches Menü zu zweit / Für Teenies / Ente gut – alles gut	Aktiv
Ort: ERK Termine erfragen	4/9/8 UE Gebühren erfragen
Kochen – Würzige Küche / Teigwaren selbstgemacht / Brandteig / Superfood Hanf	
Ort: EH Termine erfragen	4 UE 13,96 € erm. 10,67 €
Plätzchen backen für Groß und Klein	Aktiv
Ort: BSK 14.11.2020	4 UE 24,92 € erm. 18,34 €
Lecker backen zu Weihnachten / Pralinenherstellung / Tortenverzierungen	
Ort: EH/FW Termine erfragen	4 UE 13,96 € erm. 10,67 €

Tests und Prüfungen

Vorbereitung Prüfungsformat – telc Deutsch B1	
Ort: FW 05.10.2020 und 18.01.2021	11,22 € erm. 8,75 €
Prüfung – telc Zertifikat Deutsch B1 (Einbürgerung) und B2	
Ort: FW 19.09.2020 und 07.11.2020	148,00 €
Einbürgerungstest	
Ort: EH / FW 1 x monatlich	25,00 €

ZBW Zweiter Bildungsweg

Sekundarstufe I	
Klasse 9	Berufsbildungsreife / Hauptschulabschluss
Klasse 10	Erweiterte Berufsbildungsreife / Erweiterter Hautschulabschluss / 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	Herr Sickers ☎ 03361 7476413 ✉ 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

Bitte beachten:
Bei den Kursterminen kann es auf Grund der Coronasituation zu Verschiebungen kommen.

Programm
Herbst 2020
Auszug



Gesellschaft

Geschichte des Fuchsbaus in Fürstenwalde			
Ort: FW	07.10.2020	2 UE	8,48 € erm. 6,84 €
Familienforschung Aktiv			
Ort: BSK/EH/ERK/FW	Termine erfragen	8 UE	46,84 € erm. 33,69 €
Naturkosmetik – Selbst hergestellt Aktiv			
Ort: BSK	13.01.2021	6 UE	35,88 € erm. 26,02 €
Alles Kräuter – oder was? Aktiv			
Ort: BSK/ERK	Termine erfragen	12 UE	68,76 € erm. 49,03 €
Selbstgemachte Kräuterkiste			
Ort: FW	06.10.2020	4 UE	13,96 € erm. 10,67 €
Kräuterwanderung			
Ort: BSK/EH/ERK	Termine erfragen	4 UE	13,96 € erm. 10,67 €
Gewürze der Welt			
Ort: FW	22.09.2020	10 UE	30,40 € erm. 22,18 €
Baum- und Strauchschnitt / Gehölze veredeln			
Ort: EH	Termine erfragen	6 / 4 UE	Gebühr erfragen
Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung			
Ort: BSK/ERK/FW	Termine erfragen	3 UE	11,22 € erm. 8,75 €
Pflege- und Sozialberatung			
Ort: FW	17.09.2020	4 UE	0,00 € erm. 0,00 €
Umgang mit kindlicher Aggression / mit kindlichen Träumen			
Ort: FW	Termine erfragen	3 UE	Gebühr erfragen
Sexueller Missbrauch – ERKENNEN I / HANDELN II/ ERKENNEN und HANDELN			
Ort: BSK/FW	Termine erfragen	3 UE	3,00 € erm. 3,00 €
Mut zur Erziehung – Elterntaining			
Ort: ERK/FW	Termine erfragen	3 UE	3,00 € erm. 3,00 €
Babysitting			
Ort: FW	12.10.2020	20 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Anders als Andere und alles ist anders			
Ort: FW	04.11.2020	15 UE	44,10 € erm. 31,77 €
Beziehungssysteme bildnerisch gestalten			
Ort: FW	06.01.2021	12 UE	35,88 € erm. 26,02 €
Farbtypberatung – Aktiv			
Ort: FW	11.01.2021	3 UE	19,44 € erm. 14,51 €
Knigge Vorstellungsgespräche / junge Leute / Business-Knigge – verschiedene Kurse			
Ort: EH/ERK/FW	Termine erfragen	4/6 UE	Gebühr erfragen
Meine perfekte Bewerbung			
Ort: ERK	29.09.2020	8 UE	24,92 € erm. 18,34 €
Anti-Ärger-Praxisseminar			
Ort: FW	28.11.2020	7 UE	22,18 € erm. 16,43 €
Kommunikation & Rhetorik – verschiedene Kurse			
Ort: FW/ERK	Termine Erfragen	6 UE	19,44 € erm. 14,51 €
Präsentieren und Referieren			
Ort: ERK	30.01.2021	6 UE	19,44 € erm. 14,51 €
Gut geplant ist fast schon fertig!			
Ort: FW	21.11.2020	5 UE	16,70 € erm. 12,59 €
Letzte Hilfe			
Ort: FW	25.11.2020	4 UE	13,96 € erm. 10,67 €
Nachhaltigkeit – Verkaufen statt wegwerfen			
Ort: ERK	07.11.2020	3 UE	3,00 € erm. 3,00 €
Heizkostenabrechnung verstehen			
Ort: EH/FW	Termine erfragen	2 UE	8,48 € erm. 6,84 €
Eigene Energiewende mit der Sonne			
Ort: ERK	16.11.2020	2 UE	8,48 € erm. 6,84 €
Ausländische Pflegekräfte beschäftigen			
Ort: BSK	04.11.2020	2 UE	8,48 € erm. 6,84 €
Daten- und Kostenfalle Online-Shopping			
Ort: BSK/EH/FW	Termine erfragen	2 UE	8,48 € erm. 6,84 €



Kultur

Eintauchen in die chinesische Kultur Aktiv			
Ort: FW	08.09.2020	30 UE	167,40 € erm. 118,08 €
Kalligraphie – die Kunst des Schreibens			
Ort: ERK	29.10.2020	30 UE	85,20 € erm. 60,54 €
Schreibwerkstatt – Roman / Kreatives Schreiben – Kinderbücher Aktiv			
Ort: ERK	Termine erfragen	24 / 12 UE	Gebühr erfragen
Altdeutsche Schrift – Sütterlin			
Ort: BSK/ERK/FW	Termine erfragen	12 / 9 / 12 UE	Gebühr erfragen
Orientalischer Tanz			
Ort: EH/FW	Termin erfragen	16 UE	46,84 € erm. 33,69 €
Bauchtanz relax für Frauen			
Ort: EH	Termine erfragen	8 UE	24,92 € erm. 18,34 €
Malen und Zeichnen – Grundlagen			
Ort: ERK/FW	Termine erfragen	30 / 12 UE	Gebühr erfragen
Malen und Zeichnen – Materialien entdecken			
Ort: ERK	15.01.2021	10 UE	30,40 € erm. 22,18 €
Malen und Zeichnen – verschiedene Kurse			
Ort: EH/ERK/FW	Termine erfragen	30 UE	85,20 € erm. 60,54 €
Malen und Zeichnen – Stillleben Aktiv			
Ort: BSK	28.10.2020	20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
Möbelgestaltung mit Mineralfarben / Milchfarben / Spezial Aktiv			
Ort: FW	Termine erfragen	4 UE	24,92 € erm. 18,34 €
Mineralfarben – Bilderspecial / Weihnacht Special Aktiv			
Ort: FW	Termine erfragen	4 UE	24,92 € erm. 18,34 €
Fotografieren – Einfach & verständlich / Aufbau & Komposition Aktiv			
Ort: EH/FW	Termine erfragen	9 UE	52,32 € erm. 37,52 €
Blende, Verschlusszeit & Co. Aktiv			
Ort: BSK / ERK	Termine erfragen	7 UE	41,36 € erm. 29,85 €
Fotografieren – Nach Sonnenuntergang / Indian Summer Aktiv			
Ort: EH	Termine erfragen	5 UE	30,40 € erm. 22,18 €
Fotografieren – Der Wald im Herbst			
Ort: ERK	26.09.2020	10 UE	30,40 € erm. 22,18 €
Kreatives Fotografieren mit Smartphone Aktiv			
Ort: EH/ERK/FW	01.12.2020	4 UE	24,92 € erm. 18,34 €
Heimwerken für Frauen Aktiv			
Ort: EH	02.11.2020	9 UE	52,32 € erm. 37,52 €
Stuhlflechten Aktiv			
Ort: ERK	04.11.2020	16 UE	90,68 € erm. 64,38 €
Künstlerische Techniken			
Ort: ERK	29.10.2020	30 UE	85,20 € erm. 60,54 €
Filzen – Erste Schritte / Großeltern-Eltern-Kind-Kurs / Weihnachtsdekoration Aktiv			
Ort: ERK / SCH	Termine erfragen	6 UE	35,88 € erm. 26,02 €
Do it yourself – Handarbeiten für Anfänger Aktiv			
Ort: FW	27.10.2020	15 UE	85,20 € erm. 60,54 €
Stricken und Häkeln – Erste Schritte			
Ort: FW	26.10.2020	10 UE	30,40 € erm. 22,18 €
Nähen – Erste Schritte – verschiedene Kurse Aktiv			
Ort: BSK / EH/ERK/FW	Termine erfragen	20 / 6 UE	Gebühr erfragen
Nähen – Lieblingsstücke Aktiv			
Ort: EH/ERK/FW	Termine erfragen	20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
Nähen – Groß-/Eltern-Kind-Kurs Aktiv			
Ort: ERK/FW	Termine erfragen	20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
Nähen nach Schnittmuster Aktiv			
Ort: FW	08.09.2020	20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
Genähte Vorweihnachtszeit Aktiv			
Ort: FW	14.11.2020	4 UE	24,92 € erm. 18,34 €



Gesundheit

Nächtliche Träume – Problemlöser?			
Ort: FW	14.01.2021	2 UE	2,00 € erm. 2,00 €
Pflegebedürftig – Was nun?			
Ort: EH	11.11.2020	3 UE	9,90 € erm. 7,83 €
Demenz			
Ort: EH	18.11.2020	3 UE	9,90 € erm. 7,83 €
Pflege- und Sozialberatung			
Ort: FW	17.09.2020	4 UE	0,00 € erm. 0,00 €
Augentraining – Stärkung der Sehkraft – Aktiv			
Ort: EH/ERK	Termine erfragen	5 UE	30,40 € erm. 22,18 €
Babysitting			
Ort: FW	12.10.2020	20 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Babyschwimmen – Aktiv			
Ort: EH	02.09.2020	6 UE	35,88 € erm. 25,02 €
Selbstverteidigung – verschiedene Kurse			
Ort: EH/FW	Termine erfragen	20 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Fitness und Kampfkunst für Frauen			
Ort: FW	07.09.2020	20 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Beckenbodentraining für Frauen			
Ort: FW	23.10.2020	20 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Pilates			
Ort: FW	03.09.2020	20 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Malen und Zeichnen – Entspannungsmalen			
Ort: ERK	06.11.2020	10 UE	30,40 € erm. 22,18 €
Gesund und fit ins Neue Jahr			
Ort: FW	09.01.2021	14 UE	41,36 € erm. 29,85 €
Fünf Tibeter* Aktiv			
Ort: FW	28.09.2020	20 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Tai Chi Aktiv			
Ort: BSK	28.10.2020	20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
Tiefenentspannung			
Ort: FW	22.09.2020	12 UE	35,88 € erm. 26,02 €
Mentaltraining			
Ort: FW	21.11.2020	20 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Meditation zum Kennenlernen – Aktiv			
Ort: ERK	20.11.2020	8 UE	46,84 € erm. 33,69 €
Autogenes Training zum Kennenlernen – Aktiv			
Ort: ERK	14.01.2021	10 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Entspannungskurs – Aktiv			
Ort: ERK	29.10.2020	10 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Autogenes Training – verschiedene Kurse			
Ort: BSK/FW	Termine erfragen	10 / 20 UE	Gebühr erfragen
Ayurvedische Fußmassage			
Ort: ERK	06.11.2020	8 UE	24,92 € erm. 18,34 €
Hatha-Yoga – verschiedene Kurse			
Ort: EH/ERK	Termine erfragen	30 UE	85,20 € erm. 60,54 €
Kundalini-Yoga			
Ort: BSK/EH	Termine erfragen	30 UE	85,20 € erm. 60,54 €
Feldenkrais – verschiedene Kurse In ERK Aktiv			
Ort: ERK/FW	Termine erfragen	20 UE	Gebühr erfragen
Rückenfit			
Ort: EH	28.10.2020	20 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Abkürzungen			
BSK = Beeskow	EH = Eisenhüttenstadt	ERK = Erkner	
FW = Fürstenwalde	SCH = Schöneiche	BRI = Briesen	



Sprachen

(A1) Englische Startstufe			
Ort: BSK/EH/ERK/FW		30 / 45 UE	Gebühren erfragen
(A2) Englisch Grundstufe			
Ort: EH/ERK/FW		45 UE	126,30 € erm. 89,31 €
(B1) Englisch Mittel- und Aufbaustufe			
Ort: EH/ERK/FW		30 / 45 UE	Gebühren erfragen
(B2 – C1) Englisch-Oberstufe und English Advanced			
Ort: FW		30 / 45 UE	Gebühren erfragen
(A1 – B2) English Refresher			
Ort: BSK / ERK / FW		30 / 45 UE	Gebühren erfragen
(A2 – C1) English Conversation			
Ort: BSK / EH / ERK		30 / 45 UE	Gebühren erfragen
(A2) English Business Aktiv			
Ort: EH		30 UE	167,40 € erm. 118,08 €
(A1 – B1) Englisch auf die ruhige Art am Tage			
Ort: EH/ERK/FW/SCH		20 / 30 UE	Gebühren erfragen
(A1 – A2) Polnisch Startstufe und Grundstufe			
Ort: BSK / EH / ERK / FW		20 / 30 / 45 UE	Gebühren erfragen
(A1 – B1) Französisch Startstufe und Grundstufe			
Ort: EH/ERK/FW		30 / 45 UE	Gebühren erfragen
(B1) Französisch Conversation B1			
Ort: ERK		45 UE	126,30 € erm. 89,31 €
(A1 – B1) Spanisch Start-, Grund- und Mittelstufe			
Ort: EH/ERK/FW		30 / 45 UE	Gebühren erfragen
(A1 – B2) Spanisch Auffrischung und Konversation			
Ort: BSK/ERK		30 / 45 UE	Gebühren erfragen
(A1) Spanisch auf die ruhige Art am Tage und für die Reise			
Ort: ERK		30 UE	85,20 € erm. 60,54 €
(A1 – A2) Italienisch Startstufe und Grundstufe			
Ort: ERK / FW		45 UE	126,30 € erm. 89,31 €
(A1 – A2) Russisch Startstufe, Grundstufe und Auffrischung Aktiv			
Ort: EH / FW		20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
(A1) Schwedisch, Norwegisch und Bulgarisch für die Reise			
Ort: FW		20 / 30 UE	Gebühren erfragen
(A1) Chinesisch spielend lernen Aktiv			
Ort: ERK / FW		20 / 45 UE	Gebühren erfragen
(A1 – B1) Deutsch als Zweitsprache – Integrationskurs			
Ort: FW		100 UE	Gebühren erfragen
(A1 – A2) Deutsch als Zweitsprache – Start- und Grundstufe			
Ort: ERK / FW		45 / 100 UE	Gebühren erfragen
(B1) Deutsch als Zweitsprache – Mittelstufe			
Ort: EH		45 UE	126,30 € erm. 89,31 €
(B2) Deutsch als Zweitsprache – Oberstufe			
Ort: ERK / FW		100 UE	277,00 € erm. 194,80 €
Vorbereitung Prüfungsformat telc Deutsch B1			
Ort: FW		3 UE	11,22 € erm. 8,75 €



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.