



VHS ALSERGRUND WÄHRING DÖBLING

Kursprogramm Frühjahr 2018



JOUR FIXE



**Jeden 1. Mittwoch im Monat
Offene Diskussion mit GästInnen**

Eintritt frei – Detailprogramm anfordern



AUSSTELLUNGEN

Freier Eintritt – Sie sind herzlich willkommen!



Siehe auch die Infos auf den Seiten 32 und 33

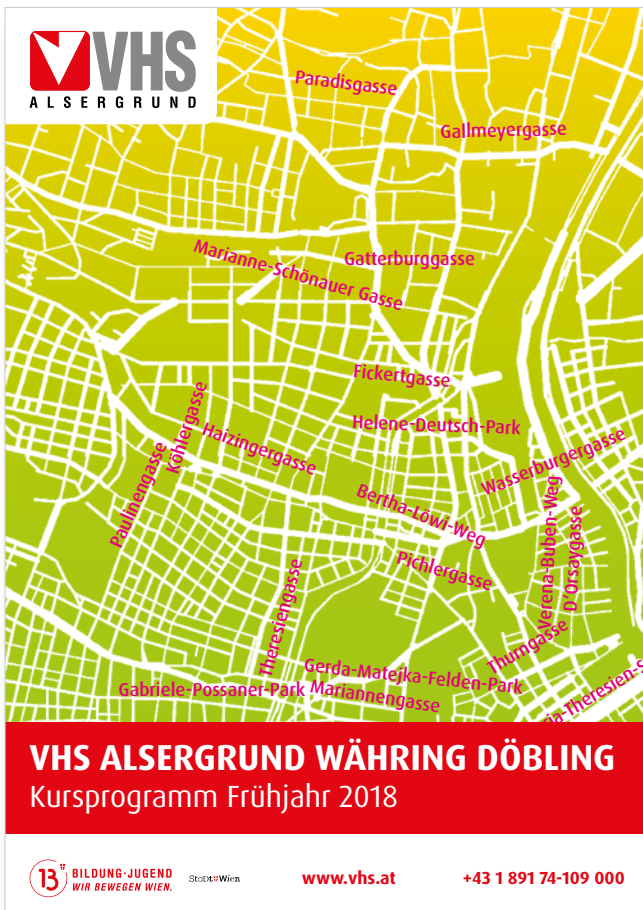


**Mineralien bestimmen
Mineralien bearbeiten
an Sammelexkursionen teilnehmen**



***eigene Werkstatt, systematische Sammlung, Fachbibliothek, erfahrenes Expertenteam**

Neue Mitglieder sind jederzeit willkommen! Siehe auch Seite 26



Cover: Straßen und Parks in den Bezirken 9, 18 und 19, die nach Frauen benannt sind. Ein Kartenausschnitt.
artwork: www.spunk.at

VORWORT	2
SOMMER 2018	3
SPRACHEN	
Fremdsprachen	4
Deutschkurse	13
WIRTSCHAFT UND PERSÖNLICHKEIT	
Buchhaltung und Rechnungswesen	18
Kommunikation und Soziale Kompetenz	18
Dolmetschen im Asylverfahren	21



Gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse“
des Österreichischen Umweltzeichens,
Johann Sandler GesmbH & Co KG, UW-Nr. 750

COMPUTER UND MULTIMEDIA

IT-Einführung	22
Betriebssysteme	23
Office	23
Internet und Sicherheit	23
Handy und Tablet	24
Multimedia	25

NATURWISSENSCHAFT, TECHNIK UND UMWELT

Mineralogie	26
Pflanzentauschbörse	27

POLITIK UND GESELLSCHAFT

Politisches Café	28
Geschichte und Gesellschaft	29

KUNST UND KULTUR

Ausstellungen und Veranstaltungen	32
Kunst und Kulturgeschichte	34
Spiel und Hobby	35
Literatur	35
Musik	35
Darstellende Kunst	37
Bildende Kunst	38
Angewandte Kunst und Handwerk	40

GESUNDHEIT UND BEWEGUNG

Wissen über Gesundheit	42
Entspannung und Körperwahrnehmung	42
Fernöstliche Bewegungskulturen	43
Körperwahrnehmung	45
Selbstverteidigung	46
Funktionelle Gymnastik	46
Gesundheit am Samstag	48
Fitnesskarte	50
Fitness	51
Kondition und Ausdauer	52
Tanz	53

KINDER UND ELTERN

Sprachen	54
Kunst und Kultur	54
Turnen, Tanz und Spiel	55

CAMPUS

SERVICE

Anmeldung	2
Iconlegende	60
Alle Einrichtungen	62
AGB	63
MitarbeiterInnen und Öffnungszeiten	64
Lageplan	65

Impressum: Forum der Wiener Volkshochschulen Nr. 978/2017,
Ausgabe VHS Alsergrund Währing Döbling
Zulassungsnummer: MZ 02z031494M, P.b.b., Erscheinungsort: Wien
Herausgeber, Medieninhaber:
Die Wiener Volkshochschulen GmbH, Lustkandlgasse 50, 1090 Wien
Für den Inhalt verantwortlich:
Herbert Schweiger MBA, MA, Geschäftsführer;
Mag.^a Monika Reif, Direktorin VHS Alsergrund, Währing, Döbling
Grafik: spunk grafik design und text
Druck: sandlerprint&packaging, Druckereiweg 1, 3671 Marbach an der
Donau



Foto: SchaubWalzer



Foto: Petramer



Foto: medwed-people.com

Der Ort, an dem sich die Wienerinnen und Wiener jeden Alters mit Neugier und Wissensdurst begegnen sind die Wiener Volkshochschulen. Hier ist Bildung niederschwellig und meist gleich ums Eck erreichbar. 35 Standorte und 11 spezialisierte Einrichtungen bürgen dafür. Den Wissensschatz, den Sie hier erwerben, sollen Sie aber nicht nur mitnehmen, sondern im besten Fall auch teilen: Denn die Freude, Neues zu entdecken, stärkt den Zusammenhalt in unserer Stadt und machte Wien mit zu einer internationalen Metropole, die sich durch ihre hohe Lebensqualität, aber auch als hervorragender Wissensstandort auszeichnet.

Die Wiener Volkshochschulen zählen zu den größten „Freundschaftsmotoren“ der Stadt. Schließlich verbindet nichts so einfach und über alle sozialen und kulturellen Grenzen hinweg wie das gemeinsame Bildungsziel – sei es aufgrund privater Interessen oder für das berufliche Weiterkommen durch Qualifizierung. Egal, welche Bildungspläne Sie gerade fassen, in den Wiener Volkshochschulen können Sie diese gemeinsam mit anderen verwirklichen – ob es um das Erlangen von Berufsabschlüssen, Zertifikaten im Sprach- und Computerbereich, die Entfaltung der persönlichen Kreativität oder Verbesserung der körperlichen Fitness geht. Mit der kostenlosen Lernhilfe „Förderung 2.0“ steht zudem für Schülerinnen und Schüler eine wichtige Unterstützung beim Lernerfolg bereit. Lassen Sie sich von den Angeboten auf den folgenden Seiten inspirieren! Wir wünschen Ihnen viel Freude und Erfolg beim Besuch der Wiener Volkshochschulen!

Mag. Jürgen Czernohorsky
Stadtrat für Bildung und
Integration

Dr. Michael Ludwig
Stadtrat für Wohnen, Wohn-
bau und Stadterneuerung
Aufsichtsratsvorsitzender
VHS Wien

Liebe Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer,

sicher haben Sie es schon bemerkt: Die Straßennamen auf dem Cover dieses Kursprogrammes sind „weiblich“. Jeder Name steht für die Geschichte einer Frau.

Zum Beispiel die „Gatterburggasse“ in Döbling, die auch die Adresse eines VHS Standortes ist.

Obgleich meine erste Wiener Wohnadresse als junge „Zuagraste“ vor bald 40 Jahren ein Untermietzimmer ums Eck der Gatterburggasse war, fiel mir erst vor etlichen Monaten eine Statue auf. Inschrift: „Der hochgeborenen Frau Therese Gräfin Gatterburg. Geboren am 26. Juli 1783. Gestorben am 6. Mai 1849.“ Nach ihr, der ehemaligen Besitzerin der Herrschaft Oberdöbling, wurde die Gatterburggasse 1894 benannt.

Auch die Namensgeberin des Gerda-Matejka-Felden-Parks im Alsergrund ist Teil meines Alltags. Die Malerin und Volksbildnerin (1901-1984) war die Gründerin der Künstlerischen Volkshochschule, die ich seit einigen Jahren aufbauend auf ihr Motto „Kunst für alle“ leiten darf. Der dem Haus nahegelegene Park wurde 2004 nach ihr benannt.

Ich bin froh, in der VHS zu arbeiten. Da bin ich gefordert meine Wahrnehmung zu hinterfragen und bekomme Impulse zum Nachforschen, Aufklären und Differenzieren. Ich freue mich, wenn auch Ihnen das eine Freude ist. Im vorliegenden Programm haben wir versucht, dafür für Sie entsprechende Angebote zu machen und freuen uns, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.

Herzlich mit dem
Team der VHS Alsergrund, Währing, Döbling,
Mag.ª Monika Reif, Direktorin

ANMELDUNG UND BERATUNG:

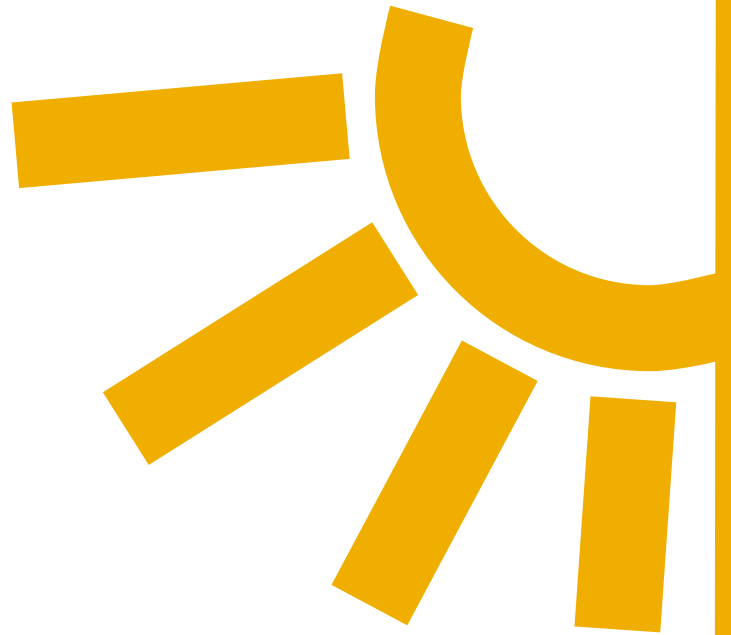
- ➔ Die Buchungen werden in der Reihenfolge ihres Einlangens bearbeitet.
- ➔ Die Buchung ist in jedem Fall ein verbindlicher Vertragsabschluss und verpflichtet zur Zahlung des Kursbeitrags.
- ➔ Bitte beachten Sie, dass der Anmeldeschluss grundsätzlich sieben Werktage vor Kursbeginn ist – ausgenommen es ist anderes angegeben.
- ➔ Bitte beachten Sie unsere AGBs auf Seite 63.

Anmeldung
persönlich: KundInnenservice
der VHS Alsergrund, VHS Döbling,
VHS Heiligenstadt sowie an jeder
anderen Wiener VHS

E-Mail: alsergrund@vhs.at
doebbling@vhs.at
heiligenstadt@vhs.at
Website: www.vhs.at/alserground

Zahlungsarten
Barzahlung, Bankomat, Kreditkarten,
Erlagschein, Onlinebanking
Unsere KollegInnen im KundInnenservice
beraten Sie gerne!

AUCH IM SOMMER FREUEN WIR UNS AUF SIE!



... mit Angeboten wie:

SUMMERCARD

Auch im kommenden Sommer wird es die „summercard“ geben – mit der Sie viele Kurse im Juli und August zum halben Preis besuchen können. Die Karte selbst kostet wieder € 34,00.

FIT IM SOMMER

Wie im letzten Sommer unser Angebot an Sie, damit Sie in Bewegung bleiben!

Von Anfang Juli durchgehend bis zum Semesterbeginn im September:

- 16 Stunden Fitness und Gesundheit pro Woche um € 18,90
- von Juli bis September
- Montag–Donnerstag, vormittags und/oder am Abend

Stellen Sie sich Ihr persönliches Gymnastikprogramm zusammen – je nachdem, wozu Sie gerade Lust haben und wie es Ihre Urlaubs- oder Freizeitpläne zulassen!

SEPTEMBERKARTE DÖBLING

Mit diesem neuen Angebot der **VHS Döbling und VHS Heiligenstadt** können Sie vor dem Semesterbeginn viele Angebote zum Ausprobieren und Kennenlernen in Anspruch nehmen!

Das Detailprogramm unserer Sommerkurse 2018 gibt es ab Mai 2018

SPRACHEN



Fickertgasse (19., Oberdöbling)

1926 benannt nach der Frauenrechtlerin und Sozialreformerin **Auguste Fickert (1855–1910)**. Sie setzte sich für die rechtliche Unterstützung von Frauen ein und initiierte die erste Rechtsschutzstelle für unbemittelte Frauen in Österreich. Außerdem wirkte sie mit, dass Frauen Berufsvertretungen erhielten und ihnen der Weg zu den Hochschulen möglich gemacht wurde.

(Quelle: <http://genderatlas.at/schule/articles/strassennamen.html>)

FREMDSPRACHEN

Mehrsprachigkeit und sprachliche Vielfalt

Mehrsprachigkeit wird an der VHS Wien groß geschrieben: wir sehen sprachliche Vielfalt als große Bereicherung und schätzen den Wert, den die Kenntnis mehrerer Sprachen hat. Bessere Sprachkenntnisse sind ein Beitrag zu einem besseren Zusammenleben aller Menschen in Wien, daher bieten wir einerseits Deutschkurse für MigrantInnen an, andererseits auch Kurse in den Sprachen, die in Wien häufig gesprochen werden sowie zahlreiche andere europäische und außereuropäische Fremdsprachen.

Beratung und Einstufung

Eine erste Orientierung bietet unser Raster zur Selbsteinschätzung von Sprachkenntnissen. Zusätzlich laden wir Sie zu einem kostenlosen Beratungs- und Einstufungsgespräch in die VHS ein. Bitte beachten Sie dabei die jeweils am Kapitelbeginn der gewünschten Zielsprache angegebenen Beratungstermine.

Kursformate und Niveaustufen

Je nachdem, welches Ziel Sie mit dem Erlernen einer Sprache verfolgen und wie viel Zeit Sie sich hierfür nehmen möchten, können Sie an der VHS Wien aus Kursen in verschiedenen Formaten mit unterschiedlichen Schwerpunkten wählen. Diese orientieren sich am „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“ (GERS) und sind in die sechs Niveaustufen A1, A2, B1, B2, C1 und C2 gegliedert. Eine detaillierte Beschreibung der damit verbundenen Lernziele finden Sie in diesem Kapitel in unserem Raster zur Selbsteinschätzung.

Methodik und Lernmaterialien

Wir verstehen Sprache als Mittel zur Kommunikation. Das heißt, in unseren Sprachkursen üben Sie, mit der Fremdsprache in unterschiedlichen Situationen zu unterschiedlichen Themen zu kommunizieren. Dies beinhaltet Aufgaben zu den vier Fertigkeiten Hören, Lesen, Sprechen und Schreiben sowie zu Wortschatz, Aussprache, Rechtschreibung und Grammatik. Unsere KursleiterInnen unterstützen Sie gerne dabei, die Fremdsprache ab der allerersten Unterrichtseinheit zu verwenden. Dabei kommen an der VHS Wien unterschiedliche Lernmaterialien zum Einsatz: in einigen Kursen wird mit Lehrwerken gearbeitet, in anderen mit authentischen Texten und von unseren KursleiterInnen selbst erstellten Materialien. Bitte beachten Sie, dass Lehrbücher nicht in der Kursgebühr inkludiert sind und warten Sie den ersten Kurstermin ab, bevor Sie sich ein Lehrwerk kaufen.

Gruppengrößen und Kursgebühren

Die Sprachkurse der VHS Wien werden standardmäßig mit 6-15 TeilnehmerInnen durchgeführt. Das ermöglicht individuelles Arbeiten in überschaubaren Gruppen. Für diese Gruppengröße beträgt die Gebühr pro Unterrichtseinheit (50 Minuten) € 6,90 pro Person. Für speziellere Sprachkurse gibt es auch die Möglichkeit des Kleingruppenkurses mit 4 bis maximal 5 Personen zu einer Gebühr von € 10,30 pro Unterrichtseinheit pro Person. Wenn Sie aus Gründen der Flexibilität Einzelunterricht wünschen, organisieren wir diesen ebenfalls sehr gerne in jeder von uns angebotenen Sprache für Sie. Bitte wenden Sie sich diesbezüglich an den VHS-Standort Ihrer Wahl.



→ **Kostenloses Schnuppern in der 1. Kurswoche**

→ **Eine Unterrichtseinheit (UE) umfasst**

50 Minuten Unterricht und 10 Minuten Pause.

→ **Semesterbeginn: 12. Februar 2018**

DEUTSCH ALS ZWEITSPRACHE

Die VHS Wien führt jährlich über 1.000 Deutschkurse durch. Sowohl AnfängerInnen als auch Fortgeschrittene finden ein breites Angebot an unterschiedlich intensiven Formaten und verschiedenen Schwerpunkten.

Für viele unserer Kurse können Sie diverse Gutscheine einlösen – sei es der Gutschein des Österreichischen Integrationsfonds (ÖIF), ein Sprachgutschein der Stadt Wien oder auch Gutscheine der Wiener Arbeiterkammer (AK).

Als lizenziertes Prüfungszentrum des international anerkannten Österreichischen Sprachdiploms (ÖSD) bieten wir außerdem ÖSD-Prüfungen und dazugehörige Vorbereitungskurse an.

DEUTSCHKURSE
KURSEVI N(Ā)EMAĀKOG JEZIKA
ALMANĀA KURSĀARI
GERMAN COURSES

Erhältlich an jeder VHS

PROGRAMMHEFT DEUTSCHKURSE

- Information zu Einstufungs- und Kursberatung
- Allgemeine Deutschkurse, Integrationskurse, Deutschkurse mit verschiedenen Schwerpunkten (für den Beruf, Schreiben, Grammatik, Konversation, ...)
- ÖSD-Prüfungen und Prüfungsvorbereitungen
- Erstsprachen-Kursangebot der VHS Wien

Kostenlos bestellen unter:
info@vhs.at oder +43 1 893 00 83

ARABISCH

Arabisch A1+

5113900	Bakk. Hassaan Noseir, BA	€ 138,00
12. Feb–30. Apr	Mo 19:00–21:00	20 UE / 10 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund		

Arabisch A1+/A1++

Wiederholung und Auffrischung

5113901	Bakk. Hassaan Noseir, BA	€ 155,30
12. Feb–11. Jun	Mo 17:30–19:00	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund		

ENGLISCH

Beratung und Information:

1. Feb Do 17:00–19:00

VHS Alsergrund

Englisch A1

5153375		€ 185,40	Klein GRUPPE
15. Feb–17. Mai	Do 10:30–12:00	18 UE / 12 x / 4–5 TN	
VHS Heiligenstadt			

5113370	Maria Alejandra Benavent	€ 185,40	Klein GRUPPE
21. Feb–16. Mai	Mi 9:00–10:30	18 UE / 12 x / 4–5 TN	
VHS Alsergrund			

Englisch A1+

5143301	Jolanta Belik	€ 155,30	AK
13. Feb–19. Jun	Di 18:00–19:30	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN	
VHS Döbling			

5153300	Lukasz Kwiatek, BA	€ 155,30	AK
14. Feb–30. Mai	Mi 17:30–19:00	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN	
VHS Heiligenstadt			

Englisch A1+/A1++

5113300	Renate Steinwender	€ 185,40	Klein GRUPPE
12. Feb–14. Mai	Mo 9:00–10:30	18 UE / 12 x / 4–5 TN	
VHS Alsergrund			

Auffrischung und Wiederholung

5113315	Jolantha Belik	€ 138,00	AK
5. Mär–28. Mai	Mo 19:00–21:00	20 UE / 10 x / 6–15 TN	
VHS Alsergrund			

Englisch A2

5153321	Dr.ⁱⁿ Kathy Louise Allison	€ 155,30
13. Feb–5. Jun	Di 9:00–10:30	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt		

Wiederholung und Auffrischung

5113365	Dipl. Mast. Sonia Bader-Klickovic	€ 138,00	AK
1. Mär–17. Mai	Do 18:30–20:30	20 UE / 10 x / 6–15 TN	
VHS Alsergrund			



Englisch A2+

5153322 **Lukasz Kwiatek, BA** € 165,60
 14. Feb–9. Mai Mi 19:00–21:00 24 UE / 12 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5113311 **Renate Steinwender** € 154,50
 15. Feb–26. Apr Do 10:30–12:00 15 UE / 10 x / 4–5 TN
VHS Alsergrund

5153320 **Maria Alejandra Benavent** € 155,30
 16. Feb–1. Jun Fr 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

Englisch B1

5143311 **Maria Alejandra Benavent** € 155,30
 13. Feb–5. Jun Di 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling

5113326 **Renate Steinwender** € 155,30
 14. Feb–30. Mai Mi 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

für Personen 60+

5153331 **Maria Alejandra Benavent** € 185,40
 15. Feb–17. Mai Do 9:00–10:30 18 UE / 12 x / 4–5 TN
VHS Heiligenstadt

Englisch B2

Konversation

5153342 **Dr.ⁱⁿ Kathy Louise Allison** € 155,30
 14. Feb–30. Mai Mi 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5153350 **Lukasz Kwiatek, BA** € 124,20
 16. Feb–23. Mär Fr 17:00–20:00 18 UE / 6 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

Englisch B1/B2

Business Conversation

Conversations will be held on a variety of business-related topics, including for instance: economic and social issues, world of work, globalisation, intercultural communication, gender and equality issues at work. Improve your Business English vocabulary and speaking skills by learning about and discussing real world events. This is also a good chance to voice your opinion and be heard!

5113355 **Peter Waugh** € 150,00
 5. Mär–28. Mai Mo 19:00–21:00 20 UE / 10 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Englisch B1/B1+

5113317 **Maria Alejandra Benavent** € 124,20
 21. Feb–16. Mai Mi 14:00–15:30 18 UE / 12 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Englisch B1+

5113350 **Jolantha Belik** € 155,30
 12. Feb–11. Jun Mo 17:30–19:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Englisch B2

5113305 **Renate Steinwender** € 155,30
 14. Feb–30. Mai Mi 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Englisch C1

5143310 **Maria Alejandra Benavent** € 155,30
 13. Feb–5. Jun Di 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling

5113363 **Maria Alejandra Benavent** € 155,30
 14. Feb–30. Mai Mi 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5113304 **Renate Steinwender** € 155,30
 12. Feb–11. Jun Mo 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5153341 **Maria Alejandra Benavent** € 155,30
 16. Feb–1. Jun Fr 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5143310 **Maria Alejandra Benavent** € 82,80
 5. Apr–17. Mai Fr 16:00–18:00 12 UE / 6 x / 6–15 TN
VHS Döbling

Englisch C1

Konversation

5153351 **Dr.ⁱⁿ Kathy Louise Allison** € 155,30
 13. Feb–5. Jun Mi 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5153352 **Dr.ⁱⁿ Kathy Louise Allison** € 155,30
 13. Feb–5. Jun Di 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5113375 **Renate Steinwender** € 154,50
 14. Feb–26. Apr Do 9:00–10:30 15 UE / 10 x / 4–5 TN
VHS Alsergrund

Englisch C1 CAE Prüfungsvorbereitung

Cambridge Certificate in Advanced English

In diesem Kurs werden Sie gezielt auf die einzelnen – sowohl schriftlichen als auch mündlichen – Prüfungsteile für das „Certificate in Advanced English“ vorbereitet, das vom British Council koordiniert wird. Vorbesprechung, Beratung und Eingangstest am am Fr 6. 4. 2017 von 17:00–19:00. www.britishcouncil.at

5113380 **Christian Fuchs** € 151,20
 13. Apr–18. Mai Fr 18:00–21:00 18 UE / 6 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

→ siehe auch Englisch für Kinder Seite 54

→ Semesterbeginn: 12. Februar 2018



FRANZÖSISCH


Beratung und Information:

1. Feb Do 17:00–19:00

VHS Alsergrund

Französisch A1


Methode PDL (A1/A1+)

5113412 Mag.^a D. Kerschbaumer-de Valon € 123,60 
15. Feb–22. Mär Do 9:00–10:40 12 UE / 6 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund

5113420 Clémence Figeac, MA € 155,30
1. Mär–28. Jun Do 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5113425 € 206,00 
9. Apr–18. Jun Mo 10:30–12:30 20 UE / 10 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund

Französisch A1+

5153400 Florian Guy € 155,30
12. Feb–11. Jun Mo 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Heiligenstadt

5113405 Florence Strelbl-Jouet € 155,30
12. Feb–11. Jun Mo 17:00–18:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund


5113401 Clémence Figeac, MA € 155,30
15. Feb–14. Jun Do 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

Französisch A2

5113414 Florence Strelbl-Jouet € 165,60
16. Feb–11. Mai Fr 17:00–19:00 24 UE / 12 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5113415 Mag.^a Hildegund Frank € 124,20 
20. Feb–29. Mai Di 14:00–15:15 18 UE / 12 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund


PDL – Psychodramaturgie Linguistique

Fremdsprache muss nicht fremd sein – und auch mit wenigen Wörtern lässt sich viel sagen. Wer mit der Aussprache ver“traut“ ist, „traut“ sich, zu kommunizieren. Angstfrei die Sprache entdecken und damit zu experimentieren, um sie sich anzueignen, ist eines der Ziele der PDL.

Diese Methode ermöglicht den Lernenden einen natürlichen Zugang zur Fremdsprache. Durch verschiedene Aktivitäten werden sie mit Rhythmus und Melodie vertraut, und sind schnell in der Lage, sich spontan auszudrücken, und miteinander zu kommunizieren. Spezielle Techniken unterstützen ein entspanntes und effektives Lernen im eigenen Tempo.


Französisch A2/B1

Methode PDL (A2/B1)

5113413 Mag.^a D. Kerschbaumer-de Valon € 123,60 
17. Mai–28. Jun Do 9:00–10:40 12 UE / 6 x / 4–5 TN


VHS Alsergrund

Wiederholung und Auffrischung

5113410 Florence Strelbl-Jouet € 164,80 
12. Feb–16. Apr Mo 18:30–20:30 16 UE / 8 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund

Französisch A2+

5153401 Florian Guy € 185,40 
12. Feb–14. Mai Mo 12:00–13:30 18 UE / 12 x / 4–5 TN

VHS Heiligenstadt

5113423 Mag.^a Marguerite Vischner € 155,30
16. Feb–1. Jun Fr 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

→ Französische Regionen

Elsaß, Sud-West, Provence, Alpen

Französisch B1

Schwerpunkt: Geografie, Spezialitäten und Tipps für die Reise

5113451 Mag.^a Marie Aubet € 55,20
22. Feb, 22. Mär, 26. Apr, 24. Mai Do 10:30–13:30 8 UE / 4 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

Französisch B1

Konverstation

5143400 Florence Strelbl-Jouet € 155,30
12. Feb–11. Jun Mo 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Döbling

Französisch B1+

5113404 Mag.^a Marguerite Vischner € 155,30
14. Feb–30. Mai Mi 19:00–20:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

Französisch B2

5143401 Florence Strelbl-Jouet € 103,50
12. Feb–11. Jun Mo 10:30–11:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Döbling

5113402 Mag.^a D. Kerschbaumer-de Valon € 155,30
14. Feb–24. Jan Mi 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

→ **Kostenloses Schnuppern in der 1. Kurswoche**



Französisch B2+

5113452 Mag.^a Marguerite Vischner € 155,30
 14. Feb–30. Mai Mi 17:30–19:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Alsergrund

5113453 Mag.^a Marguerite Vischner € 155,30
 16. Feb–1. Jun Fr 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Alsergrund

Französisch C1

5113422 Mag.^a D. Kerschbaumer-de Valon € 155,30
 13. Feb–5. Jun Di 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Alsergrund

GEBÄRDENSPRACHE

Gebärdensprache (ÖGS) A1

5113200 Michaela Martin € 165,60 
 15. Feb–17. Mai Do 17:00–19:00 24 UE / 12 x / 6–15 TN
 VHS Alsergrund


Gebärdensprache (ÖGS) A1+/A1++


Wiederholung und Auffrischung

5113201 Michaela Martin € 123,60 
 15. Feb–22. Mär Do 19:00–21:00 12 UE / 6 x / 4–5 TN
 VHS Alsergrund

GRIECHISCH

Griechisch A1

5113707 DIⁱⁿ Kyriaki Tombouli € 185,40 
 5. Mär–26. Jan Mo 10:30–12:30 18 UE / 12 x / 4–5 TN
 VHS Alsergrund

5113709 Sevasti Gialamatzakis € 206,00 
 11. Apr–13. Jun Mi 15:00–17:00 20 UE / 10 x / 4–5 TN
 VHS Alsergrund


Griechisch A1+

5113704 DIⁱⁿ Kyriaki Tombouli € 155,30
 16. Feb–1. Jun Fr 10:00–11:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Alsergrund


5113708 Sevasti Gialamatzakis € 155,30
 16. Feb–1. Jun Fr 10:00–11:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Alsergrund

Griechisch A1++/A2

Auffrischung und Wiederholung

5113700 Volker Publig-Sakellakou € 185,40 
 13. Feb–15. Mai Di 18:00–19:30 18 UE / 12 x / 4–5 TN
 VHS Alsergrund

Griechisch A2+

5113703 DIⁱⁿ Kyriaki Tombouli € 185,40 
 14. Feb–9. Mai Mi 10:00–11:30 18 UE / 12 x / 4–5 TN
 VHS Alsergrund

Griechisch B1+

5113706 DIⁱⁿ Kyriaki Tombouli € 185,40 
 12. Feb–14. Mai Mo 9:30–11:00 18 UE / 12 x / 4–5 TN
 VHS Alsergrund

Griechisch B2

5113705 Volker Publig-Sakellakou € 185,40 
 13. Feb–15. Mai Di 16:30–18:00 18 UE / 12 x / 4–5 TN
 VHS Alsergrund

ITALIENISCH

Beratung und Information:

1. Feb Do 17:00–19:00

VHS Alsergrund

Italienisch A1

5113508 Mag.^a Chiara Massini € 155,30
 13. Feb–5. Jun Di 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Alsergrund

5153512 Laura Bruna Nosé € 155,30
 16. Feb–1. Jun Fr 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Heiligenstadt

Italienisch A1+

5113504 Mag.^a Chiara Massini € 155,30
 13. Feb–5. Jun / Di 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Alsergrund

5113506 Laura Bruna Nosé € 155,30
 15. Feb–14. Jun Do 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Alsergrund

Italienisch A1++

5153504 Mag.^a Antonella Morelli € 155,30
 14. Feb–30. Mai Mi 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Heiligenstadt

5153507 Mag. Paolo Pace € 155,30
 14. Feb–30. Mai Mi 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Heiligenstadt

Italienisch A2

5153510 Giovanni Casula € 155,30
 13. Feb–5. Jun Di 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Heiligenstadt

5113521 Dott.^{ssa} Laura Isnenghi € 155,30
 14. Feb–30. Mai Mi 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Alsergrund

→ **Kostenloses Schnuppern in der 1. Kurswoche**




Italienisch A2+

5113513 Mag.^a Antonella Morelli € 155,30
12. Feb–11. Jun Mo 11:00–12:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5113502 Dr.ⁱⁿ Pina Rizzello € 155,30
14. Feb–30. Mai Mi 17:40–18:55 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5153508 Mag. Paolo Pace € 155,30
14. Feb–30. Mai Mi 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

Italienisch B1

5153501 Dr.ⁱⁿ Chiara Ferrari Toniolo € 185,40 
12. Feb–14. Mai Mo 9:00–10:30 18 UE / 12 x / 4–5 TN
VHS Heiligenstadt

5113515 Angela Breda € 155,30
12. Feb–11. Jun Mo 18:30–20:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5113500 Natascia Caltagirone-Kammerer € 155,30
13. Feb–5. Jun Di 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund


5153509 Giovanni Casula € 124,20
13. Feb–29. Mai Di 18:00–19:30 18 UE / 12 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5143700 Dr.ⁱⁿ Bernadette Sabatelli € 231,80 
14. Feb–30. Mai Mi 17:30–19:00 18 UE / 12 x / 4–5 TN
VHS Döbling

5143700 Giovanni Casula € 124,20
14. Feb–29. Mai Di 18:00–19:30 18 UE / 12 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5113507 Dr.ⁱⁿ Pina Rizzello € 155,30
15. Feb–14. Jun Do 19:45–21:15 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Konversation

5113589 Laura Bruna Nosé € 154,50 
22. Feb–3. Mai Do 16:30–18:00 15 UE / 10 x / 4–5 TN
VHS Alsergrund

Italienisch B1+

5113519 Mag.^a Antonella Morelli € 155,30
12. Feb–11. Jun Mo 9:30–11:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5113536 Dr.ⁱⁿ Pina Rizzello € 155,30
14. Feb–30. Mai Mi 19:00–20:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Italienisch B2

5153502 Dr.ⁱⁿ Chiara Ferrari Toniolo € 155,30
12. Feb–11. Jun Mo 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5113514 Angela Breda € 155,30
14. Feb–30. Mai Mi 19:00–20:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund


5113555 Mag.^a Raffaella D'Auria € 155,30
15. Feb–14. Jun Do 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Italienisch B2+

5113518 Dott.^{ssa} Laura Isnenghi € 155,30
14. Feb–30. Mai Mi 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5113569 Dr.ⁱⁿ Pina Rizzello € 155,30
15. Feb–14. Jun Do 18:30–19:45 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Italienisch B2/C1

5153515 Laura Bruna Nosé € 154,50 
16. Feb–27. Apr Fr 10:30–12:00 15 UE / 10 x / 4–5 TN
VHS Heiligenstadt

5153506 Mag.^a Antonella Morelli € 185,40 
14. Feb–9. Mai Mi 12:00–13:30 18 UE / 12 x / 4–5 TN
VHS Heiligenstadt

Italienisch C1

Konversation

5113535 Natascia Caltagirone-Kammerer € 155,30
13. Feb–5. Jun Di 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5153505 Mag.^a Antonella Morelli € 155,30
14. Feb–30. Mai Mi 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

Treffpunkt Literatur: Italienisch

Literatur und Lieblingstexte aus der Italienisch-sprechenden Welt: Lesen, Verstehen und Gedankenaustausch.
Voraussetzung: Italienischkenntnisse ab Niveau B1
Vorbesprechung und Information: Do 22. Feb, 14:00–15:00

5011404 Mag.^a Helga Pöcheim € 61,00
8. Mär–3. Mai Do 14:00–16:00 10 UE / 5 x / 14-tägig / 6–15 TN
VHS Alsergrund

JAPANISCH

Japanisch A1++

5113152 Bakk. Yuko Kimura-Hainberger € 185,40 
13. Feb–15. Mai Di 19:00–20:30 18 UE / 12 x / 4–5 TN
VHS Alsergrund

Japanisch A2+

5113151 Bakk. Yuko Kimura-Hainberger € 185,40 
13. Feb–15. Mai Di 17:30–19:00 18 UE / 12 x / 4–5 TN
VHS Alsergrund



KROATISCH

Kroatisch A1

5113826	Ivana Markic	€ 185,40	
5. Mär–11. Jun	Mo 11:00–12:30	18 UE / 12 x / 4–5 TN	

VHS Alsergrund

Kroatisch A1+

5113825	Mag. ^a Mirjana Pasalic	€ 185,40	
13. Feb–15. Mai	Di 15:30–17:00	18 UE / 12 x / 4–5 TN	

VHS Alsergrund

Kroatisch A1++/A2

Wiederholung und Auffrischung

5113824	Ivana Markic	€ 185,40	
12. Feb–14. Mai	Mo 9:30–11:00	18 UE / 12 x / 4–5 TN	

VHS Alsergrund

Kroatisch A2

5113822	Ivana Markic	€ 155,30	
12. Feb–11. Jun	Mo 16:30–18:00	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

5113823	Ivana Markic	€ 185,40	
12. Feb–14. Mai	Mo 18:00–19:30	18 UE / 12 x / 4–5 TN	

VHS Alsergrund

Kroatisch A2+

5113821	Mag. ^a Mirjana Pasalic	€ 165,60	
13. Feb–15. Mai	Di 17:00–19:00	24 UE / 12 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

Kroatisch B2

5113820	Mag. ^a Mirjana Pasalic	€ 185,40	
13. Feb–15. Mai	Di 19:00–20:30	18 UE / 12 x / 4–5 TN	

VHS Alsergrund

LATEIN

Latein für Fortgeschrittene

Carpe diem - mit Vergnügen!

511350	Dr. Eveline Kuffner	€ 155,30	
14. Feb–30. Mai	Mi 9:00–10:30	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

511351	Dr. Eveline Kuffner	€ 155,30	
14. Feb–30. Mai	Mi 10:30–12:00	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

NIEDERLÄNDISCH

Niederländisch A1

5113972	Mag. ^a Andrea Marenzeller	€ 138,00	
10. Apr–19. Jun	Di 15:00–17:00	20 UE / 10 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

Niederländisch A1++/A2

5113970	Mag. ^a Andrea Marenzeller	€ 138,00	
13. Feb–24. Apr	Di 17:00–19:00	20 UE / 10 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

Niederländisch B1/B2

5113971	Mag. ^a Andrea Marenzeller	€ 138,00	
13. Feb–24. Apr	Di 19:00–21:00	20 UE / 10 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

PERSISCH

Persisch (Farsi) A2

5143900	Dr. Hossain Mirzaie-Tashnizi	€ 206,00	
7. Mär–16. Mai	Mi 18:00–20:00	20 UE / 10 x / 4–5 TN	

VHS Döbling

POLNISCH

Polnisch A1+

5113852	Mag. ^a Barbara Kowalewska	€ 155,30	
13. Feb–5. Jun	Di 17:30–19:00	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

Polnisch A2

5113851	Mag. ^a Barbara Kowalewska	€ 155,30	
13. Feb–5. Jun	Di 19:00–20:30	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

PORTUGIESISCH, EUROPÄISCHES

Portugiesisch A1

5113654	Mag. ^a Ana Pinto Ferreira Hauser	€ 185,40	
27. Feb–29. Mai	Di 10:30–12:00	18 UE / 12 x / 4–5 TN	

VHS Alsergrund

Portugiesisch A1++/A2

5113653	Mag. ^a Ana Pinto Ferreira Hauser	€ 185,40	
27. Feb–29. Mai	Di 9:00–10:30	18 UE / 12 x / 4–5 TN	

VHS Alsergrund

Portugiesisch A2+

5113651	Mag. ^a Ana Pinto Ferreira Hauser	€ 165,60	
28. Feb–16. Mai	Mi 17:00–19:00	24 UE / 12 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

Portugiesisch B1+

5113652	Mag. ^a Ana Pinto Ferreira Hauser	€ 165,60	
28. Feb–16. Mai	Mi 19:00–21:00	24 UE / 12 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund



RUSSISCH

Russisch A1

5113841	Mag. ^a Nune Umr-Shat	€ 185,40	
7. Mär–30. Mai	Mi 19:00–20:30	18 UE / 12 x / 4–5 TN	
VHS Alsergrund			

Russisch A1+

5113840	Mag. ^a Nune Umr-Shat	€ 185,40	
14. Feb–9. Mai	Mi 17:30–19:00	18 UE / 12 x / 4–5 TN	
VHS Alsergrund			

5113843	Olena Hrdy	€ 206,00	
4. Apr–6. Jun	Mi 9:00–11:00	20 UE / 10 x / 4–5 TN	
VHS Alsergrund			

Russisch A1+/A1++

Auffrischung und Wiederholung

5113846	Olena Hrdy	€ 206,00	
2. Mär–11. Mai	Fr 9:00–11:00	20 UE / 10 x / 4–5 TN	
VHS Alsergrund			

Russisch B1

5113842	Mag. ^a Nune Umr-Shat	€ 185,40	
14. Feb–9. Mai	Mi 16:00–17:30	18 UE / 12 x / 4–5 TN	
VHS Alsergrund			

SCHWEDISCH

Schwedisch A1

5113987	Joacim Eriksson	€ 138,00	
2. Mär–14. Jun	Fr 17:00–19:00	20 UE / 10 x / 6–15 TN	
VHS Alsergrund			

Schwedisch A1+/A1++

Auffrischung und Wiederholung

5113985	Joacim Eriksson	€ 103,50	
2. Mär–14. Jun	Fr 19:00–20:30	15 UE / 10 x / 6–15 TN	
VHS Alsergrund			

Schwedisch A2

5113986	Joacim Eriksson	€ 155,30	
15. Feb–14. Jun	Do 17:30–19:00	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN	
VHS Alsergrund			

Schwedisch B2

5113988	Joacim Eriksson	€ 155,30	
15. Feb–14. Jun	Do 19:00–20:30	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN	
VHS Alsergrund			

SLOWENISCH

Slowenisch A1+

5113834	Lydia Koltaj	€ 185,40	
7. Mär–30. Mai	Mi 17:00–18:30	18 UE / 12 x / 4–5 TN	
VHS Alsergrund			

Slowenisch A1++

5113833	Lydia Koltaj	€ 103,00	
28. Feb–4. Apr	Mi 18:30–20:30	10 UE / 5 x / 3–3 TN	
VHS Alsergrund			

Slowenisch B1

5113836	Lydia Koltaj	€ 185,40	
5. Mär–11. Jun	Mo 16:00–17:30	18 UE / 12 x / 4–5 TN	
VHS Alsergrund			

Slowenisch B1+

5113838	Lydia Koltaj	€ 185,40	
5. Mär–11. Jun	Mo 17:30–19:00	18 UE / 12 x / 4–5 TN	
VHS Alsergrund			

Slowenisch C1

5113835	Lydia Koltaj	€ 185,40	
1. Mär–7. Jun	Do 18:00–19:30	18 UE / 12 x / 4–5 TN	
VHS Alsergrund			

Slowenisch C2

5113837	Lydia Koltaj	€ 185,40	
1. Mär–7. Jun	Do 16:30–18:00	18 UE / 12 x / 4–5 TN	
VHS Alsergrund			

SERBISCH

Serbisch A1

5013864	Mag. ^a Milica Ladjevic	€ 165,60	
9. Mär–18. Mai	Fr 16:30–18:30	24 UE / 12 x / 6–15 TN	
VHS Alsergrund			

Serbisch A1+/A1++

Auffrischung und Wiederholung

5013863	Mag. ^a Milica Ladjevic	€ 185,40	
9. Mär–18. Mai	Fr 18:30–20:00	18 UE / 10 x / 4–5 TN	
VHS Alsergrund			

→ **Kostenloses Schnuppern in der 1. Kurswoche**



SPANISCH

Beratung und Information:

1. Feb Do 17:00–19:00

VHS Alsergrund

Spanisch A1

5153600 Victor Martin Gamez € 155,30
13. Feb–5. Jun Di 13:00–14:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Heiligenstadt

5143800 Mag.^a Andrea Marenzeller € 155,30
15. Feb–14. Jun Do 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN


VHS Döbling

5113611 Mag.^a Celina Haschka € 138,00
20. Feb–8. Mai Di 17:00–19:00 20 UE / 10 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5113605 Mag.^a Ivonne Piedad Maldonado € 155,30
23. Feb–8. Juni Fr 18:30–20:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5113606 Rosaura Guerri-Ferro € 154,50 
5. Mär–28. Mai Mo 14:30–16:00 15 UE / 10 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund

Spanisch A1+

5113603 Mag.^a Celina Haschka € 185,40 
13. Feb–15. Mai Di 10:30–12:00 18 UE / 12 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund


5113604 Lic. María Torres Sánchez € 138,00
14. Feb–25. Apr Mi 17:00–19:00 20 UE / 10 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5113602 Lic. María Torres Sánchez € 155,30
14. Feb–30. Mai Mi 19:00–20:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

Spanisch A2

5113614 Rosaura Guerri-Ferro € 154,50 
12. Feb–30. Apr Mo 16:00–17:30 15 UE / 10 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund


Konversation

5113613 Mag.^a Celina Haschka € 154,50 
13. Feb–24. Apr Di 9:00–10:30 15 UE / 10 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund

5113612 Mag.^a Celina Haschka € 124,20
15. Feb–17. Mai Do 17:30–19:00 18 UE / 12 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5113607 Mag.^a Ivonne Piedad Maldonado € 154,50 
16. Feb–27. Apr Fr 17:00–18:30 15 UE / 10 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund

Spanisch (ab) A2

Redewendungen, Sprichwörter, Kinderbriefe, kleine Rätsel,

5113660 Mag.^a Andrea Marenzeller € 55,20 
23. Feb–13. Apr / Fr 12:30–13:30 8 UE / 8 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

Spanisch A2+

5113601 Mag.^a Ivonne Piedad Maldonado € 165,60
16. Feb–11. Mai Fr 15:00–17:00 24 UE / 12 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

Spanisch B1

5143801 Mag.^a Andrea Marenzeller € 155,30
15. Feb–14. Jun Do 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Döbling

Spanisch B2

Konversation

5113640 Mag.^a Celina Haschka € 155,30
13. Feb–5. Jun Di 19:00–20:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5113624 Mag.^a Celina Haschka € 155,30
15. Feb–14. Jun Do 19:00–20:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund, 1090

Spanisch B2

5113641 Lic. María Torres Sánchez € 155,30
14. Feb–30. Mai Mi 9:30–11:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

TSCHECHISCH

Tschechisch A1

5113806 Nela Helena Masarova, MA MA € 206,00 
23. Feb–4. Mai Fr 15:30–17:30 20 UE / 10 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund


Tschechisch A1+

5113805 Anna Peterka € 185,40 
22. Feb–24. Mai Do 10:30–12:00 18 UE / 12 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund

Tschechisch A1++/A2

Auffrischung und Wiederholung

5113804 Mag.^a Hana Brandstätter € 154,50 
6. Mär–22. Mai Di 18:30–20:00 15 UE / 10 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund

Tschechisch A2+

5113808 Anna Peterka € 155,30
15. Feb–14. Jun Do 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

UNGARISCH

Ungarisch A1+

5113861 Irén Hörweg € 154,50 
 12. Feb–30. Apr Mo 18:00–19:30 15 UE / 10 x / 4–5 TN
 VHS Alsergrund

Ungarisch B1

5113860 Irén Hörweg € 155,30
 12. Feb–11. Jun Mo 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
 VHS Alsergrund



NEU!

Lern- stationen für die Oberstufe

Ein Semester lang werden 2 x pro Woche
 die parallellaufenden Lernstationen in
Mathe, Deutsch und Englisch angeboten.

Zwischen den Lernstationen kann je nach Bedarf
 flexibel gewechselt werden.

Info: +43 1 893 00 83, www.vhs.at/lernhilfe

Lernstationen für die Oberstufe

Das Angebot Lernstationen für die richtet sich an Schüle-
 rInnen der Oberstufe (AHS/BHS), die in den Fächern Ma-
 thematik, Deutsch und Englisch Unterstützung brauchen.
 Die SchülerInnen können die Stationen und demnach die
 Fächer je nach ihren persönlichen Bedarfen bzw. Frage-
 stellungen besuchen sowie während der Lernhilfestunden
 flexibel zwischen ihnen wechseln.

6. Mär Di, Fr 15:30–17:30 € 295,00
 VHS Döbling

DEUTSCHKURSE (DAZ)

Beratung und Information:

1. Feb Do 17:00–19:00

VHS Alsergrund

13. Mär Di 17:00–19:00

VHS Alsergrund

Bitte um Anmeldung!


Deutsch A1 (Teil 1 von 2)


5143101 € 382,50
 9. Apr–19. Jun Mo, Di, Do 9:00–12:00 90 UE / 30 x / 7–15 TN
 VHS Döbling

Deutsch A2 (Teil 1 von 2)


5143101 € 382,50
 26. Feb–19. Jun Mo, Di, Do 9:00–12:00 90 UE / 30 x / 7–15 TN
 VHS Döbling

Deutsch A2 Schreiben und Grammatik


5153101 € 127,50 
 20. Feb–15. Mai Di, Do 17:00–19:00 30 UE / 15 x / 7–15 TN
 VHS Heiligenstadt

5113150 Mag.^a Karin Obermayr € 127,50 
 23. Feb–18. Mai Fr 9:30–12:00 30 UE / 12 x / 7–15 TN
 VHS Alsergrund

Deutsch A2/B1 Sprechen

5143100 Holde Schubert-Naumann € 63,80 
 15. Feb–26. Apr Do 18:00–19:30 15 UE / 10 x / 7–15 TN
 VHS Döbling

Deutsch B1 Schreiben und Grammatik

5153102 Mag.^a Petra Rottenmanner
 Mag. Leopoldine Habesohn € 127,50 
 20. Feb–17. Apr Di, Do 19:00–21:00 30 UE / 15 x / 7–15 TN
 VHS Heiligenstadt

Deutsch B1 Sprechen

5153104 Mag.^a Petra Rottenmanner
 Mag. Leopoldine Habesohn € 127,50 
 24. Apr–5. Jun Di, Do 18:00–21:00 30 UE / 10 x / 7–15 TN
 VHS Heiligenstadt

Deutsch B1/B2 Schreiben

5113160 Mag.^a Andrea Marenzeller € 127,50 
 2. Mär–25. Mai Fr 16:00–18:30 30 UE / 12 x / 7–15 TN
 VHS Alsergrund



Deutsch B2 Sprechen

für den Alltag in Wien

5113161	Otto Luif	€ 127,50	
1. Mär–28. Jun	Do 19:00–21:00	30 UE / 15 x / 7–15 TN	

VHS Alsergrund

Deutsch B2 Kommunikation

für Beruf und Alltag

5153102	Mag. Clemens Ottawa	€ 127,50	
9. Apr–18. Jun	Mo 18:00–21:00	30 UE / 10 x / 7–15 TN	

VHS Heiligenstadt

Deutsch B2 Schreiben und Grammatik

5153110	Mag.^a Astrid Harrison	€ 127,50	
9. Apr–18. Jun	Mo 18:00–21:00	30 UE / 10 x / 7–15 TN	

VHS Heiligenstadt

Deutsch B2/C1 Hören und Verstehen

Hören-Hinhören-Zuhören-Aktives Zuhören

5113170	Mag.^a Karin Obermayr	€ 127,50	
20. Feb–8. Mai	Di 14:00–17:00	30 UE / 10 x / 7–15 TN	

VHS Alsergrund

Deutsch C1 Schreiben und Grammatik

5153108		€ 151,50	
23. Feb–4. Mai	Fr 16:00–19:00	30 UE / 10 x / 7–15 TN	

VHS Heiligenstadt

Deutsch C1 Schreiben

5113180	Otto Luif	€ 151,50	
8. Mär–24. Mai	Do 9:00–12:00	30 UE / 10 x / 7–15 TN	

VHS Alsergrund

Deutsch C1 Kommunikation für den Beruf

5143110	Mag.^a Karin Obermayr	€ 151,50	
15. Mär–7. Jun	Do 9:00–12:00	30 UE / 10 x / 7–15 TN	

VHS Döbling

Wienerisch für ‚Zuagreste‘

Die Liebe zum Wiener Dialekt finden – durch Liedertexte von Ambros, Danzer, Maron Molden und Neuwirth. Von der Pupperlhutschn zum Pantscherl ein lautmalerscher Streifzug durch die Abgründe des Wienerischen.

5113190	Otto Luif	€ 50,50
28. Mai–25. Jun	Mo 19:00–21:00	10 UE / 5 x / 7–15 TN

VHS Alsergrund



HÖHERE BILDUNGSABSCHLÜSSE

www.vhs.at/bildungsabschluesse

Fordern Sie unsere Infobroschüren inklusive Kursprogramm an.

Berufsreifepfung (BRP)
Studienberechtigungsprüfung (SBP)

Die VHS Wien bietet an fünf Standorten den für Sie passenden höheren Bildungsabschluss an:

Die vollwertige Matura durch die Berufsreifepfung oder einen raschen Zugang zu Universitäten, Fachhochschulen und Kollegs durch die Studienberechtigungsprüfung.

BRP/SBP

Infos, Beratung,
Terminvereinbarung: +43 1 891 74-DW

BRP, SBP | VHS polycollege
Siebenbrunnengasse: DW 105 202

BRP | VHS Favoriten: DW 110 201

BRP | VHS Meidling: DW 112 600

BRP, SBP | VHS Ottakring: DW 116 510

BRP, SBP | VHS Floridsdorf: DW 121 001

www.vhs.at/bildungsabschluesse



Stadt Wien





SPRACHE VERBINDET

START WIEN INTEGRATION AB TAG

Die Volkshochschulen Alsergrund und Heiligenstadt gehören zu den 15 VHS- Standorten des Projekts „Start Wien – Integration ab Tag 1“.

In dieser großen Aktion, die zu je 50 % vom FSW (Fond Soziales Wien) und ESF (Europäischer Sozialfond) gefördert wird, werden in einem Jahr 10.000 Deutsch-Kursplätze für AsylanwärterInnen in Wien zur Verfügung gestellt.

An der VHS Alsergrund lernen derzeit Menschen aus Syrien, dem Irak, Iran, aus Afghanistan, Tschetschenien, ...

Eine besondere Unterstützung gibt es an der VHS Alsergrund durch spezielle Kurse mit Kinderbetreuung.



SPRACHCAFÉ

Die Agenda Alsergrund organisiert in Kooperation mit der VHS Alsergrund ein SprachCafé, das seit Sommer 2016 jeden 2. Donnerstag von 17:00–19:00 Uhr in der VHS stattfindet.



Dieses SprachCafé ist eine tolle Möglichkeit, mit Menschen aus der ganzen Welt ins Gespräch zu kommen.

Wir suchen Menschen, die ihre deutschen Sprachkenntnisse in nettem Rahmen beim SprachCafé an unsere neuen NachbarInnen weitergeben möchten. Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig – lediglich die Freude, die deutsche Sprache zu teilen!

Die genauen Termine und weitere Infos unter www.agendaalsergrund.at oder info@agendaalsergrund.at

Einen kleinen Film zum Sprachcafé finden Sie hier:
<http://www.agendaalsergrund.at/projekte-detail/sprachcafe.html>



RASTER ZUR SELBSTEINSCHÄTZUNG VON SPRACHKENNTNISSEN



Elementare Sprachverwendung

selbständige

A1

A2

B1

Kenntnisse

Ich habe keine Vorkenntnisse

Ich habe im Wesentlichen die Ziele von A1 erreicht

Ich habe im Wesentlichen die Ziele von A2 erreicht

Ziele

Das möchte ich lernen:

Das möchte ich lernen:

Das möchte ich lernen:

Verstehen

Hören

Ich kann vertraute Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, die sich auf mich selbst, meine Familie oder auf konkrete Dinge um mich herum beziehen, vorausgesetzt, es wird langsam und deutlich gesprochen.

Ich kann einzelne Sätze und die gebräuchlichsten Wörter verstehen, wenn es um für mich wichtige Dinge geht (z.B. sehr einfache Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Ich verstehe das Wesentliche von kurzen, klaren und einfachen Mitteilungen und Durchsagen.

Ich kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Ich kann vielen Radio- oder Fernsehsendungen über aktuelle Ereignisse und über Themen aus meinem Berufs- oder Interessengebiet die Hauptinformation entnehmen, wenn relativ langsam und deutlich gesprochen wird.

Lesen

Ich kann einzelne vertraute Namen, Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern, Plakaten oder in Katalogen.

Ich kann ganz kurze, einfache Texte lesen. Ich kann in einfachen Alltagstexten (z.B. Anzeigen, Prospekten, Speisekarten oder Fahrplänen) konkrete, vorhersehbare Informationen auffinden und ich kann kurze, einfache persönliche Briefe verstehen.

Ich kann Texte verstehen, in denen vor allem sehr gebräuchliche Alltags- oder Berufssprache vorkommt. Ich kann private Briefe verstehen, in denen von Ereignissen, Gefühlen und Wünschen berichtet wird.

Sprechen

An Gesprächen teilnehmen

Ich kann mich auf einfache Art verständigen, wenn mein/e GesprächspartnerIn bereit ist, etwas langsamer zu wiederholen oder anders zu sagen, und mir dabei hilft zu formulieren, was ich zu sagen versuche. Ich kann einfache Fragen stellen und beantworten, sofern es sich um unmittelbar notwendige Dinge und um sehr vertraute Themen handelt.

Ich kann mich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen, direkten Austausch von Informationen und um vertraute Themen und Tätigkeiten geht. Ich kann ein sehr kurzes Kontaktgespräch führen, verstehe aber normalerweise nicht genug, um selbst das Gespräch in Gang zu halten.

Ich kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Ich kann ohne Vorbereitung an Gesprächen über Themen teilnehmen, die mir vertraut sind, die mich persönlich interessieren oder die sich auf Themen des Alltags wie Familie, Hobbys, Arbeit, Reisen, aktuelle Ereignisse beziehen.

Zusammenhängend sprechen

Ich kann einfache Wendungen und Sätze gebrauchen, um Leute, die ich kenne, zu beschreiben und um zu beschreiben, wo ich wohne.

Ich kann mit einer Reihe von Sätzen und mit einfachen Mitteln z.B. meine Familie, andere Leute, meine Wohnsituation, meine Ausbildung und meine gegenwärtige oder letzte berufliche Tätigkeit beschreiben.

Ich kann in einfachen zusammenhängenden Sätzen sprechen, um Erfahrungen und Ereignisse oder meine Träume, Hoffnungen und Ziele zu beschreiben. Ich kann kurz meine Meinungen und Pläne erklären und begründen. Ich kann eine Geschichte erzählen oder die Handlung eines Buches oder Films wiedergeben und meine Reaktionen beschreiben.

Schreiben

Schreiben

Ich kann eine kurze einfache Postkarte schreiben, z.B. Feriengrüße. Ich kann auf Formularen, z.B. in Hotels, Namen, Adresse, Nationalität usw. eintragen.

Ich kann kurze, einfache Notizen und Mitteilungen schreiben. Ich kann einen ganz einfachen persönlichen Brief schreiben, z.B. um mich für etwas zu bedanken.

Ich kann über Themen, die mir vertraut sind oder mich persönlich interessieren, einfache zusammenhängende Texte schreiben. Ich kann persönliche Briefe schreiben und darin von Erfahrungen und Eindrücken berichten.



Sprachverwendung

B2

Ich habe im Wesentlichen die Ziele von B1 erreicht

Das möchte ich lernen:

Ich kann längere Redebeiträge und Vorträge verstehen und auch komplexer Argumentation folgen, wenn mir das Thema einigermaßen vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen und aktuellen Reportagen verstehen. Ich kann die meisten Spielfilme verstehen, sofern Standardsprache gesprochen wird.

Ich kann Artikel und Berichte über Probleme der Gegenwart lesen und verstehen, in denen die Schreibenden eine bestimmte Haltung oder einen bestimmten Standpunkt vertreten. Ich kann zeitgenössische literarische Prosatexte verstehen.

Ich kann mich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit einer/m MuttersprachlerIn recht gut möglich ist. Ich kann mich in vertrauten Situationen aktiv an einer Diskussion beteiligen und meine Ansichten begründen und verteidigen.

Ich kann zu vielen Themen aus meinen Interessengebieten eine klare und detaillierte Darstellung geben. Ich kann einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.

Ich kann über eine Vielzahl von Themen, die mich interessieren, klare und detaillierte Texte schreiben. Ich kann in einem Aufsatz oder Bericht Informationen wiedergeben oder Argumente und Gegenargumente für oder gegen einen bestimmten Standpunkt darlegen. Ich kann Briefe schreiben und darin die persönliche Bedeutung von Ereignissen und Erfahrungen deutlich machen.

kompetente Sprachverwendung

C1

Ich habe im Wesentlichen die Ziele von B2 erreicht

Das möchte ich lernen:

Ich kann längeren Redebeiträgen folgen, auch wenn diese nicht klar strukturiert sind und wenn Zusammenhänge nicht explizit ausgedrückt sind. Ich kann ohne allzu große Mühe Fernsehsendungen und Spielfilme verstehen.

Ich kann lange, komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen und Stilunterschiede wahrnehmen. Ich kann Fachartikel und längere technische Anleitungen verstehen, auch wenn sie nicht in meinem Fachgebiet liegen.

Ich kann mich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Ich kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben wirksam und flexibel gebrauchen. Ich kann meine Gedanken und Meinungen präzise ausdrücken und meine eigenen Beiträge geschickt mit denen anderer verknüpfen.

Ich kann komplexe Sachverhalte ausführlich darstellen und dabei Themenpunkte miteinander verbinden, bestimmte Aspekte besonders ausführen und meinen Beitrag angemessen abschließen.

Ich kann mich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und meine Ansicht ausführlich darstellen. Ich kann in Briefen, Aufsätzen oder Berichten über komplexe Sachverhalte schreiben und die für mich wesentlichen Aspekte hervorheben. Ich kann in meinen schriftlichen Texten den Stil wählen, der für die jeweiligen LeserInnen angemessen ist.

C2

Ich habe im Wesentlichen die Ziele von C1 erreicht

Das möchte ich lernen:

Ich habe keinerlei Schwierigkeit, gesprochene Sprache zu verstehen, gleichgültig ob „live“ oder in den Medien, und zwar auch, wenn schnell gesprochen wird. Ich brauche nur etwas Zeit, mich an einen besonderen Akzent zu gewöhnen.

Ich kann praktisch jede Art von geschriebenen Texten mühelos lesen, auch wenn sie abstrakt oder inhaltlich und sprachlich komplex sind, z.B. Handbücher, Fachartikel und literarische Werke.

Ich kann mich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen beteiligen, bin auch mit Redewendungen und umgangssprachlichen Wendungen gut vertraut. Ich kann fließend sprechen und auch feinere Bedeutungsnuancen genau ausdrücken. Bei Ausdrucksschwierigkeiten kann ich so reibungslos wieder ansetzen und umformulieren, dass man es kaum merkt.

Ich kann Sachverhalte klar, flüssig und im Stil der jeweiligen Situation angemessen darstellen und erörtern; ich kann meine Darstellung logisch aufbauen und es so den ZuhörerInnen erleichtern, wichtige Punkte zu erkennen und sich diese zu merken.

Ich kann klar, flüssig und stilistisch dem jeweiligen Zweck angemessen schreiben. Ich kann anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte oder Artikel verfassen, die einen Sachverhalt gut strukturiert darstellen und so der/m LeserIn helfen, wichtige Punkte zu erkennen und sich diese zu merken. Ich kann Fachtexte und literarische Werke schriftlich zusammenfassen und besprechen.

Kenntnisse

Ziele

Hören

Lesen

An Gesprächen teilnehmen

Zusammenhängend sprechen

Schreiben

Verstehen

Sprechen

Schreiben

WIRTSCHAFT UND PERSÖNLICHKEIT



Mariannengasse (9., Alsergrund)

1862 benannt nach Maria Anna von Savoyen (1803–1884), Tochter von Maria Theresia von Österreich-Este und Viktor Emanuel I., König von Sardinien.

(Quelle: <http://genderatlas.at/schule/articles/strassennamen.html>)

Alle Kurse, wenn nicht anders angegeben, in der VHS Alsergrund

BUCHHALTUNG UND RECHNUNGSWESEN

Einnahmen-Ausgaben-Rechnung

Ich - AG: Selbstständig, aber richtig!
Brutto- und Nettomethode; Ist-Besteuerung; Regelmäßige Wiederkehr von Einnahmen und Ausgaben; Umsatzsteuer im Beschaffungs- und Absatzbereich; Zeitliche Zuordnung von Einnahmen und Ausgaben.

5112300	Mag. Martin Erich Kastner	€ 75,60	
6. Mär–3. Apr	Di 18:00–21:00	12 UE / 4 x / 6–8 TN	

KOMMUNIKATION UND SOZIALE KOMPETENZ

Heiteres Gedächtnistraining

Nach diesem Kurs kennen Sie Übungen, um geistig fit zu bleiben, Ihr Gedächtnis und v.a. Ihre Merkfähigkeit zu trainieren und Ihre Konzentrationsfähigkeit weiter zu erhöhen.

5112350	Mag.^a Ursula Fischer	€ 124,20
13. Feb–29. Mai	Di 9:00–10:30	18 UE / 12 x / 6–12 TN

ADHS – wie helfe ich meinem Kind?

Wie Eltern ihre Kinder optimal unterstützen können
ADS (Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom) und ADHS (Aufmerksamkeitsdefizithyperaktivitätssyndrom) bezeichnen die derzeit am häufigsten diagnostizierten psychischen Störungen bei Kindern und Jugendlichen. Für Eltern und Geschwister bedeutet das Zusammenleben eine große Herausforderung und oft eine starke seelische Belastung. Gleichzeitig bietet gerade die elterliche Unterstützung die Voraussetzung für eine gelungene Therapie.

5112314	Mag.^a D. Kerschbaumer-de Valon	€ 12,00
19. Feb	Mo 18:00–21:00	3 UE / 1 x / 6–15 TN

Mit Humor und Wertschätzung Demenz begegnen

Wenn Menschen mit Demenz „sonderbar“ werden, können Informationen über Symptome, Verhaltensweisen und ihre Bedürfnisse viel helfen. Durch Einfühlungsvermögen und einem wertfreien Umgang mit Humor kann ein neuer Zugang „in die Welt der Menschen mit Demenz“ gewonnen werden. Resultat: Zunehmend Würde und mehr Lebensqualität, Erleichterung für alle Beteiligten.

5112340	Rosmarie Fink	kostenlos
27. Feb	Di 18:00–20:00	2 UE / 1 x / 1–15 TN
5112341	Rosmarie Fink	€ 93,00
16.–17. Mär	Fr 16:00–19:00 Sa 9:00–16:00	10 UE / 2 x / 6–15 TN

Gewaltfreie Kommunikation


Konflikte lösen nach Marshall Rosenberg

Nach dem Kurs können Sie Ihre Aufmerksamkeit auf den sprachlichen Ausdruck richten und auf verschiedene Arten zuhören. Mittels der vier Schritte zur gewaltfreien Kommunikation können Sie offen Ihre Meinung sagen, ohne Abwehr oder Feindseligkeit zu erwecken, potenzielle Konflikte in friedliche Gespräche umwandeln und mehr Achtsamkeit in Beziehungen entwickeln.

5112338	Mag.^a D. Kerschbaumer-de Valon	€ 130,20
23.–24. Feb	Fr 15:00–21:00 Sa 9:00–17:00	14 UE / 2 x / 6–12 TN

Atem und Stimme

Jede Stimme ist einzigartig. Sie ist die Visitenkarte unserer Persönlichkeit. Obwohl sie im Alltag ein wichtiges Instrument darstellt, beschäftigen sich die Wenigsten mit ihrer eigenen Stimme. Durch Übungen, die leicht erlernbar sind, werden wir das Zusammenspiel von Atem, Muskulatur sowie Ton erfahren und optimieren. Außerdem werden wir spielerisch unser Erlerntes mithilfe von Texten anwenden.

5145400	Hanna Victoria Bauer	€ 164,80	
28. Feb–25. Apr	Mi 18:00–20:00	16 UE / 8 x / 4–5 TN	

VHS Döbling

Worte allein genügen nicht

Rhetorik - Meine Wirkung auf andere

Rhetorik ist die Kunst, etwas zwischen mir und den Zuhörenden zum Fließen zu bringen. Sie lernen Ihre persönliche Ausdrucksfähigkeit kennen und nutzen. Richtige Atem- und Stimmtechnik sind die Voraussetzungen für längeres Sprechen ohne Anstrengung. Sie entdecken den ureigenen Klang und das Volumen Ihrer Stimme. Sie gewinnen Vertrauen in Ihre persönliche Art zu sprechen und lernen, eine lebendige, bildhafte Sprache zu verwenden, die die Zuhörenden begeistert.

5140103	Ina Biechl	€ 120,90	
9.-10. Mär	Fr 14:00-19:00 Sa 9:00-17:00	13 UE / 2 x / 6-12 TN	

Den eigenen Traum verwirklichen - beruflich und privat

Haben Sie einen Traum, aber Sie zögern diesen umzusetzen? Die Kursleiterin unterstützt Sie dabei, Ihren Traum auf den Boden zu bringen, eventuelle Widerstände aufzudecken und die ersten konkreten Schritte zur Verwirklichung zu planen. Damit aus Ihrem Traum Realität wird!

5140101	Susanne Killian	€ 120,90	
16.-17. Feb	Fr 14:00-19:00 Sa 9:00-17:00	13 UE / 2 x / 6-15 TN	

VHS Döbling

Diplomatie im Beruf

In diesem Workshop lernen Sie, diplomatisch und höflich, aber doch klar Ihre Meinung zu sagen.

18GG58AK	Lothar Tschapka	€ 125,00	
17. Mär	Sa 11:00-18:00	7 UE / 1 x / 8-20 TN	

VHS Simmering, 1110, Gottschalkgasse 10

Ich schaff das! Das schafft mich?

Grenzen setzen in Beruf und Alltag

Gerade im Frühjahr, wenn alles voller Tatendrang und Energie ist, erwarten wir viel von uns selber. Wie belastbar aber sind wir und wo liegen unsere persönlichen Grenzen? Was können wir im Beruf und im Privatleben noch mit Freude bewältigen, wo sollen wir Nein sagen, um unsere Kräfte besser einteilen zu können?

5112309	Dr.ⁱⁿ Hedwig Fritz	€ 111,60	
5.-19. Apr	Do 17:00-21:00	12 UE / 3 x / 6-13 TN	

Dumme Argumente im Job - und wie man sich dagegen wehrt

Ein bisschen was geht immer... Sie machen das schon... Man muss eben flexibel sein: Wir alle wissen, dass solche Argumente, wie sie in vielen Unternehmen verwendet werden, heiße Luft sind. Doch wie wehren wir uns effektiv gegen sie? Was sind die besten Antworten auf dumme oder unfaire Argumentationsweisen?

5112306	Mag. Lothar Tschapka	€ 107,10	
6. Apr	Fr 15:00-21:00	6 UE / 1 x / 8-15 TN	

Machtvoll durch Eigenverantwortung

Wir sind im (Berufs)Leben immer wieder mit Situationen konfrontiert, in denen wir uns klein und machtlos fühlen und nicht genau wissen, was wir tun können und wie es weiter geht. Doch in jedem von uns steckt das Potenzial, diese Begegnungen aus uns heraus zu verändern und gestärkt hervorzugehen. Wenn wir uns diese Kraftquelle bewusst machen und gezielt anwenden, dann führen wir ein eigenverantwortliches und selbstbestimmtes Leben.

5112371	Mag. Michael Enсле	€ 83,70	
7.-10. Apr	Sa 9:00-16:00 Di 18:00-20:00	9 UE / 2 x / 6-12 TN	

Typisch Mann / Typisch Frau?

Rollenklischees im beruflichen und privaten Umfeld

Sowohl im beruflichen, als auch im privaten Umfeld nehmen wir unsere Rolle als Mann bzw. Frau ein und wir sind neben unserer spezifischen Veranlagung auch geprägt durch unsere Sozialisation. In diesem Seminar sind Sie eingeladen, sich mit ihrem Rollenverständnis männlich und weiblich auseinanderzusetzen, Geschlechterstereotypen kritisch zu hinterfragen und so mitunter einen neuen Standpunkt, unabhängig von den Erwartungen Anderer, beziehen zu können.

5140102	Susanne Killian	€ 120,90	
13.-14. Apr	Fr 14:00-19:00 Sa 9:00-17:00	13 UE / 2 x / 6-15 TN	

Erkenne dein berufliches Potential

Unser Leben ist viel zu kostbar, um einen Beruf auszuüben, der uns keinen Spaß macht. Es gibt daher keinen besseren Zeitpunkt, sich mit der eigenen Berufung auseinander zu setzen, als JETZT. In diesem Workshop werden Wege aufgezeigt, wie ich - ausgehend von dem, was ich bin - meine Berufung entdecken, aus mir heraus erfolgreich entwickeln und nachhaltig in mein Leben integrieren kann.

5112370	Mag. Michael Enсле	€ 83,70	
20.-21. Apr	Fr 18:00-20:00 Sa 9:00-16:00	9 UE / 2 x / 6-15 TN	

Hart oder zart?

Das richtige Verhalten in beruflichen Konflikten

Die richtige Linie in schwierigen Gesprächen und heiklen beruflichen Situationen finden! Analyse und Lösungsansätze in Konflikten, Verhaltensstrategien, argumentieren, Grenzen setzen, negatives Verhalten abwehren!

18GG58AK	Lothar Tschapka	€ 125,00	
21. Apr	Sa 11:00-18:00	7 UE / 1 x / 8-20 TN	

VHS Rudolfsheim, 1150, Schwendergasse 41

Gewaltfreie Kommunikation

Übungswochenende

Auffrischen, ausprobieren und Neues lernen: in diesem Workshop haben Sie die Möglichkeit, eigene Konflikte zu bearbeiten, den Umgang mit Aggression und Vorwürfen zu üben, Emphatiegespräche zu führen, innere Widersprüche zu klären und Vieles mehr...

Voraussetzung: Besuch eines Einführungsseminars.

5112338b	Mag.^a D Kerschbaumer-de Valon	€ 130,20	
4.-5. Mai	Fr 15:00-21:00 Sa 9:00-17:00	14 UE / 2 x / 6-12 TN	



BILDUNGSBERATUNG IN WIEN

Bildungs- und Berufsberatung für Erwachsene

Die *Bildungsberatung in Wien* ist für Sie da, wenn Sie z.B.

- auf der Suche nach einem (neuen) beruflichen Ziel sind
- sich beruflich verändern möchten
- Ihre Überlegungen und Pläne mit jemand Neutralem besprechen wollen
- sich über Ihre Stärken und Talente klarer werden wollen
- Ihren Ausbildungsweg planen
- Infos über Bildungsförderungen brauchen

Für all Ihre Anliegen rund um Beruf und Bildung bieten wir Ihnen anbieterunabhängige und kostenfreie Beratung – je nach Bedarf persönlich, telefonisch, per Skype, online oder per E-Mail.

Nähere Infos: www.bildungsberatung-wien.at

Bildungs- und Berufsberatung – Persönliches Orientierungsgespräch

Ziele: Klarheit und Orientierung, neue Optionen ans Licht bringen

Beraterin: Dr.ⁱⁿ Christine Kandler-Zöchmann
Einzelberatung | je 50 min | Kostenlos!

Ort: VHS Alsergrund

Bitte um Anmeldung in der VHS Alsergrund,

Tel. +43 1 / 89 174 109 000

Jeweils Fr, 15.00-18.00 Uhr

BB0918001FF	23. 2. 18
BB0918002FF	16. 3. 18
BB0918003FF	13. 4. 18
BB0918004FF	4. 5. 18
BB0918005FF	8. 6. 18

Bildungs- und Berufsberatung persönlich, per Telefon oder Skype™

Unter 0800 20 79 59 Mo-Fr 9.00 – 14.00 Uhr, können Sie sich mit Ihren Fragen und Anliegen an eine/n Bildungs- und BerufsberaterIn wenden. Bei Bedarf kann hier auch ein persönlicher Beratungstermin an anderen Orten in Wien oder ein Videotelefonie-Termin vereinbart werden.

Bildungs- und Berufsberatung online oder per Mail

Ihre anonyme Anfrage via Beratungs-Onlineplattform wird von qualifizierten Bildungs- und BerufsberaterInnen beantwortet – innerhalb von 3 Werktagen haben Sie Ihre Antwort.

Beratungsplattform: www.bildungsberatung-online.at

Oder wenn Sie E-Mail bevorzugen:

info@bildungsberatung-wien.at

Kompetenz-Workshops – Entdecken Sie Ihre Stärken und Kompetenzen

Fühlen Sie sich ein wenig ratlos, wenn Sie über Ihre berufliche Zukunft nachdenken? Der Kompetenz-Workshop hilft Schritt für Schritt eigene Stärken und Fähigkeiten zu erkennen und für berufliche Veränderungen zu nutzen.

Gruppen-Workshop & Einzelberatung | 8+1 UE | Kostenlos!

Aktuelle Termine siehe www.bildungsberatung-wien.at – Veranstaltungen

„Gut zu wissen“– Mini!kurse für Erwachsene

Wenn Sie auf der Suche nach Orientierung auf Ihrem Bildungsweg sind, geben Mini!kurse Ihnen vielleicht genau die Infos und Anregungen, die Sie brauchen! Gruppenberatung | je 2 UE | Kostenlos!

Aktuelle Termine siehe www.bildungsberatung-wien.at – Veranstaltungen



EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Sozialfonds

Gefördert aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung.



Diese kostenfreien Beratungsangebote werden aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds (esf) und des Bundesministeriums für Bildung gefördert.



QUADA

Lehrgang für DolmetscherInnen im Asylverfahren

Ab Februar 2018 findet an der VHS Alsergrund, in Kooperation mit dem Verband Österreichischer Volkshochschulen (VÖV), wieder ein QUADA-Lehrgang statt.

Entwickelt wurde die Qualifizierungsmaßnahme von UNHCR, der Uni Graz und dem VÖV. Das bm:i, das Bundesamt für Fremdenwesen und Asyl, der Bundesverwaltungsgericht und andere Institutionen in diesem Bereich erkennen die Ausbildung als Zusatzqualifikation an.

Die 12 Module (Online-Phasen und Präsenzeinheiten mit Workshopcharakter), sind speziell ausgerichtet auf das Asylverfahren, praxisorientiert, praxisnah.

Vorausgesetzt werden Erfahrung im Dolmetschen sowie gute Deutschkenntnisse (mind. B2-Niveau).

Der Lehrgang kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden.

Mag.^a Elisabeth Feigl (VÖV) und
Doris Urbanke (VHS Wien, Alsergrund)
Rückfragen an doris.urbanke@vhs.at und
e.feigl-bogenreiter@vhs.or.at



Meine Zukunft selbstbestimmt: Patientenverfügung

Saskia Pauls und Dr.ⁱⁿ Helga Willinger

Eine Patientenanwältin informiert umfassend über Patientenverfügungen, die Willenserklärung für den Fall der eigenen Entscheidungsunfähigkeit im Krankheitsfall.

Veranstaltung in Kooperation mit der Akademie der Zivilgesellschaft und der Wiener Pflege-, PatientInnen- und Patientenanwaltschaft



Einführungsabende

jeweils 18:00–20:00, kostenlos!

VHS Alsergrund	19. 02. 2018
VHS Hietzing	12. 03. 2018
VHS Brigittenau	23. 04. 2018
VHS Simmering	28. 05. 2018
VHS Rudolfsheim	11. 06. 2018

Monatlicher Jour Fixe

Vernetzung und Unterstützung auf dem Weg zur Patientenverfügung

jeden 4. Freitag im Monat von 14:00–17:00

VHS Alsergrund

ab 23.2.2018

Eintritt frei, um Anmeldung wird gebeten

Sicherheitstipps aus dem Kommissariat

Kostenlose Vortragsreihe, um sich sicher zu fühlen in den besten Jahren: zu Hause, beim Einkaufen, auf der Straße, im Urlaub, im Internet...



Bitte Detailprogramm anfordern!

COMPUTER UND MULTIMEDIA



Verena-Buben-Weg (9., Alsergrund)

1997 benannt nach der Ordensschwester Verena Buben (1900–1982), ab 1931 Mitglied der Schwesterngemeinschaft Caritas Socialis. 1942 kam sie in die Erzbischöfliche Hilfsstelle für nichtarische Katholiken in Wien und konnte, gemeinsam mit Pater Ludger Born, verfolgten Katholiken, die von den Nürnberger („Rassen“-) Gesetzen betroffen waren, unter Gefährdung der eigenen Sicherheit Hilfe leisten.

(Quelle: <http://genderatlas.at/schule/articles/strassennamen.html>)

Alle Kurse, wenn nicht anders angegeben, in der VHS Alsergrund

IT-EINFÜHRUNG

EDV Grundkurs

Vorkenntnisse: Keine

Nach dem Kurs wissen Sie, wie ein Computer aufgebaut ist und kennen seine grundlegenden Eigenschaften. Sie können Tastatur und Maus bedienen sowie die BenutzerInnenoberfläche und Menüs verwenden. Sie können geeignete Anwendungen zur Organisation von Daten und Dateien auswählen und verwenden sowie Daten organisieren. Sie wissen, wie Sie die Suchfunktion zweckdienlich einsetzen und die Arbeitsoberfläche individuell anpassen können.

5114220	Christian Lahner	€ 111,60
3.–17. Mär	Sa 9:00–13:00	12 UE / 3 x / 6 TN
5114222	Christian Lahner	€ 111,60
10.–12. Apr	Di–Do 17:00–21:00	12 UE / 3 x / 6 TN

EDV Aufbaukurs

Vorkenntnisse: Windows- und Internetgrundkenntnisse

Nach dem Kurs können Sie Dateien und große Datenmengen komprimieren, extrahieren und archivieren (z.B. Fotos oder Filme). Sie wissen, welche Dateiformate es gibt, welche Eigenschaften Dateien haben können und wie Sie die Systemsteuerung und den Internetexplorer an Ihre Bedürfnisse anpassen. Sie kennen die vielseitigen Funktionen des Computers und können sie in der Praxis anwenden.

5114221	Christian Lahner	€ 111,60
7.–21. Apr	Sa 9:00–13:00	12 UE / 3 x / 6 TN
5114223	Christian Lahner	€ 111,60
17.–19. Apr	Di–Do 17:00–21:00	12 UE / 3 x / 6 TN

EDV Grundkurs I für Generation 60+

Nach dem Kurs wissen Sie, wie ein Computer aufgebaut ist und kennen seine grundlegenden Eigenschaften. Sie können Tastatur und Maus bedienen sowie die BenutzerInnenoberfläche und Menüs verwenden. Sie können geeignete Anwendungen zur Organisation von Daten und Dateien auswählen und verwenden sowie Daten organisieren. Sie wissen, wie Sie die Suchfunktion zweckdienlich einsetzen und die Arbeitsoberfläche individuell anpassen können.

5114230	Mag. Michael Karl Filip	€ 166,80	
19.–22. Feb	Mo–Do 9:00–12:00	12 UE / 4 x / 4–5 TN	
5114232	Mag. Michael Karl Filip	€ 166,80	
3.–12. Apr	Di–Do 9:00–11:00	12 UE / 6 x / 4–5 TN	

EDV Grundkurs II für Generation 60+

Nach dem Kurs wissen Sie, wie ein Computer aufgebaut ist und kennen seine grundlegenden Eigenschaften. Sie können Tastatur und Maus bedienen sowie die BenutzerInnenoberfläche und Menüs verwenden. Sie können geeignete Anwendungen zur Organisation von Daten und Dateien auswählen und verwenden sowie Daten organisieren. Sie wissen, wie Sie die Suchfunktion zweckdienlich einsetzen und die Arbeitsoberfläche individuell anpassen können.

5114231	Mag. Michael Karl Filip	€ 166,80	
12.–15. Mär	Mo–Do 9:00–12:00	12 UE / 4 x / 4–5 TN	
5114233	Mag. Michael Karl Filip	€ 166,80	
19.–26. Apr	Do 9:00–11:00	12 UE / 6 x / 4–5 TN	

→ Semesterbeginn: 12. Februar 2018



Emo2type

10 – Fingerschrieben in Rekordzeit

Mit dem EmoLearn-Konzept wurde ein Trainingsprogramm entwickelt, das Erkenntnisse z.B. aus Hirnforschung und Pädagogik für den persönlichen Lernerfolg umsetzt. Musik, Farben, Entspannungstechniken und nicht zuletzt ein aufregender Krimi machen den Lernprozess zur spannenden Unterhaltung.

Skriptum ist im Preis enthalten!

5114235	Martina Persely	€ 115,00
1.–22. Mär	Do 17:30–20:00	10 UE / 4 x / 6 TN

BETRIEBSSYSTEME

Grundkurs Mac

Ein MacBook ist eine feine Sache und angeblich leicht zu bedienen - wenn da die Unterschiede in der Dateiverwaltung nicht wären! Dieser Kurs macht Sie mit den Eigenheiten Ihres Apples vertraut.

Keine Vorkenntnisse, die Mitnahme Ihres Gerätes ist erforderlich.

5114211	Christian Lahner	€ 166,80	
26.–28. Feb	Mo– Mi 17:00–21:00	12 UE / 3 x / 4–5 TN	
5114212	Christian Lahner	€ 166,80	
9.–23. Mär	Fr 9:00–13:00	12 UE / 3 x / 4–5 TN	
5114213	Christian Lahner	€ 166,80	
9.–30. Apr	Mo 18:00–21:00	12 UE / 4 x / 4–5 TN	

OFFICE

PowerPoint

Vorkenntnisse: Windows-Grundkenntnisse

Nach dem Kurs können Sie mit Hilfe von PowerPoint Präsentationen erstellen. Sie wissen, wie Sie Informationen und Daten mittels Texten, Bildern und Diagrammen in Form von PowerPoint-Folien darstellen und das Folienlayout gestalten. Sie sind in der Lage, Inhalte von Vorträgen und Präsentationen zu visualisieren.

5114216	Christian Lahner	€ 111,60
5.–19. Mär	Mo 17:00–21:00	12 UE / 3 x / 6 TN

Word Grundkurs

Vorkenntnisse: Windows-Grundkenntnisse

Nach dem Kurs können Sie Texte mittels der vielfältigen Möglichkeiten von Word bearbeiten. Sie sind fähig, Texte auf verschiedene Arten zu formatieren und Dokumente mit Hilfe von Tabulatoren, Tabellen und Grafiken ansprechend zu gestalten. Sie wissen, wie Sie Worddokumente für private und berufliche Zwecke erstellen und anpassen können.

5114217	Christian Lahner	€ 111,60
24.–26. Apr	Di–Do 17:00–21:00	12 UE / 3 x / 6 TN

Excel Grundkurs

Vorkenntnisse: Windows-Kenntnisse

Nach dem Kurs können Sie im beruflichen und privaten Alltag Tabellen mit Excel erstellen und kalkulieren. Sie können Berechnungen durchführen und Zahlenmaterial mit Diagrammen grafisch aufbereiten.

5114215	Christian Lahner	€ 111,60
12.–20. Feb	Mo, Di 18:00–21:00	12 UE / 4 x / 6 TN

Professionelles Arbeiten im Büro

Vorkenntnisse: Windows-Grundkenntnisse

In diesem Kurs erlernen Sie Grundfertigkeiten, die Sie im Büro- und Geschäftsalltag anwenden können. E-Mail und Internet effizient nutzen, Textdokumente (Word) und Präsentationen (Powerpoint) erstellen und ansprechend aufbereiten, Kalkulationen durchführen und Ergebnisse grafisch darstellen (Excel), erste Einblicke in das Arbeiten mit Datenbanken (Access).

5114205	Christian Lahner	€ 223,20	
6.–21. Mär	Di, Mi 17:00–21:00	24 UE / 6 x / 6 TN	
5114206	Christian Lahner	€ 223,20	
6.–27. Apr	Fr 9:00–15:00	24 UE / 4 x / 6 TN	

INTERNET UND SICHERHEIT

Facebook, Twitter und Co für Generation 60+

Vorkenntnisse: Internet-Grundkenntnisse

Facebook, Xing, Twitter & Co: Dieser Kurs bringt Ihnen die neuen sozialen Netzwerke im Internet näher und weist Sie auf die damit verbundenen Möglichkeiten und Risiken hin.

5114235	Christian Lahner	€ 83,70	
5.–19. Mär	Mo 14:30–16:30	6 UE / 3 x / 4–5 TN	

IT-Security

5114237	Christian Lahner	€ 166,80	
21.–23. Feb	Mi–Fr 17:00–21:00	12 UE / 3 x / 4–5 TN	

Internet für Generation 60+

Vorkenntnisse: Windows-Grundkenntnisse

Nach dem Kurs können Sie mittels Suchmaschinen verschiedene Arten von Informationen abfragen. Sie sind in der Lage, die grundlegenden und erweiterten Möglichkeiten von E-Mail-Programmen anzuwenden und kennen die Funktionsweise des Internets. Sie wissen über die Vorteile und Gefahren Bescheid, die mit dem Gebrauch des weltweiten Netzes einhergehen.

5114236	Christian Lahner	€ 166,80	
1.–22. Mär	Do 13:00–16:00	12 UE / 4 x / 4–5 TN	

Onlinebanking für Generation 60+

Vorkenntnisse: Windows-Grundkenntnisse

Nach dem Kurs können Sie mittels Suchmaschinen verschiedene Arten von Informationen abfragen. Sie sind in der Lage, die grundlegenden und erweiterten Möglichkeiten von E-Mail-Programmen anzuwenden und kennen die Funktionsweise des Internets. Sie wissen über die Vorteile und Gefahren Bescheid, die mit dem Gebrauch des weltweiten Netzes einhergehen.

5114297	Christian Lahner	€ 41,70		
6. Apr	Fr 14:00–17:00	3 UE / 1 x / 4–5 TN		



HANDY UND TABLET

Handy und Tablet Grundkurs (Apple-iOS)

Vorkenntnisse: Keine

Sie lernen das Betriebssystem iOS zu benützen, Fotos zu archivieren, zu bearbeiten und zu teilen bzw. zu versenden. Verschiedene Apps (Softwareanwendungen) werden nach Bedarf installiert und erklärt. Die Mitnahme Ihres eigenen Gerätes ist erforderlich!

5114240	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
19. Feb	Mo 18:00–21:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

VHS Alsergrund

5154240	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
23. Feb	Fr 9:00–12:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

VHS Heiligenstadt

5114242	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
7. Mär	Mi 9:00–12:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

5114244	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
3. Apr	Di 18:00–21:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

VHS Alsergrund

5144242	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
6. Apr	Fr 9:00–12:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

VHS Döbling

5114246	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
16. Apr	Mo 9:00–12:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

5114248	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
2. Mai	Mi 18:00–21:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

VHS Alsergrund

Handy und Tablet Grundkurs (Android)

Nach dem Kurs wissen Sie über neue Erkenntnisse Bescheid, kennen neue Technologien und können deren Nutzen und Gefahren für Sie persönlich und die Gesellschaft kritisch einschätzen. Sie können einfache Grundfunktionen Ihres Handys nutzen, z.B. telefonieren, Telefonnummern speichern oder eine Kurznachricht schreiben.

Die Mitnahme Ihres eigenen Gerätes ist erforderlich!

5114241	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
20. Feb	Di 18:00–21:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

VHS Alsergrund

5154244	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
2. Mär	Fr 9:00–12:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

VHS Heiligenstadt

5114243	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
8. Mär	Do 9:00–12:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

5114245	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
4. Apr	Mi 18:00–21:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

VHS Alsergrund

5144244	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
6. Apr	Fr 9:00–12:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

VHS Döbling

5114247	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
23. Apr	Mo 9:00–12:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

5114249	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
3. Mai	Do 18:00–21:00	3 UE / 1 x / 2 TN	

VHS Alsergrund

Handy und Tablet Grundkurs für Generation 60+ (Android)

Vorkenntnisse: Keine

Nach dem Kurs wissen Sie über die grundlegenden Funktionen Ihres Android Tablets und Smartphones Bescheid. Sie sind in der Lage, die Basiseinstellungen Ihren Bedürfnissen anzupassen, im Internet zu surfen, Apps herunterzuladen und zu deinstallieren, Fotos zu verwalten und zu bearbeiten. Die Mitnahme Ihres eigenen Gerätes ist erforderlich!

5114252	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
26.–28. Feb	Mo–Do 9:00–11:00	6 UE / 3 x / 4–5 TN	

5114254	Mag. Karl Michael Filip	€ 83,70	Klein GRUPPE
19.–20. Mär	Mo, Di 9:00–12:00	6 UE / 2 x / 4–5 TN	

5114258	Christian Lahner	€ 83,70	Campus KARTE Klein GRUPPE
16.–23. Mär	Fr 14:00–17:00	6 UE / 2 x / 4–5 TN	

5114256	Christian Lahner	€ 83,70	Campus KARTE Klein GRUPPE
9.–23. Apr	Mo 13:00–15:00	6 UE / 3 x / 4–5 TN	

5114260	Mag. Karl Michael Filip	€ 83,70	Klein GRUPPE
8.–15. Mai	Di 9:00–12:00	6 UE / 2 x / 4–5 TN	

VHS Alsergrund

Handy und Tablet Grundkurs für Generation 60+ (Apple-iOS)

Vorkenntnisse: Keine

Sie lernen das Betriebssystem iOS zu benützen, Fotos zu archivieren, zu bearbeiten und zu teilen bzw. zu versenden. Verschiedene Apps (Softwareanwendungen) werden nach Bedarf installiert und erklärt. Die Mitnahme Ihres eigenen Gerätes ist erforderlich!

5114253	Christian Lahner	€ 83,70	Klein GRUPPE
26.–28. Feb	Mo–Mi 11:00–13:00	6 UE / 3 x / 4–5 TN	

5114259	Christian Lahner	€ 83,70	Campus KARTE Klein GRUPPE
2.–9. Mär	Fr 14:00–17:00	6 UE / 2 x / 4–5 TN	

5114255	Mag. Karl Michael Filip	€ 83,70	Klein GRUPPE
21.–22. Mär	Mi, Do 9:00–12:00	6 UE / 3 x / 4–5 TN	

5114257	Christian Lahner	€ 83,70	Campus KARTE Klein GRUPPE
30. Apr–14. Mai	Mo 13:00–15:00	6 UE / 2 x / 4–5 TN	

5114261	Mag. Karl Michael Filip	€ 83,70	Klein GRUPPE
9.–16. Mai	Mi 9:00–12:00	6 UE / 2 x / 4–5 TN	

VHS Alsergrund

MULTIMEDIA

Bildbearbeitung

Digitale Fotos verschicken, speichern, bearbeiten. Es wird mit Gratisprogramme bzw. kostenlose Downloads wie z.B. Picasa oder Flickr gearbeitet (nicht mit Fotoshop!)

5114270	Jolatha Belik	€ 41,70	Campus KARTE Klein GRUPPE
13. Apr	Fr 14:00–17:00	3 UE / 1 x / 4–5 TN	

Bloggen macht Spaß

Blogs als Informationsquelle - über Mode und Lifestyle, Tipps zum Stadtleben und Kochen, aber auch über politische Ereignisse: wie werden Blogs erstellt und wie kann man bei der ungeheuren Vielfalt zurechtfinden?

5114272	Jolatha Belik	€ 41,70	Campus KARTE Klein GRUPPE
20. Apr	Fr 14:00–17:00	3 UE / 1 x / 4–5 TN	

Videobearbeitung

Videoclips speichern, bearbeiten, ins Internet stellen. Es wird mit Gratisprogrammen bzw. kostenlosen Downloads, wie z.B. dem „Moviemaker“ gearbeitet.

5114274 **Jolatha Belik** € 83,70
27. Apr.-4. Mai Fr 14:00–17:00 6 UE / 2 x / 4–5 TN

MULTIMEDIA IN DER KUNST VHS

1090 Wien, Lazarettgasse 27

Computergrafik II

Adobe InDesign, Photoshop und Illustrator CS6

G01 **Mag.^a Luzia Benesch** € 232,50
12. Feb.–30. Apr Mo 18:30–21:00 25 UE / 10 x / 6–9 TN

Adobe Lightroom CS6

Module und Funktionen von Adobe Lightroom effektiv bedienen und anpassen

F01 **Robert Johne** € 111,60
13. Feb.–6. Mär Di 18:00–21:00 12 UE / 4 x / 6–8 TN

Webdesign – Vom Entwurf bis zur Umsetzung der Website

Website-Gestaltung mit Adobe InDesign, -Programmierung mit Dreamweaver CS6

Semesterkurs:

G07 **Christoph Zeugswetter** € 355,20
16. Feb.–13. Apr Fr 18:00–21:00 24 UE / 8 x / 6–9 TN

Intensivkurs:

G11 **Christoph Zeugswetter** € 355,20
16.–18. Mai Mi–Fr 9:00–18:00 24 UE / 3 x / 6–9 TN

Adobe Photoshop CS6 Grundkurs

Die wichtigsten Werkzeuge für die Bildbearbeitung

G03 **Nadine Maier, BA (Hons)** € 111,60
17. Feb.–10. Mär Sa 11:00–14:00 12 UE / 4 x / 6–9 TN

Die Kunst des Programmierens mit JavaScript

G14 **Amir Hassan** € 177,60
23. Feb.–16. Mär Fr 15:00–18:00 12 UE / 4 x / 6–9 TN

Eine eigene Website mit Wordpress

Planung und Umsetzung eines Internetauftritts

G13 **David Palme, MA** € 223,20
2. Mär.–23. Mär Fr 9:00–15:00 24 UE / 4 x / 6–9 TN

Social Media Design

Content für Facebook, Instagram, Youtube und Snapchat kreieren und einbinden

G05 **Leni Charles, Dominik Schefer** € 129,70
13. Mär.–24. Apr Di 19:00–21:00 10 UE / 5 x / 6–9 TN

text(„Hello World!“);

Kreatives Programmieren mit Processing

G19 **David Palme, MA** € 118,40
6. Apr.–13. Apr Fr 14:00–18:00 8 UE / 2 x / 6–9 TN

Adobe Photoshop CS6 Aufbaukurs

Fotoretusche und -montage für Fortgeschrittene

G04 **Nadine Maier, BA (Hons)** € 111,60
7. Apr.–28. Apr Sa 11:00–14:00 12 UE / 4 x / 6–9 TN

Instagram, Pinterest und Snapchat

Kommunikationskanäle, Zielgruppen und Zwecke

G06 **Leni Charles, Dominik Schefer** € 77,80
8.–15. Mai Di 18:00–21:00 6 UE / 2 x / 6–9 TN

Bewerbungsunterlagen mit Stil

Professionelles Layoutieren des Lebenslaufs mit Adobe InDesign und Photoshop CS6

G09 **Elisabeth Grobauer** € 69,80
9.–23. Mai Mi 18:30–21:00 7,5 UE / 3 x / 6–9 TN

MULTIMEDIA FÜR KINDER UND JUGENDLICHE IN DER KUNST VHS

Programmieren für Kinder (6–10 Jahre)

Grundkurs:

U01 **Matthias Menrath** € 69,00
12. Feb.–12. Mär Mo 16:00–18:00 10 UE / 5 x / 6–9 TN

Aufbaukurs:

U02 **Matthias Menrath** € 69,00
16. Apr.–14. Mai Mo 16:00–18:00 10 UE / 5 x / 6–9 TN

Programmieren für Jugendliche (12–14 Jahre)

Grafisches Experimentieren mit Processing

In Kooperation mit der Österreichischen Computer Gesellschaft

U22 **DI Wilfried Baumann** € 96,60
15. Feb.–5. Apr Do 15:30–17:30 14 UE / 7 x / 6–9 TN

Minecraft für Kinder (6–10 Jahre)

Gemeinsam die virtuelle Welt gestalten

U03 **Matthias Menrath** € 41,40
19. Mär.–9. Apr Mo 15:30–18:30 6 UE / 2 x / 6–9 TN

U04 **Matthias Menrath** € 41,40
28. Mai.–11. Jun Mo 16:00–18:00 6 UE / 3 x / 6–9 TN

Zauberkräfte für Minecraft (12–14 Jahre)

Einstieg in die Python-Programmierung

In Kooperation mit der Österreichischen Computer Gesellschaft

U23 **DI Wilfried Baumann** € 96,60
12. Apr.–14. Jun Do 15:30–17:30 14 UE / 7 x / 6–9 TN

NATURWISSENSCHAFT UND TECHNIK



Gatterburggasse (19., Oberdöbling)

1894 benannt nach **Therese Gatterburg (1783–1849)**. Die Gräfin besaß die Herrschaft Oberdöbling und von 1811 bis 1819 auch das Herrschaftshaus („Gatterburg“). Die Gasse hieß zuvor **Theresiengasse**.

(Quelle: <http://genderatlas.at/schule/articles/strassennamen.html>)

MINERALOGISCHE ARBEITSGEMEINSCHAFT

Die Arbeitsgemeinschaft hat eine systematische Sammlung und eine Fachbibliothek aufgebaut. Hier können Sie angeleitet von einem Team erfahrener ExpertInnen

- * Mineralien bestimmen: Stereo-Mikroskope, chemische Reagenzien, kleine Fachbibliothek
- * Mineralien bearbeiten: Gesteinstrennmaschinen, Steinpressen und Schleifmaschinen
- * an Sammelexkursionen teilnehmen, Diavorträge besuchen und Erfahrungen austauschen.

Neue Mitglieder sind jederzeit willkommen!

<http://www.oeab.at/kulturgeologie/minarge.htm>

5111370	Mag. Peter C. Huber, Mag. Andreas Thinschmidt	€ 75,00
14. Feb–30. Mai	Mi 17:00–19:00	30 UE / 15 x / 10–20 TN
VHS Alsergrund		

VORTRAGSREIHE MINERALOGIE

Im Rahmen dieser Vortragsreihe werden spezielle Themen aus Mineralogie und Petrologie präsentiert, die interessante Einblicke auf dem Gebiet der Erdwissenschaften bieten, aber auch hilfreiches Hintergrundwissen für das Hobby des Fossilien- und Mineraliensammelns.



VHS Alsergrund

Für TeilnehmerInnen der Mineralogischen Arbeitsgemeinschaft kostenlos!

Klassische Mineralfundorte in NÖ – Weinviertel

5111371	Mag. Andreas Thinschmidt	€ 4,00
28. Feb	Mi 17:30–18:30	1 UE / 1 x / 1–30 TN

USA – der wilde Westen, Naturwunder und geologische Besonderheiten / Teil 2

5111372	Mag. Peter C. Huber	€ 4,00
21. Mär	Mi 17:30–18:30	1 UE / 1 x / 1–30 TN

Tauche ein in die Welt der Wissenschaft!



Eine Karte - über 200 Vorträge!



SCIENCE - Das Wissenschaftsprogramm der VHS Wien
www.vhs.at/science Newsletter: science@vhs.at

Waldviertler Granatfundstellen

5111373	Mag. Andreas Thinschmidt	€ 4,00
25. Apr	Mi 17:30–18:30	1 UE / 1 x / 1–30 TN

USA – der wilde Westen, Naturwunder und geologische Besonderheiten / Teil 3

5111374	Mag. Peter C. Huber	€ 4,00
16. Mai	Mi 17:30–18:30	1 UE / 1 x / 1–30 TN

→ Sie haben einen schönen Stein gefunden

und wollen ihn schneiden und polieren? Gerne! Wenn Sie eine Abendkarte lösen, dann können Sie Ihren Stein unter fachkundiger Anleitung bearbeiten!

PALÄONTOLOGISCHE ARBEITSGEMEINSCHAFT

Versteinerungen aller Art – pflanzlich oder tierisch, ob im Handstück oder mikroskopisch klein – verbinden SammlerInnen in einer lockeren, vor allem dem Erfahrungsaustausch gewidmeten Umgebung. Hier können Sie, angeleitet von ExpertInnen und WissenschaftlerInnen

* Fossilien bestimmen, formatieren, präparieren und konservieren

* Steine schneiden, schleifen und polieren

* an Sammelexkursionen teilnehmen, Diavorträge besuchen und Erfahrungen – auch über neue Fundorte – austauschen.

Neue Mitglieder sind jederzeit willkommen!

<http://www.oeab.at/kulturgeologie/palarge.htm>

Bitte Interesse wenden Sie sich bitte an Mag. Peter C. Huber im Rahmen der Mineralogischen Arbeitsgemeinschaft.

PFLANZENTAUSCHBÖRSE



Besuchen Sie uns im Innenhof der VHS-Alsergrund und bringen Sie überzählige Ableger, Stecklinge und Samen zum Tauschen und/oder Verschenken! Treffen Sie andere StadtgärtnerInnen zum Erfahrungsaustausch, zur Beratung, Information oder einfach zum Plaudern!

17. Mai Do 15:00–19:00

VHS Alsergrund

Kräuterwanderungen

Diese Kräuterwanderungen geben Einblicke in die heimische Welt der Wildkräuter. Ernte, Trocknung oder frische Verarbeitung der Kräuter werden besprochen. Am Ende der Wanderung erhalten Sie Unterlagen von den besprochenen Kräutern mit vielen Rezepten und Anwendungen. Zum gemütlichen Abschluss werden Kräutertee, Kräuteraufstriche, Kräuterliköre etc zur Verkostung gereicht.

Kräuterwanderung auf der Donauinsel

5151311	Margarete Droschke	€ 20,70
		zuzügl. Material € 8,00
5. Mai	Sa 14:00–17:00	3 UE / 1 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

Kräuterwanderung in Klosterneuburg

5151310	Margarete Droschke	€ 20,70
		zuzügl. Material € 8,00
9. Jun	Sa 14:00–17:00	3 UE / 1 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

Frühlingskräuterworkshop

Sie erfahren Wissenswertes über die Heilwirkung der Wildkräuter, deren Anwendung und Verarbeitung. Gänseblümchen, Löwenzahn, Bärlauch, Brennessel, Scharbockskraut und vieles mehr erwartet uns in der Natur. Verarbeitung von Kräuteraufstrichen, Wildkräutersalat, Vogelmierensalbe, Tees, Salze, Spitzwegerich-Trunk und Entschlackungswickel.

5151312	Margarete Droschke	€ 20,70
		zuzügl. Material € 8,00
9. Mär	Fr 17:00–20:00	3 UE / 1 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

Sommerkräuterworkshop

In diesem Workshop wird über die Wirkung der Kräuter und Wildkräuter speziell zu Aufbau und Stärkung der inneren Organe informiert. Vitalisierender Wildkräutersaft, Tees, Efeu Gesichtswasser, Gundelrebenessig, Badepralinen, Körperpuder...

5151313	Margarete Droschke	€ 20,70
		zuzügl. Material € 8,00
8. Jun	Fr 17:00–20:00	3 UE / 1 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

Garten und Balkon im Frühjahr

Alle wichtigen Schritte und Vorbereitungen: über die Planung, Aussaat und Pflanzung.

5111380		€ 6,00
1. Mär	Do 18:30–20:00	1,5 UE / 1 x / 1–30 TN

VHS Alsergrund

Kompostieren – Mulchen – Bodenverbesserung

Hier erfahren Sie die „10 goldenen Regeln“ zum richtigen Kompostieren, aber auch wie Sie mit Mulchen den Boden verbessern können.

5111380		€ 6,00
12. Apr	Do 18:30–20:00	1,5 UE / 1 x / 1–30 TN

VHS Alsergrund

POLITIK UND GESELLSCHAFT



UNZEITGEMÄSS ZEITLOS: Reden über Politik

Jour fixe. Jeden 1. Mittwoch im Monat. Offene Diskussion mit GästInnen



VHS Alsergrund
Eintritt frei!

➔ **Detailprogramm anfordern!**

Für das Frühjahr 2018 sind folgende Themen geplant:

Working Poor – Kein Auskommen trotz Einkommen

Arbeit schützt nicht immer vor Armut. Viele Erwerbstätige verdienen nicht genug, um davon auch leben zu können. Wie ist die Situation in Österreich, was bringt die Einführung eines Mindestlohns und wie umgehen mit der sozialen Ungleichheit des Arbeitsmarktes?

17. Jan Mi 19:00

Was geht mich der Brexit an?

Am 30. März 2019 will Großbritannien offiziell aus der EU austreten. Wie auch immer die Verhandlungen in Brüssel ausgehen werden – wie werden wir es merken, dass das Vereinigte Königreich nicht mehr dazugehört? Was bedeutet das für Ihre nächste Sprachreise, Ihren Studienaufenthalt oder London-Besuch? Wie wichtig erachten Sie den Einfluss der britischen Kultur- und Gesellschaftspolitik, der dann außerhalb der europäischen Institutionen und Spielregeln stattfinden wird?

7. März Mi 19:00

Die Rückkehr des Nationalismus

Nicht nur „America First“, sondern auch im Europa der EU-Verdrossenheit besteht die Hoffnung, dass die Rückkehr zum Nationalstaat und eine Abschottung die Lösung aller Probleme brächte. Was ist aber dieser „Nationalstaat“ – wann und wie ist dieser entstanden und in welchem politischen Kontext steht dieser?

4. Apr Mi 19:00

Was bleibt von 1968?

Über das Jahr, das als Symbol für die Aufbruchsstimmung dieser Zeit steht – 50 Jahre und einen Jahrtausendwechsel später. Was kann im Rückblick über die gesellschaftspolitischen Änderungen und deren Nachhaltigkeit gesagt werden und haben Sie vielleicht persönliche Erinnerungen, die Sie gerne weitergeben und/oder mit anderen teilen möchten?

2. Mai Mi 19:00

Vom Kuriositätenkabinett zum Haus der Geschichte

Das Museum als Politikum: Über die Entwicklung von der Zur-Schau-Stellung von Sammlungen zu einem Ort der Reflexion und Diskussion, das Spannungsfeld, das sich aus den unterschiedlichen Erwartungen der Auftrags- und Subventionsgeber ergibt und die Konsequenzen der immer stärker geforderten Positionierung zwischen Zusammenarbeit und Konkurrenz mit den anderen lokalen und internationalen Institutionen.

6. Jun Mi 19:00

SIE WOHNEN ODER ARBEITEN IM 9. BEZIRK?



SIE SIND INTERESSIERT

AN DER GESTALTUNG IHRES UMFELDES?

WERDEN SIE AKTIV UND ARBEITEN SIE MIT!

20 JAHRE AGENDA 21 IN WIEN



Der Alsergrund ist Vorreiter in der BürgerInnenbeteiligung! **Dies werden wir 2018 gebührend feiern.** 1998 startete die Lokale Agenda 21 am Alsergrund im **9. Bezirk als Pilotprojekt in der VHS Alsergrund.** Erstmals wurde damit ein Prozess gestartet, in dem **BürgerInnen, Bezirkspolitik und Stadtverwaltung** gemeinsam nachhaltige Projekte in den Bezirken entwickeln und umsetzen. Die Erfolge des Pilotprojektes führten zur Entwicklung eines gesamtstädtischen Agenda21-Modells, welches 2017 bereits 9 Agendabezirke umfasst.

Alle Events zu 20 Jahre Agenda21 in Wien finden Sie zeitgerecht unter www.la21wien.at oder www.agendaalsergrund.at

BEWUSST:NACHHALTIG

Eine Veranstaltungsreihe der Agenda21-Gruppe
VHS-Alsergrund Eintritt frei

Was hat mein Konsum mit Ausbeutung, Nicht-Einhaltung von Umwelt- und Sozialstandards, Flucht und Vertreibung zu tun?

Mag. Stefan Grasgruber-Kerl, südwind
6. Feb Di 18:30–20:30

Biotop-City in Wien im Neubau im 10. Bezirk – Konzepte für den Bestand?

DI Dr Florian Reinwald, Universität für Bodenkultur Wien
6. Mär Di 18:30–20:30

Aktuelle Fragen

DI Dr. Harald Frey, DI Ulrich Leth
3. Apr Di 18:30–20:30

Widersprüche lokaler Planungen zu übergeordneten Strategien

Petra Jens, Fußgeherbeauftragte der Stadt Wien
8. Mai Di 18:30–20:30

Energetische Sanierung bei Wiener Wohnen und Einsatz erneuerbarer Energien: Klimaschutz, Steigerung des Komforts und Reduktion der Kosten

Ing. Patrik Schmidt, Wiener Wohnen
5. Jun Di 18:30–20:30

Auswahl an Videomitschnitten: <http://www.youtube.com/user/ViennaStreets/videos>

Aufsatzsammlung: http://archiv.la21wien.at/mehr-wissen/fundgrube/Aufsatzsammlung_mobilitat_visionar_gestalten.pdf

**Kontakt Agenda Alsergrund: www.agendaalsergrund.at | info@agendaalsergrund.at | Tel: +43 1 3157876
vor Ort: jeden Donnerstag 14.00–19.00 Uhr in der Galileigasse 8, 1090 Wien**



Über die Ideen der Aufklärung

Vortrag

Der Beginn des Zeitalters der Vernunft liegt im 17. und 18. Jahrhundert und da vor allem in England, Frankreich und Deutschland. Diese europäische Geistesströmung entstand unter dem Eindruck der vorhergehenden naturwissenschaftlichen Umwälzungen und kritisierte das Weltbild einer auf Gott gegründeten natürlichen Ordnung. Neben der Vernunft stehen die Ideale von geistiger Freiheit, Gleichheit und Toleranz im Mittelpunkt der Überlegungen.



5111430 Mag. Dr. Gianluigi Segalerba € 6,00
19. Feb Mo 16:30–18:00 1,5 UE / 1 x / 1–30 TN

VHS Alsergrund

Gesprächs- und Diskussionsreihe

Dem die Erfahrung betonenden englischen Empirismus steht der französische Rationalismus gegenüber. In dieser Reihe stehen die vor allem die Denker und Philosophen Thomas Hobbes, Baruch de Spinoza und John Locke im Mittelpunkt.

5111431 Mag. Dr. Gianluigi Segalerba € 28,40
26. Feb–12. Mär Mo 16:30–18:00 4,5 UE / 3 x / 6–12 TN

VHS Alsergrund

Haben Tiere Rechte?

Vortrag

Haben Tiere Rechte oder dürfen sie als erneuerbare Ressource ausgenutzt werden? Eine Erörterung der unterschiedlichen Positionen, die in der Geschichte der Philosophie über Tiere und deren Würde angenommen wurden sowie über aktuelle Entwicklungen im Tierschutzrecht und der Tierrechtsbewegung.



5111440 Mag. Dr. Gianluigi Segalerba € 6,00
9. Apr Mo 16:30–18:00 1,5 UE / 1 x / 1–30 TN

Gesprächs- und Diskussionsreihe

Von der Sklavenbefreiung zur "Animal Liberation Front": Das Thema Rechte für Tiere findet nicht nur in der aktuellen Literatur seinen Niederschlag – neu daran ist, dass sich auch die Wissenschaft verstärkt mit Tierethik und Tierrechten beschäftigt.

5111441 Mag. Dr. Gianluigi Segalerba € 28,40
16.–30. Apr Mo 16:30–18:00 4,5 UE / 3 x / 6–12 TN

GESCHICHTSWERKSTATT

in Kooperation mit der Agenda Alsergrund

Gedenkprojekt Volksobernviertel

Im Rahmen des Gedenkprojektes Volksobernviertel finden am 26. April 2018 Feierlichkeiten am Alsergrund statt. In der Severingasse 8 wird in Kooperation mit SchülerInnen der HLMW 9 Michelbeuern eine Gedenktafel enthüllt. Anschließend findet im Festsaal der Bezirksvorstehung ein Festakt statt. Mit der Gedenkarbeit möchten wir **Bewusstsein schaffen und an vertriebene und ermordete jüdische Menschen** erinnern.

Ein wichtiger Teil des Projektes war, den **Nobelpreisträger Eric Kandel, welcher in der Severingasse wohnte**, persönlich zu treffen. In folgendem Interview berichtet er über seine Erlebnisse:

<http://www.volksobernviertel1938.at/interview-mit-eric-kandel>

Weitere Details finden Sie zeitgerecht unter www.agenda-alssergrund.at

Erinnerungsarbeit am Alsergrund

Ist es zeitgemäß sich mit der Vergangenheit zu beschäftigen?

Der Alsergrund war, nach der Leopoldstadt, jener Bezirk mit dem höchsten Anteil jüdischer Bewohnerinnen und Bewohner in Wien. Engagierte Menschen starten immer wieder im 9. Bezirk Erinnerungsprojekte, die auch polarisieren. Wir diskutieren mit Involvierten und HistorikerInnen über ihre Gedenkarbeit, die Motivation sich zu engagieren, die Erfahrungen die gemacht wurden und die Wünsche, die jene Menschen die auf Spurensuche sind, haben.

Bringen Sie sich ein, diskutieren Sie mit!

9. Mai Mi 19:00

VHS Alsergrund



: KUNST VOLL

www.vhs.at/kvh

+43 1 891 74-154 000

Lazarettgasse 27, 1090 Wien

kvh@vhs.at



ZIVILGESELLSCHAFT

Shade Tours – Sozialpolitik mal anders

Obdachlose erklären die Obdachlosigkeit. So haben Sie Wien noch nicht gesehen! Entdecken Sie die vielen Facetten der Obdachlosigkeit: die Herausforderungen, Lösungsansätze und vielen Geschichten vom Leben und Überleben in der Großstadt. Diese 2-stündige Führung bietet authentische, fachkundige und facettenreiche Einblicke in eine unbekannte und meist ungesehene Welt. Die Tour verbindet Fakten mit persönlichen Geschichten, und bringt damit Licht in die komplexe Welt der Obdachlosigkeit.
www.shades-tours.com

5104 € 15,00
20. Feb Di 17:30–19:30 2 UE / 1 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5105 € 15,00
21. Mai Di 17:30–19:30 2 UE / 1 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

Gewaltfreie Kommunikation

Konflikte lösen nach Marshall Rosenberg

Nach dem Kurs können Sie Ihre Aufmerksamkeit auf den sprachlichen Ausdruck richten und auf verschiedene Arten zuhören. Mittels der vier Schritte zur gewaltfreien Kommunikation können Sie offen Ihre Meinung sagen, ohne Abwehr oder Feindseligkeit zu erwecken, potenzielle Konflikte in friedliche Gespräche umwandeln und mehr Achtsamkeit in Beziehungen entwickeln.

5112338 Mag.^a D. Kerschbaumer-de Valon € 130,20
23.–24. Feb Fr 15:00–21:00 Sa 9:00–17:00 14 UE / 2 x / 6–12 TN

VHS Alsergrund

Gewaltfreie Kommunikation – Übungswochenende

Auffrischen, ausprobieren und Neues lernen: In diesem Workshop haben Sie die Möglichkeit, eigene Konflikte zu bearbeiten, den Umgang mit Aggression und Vorwürfen zu üben, Emphatiegelgespräche zu führen, innere Widersprüche zu klären und vieles mehr Voraussetzung: Besuch eines Einführungsseminars.

5112338b Mag.^a D. Kerschbaumer-de Valon € 130,20
4.–5. Mai Fr 15:00–21:00 Sa 9:00–17:00 14 UE / 2 x / 6–12 TN

VHS Alsergrund

Die Akademie der Zivilgesellschaft der VHS Wien

unterstützt Menschen dabei, ihr eigenes ehrenamtliches Projekt in Wien zu starten oder ein bereits laufendes Projekt zu verfeinern.

An folgenden, im Rahmen des Lehrgangs stattfindenden, Kamingsgesprächen mit ExpertInnen können auch Sie teilnehmen:

Forschung zu ehrenamtlichem Engagement

Anton Hörting, Sozialministerium
Andrea Schaffar, FiZ **kostenlos**
7. März Mi 17:00–19:00

Rahmenbedingungen ehrenamtlichen Engagements in Österreich

Franz Neunteufl, IGO
Martin Oberbauer, Hilfswerk **kostenlos**
4. Apr Mi 17:00–19:00

Räume und Zwischennutzung in Wien für ehrenamtliche Initiativen

Jutta Kleedorfer, MA18 **kostenlos**
9. Mai Mi 17:00–19:00

Fundraising und Stiftungen für ehrenamtliche Initiativen

Wanda Moser-Heindl, Sozialmarie
Lena Doppel, respekt.net **kostenlos**
30. Mai Mi 17:00–19:00

Medienaufmerksamkeit für ehrenamtliche Initiativen schaffen

Werner Gruber, Planetarium Wien **kostenlos**
14. Jun Mi 17:00–19:00

Alle: VHS Urania

Anmeldung über ihre VHS oder www.vhs.at

AUSSTELLUNGEN, VERANSTALTUNGEN



Schwarz und Weiß sind keine Farben

We don't even know how strong we are until we are forced to bring that hidden strength forward. In times of tragedy, of war, of necessity, people do amazing things. The human capacity for survival and renewal is awesome.

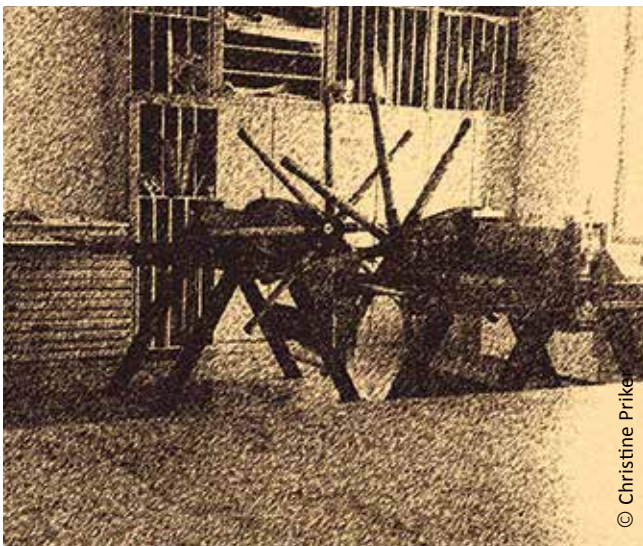
Isabel Allende

Sandra Kirsheh (Malerin in Wien, Studium der Malerei an der Fine Art University in Damaskus/Syrien und an der Universität für Angewandte Kunst Wien) und **Monika Ritter** (Malerin und Erwachsenenbildnerin in Wien) zeigen Bilder aus Damaskus und Wien.

Vernissage: Donnerstag, 1. März 2018, 18:00 Uhr

Ausstellungsdauer: 2. März bis 12. April

1090, Galileigasse 8



© Christine Pirker

Und geht die Straße entlang

Malerisches aus den Klassen von Berthild Zierl

Vernissage: Donnerstag, 18. Jänner 2018, 18:00 Uhr

Ausstellungsdauer: 19. Jänner bis 21. Februar

1090, Galileigasse 8



Sandra Kirsheh



Monika Ritter

Druckfrisch

Arbeiten aus den Druckgrafikwerkstätten der Kunst VHS. Aus den Klassen von Mag.^a Christine Pirker und Prof. Mag. Wojciech Krzywoblocki

Vernissage: Donnerstag, 19. April 2018, 18:00 Uhr

Ausstellungsdauer: 20. April bis 16. Mai

1090, Galileigasse 8

Im Übergang

Von der Figuration zur Abstraktion.

Malerei von **Georg Knotek**

Ich wähle die Darstellungsweise je nachdem, was ich sagen will: Soll der Betrachter die Realität wiedererkennen? Soll der Betrachter mitwirken, ein Thema zu erfassen?

Vernissage: Freitag, 25. Mai 2018, 18:00 Uhr

Eröffnung: Mo Häusler

Ausstellungsdauer: 26. Mai bis 22. Juni

1090, Galileigasse 8



Georg Knotek

Lächeln und Tränen

Zwischen da und dort.

Eine Ausstellung des Jugendcollege

Vernissage: Dienstag, 26. Juni 2018, 18:00 Uhr

Ausstellungsdauer: 27. Juni bis 1. September

1090, Galileigasse 8

Ein Abend mit Beethoven

Musik zum Erleben

Beethovens Werke nicht nur hören, sondern beim Zuhören auch erleben.

Mag. Arturo Marquez Guardarrama, geb. in Mexiko, Studium Klavier und Musikpädagogik in Wien. Lehrt an der VHS Wien und der Musikschule Weinviertel-Mitte. Interpret von Klaviermusik mit Schwerpunkt Wiener Klassik.

Konzert Dienstag, 22. Mai 2018, 18:00 Uhr

Eintritt € 10,00

VHS Döbling, 1190, Gatterburggasse 2a



Ludwig van Beethoven (1770–1827); idealisierendes Gemälde von Joseph Karl Stieler, ca. 1820. Quelle: wikipedia bzw. www.fraunhofer.de

KUNST UND KULTUR



Paradisgasse (19., Sievering, Unterdöbling)

1894 benannt nach der Komponistin und Pianistin Maria Theresia von Paradis (1759–1824), die als etwa dreijähriges Kind erblindete. Berühmt wurde die vorzügliche Pianistin durch ausgedehnte Konzertreisen.

(Quelle: <http://genderatlas.at/schule/articles/strassennamen.html>)

KUNST UND KULTURGESCHICHTE

Wie lässt sich Kunst vermitteln?

Begeisterung für die Kunst der Gegenwart weitergeben

Für Laien, Amateure, KünstlerInnen, BE-LehrerInnen und angehende KunstvermittlerInnen. Mit welchen Methoden lässt sich moderne und zeitgenössische Kunst vermitteln? Gemeinsam werden offene Betrachtungsweisen entwickelt, Möglichkeiten der kunstvermittlerischen Praxis durchgespielt und Formate erprobt, um die Begeisterung für Kunst weiterzugeben.

V25 Mag.^a E. Suranyi, I. Jurica, Art.D. € 154,10
26. Feb–7. Mai Mo 18:00–21:00 16 UE / 5 x / 6–12 TN

Die Kunst VHS

Kunstunterricht gegen alle Widerstände

Gerda Matejka-Felden war an der Akademie der bildenden Künste die erste Professorin. Zusätzlich zu ihrer Lehrtätigkeit baute sie in den Räumen der Akademie die Künstlerische Volkshochschule auf. Der Widerstand, auf den sie damit stieß, gipfelte 1949–1951 in einem Disziplinarverfahren.

V88 Agnes Peschta € 6,00
28. Feb Mi 18:30–20:00 1,5 UE / 1 x / 1–45 TN

Die Kunst VHS

Führung durch den Wiener Stadttempel

Prof. Kurt Rosenkranz ist Ihr Begleiter durch die von Josef Kornhäusel errichtete Synagoge. Sie erfahren Wissenswertes über die wechselvolle Geschichte dieses Gebäudes und über die Grundlagen der jüdischen Religion.

Bitte haben Sie Verständnis für die erforderlichen Sicherheitsmaßnahmen. Amtlichen Lichtbildausweis mitbringen. Kopfbedeckung für Männer erforderlich. Begrenzte TeilnehmerInnenzahl! Telefonische Voranmeldung im Jüdischen Institut bis 1 Woche vor dem jeweiligen Termin unbedingt erforderlich!

Mi 14. Mär 15:00–17:30
Mi 25. Apr 15:00–17:30
Mi 6. Jun 15:00–17:30

Treffpunkt: 15:00 Uhr

vor der Synagoge: Wien 1., Seitenstettengasse 2

Südostasiens Highlights

Eine Welterbe-Tour rund um den Mekong in Kambodscha, Laos, Thailand und Vietnam

Ankor mit seinen weltberühmten Tempelanlagen, der Mekong, unzählige Reisfelder und Buddhastatuen. Das alles eingebettet in eine atemberaubende Landschaft und dabei den einzigartigen Schmelztiegel der verschiedenen Völker und Kulturen sowie Tradition und Moderne erleben.

5111210 Susanne Beck € 6,00
22. Mär Do 18:30–20:00 1,5 UE / 1 x / 1–30 TN

VHS Alsergrund

Musik und Zahl

Die Teiltonreihe (auch Obertonreihe) und die von A. Schönberg u. a. vorgestellte 12-Tontechnik werden mit der Zahl oder dem Abzählen in Verbindung gebracht.

Der Vortrag vermittelt einen Überblick, wie Zahlensysteme als Kombinationsautomaten verwendbar sind, wenn es darum geht, musikalische Strukturen abzubilden.

5111211 Mag. Mario Rosivatz € 6,00
29. Mär Do 18:30–20:00 1,5 UE / 1 x / 1–30 TN

VHS Alsergrund

Das Ausseerland

Ein schönes Stück Österreich, wo Brauchtum, Musik und Tracht im alltäglichen Leben eine große Rolle spielt.

5151230 Josef Hein € 6,00
20. Feb Di 15:00–16:30 1,5 UE / 1 x / 1–15 TN

VHS Heiligenstadt

Pilgern in der Toskana

Auf dem Franziskusweg von Florenz nach La Verna

Die Bilderreise führt uns von Zentrum der Renaissance, Florenz, auf dem Pilgerweg durch Täler und Wälder zum berühmten Franziskanerkloster La Verna. Wir folgen den Spuren des heiligen Franziskus, der seit dem Mittelalter Generationen von Menschen begeistert, aber auch irritiert hat.

5111230	DI Dr. Christian Hlavac	€ 6,00	
27. Feb	Di 18:30–20:00	1,5 UE / 1 x / 1–30 TN	

VHS Alsergrund

Provence

Die Provence gehört zweifellos zu den reizvollsten Kulturlandschaften Europas. Römer, Päpste und Aristokraten haben hier ihre Spuren hinterlassen

5151231	Josef Hein	€ 6,00	
20. Mär	Di 15:00–16:30	1,5 UE / 1 x / 1–15 TN	

VHS Heiligenstadt

Insel Elba

Elba ist eine Insel im Mittelmeer und gehört zum Toskanischen Archipel der Region Toskana in Italien (Provinz Livorno). Sie ist knapp zehn Kilometer vom italienischen Festland entfernt und bietet sehr viel Sehenswertes.

5151232	Josef Hein	€ 6,00	
24. Apr	Di 15:00–16:30	1,5 UE / 1 x / 1–15 TN	

VHS Heiligenstadt

Backstageführungen durch Wiens

Kultureinrichtungen: Wiener Konzerthaus

Die beliebten Backstage Führungen des Wiener Konzerthaus bieten interessante Einblicke hinter die Kulissen.

426116		€ 12,00
16. Mai	Mi 16:00–17:00	1 UE / 1 x / 1–50 TN

Treffpunkt: Lothringerstraße 20, 1030 Wien, Eingangsbereich

SPIEL UND HOBBY

Bridge

Bridge ist das faszinierendste und spannendste Kartenspiel der Welt! Bridge verbessert mentale Koordination, fördert Konzentration, Kreativität, Nervenstärke und partnerschaftliche Fähigkeiten. AnfängerInnen machen ihre ersten Spielschritte, WiedereinsteigerInnen verbessern ihr Lizenzen und lernen neue PartnerInnen kennen.

Fortgeschrittene

5115275	Helga Stigleitner	€ 126,00	
15. Feb–26. Apr	Do 15:00–17:00	20 UE / 10 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

5115276	Helga Stigleitner	€ 126,00
15. Feb–26. Apr	Do 17:00–19:00	20 UE / 10 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

AnfängerInnen

5145275	Helga Stigleitner	€ 126,00
8. Mär–24. Mai	Do 10:30–12:30	20 UE / 10 x / 6–15 TN

VHS Döbling

Tarockieren

Jeden Dienstag und Donnerstag wird im Cafe - Konditorei Schoppenhauer, 1180 Wien, Staudgasse 1, tarockiert, und zwar eine ganz besondere Version, die Geist und Überlegung verlangt: Großtarock nach Wiener Art, modern. Alle, die diese Version, aber auch 20er rufen und Königgrufen kennen lernen wollen, erhalten an diesem Nachmittag viele Informationen.

5115272	Dietmar Kramer	€ 9,50	
6. Mär	Di 15:00–16:30	1,5 UE / 1 x / 6–20 TN	

VHS Alsergrund

5115273	Dietmar Kramer	€ 9,50	
10. Apr	Di 15:00–16:30	1,5 UE / 1 x / 6–20 TN	

VHS Alsergrund

LITERATUR

Kreatives Schreiben

Haben Sie eine Kurzgeschichte oder einen ganzen Roman in sich? Dieser Kurs hilft, es zu Papier zu bringen. Wir wechseln zwischen Theorie (Figurentwicklung, Schreib- und Kreativitätstechniken, Archetypen, Heldenreise, Storybogen u.v.m.), Praxis, und konstruktivem Feedback und erschaffen einen geschützten Raum für unser Schreiben.

5145100	Rhea Krcmarova, BA	€ 94,50
5. Feb–9. Feb	Mo–Fr 10:00–13:00	15 UE / 5 x / 6–15 TN

VHS Döbling

MUSIK

Instrumental – Einzelunterricht

Eine Unterrichtseinheit umfasst 25 Minuten.

15 mal 25 Minuten:	€ 256,50 bis 25 Jahre
	€ 283,50 über 25 Jahre

Individuelle Terminvereinbarung laut jeweiligen Rahmenzeiten.

Nach dem Kurs können Sie Basistechniken und Notenkenntnisse anwenden. Sie kennen die Funktionsweise Ihres Instruments, sowie musikalische Begriffe und Zusammenhänge. Sie wissen, wie man Stücke erarbeitet und können selbst gewählte Stücke darbieten. Je nach Ihren Wünschen und Vorkenntnissen, die Sie mitbringen, kennen Sie die Grundlagen des Improvisierens und wissen, wie Sie öffentliche Auftritte und Prüfungen meistern.

Kursort: VHS Alsergrund

Akkordeon (25 min)

5115318	Edmund Kadlec
12. Feb–11. Jun	Mo 8:30–13:00
5115331	Mag. Arturo Marquez Guadarrama
16. Feb–1. Jun	Fr 9:30–12:00
5115335	Blasius Visnovsky
16. Feb–1. Jun	Fr 16:00–20:00



Blockflöte und Querflöte (25 min)

5115314	Mag.^a Maria Mikl-Kaufmann	
14. Feb–30. Mai	Mi 15:00–18:30	
5115315	Mag.^a Maria Mikl-Kaufmann	
15. Feb–14. Jun	Do 9:30–18:00	
5115316	Mag.^a Maria Mikl-Kaufmann	
16. Feb–1. Jul	Fr 10:00–12:00	
5115317	Mag.^a Maria Mikl-Kaufmann	€ 245,70
17. Feb–16. Jun	Sa 9:00–12:00	13 x

Gitarre (25 min)

5118310	Mag.^a Barbara Maresch	
15. Feb–14. Jun	Do 15:00–19:30	

Gitarre, E-Gitarre und Bassgitarre (25 min)

5115323	Alexander Wallner	
13. Feb–5. Jun	Di 15:00–19:30	
5115325	Martin Bachhofner	
14. Feb–30. Mai	Mi 15:00–20:00	
5115328	Alexander Hofmayr	
15. Feb–14. Jun	Do 15:00–19:00	
5115336	Alexander Wallner	€ 245,70
17. Feb–16. Jun	Sa 10:00–14:00	13 x

Gitarre, E-Gitarre und Jazzgitarre, Ukulele

5115320	Martin Spitzer	
12. Feb–11. Jun	Mo 15:00–19:30	

Hackbrett (25 min)

5115311	Mag.^a Erika Swoboda	
13. Feb–5. Jun	Di 12:00–18:30	
5115313	Mag.^a Erika Swoboda	
14. Feb–30. Mai	Mi 13:00–19:00	

Klavier (25 min)

5115304	Edmund Kadlec	
12. Feb–11. Jun	Mo 8:30–13:00	
5115304	Matthias Bauer	
12. Feb–11. Jun	Mo 14:00–19:30	
5115306	Mag. Mario Robivatz	
13. Feb–5. Jun	Di 14:00–19:30	
5115300	Mag.^a Maria Mikl-Kaufmann	
14. Feb–30. Mai	Mi 15:00–18:30	
5115301	Mag.^a Maria Mikl-Kaufmann	
15. Feb–14. Jun	Do 9:30–18:00	
5115307	Mag. Arturo Marquez Guadarrama	
16. Feb–1. Jun	Fr 9:30–12:00	
5115302	Mag.^a Maria Mikl-Kaufmann	
16. Feb–1. Jun	Fr 10:00–12:00	
5115308	Blasius Visnovsky	
16. Feb–1. Jun	Fr 16:00–20:00	
5115303	Mag.^a Maria Mikl-Kaufmann	€ 245,70
17. Feb–16. Jun	Sa 9:00–12:00	13 x
5115309	Ulrike Anderwald	€ 245,70
17. Feb–16. Jun	Sa 10:00–13:30	13 x

Kontrabass (25 min)

5115329	Alexander Hofmayr	
15. Feb–14. Jun	Do 15:00–19:00	

Liedbegleitung mit Gitarre (25 min)

5115321	Friederike Wild	
13. Feb–5. Jun	Di 8:00–11:00	

Melodica (25 min)

5115334	Blasius Visnovsky	
16. Feb–1. Jun	Fr 16:00–20:00	

Sopranflöte, Querflöte (25 min)

5115322	Mag. Tatjana Kalmar	
13. Feb–5. Jun	Di 10:00–12:00	
5115324	Mag. Tatjana Kalmar	
14. Feb–30. Mai	Mi 14:00–17:30	

Violine, Viola d'Amore, Bratsche (25 min)

5115319	Mag.^a Elzbieta Sajka-Bachler	
12. Feb–11. Jun	Mo 13:00–19:00	
5115332	Mag.^a Elzbieta Sajka-Bachler	
16. Feb–1. Jun	Fr 14:30–17:30	

Zither (25 min)

5115310	Mag.^a phil. Erika Swoboda	
13. Feb–5. Jun	Di 12:00–18:30	
5115312	Mag.^a phil. Erika Swoboda	
14. Feb–30. Mai	Mi 13:00–19:00	

Kursort: VHS Döbling

Klavier (25 min)

5144100	Mag. Villy Paraskevopoulos	
13. Feb–5. Jun	Di 14:00–19:00	

Kursort: VHS Heiligenstadt

Akkordeon

5155330	Mag. Arturo Marguez Guardarrama	
15. Feb–14. Jun	Do 17:30–21:00	

Gitarre (25 min)

5155316		
14. Feb–30. Mai	Mi 15:00–20:00	
5155315	Dominikus Ringhofer	
15. Feb–14. Jun	Do 13:30–20:00	

Klavier (25 min)

5155303	Anna Mach	
12. Feb–11. Jun	Mo 14:00–17:30	

Klavier/Flöte (25 min)

5155300	Irmgard Kreuzer	
13. Feb–5. Jun	Di 12:00–18:30	
5155301	Irmgard Kreuzer	
14. Feb–30. Mai	Mi 12:00–20:30	

Saxophon (25 min)

5155320	Michael Fischer	
15. Feb–14. Jun	Do 15:00–18:00	

Schlagzeug (25 min)

5155310	Christian Kurz	
13. Feb–5. Jun	Di 14:00–19:00	
5155311	Christian Kurz	
14. Feb–30. Mai	Mi 14:00–20:00	

Violine (25 min)

5155302 Erwin Koger
11. Feb–11. Jun Mo 15:00–18:00

Stimmbildung und Gesang – Einzelunterricht

Eine Unterrichtseinheit umfasst 25 Minuten.

15 mal 25 Minuten: € 256,50 bis 25 Jahre
€ 283,50 über 25 Jahre

Individuelle Terminvereinbarung laut jeweiligen Rahmenzeiten.

Kursort, wenn nicht anders angegeben: VHS Alsergrund

5155400 Ekaterina Michailova-Volodarskij
12. Feb–11. Jun Mo 15:00–18:00

VHS Heiligenstadt

5115411 Mag.^a Chie Seyerl € 151,20
27. Feb–24. Apr Di 11:00–14:00 24 UE / 8 x

5115412 Armaghan Shajarian
20. Feb–12. Jun Di 13:00–19:00

5115413 Armaghan Shajarian
21. Feb–6. Jun Mi 13:00–19:00

5115410 Verena Roithmayer
exklusive verpflichtender Korrepetition!
15. Feb–14. Jun Do 12:00–21:00

Der Chor – Die Galileos!

Singend in die Woche starten!

Gemeinsam in einer Großgruppe zu singen stärkt nicht nur den Organismus und das Selbstvertrauen, sondern bereitet Freude und lässt jede/n Einzelne/n Bestandteil eines Ganzen werden. Einen Gesamtklang in mehrstimmigen Chorsätzen zu erarbeiten, zu erspüren und zu erleben ist ein einzigartiges musikalisches Abenteuer, welches die Musikalität und das Gehör fördert. Voraussetzung ist Freude am Singen, Liebe zur Musik und eine gesunde Musikalität. Das Repertoire umfasst Klassik, Volkslied, Gospel, Wienerlied, Pop, Musical...also ganz bunt gemischt. Am Ende des Jahres steht als Höhepunkt ein Konzert am Programm.

5115415 Verena Roithmayer € 105,00 inkl. Korrepetition
12. Feb–11. Jun Mo 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 30–40 TN

5115416 Verena Roithmayer 105,00 inkl. Korrepetition
12. Feb–11. Jun Mo 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 30–40 TN

Freude am Singen

Kleingruppenunterricht für alle, die sich mit ihrer Stimme sicherer fühlen wollen (auch für Nicht-SängerInnen geeignet). Atem- und Stimmübungen, Körperübungen, Singen von leichten Liedern aus aller Welt.

5115411 Susanne Amberg-Schneeweis € 75,60
21. Feb–16. Mai Mi 16:00–17:00 12 UE / 12 x / 6–15 TN

Musik – Ensemble

Big Band

Die Band der VHS Heiligenstadt

Im eigenen Spiel und im Zusammenspiel mit dem Ensemble können Sie Ihre neuen Kenntnisse umsetzen.

Trompete und Posaune gesucht. Schnuppern jederzeit möglich.

5155317 Martin Huf € 135,00
15. Feb–14. Jun Do 19:30–21:30 30 UE / 15 x / 16–29 TN

VHS Heiligenstadt

Jazz-Improvisation für alle Instrumente

Improvisation ermöglicht unmittelbare Betrachtung schöpferischen Ausdrucks von Phantasie und spiegelt die stillen Fertigkeiten des Musikers oder Übenden wider.

Kreativität heißt nicht Nachahmung pseudo-stilistischer Ideale als vielmehr das eigene Entwicklungspotenzial zur Umsetzung eigener ästhetischer Instinkte zu nutzen.

Für alle die improvisieren wollen und ein Instrument spielen.

5115350 Mag. Mario Rosivatz € 141,00
10. Mär–21. Apr Sa 10:00–13:00 15 UE / 5x / 4–5 TN

VHS Alsergrund

Jazz-Improvisation

Jedes Instrument ist willkommen. Gemeinsam arbeiten Sie im Ensemble an verschiedensten Konzepten für Improvisationen, z.B. aus dem „American Songbook“

5115314 Michael Fischer € 141,00
15. Feb–14. Jun Do 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Heiligenstadt

Djembe!

Zauber einer afrikanischen Trommel

Mit wunderschönen Trommeln und didaktischer Kompetenz verführt Gerhard Kero die Teilnehmer_innen in eine faszinierend variantenreiche rhythmische Erlebniswelt, welche nicht nur das Verständnis für Rhythmus erweitert, sondern auch musikalisch-motorisches Entwicklungspotenzial fördert und insbesondere höllisch Spaß macht! Für alle Levels, keine Vorkenntnisse notwendig. Professionelle Instrumente stehen kostenfrei zur Verfügung.

5115315 Gerhar Kero, beatfactory € 120,00
17. Mär Sa 10:00–17:00 7 UE / 1x / 8–16 TN

VHS Gatterburggasse

DARSTELLEND KUNST

Impro Theater

Improvisation ist eine hohe Kunst und zugleich das Einfachste auf der Welt: Kopf ausschalten, Intuition aufdrehen, los geht's! Wir trainieren gemeinsam Spontanität, Aufmerksamkeit, Offenheit, Präsenz und unser Selbstbewusstsein mit Hilfe von verschiedenen Spielen, Übungen, und szenischen Spielen aus dem Improtheater.

5149200 Mag. M. Czerwenka-Wenkstetten € 207,00
19. Feb–7. Mai Mo 18:30–21:30 30 UE / 10 x / 6–15 TN

VHS Döbling

Kindertheater (8–12 Jahre)

Beim diesem Theater Kurs erfinden wir unterschiedliche Szenen, Figuren und Bilder, die durch Übungen, Anregungen und Improvisationen entstehen. Am Ende des Semesters präsentieren wir unsere Szenen -Collage im Rahmen einer kleinen Aufführung.

5148001 Hanna Victoria Bauer € 68,40
14. Feb–11. Apr Mi 17:00–18:30 12 UE / 8 x / 6–15 TN

VHS Döbling



Neues Theater in Döbling

Erfahrenes Bühnensembles freut sich auf neue Mitglieder – mit oder ohne Vorkenntnisse – zur Erarbeitung heiterer klassischer Bühnenwerke. Die „Faszination Theater“ findet auch backstage statt: auch hier ist die Verstärkung willkommen. www.neuestheaterindoebling.at

5145600	Heidelinde Twaroch	€ 60,00
13. Feb–5. Jun	Di 18:00–22:00	60 UE / 15 x / 16–29 TN
VHS Döbling		

Theater in Heiligenstadt

Das älteste Amateurtheater Wiens

Die älteste aktive Amateurgruppe Wiens stellt in Anwendung des Prinzips „Learning by Doing“ jedes Semester ein klassisches Theaterstück auf die Bühne.

5155600	Mag.^a Katharina Kolland-Twaroch	€ 60,00
14. Feb–30. Mai	Mi 19:30–21:30	30 UE / 15 x / 16–29 TN
VHS Heiligenstadt		

BILDENDE KUNST

Zeichnen, Aquarell- und Acrylmalen

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Freude am Zeichnen und Malen! Erklärung der Materialien und Techniken sowie Gesetzmäßigkeiten im künstlerischen Gestaltungsprozess (Farbwerte, Licht, Schatten, Komposition, Perspektive etc.). Bildliche Unterstützung mittels PowerPoint-Präsentationen in Deutsch und Englisch. Die Kursleiterin steht ständig für Hilfestellung und Problemlösungen zur Verfügung. Materialliste: Aquarell- und/oder Acrylfarben, Gouache oder Pastell, Aquarell- und/oder Acrylpinsel, Aquarellpapier und/oder Malgründe für Acryl, weicher Bleistift (z.B. 2b, 4b, 6b) Kostenbeitrag inklusive Skriptum.

5115100	Berthild Zierl	€ 201,00
13. Feb–5. Jun	Di 9:00–11:00	30 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund		

5115102	Berthild Zierl	€ 201,00
13. Feb–5. Jun	Di 18:00–20:00	30 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund		

Für Fortgeschrittene

5115101	Berthild Zierl	€ 201,00
13. Feb–5. Jun	Di 11:00–13:00	30 UE / 15 x / 6–13 TN
VHS Alsergrund		

Acrylmalen

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Sie lernen, mit Malgrund, Pinsel, Spachtel und Farbe umzugehen und verschiedene Techniken des Farbauftrags einzusetzen. Sie haben Grundkenntnisse in Bildkomposition und Farbenlehre und können persönliche Ideen entwickeln und umzusetzen. Bildliche Unterstützung mittels PowerPoint Präsentation in Deutsch und Englisch. Die Kursleiterin steht ständig für Hilfestellung und Problemlösungen zur Verfügung. Materialliste: Acrylfarben, Acrylpinsel, Malgründe (Acrylpapiere, Kartone, Leinwand) Kostenbeitrag inklusive Skriptum.

5115110	Berthild Zierl	€ 201,00
13. Feb–5. Jun	Di 16:00–18:00	30 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund		

Freihandzeichnen am Vormittag

Das Zeichnen einer Linie bringt eine Reduktion auf die reine Kontur. Mit verschiedenen Übungen wird der Blick für die charakteristischen Merkmale geschärft und verschiedene Techniken wie die Schraffur, Lavierung, Schummern, etc. erarbeitet. Konstruktive Gespräche helfen das persönliche Motiv ins rechte Licht zu rücken.

Materialliste: Skizzenblock oder Druckerpapier, Bleistifte verschiedener Härte, ev. Kohle
Keine Vorkenntnisse nötig!

5115136	Dr.ⁱⁿ Astrid Esterlus	€ 67,00
14. Feb–14. Mär	Mi 9:30–11:30	10 UE / 5 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund		

Aquarellmalerei

Nach dem Kurs können Sie mit Malgrund, Pinsel und Farbe umgehen sowie die Grundtechniken des Aquarellierens (Lavieren, Lasieren u.a.) anwenden. Sie haben Grundkenntnisse in Bildkomposition und Farbenlehre. Auf dieser Basis sind Sie in der Lage, Ihre persönlichen Ideen zu entwickeln und umzusetzen.

5155101	Wilhelm Oberhofer	€ 134,00
15. Feb–26. Apr	Do 9:00–11:00	20 UE / 10 x / 6–12 TN
VHS Heiligenstadt		

Zeichnen After Work

Abstrakte Muster oder gegenständliche Motive: Zur Entspannung nach der Arbeit lassen wir den Stift über das Papier gleiten. ...ohne bestimmtes Ziel... Muster und Formen dürfen entstehen...abstrakt oder gegenständlich...keine Bewertung...Linien, Punkte oder Flächen bilden sich im Fluss der Emotionen...die Gedanken haben frei...Wer will, kann auch die vorhandenen Malvorlagen bunt ausmalen und sich auch so entspannen.

Materialien: Papier in verschiedenen Qualitäten und Formaten (von Druckerpapier bis Zeichenkarton), Bleistifte in verschiedenen Härtegraden, Radiergummi, Spitzer, Tuschestifte, Buntstifte, etc. Keine Vorkenntnisse nötig!

5115137	Dr.ⁱⁿ Astrid Esterlus	€ 67,00
15. Feb–15. Mär	Do 18:00–20:00	10 UE / 5 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund		

5115138	Dr.ⁱⁿ Astrid Esterlus	€ 67,00
5. Apr–3. Mai	Do 18:00–20:00	10 UE / 5 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund		

Manga-Zeichnen

Für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren

Nach dem Kurs können Sie Mangas zeichnen. Sie kennen die Grundlagen des Charakterdesigns, des Aufbaus einer Comicseite und können eine Bild-Geschichte entwickeln.

Materialliste: Bleistift(HB oder B), Radiergummi, Lineal, Zirkel, Korrekturflüssigkeit und Taschentücher bitte mitbringen. Mangafeder, Federhalter, Pinsel und Tusche sowie Papierblock werden von der Kursleiterin mitgebracht und direkt mit ihr verrechnet. (ca 7,50)

Bitte unbedingt einen Zirkel mitbringen

5155110	Ikuyo Hori	€ 40,20
16.–23. Feb	Fr 17:00–20:00	6 UE / 2 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt		

Hemmungslos zeichnen

Entdecken Sie ihren ganz eigenen Zeichenstil, lernen Sie die unterschiedlichsten Techniken kennen. Finden Sie heraus welche Striche, Muster, Schattierungen, Linien, Punkte – welche Stifte und welches Papier sich für Sie am besten anfühlt. Nach einer kurzen Material- und Theorieeinheit wird gezeichnet: . Sehen lernen, Schraffieren, exakte Linienführung, ... ein spannender Kurs mit vielen Möglichkeiten.

5145206 Sonja Auer € 67,00
20. Feb–8. Mai Di 9:00–11:00 10 UE / 5 x / 6–15 TN

VHS Döbling

Malen zu Musik

Raus aus dem Alltag, rein in die Welt der Musik und der Farben. Viel Raum für individuelle Stimmungen und innere und äußere Bewegungen. Eine spannende Reise durch verschiedene Musikrichtungen, Farben und Materialien welche sowohl entspannend als auch anregend wirken kann.

5145205 Sonja Auer € 67,00
20. Feb–8. Mai Di 11:00–13:00 10 UE / 5 x / 6–15 TN

VHS Döbling

Einführung in die Aquarellmalerei

Sind sie auch fasziniert von der Aquarellmalerei und möchten diese Technik erlernen? Angefangen von der richtigen Materialauswahl (Farben, Pinsel, Papier, uvm.) über die Erklärung diverser Techniken (Nass-in-nass, Schichten, Tupfen, Aquarellieren auf Seide ...) wird in diesem Kurs vor allem die Freude und Kreativität der Teilnehmer gefördert und individuell behandelt.

5125206 Sonja Auer € 93,80
21. Feb–1. Mär Mi, Do 9:00–12:30 14 UE / 4 x / 6–15 TN

VHS Döbling

Urban Sketching – jede Linie hat einen Anfang

Freihandzeichnen für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Strichführung; Formen erkennen: Die Wahrnehmung. Eindruck und Ausdruck: Der geistige Gehalt.

Lückenbüßer und Brückenschläger: Grafische Tricks: Strich, Fläche, Raum, Perspektiven. Den Flow finden: Heimlich und öffentlich zeichnen. Die Emotion: Wie Gekritzeln den Ausdruck findet – Das Skizzenbuch.

5115109 Herwig Bachler € 80,00
1.–22. Mär / Do 18:00–20:00 8 UE / 4 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund

Aktzeichnen

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Im Workshop werden die Grundlagen der Anatomie für Maler (Skelett, Gelenke, Muskeln, Bänder), sowie die zeichnerischen Grundlagen von der Linie bis zum Tonwert in Bezug auf den menschlichen Körper mittels computeranimierter Präsentation einleitend vermittelt und anhand von Modellen zeichnerisch umgesetzt (im Kurspreis enthalten)

Die Kursleiterin steht für Hilfestellung und Problemlösungen individuell zur Verfügung. Es wird mit Modellen gearbeitet!

5115103 Berthild Zierl € 55,80
1.–2. Mär Do, Fr 14:30–17:30 6 UE / 2 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

Schriftgestaltung – Handlettering

Schrift schreiben und dabei gestalten: kein Strich sieht aus wie der andere. Es geht um die künstlerische Ausgestaltung von Buchstaben und die kreative Ausgestaltung des Blattes. Handlettering bedeutet per Hand Schriftzüge zu erstellen, die eher als Gesamtkunstwerk zu betrachten sind. Handschrift ist die analoge Alternative zu digitalisierten stereotypen Buchstaben.

5115139 Dr.ⁱⁿ Astrid Esterlus € 40,20
8. Mär–22. Mär Do 18:00–20:00 6 UE / 3 x / 6–15 TN

VHS Döbling

Zentangle – magische Gestaltungsmöglichkeiten

Basicworkshop

Zentangle ist eine sanfte, spielerische und magische Art der Gestaltung. Diese innovative Zeichentechnik erlaubt uns in die freudvolle, plastische Welt der Zeichnung einzutauchen. Und viel braucht's dafür nicht: Stifte, Papier in besserer Qualität, ein paar hilfreiche Tipps und los geht's ...

Der Aspekt des Entschleunigens ist besonders hervorzuheben.

5145203 Sonja Auer € 33,50
10. Mär Sa 10:00–15:00 5 UE / 1 x / 6–15 TN

VHS Döbling

Mein Leben in Bildern, Collage

Eine Collage, ein sehr persönliches Geschenk für Freunde und Familie zu einem besonderen Anlass. Zeitschriften zum Ausschneiden sind im Kurs vorhanden. Sie können eigene Fotos mitbringen, sowie Schere und UHU Stick.

5145204 Margareta Pubek € 40,00
20. Mär Di 13:30–17:30 4 UE / 1 x / 4–5 TN

VHS Döbling

Portraitzeichnen

AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Anatomische sowie zeichnerische Grundlagen – von der Linie bis zum Tonwert – in Bezug auf das menschliche Gesicht werden vermittelt und mittels PowerPoint-Präsentation erklärt. Es wird mit Modellen (im Kurspreis enthalten) gearbeitet.

Nach dem Kurs können Sie unter Berücksichtigung von Proportionen und Haltung auch die Mimik und den charakteristischen Ausdruck des Modells wiedergeben.

5115105 Berthild Zierl € 51,60
12.–13. Apr Do, Fr 14:30–17:30 6 UE / 2 x / 6–13 TN

VHS Alsergrund

Impressionistische und expressionistische Malweise im Vergleich

Anhand von umfangreichem Bildmaterial und computeranimierter Präsentation werden wesentliche Aspekte beider Kunstströmungen gezeigt und deren unterschiedliche Umsetzung bei ähnlichen Bildthemen erläutert. Im freien Umgang mit Farbe und Form, eingearbeitet in die impressionistische und/oder expressionistische Malweise werden sodann Bilder in der eigenen Bildsprache erarbeitet.

Berthild Zierl, Malerin, Druckgrafikerin und Literatin, Präsidentin der Berufsvereinigung der bildenden Künstler Österreichs

5115104 Berthild Zierl € 53,60
17.–18. Mai Do, Fr 14:00–18:00 8 UE / 2 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund



Blumen – Skizzen und Aquarelle

Es wird jeden Kurstag eine echte Blume als Modell geben. Haben Sie eine eigene Lieblingsblume, die Sie gerne zeichnen möchten? Bringen Sie sie einfach mit. Es kann ja auch ein Kaktus sein!

Mit einfachen Übungen beginnen wir Formen der Blume zu erkennen und als Skizze zu Papier zu bringen. Anschließend geht es zu den Farben. Ob exakt oder kreativ gestaltet, nass in nass, lasierend, in Verlaufftechnik oder mit Einsatz deckender Farben und trockenem Pinsel - alles ist möglich! Keine Vorkenntnisse nötig!

Materialliste: einfaches Druckerpapier und schweres Aquarellpapier (300 gr), Aquarellfarben und Pinsel, weiche Bleistifte zB. 6B, ev. Radiergummi

5115139	Dr. in Astrid Esterlus	€ 67,00
23. Mai–20. Jun	Do 9:30–11:30	10 UE / 5 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund		

ANGEWANDTE KUNST UND HANDWERK

Nähen

für AnfängerInnen und leicht Fortgeschrittene

Ganz nach dem Motto „learning by doing“ lernen Sie grundlegende Schneiderkenntnisse, die Sie gleich an einem Kleidungsstück in die Praxis umsetzen.

Nach dem Kurs können Sie verschiedene Kleidungsstücke Ihrer Wahl anfertigen sowie Verarbeitungsdetails und Änderungen durchführen. Kursschwerpunkte sind das Abnehmen von Schnitten aus Modezeitschriften, das Abändern auf Ihre Figur und das Zuschneiden und Anfertigen einfacher Kleidungsstücke.

Bitte mitbringen: vorhandenes Nähzubehör und ev. Stoffe (wenn Schnittzeichnen: Seidenpapier, Bleistift, Maßband, Lineal, Papierschere).

5145201		€ 124,20
22. Feb–5. Apr	Do 9:00–12:00	18 UE / 6 x / 6–9 TN
VHS Döbling		


5155201	Marie Therese Traxler	€ 124,20
5. Mär–23. Apr	Mo 18:00–21:00	18 UE / 6 x / 6–9 TN
VHS Heiligenstadt		

5155202	Marie Therese Traxler	€ 124,20
7. Mai–18. Jun	Mo 18:00–21:00	18 UE / 6 x / 6–9 TN
VHS Heiligenstadt		

Nähkurs – Kindermode

Genäht werden Hosen, Kleidchen, T-Shirts, Pullis, Beanies, u.v.m

Anfangen von einer kleinen Material- und Werkzeugkunde, über die Schnitterstellung und Erklärung diverse Näh-techniken, wird bis hin zum Abschneiden des letzten Fädchens alles genau besprochen und umgesetzt. In der ersten Kurseinheit wird eine Pumphose genäht. Die folgenden Modelle und die dazu benötigten Materialien werden jeweils am Ende der laufenden Kurseinheit besprochen.

5145204	Sonja Auer	€ 247,20	
2. Mär–27. Apr	Fr 9:30–12:30	24 UE / 8 x / 4–5 TN	
VHS Döbling			

Louise Bourgeois lebt

Entwurf und Fertigung eines textilen Objekts mit Volumen

Mit Stoffen, Füllmaterialien sowie Nadel und Nähmaschine ein raumgreifendes Objekt zu kreieren, ist eine ebenso sinnliche wie anregende Auseinandersetzung mit Werken wegbereitender Bildhauerinnen wie Louise Bourgeois (1911-2010). Es geht auch um räumliche Interventionen. Nach arbeitstechnischen Entwürfen und Übungen wird formal eigenständig gearbeitet; mit textilen Materialien, welche aneinandergenäht, -geknotet, verstrickt, umwickelt werden, evtl. unter Hinzuziehung von Plastik-, Holz-, Metallteilen.


Bitte mitbringen: Textilien wie Stoffe, Kleidungsstücke, Stricke, Bänder ...; Plastik, Holz, Metall ...; Nähzeug, Schere, Häkelnadel, Tacker ...

B05	Gudrun Lenk-Wane	€ 82,80
16.–23. Mär	Fr 10:00–16:00	12 UE / 2 x / 6–15 TN

Die Kunst VHS

Upcycling – Aus 2 mach 1

Upcycling ist in aller Munde. Designermässig- individuelle Einzelstücke, stylische Handtaschen, Einkaufsbags, super-süße Kiddiessfashion und vieles mehr. In diesem Workshop werden Ideen aufgegriffen und umgesetzt, es wird experimentiert, ausprobiert, designt und genäht.

5145201	Sonja Auer	€ 92,70	
10. Apr–24. Apr	Di 17:00–20:00	9 UE / 3 x / 4–5 TN	

VHS Döbling

In Stein gemeißelt – aus Stein geformt

Skulpturen aus Speckstein und Tuffstein

Arbeit mit Stein ist Umgang mit Härte. Wie kann diesem scheinbar so unberühbaren Material dennoch Charakter verliehen werden? Wie wird es zu künstlerischer Form gebracht? AnfängerInnen arbeiten mit weichem Speckstein, Fortgeschrittene mit mittelharterem Tuffstein und mit Alabaster. Nach dem Erlernen der Handhabung der Werkzeuge wird eine Grundform aus dem Material gearbeitet, die schließlich über die verschiedenen Arbeitsschritte als eigenständige Skulptur entsteht.

B02	Marion Brandstetter-Pöll	€ 248,40	
12. Feb–28. Mai	Mo 10:00–13:00 (14-tägig!)	24 UE / 8 x / 4–5 TN	

Die Kunst VHS

Klassische Schmuckwerkstatt

Für AnfängerInnen

Der Prozess der Schmuckherstellung vom Entwurf bis zum fertigen Schmuckstück sowie die grundlegenden Techniken zur kreativen und handwerklichen Fertigung von Schmuck aus Bunt- und Edelmetallen (Silber und Gold).

Exklusive Materialkosten - nach Bedarf.

5115220a-d	Bruno Mock	€ 185,40
22.– 24. Feb	Do, Fr 16:00 – 20:00 Sa 9:00 - 17:00	18 UE / 3 x / 4–5 TN
8.– 10. Mär	Do, Fr 16:00 – 20:00 Sa 9:00 - 17:00	18 UE / 3 x / 4–5 TN
22.– 2. Mär	Do, Fr 16:00 – 20:00 Sa 9:00 - 17:00	18 UE / 3 x / 4–5 TN
12.– 14. Apr	Do, Fr 16:00 – 20:00 Sa 9:00 - 17:00	18 UE / 3 x / 4–5 TN
3.– 5. Mai	Do, Fr 16:00 – 20:00 Sa 9:00 - 17:00	18 UE / 3 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund

Für Fortgeschrittene

5015222a-c	Bruno Mock	€ 103,00
1.– 2 Mär	Do, Fr 16:00 – 20:00	10 UE / 2 x / 4–5 TN
5.– 6. Apr	Do, Fr 16:00 – 20:00	10 UE / 2 x / 4–5 TN
17.– 18. Mai	Do, Fr 16:00 – 20:00	10 UE / 2 x / 4–5 TN

VHS Alsergrund

Akt modellieren und freies Arbeiten

Das Basisprogramm: Wie man am Aktmodell die dreidimensionale Form wahrnimmt, beim Modellieren mit Ton umsetzt und wie sich dabei die individuellen Begabungen entfalten können. Freies Arbeiten nach eigenen Vorstellungen ist ebenso möglich; die Kursleiterin unterstützt Sie dabei nach Bedarf. Schließlich wird die Tonfigur mit Gips abgeformt, das Negativ mit Sand und Zement ausgegossen, um das Endprodukt in Kunststein bzw. Betonguss zu erhalten. Bitte mitbringen: Arbeitskleidung, Müllsack und Sprühflasche

B01	Gottfriede Meixner	€ 362,70
19. Feb–4. Jun	Mo 12:00–15:00	39 UE / 13 x / 6–15 TN

Die Kunst VHS

Plastisches Gestalten mit Gips

Eine Einführung in plastisches Gestalten mit Gips. Diese Technik erlaubt und eröffnet viele Wege in der Skulptur. Der Kursleiter geht auf konkrete persönliche Wünsche ein und führt Sie begleitend zum gewünschten Ergebnis.

Bitte mitbringen: Eisen- oder Aludraht (Stärke 3-4mm), Ha-sengitter, Modellierhölzer, Pressspanplatte (15x15cm), Zange, Hammer, Hacken, Spachtel, Gipsbecher, Gips, Zeitungspapier, medizinische Gipsbinden

B04	Mag. Leslie De Mello	€ 154,50
1. Mär–19. Apr	Do 18:00–21:00	15 UE / 5 x / 4–5 TN

Die Kunst VHS

Scrapbooking

Scrapbooking ist ein ursprünglich aus Amerika stammender Basteltrend, der sich aus der mixed-media Szene entwickelt hat. In Scrapbooks werden Fotos, Folder, Tickets, Eintrittskarten, kleine Fundstücke und vieles mehr gesammelt und als persönliche Lebensgeschichte eingelebt.

5145200	Sonja Auer	€ 77,30
7.–21. Mär	Mi 18:00–20:30	7,5 UE / 3 x / 4–5 TN

VHS Döbling

10-Farben-Druck und Faksimile-Herstellung

Studio-Führung

Ing. Thomas Gorisek wickelt als einer der wenigen Anbieter in Österreich den kompletten Workflow für Kunst- und Faksimile-Druck ab und reproduziert u.a. Kunstwerke für die Albertina, das Schloss Schönbrunn oder das Parlament. Er erzielt die größtmögliche Annäherung an die Originale hinsichtlich Farbeindruck, Materialwahl, Format und setzt damit Standards in der Kunstreproduktion. Bei einer Führung in seinem Studio lernen Sie diesen Ablauf anhand von aktuellen Aufträgen kennen. Alle technischen Schritte und Aspekte werden erläutert.

V107		€ 9,00
16. Mär	Fr 15:00–16:30	1,5 UE / 1 x / 6–6 TN

Treffpunkt: Farbpraxis, Währinger Straße 48/2/9, 1090 Wien

Portrait modellieren mit Modell

In diesem Kurs wird Schritt für Schritt aus Ton ein Portrait modelliert. Die Gesichts-anatomie nachzuempfinden gelingt, da in Ton feinste haptische Eindrücke umgesetzt werden können. Bitte mitbringen: Plastikfolie, Baumwolltuch (z.B. ein altes Geschirrtuch) und ein paar Modellierspachteln. Materialkosten werden vom Kursleiter zusätzlich eingehoben.

B06	Mag. Slobodan Orescanin	€ 154,80
10.–25. Apr	Di, Mi 18:00–21:00	18 UE / 6 x / 6–9 TN

Die Kunst VHS

Relief-Portrait in Farbe

Plastik-Workshop

Mit Plastilin können effektvolle Relief-Bilder erzeugt werden; das Material wird malerisch verwendet; zuerst werden die benötigten Farben gemischt, dann wird das Portrait auf der Grundlage einer Fotografie schichtweise aufgebaut und schließlich montiert. Bitte gutes Portraitfoto mitbringen! Materialkosten für Plastilin, Folie, Acrylglasbox: ca. € 25,00, zahlbar an die Kursleiterin.

B07	Mag.ª art. Katarina Schmidl	€ 20,70
14. Apr	Sa 10:00–13:00	3 UE / 1 x / 6–10 TN

Die Kunst VHS

Formenbau und Gipsabguss

Von einem bereits vorhandenen Objekt aus Ton oder aus einem anderen Material wird eine Abgussform hergestellt. Ein Probe-positiv wird daraus gegossen und nachbearbeitet. Ton und Gips sind im Haus erhältlich und extra zu bezahlen. Bitte mitbringen: Arbeitskleidung, Frischhaltefolie

B09	Mag. Slobodan Orescanin	€ 69,00
28. Apr–5. Mai	Sa 9:00–14:00	10 UE / 2 x / 6–9 TN

Die Kunst VHS

GESUNDHEIT UND BEWEGUNG



WISSEN ÜBER GESUNDHEIT

Grenzen der Naturheilkunde

Um im Anlassfall naturheilkundliche Mittel einsetzen zu können, bedarf es einiger Vorbereitungen und Wissen.

5111360	Dr. in Petra Orina Zizenbacher	€ 6,00	
22. Feb	Do 15:00–16:30	1,5 UE / 1 x / 1–30 TN	

VHS Alsergrund

→ Kräuterexkursionen und Kräutervorträge finden Sie auf Seite 27

ENTSPANNUNG UND KÖRPERWAHRNEHMUNG

Stress weg – Entspannungstechniken kennenlernen

Welche Form der Entspannung ist die richtige für mich und wie gehe ich mit Stress am besten um? Sie werden verschiedene Entspannungstechniken ausprobieren, um herauszufinden, welche die passende für Sie ist. Und Sie werden Wege kennenlernen und persönliche Spielräume entdecken, um Stress am besten zu vermeiden. Nach dem Kurs kennen Sie verschiedene Methoden und beherrschen einige Übungen zur Verringerung körperlicher und geistiger Anspannung sowie zur Stärkung der Konzentrationsfähigkeit. Besonders für EinsteigerInnen geeignet.

5116150	Marianne Anderer	€ 75,60	
20. Feb–17. Apr	Di 19:00–20:30	12 UE / 8 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

5146150	Marianne Anderer	€ 75,60	
6. Apr–25. Mai	Fr 10:00–11:30	12 UE / 8 x / 6–15 TN	

VHS Döbling

Shiatsu – Do In

Le „Do In“ est une technique d’automassage prenant sa source dans la tradition chinoise. La pratique du Do In en début de journée, permet de dynamiser le corps en activant la circulation de l’énergie.

5116350	Maxime Havet	€ 37,80
12. Feb–19. Mär	Mo 9:30–10:30	6 UE / 6 x / 6–9 TN

VHS Alsergrund

5116351	Maxime Havet	€ 37,80
9. Apr–14. Mai	Mo 9:30–10:30	6 UE / 6 x / 6–9 TN

VHS Alsergrund

Meditation und Achtsamkeit

Mehr Freude, Entspannung und innere Ruhe – das alles und noch viel mehr können die einzelnen Meditationen und Achtsamkeitsübungen bewirken, bei denen es darum geht, die eigene Mitte zu finden und im Alltag belastbarer und widerstandsfähiger zu sein. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

5116326	Manfred Krejci	€ 94,00		
20. Feb–20. Mär	Di 15:00–17:00	10 UE / 5 x / 4–5 TN		
5116327	Manfred Krejci	€ 94,50		
6. Mär–22. Mai	Di 19:30–21:00	15 UE / 10 x / 6–15 TN		

VHS Alsergrund

Zum Luftholen und Durchatmen

Einfache Körperübungen mit großer Wirkung: Durch die Kombination von Bewegung und bewusster Atmung wird der Fluss der Lebensenergie harmonisiert, Spannungen werden abgebaut und das Wohlbefinden gesteigert. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

5116325	Detlef Strasser	€ 18,80	
24. Feb	Sa 10:00–12:00	2 UE / 1 x / 4–5 TN	

VHS Alsergrund




FERNÖSTLICHE BEWEGUNGSKULTUREN

Qi Gong

Qi Gong ist eine Bewegungslehre aus dem Gesundheitssystem der Traditionellen Chinesischen Medizin. Langsame, ineinander fließende Bewegungen werden zu festgelegten Übungsabläufen zusammengefügt, die beruhigend, ausgleichend und entspannend wirken. Mit diesen Übungen lernen Sie, in Verbindung mit bewusster Atmung Ihre Muskeln zu stärken, die Gelenke zu lockern, die Körperhaltung zu verbessern und Ihre Konzentrationsfähigkeit zu stärken. Sie verfügen damit über eine bewährte Methode zur Entspannung und Stärkung Ihrer Gesundheit.

5149000 Margarita Wagner € 141,80
 14. Feb.–30. Mai Mi 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling

5149001 Margarita Wagner € 94,50
 14. Feb.–30. Mai Mi 19:30–20:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling

5159010 Margarita Wagner € 141,80 
 14. Feb.–30. Mai Fr 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

Das gesundheitsunterstützende Qi Gong


5126300 Dr. in Sigrid Bernt € 141,80
 12. Feb.–11. Jun Mo 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VS Schulgasse 57/Leitermayergasse

5156300 Dr. in Sigrid Bernt € 141,80
 14. Feb.–30. Mai Mi 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5116301 Dr. in Sigrid Bernt € 141,80
 14. Feb.–30. Mai Mi 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5116320 Dr. in Sigrid Bernt € 141,80
 16. Feb.–1. Jun Fr 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5116322 Dr. in Sigrid Bernt € 141,80
 16. Feb.–1. Jun Fr 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5116321 Dr. in Sigrid Bernt € 75,60 
 22. Feb.–24. Mai Do 16:00–17:00 12 UE / 12 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Das Stille Qi Gong

Das „stille“ Qi Gong umfasst Methoden, um innere Kraft zu entwickeln und den Alltagsstress besser zu bewältigen: In der Stille liegt die Kraft!

5116323 Dr. in Sigrid Bernt € 75,60
 22. Feb.–24. Mai Do 17:00–18:00 12 UE / 12 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund


Tai Chi Chuan

Tai Chi Chuan, auch Schattenboxen genannt, ist eine Bewegungslehre, die ihre Wurzeln in der chinesischen Kampfkunst und in den Prinzipien des Taoismus hat. Es gibt zahlreiche Stile und Formen, von denen viele den Bezug zur Kampfkunst weitgehend verloren haben, vielmehr hat dieses Übungskonzept die physische und psychische Gesunderhaltung zum Ziel. Merkmale sind langsame, fließende Bewegungen, die in festgelegten Abläufen entspannt und konzentriert ausgeführt werden. Positive Effekte eines regelmäßigen Trainings sind Entspannungsfähigkeit und die Förderung von Gleichgewicht, Körperkontrolle und Beweglichkeit.


AnfängerInnen


Tai Chi Chuan und Qi Gong


5116312 Bing Yu € 94,50
 12. Feb.–11. Jun Mo 19:00–20:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VS Galileigasse 5


5116306 Yongli Liu € 112,80 
 13. Feb.–29. Mai Di 20:00–21:00 12 UE / 12 x / 4–5 TN
VS Galileigasse 5

Das kleine Tai Chi / Acht Schätze

5116300 Alexandra Laber € 37,60 
 14. Feb.–7. Mär Mi 18:00–19:00 4 UE / 4 x / 4–5 TN
VHS Alsergrund

5116301 Alexandra Laber € 37,60 
 18. Apr.–9. Mai Mi 18:00–19:00 4 UE / 4 x / 4–5 TN
VHS Alsergrund

5116141 Yongli Liu € 112,80 
 16. Feb.–11. Mai Fr 17:00–18:00 12 UE / 12 x / 4–5 TN
VHS Alsergrund

5156310 DI(FH) Mag. Michael Knopp € 141,00 
 20. Feb.–8. Mai Di 12:30–14:00 15 UE / 10 x / 4–5 TN
VHS Heiligenstadt

AnfängerInnen und Fortgeschritten

Tai Chi Chuan und Qi Gong

5116140 Yongli Liu € 113,40
 13. Feb.–29. Mai Di 17:00–18:30 18 UE / 12 x / 6–15 TN
VS Galileigasse 5

5116305 Yongli Liu € 113,40
 13. Feb.–29. Mai Di 18:30–20:00 18 UE / 12 x / 6–15 TN
VS Galileigasse 5

→ Semesterbeginn: 12. Februar 2018



Tai Chi Chuan und Qi Gong

Workshops zum Auffrischen, Wiederholen und Üben
Für Eltern und Kinder ab 6 Jahren

5116310	Alexandra Laber	€ 18,90
17. Mär	Sa 9:00–12:00	3 UE / 1 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5116311	Alexandra Laber	€ 18,90
21. Apr	Sa 9:00–12:00	3 UE / 1 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

24er Peking-Form / Acht Schätze

Zum Auffrischen, Wiederholen und Üben

5116302	Alexandra Laber	€ 94,50
14. Feb–30. Mai	Mi 20:00–21:00	15 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund


Fortgeschrittene

Tai Chi Chuan und Qi Gong

5116310	Bing Yu	€ 94,50
12. Feb–11. Jun	Mo 17:05–17:55	15 UE / 15 x / 6–15 TN

VS Galileigasse 5

Tai Chi 48iger Form

5116303	Alexandra Laber	€ 37,60	
14. Mär–11. Apr	Mi 18:00–19:00	4 UE / 4 x / 4–5 TN	

VHS Alsergrund

5116304	Alexandra Laber	€ 37,60	
16. Mai–6. Jun	Mi 18:00–19:00	4 UE / 4 x / 4–5 TN	

VHS Alsergrund

Fächer Tai Chi

Die Fächerform ist sehr elegant anzusehen und erinnert mehr an Tanz als an eine Kampfkunst-Form.

Fortgeschrittene

5116311	Bing Yu	€ 94,50
12. Feb–11. Jun	Mo 18:00–19:00	15 UE / 15 x / 6–15 TN

VS Galileigasse 5

Schwert Tai Chi / 32er Form

Mit dem Schwert werden elegante, schöne Bewegungen ausgeführt, die der Gesundheit dienen und gleichzeitig Körper und Geist in Einklang bringen.

Fortgeschrittene

5116305	Alexandra Laber	€ 94,50
14. Feb–30. Mai	Mi 19:00–20:00	15 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

Tai Chi Chuan und Qi Gong

Für Eltern und Kinder ab 6 Jahren

5118140	Yongli Liu	€ 75,60
16. Feb–11. Mai	Fr 16:00–17:00	12 UE / 12 x / 12–24 TN

VHS Alsergrund

Kung Fu

Für Eltern und Kinder ab 6 Jahren

Kung-Fu bietet ein umfassendes Allgemeintraining, bei dem die Beweglichkeit und Koordination im Vordergrund stehen. Körperbeherrschung, Kraft, Schnelligkeit, Kondition und Konzentration werden gefördert.

5118135	BA Oliviu Moiseanu	€ 75,60
15. Feb–17. Mai	Do 18:00–19:00	12 UE / 12 x / 12–24 TN

VHS Alsergrund

Yoga

Die sanften Körperübungen des Hatha Yoga trainieren in Verbindung mit gezielter Atmung Beweglichkeit, Muskelausdauer, Gleichgewicht und Haltung. Sie kräftigen und dehnen die Muskulatur, machen die Gelenke beweglicher, unterstützen eine korrekte Körperhaltung und wirken gegen Verspannungen.

AnfängerInnen

5126200	Daniel Ringhofer	€ 141,80
15. Feb–14. Jun	Do 19:30–21:00	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VS Schulgasse 57/Leitermayergasse

AnfängerInnen und Fortgeschrittene

5156200	Ingrid Leidenfrost-Malinka	€ 141,80
25. Sep–15. Jan	Mo 13:00–14:30	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN


VHS Heiligenstadt

5116200	Susanne Doritz	€ 141,80
12. Feb–11. Jun	Mo 18:00–19:30	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5156203	Ingrid Leidenfrost-Malinka	€ 141,80
13. Feb–5. Jun	Di 18:00–19:30	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Heiligenstadt

5116212	Dr.ⁱⁿ Florentina Hausknotz	€ 141,80	
14. Feb–30. Mai	Mi 9:00–10:30	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

5116213	Dr.ⁱⁿ Florentina Hausknotz	€ 141,80	
14. Feb–30. Mai	Mi 10:30–12:00	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN	

VHS Alsergrund

5116211	Mag.^a Daniela Strobl	€ 141,80
14. Feb–13. Mai	Mi 15:30–17:00	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5116217	Dr.ⁱⁿ Florentina Hausknotz	€ 141,80
15. Feb–14. Jun	Do 18:00–19:30	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5116215	Dr.ⁱⁿ Florentina Hausknotz	€ 141,80
15. Feb–14. Jun	Do 19:30–21:00	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5116222	Mag.^a Daniela Strobl	€ 141,80
16. Feb–1. Jun	Fr 10:30–12:00	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5156204	Bernhard Damm	€ 141,80
16. Feb–8. Jun	Fr 10:30–12:00	22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Heiligenstadt



5149101 Dr.ⁱⁿ Bonka Tilev € 141,80
13. Feb–19. Jun Di 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Flotowgasse 25

5116205 Dr.ⁱⁿ Florentina Hausknotz € 94,50 
19. Feb–7. Mai Mo 14:30–16:00 15 UE / 10 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Fortgeschrittene

5116201 Susanne Doritz € 141,80
12. Feb–19. Jun Mo 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5116220 Bernhard Damm € 141,80
13. Feb–19. Jun Di 17:30–19:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5116206 Bernhard Damm € 141,80
13. Feb–9. Jun Di 19:00–20:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5116214 Mag.^a Anoushe Malek-Fatehi € 113,40
16. Feb–11. Mai Fr 18:00–19:30 18 UE / 12 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5156202 Ingrid Leidenfrost-Malinka € 141,80
13. Feb–5. Jun Di 16:30–18:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5149100 Dr.ⁱⁿ Bonka Tilev € 141,80
13. Feb–19. Jun Di 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Flotowgasse 25


Yoga 60plus – AnfängerInnen


AnfängerInnen und leicht Fortgeschrittene

5156201 Ingrid Leidenfrost-Malinka € 141,80
13. Feb–5. Jun Di 15:00–16:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

Yoga mit Baby (1–12 Monate)

Yoga hilft nach der Geburt bei der Umstellung des Hormonsystems und der Körperfunktionen. Eine Yoga-Stunde in Begleitung Ihres Babys (im Alter bis zu 12 Monate).

5116207 Lisa Prutscher € 66,20 
13. Feb–27. Mär Di 11:00–12:30 10,5 UE / 7 x / 6–12 TN
VHS Alsergrund

5116208 Lisa Prutscher € 66,20 
17. Apr–29. Mai Di 11:00–12:30 10,5 UE / 7 x / 6–12 TN
VHS Alsergrund

Yoga für Familien


Kinder (ab 6 Jahren) sind gemeinsam mit einer erwachsenen Begleitperson herzlich willkommen! Yoga bringt körperliche und psychische Unausgewogenheiten ins Gleichgewicht und eignet sich deshalb hervorragend zum Stressabbau für Erwachsene und für Kinder. Sie erlernen Atem-, Körper- und Entspannungsübungen, die von allen Altersgruppen durchgeführt werden können.

5116216 Mag.^a Daniela Strobl € 94,50
14. Feb–30. Mai Mi 17:00–18:00 15 UE / 15 x / 12–24 TN
VHS Alsergrund


Yoga für Schwangere

Dieser Kurs bietet werdenden Müttern die Möglichkeit, sich mit Körperhaltungen aus dem Hatha Yoga auf die Anforderungen der bevorstehenden Geburt einzustimmen. Atemübungen festigen die Beziehung zum Baby, die Verbindung von Bewegung und Atmung löst sanft Verspannungen im Bewegungsapparat und macht Atemräume spürbar. Die Teilnahme ist nach dem dritten Monat bis zur Geburt möglich.

5149120 Ursula Buchhaus € 70,50 
15. Feb–16. Mär Do 10:30–12:00 7,5 UE / 5 x / 4–5 TN
VHS Döbling

5156207 Cornelia Gamsjäger € 47,00 
16. Feb–16. Mär Fr 14:00–15:00 5 UE / 5 x / 4–5 TN
VHS Heiligenstadt

5149121 Ursula Buchhaus € 70,50 
5. Apr–3. Mai Do 10:30–12:00 7,5 UE / 5 x / 4–5 TN
VHS Döbling

5156208 Cornelia Gamsjäger € 47,00 
27. Apr–25. Mai Fr 14:00–15:00 5 UE / 5 x / 4–5 TN
VHS Heiligenstadt

KÖRPERWAHRNEHMUNG

Atem und Bewegung

Lösende und aktivierende Bewegungsübungen im Sitzen, Stehen, Gehen und Liegen fördern den natürlichen und freien Fluss des Atems. Sie verbessern die Haltung und Beweglichkeit, entspannen, energetisieren und schulen das Körperbewusstsein. Die Übungen sind für Menschen jeden Alters geeignet.

5116110 Martha Häuselmayer-Goll € 94,50
12. Feb–11. Jun Mo 9:00–10:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Ismakogie

Von der Wienerin Anne Seidel entwickelte Haltungs- und Bewegungslehre. Einfache Übungen, die auch im Alltag angewendet werden können, für ein verbessertes Körperbewusstsein und zur Änderung festgefahrener Bewegungsmuster und Gewohnheiten, die oft Ursache von Verspannungen, eingeschränkter Beweglichkeit und Beschwerden sind.

5117140 Maria Kohut € 141,80
29. Jän–18. Jun Mo 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5147140 Hermine Frece € 141,80
13. Feb–19. Jun Di 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling

5147141 Hermine Frece € 141,80
13. Feb–19. Jun Di 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling

5117142 Gertrud Deimel € 141,80
14. Feb–30. Mai Mi 8:30–10:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund



Feldenkrais®

Bewusstheit durch Bewegung

Die Sensibilität Ihres Körpers wird erhöht. Sie sind in der Lage, eingeschliffene Bewegungsmuster zu erkennen und neue Bewegungsmöglichkeiten zu finden, um so Beschwerden durch Fehlhaltungen und falsche Bewegungsmuster vorzubeugen. Der Physiker Moshe Feldenkrais ist Begründer der nach ihm benannten Methode. Er geht davon aus, dass körperliche und geistige Fähigkeiten verbessert werden, wenn Bewegungen bewusst ausgeübt werden. Feldenkrais® ist somit ein Konzept, das zu sensibler Selbstwahrnehmung führt.

5116151 Mag.^a Theresia Paal € 126,00
15. Feb–26. Apr Do 9:00–11:00 20 UE / 10 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5116154 Mag.^a Theresia Paal € 126,00
15. Feb–26. Apr Do 11:00–13:00 20 UE / 10 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Feldenkrais®-Workshops

Lockere Schultern – freie Arme

Die Nacken- und Schultermuskulatur arbeitet überanstrengt, wenn die Unterstützung von Wirbelsäule, Rücken und Brustkorb fehlt. Sie lernen, wie Sie den Nacken entlasten und entspannen und Sie können Ihre Schultern und Arme freier bewegen.

5116152 Magdalena Mayer, MA € 18,80
17. Mär Sa 14:00–16:00 2 UE / 1 x / 6–9 TN
VHS Alsergrund

Leicht bewegen

In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie unnötige Anstrengung weglassen können, sodass Ihre Bewegungen leicht, flüssig und angenehm werden. Erleben Sie mehr Leichtigkeit und ein angenehmes Körpergefühl.

5116153 Magdalena Mayer, MA € 18,80
15. Jun Fr 18:00–20:00 2 UE / 1 x / 6–9 TN
VHS Alsergrund

SELBSTVERTEIDIGUNG

Selbstverteidigung für Frauen

Nach dem Kurs sind Sie sich der Tatsache bewusst, dass tätliche Angriffe auch ohne große Kraftausübung abzuwenden sind. Ihr Sicherheitsgefühl ist erhöht und Sie kennen Strategien zum Selbstschutz. Sie können damit körperliche Auseinandersetzungen vermeiden bzw. abwehren. Sie sind in der Lage, Gefahren mit spezifischen Methoden vorzubeugen, wie richtige Körperhaltung, Körpersprache und Raumbehauptung. Sie können Ausweich-, Abwehr- und Befreiungsübungen im Alltag anwenden und Sie wissen, wie Sie sich bei Diebstahl und Raub verhalten sollten.


5116550 Peter Nestler € 37,80 
9. Apr–14. Mai Mo 18:00–19:00 6 UE / 6 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund


→ siehe auch Selbstverteidigung für Mädchen Seite 57


FUNKTIONELLE GYMNASTIK

Beckenbodengymnastik

Aufbautraining zur Stärkung der Beckenbodenmuskulatur für mehr Spannkraft im Alltag. Ziel: Sie beherrschen ein Übungsprogramm, das die Beckenbodenmuskulatur gezielt stärkt und das harmonische Zusammenspiel mit anderen Muskeln fördert. Sie können bei regelmäßiger Anwendung vielen Beschwerden des Beckenbodenbereichs entgegenwirken.

5157150 Alexandra Gross € 70,50 
16. Feb–16. Mär Fr 16:00–17:30 7,5 UE / 5 x / 4–5 TN
VHS Heiligenstadt

5117153 Agnes Zwolinski € 94,50 
22. Feb–21. Jun Do 14:00–15:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5157151 Alexandra Gross € 70,50 
6. Apr–4. Mai Fr 16:00–17:30 7,5 UE / 5 x / 4–5 TN
VHS Heiligenstadt

Entspannung und Aufbau für Rückenmuskeln und Wirbelsäule

Der Rücken ist ein besonders wichtiger Teil unseres Körpers, den wir viel zu häufig vernachlässigen. Mit Hilfe von gezieltem Muskelaufbau, Dehnübungen und bewusster Entspannung stärken wir den Rücken, machen die Wirbelsäule flexibler und erreichen eine bessere Körperwahrnehmung.

5157225 € 141,80
12. Feb–11. Jun Mo 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5157224 € 141,80
12. Feb–11. Jun Mo 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

Fuß- und Gesundheitsgymnastik

Richtig gehen, stehen, sitzen. Gezielte Gymnastik für Fuß, Knie, Hüfte, Rücken und Venen. Außerdem werden verschiedene Akupressurpunkte und Fußreflexzonen zur Selbstbehandlung sowie Beckenbodenübungen gegen Inkontinenz gezeigt.

5117160 Elfriede Tjuka € 141,80
14. Feb–30. Mai Mi 10:00–11:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Gesunder Rücken

Ein Ganzkörpertraining, das auf die Aktivierung und Stärkung der Rumpfmuskulatur besonderes Augenmerk legt. Ziel: Sie beherrschen Übungen zur Stärkung Ihres Rückens und kennen die Grundregeln für ein rüchenschonendes Alltagsverhalten.


5147251 Ursula Buchhaus € 94,50
12. Feb–11. Jun Mo 9:00–10:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling

5147103 Petra Cejka € 94,50 
12. Feb–11. Jun Mo 17:00–18:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling


5147100 Petra Cejka € 141,80
12. Feb–11. Jun Mo 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling




5113100 **DIⁱⁿ Daniela Larnhof** € 141,80 
 13. Feb–5. Jun Di 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5157104 **Thomas Romanek** € 94,50 
 13. Feb–19. Jun Di 18:30–19:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VS Grinzinger Straße 88

5117119 **Gerda Dvorak** € 141,80
 13. Feb–19. Jun Di 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5147101 **Agnes Zwolinski** € 94,50 
 15. Feb–26. Apr Do 18:00–19:30 15 UE / 10 x / 6–15 TN
VHS Döbling

5113101 **Evelyn Sulzbacher** € 94,50 
 16. Feb–1. Jun Fr 19:30–20:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Gesunder Rücken durch Faszientraining

Die bindegewebigen Strukturen der Faszien durchziehen als Netzwerk unseren gesamten Körper und erfüllen wichtige Aufgaben. Bewegungsmangel, einseitige Belastung, Stress u.v.m. lassen dieses Gewebe verfilzen und verhärten – die Folgen sind Verspannungen und eine ganze Reihe anderer Beschwerden, die sich durch regelmäßiges Training vermeiden lassen. Durch gezielte weiche, dynamische Übungen werden die Faszien wieder fest, stark, elastisch und belastbar. Die positive Wirkung ist mehr Beweglichkeit und Wohlbefinden.

5157227 **Alexandra Gross** € 141,80
 13. Feb–5. Jun Di 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

Gesundheitsgymnastik

5117129 **Agnes Zwolinski** € 141,80
 12. Feb–11. Jun Mo 9:30–11:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117124 **Ursula Strodl** € 94,50
 14. Feb–30. Mai Mi 9:50–10:50 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5157200 **Evelyn Sulzbacher** € 141,80
 12 Feb–11. Jun Mo 10:00–11:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5117123 **Gerda Dvorak** € 94,50
 15. Feb–14. Jun Do 8:30–9:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5157105 **Martina Olbrich** € 141,80
 15. Feb–14. Jun Do 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5117121 **Gerda Dvorak** € 94,50
 15. Feb–14. Jun Do 10:30–11:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117122 **Ursula Strodl** € 94,50
 16. Feb–1. Jun Fr 10:00–11:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Gesundheitsgymnastik mit Pilateselementen

Die Kombination aus klassischer Gesundheitsgymnastik und Pilates-Übungen ergibt ein ganzheitliches Körpertraining, das unter Beachtung der Prinzipien Atmung und Konzentration Körpergefühl und Körperspannung verbessert und die Tiefenmuskulatur durch sanfte Bewegungen kräftigt.

5157213 **Christa Habla** € 141,80
 13. Feb–5. Jun Di 9:00–10:30 18 UE / 12 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt


Mobil 60plus

Besonders schonende Aufbaugymnastik zur Kräftigung und Dehnung schwächerer bzw. verkürzter Muskelgruppen sowie die sanfte Mobilisierung unbeweglicher Körperpartien. Sanftes Herz- und Kreislauftraining, sowie Kräftigung des Beckenbodens.

5157107 **Martina Olbrich** € 94,50
 15. Feb–14. Jun Do 10:30–11:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt


Morgengymnastik


Die Gesundheitsgymnastik mobilisiert sanft unbeweglich gewordene Körperpartien und kräftigt und dehnt vernachlässigte Muskelgruppen. Durch die Sensibilisierung für koordinierte Bewegungsabläufe und bewusste Atmung sorgt sie für ein rundum lebendiges Körpergefühl.

5117203 **Evelyn Sulzbacher** € 141,80 
 13. Feb–19. Jun Di 8:30–10:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Muskelaufbau für SeniorInnen

Mit zunehmendem Alter wird die Erhaltung von Kraft und Ausdauer immer wichtiger, damit alltägliche Tätigkeiten weiterhin problemlos ausgeführt werden können. Sanfte, aber effektive Übungen stärken Muskelpartien, die Sie täglich brauchen. Sie fördern Gleichgewicht, Reaktion und Koordination und erhalten bzw. verbessern Ihre Bewegungssicherheit im Alltag.

5157161 **Alexandra Gross** € 94,00 
 13. Feb–15. Mai Di 9:30–10:30 10 UE / 10 x / 4–5 TN
VHS Heiligenstadt

5157160 **Alexandra Gross** € 94,00 
 16. Feb–27. Apr Fr 15:00–16:00 10 UE / 10 x / 4–5 TN
VHS Heiligenstadt

Osteoporosevorbeugung

Regelmäßige Bewegung ist wichtig zur Vorbeugung von Osteoporose. Gezielte Übungsfördernde die Knochengesundheit, Beweglichkeits- und Geschicklichkeitsübungen für mehr Bewegungssicherheit ergänzen das Programm. Ziel: Sie beherrschen Übungen, die bei regelmäßigem Training die Stabilität und den Aufbau ihrer Knochen und Gelenke stärken.

5117130 **Christa Habla** € 141,80
 12. Feb–11. Jun Mo 8:30–10:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117135 **Martha Häuselmayr-Goll** € 94,50
 12. Feb–11. Jun Mo 10:05–11:05 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund



GESUNDHEITSGYMNASTIK AM SAMSTAG

Eine Gymnastik-Karte für einen gesunden Samstag

vormittags und nachmittags gibt es jeweils 2 Stunden, aus denen Sie auswählen bzw. die Sie kombinieren können

€ 75,00

Semesterbeginn: 12. Februar 2018

VHS Alsergrund

	17. 2. 18	24. 2. 18	3. 3. 18	10. 3. 18
9:00–10:00	Wirbelsäulengymnastik	Gesunder Rücken	Gesundheitsgymnastik	Gesunder Rücken
10:00–11:00	Fitgymnastik	Pilates	Yogalates	Bodywork
14:00–15:00	Pilates	Rückenfit	Pilates	Wirbelsäulengymnastik
15:00–16:00	Rückenschule	Bodywork	Yogalates	Bodywork
	17. 3. 18	7. 4. 18	17. 4. 18	21. 4. 18
9:00–10:00	Pilates	Wirbelsäulengymnastik	Pilates	Gesunder Rücken
10:00–11:00	Yogalates	Pilates	Gesunder Rücken	Bauch Bein Po
14:00–15:00	Bodywork	Rückenfit	Rückenschule	Pilates
15:00–16:00	Gesundheitsgymnastik	Bodywork	Bodywork	Yogalates
	5. 5. 18	26. 5. 18	9. 6. 18	16. 6. 18
9:00–10:00	Gesunder Rücken	Gesundheitsgymnastik	Rückenfit	Yogalates
10:00–11:00	Pilates	Fitgymnastik	Bodywork	Pilates
14:00–15:00	Gesunder Rücken	Rückenfit	Wirbelsäulengymnastik	Rückenfit
15:00–16:00	Bodywork	Bodywork	Fitgymnastik	Bodywork

Änderungen vorbehalten

5157130 **Christa Habla** € 94,50
 13. Feb–5. Jun Di 10:30–11:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5117133 **Susanne Thomaschütz** € 141,80
 16. Feb–1. Jun Fr 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Osteoporosevorbeugung für Frauen

5117132 **Heidelinde Sedlecky** € 141,80
 14. Feb–30. Mai Mi 19:30–20:30 15 UE / 15 x / 4–5 TN
VHS Alsergrund

Pilates

Das von Joseph Hubert Pilates Anfang des 20. Jahrhunderts entwickelte Trainingskonzept setzt auf die gezielte Kräftigung der Körpermitte („Powerhouse“). Zentrale Elemente sind Atmung, Konzentration, Bewegungsfluss und die präzise Ausführung der Übungen, welche vor allem auch die tiefliegenden Muskeln trainieren. Kraft und Beweglichkeit, Balance und Haltung sind die Ziele dieses wirkungsvollen Trainings.

AnfängerInnen

5117283 **Agnes Zwolinski** € 141,80
 15. Feb–14. Jun Do 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5147451 **Roswitha Morianz** € 141,80
 16. Feb–1. Jun Fr 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling

5117289 **Doris Spandl** € 94,50
 16. Feb–1. Jun Fr 17:30–18:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

AnfängerInnen und Fortgeschrittene

5147250 **Ursula Buchhaus** € 141,80
 12. Feb–11. Jun Mo 10:00–11:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling

5117285 **Doris Spandl** € 141,80
 14. Feb–30. Mai Mi 16:30–18:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117286 **Doris Spandl** € 141,80
 14. Feb–30. Mai Mi 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5127100 **Petra Cejka** € 141,80
 15. Feb–14. Jun Do 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VS Schulgasse 57

5117288 **Petra Cejka** € 113,40
 16. Feb–11. Mai Fr 14:30–16:00 18 UE / 12 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund



Pilates mit Ball

5117281 Elina Everett € 141,80 
 15. Feb–14. Jun Do 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Rückbildungsgymnastik für Frauen mit Kleinkindern

Die sanften Übungen der Rückbildungsgymnastik stärken den Beckenboden und trainieren Rücken- und Bauchmuskulatur, Entspannungselemente tragen zum körperlichen und seelischen Wohlbefinden bei. Daneben gibt die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch mit anderen Müttern mehr Sicherheit in der neuen Lebensphase. Das Baby ist mit dabei! Voraussetzung für die Teilnahme: Abklärung mit Arzt bzw. Ärztin.


5157153 Christa Jenewein € 56,40 
 14. Feb–21. Mär Mi 13:00–14:00 6 UE / 6 x / 4–5 TN
VHS Heiligenstadt


5157153 Christa Jenewein € 56,40 
 4. Apr–9. Mai Mi 13:00–14:00 6 UE / 6 x / 4–5 TN
VHS Heiligenstadt

Rückenfit

Bewegungsmangel und einseitige Belastungen führen oft zu Verspannungen und Rückenbeschwerden. Rückenfit ist ein schonendes, aber effektives Ausgleichstraining zur Vermeidung dieser Beschwerden. Die Kräftigungs-, Dehnungs- und Beweglichkeitsübungen stärken die Muskulatur, fördern die Beweglichkeit und führen zu einer besseren Körperhaltung. Regelmäßiges Training trägt zur Gesunderhaltung Ihres Rückens bei.

5117115 Evelyn Sulzbacher € 141,80
 15. Feb–14. Jun Do 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117116 Evelyn Sulzbacher € 94,50 
 15. Feb–14. Jun Do 19:30–20:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund


5157106 Agnes Zwolinski € 113,40 
 23. Feb–18. Mai Fr 17:30–19:00 18 UE / 12 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5157110 Petra Cejka € 113,40 
 6. Mär–5. Jun Di 19:30–21:00 18 UE / 12 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

Senior-Robic

Muskelaufbau für SeniorInnen. Mit zunehmendem Alter wird die Erhaltung von Kraft und Ausdauer immer wichtiger, damit alltägliche Tätigkeiten weiterhin problemlos ausgeführt werden können. Sanfte, aber effektive Übungen stärken Muskelpartien, die Sie täglich brauchen. Sie fördern Gleichgewicht, Reaktion und Koordination und erhalten bzw. verbessern Ihre Bewegungssicherheit im Alltag.

5117215 Doris Stigel € 141,80
 14. Feb–30. Mai Mi 16:00–17:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117216 Doris Stigel € 75,60 
 20. Feb–22. Mai Di 17:00–18:00 12 UE / 12 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Sitzgymnastik für SeniorInnen

Bewegungstraining auf einem Sessel sitzend (evtl. Matte) für Menschen mit mehr oder weniger beeinträchtigtem Gleichgewichtssinn und nicht absolut zuverlässiger Standfestigkeit, bei Gelenksarthrosen. Inhalt: mildes Herz-Kreislauftraining, Erhalten und Fördern der Gelenkbeweglichkeit; ausgleichende Übungen gegen Nacken- und Rückenschmerzen; zum Mobilisieren-Durchbluten-Dehnen-Kräftigen; Bewegungsspiele. Bitte bequeme Kleidung und ein Handtuch mitbringen.

5157111 Evelyn Sulzbacher € 94,50
 12. Feb–11. Jun Mo 11:30–12:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

Weekend-Opening Workout

Es wird ein abwechslungsreiches Workout-Programm mit verschiedenen Kräftigungsübungen und Elementen aus dem Deep Work, Pilates und Indian Balance kombiniert.

5117226 Doris Spandl € 141,80
 29. Sep–26. Jan Fr 18:30–20:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Wirbelsäulengymnastik

Die Übungen der Wirbelsäulengymnastik mobilisieren unbeweglich gewordene Körperpartien und fördern eine korrekte Haltung, sie kräftigen schwächere und dehnen verkürzte Muskelgruppen. Tipps für den Alltag ergänzen dieses Programm für eine gesunde und starke Wirbelsäule.

5157100 Evelyn Sulzbacher € 94,50
 12. Feb–11. Jun Mo 9:00–10:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5117100 Mag. Andreas Masek € 94,50
 12. Feb–11. Jun Mo 16:30–17:20 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117101 Mag. Andreas Masek € 94,50
 12. Feb–11. Jun Mo 17:25–18:15 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117102 Mag. Andreas Masek € 94,50
 12. Feb–11. Jun Mo 18:20–19:10 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5017103 Gerda Dvorak € 94,50
 13. Feb–19. Jun Di 17:00–18:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117104 Gerda Dvorak € 94,50
 13. Feb–19. Jun Di 18:00–19:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117105 Ursula Strodl € 94,50
 14. Feb–30. Mai Mi 8:50–9:50 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5147111 Mag.^a Sabine Hollmann € 141,80
 14. Feb–30. Mai Mi 8:30–10:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling

5147110 Mag.^a Sabine Hollmann € 141,80
 14. Feb–30. Mai Mi 10:00–11:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling



FITNESSKARTE

5 Tage Fitness und Gesundheit flexibel und individuell

VHS FitnessKarte Frühjahr 2018

€ 160,00

Wienweit gültig



Stellen Sie sich Ihr persönliches Gymnastikprogramm zusammen – je nachdem, wozu Sie gerade Lust haben und wie es Ihr Zeitplan zulässt!

Die VHS FitnessKARTE gilt wienweit, ein ganzes Semester lang für mehr als 400 Gesundheits- und Bewegungskurse.

Hier die Kurse, die wir an der VHS Alsergrund Währing Döbling für Sie von Montag bis Freitag anbieten.

Ab 12. Februar können Sie eine beliebige Anzahl von Kursstunden aus dem unten angeführten Programm frei wählen.

Bitte beachten Sie, dass fix angemeldete KundInnen in den Kursen Vorrang haben.

Änderungen vorbehalten

Bereit für 400 Kurse?

Jetzt mit der VHS FitnessKARTE



NEU
eine Karte
wienweit



Für 160 Euro wählen Sie ein Semester lang aus über 400 Gesundheits- und Bewegungsangeboten.

Eine Karte für alle VHS Standorte!

Infos unter vhs.at/vhs-cards, Tel.: +43 1 893 00 83 oder an unseren Standorten.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:00	8:15–9:15 Yogalates VHS Alsergrund	8:30–10:00 Morgengymnastik VHS Alsergrund		8:30–9:30 Bodywork VHS Alsergrund	
9:00		9:00–10:30 Bauch Bein Po VHS Alsergrund 9:00–10:00 Yogalates VHS Alsergrund	9:00–10:30 Yoga VHS Alsergrund		9:00–10:30 Osteoporose- vorbeugung VHS Alsergrund 9:00–10:30 Qi Gong VHS Heiligenstadt
10:00			10:30–12:00 Yoga VHS Alsergrund	10:30–12:00 Yogalates VHS Alsergrund	10:30–12:00 Pilates VHS Döbling
11:00	11:00–12:00 Fitness-Mix VHS Alsergrund				
18:00			18:00–19:30 Konditionstraining VS Galileigasse 3	18:00–19:30 Power Fun & Stretching VS Galileigasse 3	18:00–19:30 Bodywork VHS Alsergrund
19:00	19:30–21:00 Bodywork VS Schulgasse 57/ Leitermayergasse	19:30–21:00 Kraft & Relax VHS Alsergrund 19:30–21:00 Konditionstraining VS Grinzingr Straße 88		19:30–20:30 Rückenfit VHS Alsergrund 19:30–21:00 Pilates mit Ball VHS Alsergrund	
20:00	20:00–21:00 Dehnen & Kräftigen VS Galileigasse 5	20:00–21:00 BauchBeinPo VS Galileigasse 3	20:00–21:00 Latin Workout VS Schulgasse 57/ Leitermayergasse		

5147112 **Mag.^a Sabine Hollmann** € 94,50
 14. Feb–30. Mai Mi 11:30–12:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Döbling

5117111 **Gerda Dvorak** € 94,50
 15. Feb–14. Jun Do 9:30–10:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund


5017107 **Ursula Strodl** € 94,50
 15. Feb–14. Jun Fr 9:00–10:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund


5117108 **Ursula Strodl** € 94,50
 16. Feb–1. Jun Fr 11:00–12:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Yogalates

Yogalates vereint Prinzipien aus dem fernöstlichen Yoga und dem europäischen Pilates, Übungen aus beiden Konzepten werden zu einem wirkungsvollen Training verbunden. Mit Yoga arbeiten wir an der Atmung und Geschmeidigkeit, Pilates gibt Kraft und strafft den Körper. Ziel sind ein kraftvoller und beweglicher Körper, eine gute Haltung, Balance und Gelassenheit.

5117138 **Elina Everett** € 94,50 
 12. Feb–11. Jun Mo 8:15–9:15 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117139 **Elina Everett** € 94,50 
 13. Feb–5. Jun Di 9:00–10:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117282 **Agnes Zwolinski** € 141,80 
 15. Feb–14. Jun Do 10:30–12:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund


5117280 **Elina Everett** € 141,80
 15. Feb–14. Jun Do 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

FITNESS

Bauch-Bein-Po

Dieses Schwerpunktraining für Bauch, Beine und Po bringt den Körper in Form und trägt zur Harmonisierung der Proportionen bei. Übungen zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems werden mit der gezielten Kräftigung und Dehnung der Bauch-, Po- und Oberschenkelmuskulatur kombiniert. Regelmäßiges Training strafft die Körperformen und verbessert die Kondition.

5117217 **DIⁱⁿ Daniela Larnhof** € 141,80 
 13. Feb–5. Jun Di 9:00–10:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund


5117218 **Sabrina Mick** € 94,50 
 13. Feb–5. Jun Di 20:00–21:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VS Galileigasse 3

5117206 **Zuzana Klembarova** € 141,80
 15. Feb–14. Jun Do 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VS Galileigasse 5


Bodywork

Dieses Ganzkörpertraining für mehr Fitness und Beweglichkeit beginnt mit einem Warm-up, dem ein intensiver Übungsteil zur Kräftigung und Dehnung aller Muskelgruppen folgt, Koordinations- und Beweglichkeitsübungen ergänzen das Programm und ein Entspannungsteil rundet die Einheit ab.

5127210 **Drⁱⁿ Susanne Altmann** € 141,80 
 12. Feb–11. Jun Mo 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VS Schulgasse 57/Leitermayergasse

5117209 **Susanne Thomaschütz** € 94,50 
 15. Feb–14. Jun Do 8:30–9:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117214 **Zuzana Klembarova** € 141,80
 15. Feb–14. Jun Do 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VS Galileigasse 5

5117255 **Evelyn Sulzbacher** € 141,80 
 16. Feb–1. Jun Fr 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Bodywork & Stretching

Dieses Ganzkörpertraining für mehr Fitness und Beweglichkeit beginnt mit einem Warm-up, dem ein intensiver Übungsteil zur Kräftigung und Dehnung aller Muskelgruppen folgt, Koordinations- und Beweglichkeitsübungen ergänzen das Programm und ein Entspannungsteil rundet die Einheit ab.

5127220 **Mag.^a Isabella Käfer** € 94,50
 14. Feb–30. Mai Mi 19:00–20:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VS Schulgasse 57/Leitermayergasse

Dehnen & Kräftigen

Im Mittelpunkt steht die Dehnung und Kräftigung des gesamten Körpers, die Straffung der Haut sowie der Aufbau der Muskulatur.

5117229 **Orhan Yilderim** € 94,50 
 12. Feb–11. Jun Mo 20:00–21:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VS Galileigasse 5

Fitness-Mix

Ein Kurs mit vielen unterschiedlichen Übungen zur Verbesserung von Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit.

5117000 **Agnes Zwolinski** € 94,50 
 12. Feb–11. Jun Mo 11:00–12:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund


5117211 **Evelyn Sulzbacher** € 94,50
 13. Feb–5. Jun Di 10:00–11:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5117001 **Susanne Thomaschütz** € 94,50
 16. Feb–1. Jun Fr 10:30–11:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund



Kraft & Relax

Intervalltraining steigert die Kondition und Koordination und ist das Mittel zu Fettverbrennung, mit Hilfe der ganzheitlich eingesetzten Übungen zum Muskelaufbau. Geräte werden kaum benötigt – der eigene Körper reicht als Trainingsgerät.

5117221 **Orhan Yilderim** € 141,80 
13. Feb–5. Jun Di 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

Latin Workout

Ein energiegeladenes Workout zu flotten karibischen und lateinamerikanischen Rhythmen und mitreißender Musik.

5127250 **Mag.^a Isabella Käfer** € 94,50 
14. Feb–30. Mai Mi 20:00–21:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN

VS Schulgasse 57/Leitermayergasse

Molly-Robic

Variatenreiches Training, angepasst an die „XL“-Bedürfnisse für Ausdauer und Muskelaufbau. Mit Kleingeräten wie Hanteln, Therabändern etc. und auch ohne. Ausgleichende Entspannungsübungen beenden die Stunde.

5117204 **Doris Stigel** € 94,50
14. Feb–30. Mai Mi 17:30–18:30 15 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

Power Pack

Intensives Herz- und Kreislauftraining mit Choreografie und abwechslungsreichem Work-out für den ganzen Körper, bei dem auch das Entspannen nicht zu kurz kommt.

5117220 **Doris Stigel** € 141,80
13. Feb–5. Jun Di 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5157201 **Margit Weber** € 141,80
12. Feb–11. Jun Mo 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VS Oskar-Spiel-Gasse 3

Taeborobics


Eine Aerobic-Stunde, die klassische Aerobic-Schritte mit Punches und Kicks (Kampfsporttechniken für Arme und Beine, ohne Körperkontakt) kombiniert und damit eine effektive und intensive Stunde mit viel Spaß ergibt – hohe Fettverbrennung garantiert!

5017210 **Mag.^a Tiziana Hrazdira** € 141,80
27. Sep–31. Jan Mi 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VS Galileigasse 3

Tanz-Fitness

Dieses Tanz-Fitnessprogramm ist eine Mischung aus Aerobic und unterschiedlichen Tanzstilen wie Latin, Musical, Jazz, HipHop und African. Ein Fitnessprogramm das dazu dient, die Gesundheit und körperliche Leistungsfähigkeit zu erhalten.

5117295 **Nicoletta Nikitsch** € 75,60 
13. Feb–30. Mai Di 17:00–18:00 12 UE / 12 x / 6–15 TN

VS Galileigasse 3

5157210 **Nicole Kofler** € 94,50
15. Feb–14. Jun Do 18:00–19:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Heiligenstadt

Zumba®

Zumba® ist ein amerikanisches Fitnesskonzept, das auf einer Kombination aus aerobem Fitness-Intervalltraining und Tanz zu lateinamerikanischer und internationaler Musik basiert. Die Übungen im Wechsel von schnellen und langsameren Rhythmen trainieren Ausdauer und Kondition, Koordination und Beweglichkeit. Ziel dieses schweißtreibenden Workouts ist mehr Fitness, Kalorienverbrennung und Spaß an der Bewegung.

5157206 **Mag.^a Yamira Vazquez Umpierrez** € 94,50
14. Feb–30. Mai Mi 18:00–19:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Heiligenstadt

5116233 **Sabrina Mick** € 94,50
13. Feb–19. Jun Di 19:00–20:00 15 UE / 15 x / 6–15 TN

VS Galileigasse 3

KONDITION UND AUSDAUER

After-Work-Power

Anstrengung, die Spaß macht - die Intensität des Workouts bestimmt jede/r für sich! Ein Training für Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Gleichgewicht.

5117223 **Irmgard Schuster** € 141,80
15. Feb–14. Jun Do 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VS Galileigasse 3

Hot Iron™

Ein Ganzkörpertraining mit Lang-Hanteln, das neben dem Muskelaufbau speziell für den Rücken gedacht ist. Nachdem die Grundübungen und die Technik gefestigt wurden, werden Übungsvariationen für das Kraft- und Ausdauertraining angeboten. Besonders viel Wert wird auf eine exakte Ausführung der Bewegungen gelegt, Koordinationsaufgaben sind keine notwendig.

Hot Iron II™ - Iron Cross

5117241 **Mag. Andreas Masek** € 141,80
12. Feb–11. Jun Mo 19:15–20:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

5117244 **Mag. Andreas Masek** € 141,80
15. Feb–14. Jun Do 18:30–19:45 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

Hot Iron II™

Sehr Fortgeschrittene


5117242 **Karin Fehlmann** € 141,80
14. Feb–27. Jun Mi 19:00–20:15 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund



Konditionstraining


Gezieltes Konditionstraining steigert die allgemeine Leistungsfähigkeit und Ausdauer. Die intensiven Übungen trainieren Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Beweglichkeit. Das Ziel ist eine verbesserte Kondition und mehr Freude an anderen sportlichen Aktivitäten.

5157205 Thomas Romanek € 141,80 
 13. Feb–19. Jun Di 19:30–21:00 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VS Grinzinger Straße 88

5117205 Doris Amon € 141,80 
 14. Feb–30. Mai Mi 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VS Galileigasse 3

Power, Fun und Stretching

Training von Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Dadurch wird das Gesamtkörperfett reduziert, muskuläre Dysbalancen werden ausgeglichen und die Körperhaltung wird entscheidend verbessert.

5117222 Irmgard Schuster € 141,80 
 15. Feb–14. Jun Do 18:00–19:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VS Galileigasse 3

Tabata

Training nach Tabata ist ein hochintensives Intervalltraining. Auf eine Phase der Anstrengung folgt eine Pause – achtmal hintereinander, also über vier Minuten. Die Tabata-Methode bringt Sie richtig ins Schwitzen, durch das intensive Training verbrennen Sie Kalorien und kräftigen beispielweise Arme, Beine, Rücken oder Po.

5117245 Karin Fehlmann € 94,50
 14. Feb–30. Mai Mi 20:20–21:10 15 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund


TANZ

Orientalischer Tanz für Frauen

Bauchtanz stärkt die Rücken- und Bauchmuskulatur und den Beckenboden, er fördert die Beweglichkeit und Geschmeidigkeit der Wirbelsäule, beugt Verspannungen vor und vermittelt ein völlig neues Körpergefühl. Shimmys, Beckenkreisen, Hüftkicks u.a. werden mit weichen und anmutigen Armbewegungen kombiniert.

Anfängerinnen

5115500 Sabine Koinig € 141,80
 12. Feb–11. Jun Mo 17:00–18:30 22,5 UE / 15 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

5115516 Sabine Koinig € 75,60 
 16. Feb–11. Mai Fr 17:00–18:00 12 UE / 12 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

Orientalischer Tanz für Schwangere und Mütter mit Kleinkindern


Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich!

5155500 Nicole Kofler € 37,80
 14. Feb–21. Mär Mi 17:00–18:00 6 UE / 6 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

5155501 Nicole Kofler € 37,80
 4. Apr–9. Mai Mi 17:00–18:00 6 UE / 6 x / 6–15 TN
VHS Heiligenstadt

Kreis- und Gruppentänze

Die Kreis- und Gruppentänze eignen sich für alle, die gern tanzen – denn sie sind partnerunabhängig. Die Tänze sind vielfältig in Rhythmus und Melodie, fördern Ihre körperliche und geistige Beweglichkeit und machen einfach Freude!

5115511 Dr.ⁱⁿ Christine Papp € 37,80 
 6.–27. Apr Fr 15:00–17:00 6 UE / 3 x / 6–15 TN
VHS Alsergrund

HAFTUNGSAUSSCHLUSS

Die **Bewegungskurse** der VHS Wien sind als Training für Personen mit grundsätzlich gutem Gesundheitszustand konzipiert. Die VHS kann nicht überprüfen, ob ein/e TeilnehmerIn für das Training medizinisch geeignet ist oder nicht. Für diese Eignung ist jede/r TeilnehmerIn selbst verantwortlich und es wird empfohlen, dass jede/r TeilnehmerIn zur Feststellung seiner körperlichen Tauglichkeit für den Bewegungskurs vor Kursbeginn Rücksprache mit seinem Arzt/seiner Ärztin hält.

Jede/r TeilnehmerIn hat einerseits die Anleitungen und Hinweise der Kursleitung zu beachten, aber auch andererseits seine Eigenverantwortung für die individuelle Gesundheit und Sicherheit wahrzunehmen.

Die TeilnehmerInnen werden darauf hingewiesen, dass eine geeignete Bekleidung bzw. Ausrüstung nicht nur für ihr Wohlbefinden, sondern auch für ihre Sicherheit wichtig ist (rutschfeste Fußbekleidung sowie bequeme Sportbekleidung). Betreffend der geeigneten Kleidung bzw. Ausrüstung

sind insbesondere auch die Hinweise der VHS und der Kursleitung, vor allem zu Beginn jedes Kurses, zu beachten.

Geräte, Materialien und Räumlichkeiten dürfen nur im Rahmen eines Kurses im Beisein der Kursleitung benützt werden.

Die Teilnahme an einem Bewegungskurs erfolgt hinsichtlich sporttypischer Risiken auf eigene Gefahr. Dem/der TeilnehmerIn ist daneben auch bewusst, dass aufgrund unvorhersehbarer oder untypischer Gefahren, insbesondere auch durch ein Fehlverhalten von anderen TeilnehmerInnen, Sachschäden eintreten können. Die Haftung der VHS und ihrer Erfüllungsgehilfen ist für den Ersatz jeglicher Sachschäden aufgrund vorhersehbarer oder sporttypischer Gefahren im Falle leichter Fahrlässigkeit ausgeschlossen. Die Beweislast für das leicht fahrlässige Verschulden der VHS und ihrer Erfüllungsgehilfen bei Sachschäden durch unvorhersehbar und untypische Gefahren trifft die/den TeilnehmerIn selbst.

KINDER UND ELTERN



Wasserburgergasse (9., Alsergrund)

1910 benannt nach Theresa Wasserburger (1794–1871), Witwe eines Steinmetz. Sie errichtete testamentarisch eine Stiftung in Höhe von 12.000 Gulden zur Unterstützung bedürftiger Witwen von Steinmetzmeistern.

(Quelle: <http://genderatlas.at/schule/articles/strassennamen.html>)

SPRACHEN

Englisch

Spielerisch werden englische Sprachkenntnisse aufgebaut und durch Einbeziehung der Heterogenität der Gruppe verbessert. Die Kinder werden mit Freude Englisch erlernen, wobei auf alle Lerntypen eingegangen wird. Da Kinder grundsätzlich neugierig sind und lernen wollen, werden sie rasch Fortschritte in allen Fertigkeiten erzielen.

4–6 Jahre

5153305	Alexandra Kutschera	€ 103,50
12. Feb–11. Jun	Mo 15:30–16:30	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

6–10 Jahre

5153306	Alexandra Kutschera	€ 103,50
12. Feb–11. Jun	Mo 16:30–17:30	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

Italienisch als Erstsprache (6–7 Jahre)

L'officina della fantasia: Insieme cantiamo, balliamo, giochiamo, sperimentiamo, disegnamo, suoniamo, leggiamo, raccontiamo, impariamo filastrocche, recitiamo tutto in italiano!

5118112	Dott.^{ssa} Laura Isnenghi	€ 103,50
15. Feb–14. Jun	Do 15:30–16:30	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Alsergrund

Italienisch als Erstsprache (8½–10½ Jahre)

L'italiano vien giocando: Impariamo divertendoci! Insieme leggiamo, scriviamo, disegnamo, giochiamo, raccontiamo, recitiamo, cantiamo, balliamo tutto in italiano!

5118113	Dott.^{ssa} Laura Isnenghi	€ 153,00
15. Feb–14. Jun	Do 16:40–17:55	22,5 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Alsergrund

KUNST UND KULTUR

Elementares Musizieren für Kinder und Eltern 🎵👨👩

3–12 Monate

5118104	Young-Ok Victoria Lee	€ 85,50
16. Feb–1. Jun	Fr 11:10–12:10	15 UE / 15 x / 12–24 TN

VHS Alsergrund

6–12 Monate

5118111	Mag.^a Alexandra Überer	€ 85,50
13. Feb–5. Jun	Di 11:00–12:00	15 UE / 15 x / 12–24 TN

VHS Alsergrund

10–18 Monate

5118110	Mag.^a Alexandra Überer	€ 85,50
13. Feb–5. Jun	Di 10:00–11:00	15 UE / 15 x / 12–24 TN

VHS Alsergrund

5118101	Mag.^a Alexandra Überer	€ 85,50
13. Feb–5. Jun	Di 15:00–16:00	15 UE / 15 x / 12–24 TN

VHS Alsergrund

1–3 Jahre

5118105	Young-Ok Victoria Lee	€ 85,50
16. Feb–11. Jun	Fr 10:10–11:10	15 UE / 15 x / 12–24 TN

VHS Alsergrund

1½–3 Jahre

5118109	Mag.^a Alexandra Überer	€ 85,50
13. Feb–5. Jun	Di 9:00–10:00	15 UE / 15 x / 12–24 TN

VHS Alsergrund

5118102	Mag.^a Alexandra Überer	€ 85,50
13. Feb–5. Jun	Di 16:00–17:00	15 UE / 15 x / 12–24 TN

VHS Alsergrund

5158108	Irmgard Kreuzer	€ 85,50
13. Feb–19. Jun	Di 16:00–17:00	15 UE / 15 x / 12–24 TN

VHS Heiligenstadt

**3–4 Jahre**

5118108	Mag.^a Alexandra Überer	€ 85,50
13. Feb–5. Jun	Di 17:00–18:00	15 UE / 15 x / 12–24 TN

VHS Alsergrund

Musikalische Frühförderung (4–6 Jahre)

Nach dem Kurs hat Ihr Kind seine eigenen musikalischen Fähigkeiten entdeckt und kennt unterschiedliche Ausdrucksmöglichkeiten. Es kann sich mittels Singen, Tanzen, Spielen und Musizieren mit einfachen Instrumenten ausdrücken. Darüber hinaus verfügt es über grundlegendes musikalisches Wissen.

5158107	Irmgard Kreuzer	€ 85,50
13. Feb–19. Jun	Di 15:00–16:00	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

Blockflöte**4–6 Jahre**

5158106	Irmgard Kreuzer	€ 85,50
14. Feb–30. Mai	Mi 15:00–16:00	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

6–10 Jahre

5158109	Irmgard Kreuzer	€ 85,50
14. Feb–30. Mai	Mi 16:00–17:00	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

Kindertheater (8–12 Jahre)

Beim diesem Theater Kurs erfinden wir unterschiedliche Szenen, Figuren und Bilder, die durch Übungen, Anregungen und Improvisationen entstehen. Am Ende des Semesters präsentieren wir unsere Szenen-Collage im Rahmen einer kleinen Aufführung. Neben dem klassischen Rollenspiel beschäftigen wir uns mit unterschiedlichen Gestaltungsformen, um unsere Szenen zu kreieren. Dabei lassen wir tänzerische, stimmliche, pantomimische und musikalische Elemente einfließen. Dieser Zugang erlaubt den Kindern ihre eigenen Ideen einzubringen, ihren eigenen Text zu erfinden und sich im kreativen Prozess auszuprobieren und zu entdecken. So darf jedes Kind eine Hauptrolle spielen.

5148001	Hanna Victoria Bauer	€ 91,20
14. Feb–11. Apr	Mi 17:00–18:30	16 UE / 8 x / 6–12 TN

VHS Döbling

Kleine Klassik (bis 3 Jahre)

Ein musikalischer Nachmittag für Kleinkinder von 0–3 mit klassischer Musik, Fingerreimen, Tanz, Seifenblasen und vielem mehr.

23. Feb	Fr 15:00–17:00
20. Apr	Fr 15:00–17:00
25. Mai	Fr 15:00–17:00

Eintritt: € 10,00 / Termin

VHS Heiligenstadt

Familiendisco**Zirkus - Tanzspaß für Alle von 0-100**

Einen Nachmittag lang tanzen in familienfreundlicher, rauchfreier Atmosphäre zu mitreißender Musik aus allen Erdteilen, Jahrzehnten und Stilrichtungen! Mit tollen Lichteffekten, Kinderprogramm (Zirkusspiele, Schminken, Basteln, Seifenblasen, Mitmachlieder), Sitzgelegenheiten zum Verschnaufen und kleinem Buffet um sich zu stärken! Ihr könnt gerne mit Zirkus-Verkleidung kommen

5158190	Nicole Kofler	€ 4,50 pro Person
3. Mär	Sa 16:00–19:00	3 UE / 1 x / ab 20 TN

VHS Heiligenstadt

TURNEN, TANZ UND SPIEL**Eltern-Kind-Krabbelraum (bis 12 Monate)**

Dieses abwechslungsreiche Spiel- und Bewegungsprogramm bietet Kindern die Möglichkeit, gemeinsam mit ihren Eltern neue Bewegungserfahrungen zu machen.

5118122	Doris Amon	€ 84,00
15. Feb–14. Jun	Do 17:00–18:00	15 UE / 15 x / 12–24 TN

VHS Alsergrund

Bewegungsspiele für Kinder (2–4 Jahre)

Zur Förderung der Freude der Kinder am freien Spiel mit Bewegung. Eltern und Kinder probieren neue Bewegungsformen, und Materialien aus. Wie zufällig passiert es dann, dass Bewegungsabläufe verändert werden, die dann zum Purzelbaum, zum Rückwärtslaufen, zu Schwungspielen u.a., also zum Spielen mit Bewegung und zum Kunststück führen können.

5158100	Christa Jenewein	€ 84,00
14. Feb–30. Mai	Mi 15:00–16:00	15 UE / 15 x / 12–24 TN

VHS Heiligenstadt

Eltern-Kind-Turnen

Bei diesem abwechslungsreichen Spiel- und Bewegungsprogramm machen Kindern gemeinsam mit ihren Eltern neue Bewegungserfahrungen. Für mehr Sicherheit und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Oft findet in diesem Rahmen der erste, behutsam begleitete Kontakt mit anderen Kindern statt. Beweglichkeit, Geschicklichkeit und Rhythmusgefühl werden gefördert.

1–3 Jahre

5118127	Doris Amon	€ 84,00
15. Feb–14. Jun	Do 15:00–16:00	15 UE / 15 x / 12–20 TN

VHS Alsergrund

1½–3 Jahre

5118123	Susanne Thomaschütz	€ 84,00
15. Feb–14. Jun	Do 9:30–10:30	15 UE / 15 x / 12–20 TN

VHS Alsergrund

2½–4 Jahre

5118160	Doris Amon	€ 84,00
15. Feb–14. Jun	Do 16:00–17:00	15 UE / 15 x / 12–20 TN

VHS Alsergrund



3–5 Jahre

5158101	Doris Amon	€ 84,00
13. Feb–19. Jun	Di 16:00–17:00	15 UE / 15 x / 12–24 TN
VS Grinzinger Straße 88		

5158102	Doris Amon	€ 84,00
13. Feb–19. Jun	Di 17:00–18:00	15 UE / 15 x / 12–24 TN
VS Grinzinger Straße 88		

5118125	Doris Amon	€ 84,00
14. Feb–30. Mai	Mi 17:00–18:00	15 UE / 15 x / 12–20 TN
VS Galileigasse 3		

1½–3 Jahre

5118117	€ 56,00	
16. Feb–27. Apr	Sa 9:30–10:30	10 UE / 10 x / 12–24 TN
VHS Alsergrund		

3–5 Jahre

5118118	€ 56,00	
16. Feb–27. Apr	Sa 10:30–11:30	10 UE / 10 x / 12–24 TN
VHS Alsergrund		

4–6 Jahre

5118120	Mag.^a Elke Innerebner	€ 84,00
15. Feb–14. Jun	Do 15:50–16:50	15 UE / 15 x / 12–24 TN
VHS Alsergrund		

5118121	Mag.^a Elke Innerebner	€ 84,00
15. Feb–14. Jun	Do 16:50–17:50	15 UE / 15 x / 12–24 TN
VHS Alsergrund		

Konditionsraum für Kinder (ab 5 Jahre)

Ballspiele und Konditionstraining zum Austoben und Kräfteaufbau.

5118152	Martin Öhlknecht	€ 94,50
22. Feb–7. Feb	Do 17:05–17:55	15 UE / 15 x / 6–12 TN
VS Galileigasse 3		

Jonglieren

Jonglieren trainiert die motorischen Fähigkeiten, fördert die Verbindung beider Gehirnhälften, steigert die Konzentrationsspanne, verbessert die Wahrnehmung, ist eine ausgezeichnete Übung für Koordination und macht einfach viel Spaß.

5156125	Michael Jollesch	€ 84,60	
20. Mär–20. Apr	Fr 19:00–20:30	9 UE / 6 x / 4–5 TN	
VHS Heiligenstadt			

Judo für Kinder (6–10 Jahre)

Judo (= jap. „sanfter Weg“) ist eine japanische Kampfsportart mit den Prinzipien „Siegen durch Nachgeben“ und „maximale Wirkung bei einem Minimum an Aufwand“. Regeln und Grundtechniken wie Festhalte-, Wurf-, Hebel- und Falltechniken werden altersgerecht vermittelt und geübt. Ziel: mehr Kondition, Konzentrationsfähigkeit und Spaß am Bewegen.

AnfängerInnen und leicht Fortgeschrittene

5118129	Markus Leonhardsberger	€ 94,50
13. Feb–19. Jun	Di 18:00–19:00	15 UE / 15 x / 6–12 TN
VS Galileigasse 3		

Taekwondo für Kinder

Taekwondo (alte koreanische Kunst der Selbstverteidigung) steht für Fuß (Tae), Faust (Kwon) und Weg. Hier dominieren vor allem die Beintechniken. Auf spielerische Weise lernen die Kids die ersten Schritte zur Selbstverteidigung. Und es wird auch großer Wert auf Rücksicht und Respekt gelegt.

4–6 Jahre

5118154	Peter Nestler	€ 94,50
12. Feb–11. Jun	Mo 16:00–16:50	15 UE / 15 x / 6–12 TN
VHS Alsergrund		

7–11 Jahre

5118155	Peter Nestler	€ 94,50
12. Feb–11. Jun	Mo 16:50–17:40	15 UE / 15 x / 6–12 TN
VHS Alsergrund		

Kung Fu



Für Eltern und Kinder ab 6 Jahren

Kung-Fu bietet ein umfassendes Allgmeintraining, bei dem die Beweglichkeit und Koordination im Vordergrund stehen. Körperbeherrschung, Kraft, Schnelligkeit, Kondition und Konzentration werden gefördert.

5118135	BA Oliviu Moiseanu	€ 75,60
15. Feb–17. Mai	Do 15:00–16:00	12 UE / 12 x / 12–24 TN
VHS Alsergrund		

Kung Fu für Jugendliche (ab 14 Jahre)

5118136	BA Oliviu Moiseanu	€ 94,50
15. Feb–17. Mai	Do 16:00–17:00	12 UE / 12 x / 6–12 TN
VHS Alsergrund		

Tai Chi Chuan & Qi Gong



Für Eltern und Kinder ab 6 Jahren

5118140	Yongli Liu	€ 75,60
16. Feb–11. Mai	Fr 16:00–17:00	12 UE / 12 x / 12–24 TN
VHS Alsergrund		

Tai Chi Chuan & Qi Gong



Für Eltern und Kinder ab 6 Jahren

5116310	Alexander Laber	€ 18,90
17. Mär	Sa 9:00–12:00	3 UE / 1 x / 12–24 TN
VHS Alsergrund		

5116311	Alexander Laber	€ 18,90
21. Apr	Sa 9:00–12:00	3 UE / 1 x / 12–24 TN
VHS Alsergrund		

Yoga für Familien



Kinder (ab 6 Jahren) mit einer erwachsenen Begleitperson. Yoga bringt körperliche und psychische Unausgewogenheiten ins Gleichgewicht und eignet sich deshalb hervorragend zum Stressabbau. Atem-, Körper- und Entspannungsübungen, die von allen Altersgruppen durchgeführt werden können.

5116216	Mag.^a Daniela Strobl	€ 94,50
14. Feb–30. Mai	Mi 17:00–18:00	15 UE / 15 x / 12–24 TN
VHS Alsergrund		

→ siehe auch Yoga für Schwangere und Yoga für Mütter mit Baby Seite 45

Selbstverteidigung für Mädchen (10–14 Jahre)

Auch ohne besondere Kraft und Sportlichkeit ist es möglich, sich erfolgreich gegen tätliche Angriffe zu wehren. Gefährliche Situationen rechtzeitig erkennen, mit richtigem Verhalten und Körpersprache vermeiden, durch situationsgerechte Abgrenzung Belästigungen abwehren und wie im Falle einer Konfrontation effektiv verteidigen. Ziel: Beherrschen der grundlegenden Reaktionsmöglichkeiten zur Selbstverteidigung, um im Bedarfsfall richtig handeln zu können.

5118153	Peter Nestler	€ 37,80
19. Feb–26. Mär	Mo 18:00–19:00	6 UE / 6 x / 6–15 TN

VHS Alsergrund

Familien-Tanzgruppe

Für Kinder ab 2 Jahre und Eltern bzw erwachsene Begleitpersonen. Alle können mitmachen: große Geschwister, Eltern, Oma und Opa, ... Wir tanzen und bewegen uns gemeinsam zu unterschiedlicher Musik – teilweise angeleitet, im Kreis und manchmal darf auch frei getanzt werden!

5158121	Nicole Kofler	€ 75,60
14. Feb–9. Mai	Mi 16:00–17:00	12 UE / 12 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

Kreativer Tanz für Kinder (4–6 Jahre)

Spaß am Bewegen und Tanzen in der Gruppe, Entdecken neuer Möglichkeiten, mit dem eigenen Körper kreativ umzugehen. Einstudieren kleiner Tanzgeschichten. Ziel: Die Kinder verfügen über mehr Bewegungssicherheit und Selbstbewusstsein.

5158111	Johanna Mucha	€ 94,50
12. Feb–11. Jun	Mo 16:00–17:00	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

5118124	Nicoletta Nikitsch	€ 94,50
15. Feb–14. Jun	Di 15:00–16:00	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Alsergrund

5148104		€ 94,50
15. Feb–14. Jun	Di 16:30–17:30	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Döbling

5148100	Teresa Huprich	€ 94,50
15. Feb–14. Jun	Do 15:30–16:30	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Döbling

Ballettvorbereitung für Kinder (4–6 Jahre)

Auf spielerische Weise lernen die Kinder erste Elemente des Balletts rund um die Haltung, Beinpositionen und einfache Schrittfolgen kennen. Wir trainieren Koordination und Körperbeherrschung, und haben viel Spaß am gemeinsamen Bewegen zu Musik.

5158110	Johanna Mucha	€ 94,50
12. Feb–11. Jun	Mo 15:00–16:00	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

5148103		€ 94,50
13. Feb–19. Jun	Di 15:30–16:30	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Döbling

5158128	Nicole Kofler	€ 94,50
15. Feb–14. Jun	Do 16:00–17:00	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

5148101	Teresa Huprich	€ 94,50
15. Feb–14. Jun	Do 16:30–17:30	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Döbling

5118143	Katharina Neubauer	€ 94,50
16. Feb–1. Jun	Fr 14:30–15:20	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Alsergrund

Ballett für Kinder (6–8 Jahre)

In spielerischer Form werden Grundpositionen, Armführungen, Bewegungsabläufe und vieles mehr vermittelt. Aufwärm-, Dehn-, Haltungs- und Gleichgewichtsübungen begleiten die Arbeit an einer kleinen Choreografie, die am Ende des Kurses präsentiert wird.

5118142	Nicoletta Nikitsch	€ 94,50
13. Feb–5. Jun	Di 16:00–17:00	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Alsergrund

5118149	Katharina Neubauer	€ 94,50
16. Feb–1. Jun	Fr 15:20–16:10	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Alsergrund

Clipdance für Teens (ab 10 Jahre)

Funky Warm-up und HipHop-Choreografien zu coolem Sound inspiriert durch aktuelle Video-Clips für alle Tanzbegeisterten.

5148102	Teresa Huprich	€ 94,50
15. Feb–14. Jun	Do 17:30–18:30	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Döbling

Jazz Dance, Funk, Hip-Hop für Kinder

Für alle Tanzbegeisterten unter euch! Zu cooler Musik erlernt ihr nach einem schwungvollen Warm-up kurze Choreografien mit Elementen aus Jazz Dance, Hip Hop und Modern Dance.

7–10 Jahre

5158123	Nicole Kofler	€ 94,50
15. Feb–14. Jun	Do 17:00–18:00	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

8–12 Jahre

5158112	Johanna Mucha	€ 94,50
12. Feb–11. Jun	Mo 17:00–18:00	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Heiligenstadt

Jazzdance für Kinder und Jugendliche

Wir erarbeiten gemeinsam kleine Choreografien zu beliebten Musicals. Die Kinder starten mit altersgerechten Aufwärmübungen und erarbeiten schrittweise einfache Schrittfolgen aus Jazz Dance, Modern Dance und Hip Hop. Tanzen fördert die Koordination, Haltung und Beweglichkeit und macht Spaß!

8–10 Jahre

5118150	Katharina Neubauer	€ 94,50
16. Feb–1. Jun	Fr 16:10–17:00	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Alsergrund

9–13 Jahre

5118151	Katharina Neubauer	€ 94,50
16. Feb–1. Jun	Fr 17:00–17:50	15 UE / 15 x / 6–12 TN

VHS Alsergrund

→ siehe auch Tanzkurse auf Seite 53

CAMPUS



Gerda-Matejka-Felden-Park (9., Alsergrund)

Benannt nach der Malerin und Volksbildnerin Gerda Matejka-Felden (1901–1984), Gründerin der Künstlerischen Volkshochschule in der Lazarettgasse (heute: Die Kunst VHS).



Der Campus am Nachmittag ist

- ➔ ein Lern-, Studien- und Begegnungsort
- ➔ von Montag bis Freitag nachmittags
- ➔ ein Platz für Sprachen, Kunst und Kultur, Bewegung, EDV und vieles andere mehr
- ➔ buchbar: in jedem Angebot einzeln oder mit einer Gesamtkarte um günstige € 160,00 für alle angegebenen Veranstaltungen pro Semester

Beratung und Information:

1. Februar 2018
Do 17:00–19:00
VHS Alsergrund

GESCHICHTE UND PHILOSOPHIE

Über die Ideen der Aufklärung

Vortrag

5111430	Mag. Dr. Gianluigi Segalerba	€ 6,00
19.Feb	Mo 16:30–18:00	1,5 UE / 1 x / 1–30 TN



Gesprächs- und Diskussionsreihe

5111431	Mag. Dr. Gianluigi Segalerba	€ 28,40
26. Feb–12. Mär	Mo 16:30–18:00	4,5 UE / 3 x / 6–12 TN

Haben Tiere Rechte?

Vortrag

5111440	Mag. Dr. Gianluigi Segalerba	€ 6,00
9. Apr	Mo 16:30–18:00	1,5 UE / 1 x / 1–30 TN



Gesprächs- und Diskussionsreihe

5111441	Mag. Dr. Gianluigi Segalerba	€ 28,40
16.–30. Apr	Mo 16:30–18:00	4,5 UE / 3 x / 6–12 TN

KUNST UND KULTUR

Treffpunkt Literatur: Italienisch

Vorbesprechung und Information: 22. Feb, Do 14:00–15:00

5011404	Mag.^a Helga Pöcheim	€ 61,00
8. Mär–3. Mai	Do 14:00–16:00	10 UE / 5 x / 14-tägig / 6–15 TN

Freude am Singen

5115411	Susanne Amberg-Schneeweis	€ 75,60
21. Feb–16. Mai	Mi 16:00–17:00	12 UE / 12 x / 6–15 TN

Portraitzeichnen

5115105	Berthild Zierl	€ 51,60
12.–13. Apr	Do, Fr 14:30–17:30	6 UE / 2 x / 6–13 TN

Impressionistische und expressionistische Malweise im Vergleich

5115104	Berthild Zierl	€ 53,60
17.–18. Mai	Do, Fr 14:00–18:00	8 UE / 2 x / 6–15 TN

VORTRAGSREIHE MINERALOGIE

Klassische Mineralfundorte in NÖ – Weinviertel

5111371	Mag. Andreas Thinschmidt	€ 4,00
28. Feb	Mi 17:30–18:30	1 UE / 1 x / 1–30 TN

USA – der wilde Westen, Naturwunder und geologische Besonderheiten Teil 2

5111372	Mag. Peter C. Huber	€ 4,00
21. Mär	Mi 17:30–18:30	1 UE / 1 x / 1–30 TN

Waldviertler Granatfundstellen

5111373	Mag. Andreas Thinschmidt	€ 4,00
25. Apr	Mi 17:30–18:30	1 UE / 1 x / 1–30 TN

USA – der wilde Westen, Naturwunder und geologische Besonderheiten Teil 3

5111374	Mag. Peter C. Huber	€ 4,00
16. Mai	Mi 17:30–18:30	1 UE / 1 x / 1–30 TN

SPIEL & HOBBY

Bridge für Fortgeschrittene

5115275	Helga Stigleitner	€ 126,00
15. Feb–26. Apr	Do 15:00–17:00	20 UE / 10 x / 6–15 TN

Tarockieren

5115272	Dietmar Kramer	€ 9,50
6. Mär	Di 15:00–16:30	1,5 UE / 1 x / 6–20 TN

5115273	Dietmar Kramer	€ 9,50
10. Apr	Di 15:00–16:30	1,5 UE / 1 x / 6–20 TN

SPRACHEN

Englisch B1/B1+

Konversation

5113317	Maria Alejandra Benavent	€ 124,20
21. Feb–16. Mai	Mi 14:00–15:30	18 UE / 12 x / 6–15 TN

Französisch A2

Konversation

5113415	Mag.^a Hildegund Frank	€ 124,20
20. Feb–29. Mai	Di 14:00–15:15	18 UE / 12 x / 6–15 TN

Spanisch (ab) A2

Redewendungen, Sprichwörter, Kinderbriefe, kleine Rätsel, ...

5113660	Mag.^a Andrea Marenzeller	€ 55,20
23. Feb–13. Apr	Fr 12:30–13:30	8 UE / 8 x / 6–15 TN

GESUNDHEIT UND BEWEGUNG

Grenzen der Naturheilkunde

5111360	Dr.ⁱⁿ Petra Orina Zizenbacher	€ 6,00
22. Feb	Do 15:00–16:30	1,5 UE / 1 x / 1–30 TN

Meditation und Achtsamkeit

5116326	Manfred Krejci	€ 94,00
20. Feb–20. Mär	Di 15:00–17:00	10 UE / 5 x / 4–5 TN

Das gesundheitsunterstützende Qi Gong

5116321	Dr.ⁱⁿ Sigrid Bernt	€ 75,60
22. Feb–24. Mai	Do 16:00–17:00	12 UE / 12 x / 6–15 TN

Yoga

5116205	Dr.ⁱⁿ Florentina Hausknotz	€ 94,50
19. Feb–7. Mai	Mo 14:30–16:00	15 UE / 10 x / 6–15 TN

Senior-Robic

5117216	Doris Stigel	€ 75,60
20. Feb–22. Mai	Di 17:00–18:00	12 UE / 12 x / 6–15 TN

Pilates

5117288	Petra Cejka	€ 113,40
23. Feb–18. Mai	Fr 14:30–16:00	18 UE / 12 x / 6–15 TN

Beckenboden

5117153	Agnes Zwolinski	€ 94,50
22. Feb–21. Jun	Do 14:00–15:00	15 UE / 15 x / 6–15 TN

Orientalischer Tanz für Frauen

5115516	Sabine Koinig	€ 75,60
23. Feb–18. Mai	Fr 17:00–18:00	12 UE / 12 x / 6–15 TN

Kreis- und Gruppentänze

5115511	Dr.ⁱⁿ Christine Papp	€ 50,40
6.–27. Apr	Fr 15:00–17:00	6 UE / 3 x / 6–15 TN

Selbstverteidigung

5116550	Peter Nestler	€ 37,80
9. Apr–14. Mai	Mo 18:00–19:00	6 UE / 6 x / 6–15 TN

CAMPUS DIGITAL

Facebook, Twitter & Co für Generation 60+

5114235	Christian Lahner	€ 83,40
5.–19. Mär	Mo 14:30–16:30	6 UE / 3 x / 4–5 TN

Onlinebanking für Generation 60+

5114297	Christian Lahner	€ 41,70
6. Apr	Fr 14:00–17:00	3 UE / 1 x / 4–5 TN

Handy & Tablet Grundkurs für Generation 60+ (Android)

5114258	Christian Lahner	€ 83,40
16.–23. Mär	Fr 14:00–17:00	6 UE / 2 x / 4–5 TN

5114256	Christian Lahner	€ 83,40
9.–23. Apr	Mo 13:00–15:00	6 UE / 3 x / 4–5 TN

Handy & Tablet Grundkurs für Generation 60+ (Apple)

5114259	Christian Lahner	€ 83,40
2.–9. Mär /	Fr 14:00–17:00	6 UE / 2 x / 4–5 TN

5114257	Christian Lahner	€ 83,40
30. Apr–14. Mai	Mo 13:00–15:00	6 UE / 2 x / 4–5 TN

Bildbearbeitung

5114270	Jolatha Belik	€ 41,70
13. Apr	Fr 14:00–17:00	3 UE / 1 x / 4–5 TN

Bloggen macht Spaß

5114272	Jolatha Belik	€ 41,70
20. Apr	Fr 14:00–17:00	3 UE / 1 x / 4–5 TN

Videobearbeitung

5114274	Jolatha Belik	€ 83,40
27. Apr–4. Mai	Fr 14:00–17:00	6 UE / 2 x / 4–5 TN



ICONLEGENDE

In diesem Programm finden Sie verschiedene Symbole neben den Kursbeschreibungen – hier eine kurze Erklärung dazu.



Eine Karte – viele Kurse: Mit der VHS Fitnesscard (€ 160) können Sie ein Semester lang alle gekennzeichneten Kurse an allen Wiener Volkshochschulen besuchen.



Eine Karte – viele Vorträge: Mit der VHS science card (€ 29) können Sie ein Semester lang wienweit alle gekennzeichneten Vorträge besuchen.



Kurse mit diesem Logo werden in exklusiven Kleingruppen mit 4 bis 5 Personen veranstaltet.



Ein Kurs für Kinder nur in Begleitung Erwachsener.



Eine Karte – viele Vorträge: Mit der VHS FernwehKarte (€ 19) können Sie ein Semester lang wienweit alle gekennzeichneten Reisevorträge besuchen.



Für diesen Kurs gilt der AK Wien Bildungsgutschein. Weitere Infos am Servicetelefon unter 0800/311 311.



Eine Karte – viele Kurse: Mit der VHS Campuscard (€ 160) können Sie ein Semester lang alle gekennzeichneten Kurse besuchen. Siehe dazu auch Seite 58. Alle Kurse sind auch einzeln buchbar.

Ich will vorwärtskommen
im Beruf.

DIE AK FÖRDERT
IHRE WEITERBILDUNG



PFLICHTSCHULABSCHLUSS gratis nachholen

Die VHS Wien bietet im Rahmen der Initiative Erwachsenenbildung die Möglichkeit an, den Pflichtschulabschluss (8. Schulstufe) nachzuholen bzw. die dafür notwendigen Basiskenntnisse zu erwerben.

Die Lehrgänge finden an sieben Volkshochschulen statt (VHS Polycollege Margareten // VHS Favoriten // VHS Meidling // VHS Ottakring // VHS Brigittenau // VHS Floridsdorf // VHS Rudolfsheim-Fünfhaus).

Angebote im Bereich Pflichtschulabschluss sind gefördert aus Mitteln der Stadt Wien und des Bundesministeriums für Bildung.

Die Teilnahme an den Pflichtschullehrgängen ist kostenlos!



Voraussetzungen für die Teilnahme an den Lehrgängen sind:

- Wohnsitz Wien
- Mindestalter 16 Jahre bei der ersten Teilprüfung
- Bereitschaft zur regelmäßigen und aktiven Teilnahme am Unterricht
- Ausreichende Basisbildungskennntnisse

VHS Bildungstelefon

Tel: +43 1 893 00 83

E-Mail: info@vhs.at

Gefördert aus Mitteln des Landes Wien und des Bundesministeriums für Bildung



VERANSTALTUNGSZENTREN

VHS Wiener Urania

194 / 260 Personen
1., Uraniastraße 1
Tel +43 1 891 74-101 500
andrea.pitsch@vhs.at

VZ Praterstern

380 / 120 Personen
2., Praterstern 1
Tel +43 1 891 74-101 800
vz.praterstern@vhs.at

VZ LAWIE

160 Personen
3., Landstraßer Hauptstraße 96
Tel +43 1 891 74-103 000
landstrasse@vhs.at

VHS polycollege Margareten

190 Personen
5., Stöbergasse 11-15
Tel +43 1 891 74-105 000
polycollege@vhs.at

VZ Mariahilf

342 / 90 Personen
6., Otto-Bauer-Gasse 7
Tel +43 1 891 74-106 501
vz.mariahilf@vhs.at

VZ PAHO

348 / 99 Personen
10., Ada-Christen-Gasse 2/B
Tel +43 1 891 74-110 400
vz.paho@vhs.at

VHS Favoriten

120 Personen
10., Arthaberplatz 18
Tel +43 1 891 74-110 000
favoriten@vhs.at

VHS Hietzing

238 Personen
13., Hofwiesengasse 48
Tel +43 1 891 74-113 000
hietzing@vhs.at

VZ Rudolfsheim-Fünfhaus

504 / 150 Personen
15., Schwendergasse 41
Tel +43 1 891 74-115 501
vz.rudolfsheim@vhs.at

VHS Ottakring

320 / 99 Personen
16., Ludo-Hartmann-Platz 7
Tel +43 1 891 74-116 000
ottakring@vhs.at

VZ Döbling

300 Personen
19., Gatterburggasse 2a
Tel +43 1 891 74-109 002
vz.doebling@vhs.at

VZ Heiligenstadt

267 Personen
19., Heiligenstädter Straße 155
Tel +43 1 891 74-109 001
vz.heiligenstadt@vhs.at

VZ Brigittenau

370 / 99 Personen
20., Raffaelgasse 11-13
Tel +43 1 891 74-120 001
vz.brigittenau@vhs.at

VZ Floridsdorf

696 / 120 / 120 Personen
21., Angerer Straße 14
Tel +43 1 891 74-121 061
vz.floridsdorf@vhs.at

VZ Großjedlersdorf

280 Personen
21., Siemensstraße 17
Tel +43 1 891 74-121 006
grossjedlersdorf@vhs.at

VZ Großfeldsiedlung

320 / 90 Personen
21., Kürschnergasse 9
Tel +43 1 891 74-121 562
vz.grossfeldsiedlung@vhs.at

VZ Donaustadt

560 / 100 Personen
22., Bernoullistraße 1
Tel +43 1 891 74-122 400
vz.donaustadt@vhs.at

VZ Liesing

586 / 80 / 100 / 80 Personen
23., Liesinger Platz 3
Tel +43 1 891 74-123 004
vz.liesing@vhs.at

VZ Erlaa

200 Personen
23., Putzendoplergasse 4
Tel +43 1 891 74-123 002
vz.erlaa@vhs.at



Bildungstelefon +43 1 893 00 83

Zentrale der VHS Wien

9., Lustkandlgasse 50
Tel DW 100 000 / Fax DW 300 000
www.vhs.at / info@vhs.at

1010 -----

VHS Wiener Urania

1., Uraniastraße 1
Tel DW 101 000 / Fax DW 301 000
www.vhs.at/urania
urania@vhs.at

Akademie der Zivilgesellschaft

1., Uraniastraße 1
Tel DW 100 181 / Fax DW 300 181
www.zivilgesellschaft.wien
zivilgesellschaft@vhs.at

Urania Sternwarte

1., Uraniastraße 1
Tel DW 150 000 / Fax DW 350 000
www.uraniasternwarte.at
sternwarten@vhs.at

1020 -----

Jüdisches Institut für Erwachsenenbildung

2., Praterstern 1
Tel DW 153 000 / Fax DW 353 000
www.vhs.at/jife
jife@vhs.at

Planetarium Wien

2., Oswald-Thomas-Platz 1
Tel DW 150 000 / Fax DW 350 000
www.planetarium-wien.at
sternwarten@vhs.at

1030 -----

VHS Landstraße

3., Hainburger Straße 29
Tel DW 103 000 / Fax DW 303 000
www.vhs.at/landstrasse
landstrasse@vhs.at

1040 -----

VHS polycollege Wieden

4., Danhausergasse 1
Tel DW 105 003 / Fax DW 305 003
www.vhs.at/polycollege
wieden@vhs.at

1050 -----

VHS polycollege Margareten

5., Stöbergasse 11-15
Tel DW 105 000 / Fax DW 305 000
www.vhs.at/polycollege
polycollege@vhs.at

VHS polycollege Siebenbrunnengasse

5., Siebenbrunnengasse 37
Tel DW 105 001 / Fax DW 305 001
www.vhs.at/polycollege
siebenbrunnengasse@vhs.at

VHS polycollege Johannagasse

5., Johannagasse 2
Tel DW 105 002 / Fax DW 305 002
www.vhs.at/polycollege
johannagasse@vhs.at

Film und Medien Zentrum Margareten

5., Johannagasse 2
Tel DW 105 002 / Fax DW 305 002
www.vhs.at/polycollege
medienzentrum@vhs.at

VHS KunstHandWerk

5., Schlossgasse 23
Tel DW 105 000 / Fax DW 305 000
www.vhs.at/polycollege
polycollege@vhs.at

1060 -----

VHS Mariahilf

6., Damböckgasse 4
Tel DW 106 000 / Fax DW 306 000
www.vhs.at/mariahilf
mariahilf@vhs.at

1080 -----

VHS Josefstadt

8., Schmidgasse 18
Tel DW 106 001 / Fax DW 306 001
www.vhs.at/mariahilf
josefstadt@vhs.at

1090 -----

Die Kunst VHS

9., Lazarettgasse 27
Tel DW 154 000 / Fax DW 354 000
www.vhs.at/kvh
kvh@vhs.at

VHS Alsergrund

9., Galileigasse 8
Tel DW 109 000 / Fax DW 309 000
www.vhs.at/alserground
alserground@vhs.at

1100 -----

VHS Favoriten

10., Arthaberplatz 18
Tel DW 110 000 / Fax DW 310 000
www.vhs.at/favoriten
favoriten@vhs.at

VHS PAHO

10., Ada-Christen-Gasse 2/B
Tel DW 110 001 / Fax DW 310 001
www.vhs.at/favoriten
paho@vhs.at

"die umweltberatung" Wien

10., Buchengasse 77, 4. Stock
Tel +43 1 803 32 32-0 / Fax DW 32
www.umweltberatung.at
service@umweltberatung.at

1110 -----

VHS Simmering

11., Gottschalkgasse 10
Tel DW 111 000 / Fax DW 311 000
www.vhs.at/simmering
simmering@vhs.at

VHS Leberberg

11., Rosa-Jochmann-Ring 5/2
Tel DW 111 001 / Fax DW 311 001
www.vhs.at/simmering
simmering@vhs.at

1120 -----

VHS Meidling

12., Längenfeldgasse 13-15
Tel DW 112 000 / Fax DW 312 000
www.vhs.at/meidling
meidling@vhs.at

VHS Schönbrunner Straße

12., Schönbrunner Straße 213-215/1
Tel DW 112 001 / Fax DW 312 001
www.vhs.at/meidling
schoenbrunnerstrasse@vhs.at

IKH Institut für Kindergarten- und Hortpädagogik

12., Längenfeldgasse 13-15
Tel +43 1 891 74-112 000
www.vhs.at/meidling
meidling@vhs.at

1130 -----

VHS Hietzing

13., Hofwiesengasse 48
Tel DW 113 000 / Fax DW 313 000
www.vhs.at/hietzing
hietzing@vhs.at

1140 -----

VHS Penzing

14., Hütteldorfer Straße 112
Tel DW 114 000 / Fax DW 314 000
www.vhs.at/penzing
penzing@vhs.at

D.R.Z Demontage- und Recycling-Zentrum

14., Vogtgasse 29
Tel DW 155 000 / Fax DW 355 000
www.vhs.at/drz
drz@vhs.at

1150 -----

VHS Rudolfsheim-Fünfhaus

15., Schwendergasse 41
Tel DW 115 000 / Fax DW 315 000
www.vhs.at/rudolfsheim
rudolfsheim@vhs.at

1160 -----

VHS Ottakring

16., Ludo-Hartmann-Platz 7
Tel DW 116 000 / Fax DW 316 000
www.vhs.at/ottakring
ottakring@vhs.at

Kuffner Sternwarte

16., Johann-Staud-Straße 10
Tel DW 150 000 / Fax DW 350 000
www.kuffnersternwarte.at
sternwarten@vhs.at

1170 -----

VHS Hernals

17., Röttergasse 15
Tel DW 117 000 / Fax DW 317 000
www.vhs.at/hernals
hernals@vhs.at

1190 -----

VHS Heiligenstadt

19., Heiligenstädter Straße 155
Tel DW 109 001 / Fax DW 309 001
www.vhs.at/alserground
heiligenstadt@vhs.at

VHS Döbling

19., Gatterburggasse 2a
Tel DW 109 002 / Fax DW 309 002
www.vhs.at/alserground
doebbling@vhs.at

1200 -----

VHS Brigittenau

20., Raffaelgasse 11-13
Tel DW 120 000 / Fax DW 320 000
www.vhs.at/brigittenau
brigittenau@vhs.at

1210 -----

VHS Floridsdorf

21., Angerer Straße 14
Tel DW 121 000 / Fax DW 321 000
www.vhs.at/floridsdorf
floridsdorf@vhs.at

VHS Floridsdorf Pitkagasse

21., Pitkagasse 3
Tel DW 121 001 / Fax DW 321 001
www.vhs.at/floridsdorf
pitkagasse@vhs.at

VHS Neu-Stammersdorf

21., Brünner Straße 219
Tel DW 121 004 / Fax DW 321 004
www.vhs.at/floridsdorf
neustammersdorf@vhs.at

VHS Großfeldsiedlung

21., Kürschnergasse 9
Tel DW 121 005 / Fax DW 321 005
www.vhs.at/floridsdorf
grossfeldsiedlung@vhs.at

VHS Großjedlersdorf

21., Siemensstraße 17
Tel DW 121 006 / Fax DW 321 006
www.vhs.at/floridsdorf
grossjedlersdorf@vhs.at

Österreichisches Volkshochschularchiv

21., Kürschnergasse 9
Tel DW 156 000 / Fax DW 356 000
www.vhs.at/vhsarchiv
archiv@vhs.at

1220 -----

VHS Donaustadt

22., Bernoullistraße 1
Tel DW 122 000 / Fax DW 322 000
www.vhs.at/donaustadt
donaustadt@vhs.at

VHS Eibengasse

22., Eibengasse 57
Tel DW 122 001 / Fax DW 322 001
www.vhs.at/donaustadt
eibengasse@vhs.at

1230 -----

VHS Liesing

23., Liesinger Platz 3
Tel DW 123 000 / Fax DW 323 000
www.vhs.at/liesing
liesing@vhs.at

VHS Mauer

23., Speisinger Straße 256
Tel DW 123 001 / Fax DW 323 001
www.vhs.at/liesing
mauer@vhs.at

VHS Erlaa

23., Putzendoplergasse 4
Tel DW 123 002 / Fax DW 323 002
www.vhs.at/liesing
erlaa@vhs.at

VHS BG Alt-Erlaa

23., Anton-Baumgartner-Straße 123
Tel DW 123 003 / Fax DW 323 003
www.vhs.at/liesing
liesing@vhs.at

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN (AGB)

Der Wiener Volkshochschulen GmbH (im Folgenden kurz „VHS“)

1090 Wien, Lustkandlgasse 50

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde! Durch die Abgabe einer Kursanmeldung erklären Sie sich mit den AGB einverstanden. Die Geschäftsführung

1. Anmeldung

- Kurse können persönlich, per E-Mail, Fax oder über die Website (www.vhs.at) gebucht werden (im Folgenden kurz „Buchung“). Die Buchung ist in jedem Fall ein verbindlicher Vertragsabschluss und verpflichtet die buchende Person (im Folgenden kurz „TeilnehmerInnen“) zur Zahlung des Kursbeitrags.
- Berechtigt zur Buchung sind Personen ab Vollendung des 14. Lebensjahrs. Sofern diese noch nicht volljährig sind, ist die schriftliche Zustimmung der gesetzlichen VertreterInnen vorzulegen. Personen, die das 14. Lebensjahr vollendet haben, aber noch nicht volljährig sind, bedürfen nicht der Zustimmung der gesetzlichen VertreterInnen, wenn (i) die Kursgebühren aus dem durch eigenen Erwerb erzielten Einkommen bestritten werden und (ii) keine Gefährdung der eigenen Lebensbedürfnisse vorliegt. Ein entsprechendes Einkommen ist auf Nachfrage nachzuweisen. Im Falle eines Ausbildungsvertrages müssen die gesetzlichen VertreterInnen jedenfalls zustimmen.
- Für eine Buchung ist die korrekte Angabe von Vor- und Zuname, Geburtsdatum, Geschlecht, Wohnadresse und Telefonnummer erforderlich. Für Buchungen über die Website ist darüber hinaus eine E-Mail-Adresse erforderlich. Allfällige Änderungen dieser Daten sind umgehend schriftlich an die VHS zu melden.
- Verfügbare Kursplätze werden nach der Reihenfolge des Einlangens der Buchungen bei der VHS vergeben.
- Buchungen können bis spätestens 7 (sieben) Tage vor Kursbeginn vorgenommen werden. Ausgenommen hiervon sind Kurse, für welche im Kursverzeichnis eine davon abweichende Anmeldefrist ausgewiesen wird.
- Solange Zahlungsrückstände gegenüber der VHS bestehen, ist eine Buchung nicht möglich. Die VHS behält sich vor, Buchungen auch wegen Zahlungsrückständen in der Vergangenheit abzulehnen.
- Die Inanspruchnahme von Ermäßigungen und/oder Förderungen ist unmittelbar bei der Buchung anzugeben. Informationen zu Ermäßigungen und Förderungen sind den aktuellen Informationsmedien der VHS zu entnehmen.

Einzelne Kurse und Veranstaltungen sehen bestimmte, im Kursverzeichnis ausgewiesene Teilnahmevoraussetzungen hinsichtlich Qualifikationen und Altersstufen vor. Mit Durchführung einer Buchung erklären die TeilnehmerInnen, dass sie die Teilnahmevoraussetzungen erfüllen. Die VHS behält sich vor, TeilnehmerInnen von Kursen und Veranstaltungen auszuschließen, welche die Teilnahmevoraussetzungen nicht erfüllen.

2. Kursgebühren

- Die Gebühren von Kursen und Veranstaltungen (im Folgenden kurz „Kursgebühren“) werden im Kursverzeichnis ausgewiesen. Festgehalten wird, dass die VHS keine Haftung für die Richtigkeit der darin ausgewiesenen Kursgebühren übernimmt und diese im Einzelfall auch abweichen können.
- Sofern nicht anders angegeben, kann die Entrichtung der Kursgebühren in bar, mit Bankomat- oder Kreditkarte sowie per Onlinebanking vorgenommen werden. Der Zahlungseingang der Kursgebühr bei der VHS hat spätestens bis 7 (sieben) Werktage vor Kursbeginn zu erfolgen. Bei zeitgerechter persönlicher Buchung ist auch eine Entrichtung der Kursgebühren per Zahlschein möglich.
- Kurse und Veranstaltungen sind gemäß § 6 Abs. 1 Z 12 UStG 1994 von der Umsatzsteuer befreit, daher wird diese auf Rechnungen nicht ausgewiesen.
- Der Nachweis über die Zahlung der Kursgebühr ist den MitarbeiterInnen der VHS auf Verlangen vorzuweisen.
- Wurde eine Teilzahlung der Kursgebühren vereinbart, ist bei Zahlungsverzug der Gesamtbetrag sofort fällig.
- Bei Zahlungsrückständen erfolgt eine zweimalige Mahnung und Aufforderung zur Zahlung der Rückstände durch die VHS. Für jede Mahnung werden Mahnspesen in Höhe von EUR 7,- in Rechnung gestellt. Werden offene Zahlungsrückstände nicht innerhalb der in der zweiten Mahnung festgelegten Frist beglichen, wird die Forderung zur Betreibung durch ein Inkassobüro weitergeleitet. Die damit in Zusammenhang entstehenden Kosten sind zur Gänze von den TeilnehmerInnen zu tragen.

3. Kursbedingungen

- Eine Unterrichtseinheit (im Folgenden kurz „UE“) dauert 60 Minuten und besteht aus 50 Minuten Unterricht und 10 Minuten Pause. Eine halbe UE dauert 30 Minuten und besteht aus 25 Minuten Unterricht und 5 Minuten Pause.
- Durch Verhinderung der KursleiterIn entfallene Unterrichtseinheiten werden nach Möglichkeit an einem zusätzlichen Termin ohne zusätzliche Gebühr nachgeholt. Kann ein Ersatztermin nicht angeboten werden, werden die Kursgebühren aliquot im Verhältnis der entfallenden UE zu den gesamten UE zurückerstattet.
- Die VHS behält sich vor, Kurse, bei welchen die angegebene Mindestanzahl an KursteilnehmerInnen nicht erreicht wird, abzusagen.
- Wird ein Kurs von der VHS abgesagt, wird die Kursgebühr in voller Höhe an die TeilnehmerInnen zurückerstattet.
- Die teilweise oder gänzliche Rückerstattung der Kursgebühren erfolgt durch Überweisung auf ein von den TeilnehmerInnen bekanntes gebendes Konto.
- Lehrbücher, Skripten und sonstige Kursmaterialien sind, soweit nicht ausdrücklich anders angegeben, nicht in der Kursgebühr enthalten und müssen von den jeweiligen TeilnehmerInnen gesondert erworben werden.

4. Stornierung

- Die Stornierung einer Buchung kann nur schriftlich per Brief, Fax, E-Mail oder persönlich erfolgen. Eine persönliche Stornierung kann nur direkt bei der VHS von Montag bis Freitag während der regulären Öffnungszeiten erfolgen.
- Bei Stornierung durch den Teilnehmer werden folgende Stornogebühren zur Zahlung fällig:
 - Stornierungen bis 7 (sieben) Werktage vor Kursbeginn: kostenfrei
 - Stornierungen ab 7 (sieben) Werktage vor Kursbeginn: 50 % der Kursgebühren
 - Stornierungen ab 1 (einem) Werktag vor Kursbeginn: 100 % der Kursgebühren
 - Fernbleiben ohne Stornierung: 100 % der Kursgebühren
- Die unter Punkt 4.2 ausgewiesenen Stornogebühren werden auch dann zur Zahlung fällig, wenn die Kursgebühren noch nicht oder nur teilweise bezahlt wurden.
- Wurden die Kursgebühren bereits von den TeilnehmerInnen bezahlt, wird die VHS die Stornogebühren von den Kursgebühren einbehalten und die Differenz auf ein von den KursteilnehmerInnen bekanntes gebendes Konto überweisen.
- Bei Änderung des Kursortes ist ein außerordentlicher Rücktritt nur möglich, wenn das Erscheinen am Kursort aufgrund der Wegzeiten nicht zumutbar ist.
- Bei Änderung der Kursleitung (insbesondere bei Verhinderung) besteht kein außerordentliches Rücktrittsrecht der TeilnehmerInnen.

5. Widerrufsrecht im Fernabsatzverkehr

5.1 Widerrufsrecht:

TeilnehmerInnen haben das Recht, binnen 14 (vierzehn) Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses. Um das Widerrufsrecht auszuüben, müssen die TeilnehmerInnen die VHS (Die Wiener Volkshochschulen GmbH, 1090 Wien, Lustkandlgasse 50, E-Mail: info@vhs.at, Fax: +43 1 891 74-300 000) mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über den Entschluss, den Vertrag zu widerrufen, informieren.

TeilnehmerInnen können für den Widerruf das Muster-Widerrufsformular verwenden, welches jedoch nicht vorgeschrieben ist. Das Muster-Widerrufsformular oder eine andere eindeutige Erklärung kann auf unserer Webseite (www.vhs.at) elektronisch heruntergeladen werden. Wird von dieser Möglichkeit Gebrauch gemacht, und die Erklärung ordnungsgemäß übermittelt, so wird die VHS den TeilnehmerInnen unverzüglich (z. B. per E-Mail) eine Bestätigung über den Eingang eines solchen Widerrufs übermitteln.

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, wenn die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist abgesendet wird.

5.2 Folgen des Widerrufs

Wenn der Vertrag widerrufen wird, wird die VHS den TeilnehmerInnen alle Zahlungen, die die VHS von diesen erhalten hat, unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzahlen, an dem die Mitteilung über den Widerruf des Vertrags bei der VHS eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwendet die VHS dasselbe Zahlungsmittel, das die TeilnehmerInnen bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, es wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden den TeilnehmerInnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet.

Haben die TeilnehmerInnen verlangt, dass die Dienstleistungen während der Widerrufsfrist beginnen sollen, so haben diese einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem die VHS von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich des Vertrags unterrichtet wurde, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

6. Haftung

- Sämtliche von der VHS in Publikationen und Internetseiten bereitgestellten Informationen wurden nach bestem Wissen und Gewissen erstellt. Die VHS übernimmt jedoch keine Haftung für die Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit der bereitgestellten Informationen, soweit der VHS nicht Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit angelastet werden kann.
- Die VHS, deren Angestellte, AuftragnehmerInnen oder sonstige Erfüllungsgehilfen übernehmen in Fällen leichter Fahrlässigkeit keine Haftung für Sach- oder Vermögensschäden der TeilnehmerInnen, gleichgültig, ob es sich um unmittelbare oder mittelbare Schäden, entgangenen Gewinn oder Mangelgeschäden, Schäden wegen Verzugs, Unmöglichkeit, positiver Forderungsverletzung, Verschuldens bei Vertragsabschluss, wegen mangelhafter oder unvollständiger Leistung handelt. Das Vorliegen von grober Fahrlässigkeit haben die Geschädigten zu beweisen. Soweit die Haftung der VHS ausgeschlossen oder beschränkt ist, gilt dies auch für die persönliche Haftung von deren Angestellten.
- Die VHS übernimmt keine Haftung hinsichtlich eines bestimmten persönlichen Lernerfolgs und kann nicht für einen bestimmten individuellen Erfolg ihrer Kurse und Veranstaltungen haftbar gemacht werden.

7. Schadenersatz

- Das Inventar, die Räumlichkeiten, Medien und Geräte der VHS sind schonend zu verwenden bzw. zu behandeln. Allfällige Schäden sind umgehend zu melden.
- Die TeilnehmerInnen haften für Schäden, welche sie verursacht haben und sind daher zu entsprechendem Ersatz verpflichtet.

8. Datenschutz

- Jede Kursbuchung ist ein Vertragsabschluss. Mit ihr stimmen die TeilnehmerInnen den AGB zu und erteilen die datenschutzrechtliche Zustimmung zur elektronischen Erfassung und Verarbeitung der Angaben zur Person für alle zum Betrieb von der VHS gehörenden erforderlichen Vorgänge.
- Die VHS behandelt sämtliche persönlichen Angaben der TeilnehmerInnen vertraulich. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Mit der Übermittlung der Daten willigen die TeilnehmerInnen ein, dass personenbezogene Daten (Anrede, Vor- u. Zuname, Adresse, Telefonnr., E-Mail, Geb. Datum), die elektronisch, telefonisch, mündlich, per Fax oder schriftlich übermittelt werden, gespeichert und für die jeweilige Buchung und die Übermittlung von Informationen verwendet werden dürfen.
- Sollten sich die persönlichen Daten der TeilnehmerInnen geändert haben oder diese keine weiteren Informationen von der VHS erhalten wollen, kann dies per E-Mail an info@vhs.at, per Fax an +43 1 891 74-300 000 oder telefonisch unter +43 1 891 74-100 000 bekannt gegeben werden. Die TeilnehmerInnen stimmen einer elektronischen Verarbeitung und Übermittlung ihrer bekanntgegebenen Daten zum Zwecke der Bonitätsprüfung bzw. des Inkassoswesens im Sinne des geltenden Datenschutzgesetzes ausdrücklich zu.
- Persönliche Daten der TeilnehmerInnen werden nur in dem für die VHS unbedingt erforderlichen Umfang verarbeitet und solange gespeichert, wie dies für die Erfüllung der Verwaltungsaufgaben der VHS erforderlich ist.
- Die TeilnehmerInnen erteilen ihre ausdrückliche Zustimmung für die Weiterleitung von Daten an Dritte (Förderstellen), sofern dies aufgrund von ihnen in Anspruch genommenen Förderungen erforderlich ist.

9. Urheberrecht

- Die Inhalte der zur Verfügung gestellten Skripten, Unterlagen und Materialien sind urheberrechtlich geschützt und sind ausschließlich für die persönliche Verwendung der TeilnehmerInnen bestimmt. Jede weitergehende Nutzung, insbesondere die Speicherung, Vervielfältigung, Übersetzung, Verarbeitung und jede Form von gewerblicher Nutzung sowie Weitergabe an andere Personen – auch in Teilen oder in überarbeiteter Form –, ohne Zustimmung der UrheberInnen ist untersagt.
- Bei der Anfertigung von Kopien liegt die urheberrechtliche Verantwortung für das Kopieren bei den BenutzerInnen der Kopiergeräte. Die Vervielfältigung ganzer Bücher oder Zeitschriften sowie das Kopieren audiovisueller Medien sind aus urheberrechtlichen Gründen untersagt.
- Die TeilnehmerInnen verpflichten sich, für den Fall urheberrechtlicher Ansprüche gegen die VHS aus Verstößen gegen das Urheberrecht, diese schad- und klaglos zu halten.

10. Ton-, Film- und Fotoaufnahmen

- Die TeilnehmerInnen erteilen ihre ausdrückliche Zustimmung, dass in den Räumlichkeiten der VHS Ton-, Film- und Fotoaufnahmen gemacht werden dürfen, die zur Veröffentlichung bestimmt sind. Die TeilnehmerInnen erklären sich damit einverstanden, dass die von ihnen während oder im Zusammenhang mit dem Besuch der Angebote von der VHS gemachten Aufnahmen entschädigungslos, ohne zeitliche oder räumliche Einschränkung, mittels jedes derzeitigen oder zukünftigen technischen Verfahrens ausgewertet und veröffentlicht werden darf.

11. Hausordnung und Gebührenordnung

- Die TeilnehmerInnen verpflichten sich, die an den jeweiligen Standorten von der VHS ausgehängte Hausordnung einzuhalten und nehmen zur Kenntnis, dass jeder Kursbuchung die Gebührenordnung von der VHS, in der jeweils geltenden Fassung, zugrunde liegt.

12. Rechtsform

- Die Wiener Volkshochschulen GmbH ist eine gemeinnützige Gesellschaft mit beschränkter Haftung nach österreichischem Recht mit dem Sitz in Wien und der Geschäftsanschrift 1090 Wien, Lustkandlgasse 50, eingetragen im Firmenbuch des Handelsgerichts Wien unter FN 304196y.

13. Recht und Gerichtsstand

- Diese Vereinbarung untersteht materiellem österreichischem Recht.
- Ausschließlicher Gerichtsstand für alle Streitigkeiten aus und in Zusammenhang mit diesen AGB ist – soweit nicht § 14 KSchG etwas Abweichendes vorsieht – das für Wien Innere Stadt sachlich zuständige Gericht.

Die Wiener Volkshochschulen GmbH, November 2017



STANDORTE UND ÖFFNUNGSZEITEN

VHS Alsergrund

1090, Galileigasse 8
 Tel.: + 43 1 891 74-109 000
 E-Mail: alsergrund@vhs.at
 Montag bis Freitag 9:00–19:00

VHS Döbling

1190, Gatterburggasse 2a
 Tel.: + 43 1 891 74-109 002
 E-Mail: doebbling@vhs.at
 Montag bis Donnerstag 9:00–17:00
 Freitag 9:00–12:00

Veranstaltungszentrum Döbling:

vz.doebbling@vhs.at

VHS Heiligenstadt

1190, Heiligenstädter Straße 155
 Tel.: + 43 1 891 74-109 001
 E-Mail: heiligenstadt@vhs.at
 Montag bis Donnerstag 9:00–19:00
 Freitag 9:00–12:00

Veranstaltungszentrum Heiligenstadt:

vz.heiligenstadt@vhs.at

Verkürzte Öffnungszeiten in der Karwoche

Details vgl. zeitnah Homepage und VHS-Aushang

Kursfreie Tage

Karwoche und Ostern:	26. 3.–2. 4. 2018
Staatsfeiertag:	1. 5. 2018
Christi Himmelfahrt:	10. 5. 2018
Pfingstmontag:	21. 5. 2018
Fronleichnam:	31. 5. 2018

Zusätzliche kursfreie Tage an Kursorten in Volksschulen

Dienstag nach Ostern:	3. 4. 2018
Schulautonomer Tag:	30. 4. 2018
Dienstag nach Pfingsten:	22. 5. 2018

Kursorte in Volksschulen

Volksschule Galileigasse 3 und 5,	1090 Wien
Volksschule Schulgasse 57, (Eingang Leitermayergasse),	1180 Wien
Volksschule Grinzinger Straße 88,	1190 Wien
Volksschule Oskar-Spiel-Gasse 3,	1190 Wien
Volksschule Flotowgasse 25,	1190 Wien
Volksschule Krottenbachstraße 108,	1190 Wien

MITARBEITER:INNEN

Direktion

Mag.^a Monika Reif monika.reif@vhs.at

VHS Alsergrund

KundInnenservice:

Ilona Köchl	ilona.koechl@vhs.at
Monika Moser	monika.moser@vhs.at
Mag. ^a Helga Pöcheim	helga.poecheim@vhs.at
Erwin Schmitzberger	erwin.schmitzberger@vhs.at

Finanzadministration:

Gudrun Wurzinger gudrun.wurzinger@vhs.at

Programm-Management:

Mag. ^a Ingrid Rauch	ingrid.rauch@vhs.at Tel. + 43 1 891 74-109 150
Doris Urbanke	doris.urbanke@vhs.at Tel. + 43 1 891 74-109 160

Haustechnik:

Mobil +43 699 1 891 74-29
 Kontakt: Ilyas Karagöz ilyas.karagoez@vhs.at
 Karl Brochmann, Doru Frank, Samila Kukic,
 Ljiljana Markovic

VHS Döbling

Standortkoordination:

Doris Urbanke doris.urbanke@vhs.at
 Tel. + 43 1 891 74-109 160

KundInnenservice:

Mag.^a Renate Bretterebner renete.bretterebner@vhs.at
 Gudrun Wurzinger gudrun.wurzinger@vhs.at

Haustechnik:

Mobil +43 699 1 891 74-21
 Kontakt: Michael Theuerweckl michael.theuerweckl@vhs.at
 Angelika Hladik, Ernst Marchart, Biljana Radosavljevic

VHS Heiligenstadt

Standortkoordination:

Barbara Pölzl barbara.poelzl@vhs.at

KundInnenservice:

Christin Koreny christin.koreny@vhs.at

Haustechnik:

Mobil +43 699 1 8971 74-42
 Kontakt: Pawel Fraczek pawel.fraczek@vhs.at
 Raziye Karasu

VHS Heiligenstadt
 1190, Heiligenstädter Straße 155
 Tel.: + 43 1 891 74-109 001
 E-Mail: heiligenstadt@vhs.at
 Montag bis Donnerstag 9:00–19:00
 Freitag 9:00–12:00



VHS Döbling
 1190, Gatterburggasse 2a
 Tel.: + 43 1 891 74-109 002
 E-Mail: doebling@vhs.at
 Montag bis Donnerstag 9:00–17:00
 Freitag 9:00–12:00

VHS Alsergrund
 1090, Galileigasse 8
 Tel.: + 43 1 891 74-109 000
 E-Mail: alsergrund@vhs.at
 Montag bis Freitag 9:00–19:00



ab
15. Jänner

**Besser,
schneller,
schöner.**

**Die neue VHS
Homepage!**

www.vhs.at