

# Leichter Lernen

## Programm

### Herbst 2026





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

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

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



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

# ERW-IN – Leichter Lernen



Herbst 2026

## **Impressum**

*Herausgeber*

ERW-IN Büro

im Auftrag der Kooperationspartner

Berliner VHS und Lebenshilfe Bildung gGmbH, Berlin

Böttgerstraße 21, 13357 Berlin

[kontakt@erw-in.de](mailto:kontakt@erw-in.de)

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



*Layout*

ERW-IN Büro

*Fotonachweis*

Titel: Das Titelbild wurde mit ChatGPT generiert.

Lebenshilfe gGmbH, Berlin

VHS Berlin Mitte

Paul-Georg Meister, Anja Rocher / [pixelio.de](http://pixelio.de)

Horst Schröder / [pixelio.de](http://pixelio.de)

Piktogramme: Clemens Fait

Willkommen bei ERW-IN!

ERW-IN heißt Erwachsenen-bildung inklusiv.  
ERW-IN gibt seit 2010 in Berlin.

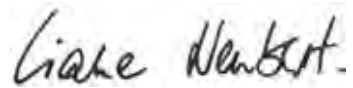
Bildung und Lernen ist für alle Menschen wichtig. Und Lernen macht Spaß.  
Jeder Mensch kann etwas Neues lernen.  
Mit diesem Programm möchten wir viele Menschen zum Lernen einladen.  
Sie können sich in kleinen Gruppen kennenlernen.  
Sie können miteinander sprechen und voneinander lernen.

Es gibt viele interessante Kurse und Themen.  
Zum Beispiel in den Berliner Volks-hoch-schulen.  
Oder in der Lebenshilfe Bildung.  
Oder bei anderen Anbietern.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lernen im Herbst 2026!



Manjiri Palicha und Stephanie Iffert  
Sprecherinnen der Arbeitsgemeinschaft der  
Direktorinnen der Berliner Volkshochschulen



Liane Neubert  
Geschäftsführerin  
der Lebenshilfe Bildung gGmbH

*Hinweis:* Als Arbeitnehmer:in oder Beschäftigte/ Mitarbeiter:in in einer Werkstatt für behinderte Menschen haben Sie Anspruch auf Bildungszeit (früher Bildungsurlaub).

## Übersicht der Kurse in diesem Heft

### Wichtige Seiten

Allgemeine Geschäftsbedingungen in Leichter Sprache.....	132
Anmelde-formular – ERW-IN Kurse .....	135

### Politik – Gesellschaft – Umwelt



8

Geschichten aus Friedrichshain.....	Friedrichshain-Kreuzberg.....	9
Die Wahl zum Berliner Abgeordnetenhaus 2026 ..	Lichtenberg .....	10
Workshop Wahlen .....	Lichtenberg .....	11
Erste-Hilfe-Kurs.....	Mitte .....	12
Mutig wehren – Selbstbehauptung für alle .....	Mitte .....	13
Zu Fuß in Berlin – aber sicher!.....	Mitte .....	14
ERW-IN radelt für den Umweltschutz.....	Mitte .....	15
Gewalt im Alltag .....	Mitte .....	16
Smartphone und Soziale Medien .....	Mitte .....	17
Schulung für Bewohnerbeiräte.....	Mitte .....	18
Selbstbestimmung und Teilhabe .....	Mitte .....	19
Das jüdische Berlin – eine Stadtführung .....	Mitte .....	20
Info-Café .....	Neukölln.....	21
Info-Café aktiv .....	Neukölln.....	22
Stadtführung: Die Museumsinsel und das Humboldt Forum.....	Reinickendorf.....	23
Künstliche Intelligenz (KI) Nutzen und Gefahren – einfach erklärt .....	Reinickendorf.....	24
Potsdam – Ein Ausflug in die Stadt der Schlösser und Gärten .....	Reinickendorf.....	25
Die Berlin-Wahl 2026.....	Spandau .....	26
Das Abgeordnetenhaus .....	Spandau .....	27
Stark gegen Ausgrenzung gestern und heute.....	Steglitz-Zehlendorf.....	28
Wahlen in Berlin am 20. September.....	Steglitz-Zehlendorf.....	29
Denkmal für die Opfer der nationalsozialistischen »Euthanasie«-Morde .....	Tempelhof-Schöneberg.....	30
Gesetzliche Betreuung – kennen Sie Ihre Rechte?	Tempelhof-Schöneberg.....	31
„Meine Stimme zählt“ – die Wahlen .....	Tempelhof-Schöneberg.....	32
Wahr oder nicht wahr? Was sind „Fake News“ und wie kann ich diese erkennen? .....	Tempelhof-Schöneberg.....	33



**Kultur – Gestalten****35**

Theater inklusiv .....	Friedrichshain-Kreuzberg .....	36
Kunst im Spektrum .....	Friedrichshain-Kreuzberg .....	37
Malen und Zeichnen in der VHS Lichtenberg .....	Lichtenberg .....	38
Malen und Zeichnen im Fennpfuhl.....	Lichtenberg .....	39
Generationenchor „FRÖSI“ .....	Lichtenberg .....	40
Malen und Gestalten weihnachtlicher Motive .....	Lichtenberg .....	41
Kunstatelier .....	Lichtenberg .....	42
Insekten und Pflanzen fotografieren mit dem Handy – Aufbaukurs .....	Mitte .....	43
Malen und Zeichnen für alle.....	Neukölln.....	44
Fotografieren – ganz einfach .....	Neukölln.....	45
Keramik.....	Reinickendorf .....	46
Schmuckdesign .....	Spandau .....	47
Weben .....	Spandau .....	48
Druckgrafik .....	Spandau .....	49
Arbeiten mit Holz .....	Spandau .....	50
Postkarten selbstgemacht aus Collagen .....	Spandau .....	51
Augen, Nase, Mund – Gesichter malen inklusiv ....	Tempelhof-Schöneberg.....	52
Ich Nähe in aller Ruhe.....	Tempelhof-Schöneberg.....	53
Das Leben, die Liebe und ein paar Wunder – Lesung .....	Tempelhof-Schöneberg.....	54

**Gesundheit****56**

Yoga .....	Friedrichshain-Kreuzberg .....	57
Gesund und günstig kochen – und nebenbei Deutsch sprechen.....	Lichtenberg .....	58
Interkultureller Kochabend .....	Lichtenberg .....	59
Yoga Inklusiv – alles in Deinem Tempo .....	Lichtenberg .....	60
Kreatives Entspannen .....	Lichtenberg .....	61
Yoga für alle .....	Mitte .....	62
Achtsamkeit und Bewegung.....	Mitte .....	63
Du bist, was du isst!.....	Mitte .....	64
Mein Körper, meine Gesundheit – Wissen von Frauen für Frauen .....	Mitte .....	65
Kochen – lecker und gesund.....	Neukölln.....	66
Kochkurs vegetarische Küche – Rezepte aus Österreich.....	Spandau .....	67
Wald mit allen Sinnen erleben – draußen .....	Spandau .....	68

## Gesundheit



Yoga im eigenen Tempo.....	Spandau .....	69
Fitness mit Gymnastik und Tänzen .....	Spandau .....	70
Alles im Gleichgewicht .....	Spandau .....	71
18 Bewegungen des Tai Ji Qi Gong .....	Steglitz-Zehlendorf.....	72
Meditation.....	Steglitz-Zehlendorf.....	73
Yoga in deinem Tempo .....	Steglitz-Zehlendorf.....	74
Gymnastik – Meditation – Entspannung: Alles, was uns gut tut .....	Steglitz-Zehlendorf.....	75
Yoga tut gut .....	Tempelhof-Schöneberg.....	76

## Sprachen



78

Englisch in leichter Sprache – am Abend.....	Mitte .....	79
Englisch für alle – leicht fortgeschritten .....	Neukölln.....	80
Englisch für den Schulabschluss .....	Neukölln.....	81
Chinesisch – ganz einfach.....	Neukölln.....	82
Englisch A1 .....	Spandau .....	83
Englisch - von Anfang an (1) .....	Steglitz-Zehlendorf.....	84
Englisch – von Anfang an (2) .....	Steglitz-Zehlendorf.....	85
Französisch für Anfänger .....	Tempelhof-Schöneberg.....	86
Italienisch für Anfänger:innen .....	Tempelhof-Schöneberg.....	87
Spanisch für Anfänger .....	Tempelhof-Schöneberg.....	88
Englisch für Anfänger 1.....	Tempelhof-Schöneberg.....	89
Englisch für Anfänger 2.....	Tempelhof-Schöneberg.....	90
Englisch A1 leicht gemacht.....	Treptow-Köpenick .....	91

## Arbeit – Beruf – Computer



92

Was kann man mit dem Computer und im Internet machen?.....	Mitte .....	93
Digitale Werkstatt – Lesen und Schreiben üben mit Computer und Smartphone .....	Neukölln.....	94
Fit für den Beruf und Schulabschluss - Lesen, Schreiben, Mathe und PC.....	Neukölln.....	95
Job im Griff .....	Neukölln.....	96
Einführung in den Computer – Teil 1.....	Spandau .....	97
Einführung in den Computer – Teil 2.....	Spandau .....	98
Computer und Internet – Grundlagenkurs.....	Spandau .....	99

Deutsch verbessern: Grammatik, Lesen, Schreiben und Sprechen für Alltag und Beruf .....	Spandau .....	100
Bewerbungsgespräche vorbereiten und durchführen.....	Spandau .....	101
Computer an – Schreiben lernen mit Word .....	Steglitz-Zehlendorf.....	102
Meine eigene Homepage – Webseiten einfach gestalten .....	Steglitz-Zehlendorf.....	103
Umgang mit dem Computer – von Anfang an .....	Steglitz-Zehlendorf.....	104

## Grundbildung


**105**

Was ist Geld? .....	Friedrichshain-Kreuzberg .....	106
Lesen und Schreiben .....	Mitte .....	107
Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen am PC. Mitte .....		108
Rechnen für Frauen mit und ohne türkischem Hauptschulabschluss .....	Mitte .....	109
Lesen und Schreiben .....	Neukölln.....	110
Schreib-Werkstatt.....	Pankow .....	111
Lese-Werkstatt.....	Pankow .....	112
Besser lesen, schreiben und rechnen – im Alltag und im Beruf.....	Pankow .....	113
Grundlagen des Lesens und Schreibens .....	Reinickendorf .....	114
Grundlagen des Rechnens.....	Reinickendorf .....	115
Lesen und Schreiben verbessern/ Alpha-Level 1-2 Spandau .....		116
Lesen und Schreiben verbessern/ Alpha-Level 3-4 Spandau .....		117
Lesen und Schreiben .....	Spandau .....	118
Lesen und Schreiben lernen – Grundstufe 1 .....	Steglitz-Zehlendorf.....	119
Lesen und Schreiben lernen – Grundstufe 2-3 .....	Steglitz-Zehlendorf.....	120
Rechnen von Anfang an.....	Steglitz-Zehlendorf.....	121
Die Bibliothek kennenlernen .....	Steglitz-Zehlendorf.....	122
Grundkurs Lesen und Schreiben 1.....	Tempelhof-Schöneberg .....	123
Grundkurs Lesen und Schreiben 1.....	Tempelhof-Schöneberg .....	124
Grundkurs Lesen und Schreiben 1.....	Tempelhof-Schöneberg .....	125
Grundkurs Lesen und Schreiben 2.....	Tempelhof-Schöneberg .....	126
Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen im Alltag.....	Tempelhof-Schöneberg .....	127
Offene Werkstatt – Lesen und Schreiben .....	Tempelhof-Schöneberg .....	128
Fit im Zählen.....	Tempelhof-Schöneberg .....	129
Lesen und Schreiben von Anfang an .....	Treptow-Köpenick .....	130
Lesen und Schreiben für Fortgeschrittene .....	Treptow-Köpenick .....	131

# Politik – Gesellschaft – Umwelt





Titel des Kurses **Geschichten aus Friedrichshain**

## Beschreibung des Kurses

Wir gehen durch Friedrichshain.

Friedrichshain ist der kleinste Bezirk von Berlin.

Es gibt dort viel zu entdecken.

Wir gehen zu Orten in Friedrichshain.

Die Orte sind verschieden.

Zum Beispiel

- durch ihre Geschichte
- durch ihr Aussehen

Wir erfahren:

Warum sind die Orte so verschieden?

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer FK1.127



Termin für den Kurs

7. November 2026

Samstag von 13 Uhr bis 15:15 Uhr



Ort

Treff-punkt: Kino Kosmos,  
Karl-Marx-Allee 131a, 10243 Berlin,  
vor dem Eingang



Kurs-leitung

Olaf Riebe

15 Teilnehmende



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Friedrichshain-Kreuzberg, Frankfurter Allee 37, 10247 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 84 600

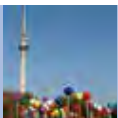
E-Mail: [info@vhs-fk.de](mailto:info@vhs-fk.de)



Information

Maik Walter, Telefon: 030 - 90 29 84 680

E-Mail: [maik.walter@ba-fk.berlin.de](mailto:maik.walter@ba-fk.berlin.de)



**Titel des Kurses**      **Die Wahl zum Berliner Abgeordnetenhaus 2026 –  
ich bestimme mit!**

### Beschreibung des Kurses

Erlebe, wie wählen geht – ein Workshop für alle, die mitbestimmen wollen.

Diese Fragen besprechen wir:

Warum ist es wichtig zu wählen?

Wie funktionieren die Wahlen?

Was wollen die Parteien?

Wir werden gemeinsam ausprobieren, wie eine Wahl funktioniert.

Sie haben einen Bedarf für eine Übersetzung in Gebärdensprache?

Bitte melden Sie sich bis zum 3. September 2026.

Für diesen Workshop gibt es Bildungszeit.

*Bildungszeit*

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    LL-H07



Termin für den Kurs

10. September 2026

Donnerstag von 9:30 Uhr bis 15:30 Uhr



Ort

Bürgertreff der Cooperative Mensch eG,  
Schöneicher Str. 10A, 13055 Berlin



Kursleitung

Rita Hübenthal-Montero



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Cooperative Mensch eG, Schöneicher Str. 10A, 13055 Berlin

Telefon: 030 - 34 40 90 470

E-Mail: buergertreff@co-mensch.de



Information

Annabel Haas-Krahé, Telefon: 030 - 34 40 90 470

E-Mail: buergertreff@co-mensch.de



Titel des Kurses **Workshop Wahlen**

## Beschreibung des Kurses

Am 20. September 2026 gibt es eine wichtige Veranstaltung. Die Berlinerinnen und Berliner wählen das Landesparlament. Dieses Parlament heißt in Berlin Abgeordnetenhaus. Dort werden wichtige Entscheidungen für Berlin getroffen. In dem Workshop geht es um diese Themen:  
 Wie arbeitet das Abgeordnetenhaus?  
 Was bedeutet wählen?  
 Welche Parteien gibt es?  
 Was möchten die Parteien erreichen?  
 Zum Schluss machen wir einen Test.  
 Wir tun so, als ob wir wählen.  
 Das nennt man Wahlvorgang.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LL-H08



Termin für den Kurs  
 7. September 2026  
 Montag von 9 Uhr bis 13:30 Uhr



Ort  
 Bildungsinstitut leben lernen,  
 Herzbergstr. 87-99, 10365 Berlin, Raum 4



Kursleitung  
 André Erfurth und Robin Kremer und Silke Schmidt



Kosten  
 keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Bildungsinstitut leben lernen, Herzbergstr. 87-99, 10365 Berlin  
 Telefon: 030 - 50 93 22 290

E-Mail: [bildung@lebenlernen-berlin.de](mailto:bildung@lebenlernen-berlin.de) | [www.dasbildungsinstitut.de](http://www.dasbildungsinstitut.de)



Information

Telefon: 030 - 50 93 22 290

E-Mail: [bildung@lebenlernen-berlin.de](mailto:bildung@lebenlernen-berlin.de)



Titel des Kurses **Erste-Hilfe-Kurs**

## Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie:

- Wie reagiere ich in Not-situationen schnell und sicher?
- Wie hole ich Hilfe oder rufe ich den Rettungs-dienst?
- Welche Erste Hilfe muss ich nach dem Gesetz leisten?
- Wie erkenne ich verschiedene Notfälle?
- Welche Erste Hilfe leiste ich bei verschiedenen Notfällen?

Sie erfahren und üben:

- Wie kann ich verschiedene Wunden behandeln?
- Wie erkenne ich einen bewusst-losen Menschen?
- Wie überprüfe ich die Atmung bei einem bewusst-losen Menschen?
- Wie funktioniert die stabile Seiten-lage und die Wieder-belebung?

Für diesen Kurs beantragen wir Bildungs-zeit.

Bildungs-zeit

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer (1) LHB-H9 **oder** (2) LHB-H10



Termin für den Kurs

(1) 10. September und 11. September 2026, Donnerstag und Freitag von 10 Uhr bis 15:30 Uhr **oder** (2) 23. November und 24. November 2026, Montag und Dienstag von 10 Uhr bis 15:30 Uhr



Ort

Lebenshilfe Bildung gGmbH,  
Ort wird nach Anmeldung bekannt gegeben



Kurs-leitung

Lee Gerlach

10 Teilnehmende



Kosten

22 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

ERW-IN Büro, Böttgerstr. 21, 13357 Berlin

Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

E-Mail: kontakt@erw-in.de



Information

Antonia Velde, Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

E-Mail: kontakt@erw-in.de



Titel des Kurses **Mutig wehren – Selbstbehauptung für alle**

## Beschreibung des Kurses

Manchmal fällt es uns schwer „Nein“ zu sagen.

In dem Kurs lernen Sie:

- Was will ich nicht?
- Was ist gut für mich?
- Wie kann ich mich mutig wehren?

Wir reden über Grenzen und üben, wie wir diese schützen können.

Dafür setzen wir unsere Stimme und unseren Körper ein.

Sie lernen im Alltag mutig zu sein.

Jede und Jeder kann mitmachen – im eigenen Tempo.

Bitte tragen Sie zu dem Kurs bequeme Kleidung.

Für diesen Kurs beantragen wir Bildungszeit.

Bildungszeit

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H12



Termin für den Kurs

6. November 2026

Freitag von 10 Uhr bis 15:30 Uhr



Ort

Lebenshilfe Bildung gGmbH,

Ort wird nach Anmeldung bekannt gegeben



Kurs-leitung

Franziska Herms

8 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

ERW-IN Büro, Böttgerstr. 21, 13357 Berlin

Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

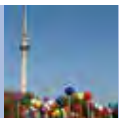
E-Mail: kontakt@erw-in.de



Information

Antonia Velde, Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

E-Mail: kontakt@erw-in.de



**Titel des Kurses    Zu Fuß in Berlin – aber sicher!**

### Beschreibung des Kurses

Berlin ist eine Großstadt.

Hier sind viele Menschen unterwegs.

Mit dem Auto.

Mit dem Fahrrad.

Mit dem Roller.

Zu Fuß.

Im Straßenverkehr muss man auf viele Dinge achten.

Wenn es dunkel ist, werden Fußgänger leicht übersehen.

In diesem Kurs lernen Sie sicher in der Stadt unterwegs zu sein.

Es werden Strecken zu Fuß gelaufen.

Der Kurs wird unter Beteiligung der Polizei Berlin angeboten.

*Bildungszeit*

Für diesen Kurs gibt es Bildungszeit.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    LHB-H3



Termin für den Kurs

18. November 2026

Mittwoch von 10 Uhr bis 15:30 Uhr



Ort

Lebenshilfe Bildung gGmbH,

Ort wird nach Anmeldung bekannt gegeben



Kursleitung

Nicole Schmidt und Paula Stockmann

8 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

ERW-IN Büro, Böttgerstr. 21, 13357 Berlin

Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

E-Mail: kontakt@erw-in.de



Information

Antonia Velde, Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

E-Mail: kontakt@erw-in.de



**Titel des Kurses**      **ERW-IN radelt für den Umweltschutz –  
was passiert mit unserem Müll?**

### Beschreibung des Kurses

Müll liegt oft auf Straßen, Wegen und in Parks. Warum ist das ein Problem?

Was passiert mit unserem Müll? Und was können wir selbst tun?

Wir sprechen über:

- Müll in Berlin
- Recycling und Müll-Trennung
- Plastik in der Natur

Wir schauen uns an, wie die Berliner Stadtreinigung (BSR) arbeitet.

Und wir sammeln gemeinsam Ideen für weniger Müll im Alltag.

Wir fahren ungefähr 20 km mit dem Fahrrad. Bitte bringen Sie Ihr Fahrrad mit.

Sie müssen mit Ihrem Fahrrad sicher und selbstständig im Straßen-verkehr fahren können.

Unterwegs gibt es ein Mittag-essen.

Für diesen Kurs gibt es Bildungs-zeit.

*Bildungs-zeit*

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      LHB-H14



Termin für den Kurs  
6. Oktober 2026  
Dienstag von 10 Uhr bis 15:30 Uhr



Ort  
Lebenshilfe Bildung gGmbH,  
Ort wird bei Anmeldung bekannt gegeben



Kurs-leitung  
Liane Neubert und Amund Schmidt      8 Teilnehmende



Kosten  
10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

ERW-IN Büro, Böttgerstr. 21, 13357 Berlin

Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

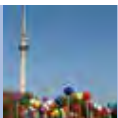
E-Mail: kontakt@erw-in.de



Information

Antonia Velde, Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

E-Mail: kontakt@erw-in.de



## Titel des Kurses **Gewalt im Alltag**

### Beschreibung des Kurses






Ihre Kollegen beleidigen Sie über WhatsApp.  
 Eine Betreuerin zahlt Ihnen kein Taschengeld aus.  
 Eine Mitbewohnerin kneift Sie ständig.  
 Das kann Gewalt sein.  
 In dem Kurs sprechen wir darüber:

- Was ist Gewalt?
- Was kann ich dagegen tun?
- Welche Rechte habe ich?
- Wo kann ich mir Hilfe holen?

Der Kurs hilft Ihnen sich im Leben sicher zu fühlen.  
 Wir machen uns Mut und wir stärken uns.

Bildungszeit

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	LHB-H4	
	Termin für den Kurs 6. Oktober 2026 Dienstag von 10 Uhr bis 16 Uhr	
	Ort Haus der Lebenshilfe, Dohnagestell 10, 13351 Berlin	
	Kurs-leitung Mitarbeiter:innen der Beratungs-stelle gegen Gewalt der Lebenshilfe gGmbH	12 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

ERW-IN Büro, Böttgerstr. 21, 13357 Berlin  
 Telefon: 030 - 82 99 98 14 99  
 E-Mail: kontakt@erw-in.de



Information

Antonia Velde, Telefon: 030 - 82 99 98 14 99  
 E-Mail: kontakt@erw-in.de



## Titel des Kurses **Smartphone und soziale Medien**

### Beschreibung des Kurses

Sie haben Fragen zum Smart-phone und zu sozialen Medien?

Wir sehen uns gemeinsam das Smart-phone an und probieren vieles aus.

Wir sprechen über soziale Medien und verschiedene Apps.

Zum Beispiel: WhatsApp, Instagram oder TikTok.

Wir sprechen auch über die Gefahren im Internet.

In diesem Kurs lernen Sie:

- Was kann ich mit meinem Smart-phone alles machen?
- Welche sozialen Medien gibt es?
- Was kann man mit sozialen Medien alles machen?
- Was muss man beachten?

Bildungszeit

Für diesen Kurs beantragen wir Bildungszeit. Das Angebot ist vom Büro für Selbstvertretung (Lebenshilfe Berlin e.V.) und der Lebenshilfe Bildung gGmbH.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H7



Termin für den Kurs

1. Dezember 2026

Dienstag von 10 Uhr bis 15:30 Uhr



Ort

Lebenshilfe Bildung gGmbH,  
Ort wird nach Anmeldung bekannt gegeben



Kurs-leitung

Daniela Schulz und Paula Stockmann

8 Teilnehmende



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

ERW-IN Büro, Böttgerstr. 21, 13357 Berlin

Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

E-Mail: kontakt@erw-in.de



Information

Antonia Velde, Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

E-Mail: kontakt@erw-in.de

Gefördert durch die  
**AKTION**  
MENSCH



Titel des Kurses **Schulung für Bewohnerbeiräte**

### Beschreibung des Kurses

Menschen die in Wohn-einrichtungen leben, wählen Bewohner-beiräte.  
 Bewohner-beiräte haben wichtige Aufgaben.  
 Wir sprechen über die Aufgaben von Bewohner-beiräten.  
 Sie lernen mehr über Ihre Rechte und Pflichten.  
 Sie lernen, wie man Gespräche gestalten kann.  
 Wir geben Ihnen Tipps für schwierige Situationen.

Für diesen Kurs gibt es Bildungs-zeit.

Bildungs-zeit

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H8



Termin für den Kurs  
 25. November und 26. November und 27. November 2026  
 Mittwoch und Donnerstag und Freitag von 10 Uhr bis 15:30 Uhr



Ort  
 Lebenshilfe Bildung gGmbH,  
 Ort wird nach Anmeldung bekannt gegeben



Kurs-leitung  
 Daniela Schulz und Paula Stockmann 10 Teilnehmende



Kosten  
 200 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

ERW-IN Büro, Böttgerstr. 21, 13357 Berlin  
 Telefon: 030 - 82 99 98 14 99  
 E-Mail: kontakt@erw-in.de



Information

Antonia Velde, Telefon: 030 - 82 99 98 14 99  
 E-Mail: kontakt@erw-in.de



## Titel des Kurses **Selbstbestimmung und Teilhabe**

### Beschreibung des Kurses

In dem Seminar geht es um Selbstbestimmung und Teilhabe.

Selbstbestimmung heißt ich möchte selbst entscheiden.

Wir sprechen darüber:

- Was bedeutet Selbstbestimmung?
- Welche Rechte zur Teilhabe habe ich?
- Womit bin ich unzufrieden?
- Was kann ich tun, wenn ich Ungerechtigkeit erfahre?
- Wie können Betreuer und Betreuerinnen Sie dabei unterstützen?

Wir sprechen gemeinsam über Probleme und Erfahrungen.

Wir überlegen, wie es besser laufen könnte.

Bildungszeit

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi101-092H



Termin für den Kurs

3. Dezember 2026 und 4. Dezember 2026

Donnerstag und Freitag von 10 Uhr bis 15 Uhr



Ort

VHS Mitte,  
Linienstr. 162, 10115 Berlin, Raum 112



Kursleitung

Rita Hübenthal-Montero

12 Teilnehmende



Kosten

12 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

Fax: 030 - 90 18 37 488

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



Information

Telefon: 030 - 90 18 37 474

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



## Titel des Kurses **Das jüdische Berlin – eine Stadtführung**

### Beschreibung des Kurses

Rund um den Hackeschen Markt war früher das jüdische Viertel.  
Bei der Stadt-führung besuchen wir auch die frühere Blinden-werkstatt.  
Hier hat Otto Weidt im Zweiten Welt-krieg blinde und  
gehörlose Jüdinnen und Juden beschäftigt.  
Bei der Tour erfahren wir viel über die Geschichte der Jüdinnen und Juden in Berlin.

Die Tour ist auch für Menschen gedacht,  
die noch nicht so gut Deutsch können und  
mehr über die Stadt erfahren wollen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi109-041H



Termin für den Kurs  
26. September 2026  
Samstag von 11:30 Uhr bis 14:30 Uhr



Ort  
Treff-punkt: S-Bahnhof Hackescher Markt,  
oben auf dem Bahn-steig



Kurs-leitung  
Rita Hübenthal-Montero

15 Teilnehmende



Kosten  
keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin  
Fax: 030 - 90 18 37 488  
E-Mail: [vhs@ba-mitte.berlin.de](mailto:vhs@ba-mitte.berlin.de)



Information

Telefon: 030 - 90 18 37 474  
E-Mail: [vhs@ba-mitte.berlin.de](mailto:vhs@ba-mitte.berlin.de)



Titel des Kurses **Info-Café**

## Beschreibung des Kurses

Wir treffen uns jeden Freitag.

Sie können zu uns kommen oder am Computer teilnehmen.

Wir sprechen über wichtige Themen.

Diese Themen sind zum Beispiel:

- Umgang mit Stress
- Online-Banking
- Versicherung
- Welche Schule passt für mein Kind?
- Umgang mit Krankheiten
- und vieles mehr

Jedes Mal ist ein anderer Gast eingeladen.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Nk-E020c



Termin für den Kurs

28. August 2026 bis 4. Dezember 2026

Freitag von 13 Uhr bis 14:30 Uhr



Ort

Lernhaus Roll, Werbellinstr. 77, 12053 Berlin,  
oder online über Big·Blue·Button



Kurs-leitung

Bisrat Wolday und Dana Engfer



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin

Fax: 030 - 90 23 95 32 98

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



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90 23 93 690

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



## Titel des Kurses **Info-Café aktiv**

### Beschreibung des Kurses

Im Info-Café haben wir einen Vortrag gehört und diskutiert.  
 Im Info-Café aktiv probieren wir alles gemeinsam aus.  
 Wir stellen etwas her oder trainieren Fertigkeiten.  
 Zum Beispiel stellen wir gesunde Snacks her oder ein eigenes Putz-mittel.  
 Oder wir lernen Übungen, die man gegen Stress machen kann.  
 Jedes Mal gibt es ein anderes Thema.  
 Wir treffen uns alle zwei Wochen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Nk-E022c



Termin für den Kurs  
 26. August 2026 bis 2. Dezember 2026  
 Mittwoch von 15 Uhr bis 18 Uhr



Ort  
 Lernhaus Roll,  
 Werbellinstr. 77, 12053 Berlin



Kurs-leitung  
 Birgit Brieger und Bisrat Wolday



Kosten  
 keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin  
 Fax: 030 - 90 23 95 32 98  
 E-Mail: [vhsinfo@bezirksamt-neukoelln.de](mailto:vhsinfo@bezirksamt-neukoelln.de)



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90 23 93 690  
 E-Mail: [Nikola.Amrhein@bezirksamt-neukoelln.de](mailto:Nikola.Amrhein@bezirksamt-neukoelln.de)



**Titel des Kurses**      **Stadtführung: Die Museumsinsel und das Humboldt Forum**

### Beschreibung des Kurses

Auf der Museumsinsel gibt es fünf Museen.  
 Dort kann man viel über die Geschichte der Menschen erfahren.  
 Wo früher ein Schloss war, steht heute das Humboldt Forum.  
 Das Humboldt Forum sieht von außen aus wie ein Schloss.  
 Von innen ist das Humboldt Forum neu und modern. Es ist ein Museum.  
 Wir wollen die Museumsinsel kennenlernen.  
 An den Orten wollen wir viele Dinge erfahren, zum Beispiel:

- Wo kann man bekannte Kunstwerke sehen?
- Wer war Nofretete?
- Warum heißt es Insel?
- Was gibt es im Museum zu entdecken?

Bei der Tour werden wir auch auf das Dach vom Humboldt Forum fahren.  
 Vom Dach können wir über Berlin schauen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Re1902-H



Termin für den Kurs  
 5. September 2026  
 Samstag von 11 Uhr bis 13:15 Uhr



Ort  
 Treffpunkt: An den Treppen vor dem Berliner Dom



Kursleitung  
 Rita Hübenthal-Montero      15 Teilnehmende



Kosten  
 3 €, ermäßigt 1,50 €, für den Besuch der Dachterrasse mitbringen

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Reinickendorf, Am Borsigturm 6, 13507 Berlin  
 Fax: 030 - 90 29 44 812  
 E-Mail: vhs@reinickendorf.berlin.de



Information      Anna Turré, Telefon: 030 - 90 29 44 805  
 E-Mail: anna.turre@reinickendorf.berlin.de



**Titel des Kurses**      **Künstliche Intelligenz (KI) Nutzen und Gefahren – einfach erklärt**

## Beschreibung des Kurses

Künstliche Intelligenz (KI) ist heute überall.  
Zum Beispiel im Handy, im Internet oder bei der Arbeit.  
In diesem Seminar sprechen wir darüber:

- Was ist KI?
- Wo nutzen wir KI im Alltag?
- Was ist gut an KI?
- Wo kann KI Probleme machen?
- Worauf sollten wir achten?

*Bildungszeit*

Am 1. Tag treffen wir uns in der VHS Reinickendorf.  
Am 2. Tag machen wir gemeinsam einen Ausflug ins Futurium.  
Das Futurium ist ein Haus der Zukunft.  
Hier können wir Dinge sehen und ausprobieren die mit KI zu tun haben.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Re1211-H



Termin für den Kurs  
1. Oktober 2026 und 2. Oktober 2026  
Donnerstag von 10 Uhr bis 15 Uhr, Freitag von 10 Uhr bis 13 Uhr



Ort  
VHS Reinickendorf,  
Am Borsigturm 6, 13507 Berlin



Kurs-leitung  
Rita Hübenthal-Montero

15 Teilnehmende



Kosten  
Bitte 5€ für die Führung im Futurium mitbringen.

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Reinickendorf, Am Borsigturm 6, 13507 Berlin  
Fax: 030 - 90 29 44 812  
E-Mail: vhs@reinickendorf.berlin.de



Information

Anna Turré, Telefon: 030 - 90 29 44 805  
E-Mail: anna.turre@reinickendorf.berlin.de



**Titel des Kurses**      **Potsdam – Ein Ausflug in die Stadt  
der Schlösser und Gärten**

### Beschreibung des Kurses

Die Stadt Potsdam ist bekannt für die schönen Schlösser und Gärten.  
Diese haben die Könige und Kaiser bauen lassen.  
Heute kann man sich diese Schlösser und Gärten anschauen.  
Dabei kann man viel über die Geschichte aus der Zeit der Könige lernen.  
Bei dem Ausflug werden wir Potsdam kennen·lernen.  
Und wir besuchen den Park Sanssouci.  
Wir werden auch ein Schloss von innen besuchen.  
Das Schloss heißt Neues Palais.  
Das Neue Palais ist ein großes Schloss im Park Sanssouci.

*Bildungs·zeit*

Bitte bringen Sie das Eintritts·geld für den Schloss·besuch  
und eventuell einen Anschluss·fahrchein Bereich C mit.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Re1905-H



Termin für den Kurs  
18. September 2026  
Freitag von 9:30 Uhr bis 15 Uhr



Ort  
Treff·punkt: Bahnhof Zoologischer Garten,  
an der Treppe vor McDonald's



Kurs·leitung  
Rita Hübenthal-Montero

15 Teilnehmende



Kosten  
14 €, ermäßigt 10 €, Eintritt für das Schloss

Wohin schicke ich das Anmelde·formular?

VHS Reinickendorf, Am Borsigturm 6, 13507 Berlin  
Fax: 030 - 90 29 44 812  
E-Mail: [vhs@reinickendorf.berlin.de](mailto:vhs@reinickendorf.berlin.de)



Information

Anna Turré, Telefon: 030 - 90 29 44 805  
E-Mail: [anna.turre@reinickendorf.berlin.de](mailto:anna.turre@reinickendorf.berlin.de)



## Titel des Kurses **Die Berlin-Wahl 2026**

### Beschreibung des Kurses

Am 20. September 2026 wählen die Menschen in Berlin.

Sie wählen das Parlament für Berlin

und sie wählen die Parlamente für die 12 Bezirke.

In dem Kurs sprechen wir über diese Fragen:

- Was wird in Berlin gewählt?
- Wer darf wählen?
- Wie läuft die Wahl ab?
- Welche Parteien gibt es?
- Welche Politikerinnen und Politiker stellen sich zur Wahl?

Alle können mitmachen.

Fragen sind willkommen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp7.061-H



Termin für den Kurs

25. August 2026 und 1. September 2026

Dienstag von 14 Uhr bis 16:30 Uhr



Ort

VHS Spandau,

Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin, Raum 205



Kurs-leitung

Dagmar Brodmann

10 Teilnehmende



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

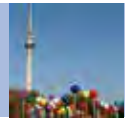
E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

Dr. Kristina Schmidt-Köhnlein, Telefon: 030 - 90 27 95 014

E-Mail: [k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de)



Titel des Kurses **Das Abgeordnetenhaus**

## Beschreibung des Kurses

Wir sprechen über die Politik von Deutschland.

Wir beschäftigen uns mit den Aufgaben des Berliner Senats.

Wir sprechen auch darüber:

- Wie arbeitet das Parlament?
- Wie heißen die Senatorinnen und Senatoren?
- Welcher Partei gehören sie an?

Am 5. November 2026 treffen wir uns in der VHS Spandau.

Am 12. November 2026 gehen wir ins Abgeordnetenhaus.

Dort nehmen wir an einer Plenarsitzung teil.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp7.062-H



Termin für den Kurs

5. November 2026 und 12. November 2026  
Donnerstag von 14 Uhr bis 17:15 Uhr



Ort

VHS Spandau,  
Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin, Raum 206



Kursleitung

Dagmar Brodmann

10 Teilnehmende



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Dr. Kristina Schmidt-Köhnlein, Telefon: 030 - 90 27 95 014

E-Mail: [k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de)








Titel des Kurses **Stark gegen Ausgrenzung gestern und heute**

### Beschreibung des Kurses

Wir lernen aus der Geschichte in der Nazi-zeit.

- Was ist damals passiert?
- Wie ging es Menschen mit Beeinträchtigung in der Nazi-zeit?
- Warum war das so?
- Was können wir tun,  
damit heute so etwas nicht wieder passiert?

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	LHB-H13	
	Termin für den Kurs 10. Oktober 2026 Samstag von 11 Uhr bis 15 Uhr	
	Ort Haus der Wannsee-Konferenz, Am Großen Wannsee 56-58, 14109 Berlin	
	Kurs-leitung N.N.	12 Teilnehmende
	Kosten keine Kosten	

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

Lebenshilfe gGmbH, Büro für Leichte Sprache,  
Böttgerstr. 21, 13357 Berlin  
Telefon: 0176 - 10 17 91 71  
E-Mail: elke.janssen@lebenshilfe-berlin.de



Information

Elke Janssen, Telefon: 0176 - 10 17 91 71  
E-Mail: elke.janssen@lebenshilfe-berlin.de



**Titel des Kurses**      **Wahlen in Berlin am 20. September –  
einfach erklärt**

## Beschreibung des Kurses

Berlin wählt am 20. September 2026 ein neues Abgeordneten-haus.

Es wird auch die Bezirks-verordneten-versammlung gewählt.

Was muss ich über die Wahlen wissen?

Wir sprechen darüber:

- Was passiert im Abgeordneten-haus?
- Was passiert in den Bezirks-verordneten-versammlungen?
- Wie kann ich mitwirken?
- Warum gibt es eine Erst-stimme und eine Zweit-stimme?
- Was steht auf dem Stimm-zettel?
- Warum bekommen wir drei Stimm-zettel für zwei Parlamente?
- Was ist Stimmen-splitting?

Sie können alle Ihre Fragen stellen.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      SZ112-001



Termin für den Kurs

9. September 2026

Mittwoch von 18:15 Uhr bis 19:45 Uhr



Ort

VHS Steglitz-Zehlendorf,  
Onkel-Tom-Str. 14, 14169 Berlin, Raum 21



Kurs-leitung

Armin A. Woy

12 Teilnehmende



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9/11, 12207 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 96 156

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



Information

Michael Rauscher, Telefon: 030 - 90 29 95 084

E-Mail: [michael.rauscher@ba-sz.berlin.de](mailto:michael.rauscher@ba-sz.berlin.de)



**Titel des Kurses**      **Denkmal für die Opfer der nationalsozialistischen »Euthanasie«-Morde**

### Beschreibung des Kurses

Wir besuchen das Denkmal für die Opfer der national-sozialistischen »Euthanasie«-Morde. Von 1933 bis 1943 waren hier viele Büros von den National-sozialisten.

Hier wurden tausende Morde an Menschen mit Beeinträchtigung geplant.

Wir möchten über die Geschichte von diesem Ort informieren.

- Warum haben die National-sozialisten viele Menschen mit Beeinträchtigung ermordet?
- Was dachten die National-sozialisten über beeinträchtigte und kranke Menschen?
- Was passierte mit diesen Menschen in der NS-Zeit?
- Wer erlaubte die Verbrechen und die Morde an diesen Menschen?
- Was geschah mit den Tätern nach dem Krieg?

Wir wollen auch darüber sprechen, was Sie über den Ort und über das Verbrechen denken. Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Projekt „Berlin erzählen“ von Förderband e. V. durchgeführt.

Menschen mit und ohne Beeinträchtigung führen durch das Denkmal.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      TS107.002H



Termin für den Kurs  
12. September 2026  
Samstag von 10 Uhr bis 12:30 Uhr



Ort  
Treff-punkt: Bahnhof Zoologischer Garten,  
an der Treppe vor McDonald's



Kurs-leitung  
Doreen Lisson und Rita Hübenthal-Montero



Kosten  
keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Martin Behringer, Telefon: 030 - 90 27 73 518

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



Titel des Kurses **Gesetzliche Betreuung – kennen Sie Ihre Rechte?**

### Beschreibung des Kurses

Was ist die rechtliche Betreuung?  
 Für wen ist die rechtliche Betreuung?  
 Was sind meine Rechte, wenn ich betreut werde?  
 Gibt es Nachteile für mich?  
 Was kann ich selbst entscheiden?  
 Was macht der Betreuer oder die Betreuerin?  
 Was kann ich machen, wenn ich nicht zufrieden bin?  
 Wo kann ich Beratung und Hilfe finden?

Bildungszeit

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS107.005H



Termin für den Kurs  
 15. Oktober 2026 und 16. Oktober 2026  
 Donnerstag und Freitag von 10 Uhr bis 14 Uhr



Ort  
 Rathaus Schöneberg, John-F.-Kennedy-Platz,  
 10825 Berlin, Raum wird bekannt gegeben



Kurs-leitung  
 Rita Hübenthal-Montero und Doreen Schrötter 15 Teilnehmende



Kosten  
 keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin  
 Fax: 030 - 90 27 78 944  
 E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Martin Behringer, Telefon: 030 - 90 27 73 518  
 E-Mail: martin.behringer@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses **„Meine Stimme zählt“ – die Wahlen zum Abgeordnetenhaus verstehen**

### Beschreibung des Kurses

Am 20. September 2026 haben wir in Berlin die Wahlen zum Abgeordnetenhaus. In dem Kurs geht es darum, wie Wahlen funktionieren und was die Politiker im Abgeordnetenhaus entscheiden.

Wir wollen zum Beispiel diese Fragen besprechen:

- Warum wird gewählt?
- Wer wird gewählt und wie wird gewählt?
- Wo kann ich mich informieren?

Der 1. Tag findet in der VHS Tempelhof-Schöneberg statt. Wir werden alle Fragen besprechen und die Wahl durchspielen. Am 2. Tag werden wir eine Stadtführung machen. Wir besuchen dabei das Abgeordnetenhaus von Berlin. Wir werden verstehen, warum es wichtig ist, wählen zu gehen.

*Bildungszeit*

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS107.010H



Termin für den Kurs  
27. August 2026 und 28. August 2026  
Donnerstag von 10 Uhr bis 15 Uhr und Freitag von 10 Uhr bis 13 Uhr



Ort  
VHS Tempelhof-Schöneberg,  
Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin, Raum 110



Kursleitung  
Rita Hübenthal-Montero

15 Teilnehmende



Kosten  
keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Martin Behringer, Telefon: 030 - 90 27 73 518

E-Mail: martin.behringer@ba-ts.berlin.de



**Titel des Kurses**      **Wahr oder nicht wahr? Was sind „Fake News“ und wie kann ich diese erkennen?**

### Beschreibung des Kurses

Jeden Tag bekommen wir viele Informationen und Nachrichten.  
 Zum Beispiel im Fernsehen oder auf sozialen Netzwerken.  
 Einige Nachrichten stimmen, andere sind erfunden.  
 Oft verbreiten Menschen falsche Informationen und Geschichten.  
 Zum Beispiel, dass manche Menschen Böses planen oder schlimme Dinge tun.  
 So etwas nennt man Verschwörungs-erzählungen.  
 Viele Menschen glauben diese „Fake News“ und Verschwörungs-erzählungen.

- Warum erzählen manche Menschen falsche Geschichten?
- Wie kann ich wissen, ob eine Geschichte wahr ist oder erfunden?
- Was kann ich machen, wenn mir jemand menschen-feindliche Videos schickt?

Auf diese Fragen wollen wir Antworten suchen.

Bildungszeit

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      TS107.020H



Termin für den Kurs  
 27. November 2026  
 Freitag von 10 Uhr bis 15 Uhr



Ort  
 Rathaus Schöneberg, John-F.-Kennedy Platz 1,  
 10825 Berlin, Raum wird bekannt gegeben



Kurs-leitung  
 Rita Hübenthal-Montero

15 Teilnehmende



Kosten  
 keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin  
 Fax: 030 - 90 27 78 944  
 E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Martin Behringer, Telefon: 030 - 90 27 73 518  
 E-Mail: martin.behringer@ba-ts.berlin.de



# Kultur – Gestalten





Titel des Kurses **Theater inklusiv**

## Beschreibung des Kurses

Wie bewegt sich eine wütende Haus-meisterin?  
 Welche Geschichte hat ein Bus-fahrer zu erzählen?  
 Und was passiert, wenn sich die beiden begegnen?  
 Gemeinsam gestalten wir kleine Szenen.  
 Wir finden heraus, wie wir uns auf der Bühne in Figuren verwandeln können.  
 Mit verschiedenen Spielen und Übungen lernen wir  
 unseren eigenen Körper und unsere Stimme besser kennen.

Es ist egal, ob Du schon Theater gespielt hast oder neu bist.  
 Alle sind willkommen.  
 Im Vordergrund steht der Spaß am Ausprobieren.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer FK1.371



Termin für den Kurs  
 13. November 2026 bis 4. Dezember 2026  
 Freitag von 15:15 Uhr bis 17:30 Uhr



Ort  
 VHS Friedrichshain-Kreuzberg,  
 Bergmannstr. 28, 10961 Berlin, Raum 1.11



Kurs-leitung  
 Amelie Herm

10 Teilnehmende



Kosten  
 24,60 €, ermäßigt 15 €  
 Es ist keine Barzahlung möglich.

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Friedrichshain-Kreuzberg, Frankfurter Allee 37, 10247 Berlin  
 Telefon: 030 - 90 29 84 600  
 E-Mail: info@vhs-fk.de



Information

Maik Walter, Telefon: 030 - 90 29 84 680  
 E-Mail: maik.walter@ba-fk.berlin.de



Titel des Kurses **Kunst im Spektrum**

## Beschreibung des Kurses

Jeder Mensch sieht Kunst anders.  
 Menschen mit Autismus sehen Kunst oft sehr intensiv.  
 Autismus ist eine besondere Art zu denken.  
 Diese Menschen nehmen Bilder anders wahr.  
 In diesem Kurs lernen wir etwas Wichtiges:  
 Wir schauen uns an, wie wir Kunst verstehen.  
 Dann lernen wir:  
 Diese Art zu sehen, können wir auch anders nutzen.  
 Zum Beispiel im Alltag.  
 Wir machen das an einem Beispiel:  
 Wir besuchen eine Foto-Ausstellung.  
 Die Ausstellung ist in der Foto-Galerie Bethanien.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer FK2.227



Termin für den Kurs  
 11. November 2026 und 18. November 2026  
 Mittwoch von 18 Uhr bis 21 Uhr



Ort  
 Fotogalerie Bethanien, Mariannenplatz 2, 10997 Berlin,  
 1. Etage, Seminar-raum



Kurs-leitung  
 N.N.

8 Teilnehmende



Kosten  
 24 €, ermäßigt 16 €  
 Es ist keine Barzahlung möglich.

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Friedrichshain-Kreuzberg, Wassertorstr. 4, 10989 Berlin  
 Telefon: 030 - 90 29 84 600  
 E-Mail: info@vhs-fk.de



Information Telefon: 030 - 90 29 84 600



**Titel des Kurses**      **Malen und Zeichnen in der Volkshochschule Lichtenberg**

### Beschreibung des Kurses

Zu den folgenden Themen werden Bilder und Zeichnungen entstehen:

- Blumen und Landschaften
- Früchte
- Tiere und Menschen
- Stadt

Und wir malen und zeichnen Bilder aus unserer Fantasie.

Wir benutzen dafür Kreiden, Stifte und Acryl- und Wasserfarben.

Alle Techniken werden Ihnen praktisch vorgeführt und erklärt.






Sie bekommen die Unterstützung, die Sie brauchen.

Sie können eigene Materialien mitbringen.

Es werden auch Materialien zur Verfügung gestellt.

Dies ist ein Angebot für alle interessierten Mal- und Zeichenfreudigen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	Li7.03-001H	
	Termin für den Kurs 7. September 2026 und 5. Oktober 2026 und 2. November 2026 und 7. Dezember 2026 Montag von 13 Uhr bis 15:15 Uhr	
	Ort VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin	
	Kurs-leitung Anke Rische	8 Teilnehmende
	Kosten 24 €, ermäßigt 15 €	

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin

Fax: 030 - 90 29 65 979

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



Information

Kerstin Drecke, Telefon: 030 - 90 29 65 967

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



**Titel des Kurses Malen und Zeichnen im Fennpfuhl**

### Beschreibung des Kurses

Wir malen im Landschafts-park.

Dort gibt es viele Motive, die man zeichnen kann:

- Bäume
- Schafe
- Blumen
- Himmel

Wir malen mit Pastell-kreide auf Farb-karton.

Die Kurs-leitung Frau Rische hilft gerne bei Fragen.

Sie müssen nichts mitbringen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li7.03-002H



Termin für den Kurs

16. September 2026 und 23. September 2026

Mittwoch von 11:30 Uhr bis 13:45 Uhr



Ort

VHS Lichtenberg,  
Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin



Kurs-leitung

Anke Rische

6 Teilnehmende



Kosten

12 €, ermäßigt 7,50 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin

Fax: 030 - 90 29 65 979

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



Information

Kerstin Drecke, Telefon: 030 - 90 29 65 967

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



Titel des Kurses **Generationenchor „FRÖSI“**

### Beschreibung des Kurses

Wir haben Spaß am Singen im Chor.  
 Sie lernen zusammen zu singen.  
 Sie lernen andere zu hören.  
 Sie können bei der Auswahl der Lieder mitbestimmen.  
 Wir singen überwiegend Lieder auf Deutsch.  
 Wir haben auch Auftritte.  
 Jeder ist eingeladen  
 Jeder ist willkommen.  
 FRÖSI bedeutet: fröhlich sein und singen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li7.03-002H



Termin für den Kurs  
 Ab dem 26. August 2026 proben wir  
 jeden Mittwoch von 16:30 Uhr bis 18 Uhr



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



Kurs-leitung  
 Sebastian Sellheim

30 Teilnehmende



Kosten  
 3 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin  
 Fax: 030 - 90 29 65 979  
 E-Mail: vhs@lichtenberg.berlin.de



Information

Kerstin Drecke, Telefon: 030 - 90 29 65 967  
 E-Mail: vhs@lichtenberg.berlin.de



**Titel des Kurses**      **Malen und Gestalten von weihnachtlichen Motiven**

### Beschreibung des Kurses

Wir greifen die vorweihnachtliche Stimmung auf.  
Wir malen und gestalten ein Bild mit weihnachtlichen Motiven.  
Sie können aus verschiedenen Vorlagen und Ideen wählen.  
Sie können eigene Ideen mitbringen.  
Die Mal-technik kann frei gewählt werden.

Sie können eigene Materialien mitbringen.  
Es gibt aber auch Materialien in der Volks-hoch-schule.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Li7.03-003H



Termin für den Kurs  
23. November 2026  
Mittwoch von 13 Uhr bis 15:15 Uhr



Ort  
VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin,  
3. Etage, Raum 314



Kurs-leitung  
Anke Rische

6 Teilnehmende



Kosten  
6 €, ermäßigt 3,75 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin  
Fax: 030 - 90 29 65 979  
E-Mail: [vhs@lichtenberg.berlin.de](mailto:vhs@lichtenberg.berlin.de)



Information

Kerstin Drecke, Telefon: 030 - 90 29 65 967  
E-Mail: [vhs@lichtenberg.berlin.de](mailto:vhs@lichtenberg.berlin.de)



Titel des Kurses **Kunstatelier**

## Beschreibung des Kurses

Malen Sie gerne?

Töpfern Sie gerne?

Wollen Sie was Kreatives machen?

Dann kommen Sie ins Kunst-atelier!

Sie entscheiden selbst, was Sie machen wollen.

Wir unterstützen Sie, Ihren eigenen künstlerischen Ausdruck zu entwickeln.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LL-H06



Termin für den Kurs

19. August und 16. September und 14. Oktober und 11. November und 9. Dezember 2026

Mittwoch von 16 Uhr bis 19 Uhr



Ort

Bildungsinstitut leben lernen, Herzbergstr. 87-99, 10365 Berlin, Kunstatelier, 2.OG



Kurs-leitung

Giselind Hardwig und Markus Thieme



Kosten

2 € Material-kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

Bildungsinstitut leben lernen, Herzbergstr. 87-99, 10365 Berlin

Telefon: 030 - 50 93 22 290

E-Mail: [bildung@lebenlernen-berlin.de](mailto:bildung@lebenlernen-berlin.de) | [www.dasbildungsinstitut.de](http://www.dasbildungsinstitut.de)



Information

Telefon: 030 - 50 93 22 290

E-Mail: [bildung@lebenlernen-berlin.de](mailto:bildung@lebenlernen-berlin.de)



**Titel des Kurses**      **Insekten und Pflanzen fotografieren  
mit dem Handy – Aufbaukurs**






### Beschreibung des Kurses

Wir erforschen die Natur und fotografieren sie.  
Wir fotografieren die Natur mit den Kameras in unseren Handys.  
Sie können schon gut mit Ihrem Handy fotografieren?  
Sie können die Fotos mit dem Handy bearbeiten?  
Dann kommen Sie trotzdem in diesen Kurs.  
Sie lernen neue Techniken dazu.  
Wir lernen mit unseren Handys Filme zu erstellen.  
Wir schauen uns Apps an, mit denen wir Pflanzen und Insekten bestimmen können.

Für diesen Kurs beantragen wir Bildungszeit.

*Bildungszeit*

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	LHB-H1	
	Termin für den Kurs 31. August 2026 und 1. September 2026 Montag und Dienstag von 10 Uhr bis 15:30 Uhr	
	Ort Haus der Lebenshilfe, Dohnagestell 10, 13351 Berlin	
	Kurs-leitung Nico Mews	8 Teilnehmende
	Kosten 20 €	

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

ERW-IN Büro, Böttgerstr. 21, 13357 Berlin  
Telefon: 030 - 82 99 98 14 99  
E-Mail: kontakt@erw-in.de



Information

Antonia Velde, Telefon: 030 - 82 99 98 14 99  
E-Mail: kontakt@erw-in.de



Titel des Kurses **Malen und Zeichnen für alle**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs malen, zeichnen und experimentieren Sie mit Farben.  
Zusammen mit den Künstlerinnen Shlomit Lehavi und Dana Engfer.

Der Kurs ist für Personen,

- die es einfach mal ausprobieren möchten
- die Beweglichkeit von Armen und Fingern üben möchten
- ihre Konzentration trainieren möchten
- die Spaß an Farben haben
- und die malen möchten, um sich zu entspannen

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer (1) Nk-E035c **oder** (2) Nk-E036c



Termin für den Kurs  
26. August 2026 bis 2. Dezember 2026  
Mittwoch von 15 Uhr bis 17:15 Uhr



Ort  
Lernhaus Roll,  
Werbellinstr. 77, 12053 Berlin



Kurs-leitung  
(1) Shlomit Lehavi **oder** (2) Dana Engfer



Kosten  
5 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin  
Fax: 030 - 90 23 95 32 98  
E-Mail: [vhsinfo@bezirksamt-neukoelln.de](mailto:vhsinfo@bezirksamt-neukoelln.de)



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90 23 93 690  
E-Mail: [Nikola.Amrhein@bezirksamt-neukoelln.de](mailto:Nikola.Amrhein@bezirksamt-neukoelln.de)



**Titel des Kurses      Fotografieren – ganz einfach**

## Beschreibung des Kurses

Sie lernen das Fotografieren!

Haben Sie eine Kamera?

Fotografieren Sie lieber mit dem Handy? Egal!

Fotografieren macht Spaß!

Fotos für Foto-bücher, Facebook, Instagram, E-Mail ... für die Familie.

Kinder-fotos, Natur-fotos – Fotos sind überall!

So sind unsere Erinnerungen unvergänglich.

Wie zeigen Ihnen, wie man schöne Fotos macht.

Achtung: Dieser Kurs macht regelmäßig Foto-ausflüge.

Bitte kommen Sie unbedingt am ersten Tag.

Sie erfahren die verschiedenen Treff-punkte bei den verschiedenen Terminen.

Personen mit Betreuungs-bedarf brauchen immer eine Begleitung.

Die Kurs-leiterin kann dies nicht übernehmen.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Nk-E033c



Termin für den Kurs

25. August 2026 bis 2. Dezember 2026

Dienstag von 17:30 Uhr bis 19:45 Uhr



Ort

Lernhaus Roll,  
Werbellinstr. 77, 12053 Berlin



Kurs-leitung

Sharon Adler



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin

Fax: 030 - 90 23 95 32 98

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



Information

Nikola Amrhein, Telefon 030 - 90 23 93 690

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








Titel des Kurses **Keramik**

## Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie, mit Ton schöne Dinge zu gestalten.  
Die Kurs-leiterinnen zeigen Ihnen, wie das geht.  
Sie lernen verschiedene Arten zu töpfern, kennen.  
Jeder arbeitet in seinem Tempo.

Anfänger sind herzlich willkommen.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	(1) Re2428-H <b>oder</b> (2) Re2429-H	
	Termin für den Kurs (1) 2. September 2026 bis 7. Oktober 2026 <b>oder</b> (2) 14. Oktober 2026 bis 2. Dezember 2026 Mittwoch von 16 Uhr bis 19 Uhr	
	Ort Toulouse-Lautrec-Schule, Mirastr. 120-126, 13509 Berlin, Werkraum	
	Kurs-leitung Kerstin Richter und Margrit Rodehacke	8 Teilnehmende
	Kosten 25 € Material-kosten pro töpfernde Person sind an die Kurs-leiterinnen zu zahlen.	

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Reinickendorf, Am Borsigturm 6, 13507 Berlin

Fax: 030 - 90 29 44 812

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



Information

Steffen Cyrus, Telefon: 030 - 90 29 44 807

E-Mail: [steffen.cyrus@reinickendorf.berlin.de](mailto:steffen.cyrus@reinickendorf.berlin.de)



Titel des Kurses **Schmuckdesign**

## Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie Schmuck herzustellen.

Dafür nehmen wir verschiedene Materialien.

Zum Beispiel:

- Glas-perlen
- Holz-perlen
- Leder-bänder

Gemeinsam denken wir uns neue Schmuck-stücke aus.

Und wir machen diese Schmuck-stücke in dem Kurs.

Bitte bringen Sie 5 Euro mit.

Das sind die Kosten für das Material.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer (1) Sp2.386-H **oder** (2) Sp2.387-H



Termin für den Kurs

14. September 2026 bis 12. Oktober 2026

Montag von 16:45 Uhr bis 18:45 Uhr



Ort

Ev. Johannesstift, Schönwalder Allee 26, 13587 Berlin,  
Die Macherei, Haus 21 C



Kurs-leitung

(1) Kerstin Potzies **oder** (2) Lena Engelmann 6 Teilnehmende



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Katja Schubert-Linder, Telefon: 030 - 90 27 95 016

E-Mail: [k.schubert-linder@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schubert-linder@ba-spandau.berlin.de)



Titel des Kurses **Weben**

## Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie weben.

Weben ist ein altes Handwerk.

Sie können verschiedene Techniken ausprobieren.

Sie lernen, wie man den Webstuhl richtig vorbereitet.

Und Sie suchen die Farben für Ihr Werkstück aus.

Diese Dinge können Sie im Kurs machen:

- einen Kissenbezug
- eine Tasche
- einen Schal
- einen Gürtel und vieles mehr

Wir arbeiten mit Baumwolle, Leinen und Seide.

Es gibt genug Material für alle.

Sie können aber auch eigenes Material mitbringen.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer (1) Sp2.390-H **oder** (2) Sp2.388-H



Termin für den Kurs

(1) 3. November 2026 bis 8. Dezember 2026 **oder**

(2) 8. September 2026 bis 13. Oktober 2026

Dienstag von 17 Uhr bis 19 Uhr



Ort

Ev. Johannesstift, Schönwalder Allee 26, 13587 Berlin,  
Die Macherei, Haus 21 C



Kursleitung

Liisa Hakansson und Alexandra Heimberger 6 Teilnehmende



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Katja Schubert-Linder, Telefon: 030 - 90 27 95 016

E-Mail: [k.schubert-linder@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schubert-linder@ba-spandau.berlin.de)



Titel des Kurses **Druckgrafik**

## Beschreibung des Kurses

Wir zeigen Ihnen zuerst verschiedene Druck-techniken.

Zum Beispiel:

- Holz-schnitt
- Linol-schnitt
- Mono-typie

Danach zeichnen und malen wir.

Denn wir wollen ein Thema finden  
und unseren ersten Entwurf machen.

Aus dem Entwurf entsteht die Druck-platte.

Danach mischen wir die Druck-farben und wir drucken.

Sie lernen verschiedene Materialien und Druck-techniken kennen.

Drucken ist nicht schwer und es macht Spaß!

Und wir schauen: Was ist am Ende entstanden?

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp2.384-H



Termin für den Kurs

15. September 2026 bis 15. Dezember 2026

Dienstag von 17 Uhr bis 19 Uhr



Ort

Ev. Johannesstift, Schönwalder Allee 26, 13587 Berlin,  
Die Macherei, Haus 5d



Kurs-leitung

Christian Ulrich

7 Teilnehmende



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Katja Schubert-Linder, Telefon: 030 - 90 27 95 016

E-Mail: [k.schubert-linder@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schubert-linder@ba-spandau.berlin.de)



## Titel des Kurses **Arbeiten mit Holz**

### Beschreibung des Kurses

Das lernen Sie in diesem Kurs:

Wie baue ich kleine Möbel?

Zum Beispiel ein Wand-regal.

Oder wie repariere ich alte Möbel?

Sie können auch andere schöne Dinge für sich machen.

Und Sie können schöne Dinge für andere bauen.

Zum Beispiel:

- ein Vogel-haus
- ein Schlüssel-brett
- einen Bilder-rahmen.

Vielleicht wollen Sie auch etwas anderes bauen?

Wir helfen Ihnen dabei.

Bringen Sie Ihre Ideen mit!

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp2.391-H



Termin für den Kurs

17. September 2026 bis 3. Dezember 2026

Donnerstag von 17 Uhr bis 19 Uhr



Ort

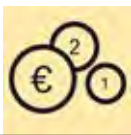
Ev. Johannesstift, Schönwalder Allee 26, 13587 Berlin,  
Die Macherei, Haus 21 C



Kurs-leitung

Hartmut Rau und Peggy Rau

6 Teilnehmende



Kosten

8 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Katja Schubert-Linder, Telefon: 030 - 90 27 95 016

E-Mail: [k.schubert-linder@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schubert-linder@ba-spandau.berlin.de)



**Titel des Kurses      Postkarten selbstgemacht aus Collagen**

## Beschreibung des Kurses

Wir spielen im Kurs mit verschiedenen Formen und Farben aus Papier.

Wir schieben die Formen auf dem Blatt hin und her, bis uns das Bild gefällt.

Wir brauchen nur:

- buntes Papier
- eine Schere
- Kleber

Damit können wir viele verschiedene Bilder machen:

Land-schaften, Menschen, Blumen, Tiere.

Alle Bilder werden so groß wie eine Post-karte.

Dieser Kurs ist für Familien.

Kinder müssen mit einer erwachsenen Person kommen.

Bitte melden Sie jede Person einzeln an.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Sp7.083-H



Termin für den Kurs  
5. September 2026  
Sonntag von 11 Uhr bis 16 Uhr



Ort  
VHS Spandau,  
Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin, Raum 201



Kurs-leitung  
Juliana Penkova

12 Teilnehmende



Kosten  
keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Dr. Kristina Schmidt-Köhnlein, Telefon: 030 - 90 27 95 014

E-Mail: [k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de)



**Titel des Kurses     Augen, Nase, Mund – Gesichter malen inklusiv**

### Beschreibung des Kurses

Wir erfahren, wie ein Porträt gezeichnet wird.  
 Das ist ein Bild von einem Menschen oder einem anderen Lebewesen.  
 Die Kurs-leiterin bringt dafür Material zum Anschauen mit.  
 Wir malen Gesichter mit Augen, Nase und Mund.  
 Dann setzen wir sie neu zusammen.  
 Als Farben verwenden wir Acryl-farben und Ölpastell-kreiden.  
 Wir lernen, wie man damit umgeht und probieren Verschiedenes aus.  
 Wir lassen auch den Zufall mitspielen.  
 Ein Porträt kann vieles sein.  
 So entstehen fantastische Gesichter.  
 Man muss nicht erkennen können, wer es ist.

Für Papier und Farbe bezahlen wir am ersten Kurs-tag 5 €.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer     TS260.295H



Termin für den Kurs  
 26. September 2026 und 27. September 2026  
 Samstag und Sonntag von 14 Uhr bis 17 Uhr



Ort  
 VHS Tempelhof-Schöneberg,  
 Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin, Raum U07, Kunstraum



Kurs-leitung  
 Petra Schröck

8 Teilnehmende



Kosten  
 12,16 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Christamaria Kugge, Telefon: 030 - 90 27 73 520

E-Mail: c.kugge@ba-ts.berlin.de



**Titel des Kurses**     **Ich nähe in aller Ruhe**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie das Nähen mit der Nähmaschine kennen.  
Zuerst üben Sie mit einem Probe-stoff.  
Dann nähen Sie etwas Einfaches für den Alltag.  
Zum Beispiel einen Kissen-bezug.  
Oder ein Duft-säckchen.  
Oder wir machen einfache Reparaturen an Ihrer Kleidung.

Den Stoff zum Nähen bringen wir selber mit.  
Oder wir bekommen ihn im Kurs.  
Dann zahlen wir einen Material-preis von 5 € bis 10 €.  
Kleidung, die wir reparieren möchten, haben wir vorher gewaschen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer     TS290.150H



Termin für den Kurs

5. Dezember 2026 und 6. Dezember 2026 und  
12. Dezember 2026 und 13. Dezember 2026  
Samstag und Sonntag von 12 Uhr bis 16:15 Uhr



Ort

VHS Tempelhof-Schöneberg,  
Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin, Raum 116



Kurs-leitung

Bettina von Hartmann

6 Teilnehmende



Kosten

27,63 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Christamaria Kugge, Telefon: 030 - 90 27 73 520

E-Mail: c.kugge@ba-ts.berlin.de



**Titel des Kurses**      **Das Leben, die Liebe und ein paar Wunder –  
Lesung**

### Beschreibung des Kurses

Die Bücher von Alexandra Lüthen haben viele Themen:

- Liebe und Alltag
- besondere Menschen
- seltsame Tiere
- große Städte
- kleine Wunder

Die Geschichten sind berührend, komisch, leise oder nachdenklich.

Die Lesung ist für alle Menschen gedacht, die gerne Geschichten hören.

Es ist egal wie alt Sie sind, wo Sie herkommen oder ob Sie eine Schule besucht haben.

Es gibt eine kleine Pause, damit man sich miteinander unterhalten kann.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      TS701.001H



Termin für den Kurs  
9. September 2026  
Mittwoch von 16:30 Uhr bis 18 Uhr



Ort  
VHS Tempelhof-Schöneberg,  
Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin, Galerie 1. OG, Flur



Kurs-leitung  
Alexandra Lüthen



Kosten  
keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



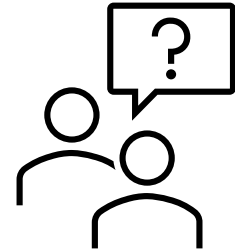
Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90 27 73 534

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

Liebe ERW-IN Freunde,

wir möchten gute Kurse für Sie planen.  
Deshalb möchten wir Ihre Meinung wissen.  
So können Sie mitmachen:



Das ist ein QR-Code.  
Sie können ihn mit ihrem Smart-phone scannen.  
Er führt Sie zur Umfrage.



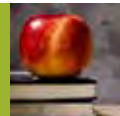
Oder benutzen Sie diesen Link.  
Dann kommen Sie auch zu der Umfrage.  
**<https://ogy.de/UmfrageERW-IN>**

Vielen Dank 😊



# Gesundheit





Titel des Kurses **Yoga**

## Beschreibung des Kurses

Yoga stärkt die Gesundheit und macht Spaß.  
 Im Kurs machen wir einfache Übungen.  
 Die Übungen helfen dem Körper.  
 Wir lernen wie man besser entspannt.  
 Der Kurs ist für alle Menschen geeignet.  
 Sie brauchen keine Erfahrung mit Yoga.  
 Alles wird langsam und verständlich erklärt.  
 Sie können in Ihrem eigenen Tempo mitmachen.

Bei Unterstützungsbedarf bitte eine weitere Person  
kostenfrei anmelden.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer FK3.179



Termin für den Kurs

15. September und 22. September und 29. September und  
 6. Oktober und 13. Oktober 2026  
 Dienstag von 16:30 Uhr bis 17:45 Uhr



Ort

VHS Friedrichshain-Kreuzberg, Frankfurter Allee 37,  
 10247 Berlin, Ausgang A, 2. Etage, Raum 2106



Kurs-leitung

Cornelia Gritzner

10 Teilnehmende



Kosten

8,60 €

Es ist keine Barzahlung möglich.

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Friedrichshain-Kreuzberg, Frankfurter Allee 37, 10247 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 84 600

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



Information

Claudia Hiesemann, Telefon: 030 - 90 29 84 659

E-Mail: [claudia.hiesemann@ba-fk.berlin.de](mailto:claudia.hiesemann@ba-fk.berlin.de)



**Titel des Kurses**      **Gesund und günstig kochen –  
und nebenbei Deutsch sprechen**

### Beschreibung des Kurses

Wir kochen gesund und für wenig Geld.

Wir kochen gemeinsam.

Wir essen und genießen gemeinsam italienisch,  
deutsch, berlinerisch, syrisch oder afghanisch.

Wir sprechen und lernen Deutsch und erzählen uns Geschichten.

Wir lernen dabei neue Menschen kennen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Li7.04-001H



Termin für den Kurs

11. November 2026 und 18. November 2026 und 25. November 2026  
Mittwoch von 17:15 Uhr bis 20:15 Uhr



Ort

VHS Lichtenberg,  
Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin, Küche



Kurs-leitung

Claudio Cassetti

10 Teilnehmende



Kosten

pro Termin 5 € für Zutaten und Getränke,  
vor Kurs-beginn 3 € in der VHS

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin

Fax: 030 - 90 29 65 979

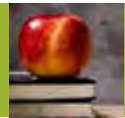
E-Mail: [vhs@lichtenberg.berlin.de](mailto:vhs@lichtenberg.berlin.de)



Information

Kerstin Drecke, Telefon: 030 - 90 29 65 967

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



**Titel des Kurses     Interkultureller Kochabend**

### Beschreibung des Kurses

Wir kochen gemeinsam.

Gemeinsam essen und gemeinsam genießen!

Sie kochen Gerichte aus verschiedenen Ländern.

Wir entscheiden gemeinsam, was wir beim nächsten Mal kochen.

Koch-wünsche können Sie vorher anmelden.

Schreiben Sie eine E-Mail an: [cassetticlaudio@t-online.de](mailto:cassetticlaudio@t-online.de)

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer     Li7.04-002H



Termin für den Kurs

30. Oktober 2026 und 27. November 2026 und 11. Dezember 2026  
Freitag von 16 Uhr bis 19 Uhr



Ort

Buntes Haus, Möllendorfstr. 68, 10367 Berlin,  
Küche im Untergeschoss



Kurs-leitung

Claudio Cassetti

5 Teilnehmende



Kosten

pro Termin 5 € für Zutaten und Getränke,  
vor Kurs-beginn 3 € in der VHS

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin

Fax: 030 - 90 29 65 979

E-Mail: [vhs@lichtenberg.berlin.de](mailto:vhs@lichtenberg.berlin.de) oder [cassetticlaudio@t-online.de](mailto:cassetticlaudio@t-online.de)



Information

Kerstin Drecke, Telefon: 030 - 90 29 65 967

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



Titel des Kurses **Yoga Inklusiv – alles in Deinem Tempo**

### Beschreibung des Kurses

Das ist ein Kurs für alle Frauen, die Yoga ausprobieren wollen.  
Der Kurs richtet sich nach Ihren Bedürfnissen und Fähigkeiten.

Die Übungen beinhalten:

- Körperhaltungen
- Atemtechniken
- Entspannung

Mit den einzelnen Übungen kräftigen wir unsere Körpermitte.  
Wir arbeiten mit Elementen aus dem trauma-sensiblen Yoga.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Li7.04-003H



Termin für den Kurs  
14. September 2026 bis 14. Dezember 2026  
Montag von 18 Uhr bis 19:30 Uhr



Ort  
RoBERTO Begegnungsstätte im Haus der Generationen,  
Paul-Junius-Str. 64a, 10365 Berlin, Bewegungsraum



Kursleitung  
Nancy Horn

6 Teilnehmende



Kosten  
16 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

VHS Lichtenberg, Paul-Junius-Str. 71, 10369 Berlin

Fax: 030 - 90 29 65 979

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



Information

Kerstin Drecke, Telefon: 030 - 90 29 65 975

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



Titel des Kurses **Kreatives Entspannen**

## Beschreibung des Kurses

Bei Stress, Schmerzen oder Schlafstörungen hilft Entspannung.  
Entspannung kann man schnell und einfach lernen.  
Es werden viele Techniken angewendet.  
Zum Beispiel in Gedanken auf Reisen gehen  
Das nennt man Traumreise.  
Oder Entspannen durch Atemübungen.

Bitte bringen Sie warme Socken mit.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LL-H05



Termin für den Kurs

27. August und 24. September und  
19. November und 17. Dezember 2026  
Donnerstag von 14:30 Uhr bis 15:30 Uhr



Ort

Bildungsinstitut leben lernen,  
Herzbergstr. 87-99, 10365 Berlin,  
2. Etage im Gebäude der Berliner Luft, Raum 2



Kursleitung

Cornelia Hindermann

5 Teilnehmende



Kosten

1 €

Wohin schicke ich das Anmeldeformular?

Bildungsinstitut leben lernen, Herzbergstr. 87-99, 10365 Berlin

Telefon: 030 - 50 93 22 290

E-Mail: [bildung@lebenlernen-berlin.de](mailto:bildung@lebenlernen-berlin.de) | [www.dasbildungsinstitut.de](http://www.dasbildungsinstitut.de)



Information

Telefon: 030 - 50 93 22 290

E-Mail: [bildung@lebenlernenberlin.de](mailto:bildung@lebenlernenberlin.de)



Titel des Kurses **Yoga für alle**

### Beschreibung des Kurses

Ein Kurs für Menschen, die Yoga ausprobieren und üben wollen.  
Der Kurs richtet sich nach Ihren Bedürfnissen und Fähigkeiten.  
Wir üben verschiedene Haltungen.  
Wir lernen wie man entspannt.

Sabine unterrichtet den Yoga-kurs.  
Sie unterrichtet seit vielen Jahren.  
Sie unterrichtet schon länger ältere Menschen und  
Menschen, die noch nie Yoga geübt haben.

Ihr Wunsch ist, dass jede und jeder Yoga üben kann.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer (1) Mi301-450H **oder** (2) Mi301-451H **oder** (3) Mi301-452H



Termin für den Kurs

26. August 2026 bis 9. Dezember 2026, Mittwoch

(1) von 12:30 Uhr bis 13:45 Uhr **oder**

(2) von 10:45 Uhr bis 12 Uhr **oder** (3) von 9:30 Uhr bis 10:30 Uhr



Ort

VHS Mitte,

Linienstr. 162, 10115 Berlin, Raum 4.09 oder 4.12



Kurs-leitung

Sabine Klein

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Es ist keine Barzahlung möglich.

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

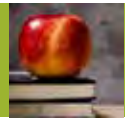
Fax: 030 - 90 18 37 488

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



Information

Service-Telefon: 030 - 90 18 37 474



Titel des Kurses **Stressfrei arbeiten und leben**

## Beschreibung des Kurses

Wir fühlen uns auf der Arbeit und im Alltag oft gestresst.

Was ist Stress überhaupt?

Wie gehe ich mit Stress am besten um?

Sie lernen einfache Übungen zur Entspannung.

Für diesen Kurs beantragen wir Bildungszeit.

Bildungszeit

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H11



Termin für den Kurs  
19. November 2026  
Donnerstag von 10 Uhr bis 15 Uhr



Ort  
Lebenshilfe Bildung gGmbH,  
Ort wird nach Anmeldung bekannt gegeben



Kurs-leitung  
Daniela Schulz und Paula Stockmann 8 Teilnehmende



Kosten  
10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

ERW-IN Büro, Böttgerstr. 21, 13357 Berlin

Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

E-Mail: kontakt@erw-in.de



Information

Antonia Velde, Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

E-Mail: kontakt@erw-in.de








Titel des Kurses **Du bist, was du isst!**

### Beschreibung des Kurses

Gesunde Ernährung ist wichtig für ein gutes und langes Leben.  
 In dem Kurs lernen wir, was gesundes Essen und Trinken ist.  
 Freut euch auf:  
 Wie reist das Essen durch unseren Körper?  
 Das schauen wir uns an.  
 Wie viele Stücke Würfel-zucker stecken in Lebens-mitteln?  
 Dazu machen wir ein Spiel.  
 Was heißt achtsam zu kauen?  
 Wir probieren das aus.  
 Was hat Bewegung mit Ernährung zu tun?  
 Wir machen viele Übungen dazu.  
 Für diesen Kurs gibt es Bildungs-zeit

Bildungs-zeit

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer	LHB-H5	
	Termin für den Kurs 4. November 2026 Mittwoch von 10 Uhr bis 15:30 Uhr	
	Ort Lebenshilfe Bildung gGmbH, Ort wird nach Anmeldung bekannt gegeben	
	Kurs-leitung Reni Golpe oder Dana Stoschek	8 Teilnehmende
	Kosten 10 €	

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

ERW-IN Büro, Böttgerstr. 21, 13357 Berlin  
 Telefon: 030 - 82 99 98 14 99  
 E-Mail: kontakt@erw-in.de



Information

Antonia Velde, Telefon: 030 - 82 99 98 14 99  
 E-Mail: kontakt@erw-in.de



**Titel des Kurses**      **Mein Körper, meine Gesundheit –  
Wissen von Frauen für Frauen**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernt ihr euren Körper besser kennen.

Ihr lernt, was gut für eure Gesundheit ist.

Wir reden über Gefühle.

Freut euch darauf, neue Sachen zu lernen und euer Wissen zu vertiefen.

Themen sind zum Beispiel:

- Die Menstruation
- Die Wechseljahre
- Der Körper der Frau
- Wie fühlt man sich wenn der Körper sich verändert?
- Wie geht man mit diesen Gefühlen um?

Zu allen Themen gibt es Spiele und Übungen.

In diesem Kurs lernen wir voneinander und stärken uns gegenseitig.

Für diesen Kurs beantragen wir Bildungszeit.

*Bildungszeit*

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      LHB-H6



Termin für den Kurs

12. November 2026

Donnerstag von 10 Uhr bis 15:30 Uhr



Ort

Haus der Lebenshilfe,  
Dohnagestell 10, 13351 Berlin



Kurs-leitung

Reni Golpe oder Dana Stoschek

8 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

ERW-IN Büro, Böttgerstr. 21, 13357 Berlin

Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

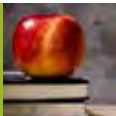
E-Mail: kontakt@erw-in.de



Information

Antonia Velde, Telefon: 030 - 82 99 98 14 99

E-Mail: kontakt@erw-in.de



Titel des Kurses **Kochen – lecker und gesund**

### Beschreibung des Kurses

Gesundes Essen schmeckt nicht?  
 Gesundes Essen ist schwer zu kochen?  
 Für gesundes Essen braucht man teure Zutaten?  
 Wir zeigen Ihnen, dass es anders geht!  
 Erst gehen wir gemeinsam einkaufen.  
 Dann kochen wir gemeinsam.  
 Es wird richtig gut schmecken und gesund sein.  
 Lassen Sie sich überraschen!  
 Diesen Kurs bietet die Lebenshilfe Bildung gGmbH zusammen  
 mit Special Olympics Berlin an.

Für diesen Kurs gibt es Bildungs-zeit.

Bildungs-zeit

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer LHB-H2



Termin für den Kurs  
 17. September 2026  
 Donnerstag von 10 Uhr bis 15:30 Uhr



Ort  
 Kurt-Löwenstein-Haus,  
 Karlsgartenstr. 6, 12049 Berlin, R. 211 Küche



Kurs-leitung  
 Anja Meyer



Kosten  
 5 €

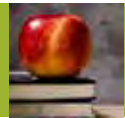
Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

ERW-IN Büro, Böttgerstr. 21, 13357 Berlin  
 Telefon: 030 - 82 99 98 14 99  
 E-Mail: kontakt@erw-in.de



Information

Antonia Velde, Telefon: 030 - 82 99 98 14 99  
 E-Mail: kontakt@erw-in.de



**Titel des Kurses**      **Kochkurs vegetarische Küche –  
Rezepte aus Österreich**

### Beschreibung des Kurses

Das ist ein Koch-kurs für Anfänger.

Sie lernen vegetarische Gerichte aus Österreich kennen.

Wir kochen verschiedene Sachen mit dem Gemüse der Herbst-zeit.

Leckere Gerichte ohne Fleisch.

Im Winter kochen wir zum Beispiel:

- Kartoffel-Knödel
- Gemüse mit Soße
- Salat
- ein süßes Dessert

Bitte bringen Sie mit:

- einen kleinen Behälter
- Geschirr-tücher
- ein scharfes Messer

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Sp3.112-H



Termin für den Kurs  
14. November 2026  
Samstag von 12 Uhr bis 16:45 Uhr



Ort  
Rotkreuz-Institut Berufsbildungswerk im DRK Berlin gGmbH,  
Kramnitzer Weg 83-87, 14089 Berlin,  
Eingang Nottepfad, Küche, Haus C, Raum C111



Kurs-leitung  
Brigitte Karbe

8 Teilnehmende



Kosten  
23 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Manuela Linke, Telefon: 030 - 90 27 95 005

E-Mail: [m.linke@ba-spandau.berlin.de](mailto:m.linke@ba-spandau.berlin.de)



Titel des Kurses **Wald mit allen Sinnen erleben – draußen**

### Beschreibung des Kurses

Im Wald können Sie sich entspannen.

Sie bekommen neue Energie.

Und Sie bekommen wieder Kraft und Mut.

Das ist gut für die Gesundheit.

Wir machen Übungen im Wald.

Wir üben zum Beispiel:

- achtsam sein
- atmen
- bewegen
- zur Ruhe kommen

So kommen wir bei uns selbst an.

Und wir verbinden uns mit der Natur.

Bei Unterstützungsbedarf bitte eine weitere Person nach Absprache mit anmelden.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp3.150-H



Termin für den Kurs  
12. September 2026  
Samstag von 14 Uhr bis 16:15 Uhr



Ort  
Treffpunkt: Nahe der Bus-halte-stelle Johannesstift,  
am Wildschwein-gehege



Kurs-leitung  
Sabine Goy

6 Teilnehmende



Kosten  
3 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Manuela Linke, Telefon: 030 - 90 27 95 005

E-Mail: [m.linke@ba-spandau.berlin.de](mailto:m.linke@ba-spandau.berlin.de)



**Titel des Kurses**     **Yoga im eigenen Tempo**

## Beschreibung des Kurses

Yoga ist gut für Bewegung und Entspannung.  
 Es dient dem Körper, dem Geist und der Seele.  
 Yoga beachtet die Grenzen von Körper und Geist.  
 Yoga hilft, die eigene Kraft zu spüren.  
 Probieren Sie es aus!

Das brauchen Sie im Kurs:

- bequeme Kleidung
- warme Socken

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer     Sp3.300-H



Termin für den Kurs  
 9. September 2026 bis 9. Dezember 2026  
 Mittwoch von 17 Uhr bis 18:30 Uhr



Ort  
 VHS Spandau,  
 Jüdenstr. 54/56, 13597 Berlin, Theatersaal



Kurs-leitung  
 Bettina Schwarz

10 Teilnehmende



Kosten  
 10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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



Information

Manuela Linke, Telefon: 030 - 90 27 95 005  
 E-Mail: [m.linke@ba-spandau.berlin.de](mailto:m.linke@ba-spandau.berlin.de)



## Titel des Kurses **Fitness mit Gymnastik und Tänzen**

### Beschreibung des Kurses

Zuerst machen wir leichte Gymnastik.  
 Damit wärmen wir uns auf und  
 trainieren Herz und Kreislauf.  
 Danach lernen wir Tänze aus verschiedenen Ländern kennen.  
 Wir erleben besondere Momente.  
 Denn wir tanzen alle zusammen.  
 Es ist egal wie fit Sie sind.  
 Die Freude am gemeinsamen Tanzen ist das Wichtigste.

Bitte bringen Sie mit:

- bequeme Sport-sachen
- leichte Turn-schuhe
- ein Hand-tuch

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp3.730-H



Termin für den Kurs  
 10. September 2026 bis 10. Dezember 2026  
 Donnerstag von 16:15 Uhr bis 17:45 Uhr



Ort  
 VHS Spandau,  
 Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin, Raum 002



Kurs-leitung  
 Simone Winkler

9 Teilnehmende



Kosten  
 10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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



Information

Manuela Linke, Telefon: 030 - 90 27 95 005  
 E-Mail: [m.linke@ba-spandau.berlin.de](mailto:m.linke@ba-spandau.berlin.de)



**Titel des Kurses**     **Alles im Gleichgewicht**

### Beschreibung des Kurses

Wir bewegen uns zu Musik.  
Zuerst machen wir leichte Gymnastik.  
Dann tanzen wir.  
Wir wollen gemeinsam in Bewegung kommen.  
Dabei die Freude an der Bewegung erfahren.

Bitte bringen Sie mit:

- bequeme Sport-sachen
- leichte Turn-schuhe
- Hand-tuch

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer     Sp3.740-H



Termin für den Kurs  
8. September 2026 bis 8. Dezember 2026  
Dienstag von 16:30 Uhr bis 18 Uhr



Ort  
Paul-Moor-Schule,  
Adamstr. 24-25, 13595 Berlin, Sporthalle



Kurs-leitung  
Simone Winkler

9 Teilnehmende



Kosten  
10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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



Information

Manuela Linke, Telefon: 030 - 90 27 95 005  
E-Mail: [m.linke@ba-spandau.berlin.de](mailto:m.linke@ba-spandau.berlin.de)



Titel des Kurses **18 Bewegungen des Tai Ji Qi Gong**

### Beschreibung des Kurses

Zu Beginn gibt es Übungen zum Aufwärmen.  
 Wir lernen gemeinsam 18 Bewegungen des Tai Ji Qi Gong.  
 Tai Ji Qi Gong ist eine Technik zum Entspannen aus Asien.  
 Die Übungen sind einfach und leicht zu lernen.  
 Die Übungen fördern die Gesundheit und das Wohl·befinden.  
 Wir üben im Stehen und im Sitzen.  
 Manchmal üben wir mit Musik.

Bitte bequeme Kleidung, weiche Schuhe oder dicke Socken mitbringen.  
 Bitte auch ein Hand·tuch und ein Getränk mitbringen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ320-355



Termin für den Kurs  
 3. September 2026 bis 3. Dezember 2026  
 Donnerstag von 9 Uhr bis 10:30 Uhr  
 Der Kurs findet nicht in den Herbst·ferien statt.



Ort  
 Sporthalle Onkel-Tom,  
 Onkel-Tom-Str. 58, 14163 Berlin, Gymnastikraum



Kurs·leitung  
 F-Julian Heydecke

8 Teilnehmende



Kosten  
 10 €

Wohin schicke ich das Anmelde·formular?

VHS Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9/11, 12207 Berlin  
 Telefon: 030 - 90 29 96 156  
 E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information

Carolin Becker, Telefon: 030 - 90 29 92 206  
 E-Mail: [becker@vhssz.de](mailto:becker@vhssz.de)



Titel des Kurses **Meditation**

## Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs erfahren wir, wie wir achtsam mit uns umgehen.  
 Sie lernen Techniken, um zur Ruhe zu kommen.  
 Wir üben verschiedene Meditations-techniken.  
 Zum Beispiel das stille Sitzen, die Geh-meditation,  
 Körper-wahrnehmungs-übungen und Atem-meditation.  
 Wir tauschen uns über Meditation im Alltag aus.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, ein Hand-tuch,  
 eine Matte und wenn Sie wollen, eine Decke mit.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ320-409



Termin für den Kurs

3. September 2026 bis 3. Dezember 2026  
 Donnerstag von 11:15 Uhr bis 12:30 Uhr  
 Der Kurs findet nicht in den Herbst-ferien statt.



Ort

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



Kurs-leitung

Bettina Schwarz

8 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9/11, 12207 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 96 156

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



Information

Carolin Becker, Telefon: 030 - 90 29 92 206

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



**Titel des Kurses**     **Yoga in deinem Tempo**

### Beschreibung des Kurses

Sie suchen Entspannung?

Sie möchten sich bewegen?

Dann ist dieser Kurs für Sie geeignet!

Es gibt kein starres Ziel oder Leistungsdruck.

Jede Person macht die Übungen im eigenen Tempo.

Die Übungen beinhalten Körperhaltung, Atemtechnik und Meditation.

Sie kommen zur Ruhe.

Beweglichkeit und Konzentration werden gestärkt.

Das Immunsystem wird aktiviert.

Die Übungen sind einfach.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken,  
eine Decke sowie ein Handtuch und eine Matte mit.

### Was muss ich beachten?

**Kurs-Nummer**     SZ320-597



**Termin für den Kurs**

3. September 2026 bis 3. Dezember 2026

Donnerstag von 12:45 Uhr bis 14:15 Uhr

Der Kurs findet nicht in den Herbstferien statt.



**Ort**

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



**Kursleitung**

Bettina Schwarz

8 Teilnehmende



**Kosten**

10 €

**Wohin schicke ich das Anmeldeformular?**

VHS Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9/11, 12207 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 96 156

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



**Information**

Carolin Becker, Telefon: 030 - 90 29 92 206

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



**Titel des Kurses**      **Gymnastik – Meditation – Entspannung:  
Alles, was uns gut tut**

### Beschreibung des Kurses

Zuerst bewegen wir uns etwas schneller.  
Damit trainieren wir Herz und Kreislauf.  
Im Gymnastik-teil dehnen und strecken wir uns zu Musik.  
Wir stärken die Rücken-muskeln und die Bauch-muskeln.  
Dazu machen wir Übungen am Boden.  
Dann machen wir Übungen aus dem Yoga.  
Wir meditieren in der Stille im Sitzen.  
Am Ende der Stunde legen wir uns für die Entspannungs-übung hin.

Bitte weiche Schuhe und etwas Warmes zum Überziehen mitbringen.  
Bitte bringen Sie auch ein Hand-tuch und eine Matte mit.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      SZ340-543



Termin für den Kurs  
3. September 2026 bis 3. Dezember 2026  
Donnerstag von 15:50 Uhr bis 17:20 Uhr  
Der Kurs findet nicht in den Herbst-ferien statt.



Ort  
Stadtteilbibliothek Lankwitz,  
Bruchwitzstr. 37, 12247 Berlin, Yoga-raum, 1.OG



Kurs-leitung  
Susanne Mannheim

8 Teilnehmende



Kosten  
10 €

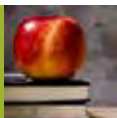
Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9/11, 12207 Berlin  
Telefon: 030 - 90 29 96 156  
E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information

Carolin Becker, Telefon: 030 - 90 29 92 206  
E-Mail: [becker@vhssz.de](mailto:becker@vhssz.de)



Titel des Kurses **Yoga tut gut**

### Beschreibung des Kurses

Yoga tut gut und macht Spaß.  
 Es stärkt unsere Gesundheit.  
 Jede und jeder kann es lernen.  
 Wir bewegen uns achtsam.  
 Wir dehnen den ganzen Körper.  
 Zum Schluss liegen wir auf der Yoga-matte und machen eine Traum-reise.  
 Mit neuer Energie gehen wir nach Hause.

Ihre Assistenz kann kosten-frei teilnehmen.  
 Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und warme Socken mit.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS301.251H



Termin für den Kurs  
 18. September 2026 bis 27. November 2026  
 Freitag von 14:30 Uhr bis 16 Uhr



Ort  
 VHS Tempelhof-Schöneberg,  
 Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin, Raum 321



Kurs-leitung  
 Sigrid Borgmann

10 Teilnehmende



Kosten  
 33,60 €, ermäßigt 18,30 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin  
 Fax: 030 - 90 27 78 944  
 E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90 27 73 534  
 E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



## HABEN SIE SEXUELLEN KINDES- MISSBRAUCH ERLEBT? SIE KÖNNEN UNS DAVON BERICHTEN.

Sexueller Kindes-Missbrauch ist ein großes Problem in Deutschland. Menschen mit Lern-Schwierigkeiten passiert das besonders oft, zum Beispiel in Wohn-Einrichtungen oder in der Familie.

Ihre Erfahrungen und Forderungen sind wichtig.  
Wir wollen sie hören.

### **Haben Sie in Kindheit und Jugend sexuellen Kindes-Missbrauch erlebt?**

Sie können der Aufarbeitungs-Kommission davon berichten.

So ein Bericht heißt **Anhörung**.

Sie erzählen 2 von unseren Mitgliedern, was Ihnen passiert ist.

### **Das ist die Aufarbeitungs-Kommission:**



Melden Sie sich bei uns!



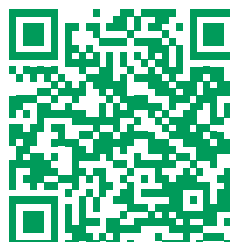
**Telefon-Nummer: 0800 40 300 40**



**E-Mail: [kontakt@aufarbeitungskommission.bund.de](mailto:kontakt@aufarbeitungskommission.bund.de)**



**Zu unserer Internet-Seite:**



# Sprachen





**Titel des Kurses    Englisch in leichter Sprache – am Abend**

### Beschreibung des Kurses

Sie haben schon etwas Englisch gelernt?  
 Sie können schon einfache Sätze bilden?  
 Dann sind Sie hier richtig.  
 Wir werden viele neue Wörter lernen.  
 Wir werden über verschiedene Themen sprechen.  
 Wir üben bekannte Situationen aus dem Alltag.

In diesen Kurs können Sie auch kommen,  
 wenn Sie nicht lesen und schreiben können.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    Mi406-010H



Termin für den Kurs  
 10. September 2026 bis 26. November 2026  
 Donnerstag von 17:15 Uhr bis 19:15 Uhr

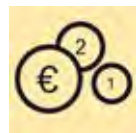


Ort  
 VHS Mitte,  
 Linienstr. 162, 10115 Berlin, Raum 2.02



Kurs-leitung  
 Adrian Gormley

12 Teilnehmende



Kosten  
 keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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



Information    Telefon: 030 - 90 18 37 453



**Titel des Kurses    Englisch für alle – leicht fortgeschritten**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie Englisch - ganz einfach.

Dieser Kurs ist für Personen,

- die ein wenig Lesen und Schreiben können
- die in ihrem Tempo Englisch lernen möchten
- die schon ein bisschen Englisch können

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    Nk-E030c



Termin für den Kurs

27. August 2026 bis 3. Dezember 2026

Donnerstag von 15 Uhr bis 16:30 Uhr



Ort

Lernhaus Roll,  
Werbellinstr. 77, 12053 Berlin



Kurs-leitung

Adrian Gormley



Kosten

5 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin

Fax: 030 - 90 23 93 298

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



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90 23 93 690

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



Titel des Kurses **Englisch für den Schulabschluss**

## Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie Englisch für den Schulabschluss.

Der Kurs ist geeignet für Teilnehmende,

- die sich auf den Lehr-gang zur Berufs-bildungs-reife vorbereiten möchten
- die ihren Mittleren Schul-abschluss machen möchten

In dem Kurs arbeiten wir mit dem vhs-Lern-portal.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Nk-E031c



Termin für den Kurs  
28. August 2026 bis 4. Dezember 2026  
Freitag von 13 Uhr bis 14:30 Uhr



Ort  
Lernhaus Roll,  
Werbellinstr. 77, 12053 Berlin



Kurs-leitung  
Adrian Gormley



Kosten  
5 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin

Fax: 030 - 90 23 93 298

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



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90 23 93 690

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



Titel des Kurses **Chinesisch – ganz einfach**

### Beschreibung des Kurses

Wir malen und schreiben chinesische Zeichen.  
Wir lernen einfache chinesische Wörter auszusprechen.

Huan yin ni lai – Willkommen!

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Nk-E032c



Termin für den Kurs  
25. August 2026 bis 1. Dezember 2026  
Dienstag von 15 Uhr bis 16:30 Uhr



Ort  
Lernhaus Roll,  
Werbellinstr. 77, 12053 Berlin



Kurs-leitung  
Adrian Gormley



Kosten  
5 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin  
Fax: 030 - 90 23 93 298  
E-Mail: [vhsinfo@bezirksamt-neukoelln.de](mailto:vhsinfo@bezirksamt-neukoelln.de)



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90 23 93 690  
E-Mail: [nikola.amrhein@bezirksamt-neukoelln.de](mailto:nikola.amrhein@bezirksamt-neukoelln.de)



Titel des Kurses **Englisch A1**

## Beschreibung des Kurses

Das lernen Sie in dem Kurs:

- Ich stelle mich vor.
- Ich frage nach dem Weg.
- Ich kann einfache Fragen stellen.
- Ich kann einfache Fragen verstehen.

Sie lernen auch kurze Gespräche zu führen.

So können Sie sehr bald in Englisch miteinander reden!

Sie können nicht lesen und schreiben?

Kommen Sie trotzdem zu uns!

Sie müssen nichts mitbringen.

Das Material für den Kurs bekommen Sie von uns.

Sie brauchen eine Betreuung im Kurs?

Dann sagen Sie uns das bei der Anmeldung.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer (1) Sp5.06-000-H **oder** (2) Sp5.06-001-H



Termin für den Kurs

30. September 2026 bis 16. Dezember 2026

(1) Mittwoch von 13:50 Uhr bis 15:20 Uhr **oder**

(2) Mittwoch von 15:30 Uhr bis 17 Uhr



Ort

VHS Spandau,  
Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin, Raum 103.2



Kurs-leitung

Matthias Rosenberg

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Vanessa Pinn, Telefon: 030 - 90 27 95 013

E-Mail: [v.pinn@ba-spandau.berlin.de](mailto:v.pinn@ba-spandau.berlin.de)



Titel des Kurses **Englisch - von Anfang an (1)**

### Beschreibung des Kurses

Sie lernen erste Wörter und Zahlen auf Englisch kennen.

Sie begrüßen andere Menschen.

Sie stellen sich vor.

Sie bestellen Essen.

Es wird langsam gelernt.

Es wird viel wiederholt.

Alle bekommen die Unterstützung, die sie brauchen.

Hier üben wir vor allem das Sprechen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ700-011



Termin für den Kurs

9. September 2026 bis 2. Dezember 2026

Mittwoch von 16:15 Uhr bis 17:45 Uhr



Ort

VHS Steglitz-Zehlendorf,  
Goethestr. 9/11, 12207 Berlin, Raum 015



Kurs-leitung

Nancy Huber

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9/11, 12207 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 96 156

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



Information

Anneke Krueger, Telefon: 030 - 90 29 95 845 (Donnerstag von  
10:30 Uhr bis 12:30 Uhr), E-Mail: [anneke.krueger@ba-sz.berlin.de](mailto:anneke.krueger@ba-sz.berlin.de)



Titel des Kurses **Englisch – von Anfang an (2)**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs können Sie Ihre Kenntnisse in Englisch vertiefen.  
 Es wird langsam gelernt und mit vielen Wiederholungen.  
 Hier üben Sie vor allem das Sprechen.  
 Sie bekommen die Unterstützung, die Sie brauchen.  
 Sie müssen nicht so gut schreiben können.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ700-013



Termin für den Kurs  
 9. September 2026 bis 2. Dezember 2026  
 Mittwoch von 18 Uhr bis 19:30 Uhr



Ort  
 VHS Steglitz-Zehlendorf,  
 Goethestr. 9/11, 12207 Berlin, Raum 015



Kurs-leitung  
 Nancy Huber

12 Teilnehmende



Kosten  
 10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9/11, 12207 Berlin  
 Telefon: 030 - 90 29 96 156  
 E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information

Anneke Krueger, Telefon: 030 - 90 29 95 845 (Donnerstag von 10:30 Uhr bis 12:30 Uhr), E-Mail: [anneke.krueger@ba-sz.berlin.de](mailto:anneke.krueger@ba-sz.berlin.de)



**Titel des Kurses**      **Französisch für Anfänger –  
Lernen mit wenig Schrift**

### Beschreibung des Kurses

Französisch - von Anfang an.  
Wir wiederholen und üben viel.  
Wir führen einfache Gespräche.  
Wir bestellen Essen.  
Wir lernen die Uhrzeit.  
Wir buchen ein Hotel-zimmer oder einen Tisch im Restaurant.  
Wir hören französische Musik.  
Es wird langsam gelernt und mit vielen Wiederholungen.  
Sie bekommen die Unterstützung, die Sie brauchen.  
Wir sprechen viel.  
Sie können sich vor dem Kurs anmelden.  
Sie können sich aber auch im Kurs am ersten Kurstag anmelden.  
Bienvenue!

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      TS440.008H



Termin für den Kurs  
8. September 2026 bis 24. November 2026  
Dienstag von 16:30 Uhr bis 18 Uhr



Ort  
VHS Tempelhof-Schöneberg,  
Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin, Raum 113



Kurs-leitung  
Anne-Claire Hambuch

12 Teilnehmende



Kosten  
9 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Kirsten Althaus, Telefon: 030 - 90 27 73 519

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



**Titel des Kurses**      **Italienisch für Anfänger – Lernen mit wenig Schrift**

### Beschreibung des Kurses

Italienisch - von Anfang an.

Wir lernen erste Wörter und Zahlen.

Wir begrüßen andere Menschen.

Wir stellen uns vor.

Wir bestellen Essen.

Wir führen einfache Gespräche.

Es wird langsam gelernt und mit vielen Wiederholungen.

Sie bekommen die Unterstützung, die Sie brauchen.

Hier üben Sie vor allem das Sprechen.

In diesem Kurs brauchen Sie nur wenige Wörter zu schreiben.

Sie können sich vor dem Kurs anmelden.

Sie können sich aber auch im Kurs am ersten Kurstag anmelden.

Buongiorno!

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      TS450.001H



Termin für den Kurs

7. September 2026 bis 23. November 2026

Montag von 16:30 Uhr bis 18 Uhr



Ort

VHS Tempelhof-Schöneberg,  
Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin, Raum 112



Kurs-leitung

Angelica Morson

14 Teilnehmende



Kosten

9 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Kirsten Althaus, Telefon: 030 - 90 27 73 519

E-Mail: kirsten.althaus@ba-ts.berlin.de



Titel des Kurses **Spanisch für Anfänger – Lernen mit wenig Schrift**

### Beschreibung des Kurses

Spanisch - von Anfang an.

- Wir lernen erste Wörter und Zahlen.
- Wir begrüßen andere Menschen.
- Wir stellen uns vor.
- Wir bestellen Essen.
- Wir führen einfache Gespräche.

Es wird langsam gelernt und mit vielen Wiederholungen.

Hier üben Sie vor allem das Sprechen.

In diesem Kurs brauchen Sie nur wenige Wörter zu schreiben.

Sie können sich vor dem Kurs anmelden.

Sie können sich auch im Kurs am ersten Kurs-tag anmelden.

Bienvenido!

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS490.009H



Termin für den Kurs

9. September 2026 bis 25. November 2026

Mittwoch von 16:30 Uhr bis 18 Uhr



Ort

VHS Tempelhof-Schöneberg,  
Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin, Raum 113



Kurs-leitung

Dr. Liliana Bordet

12 Teilnehmende



Kosten

9 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Kirsten Althaus, Telefon: 030 - 90 27 73 519

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



**Titel des Kurses      Englisch für Anfänger 1 – Lernen mit wenig Schrift**

### Beschreibung des Kurses

Englisch - von Anfang an.

- Wir lernen erste Wörter und Zahlen.
- Wir begrüßen andere Menschen.
- Wir stellen uns vor.
- Wir bestellen Essen.
- Wir führen einfache Gespräche.

Es wird langsam gelernt und mit vielen Wiederholungen.

Hier üben Sie vor allem das Sprechen.

In diesem Kurs brauchen Sie nur wenige Wörter zu schreiben.

Sie können sich vor dem Kurs anmelden.

Sie können sich aber auch im Kurs am ersten Kurs-tag anmelden.

Welcome!

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      TS702.064H



Termin für den Kurs

8. September 2026 bis 24. November 2026

Dienstag von 16:30 Uhr bis 18 Uhr



Ort

VHS Tempelhof-Schöneberg, Campus Schöneberger Linse,  
Ella-Barowsky-Str. 62, 10829 Berlin, Raum 213



Kurs-leitung

Nancy Huber

16 Teilnehmende



Kosten

12 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90 27 73 534

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



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

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs können Sie Ihre Englisch-Grundkenntnisse vertiefen.

Es gibt viele Wiederholungen.

Sie lernen kurze Gespräche.

Zum Beispiel, wie man nach dem Weg fragt.

Und sich ein Essen in einer Gaststätte bestellt.

Und zu sagen, wie Sie heißen.

Und Sie lernen die Zahlen.

Hier üben Sie vor allem das Sprechen.

In diesem Kurs brauchen Sie nur wenige Wörter zu schreiben.

Sie können sich vor dem Kurs anmelden.

Sie können sich aber auch im Kurs am ersten Kurs-tag anmelden.

Welcome!

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    TS702.062H



Termin für den Kurs

8. September 2026 bis 24. November 2026

Dienstag von 18 Uhr bis 19:30 Uhr



Ort

VHS Tempelhof-Schöneberg, Campus Schöneberger Linse,  
Ella-Barowsky-Str. 62, 10829 Berlin, Raum 213



Kurs-leitung

Nancy Huber

16 Teilnehmende



Kosten

12 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90 27 73 534

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



Titel des Kurses **Englisch A1 leicht gemacht**

### Beschreibung des Kurses

Sie haben schon etwas Englisch gelernt?

Sie erweitern Ihren Wort-schatz und üben die Aussprache.

Sie üben einfache, kurze Gespräche für den Alltag.

Sie lernen langsam, mit Spaß und vielen Wiederholungen.

Sie bekommen die Hilfe, die Sie brauchen beim Einstieg in die Sprache.

Sie lernen in einer kleinen Gruppe.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TK-7100-H



Termin für den Kurs

24. August 2026 bis 7. Dezember 2026

Montag von 16 Uhr bis 17:30 Uhr



Ort

VHS Treptow-Köpenick,  
Baumschulenstr. 79, 12437 Berlin, Raum 106



Kurs-leitung

Peggy Kerstin Ballota

6 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79, 12437 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 74 055

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



Information

Antje Schulze, Telefon: 030 - 90 29 74 072

E-Mail: [antje.schulze@ba-tk.berlin.de](mailto:antje.schulze@ba-tk.berlin.de)

# Arbeit – Beruf – Computer





## Titel des Kurses **Was kann man mit dem Computer und im Internet machen?**

### Beschreibung des Kurses

Einen Computer und das Internet zu bedienen, ist gar nicht so schwer! Dieser Kurs zeigt Ihnen, wie Sie mit dem Computer richtig umgehen. Im Internet gibt es viele interessante Angebote, die leicht zu verstehen sind. Das Internet können Sie zum Lernen nutzen oder für Spaß und Unterhaltung. Sie suchen im Kurs Ihre Fragen und Aufgaben gemeinsam aus:

- Wie funktioniert der Computer?
- Wie schreibe ich einen Text und kann ihn schön gestalten?
- Wie füge ich Bilder ein?
- Wie funktioniert das Internet?
- Wie schreibe und empfangen ich E-Mails?
- Wie finde ich Informationen?
- Wie nutze ich Künstliche Intelligenz im Alltag?
- Wie kann ich etwas herunter-laden?

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi500-030H



Termin für den Kurs  
21. Oktober 2026 bis 11. November 2026  
Mittwoch von 17 Uhr bis 20 Uhr



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



Kurs-leitung  
Metin Bulut



Kosten  
keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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



Information

Telefon: 030 - 90 18 37 474  
E-Mail: vhs@ba-mitte.berlin.de



**Titel des Kurses**      **Digitale Werkstatt – Lesen und Schreiben üben mit Computer und Smartphone**

### Beschreibung des Kurses

In der digitalen Werkstatt lernen Sie, ein Smart-phone oder einen Computer zu benutzen.

Wir zeigen, wie Sie sich sicher im Internet bewegen.

Wir üben zusammen, wie Sie mit dem Smart-phone oder Computer besser Lesen und Schreiben lernen können.

Bitte bringen Sie ein Smart-phone und ein Lade-kabel mit.

Die digitale Werkstatt ist ein offenes Angebot.

Sie müssen nicht zu jedem Termin kommen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Nk-E100c



Termin für den Kurs

25. August 2026 bis 3. Dezember 2026

Dienstag und Donnerstag von 14:30 Uhr bis 16 Uhr



Ort

Lernhaus Roll,  
Werbellinstr. 77, 12053 Berlin



Kurs-leitung

Bisrat Wolday



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin

Fax: 030 - 90 23 93 298

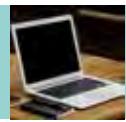
E-Mail: [vhsinfo@bezirksamt-neukoelln.de](mailto:vhsinfo@bezirksamt-neukoelln.de)



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90 23 93 690

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



**Titel des Kurses**      **Fit für den Beruf und Schulabschluss –  
Lesen, Schreiben, Mathe und PC**

### Beschreibung des Kurses

Bei uns können Sie noch mal zur Schule gehen.

Egal, wie alt Sie sind.

Wir bereiten Sie auf einen Schulabschluss oder auf den Beruf vor.

Sie lernen jeden Tag.

Die Fächer sind:

Lesen und Schreiben, Mathe, Berufsvorbereitung, PC und Internet.

Der Kurs ist auch für Personen

mit Lese-Recht-schreib-Schwierigkeiten geeignet.

Sie lernen in kleinen Gruppen und ohne Stress.

Wir helfen Ihnen auch beim Kontakt mit Ihrem Job-center.

Sie können jederzeit einsteigen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Nk-E500a



Termin für den Kurs

25. August 2026 bis 18. Dezember 2026

Montag bis Donnerstag von 9 Uhr bis 14:30 Uhr

Freitag von 9 Uhr bis 12:15 Uhr



Ort

VHS Neukölln,  
Boddinstr. 34, 12053 Berlin



Kurs-leitung

Team aus Lehrer:innen und Sozialpädagog:innen



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin

Fax: 030 - 90 23 93 298

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



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90 23 93 690

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



## Titel des Kurses **Job im Griff**

### Beschreibung des Kurses

Bei uns können Sie sich in 6 Monaten auf den Beruf vorbereiten.  
Sie lernen noch mal alles, was man für den Beruf braucht.

Zum Beispiel:

- welcher Beruf zu Ihnen passt
- wie Sie eine Stelle finden können
- wie Sie sich bewerben können
- wie man E-Mails schreibt
- und vieles mehr

Sie üben auch Lesen und Schreiben für den Beruf.

Wir helfen Ihnen beim Kontakt mit Ihrem Job-center.  
Sie können jederzeit einsteigen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Nk-L010c



Termin für den Kurs

28. August 2026 bis 18. Dezember 2026

Montag bis Donnerstag von 9 Uhr bis 14:30 Uhr

Freitag von 9 Uhr bis 12:15 Uhr



Ort

Lernhaus Rix,  
Richardstr. 21, 12043 Berlin, 1. Stock



Kurs-leitung

Team aus Lehrer:innen und Sozialpädagog:innen



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin

Fax: 030 - 90 23 93 298

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



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90 23 93 609 oder

Vasiliki Emmanouilidou, Telefon: 030 - 90 23 92 097



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

## Beschreibung des Kurses

Sie möchten etwas am Computer machen?

Das ist nicht schwer!

In diesem Kurs lernen Sie zum Beispiel:

- Wie Sie die Maus und die Tastatur benutzen
- Wie Sie Programme öffnen und wieder schließen
- Wie Sie sich Bilder am Computer anschauen können
- Wie Sie den Bild·schirm mit einem Hintergrund·bild schöner machen
- Wie Sie einen Text schreiben können
- Wie Sie diesen Text schön gestalten können

Für diesen Kurs müssen Sie lesen und schreiben können.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Sp6.102-H



Termin für den Kurs  
24. November 2026  
Dienstag von 15 Uhr bis 18:30 Uhr



Ort  
VHS Spandau,  
Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin, Raum 203



Kurs·leitung  
Peter Dederer

9 Teilnehmende



Kosten  
6,50 €

Wohin schicke ich das Anmelde·formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Dr. Kristina Schmidt-Köhnlein, Telefon: 030 - 90 27 95 014

E-Mail: [k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de)



## Titel des Kurses **Einführung in den Computer – Teil 2**

### Beschreibung des Kurses

Sie waren schon im Kurs „Einführung in den Computer - Teil 1“.

Aber Sie möchten noch mehr am Computer lernen.

Dann kommen Sie in diesen Kurs.

In diesem Kurs lernen Sie zum Beispiel:

- Wie Sie einen Text am Computer schreiben
- Wie Sie Fehler in dem Text verbessern
- Wie Sie den Text größer oder kleiner machen
- Wie Sie andere Schriften benutzen
- Wie Sie den Text mit Farben und Rahmen schöner machen
- Wie Sie Bilder in den Text einfügen

Für diesen Kurs müssen Sie lesen und schreiben können.

Und Sie müssen sich mit der Maus und der Tastatur auskennen.

Diese Dinge lernen Sie im Kurs „Einführung in den Computer - Teil 1“.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp6.103-H



Termin für den Kurs

1. Dezember 2026

Dienstag von 15 Uhr bis 18:30 Uhr



Ort

VHS Spandau,

Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin, Raum 203



Kurs-leitung

Peter Dederer

9 Teilnehmende



Kosten

6,50 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

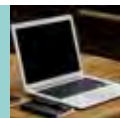
E-Mail: [info@vhs-spandau.de](mailto:info@vhs-spandau.de)



Information

Dr. Kristina Schmidt-Köhnlein, Telefon: 030 - 90 27 95 014

E-Mail: [k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de)



**Titel des Kurses      Computer und Internet – Grundlagenkurs**

## Beschreibung des Kurses

Sie möchten etwas am Computer machen?  
 Oder Sie wollen in das Internet gehen?  
 Aber Sie fühlen sich unsicher  
 und wollen in Ihrem eigenen Tempo lernen.  
 Wir lesen im Kurs Texte in einfacher Sprache.  
 So lernen Sie neue Dinge über Computer und Internet.  
 Und Sie können alles am Computer ausprobieren.  
 Sie werden dann sicherer.  
 Deutsch ist nicht Ihre Muttersprache?  
 Sie können noch nicht so gut Deutsch?  
 Das ist egal. Alle sind willkommen.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Sp7.048-H



Termin für den Kurs  
 26. August 2026 bis 16. Dezember 2026  
 Mittwoch von 10 Uhr bis 12:30 Uhr



Ort  
 VHS Spandau,  
 Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin, Raum 204



Kurs-leitung  
 Karsten Hoffmann

9 Teilnehmende



Kosten  
 10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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



Information

Dr. Kristina Schmidt-Köhnlein, Telefon: 030 - 90 27 95 014  
 E-Mail: [k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de)



**Titel des Kurses**      **Deutsch verbessern: Grammatik, Lesen,  
Schreiben und Sprechen für Alltag und Beruf**

### Beschreibung des Kurses

Dieser Kurs hilft Ihnen, Ihr Deutsch zu verbessern.

Er ist für Menschen ab Niveau B1.

Wir üben Grammatik, Lesen, Schreiben und Sprechen.

Die Themen kommen aus dem Alltag und aus dem Beruf.

Sie lernen, besser zu sprechen und sich sicherer auszudrücken.

Sie verstehen Texte leichter und können selbst klare Texte schreiben.

Es gibt viele Übungen, Gespräche und kurze Schreib-aufgaben.

So lernen Sie neue Wörter und wiederholen wichtige Grammatik.

Der Kurs ist für alle, die Deutsch aktiv benutzen und besser werden möchten.

Auch Menschen, die Deutsch als Mutter-sprache haben, sind willkommen.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    Sp7.013-H



Termin für den Kurs

31. August 2026 bis 14. Dezember 2026

Montag von 17:30 Uhr bis 20 Uhr



Ort

VHS Spandau,

Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin, Raum 207



Kurs-leitung

Sophia Wöpke

10 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Dr. Kristina Schmidt-Köhnlein, Telefon: 030 - 90 27 95 014

E-Mail: [k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de)



**Titel des Kurses**      **Bewerbungsgespräche vorbereiten  
und durchführen**

## Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs geht es um das Bewerbungs-gespräch.

Wir zeigen, wie du dich gut vorbereitest.

Das machen wir im Kurs:

- Wir lesen Stellen-anzeigen genau.
- Wir schauen: Was steht da wirklich?
- Wir suchen Infos über die Firma.

Du schreibst dir wichtige Fragen auf. Wir planen:

- Was musst du für das Gespräch wissen?
- Wie bereitest du dich gut vor?
- Was tun bei schwierigen Fragen?
- Wir überlegen gute und kreative Antworten.
- Wir üben das Gespräch in Rollen-spielen.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Sp7.115-H



Termin für den Kurs

3. September 2026 und 4. September 2026

Donnerstag und Freitag von 17 Uhr bis 20:15 Uhr



Ort

VHS Spandau,  
Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin, Raum 207



Kurs-leitung

Doris Krüger

8 Teilnehmende



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Dr. Kristina Schmidt-Köhnlein, Telefon: 030 - 90 27 95 014

E-Mail: [k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de)



**Titel des Kurses    Computer an – Schreiben lernen mit Word**

### Beschreibung des Kurses

Wir lernen gemeinsam, mit einem Schreib-programm umzugehen.

Das Programm heißt „Word“.

Das Programm ist einfach zu erlernen.

Wir schreiben etwas über uns oder einen Brief.

Außerdem gestalten und verändern wir den Text.

Wir fügen Grafiken oder Bilder ein.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    SZ500-067



Termin für den Kurs

5. Dezember 2026 und 6. Dezember 2026

Samstag und Sonntag von 10 Uhr bis 15:30 Uhr



Ort

VHS Steglitz-Zehlendorf,  
Onkel-Tom-Str. 14, 14169 Berlin, Raum 23



Kurs-leitung

Hatice Sayin

8 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9/11, 12207 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 96 156

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



Information

Christian Steiner, Telefon: 030 - 90 29 92 205

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



Titel des Kurses **Meine eigene Homepage –  
Webseiten einfach gestalten**

### Beschreibung des Kurses

Wir lernen gemeinsam, eine Web-seite zu erstellen.  
Das machen wir mit einem kostenlosen Programm.  
Das Programm ist einfach zu lernen.  
Wir schreiben etwas über uns.  
Wir können Fotos und Bilder zeigen, die uns gefallen.  
Zum Beispiel: Von uns, von unserem Hobby oder von Tieren.  
Diese Seite stellen wir dann ins Internet.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ500-069



Termin für den Kurs  
12. Dezember 2026 und 13. Dezember 2026  
Samstag und Sonntag von 10 Uhr bis 15:30 Uhr



Ort  
VHS Steglitz-Zehlendorf,  
Goethestr. 9/11, 12207 Berlin, Raum 209 - EDV



Kurs-leitung  
Hatice Sayin

8 Teilnehmende



Kosten  
10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9/11, 12207 Berlin  
Telefon: 030 - 90 29 96 156  
E-Mail: [service@vhssz.de](mailto:service@vhssz.de)



Information

Christian Steiner, Telefon: 030 - 90 29 92 205  
E-Mail: [steiner@vhssz.de](mailto:steiner@vhssz.de)



**Titel des Kurses      Umgang mit dem Computer – von Anfang an**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen wir Schritt für Schritt den Umgang mit dem Computer.

Wir nehmen uns Zeit für Wiederholungen.

Wir fangen am Anfang an.

Wir üben, mit der Maus und der Tastatur umzugehen.

Wir lernen das Öffnen und Schließen eines Programms.

Mit dem Computer schreiben wir kleine Texte und versenden E-Mails.

Außerdem lernen wir das Internet näher kennen.

Wir sehen uns auch das VHS-Lern-portal und die vhs.cloud an.

Wichtig für die Teilnahme an diesem Kurs ist,  
dass Sie kurze Texte lesen und schreiben können.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      SZ700-009



Termin für den Kurs

3. September 2026 bis 3. Dezember 2026

Donnerstag von 15 Uhr bis 16:30 Uhr



Ort

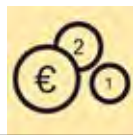
VHS Steglitz-Zehlendorf,  
Onkel-Tom-Str. 14, 14163 Berlin, Raum 21



Kurs-leitung

Brigitte Katz

6 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9/11, 12207 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 96 156

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



Information

Anneke Krueger, Telefon: 030 - 90 29 95 845 (Donnerstag von  
10:30 Uhr bis 12:30 Uhr), E-Mail: [anneke.krueger@ba-sz.berlin.de](mailto:anneke.krueger@ba-sz.berlin.de)

# Grundbildung





## Titel des Kurses **Was ist Geld?**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs sprechen wir über Geld.

Was ist das eigentlich und warum ist das so wichtig für die Menschen?

Wie viel Geld brauche ich?

Was kaufe ich von meinem Geld?

Wie kann man Geld sparen?

Und wie viel Geld brauche ich, um glücklich zu sein?

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer FK7.500



Termin für den Kurs  
2. September 2026  
Mittwoch von 17 Uhr bis 20 Uhr



Ort  
Dütti-Treff, Urbanstr. 48e, 10967 Berlin



Kurs-leitung  
N.N.

10 Teilnehmende



Kosten  
keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Friedrichshain-Kreuzberg, Frankfurter Allee 37, 10247 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 84 600

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



Information

Ditte Gurack, Telefon: 030 - 90 29 84 604

E-Mail: [ditte.gurack@ba-fk.berlin.de](mailto:ditte.gurack@ba-fk.berlin.de)



Titel des Kurses **Lesen und Schreiben**

### Beschreibung des Kurses

Sie möchten das Lesen und Schreiben von Anfang an lernen?

Sie können schon etwas Lesen und Schreiben?

Dann sind Sie in diesem Kurs richtig!

Das Lesen und Schreiben wird erlernt und geübt.

Sie können den Kurs nicht bar bezahlen.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung eine IBAN an.

Oder wir können eine Rechnung schicken und Sie überweisen den Betrag.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer (1) Mi607-020H **oder** (2) Mi607-021H



Termin für den Kurs

29. August 2026 bis 12. Dezember 2026

(1) Samstag von 10 Uhr bis 12:30 Uhr **oder**

(2) Samstag von 12:45 Uhr bis 15:15 Uhr



Ort

VHS Mitte,

Linienstr. 162, 10115 Berlin, Raum 3.10 oder Raum 2.14



Kurs-leitung

(1) Sabine Bosmann **oder** (2) Claudia Vaegs 10 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

Fax: 030 - 90 18 37 488

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



Information

Service-Telefon: 030 - 90 18 37 474



**Titel des Kurses      Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen am PC**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen und üben Sie das Lesen, Schreiben und Rechnen mit Hilfe des Computers.

Mit einem besonderen Computer-programm können Sie eigenständig arbeiten.

Das Internet werden wir ebenfalls benutzen.

Auch das Verfassen von eigenen Texten ist möglich.

Sie lernen in Ihrem Tempo.

Wir nutzen, was Sie schon wissen.

Sie müssen sich nicht mit Computern auskennen.

Wir zeigen Ihnen alles Notwendige.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Mi607-103H



Termin für den Kurs

28. August 2026 bis 11. Dezember 2026

Freitag von 14:30 Uhr bis 16:45 Uhr



Ort

VHS Mitte,

Antonstr. 37, 13347 Berlin, Raum 206



Kurs-leitung

Sabine Bosmann

10 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

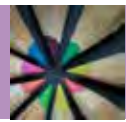
Fax: 030 - 90 18 37 488

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



Information

Service-Telefon: 030 - 90 18 37 474



**Titel des Kurses**      **Rechnen für Frauen mit und ohne türkischem Hauptschulabschluss**

### Beschreibung des Kurses

In dem Kurs geht es um den Umgang mit Zahlen.  
Und um die Grund-rechen-arten.  
In dem Kurs wird türkisch und deutsch gesprochen.

Sie können an diesem Kurs teil-nehmen,  
wenn Sie schon einmal eine Schule besucht haben.

Der Kurs wendet sich an türkische Frauen,  
die den türkischen Haupt-schul-abschluss (Ilköğretim Diploması)  
erwerben möchten.

Türkische Frauen können auch teilnehmen,  
wenn sie keinen türkischen Haupt-schul-abschluss haben.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Mi608-008H



Termin für den Kurs  
25. August 2026 bis 8. Dezember 2026  
Dienstag von 13:30 Uhr bis 15:45 Uhr



Ort  
VHS Mitte,  
Antonstr. 37, 13347 Berlin, Raum 209



Kurs-leitung  
Zevgi Arman

10 Teilnehmende



Kosten  
11 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Mitte, Linienstr. 162, 10115 Berlin

Fax: 030 - 90 18 37 488

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



Information

Service-Telefon: 030 - 90 18 37 474



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

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie besser Lesen und Schreiben.

Sie lernen ohne Stress.

Sie lernen in einer kleinen Gruppe.

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

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Nk-E002c



Termin für den Kurs

27. August 2026 bis 3. Dezember 2026

Donnerstag von 17:30 Uhr bis 19 Uhr



Ort

Lernhaus Roll,  
Werbellinstr. 77, 12053 Berlin



Kurs-leitung

Bisrat Wolday



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Neukölln, Boddinstr. 34, 12053 Berlin

Fax: 030 - 90 23 93 298

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



Information

Nikola Amrhein, Telefon: 030 - 90 23 93 690

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



Titel des Kurses **Schreib-Werkstatt**

## Beschreibung des Kurses

Sie lernen das Schreiben von Sätzen, Texten, Briefen und kurzen Geschichten.  
 Sie lernen die Regeln der Rechtschreibung.  
 Sie verstehen die Grammatik besser.  
 Schritt für Schritt – so werden Sie sicherer beim Schreiben.  
 Die Themen sind aus Ihrem Alltag und Ihrem Beruf.  
 Sie können Texte und Briefe mitbringen, die für Sie schwierig zu schreiben sind.  
 Wir unterstützen Sie gern.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa6044H



Termin für den Kurs  
 1. September 2026 bis 8. Dezember 2026  
 Dienstag von 16:30 Uhr bis 19 Uhr



Ort  
 Kultur- und Bildungs-zentrum Sebastian Haffner,  
 Prenzlauer Allee 227, 10405 Berlin



Kurs-leitung  
 Susann Werner



Kosten  
 keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin  
 Fax: 030 - 90 39 51 704  
 E-Mail: vhs@ba-pankow.berlin.de



Information

Diana Stuckatz, Telefon: 030 - 90 29 51 703  
 E-Mail: diana.stuckatz@ba-pankow.berlin.de



Titel des Kurses **Lese-Werkstatt**

## Beschreibung des Kurses

Sie lernen das Lesen und das Verstehen von Buchstaben, Silben, Wörtern, Sätzen und kurzen Texten. Schritt für Schritt.

In Ihrem Tempo.

Die Themen sind aus Ihrem Alltag und Ihrem Beruf.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Pa6054H



Termin für den Kurs

24. September 2026 bis 10. Dezember 2026

Donnerstag von 15 Uhr bis 17:15 Uhr



Ort

Bildungs-zentrum am Antonplatz,  
Bizetstr. 41, 13088 Berlin



Kurs-leitung

Matthias Rosenberg



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin

Fax: 030 - 90 39 51 704

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



Information

Diana Stuckatz, Telefon: 030 - 90 29 51 703

E-Mail: [diana.stuckatz@ba-pankow.berlin.de](mailto:diana.stuckatz@ba-pankow.berlin.de)



**Titel des Kurses**      **Besser lesen, schreiben und rechnen – im Alltag und im Beruf**

## Beschreibung des Kurses

Hier lernen Sie:

- Lesen und Schreiben
- Rechnen
- Berufs-vorbereitung
- Internet und PC

In diesem Kurs können Sie in Ihrem eigenen Tempo lernen.

Der Kurs hilft Ihnen bei

- einer Ausbildung
- einem Neu-start im Berufs-leben oder
- dem Nachholen eines Schul-abschlusses.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Pa6075H



Termin für den Kurs  
Ein Beginn ist jederzeit möglich.  
Dienstag bis Freitag von 9 Uhr bis 12:15 Uhr



Ort  
Bildungs-zentrum am Antonplatz,  
Bizetstr. 41, 13088 Berlin



Kurs-leitung  
Barbara Klaus und Ellen Heinrich



Kosten  
keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Pankow, Schulstr. 29, 13187 Berlin  
E-Mail: [diana.stuckatz@ba-pankow.berlin.de](mailto:diana.stuckatz@ba-pankow.berlin.de)



Information

Diana Stuckatz, Telefon: 030 - 90 29 51 703  
E-Mail: [diana.stuckatz@ba-pankow.berlin.de](mailto:diana.stuckatz@ba-pankow.berlin.de)



## Titel des Kurses **Grundlagen des Lesens und Schreibens**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs können Sie Lesen und Schreiben von Anfang an lernen.

Wo ist Ihnen im Alltag Lesen und Schreiben am wichtigsten?

Wir orientieren uns an Ihren Interessen.

Die Themen werden gemeinsam erarbeitet.

Es werden Bilder und einfache Texte benutzt.

Jeder kann in seinem Tempo lernen.

Neues wird erlernt. Bekanntes wird gefestigt.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer (1) Re6301-H **oder** (2) Re6303-H



Termin für den Kurs

31. August 2026 bis 30. November 2026

(1) Montag von 15 Uhr bis 16:30 Uhr **oder**

(2) Montag von 18 Uhr bis 19:30 Uhr



Ort

Schule am Park,  
Eichborndamm 276-284, 13437 Berlin



Kurs-leitung

Marlies Lutz

11 Teilnehmende



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Reinickendorf, Am Borsigturm 6, 13507 Berlin

Fax: 030 - 90 29 44 812

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



Information

Anna Turré, Telefon: 030 - 90 29 44 805

E-Mail: [anna.turre@reinickendorf.berlin.de](mailto:anna.turre@reinickendorf.berlin.de)



Titel des Kurses **Grundlagen des Rechnens**

## Beschreibung des Kurses

Sie können in ihrem Tempo Rechnen lernen.  
 Das Rechnen mit Geld und das Lesen der Uhrzeit werden ebenfalls geübt.  
 Was Sie bereits wissen, wird genutzt und vertieft.  
 Neues zeigen wir Ihnen langsam und Schritt für Schritt.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Re6302-H



Termin für den Kurs  
 31. August 2026 bis 30. November 2026  
 Montag von 16:30 Uhr bis 18 Uhr



Ort  
 Schule am Park,  
 Eichborndamm 276-284, 13437 Berlin



Kurs-leitung  
 Marlies Lutz

10 Teilnehmende



Kosten  
 keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Reinickendorf, Am Borsigturm 6, 13507 Berlin  
 Fax: 030 - 90 29 44 812  
 E-Mail: vhs@reinickendorf.berlin.de



Information

Anna Turré, Telefon: 030 - 90 29 44 805  
 E-Mail: anna.turre@reinickendorf.berlin.de



**Titel des Kurses    Lesen und Schreiben verbessern/ Alpha-Level 1-2**

### Beschreibung des Kurses

Sie wollen besser lesen und schreiben können?

Dann kommen Sie in diesen Kurs.

Der Kurs ist für alle, die gut Deutsch sprechen und die Buchstaben kennen.

Deutsch ist nicht Ihre Muttersprache?

Das ist egal.

Alle sind willkommen!

- Wir sprechen über Laute, Buchstaben, Silben und Wörter.
- Wir lesen kleine Texte.
- Wir schreiben Wörter und kleine Texte.

Sie lernen im Kurs in Ihrem Tempo.

Ein Einstieg ist nach einer Beratung jederzeit möglich.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer    Sp7.020-H



Termin für den Kurs

3. September 2026 bis 17. Dezember 2026

Donnerstag von 10 Uhr bis 12:15 Uhr



Ort

VHS Spandau,

Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin, Raum 103.1



Kurs-leitung

Dagmar Brodmann

8 Teilnehmende



Kosten

keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Dr. Kristina Schmidt-Köhnlein, Telefon: 030 - 90 27 95 014

E-Mail: [k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de)



**Titel des Kurses      Lesen und Schreiben verbessern/ Alpha-Level 3-4**

## Beschreibung des Kurses

Sie wollen besser lesen und schreiben können?

Dann kommen Sie in diesen Kurs.

Für wen ist der Kurs?

Für alle, die gut Deutsch sprechen und die Buchstaben kennen.

Deutsch ist nicht Ihre Muttersprache?

Das ist egal. Alle sind willkommen!

Was machen wir im Kurs?

- Wir sprechen über Laute, Buchstaben, Silben und Wörter.
- Wir üben Rechtschreibung und Grammatik.
- Wir lesen Texte und Geschichten.
- Wir schreiben kleine Texte.

Sie lernen in Ihrem Tempo.

Sie können auch eigene Texte und eigene Fragen mitbringen.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      Sp7.010-H



Termin für den Kurs

31. August 2026 bis 16. Dezember 2026

Montag und Mittwoch von 10 Uhr bis 12:15 Uhr



Ort

VHS Spandau,  
Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin, Raum 205



Kurs-leitung

Dagmar Brodmann

8 Teilnehmende



Kosten

16 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Dr. Kristina Schmidt-Köhnlein, Telefon: 030 - 90 27 95 014

E-Mail: [k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de)



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

### Beschreibung des Kurses

Wir beschäftigen uns mit den Lauten, Buchstaben, Silben, Wörtern und Texten der deutschen Sprache.

Das lernen Sie in diesem Kurs:

- Buchstaben und Texte schreiben
- kurze Texte lesen

Sie lernen in Ihrem Tempo.

Sie sollen Freude am Lernen haben.

Den Erfolgsdruck halten wir klein, den Spaßfaktor dafür umso größer.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Sp7.014-H



Termin für den Kurs  
31. August 2026 bis 14. Dezember 2026  
Montag von 18 Uhr bis 19:30 Uhr



Ort  
VHS Spandau,  
Carl-Schurz-Str. 17, 13597 Berlin, Raum 206



Kurs-leitung  
Roland Krisanamitra

8 Teilnehmende



Kosten  
6 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

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

Fax: 030 - 90 27 95 001

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



Information

Dr. Kristina Schmidt-Köhnlein, Telefon: 030 - 90 27 95 014

E-Mail: [k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de](mailto:k.schmidt-koehnlein@ba-spandau.berlin.de)



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

### Beschreibung des Kurses

Sie möchten das Lesen und Schreiben von Anfang an lernen?

In diesem Kurs üben Sie:

- Buchstaben und Laute
- einfache Wörter
- kleine Texte schreiben und lesen

Sie lernen ohne Druck durch spielerische Übungen.

Sie festigen und erweitern Ihren Wort-schatz.

Sie gewinnen Sicherheit im sprachlichen Ausdruck.

Bitte mitbringen: Blei-stift, Farb-stifte, Radier-gummi, liniertes Schreib-heft.

Der Einstieg in diesen Kurs ist jederzeit möglich.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer (1) SZ700-001 **oder** (2) SZ700-003



Termin für den Kurs

(1) 1. September bis 1. Dezember 2026, Dienstag von 15:45 Uhr bis 18 Uhr **oder** (2) 2. September bis 2. Dezember 2026, Mittwoch von 16:30 Uhr bis 18:45 Uhr



Ort

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



Kurs-leitung

Brigitte Katz

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9/11, 12207 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 96 156

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



Information

Anneke Krueger, Telefon: 030 - 90 29 95 845 (Donnerstag von 10:30 Uhr bis 12:30 Uhr), E-Mail: [anneke.krueger@ba-sz.berlin.de](mailto:anneke.krueger@ba-sz.berlin.de)



## Titel des Kurses **Lesen und Schreiben lernen – Grundstufe 2-3**

### Beschreibung des Kurses

Sie haben schon Vor-kenntnisse beim Lesen und Schreiben.

Die Übungen im Kurs sind abwechslungs-reich und stress-frei.

Die Grund-regeln der Recht-schreibung und Grammatik helfen dabei, leichter zu lesen und zu schreiben.

Ganz nach Ihrem persönlichen Bedarf wird ausgewählt:

- Bilder-geschichten
- Sach- oder Zeitungs-texte

Sie können aber auch mitbringen:

- Briefe
- Formulare
- Gebrauchs-anweisungen

Der Einstieg in diesen Kurs ist jederzeit möglich.

Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich!

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ700-005



Termin für den Kurs

3. September 2026 bis 3. Dezember 2026

Donnerstag von 16:45 Uhr bis 19 Uhr



Ort

VHS Steglitz-Zehlendorf,  
Onkel-Tom-Str. 14, 14163 Berlin, Raum 21



Kurs-leitung

Brigitte Katz

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9/11, 12207 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 96 156

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



Information

Anneke Krueger, Telefon: 030 - 90 29 95 845 (Donnerstag von 10:30 Uhr bis 12:30 Uhr), E-Mail: [anneke.krueger@ba-sz.berlin.de](mailto:anneke.krueger@ba-sz.berlin.de)



Titel des Kurses **Rechnen von Anfang an**

## Beschreibung des Kurses

Rechnen kann richtig Spaß machen!

In diesem Kurs werden die Grund-rechen-arten geübt.

Zum Beispiel: wie man zusammen-zählt, abzieht, mal-nimmt und teilt.

Außerdem üben wir, was jeder dauernd braucht:

Das Rechnen mit Geld sowie mit Gewichten und Längen.

Der Einstieg in diesen Kurs ist jederzeit möglich.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ700-007



Termin für den Kurs

4. September 2026 bis 4. Dezember 2026

Freitag von 15:30 Uhr bis 17 Uhr



Ort

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



Kurs-leitung

Brigitte Katz

12 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Steglitz-Zehlendorf, Goethestr. 9/11, 12207 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 96 156

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



Information

Anneke Krueger, Telefon: 030 - 90 29 95 845 (Donnerstag von  
10:30 Uhr bis 12:30 Uhr), E-Mail: [anneke.krueger@ba-sz.berlin.de](mailto:anneke.krueger@ba-sz.berlin.de)



## Titel des Kurses **Die Bibliothek kennenlernen**

### Beschreibung des Kurses

Wir zeigen Ihnen unsere Bibliothek.

Wir haben Bücher, Filme, Spiele, CDs und noch viel mehr.

In unserer Bibliothek gibt es auch viele Bücher in einfacher Sprache.

Kommen Sie vorbei!

Lernen Sie uns kennen!

Wir freuen uns über Ihre Anmeldung ohne Formular.

E-Mail: [event-bibliothek@ba-sz.berlin.de](mailto:event-bibliothek@ba-sz.berlin.de)

Telefon: 030 - 90 29 92 410

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer SZ700-027



Termin für den Kurs  
Termin auf Anfrage



Ort  
Ingeborg-Drewitz-Bibliothek,  
Grunewaldstr. 3, 12165 Berlin, 3. OG



Kurs-leitung  
Dagmar Brenner und Lena Sophie Stein      12 Teilnehmende



Kosten  
keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

Wir freuen uns über Ihre Anmeldung ohne Formular.

E-Mail: [event-bibliothek@ba-sz.berlin.de](mailto:event-bibliothek@ba-sz.berlin.de)

Telefon: 030 - 90 29 92 410



Information

Anneke Krueger, Telefon: 030 - 90 29 95 845 (Donnerstag von 10:30 Uhr bis 12:30 Uhr), E-Mail: [anneke.krueger@ba-sz.berlin.de](mailto:anneke.krueger@ba-sz.berlin.de)



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

## Beschreibung des Kurses

Sie möchten das Lesen und Schreiben von Anfang an lernen?  
In diesem Kurs üben Sie Buchstaben und Laute,  
einfache Wörter und kleine Texte zu schreiben und zu lesen.

Sie lernen ohne Druck und mithilfe von vielen Übungen.  
Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS701.002H



Termin für den Kurs  
7. September 2026 bis 25. November 2026  
Montag und Mittwoch von 15:30 Uhr bis 17 Uhr



Ort  
VHS Tempelhof-Schöneberg,  
Alarichstr. 12-17, 12105 Berlin, Raum 356/358



Kurs-leitung  
Sabine Dembélé

10 Teilnehmende



Kosten  
keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin  
Fax: 030 - 90 27 78 944  
E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90 27 73 534  
E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



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

### Beschreibung des Kurses

Sie möchten das Lesen und Schreiben von Anfang an lernen?  
In diesem Kurs üben Sie, Buchstaben und Laute sowie einfache Wörter und kleine Texte zu schreiben und zu lesen.

Sie lernen ohne Druck und mithilfe von vielen Übungen.  
Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich!

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS701.006H



Termin für den Kurs  
8. September 2026 bis 24. November 2026  
Dienstag von 8:45 Uhr bis 11:45 Uhr



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



Kurs-leitung  
Ulrike Ertl



Kosten  
10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90 27 73 534

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



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

## Beschreibung des Kurses

Sie möchten das Lesen und Schreiben von Anfang an lernen?  
In diesem Kurs üben Sie, Buchstaben und Laute sowie einfache Wörter und kleine Texte zu schreiben und zu lesen.

Sie lernen ohne Druck und mithilfe von vielen Übungen.  
Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich!

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS701.016H



Termin für den Kurs  
10. September 2026 bis 26. November 2026  
Donnerstag von 12:45 Uhr bis 14:45 Uhr



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



Kurs-leitung  
Helga Rübsamen



Kosten  
10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin  
Fax: 030 - 90 27 78 944  
E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90 27 73 534  
E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



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

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs festigen und vertiefen Sie den Grund-wort-schatz.  
 Sie erweitern Ihre Schreib-fähigkeit und Lese-fähigkeit.  
 Die Grund-regeln der Recht-schreibung und Grammatik werden wiederholt.  
 Sie brauchen das, wenn Sie zum Beispiel Briefe,  
 Kündigungen oder Bewerbungen schreiben.  
 Wir üben das gemeinsam.

Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS701.022H



Termin für den Kurs  
 7. September 2026 bis 25. November 2026  
 Montag und Mittwoch von 17 Uhr bis 18:30 Uhr



Ort  
 VHS Tempelhof-Schöneberg,  
 Alarichstr. 12-17, 12105 Berlin, Raum 356/358



Kurs-leitung  
 Sabine Dembélé

8 Teilnehmende



Kosten  
 keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90 27 73 534

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



**Grundkurs Lesen, Schreiben und Rechnen im Alltag**

## Beschreibung des Kurses

Sie möchten das Lesen, Schreiben und Rechnen von Anfang an lernen?

In diesem Kurs üben Sie, Buchstaben und Laute, einfache Wörter und kleine Texte zu schreiben und zu lesen.

Sie üben, den Umgang mit Zahlen:

- Zahlen schreiben
- Zahlen zusammen-zählen
- Zahlen abziehen
- Zahlen mal-nehmen
- Zahlen teilen

Sie lernen, mit Geld zu rechnen und die Uhr zu lesen.

Sie lernen ohne Druck und mithilfe von vielen Übungen.

Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich.

## Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS701.042H



Termin für den Kurs

9. September 2026 bis 25. November 2026

Mittwoch von 9:30 Uhr bis 11:30 Uhr



Ort

VIA Blumenfisch gGmbH, Reichartstr. 2, 10829 Berlin,  
GSG-Tor 1, Aufgang G, Raum 1.01 - Lerninsel



Kurs-leitung

Helga Rübsamen



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

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



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90 27 73 534

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



Titel des Kurses **Offene Werkstatt – Lesen und Schreiben**

### Beschreibung des Kurses

Ihnen fällt das Lesen und Schreiben schwer?  
Dann können Sie in diesem Kurs Hilfe und Orientierung finden.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.  
Kommen Sie einfach zum nächsten Termin vorbei.  
Dieser Kurs findet in Kooperation mit der  
AWO Berlin Kreis-verband Südwest e.V. statt.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS701.050H



Termin für den Kurs  
7. September 2026 bis 25. November 2026  
Montag und Mittwoch von 15 Uhr bis 17 Uhr



Ort  
AWO,  
Friedrich-Wilhelm-Str. 23, 12103 Berlin, Ladenraum



Kurs-leitung  
Nataly Dobay

10 Teilnehmende



Kosten  
keine Kosten

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin

Fax: 030 - 90 27 78 944

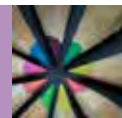
E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90 27 73 534

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



Titel des Kurses **Fit im Zählen**

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie, wie man große Mengen sicher zählt.  
Es gibt ein paar Tricks.  
Und man braucht Konzentration.  
Mit Übung und Wiederholung werden Sie von Woche zu Woche besser.

Beratung und Anmeldung sind auch direkt im Kurs möglich!

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer TS703.072H



Termin für den Kurs  
9. September 2026 bis 25. November 2026  
Mittwoch von 12:30 Uhr bis 13:30 Uhr



Ort  
VIA Blumenfisch gGmbH, Reichartstr. 2, 10829 Berlin,  
GSG-Tor 1, Aufgang G, Raum 1.01 - Lerninsel



Kurs-leitung  
Helga Rübsamen

12 Teilnehmende



Kosten  
8 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Tempelhof-Schöneberg, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin  
Fax: 030 - 90 27 78 944  
E-Mail: vhs@ba-ts.berlin.de



Information

Cornelia Dittrich, Telefon: 030 - 90 27 73 534  
E-Mail: cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de



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

### Beschreibung des Kurses

In diesem Kurs lernen Sie das Lesen und Schreiben von Anfang an.

Sie üben die Laute und Buchstaben.

Sie schreiben und lesen einfache Wörter und kurze Sätze.

Sie haben Zeit zum Festigen und Wieder-holen.

Nach und nach erweitern Sie Ihren Wort-schatz.

Sie arbeiten in kleinen Gruppen.

Der Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer (1) TK-7000-H **oder** (2) TK-7001-H



Termin für den Kurs

(1) 25. August 2026 bis 8. Dezember 2026 **oder**

(2) 27. August 2026 bis 10. Dezember 2026

(1) Dienstag **oder** (2) Donnerstag von 14:30 Uhr bis 17:45 Uhr



Ort

VHS Treptow-Köpenick,  
Baumschulenstr. 79, 12437 Berlin, Raum 106



Kurs-leitung

Peggy Kerstin Ballota

10 Teilnehmende



Kosten

10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79, 12437 Berlin

Telefon: 030 - 90 29 74 055

E-Mail: VHS.TK@ba-tk.berlin.de



Information

Antje Schulze, Telefon: 030 - 90 29 74 072

E-Mail: antje.schulze@ba-tk.berlin.de



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

### Beschreibung des Kurses

Sie können schon etwas Lesen und Schreiben?  
 Sie kennen die Buchstaben?  
 Sie können geübte Wörter und kurze Sätze lesen und schreiben?  
 In diesem Kurs erweitern Sie Ihren Wort-schatz.  
 Sie üben und erlangen Sicherheit beim Lesen und Schreiben.

Sie lernen in einer kleinen Gruppe.  
 Der Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich.

### Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer      TK-7003-H



Termin für den Kurs  
 26. August 2026 bis 9. Dezember 2026  
 Mittwoch von 14:30 Uhr bis 17:45 Uhr



Ort  
 VHS Treptow-Köpenick,  
 Baumschulenstr. 79, 12437 Berlin, Raum 106



Kurs-leitung  
 Peggy Kerstin Ballota

10 Teilnehmende



Kosten  
 10 €

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?

VHS Treptow-Köpenick, Baumschulenstr. 79, 12437 Berlin  
 Telefon: 030 - 90 29 74 055  
 E-Mail: VHS.TK@ba-tk.berlin.de



Information

Antje Schulze, Telefon: 030 - 90 29 74 072  
 E-Mail: antje.schulze@ba-tk.berlin.de



## Allgemeine Geschäftsbedingungen in Leichter Sprache

Allgemeine Geschäftsbedingungen sind Regeln. Die Abkürzung heißt AGB.  
Allgemeine Geschäftsbedingungen zeigen die Pflichten und Rechte der Teilnehmenden.  
Allgemeine Geschäftsbedingungen zeigen die Rechte und Pflichten der Volkshochschule.  
Die AGB der Lebenshilfe Bildung finden Sie unter [www.lebenshilfe-bildung.de](http://www.lebenshilfe-bildung.de).

### 1. Wie entsteht ein Vertrag?

Der Vertrag entsteht mit der Anmeldung zum Kurs und der Bestätigung durch die Volkshochschule.

Diese Bestätigung ist eine Quittung. Diese Quittung bekommen Sie nach Ihrer Anmeldung zum Kurs. Diese Anmeldebestätigung müssen Sie zum Kurs mitbringen.

### 2. Kann ich an jedem Kurs teilnehmen?

Für manche Kurse müssen Sie eine Teilnahmebedingung erfüllen.

Zum Beispiel: Wenn Sie einen Aufbaukurs besuchen wollen, müssen Sie zuerst den Grundkurs besuchen.

Sie werden darüber in der Kursausschreibung informiert.

### 3. Gibt es noch Ermäßigungen für mich?

Sie bekommen keine Ermäßigung mehr.

Alle Kurse kosten pro Stunde schon jetzt sehr viel weniger als andere Kurse der Volkshochschule.

### 4. Wie kann ich bezahlen?

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

Sie müssen vor dem Kursanfang bezahlen.

### 5. Wie bekomme ich eine Teilnahmebescheinigung?

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

### 6. Wer leitet den Kurs?

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

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

Nur bei grober Fahr-lässigkeit übernimmt die Volks-hoch-schule die Verantwortung für einen Unfall oder einen Dieb-stahl.  
 Grobe Fahr-lässigkeit ist zum Beispiel: Das Geländer an einer Treppe ist seit Wochen kaputt. Es gibt keinen Hinweis auf die Gefahr.  
 Jemand stürzt deshalb auf der Treppe und verletzt sich.  
 Für Ihren Weg zum Kurs und vom Kurs wieder zurück nach Hause übernimmt die Volks-hoch-schule keine Verantwortung.

## 8. Was sind meine Pflichten?

Bei jedem Kurs gibt es eine Teilnahme-liste. Auf dieser Liste müssen Sie unterschreiben.  
 Bringen Sie Ihre Anmelde-bestätigung zum Kurs mit.  
 Sie müssen die Haus-ordnung in der Volks-hoch-schule beachten. Sie müssen die Brand-schutz-ordnung beachten. Bitte beachten Sie das Rauch-verbot.

## 9. Wie kann die Volks-hoch-schule den Vertrag kündigen?

Die Volks-hoch-schule kann den Vertrag kündigen. Zum Beispiel, wenn die Kurs-leitung krank ist. Zum Beispiel, wenn sich nicht genügend Teilnehmende angemeldet haben.  
 Der Vertrag kann auch gekündigt werden, wenn zu viele Teilnehmende mehrmals nicht zum Kurs kommen.  
 Wenn die Volks-hoch-schule den Kurs absagt, bekommen Sie Ihr Geld zurück.  
 Der Vertrag kann auch gekündigt werden, wenn Sie sich nicht an die Haus-ordnung halten. Oder wenn Sie sich nicht an die Regeln der Volks-hoch-schule halten.

## 10. Wie kann ich den Vertrag kündigen?

Der Vertrag kann schriftlich gekündigt werden. Oder Sie gehen in die Geschäfts-stelle der Volks-hoch-schule und kündigen den Vertrag dort.  
 Sie bekommen einen Teil Ihres Geldes zurück, wenn Ihr Kurs noch nicht angefangen hat. Wenn der Kurs angefangen hat, bekommen Sie kein Geld zurück.

## 11. Darf ich im Kurs filmen oder fotografieren?

Fotografieren, Filmen oder eine Ton-aufnahme ist nicht erlaubt.  
 Fragen Sie den Dozenten, wenn Sie filmen möchten.  
 Die Arbeits-blätter dürfen nicht kopiert werden.  
 Fragen Sie die Kurs-leitung, wenn Sie die Arbeits-blätter kopieren möchten.

## 12. Was muss ich bei meiner Anmeldung beachten?


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





## Anmelde-formular – ERW-IN Kurse

### Hinweise

1. Füllen Sie das Anmelde-formular aus und senden Sie es zum Veranstalter.
2. Der Veranstalter sendet Ihnen eine Anmelde-bestätigung zu.
3. Die Teilnahme für eine Begleit-person eines schwer-behinderten Menschen ist kostenlos (Merk-zeichen „B“ im Schwer-behinderten-ausweis).
4. Mit der Anmeldung erklären Sie Ihr Einverständnis mit den Allgemeinen Geschäfts-bedingungen des Veranstalters.

Wohin schicke ich das Anmelde-formular?	
Name des Veranstalters (siehe Kurs-ausschreibung)	
Straße, Nummer	
Postleitzahl, Ort	
Fax oder E-Mail	

Ihre persönlichen Daten	
Ihr Vorname	
Ihr Nachname	
Ihre Adresse	
Ihre Telefon-nummer	
Ihre E-Mail	
Begleit-person	<input type="checkbox"/> Eine Person begleitet mich während des Kurses.
Ihr Geburts-datum	freiwillige Angabe

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

**Hinweis:** Diese Seite ist nicht leicht zu verstehen. Leider dürfen wir einige Fragen und Texte nicht verändern. Wenn Sie Hilfe brauchen sprechen Sie mit uns: ERW-IN Büro, Telefon 030 - 82 99 98 14 99.

Der Kurs ist bei der Lebenshilfe Bildung?

Dann können Sie nur bar bezahlen.

Eine Bezahlung per Lastschrift oder Rechnung ist erst ab einem Betrag von 150 € möglich.


Der Kurs ist in der Volks-hoch-schule?

Ich bezahle per Einzugs-ermächtigung.

Ich bezahle bar.

Im Ausnahme-fall ist auch eine Barzahlung an der Kasse der Volks-hoch-schule möglich. Bitte informieren Sie sich im Internet oder telefonisch über die Kassen-öffnungs-zeiten.

Ihre Konto-daten, wenn Sie per Einzugs-ermächtigung zahlen.

Wem gehört das Konto? Name	
IBAN	
BIC	
Kredit-institut	

#### Einzugsermächtigung

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

#### Sepa-Lastschriftmandat

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

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

Persönliche Daten, wie zum Beispiel Ihr Name, Ihre Adresse und Telefonnummer, werden beim Veranstalter gespeichert. Die Speicherung erfolgt zur Durchführung der Veranstaltung, zur Kommunikation mit den Teilnehmenden sowie zur organisatorischen Abwicklung. Mit der Anmeldung erkennen Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des Veranstalters an.



Datum

Ihre Unterschrift

Unterschrift des  
Konto-inhabers,  
der Konto-inhaberin

Die Lebenshilfe Berlin setzt sich für Menschen mit Beeinträchtigung und für Ihre Familien ein. Wir haben Angebote in vielen Bereichen:  
Wohnen, Jugendhilfe, Arbeit, Freizeit, Beratung, Recht und Bildung.

Neues lernen, stärkt das Selbstbewusstsein und die Teilhabe.  
Jeder Mensch hat das Recht, das ganze Leben lang zu lernen.  
Die Lebenshilfe Bildung gGmbH bietet dazu Kurse an.

Die Kurse sind für alle Menschen.

- Die Gruppen im Kurs sind klein.
- Die Sprache in den Kursen ist gut zu verstehen.
- Die Teilnehmenden bestimmen das Lern-tempo.
- Die Kurse kosten wenig Geld.

Zur Förderung unserer Kurse stellen wir Anträge bei Aktion Mensch.

Weitere Informationen: [www.erw-in.de](http://www.erw-in.de) | [www.lebenshilfe-berlin.de](http://www.lebenshilfe-berlin.de)



---

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

---

