

# Herbst/Wintersemester 2020/21

Mitglied im Verband Niederösterreichischer Volkshochschulen

# 67 Jahre Volkshochschule Mödling

das Bildungsinstitut mit der meisten Erfahrung

Einige Fotos aus den letzten Semestern



Alle Fotos von der VHS Mödling.

Inhaltsverzeichnis	
Datenschutz – Ihre Daten, Ihre Rechte!	4
Unser Team und Infobrief	
Geschäftsbedingungen6+	.7
Referenzrahmen8+	9
Sprachkurse:	
Deutsch als Zweitsprache	
Englisch	2
Französisch	6
Griechisch	8
Italienisch	9
Japanisch	3
Kroatisch	4
Rumänisch	4
Russisch	5
Schwedisch	6
Slowakisch	6
Spanisch	7
Tschechisch	0
Ungarisch	1
Allgemeine und Politische Bildung31-3	
Auffrischen der Grundkenntnisse, Weltwunder, KFJ, Ringstraße, Neues Testament, Beethoven	ı,
Stille Nacht, Historikerin, Literatur im Gespräch	
Naturwissenschaften	3
Planetenwissenschaften	
EDV-Kurse	7
Reisevorträge39-4	2
Vorträge (Übersicht)43-4	5
Sonderveranstaltungen4	
Karriere & Persönlichkeitsbildung47-4	9
Bildungsberatung, Elternbildung, Katzen verstehen, Ordnung, Rhetorik, Ahnenforschung,	
Kreativität & Freizeit50-5	5
Malen, Kalligraphie, Handlettering, Ikebana, Stimmbildung, Singen, Töpfern, Fotografie, Bastel	n
Kulinarik	8
Körper und Gesundheit58-7	2
Yoga, QI Gong, Entspannung, Feldenkrais, LIMA, Autogenes Training, Massage,	
Vorträge, Workshops, u.v.m.	
Tanz & Bewegung72-7	9
Tanz & Bewegung	9
Tanz & Bewegung	
Tanz & Bewegung	
Tanz & Bewegung	0

#### Datenschutz - Ihre Daten, Ihre Rechte!

#### Sehr geehrte Damen und Herren!

Als Bildungseinrichtung ist uns der Schutz Ihrer persönlichen Daten ein großes Anliegen. Wir verarbeiten Ihre Daten daher ausschließlich auf Grundlage der gesetzlichen Bestimmungen, Aufbewahrungspflichten und unter Berücksichtigung der uns zur Verfügung stehenden technischen Möglichkeiten. Laufende Unterweisungen unserer Mitarbeiter\*innen und unserer Kursleiter\*innen soll einen gewissenhaften Umgang mit persönlichen Daten sicherstellen.

## Die wesentlichen Verarbeitungstätigkeiten persönlicher Daten erfolgen im Zuge von:

- Kursbuchung und dem reibungslosen Ablauf der gebuchten Angebote, sowie möglicher Bestätigungen und Abrechnungen
- Kommunikationsaufgaben mit Behörden und offiziellen Stellen
- Sowie notwendigen technischen Prozessen

#### Wir danken für Ihr Verständnis!

#### Ihre Rechte laut DSGVO sind:

Recht auf Auskunft Art 15 DSGVO

Recht auf Berichtigung Art 16 DSGVO:

Recht auf Löschung Art 17 DSGVO:

Recht auf Einschränkung der Verarbeitung Art 18 DSGVO:

Widerspruchsrecht Art 21 DSGVO:

Recht auf Beschwerde Art 77 DSGVO:

Nähere Informationen und Erklärungen finden Sie auf unserer Homepage oder auf dem Informationsblatt, das in unserem Büro aufliegt

Weitere Informationen finden Sie unter: www.dsb.gv.at/gesetze-in-osterreich

Datenschutzverantwortliche: Dir. i R. Ursula Pahr

email: datenschutz@vhs-moedling.at

#### Das Team der VHS:



Foto (v.l.n.r.): Julia Schröckenfuchs, Sophie Pahr, Barbara Pahr (Leiterin), HR Prof. Ing Mag. Gerhard Pahr (Obmann), Maximilian Pahr, Monika Husinsky (Organisation), Gerald Zelger (EDV), Sophie Volgger

#### Sehr geehrte Kursteilnehmer\*innen,

das vergangene Semester war für alle sehr herausfordernd, daher bedanken wir uns bei allen Teilnehmer\*innen für das Verständnis.

Auch die nächste Zeit ist noch ungewiss. Wir haben bei der Planung dieses Programmes schon mögliche Maßnahmen, die von der Regierung getroffen werden könnten, berücksichtigt.

So haben wir die Gruppengröße, teilweise leider sehr drastisch, reduzieren müssen. Die Pause zwischen den Kursen wurde verlängert um die Personenzahl in den Gängen so gering wie möglich zu halten und um den Ansprüchen der vorgeschriebenen Hygienerichtlinien gerecht werden zu können.

Als gemeinnütziger Verein müssen wir stets auf die Kosten achten. Daher müssen wir die Kursbeiträge geringfügig anheben, um die Kostendeckung zu gewährleisten.

Die Abhaltung von Präsenzunterricht hat bei uns Priorität.

Leider weiß niemand wie lange uns die Maßnahmen zur Eindämmung der Pandemie noch begleiten werden. Nach wie vor könnte es sein, dass wir wieder auf Distance Learning umstellen zu müssen.

Wenn Sie die Möglichkeit haben, nutzen Sie bitte daher die Zeit um die technischen Voraussetzungen für sich zu schaffen.

Wir bitten Sie sich eigenverantwortlich über die vorgeschrieben Regelungen und Maßnahmen kundig zu machen und diese einzuhalten.

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen in der Volkshochschule!

Mit freundlichen Grüßen, das Team der VHS Mödling

#### Geschäftsbedingungen und wichtige Information:

Anmeldungen: Die Anmeldung kann persönlich vor Ort oder online erfolgen.

**Erst durch die Bezahlung**, die bei einer Online-Buchung innerhalb von 5 Tagen und bei einer Anmeldung vor Ort sofort in bar geleistet werden muss, **sind Sie angemeldet!** Bei Kursen, die maximal 6 x stattfinden, ist die Anmeldung bis spätestens 8 Tage vor dem jeweiligen Beginn erforderlich. Die Vergabe der Kursplätze erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldung.

**Kursbesuchsbestätigung:** Bei regelmäßigem Kursbesuch (75%) stellen wir Ihnen *auf Wunsch* kostenlos und höchstens 2 Jahre rückwirkend eine Bestätigung aus.

Änderungen, Kurswechsel, Kursabsagen: Der jeweilige Kursbeitrag sowie die Mindestteilnehmerzahl sind bei jedem Kurs vermerkt. Falls die Mindestteilnehmerzahl nicht gegeben ist, kann ein Kurs nur gegen Aufzahlung oder Kürzung stattfinden. Parallel geführte Kurse können auch zusammengelegt werden. Ausschlaggebend hierfür ist bei Kursen, die öfter als 6x stattfinden, die Anzahl der definitiv angemeldeten Teilnehmerlnnen in der 3. Kurseinheit. Spätere Eintritte haben keinen Einfluss auf die Höhe des Kursbeitrags!

Ein Wechsel des Kursleiters oder des Kursortes (auch die Umstellung auf Distance Learning) ergibt keinen Anspruch auf Rückzahlung oder Gutschrift. Alle geplanten Kurstermine sind mit Vorbehalt einer unvorhersehbaren Änderung angegeben. Entfallene Kurseinheiten werden innerhalb des Semesters nachgeholt und stellen keinen Anspruch auf Rückzahlung der anteiligen Kursgebühr dar.

Sollten Sie sich bei einem Sprachkurs falsch eingestuft haben, können Sie innerhalb der gewählten Sprache bis zur 2. Kursstunde einen Kurswechsel nach Rücksprache im Sekretariat durchführen.

Wenn der Kurs von der VHS abgesagt werden muss, erfolgt die Rückerstattung gegen Vorlage der Zahlungsbestätigung bargeldlos (bis Ende des laufenden Semesters!).

Lehrbücher und sonstige Kursmaterialien sind in der Regel nicht im Preis inbegriffen.

Stornierung durch den Teilnehmer bei Kursen mit mehr als 6 Kurstagen (z.B. Sprach- und Bewegungskurse): Ab dem Kursbeginn kann nur mehr eine Gutschrift abzüglich der gehaltenen Stunden gegen eine amtliche Bestätigung ausgestellt werden.

Stornierung durch den Teilnehmer bei Kursen mit weniger als 6 Kurstagen (z.B. Wochenendseminare, Computerkurse): Eine Anmeldung kann bis 8 Tage vor Kursbeginn storniert werden. Danach wird der volle Kursbeitrag verrechnet, es sei denn, es wird ein Ersatzteilnehmer namhaft gemacht.

**Fotos und Filmaufnahmen:** Der/Die Teilnehmer(in) ist damit einverstanden, dass die von ihr/ihm bei Kursen und Veranstaltungen gemachten Aufnahmen ohne Vergütung im Rahmen der üblichen Auswertung (Werbeaktivitäten) verwendet werden dürfen.

**Kursort:** Wenn nicht anders angegeben, finden die Kurse im Haupthaus (Jakob Thoma Mittelschule) 2340 Mödling, Jakob Thoma Str. 20 statt. Die Einteilung der Kursräume finden Sie im Eingangsbereich.

#### Bitte halten Sie die Kursräume sauber.

### Die Anordnung der Tische eines Klassenraumes dürfen nicht geändert werden (Sitzplan – Hygienemaßnahmen)

Das Mitnehmen von Kleinkindern in die Kursräume während der Kurse ist aus pädagogischen Gründen untersagt. (**Ausnahme**: extra ausgewiesene Kinderkurse).

Das Mitnehmen von Haustieren in die Kursräume, sowie das Rauchen auf dem Schulgelände (inklusive Vorplatz und Stiege) und allen anderen Kursräumen ist verboten.

Hinsichtlich der Einhaltung der Maßnahmen zur Eindämmung der Pandemie hat jeder Kursteilnehmer eigenverantwortlich seinen Selbstschutz und den Schutz seiner Mitmenschen wahrzunehmen. Bei wiederholtem oder beharrlichem Verstoß bzw. Verweigerung der gebotenen Maßnahmen behält sich die VHS vor, den Teilnehmer ohne Kostenersatz von der Teilnahme an der Veranstaltung auszuschließen.

Die Maßnahmen der geltenden COVID-19-Verordnung werden angewandt und die Hausordnung, die Sie auf der Homepage und auf dem am Beginn des Semesters ausgeteilten Kalender finden, ist zu beachten.

#### Das Schulhaus verfügt über einen Aufzug, der auf Wunsch benützt werden kann. Vor dem Eingang des Turnsaals steht ein Behindertenparkplatz zur Verfügung.

Orientieren Sie sich bitte an der Skizze auf Seite 80 über die Parkmöglichkeiten in der Nähe und beachten Sie das Freihalten der Einfahrten.

Der Schulhof darf aus feuerpolizeilichen Gründen nicht als Parkplatz genützt werden.

#### Unterrichtsfreie Tage Wintersemester 2020/21 ( 30.09.2020 - 30.01.2021):

Mo. 26.10. - Mo.02.11.2020 - Herbstferien

Fr. 08.12.2020 – Maria Empfängnis

Do. 24.12. - Mi.06.01.2021 - Weihnachtsferien

Der Elternsprechtag der Schule stand bei Drucklegung noch nicht fest.

# Für persönliche Schäden und Sachschäden im Zusammenhang mit der Durchführung der Schulungsmaßnahmen haftet der Veranstalter nicht! Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten!

Mit der Anmeldung akzeptieren Sie unsere Geschäftsbedingungen und Datenschutzbestimmungen.

#### Wichtiger Hinweis:

Alle Veranstaltungen werden nach Maßgabe der aktuellen Verordnung der österreichischen Bundesregierung betreffend Covid-19 durchgeführt



#### BEWEGTE BILDUNG

Im beleuchteten Hof der VHS steht Ihnen ein Radabstellplatz zur Verfügung. Nutzen Sie diesen, sowie den Eingang direkt ins Hauptgebäude.

#### SPRACHKURSE - EINTEILUNG

Die Sprachkurse sind nach dem Niveau des Europäischen Referenzrahmens ausgewiesen. Die nachfolgende Tabelle dient Ihnen als Orientierungshilfe zur Selbsteinschätzung Ihrer Kenntnisse.

In den senkrechten Spalten werden die Kursziele definiert. Für jedes Niveau können mehrere Semester benötigt werden.

	A1 Basiskurse	A2 Basiskurse	B1 Aufbaukurse
,	Ich bin (völliger) Anfänger.	Ich habe im Wesentlichen die Ziele von A1 erreicht.	Ich habe im Wesentlichen die Ziele von A2 erreicht.
	Das möchte ich lernen:	Das möchte ich lernen:	Das möchte ich lernen:
Verstehen	Ich kann alltägliche Ausdrücke, einfache Sätze und Anweisungen wenn sehr langsam und deutlich gesprochen wird verstehen.	Ich kann einzelne Sätze und Wörter verstehen, wenn es um einfache Informationen zu Personen, Familie, Einkaufen, Beruf oder nähere Umgebung geht. Ich verstehe das Wesentliche von kurzen, klaren und einfachen Durchsagen.	Ich kann die Hauptpunkte verste- hen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Frei- zeit usw. geht. Ich kann, wenn langsam und deutlich gesprochen wird, Radio- und Fernsehsendun- gen verstehen.
	Ich kann einzelne bekannte Namen, Wörter und einfache Sätze erfassen. (Plakate, Schilder Wegweiser,)	Ich kann kurze, einfache Texte lesen. Ich kann in einfachen Alltagstexten wie Prospekten, Speisekarten oder Fahrplänen konkrete Informationen herausfinden. Ich kann kurze einfache persönliche Briefe verstehen.	Ich kann Texte verstehen, in de- nen vor allem Alltags- oder Be- rufssprache vorkommt. Ich kann in privaten Briefen, Beschreibun- gen von Ereignissen, Gefühlen und Wünschen verstehen.
Sprechen	Ich kann mich auf einfache Art verständigen. Mein(e) Gesprächspartner(In) muss aber sehr langsam sprechen und mir dabei helfen zu formulieren was ich sagen möchte. Ich kann einfache Fragen stellen und beantworten, sofern es sich um sehr vertraute Dinge handelt.	Ich kann mich in einfachen Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten und direkten Austausch von Informationen und um vertraute Dinge und Wirkungsbereiche geht. Ich kann ein kurzes Kontaktgespräch mit gebräuchlichen Informationen führen. Ich verstehe aber nicht genug um das Gespräch im Laufen zu halten.	Ich kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Rei- sen im Sprachgebiet begegnet. Ich kann ohne Vorbereitung an Gesprächen über Themen teilnehmen, die mir vertraut sind oder die mich interessieren. (z.B. Familie, Hobbys, Reisen, aktuelle Ereignisse)
	Ich kann einfache Sätze und Wendungen gebrauchen, um Dinge zu beschreiben ( z. B. Per- sonen, Autos) und sagen wo ich wohne.	Ich kann in einigen Sätzen und mit einfachen Mitteln z.B. meine Familie, meine Ausbildung oder meinen Beruf beschreiben.	Ich kann in einfachen zusam- menhängenden Sätzen sprechen. Ich kann meine Meinung kurz er- klären und begründen.
	Ich kann eine kurze einfache Postkarte schreiben. Ich kann auf Formularen z. B. Flugzeug, Fähre oder Hotel, Namen, Adresse und Nationalität ausfüllen.	Ich kann eine kurze, einfache No- tiz oder Mitteilung und einen ganz einfachen persönlichen Brief schreiben, z.B. um mich für etwas zu bedanken.	Ich kann einen einfachen zu- sammenhängenden Text über mir vertraute Themen schreiben. Ich kann persönliche Briefe schreiben und darin Eindrücke schildern.

Es ist manches Mal schwierig sein Können selbst einzustufen. Unser Team berät Sie gerne und stellt auch auf Wunsch den Kontakt zu unseren KursleiterInnen her.

Falls Sie sich nicht richtig eingestuft haben, ist ein Kurswechsel möglich (siehe Geschäftsbedingungen Seite 6+7).

B2 Aufbaukurse	C1 Perfektionskurse	C2 Perfektionskurse		
Ich habe im Wesentlichen die Ziele von B1 erreicht.	Ich habe im Wesentlichen die Ziele von B2 erreicht.	Ich habe im Wesentlichen die Ziele von C1 erreicht.	Į	
Das möchte ich lernen:	Das möchte ich lernen:	Das möchte ich lernen:	. M	
Ich kann längeren Reden und komplexen Argumentationen folgen, sofern mir die Thematik vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen sowie Spielfilme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird.	Ich kann längeren Reden und Gesprächen folgen, auch wenn diese nicht klar strukturiert sind und wenn Zusammenhänge nur implizit, nicht aber explizit gemacht sind. Ich kann ohne allzu große Mühe Fernsehsendungen und Spielfilme verstehen.	Ich habe keinerlei Schwierigkeit, gesprochene Sprache zu verstehen, gleichgültig ob "live" oder in den Medien, und zwar auch, wenn schnell gesprochen wird. Ich brauche nur etwas Zeit, um mich an einen besonderen Akzent zu gewöhnen.	ehen	
Ich kann Artikel und Berichte esen und verstehen, in denen die Autoren besondere Haltun- gen und Standpunkte vertreten.	Ich kann lange und komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen und deren stilistische Merkmale wahrnehmen. Ich kann Fachartikel und technische Anleitungen verstehen, auch wenn sie nicht in Beziehung zu meinem Spezialgebiet stehen.	Ich kann alle Arten von ge- schriebenen Texten mühelos verstehen, auch wenn sie ab- strakt oder inhaltlich und sprachlich komplex sind, z.B. Sachbücher, Fachartikel oder literarische Werke.	Verst	
ch kann mich spontan und flie- 3end verständigen, dass ein normales Gespräch in der Mut- ersprache meines Gesprächs- partners / meiner Gesprächs- partnerin möglich ist. Ich kann mich aktiv an Diskussionen be- reiligen und meine Ansichten darstellen und verteidigen.	Ich kann mich beinahe mühelos spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter offensichtlich nach Worten suchen zu müssen. Ich kann die Sprache wirksam und flexibel im gesellschaftlichen und beruflichen Leben gebrauchen und meine eigenen Beiträge geschickt mit denen anderer verknüpfen.	Ich kann mich an allen Gesprächen und Diskussionen mühelos beteiligen und bin auch mit umgangssprachlichen Ausdrucksweisen sehr vertraut. Ich kann mich fließend äußern und auch feinere Bedeutungsnuancen genau ausdrücken.	e c h e n	
ich kann zu sehr vielen Themen meiner Interessen eine klare und detaillierte Darstellung ge- ben. Ich kann einen Standpunkt zu einem Problem erklären und Vor- und Nachteile verschiede- ner Möglichkeiten angeben.	Ich kann komplexe Sachverhalte ausführlich darstellen und erör- tern, dabei Themenpunkte mitei- nander verbinden, einzelne As- pekte besonders ausführen und meinen Beitrag angemessen ab- schließen.	Ich kann mühelos und fließend auch längere Ausführungen und Erörterungen machen, meine Darstellung logisch aufbauen, auf wichtige Punkte aufmerksam machen und mich dem Stil der Situation anpassen.	ließend en und meine fbauen, ufmerk-	
Ich kann einen Aufsatz oder ei- nen Bericht, Informationen wie- dergeben oder Gedankengänge ausführen, und dabei Argumen- te und Gegenargumente abwä- gen. Ich kann persönliche und formelle Briefe schreiben und deutlich machen, was wichtig ist.	Ich kann in Briefen, Aufsätzen oder Berichten über komplexe Sachverhalte schreiben und die für mich wesentlichen Aspekte entsprechend hervorheben. Ich kann in meinen schriftlichen Texten den Stil wählen, der für die jeweiligen Leser angemessen ist.	Ich kann anspruchsvolle Briefe, längere Berichte oder Artikel zu komplexen Fragen verfassen, die einen klaren Aufbau haben und die/den Leserln so führen, dass sie/er die entscheidenden Punkte erfasst. Ich kann alle Texte schriftlich zusammenfassen und besprechen.	schreiben	

#### SPRACHKURSE – in alphabetischer Reihenfolge

Die Zahl nach der Kursbezeichnung zeigt die Semesteranzahl an.

z.B.: E3 = 3. Semester

Schnupperstunden sind grundsätzlich nicht vorgesehen!

Nach Rücksprache mit dem Sekretariat ist bis zur 2. Kurseinheit ein Kurswechsel möglich.

Die Kursräume können sich aus organisatorischen Gründen ändern. Kontrollieren Sie diese bitte auf den zu Semesterbeginn im Foyer ausgehängten Raumplänen.

#### **DEUTSCH**

Informationen zu ÖSD und ÖIF – Prüfungen (alle Niveaustufen A1 – C1) unter office@bpi.ac.at oder 01/810 73 82 DW 11

#### Deutschkurse werden durch die VHS-Mödling gefördert!

11	13	A9
AK NED	Deutsch als Zweitsprache 1 - A1 Kursleitung: SR HOL DiplPäd. Beatrix Krasa für Hörer*innen OHNE Vorkenntnisse Lehrbuch wird bekannt gegeben Gefördert durch die VHS Mödling min. 8 TLN – max. 12 TLN	MO+DO 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 145,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 24 x Kursort: 102
<b>A</b>	Deutsch als Zweitsprache 2 - A1+ Kursleitung: Mag. Karin Pultar für Hörer*innen mit geringen Vorkenntnissen Wichtig: In diesem Kurs wird mit schriftlichen Unterlagen gearbeitet. Kenntnisse im Lesen und Schreiben der deutschen Schrift sind unbedingt nötig! Lehrbuch: Pluspunkt Deutsch – Leben in Österreich A1 (ab Kapitel 6) ISBN: 978-3-06-520979-3 (ca. € 27,-) min. 8 TLN – max. 12 TLN	MO+DO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 145,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 24 x Kursort: 205
D/3	Deutsch als Zweitsprache 3 - A2 Kursleitung: Gottfried Strasser, BA für Hörer*innen mit guten Deutschkenntnissen im Niveau A1 Kursbuch wird in der ersten Einheit bekannt ge- geben. Der Kurs wird teilweise online über die Plattform 'ZOOM' gehalten. min. 8 TLN – max. 12 TLN	DI+DO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 145,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 24 x Kursort: Dienstag - E05 Donnerstag - E01

<b>A</b>	Deutsch als Zweitsprache 4 - A2+ Kursleitung: Gottfried Strasser, BA für Hörer*innen mit mäßigen Deutschkenntnissen im Niveau A2 Kursbuch wird in der ersten Einheit bekannt gegeben. Der Kurs wird teilweise online über die Plattform 'ZOOM' gehalten. min. 8 TLN – max. 12 TLN	DI+DO 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 145,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 24 x Kursort: Dienstag - E05 Donnerstag - E01
D/5 <b>★</b>	Deutsch als Zweitsprache 5 - B1 Kursleitung: Konrad Grafl für Hörer*innen mit sehr guten Deutschkennt- nissen im Niveau A2 Lehrbuch: 'Pluspunkt Deutsch - Leben in Öster- reich' B1 (bestehend aus 2 Bänden) (ca. € 27,-) min. 8 TLN – max. 12 TLN	MO+DO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 145,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 24 x Kursort: E03
D/6 <b>Æ</b>	Deutsch als Zweitsprache 6 - B1+ Kursleitung: SR HOL DiplPäd. Beatrix Krasa für Hörer*innen mit guten Deutschkenntnissen im Niveau A2 und Grundkenntnissen in B1 Lehrbuch wird bekanntgegeben Gefördert durch die VHS Mödling min. 8 TLN – max. 12 TLN	MO+DO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 145,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 24 x Kursort: 102
D/B2 <b>★</b>	Deutsch als Zweitsprache - B2 Kursleitung: Mag. Karin Pultar für Hörer*innen mit guten Kenntnissen der Grammatik B1 Übung von Wortschatz und Grammatik Lehrbuch: wird im Kurs bekanntgegeben min. 8 TLN – max. 12 TLN	MO+DO 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 145,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 24 x Kursort: 205
<b>A</b>	Deutsch als Zweitsprache - C1 Kursleitung: Konrad Grafl für Hörer*innen mit sehr guten Vorkenntnissen im Niveau B2 Ein selbstständiger Gebrauch der deutschen Sprache (schriftlich und mündlich) wird voraus- gesetzt. Die Geläufigkeit der Sprache wird an- hand verschiedener Texte trainiert. Erweiterung des Wortschatzes und der Grammatikkenntnisse. Lehrbuch wird bekanntgegeben	MO+DO 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 145,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 24 x Kursort: E03 min. 8 TLN – max. 12 TLN

#### ENGLISCH - nach Sprachniveau geordnet (siehe Tabelle Seite 8/9)

AK NEU	Englisch 1 - A1 Kursleitung: Mag. Dalma Beke Für Hörer*innen ohne Vorkenntnisse, die von Grund auf die englische Sprache erlernen möchten. Lehrbuch: English Network Starter A1 min. 7 TLN – max. 12 TLN	DO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E06
<b>Æ</b>	Englisch in Gumpoldskirchen - A1+ Kursleitung: Mag. Andrea Winter Ein Englischkurs für alle, die ihre ersten Schritte beim Englischlernen gemacht haben und weite- re Grundkenntnisse erlernen möchten. Auch Wiedereinsteiger*innen, die ihre Englischkennt- nisse auffrischen möchten, sind in diesem Kurs herzlich willkommen. Im Vordergrund steht die Freude am Lernen, Englisch zu sprechen und einfache Informationen und Gespräche zu ver- stehen. Lehrbuch: Great! A1 (ISBN 978-3-12-501480-0, ca. ab Lektion 7 min. 7 TLN – max. 12 TLN	DO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: MMS/MS Gumpoldskirchen
<b>A</b>	Englisch 2 am Vormittag - A1+ Kursleitung: Dr. Gabriele Schätzle-Edelbauer für Hörer*innen mit sehr geringen Kenntnissen. Basics erlernen, anwenden und praxisorientierte Sprechsituationen im Alltag üben. Lehrbuch: Great! A1, Klett Verlag Kleingruppe min. 5 TLN - max. 6 TLN	MI 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: 17 Raum 2
<b>A</b> K	Englisch 4 am Vormittag - A1+ Kursleitung: Mag. Margit Lehner für Hörer*innen mit geringen Vorkenntnissen oder 'verstaubten' Kenntnissen. Wir wollen Hemmungen in einer fremden Sprache zu kommunizieren überwinden und Sprechpraxis für diverse Alltagssituationen erwerben. Lehrbuch: Great A1, Klett Verlag ISBN 978-3-12-501480-0 ca. ab Lektion 8 Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN	FR 10:40 - 12:00 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 09.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Lehrerzimmer

Anmeldung online: ab 17.08.2020 auf www.vhs-moedling.at

AK	Englisch 8 am Vormittag - A2 Kursleitung: Dr. Gabriele Schätzle-Edelbauer Für Hörer*innen mit mäßigen Vorkenntnissen, die ihr Wissen gerne auffrischen, erweitern und Sprechpraxis erlangen wollen. Lehrbuch: Great A2, Klett Verlag Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN	MI 10:40 - 12:00 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2
<b>A</b>	Englisch 11 - A2 Kursleitung: Dr. Gabriele Schätzle-Edelbauer für Hörer*innen mit mäßigen Vorkenntnissen Es werden Grundkenntnisse erworben oder aufgefrischt und alltägliche Sprechsituationen eingeübt. Der Kurs ist auch für alle Hörer*innen geeignet, die gerne auf Reisen sind und sich in Alltagssituationen verständigen wollen. Lehrbuch: Great A2, Klett Verlag min. 7 TLN – max. 12 TLN	MO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01
<b>A</b>	Englisch 15 - A2 Kursleitung: Oliver Zinnecker, BEd Für Hörer*innen mit mäßigen bis guten Vorkenntnissen. Möchten Sie Ihre Englischkenntnisse in einer gemütlichen Gruppe verbessern? Dann sind Sie herzlich willkommen! kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigestellt min. 7 TLN – max. 12 TLN	MI 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E05
ел-v <b>Ж</b>	Enjoying English together - A2 Kursleitung: Mag. Margit Lehner für Hörer*innen mit mäßigen Vorkenntnissen Lehrbuch: Easy English A 2.2 Cornelsen Verlag ISBN 978-3-06-20817-8 ca. ab Lektion 11 min. 7 TLN – max. 12 TLN	DI 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01
€K1-V	Let's talk English in the morning - A2 Kursleitung: Karin MacKrell Anhand kurzer Texte werden die Geläufigkeit beim Sprechen trainiert, der Wortschatz erweitert und Lücken in der Grammatik geschlossen. Kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigestellt min. 7 TLN – max. 12 TLN	MO 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01

Schnupperstunden sind grundsätzlich nicht vorgesehen!

AK	Let's talk English in the morning - A2 Kursleitung: Karin MacKrell Anhand kurzer Texte werden die Geläufigkeit beim Sprechen trainiert, der Wortschatz erweitert und Lücken in der Grammatik geschlossen. Kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigestellt min. 7 TLN – max. 12 TLN	MO 10:40 - 12:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01
<b>Æ</b>	Endlich Zeit für Englisch am Vormittag - A2 Kursleitung: DiplPäd. Anita-Therese Kollmitzer für Hörer*innen mit geringen bis mäßigen Vor- kenntnissen. Anhand praktischer Themen wie Sport, Kultur, Essen, Trinken und Reisen, ergänzt durch interessante Infos zu englischsprachigen Län- dern, werden Grammatik und Wortschatz in kleinen Schritten erarbeitet und wiederholt. Kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigestellt Kleingruppe min. 5 TLN - max. 6 TLN	DI 10:40 - 12:00 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 3
#K	English improvement in the morning - A2+ Kursleitung: Susanne Blair Conversation, reading and topical discussion in a relaxed atmosphere. Grammar revision and general freshen up of language use. No course book - sheets will be provided. min. 7 TLN – max. 12 TLN	DO 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01
<b>A</b>	Pep up your English - A2+ Kursleitung: Dr. Gabriele Schätzle-Edelbauer Für alle, die ihre Sprachfertigkeit praxisorientiert trainieren, ihren Wortschatz erweitern, die Grammatik auffrischen und sich auf Reisen, bei Hotelbuchungen, im Restaurant oder bei Re- klamationen gut verständigen wollen. Lehrbuch: Refresh Now B1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-605189-7	MO 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01 min. 7 TLN – max. 12 TLN
E/A-V	Englisch zur Auffrischung am Vormittag - B1 Kursleitung: Susanne Blair Up to date use of English through reading and discussion of current events. Grammar revision and daily situation conversations. No course book - sheets will be provided. min. 7 TLN – max. 12 TLN	DO 10:40 - 12:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01

E/BU-V	English Brush-up in the morning - B1 Kursleitung: DiplPäd. Anita-Therese Kollmitzer Auffrischung der Grundgrammatik sowie Training des Lese- und Hörverständnisses Kein Lehrbuch - Arbeitsmaterial wird beigestellt min. 7 TLN – max. 12 TLN	MI 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01
E/M-V	Englisch für die Mittelstufe am Vormittag - B1+ Kursleitung: DiplPäd. Anita-Therese Kollmitzer Für Hörer*innen, die ihre Englischkenntnisse verbessern und erweitern wollen. Der Schwerpunkt liegt auf mündlicher Kommunikation zu aktuellen Themen und Zeitungsartikeln, Reise und Urlaub und Auffrischung der Grammatik. Kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigestellt. Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN	DI 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 3
E/C-V	English conversation in the morning - B2 Kursleitung: Mag. Margit Lehner für Hörer*innen mit mäßigen bis guten Vorkenntnissen In lockerer Atmosphäre diskutieren wir über aktuelle und persönliche Themen. Zusätzlich besprechen wir - wenn nötig - verschiedene Grammatikkapitel. Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN	FR 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 09.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Lehrerzimmer
E/CC-V	English-Challenge & Chat am Vormittag - B2 Kursleitung: DiplPäd. Anita-Therese Kollmitzer Gespräche und Diskussionen - Themen aus dem Umfeld der KursTeilnehmer*innen, aus Nachrichten und Reportagen. Arbeitsmaterial wird beigestellt min. 7 TLN – max. 12 TLN	MI 10:40 - 12:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01
E/B	Englisch für Beruf und Freizeit - B2 Kursleitung: MMag. Anke Molecz Dieser Kurs richtet sich an alle Interessenten mit guten Vorkenntnissen, die Spaß an der engli- schen Sprache haben und diese gerne selbstsi- cher im Beruf und im Alltag, wie z.B. auf Ge- schäftsreisen aber auch auf privaten Reisen, verwenden möchten. Der Kursinhalt wird je nach den individuellen Bedürfnissen der Kursteilneh-	MO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E08

	mer*innen angepasst. Wir werden viel sprechen, das Vokabular festigen bzw. aufbauen und die Grammatik wiederholen. Lehrbuch: eigene Unterlagen min. 7 TLN – max. 12 TLN	
EK2	Advanced English Conversation - C1 Kursleitung: Oliver Zinnecker, BEd Für alle, die ihre guten Englischkenntnisse durch praktische Anwendung verbessern möchten. Abwechslungsreiche Themen mit Diskussionen in freundlicher und lockerer Atmosphäre. Kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigestellt min. 7 TLN – max. 12 TLN	MI 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E05

#### FRANZÖSISCH - nach Sprachniveau geordnet (siehe Tabelle Seite 8/9)

F1	Französisch 1 - A1 Kursleitung: Simone Wagner-Furch für Hörer*innen ohne Vorkenntnisse Lehrbuch: Hueber-Verlag, On y va A1, aktuali- sierte Ausgabe, ab Lektion 1 ISBN: 978-3-19-103325-5 min. 7 TLN – max. 12 TLN	MO 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: 202
F2	Französisch 2 - A1+ Kursleitung: Simone Wagner-Furch Fortsetzung der Gruppe 'peu à peu, Schritt für Schritt zum Erfolg' vom vergangenen Semester. Lehrbuch: Hueber-Verlag, On y va A1, aktualisierte Ausgabe, ab Lektion 4, ISBN: 978-3-19-103325-5 min. 7 TLN – max. 12 TLN	DO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: 202
F/A2-V	Französisch zur Auffrischung - A2 Kursleitung: Mag. Magda Vrignaud für Teilnehmer*innen mit geringen bis mäßigen Vorkenntnissen die ihre Sprachkenntnisse auf- frischen und erweitern möchten Lehrbuch: "On y va A2" ab Lektion 5 Kleingruppe: min. 5 - max. 6 TLN	DO 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 4

Mit der Anmeldung akzeptieren Sie unsere Geschäftsbedingungen und Datenschutzbestimmungen.

F/A2+-V	Französisch am Vormittag - A2+ Kursleitung: Mag. Magda Vrignaud Für Hörer*innen mit mäßigen Kenntnissen Wir erweitern durch leichte Dialoge, Hörübungen und Grammatik Ihre Französischkenntnisse. Lehrbuch: "On y va A2" voraussichtlich ab Lektion 7 und eigene Texte Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN	MO 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Lehrerzimmer
F/B1-GU	Französisch in Gumpoldskirchen - B1 Kursleitung: Marie-Laurence Souczek für Hörer*innen mit mäßigen bis guten Vor- kenntnissen Lehrbuch: Voyages Neu B1, ISBN 978-3-12-529431-8 ab Lektion 4 min. 7 TLN – max. 12 TLN	DO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: MMS/MS Gumpoldskirchen
F/B2-GU	Französisch Konversation in Gumpolds- kirchen - B2 Kursleitung: Marie-Laurence Souczek für Hörer*innen mit guten bis sehr guten Vor- kenntnissen Eigene Unterlagen zu aktuellen Themen. min. 7 TLN – max. 12 TLN	DO 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: MMS/MS Gumpoldskirchen
F/P-V	Parlons Francais! - B2 Kursleitung: Mag. Margit Lehner für Hörer*innen mit guten Vorkenntnissen Texte und Diskussionen zu aktuellen, sowie persönlichen Themen, außerdem kurze Auffrischung von diversen Grammatikkapiteln. min. 7 TLN – max. 12 TLN	DI 10:40 - 12:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01
FKB2-V	Konversationskurs Französisch - B2 Kursleitung: Mag. Magda Vrignaud für Hörer*innen mit guten Vorkenntnissen Wir werden über die französische KULTUR und GESCHICHTE sprechen und machen eine Rei- se durch die französische Sprache auf Basis aktueller Texte. kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigestellt Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN	DO 10:40 - 12:00 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 4

Follow us on Instagram: @volkshochschulemoedling

#### GRIECHISCH - nach Sprachniveau geordnet (siehe Tabelle Seite 8/9)

NEU	Neugriechisch 1 - A1 Kursleitung: Simone Wagner-Furch für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse Einführung in die neugriechische Sprache und Schrift Lehrbuch: wird im Kurs besprochen min. 7 TLN – max. 12 TLN	DI 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: 202
NEU	Neugriechisch - A1+ bis A2 Kursleitung: Simone Wagner-Furch Offenes Lernen auf Niveau A1+ Ihr persönliches Lernziel, den bevorzugten Weg und das Tempo bestimmen die Kursteilneh- mer*innen weitgehend selbst. Die Kursleiterin unterstützt und berät so indivi- duell wie möglich. Die regelmäßigen Treffen mit der Gruppe bieten die Möglichkeit, das Gelernte anzuwenden und zu üben. min. 7 TLN – max. 12 TLN	DO 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: 202
NG/B1	November 18 B4	The register of the results of the state of the same o
NG/B1	Neugriechisch - B1 Kursleitung: Simone Wagner-Furch Die Teilnehmer*innen dieses Kurses verfügen bereits über gute Vorkenntnisse (Griechisch aktiv oder Kalimera, ganzes Buch). In diesem Semester wollen wir hauptsächlich das freie Sprechen üben, um auf den vorhandenen Sprachschatz rascher zugreifen und ihn gezielter einsetzen zu können. min. 7 TLN – max. 12 TLN	MO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: 202

 $\textbf{Onlineanmeldung:} \ ab \ 17.08.2020 \ auf \ www.vhs-moedling.at$ 

#### NG/C1

#### Neugriechisch - C1

Kursleitung: Vassiliki Hammer-Katsarou für Hörer\*innen mit sehr auten Vorkenntnissen Schwerpunkt: Konversation und der Wortschatzerweiterung.

Inhalte: Texte lesen und hören, Filme ansehen, diskutieren über aktuelle Themen, Wiederholung der Grammatik nach Bedarf

Lehrbuch: 'Taxidi stin Ellada B1 / B2' (ISBN 978-960-333-814-7) - ergänzende Unterlagen werden beigestellt

min. 7 TLN - max. 12 TLN

MO 18:00 - 19:20

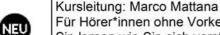
Kursbeitrag: € 110,-Kursbeginn: 05.10.2020

Kursdauer: 12 x Kursort: F04

#### ITALIENISCH- nach Sprachniveau geordnet (siehe Tabelle Seite 8/9)

#### IT1-V

#### Italienisch 1 am Vormittag - A1



Für Hörer\*innen ohne Vorkenntnisse. Sie lernen wie Sie sich vorstellen, begrüßen und verabschieden können, nach Namen, Herkunft, Adresse und Telefonnummer zu fragen, Speisekarte zu lesen und Bestellungen aufzugeben. Der Kurs bietet auch Informationen zu Land und Leuten in Italien. In der Grammatik lernen Sie u. a. die Personalpronomen, die regelmäßigen

sowie einige unregelmäßige Verben im Präsens, die Frage und die Verneinung, die Artikel, den

Gebrauch einiger Präpositionen. Lehrbuch: Nuovo Espresso 1 (IBAN 978-3-19-205438-9)

Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN

DO 10:40 - 12:00

Kursbeitrag: € 130,-Kursbeginn:

08.10.2020 Kursdauer: 12 x

Kursort:

J. Thoma Str. 17 Raum 3

IT1

#### Italienisch 1 - A1



Kursleitung: MMag. Margit Hajek-Zinterl für Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse Italienisch lernen, abwechslungsreich und in entspannter Atmosphäre, mit dem Ziel sich langsam in Alltagssituationen in Italien zurechtzufinden, mit Fokus auf Grundwortschatz, Üben von ersten Redewendungen sowie Erlernen von grammatischen Strukturen.

Lehrbuch: Hueber Verlag Nuovo Espresso 1

(ISBN: 978-3-19-205-438-9)

DI 19:40 - 21:00

Kursbeitrag: € 110,-Kursbeginn:

06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: F03

min. 7 TLN max. 12 TLN

NEU	Italienisch für die Reise Teil 1 - A1 Kursleitung: Mag. Charlotte Ehrenleitner-Toth Die Kenntnis einiger grundlegender Vokabel und Phrasen lässt Sie Land und Leute besser ver- stehen. Sie üben mit viel Spaß und wenig Grammatik nicht nur Gespräche für wichtige All- tagssituationen, sondern erfahren auch einiges über italienische Bräuche und Traditionen. Lehrbuch: Viva le vacanze! ISBN 978-3-19-207243-7 min. 7 TLN – max. 12 TLN	MI 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E03
IT2/GU	Italienisch 2 in Gumpoldskirchen - A1+ Kursleitung: Mirella Belmonte Riedel Ein Kurs für alle mit geringen Vorkenntnissen, die die Sprache spielerisch leicht lernen wollen oder wieder in die Sprache einsteigen und die Grundkenntnisse fast von Anfang an auffrischen möchten. Lehrbuch: Nuovo Espresso 1, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-205438-9 ab Lektion 3 min. 7 TLN – max. 12 TLN	DO 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: MMS/MS Gumpoldskirchen
ІТ4а	Italienisch 4a - A1+ Kursleitung: MMag. Anke Molecz Für Teilnehmer*innen des letzten Semesters und alle Interessenten, die Spaß am Erlernen einer Sprache haben und dies in einer ange- nehmen, entspannten Atmosphäre umsetzen wollen. Wir sprechen viel, haben keine Angst vor Fehlern und die Grammatik wird auf eine verständliche Art vermittelt, sodass es Freude macht, sie nach und nach zu beherrschen. Lehrbuch: Eigene Unterlagen min. 7 TLN – max. 12 TLN	MO 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E08
IT4b	Italienisch 4b - A2 Kursleitung: MMag. Margit Hajek-Zinterl Für Teilnehmer*innen des vergangenen Semesters und für alle mit guten Vorkenntnissen im Niveau A1+ Italienisch abwechslungsreich und in entspannter Atmosphäre lernen, mit dem Ziel die Sprachkompetenzen im elementaren Bereich zu festi-	DI 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E03

	gen und Alltagssituationen in Italien sprachlich zu bewältigen. Der Fokus liegt auch auf der weiteren Festigung des Wortschatzes, der Festigung von Redewendungen sowie grammatischer Grundstrukturen. Lehrbuch: Hueber Verlag Nuovo Espresso 2, (ab Lektion 3) ISBN: 978-3-19-205-439-6 Kleingruppe min. 5 - max. 6 TLN	
IT5/GU	Italienisch 5 in Gumpoldskirchen - A1+ Kursleitung: Mirella Belmonte Riedel Für Hörer*innen des vergangenen Semesters und alle Hörer*innen mit geringen Vorkenntnis- sen, die unterhaltsam die Sprache lernen und sich in Alltagssituationen unterhalten wollen. Lehrbuch: Nuovo Espresso 1, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-205438-9 ab Lektion 8 min. 7 TLN – max. 12 TLN	DO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: MMS/MS Gumpoldskirchen
IT7a-V	Italienisch 7 am Vormittag - A2 Kursleitung: Marco Mattana Für Hörer*innen mit Vorkenntnissen (A1+), die gerne ihre Italienischkenntnisse erweitern möchten. Mit Erreichen des Sprachniveaus A 2 können Sie Informationen zur Familie und Person austauschen, über Beruf, Hobbys und Gewohnheiten sprechen, Termine absprechen, einfache Wegbeschreibungen geben und verstehen und Informationen austauschen. In entspannter Lernumgebung wird der Wortschatz erweitert und ergänzt, die Grammatik und komplexe Satzstrukturen ausgebaut. Lehrbuch: Nuovo Espresso 2 (ISBN 978-88-6182-321-1) Lektion 1 Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN	MI 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 3
IT7b-V	Italienisch 7 am Vormittag - A2 Kursleitung: Marco Mattana Kursinhalt siehe IT7a-V Lehrbuch: Nuovo Espresso 2 (ISBN 978-88-6182-321-1) Lektion 1 Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN	MI 10:40 - 12:00 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 3

IT8	Italienisch 8 - A2 Kursleitung: Mirella Belmonte Riedel Für Hörer*innen die schon im letzten Semester dabei waren und für alle, die bereits einmal Itali- enisch gelernt haben und das Niveau A1 er- reicht haben. Durch motivierende Übungen, so- wie Hör- und Lesetexte werden Sie erkennen, dass Italienisch lernen Spaß macht. Lehrbuch: Nuovo Espresso 2, Hueber Verlag, (ISBN 978-3-19-205439-6) ab Lektion 5 min. 7 TLN – max. 12 TLN	DI 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: 104
IT9-V	Italienisch 9 am Vormittag - A2+ Kursleitung: Marco Mattana Für Hörer*innen mit soliden Vorkenntnissen (A2+), die gerne ihre Italienischkenntnisse vertiefen möchten. Leichte Konversation zu Themen des Alltags, Einübung typischer Sprechsituationen, Erweiterung der Grammatik und Lektüre zusammenhängender Texte, das alles in freundlicher und produktiver Lernumgebung. Kleingruppe: min. 5 - max. 6 TLN	DO 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 3
ITF	Parlando s'impara - A2+ Kursleitung: Mirella Belmonte Riedel Leichte Konversation in freundlicher Atmosphäre. Ausgehend von Texten und Geschichten geht es in diesem Kurs um die Verwendung der Sprache in verschiedenen Themenbereichen. Ergänzend dazu werden auch die wichtigsten Bereiche der Grammatik aufgefrischt. Kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigestellt Kleingruppe: min. 5 - max. 6 TLN	DI 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: 104
ITF-V	Italienisch für Fortgeschrittene am Vormittag - B1 Kursleitung: Mirella Belmonte Riedel Für Hörer*innen die mit viel Spaß leichte Konversation lernen wollen. Ein Mix aus Informationen, Tipps zur Kultur/Aktualität und Grammatikwiederholung. Kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigestellt. Kleingruppe: min. 5 - max. 6 TLN	DO 10:40 - 12:00 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Lehrerzimmer

IT/B1	Italienisch für Fortgeschrittene (50+) - B1 Kursleitung: Mag. Charlotte Ehrenleitner-Toth Für Hörer*innen die Ihre Kenntnisse vergnüglich auffrischen wollen. Leichte Konversation auf Basis aktueller Texte, Landeskunde, Aktuelles aus dem Internet, Spiele und Rätsel zur Wort- schatzerweiterung und Grammatikwiederholung. Kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigestellt. min. 7 TLN – max. 12 TLN	MI 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E03
ITK-V	Italienisch Konversation am Vormittag - B1+ Kursleitung: Mirella Belmonte Riedel Der Kurs ist für alle die Spaß am Auffrischen und Erweitern ihrer Sprachkenntnisse haben. Authentische Texte über Land und Leute, Vi- deos, Musik sowie einfache literarische Texte dienen der Konversation. Wiederholung der Grammatik nach Bedarf. Kleingruppe: min. 5 - max. 6 TLN	DO 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Lehrerzimmer

#### JAPANISCH - nach Sprachniveau geordnet (siehe Tabelle Seite 8/9)

JAP/A	Japanisch - A1 Kursleitung: Tsuneko Ipp Einführung in die japanische Sprache und Kultur für Hörer*innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen. Langenscheidt Japanisch 1 min. 7 TLN – max. 12 TLN	DI 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01
JAP/F	Japanisch Fortgeschrittene - A1+ Kursleitung: Tsuneko Ipp Einführung in die japanische Sprache und Kultur für Hörer*innen mit geringen Vorkenntnissen. Langenscheidt Japanisch 1 min. 7 TLN – max. 12 TLN	DI 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01

Onlineanmeldung: ab 17.08.2020 auf www.vhs-moedling.at Persönliche Anmeldung: Dieses Semester können wir Ihnen auf Grund der derzeitigen Situation keine Einschreibwoche anbieten. Eine persönliche Anmeldung ist aber nach Vereinbarung möglich.

Wir bitten Sie sich eigenverantwortlich über die vorgeschriebenen Covid19-Regelungen und Maßnahmen kundig zu machen und diese einzuhalten.

#### KROATISCH- nach Sprachniveau geordnet (siehe Tabelle Seite 8/9)

AK NEU	Kroatisch 1 - A1 Kursleitung: Danica Mijakovic für Hörer*innen ohne Vorkenntnisse Einführung in die kroatische Sprache in ent- spannter Atmosphäre. Lehrbuch wird im Kurs bekanntgegeben. min. 7 TLN – max. 12 TLN	DI 19:10 - 20:30 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E08
<b>K</b> KR3	Kroatisch 3 - A1+ Kursleitung: Danica Mijakovic für Hörer*innen des vergangenen Semesters und Interessierte mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: Kroatisch lernen? Nema Problema! Band1 ISBN 978-3-9810940-0-8 und eigene Unterlagen min. 7 TLN – max. 12 TLN	DI 17:35 - 18:55 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E08
KR/K	Kroatisch Konversation - B2 Kursleitung: Mag. Vera Schnirch für Hörer*innen mit guten Vorkenntnissen Lehrbuch: Razgovarajte s nama! (Fortsetzungs- buch B1 - B2 ISBN 978-953-175-526-9) sowie aktuelle Zeitungsartikel und andere Unterlagen Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN	MI 17:35 - 19:00 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2

#### RUMÄNISCH

RUM	Rumänisch - A1	DO 19:40 - 21:00
	Kursleitung: Mag. Dalma Beke	Kursbeitrag: € 130,-
A	für Hörer*innen ohne und mit sehr geringen	Kursbeginn:
K	Vorkenntnissen	08.10.2020
	Lehrinhalt: Aussprache, Grundstrukturen der	Kursdauer: 12 x
NEU	Grammatik, Basiswortschatz für Alltagssituatio-	Kursort: E06
	nen mit interaktiven Methoden	
	Lernziel: Bewältigung erster Kommunikationssi-	
	tuationen, Entwicklung aktiver Grundfertigkeiten	
	im Sprechen, Schreiben und Hörverständnis	
	Lehrbuch: Drakula Arefu: 'Das Erste Rumäni-	
	sche Lesebuch für Anfänger'	
	ISBN 978-1-50-8-416	
	Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN	

#### RUSSISCH- nach Sprachniveau geordnet (siehe Tabelle Seite 8/9)

AK	Russisch 2 - A1+ Kursleitung: MMag. Piroska Kalab Für Hörer*innen des vergangenen Semesters und alle Interessierten mit geringen Vorkennt- nissen. Das russische Alphabet ist schon be- kannt und wir beginnen kleine Texte zu lesen und kurze Dialoge zu Alltagsthemen zu führen. Kein Lehrbuch – verschiedene unterhaltsame Materialien und Medien werden herangezogen. Kleingruppe: min. 5 - max. 6 TLN	DO 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: 103
AK	Russisch 3 - A1+ Kursleitung: Elena Guttman Langsame Erweiterung des Wortschatzes durch Leseerfahrungen, leichte Kommunikation, Aufbau von Grundkenntnissen der russischen Grammatik, mit Hilfe verschiedener unterhaltsamer Materialien und Medien. Kursbuch: 'Jasno' A1-A2 (Klett-Verlag) ab Kapitel 7 Kleingruppe: min. 5 - max. 6 TLN	DI 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E04
AK	Russisch 10 - A2 Kursleitung: MMag. Piroska Kalab Für Hörer*innen des vergangenen Semesters und alle Interessierten mit mäßigen Vorkennt- nissen. Im Vordergrund dieses Kurses stehen die mündliche Kommunikation und der Spaß am Austausch in der Fremdsprache und die Vermitt- lung und Vertiefung grammatischer Strukturen und Wendungen der russischen Sprache. Lehrbuch: Dialog 2, Cornelsen Verlag ISBN 978-3-06-120053-4 Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN	DO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: 103
RU/B1+	Russisch für Fortgeschrittene - B1+ Kursleitung: Elena Guttman Aktive Sprachverwendung in Formen von kurzen Referaten zu frei gewählten oder vorgegebenen Themen, spontane Diskussionen zu bestimmten Themen, Lesen moderner literarischer Werke im Original, Anschauen von Filmaus-	DI 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E04 Bitte umblättern

#### RU/B1+

schnitten auf Russisch, Auseinandersetzung mit schwierigen Fällen der russischen Grammatik, Verfassen von kleinen Aufsätzen, Hör- und Übersetzungsübungen, lustige Sprachspiele. Kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigestellt. min. 7 TLN – max. 12 TLN

#### SCHWEDISCH- nach Sprachniveau geordnet (siehe Tabelle Seite 8/9)

#### SW1

#### Schwedisch 1 - A1



Kursleitung: Dipl.-Päd. Pernilla Korherr für Hörer\*innen ohne Vorkenntnisse Einführung in die schwedische Sprache, damit Sie sich im Urlaub und in Alltagssituationen verständigen können. Im Kurs erfahren Sie auch viel über die schwedische Art zu Leben. Lehrbuch: Javisst! (Claudia Eberan) ISBN 978-3-19-105405-2

ISBN 978-3-19-105405-2 min. 7 TLN – max. 12 TLN

#### MI 19:40 - 21:00

Kursbeitrag: € 110,-Kursbeginn: 07.10.2020

Kursdauer: 12 x Kursort: E07

#### SW3

#### Schwedisch 3 - A1+

Kursleitung: Dipl.-Päd. Pernilla Korherr Sie haben schon den ersten Kurs hinter sich. Jetzt geht es darum die Basis zu festigen und den Wortschatz zu erweitern indem wir uns unterschiedliche Themen anschauen. Sie erfahren auch viel über die schwedische Lebensweise. Lehrbuch: Javisst! (Claudia Eberan) und eigene Unterlagen MI 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,-

Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E07

SLOWAKISCH- nach Sprachniveau geordnet (siehe Tabelle Seite 8/9)

#### SLO2

#### Slowakisch 2 - A1

min. 7 TLN - max. 12 TLN



Kursleitung: Mag. Zuzana Graf für Hörer\*innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen

Einführung in die Slowakische Sprache, damit Sie sich in Beruflichen- und Alltagssituationen und auf (Dienst)Reisen verständigen können. Lehrbuch: Krizom-krazom 1 (Renata Kamenaro-

va) ab Lektion 3

Kleingruppe: min. 5 - max. 6 TLN

#### DI 18:00 - 19:20

Kursbeitrag: € 130,-Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x

Kursort:

J. Thoma Str. 17 Raum 2

#### SLO/F

K

#### Slowakisch für Fortgeschrittene - A2+

Kursleitung: Mag. Zuzana Graf

für Hörer\*innen mit guten Vorkenntnissen Leichte Konversation, um auf dem Laufenden zu

bleiben.

Lehrbuch: Krizom-krazom (Slovencina A2 von Renata Kamenarova und Krizom-krazom Solvencina A1+A2 cvicebnica) ab Lektion 7 Kleingruppe min. 5 - max. 6 TLN Kursbeginn:

Kursbeginn: 08.10.2020

DO 19:40 - 21:00

Kursort:

J. Thoma Str. 17

Kursdauer: 12 x

Raum 2

#### SPANISCH- nach Sprachniveau geordnet (siehe Tabelle Seite 8/9)

#### SP1 DI 19:40 - 21:00 Spanisch 1 - A1 Kursleitung: MA Alejandro González Contreras Kursbeitrag: € 110.für Hörer\*innen ohne Vorkenntnisse Kursbeginn: NEU In diesem Kurs lernen Sie die spanische Spra-06.10.2020 Kursdauer: 12 x che kennen, damit Sie im Urlaub oder in All-Kursort: 102 tagssituationen bereits einfache Dialoge führen können. Neben der Basisgrammatik und dem Erlernen von kleinen Dialogen und den Zahlen. bringt Ihnen der Kursleiter auch die spanischsprachige Welt näher. Lehrbuch: Con gusto A1 Lehr- und Arbeitsbuch + 2 Audio-CDs: ISBN 978-3-12-514980-9 min. 7 TLN - max. 12 TLN SP1-V Spanisch 1 am Vormittag - A1 DO 10:40 - 12:00 Kursleitung: Mag. Sol De Gongora Galvan Kursbeitrag: € 130,-Für Kursteilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse Kursbeginn: NEU Erlernen Sie spielend leicht die spanische Spra-08.10.2020 che: Aussprache, Grundwortschatz für Alltagssi-Kursdauer: 12 x tuationen, kurze Dialoge, Hörverständnisübun-Kursort: gen und Kennenlernen der Kultur spanisch J. Thoma Str. 17 sprechender Länder. Raum 2 Lehrbuch: Ene A1 ISBN 978-3-19-004219-7 Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN SP2 Spanisch 2 - A1+ DI 18:00 - 19:20 Kursleitung: MA Alejandro González Contreras Kursbeitrag: € 110,-Für Hörer\*innen des vergangenen Semesters Kursbeginn: und mit sehr geringen Vorkenntnissen 06.10.2020 In diesem Kurs erweitern Sie Ihre Kenntnisse Kursdauer: 12 x der spanischen Sprache, damit Sie im Urlaub Kursort: 102

oder in Alltagssituationen bereits einfache Dia-

Bitte umblättern

	loge führen können. Neben weiterer Basisgrammatik und dem Erlernen von kleinen Dialogen, bringt Ihnen der Kursleiter auch die spanischsprachige Welt näher. Lehrbuch: Con gusto A1 Lehr- und Arbeitsbuch + 2 Audio-CDs: ISBN 978-3-12-514980-9 voraussichtlich ab Lektion 4 min. 7 TLN – max. 12 TLN	
SP4a-V	Spanisch 4a am Vormittag - A1+ Kursleitung: Graciela Suraniti De Heers für Hörer*innen mit Vorkenntnissen Einführung in die spanische Sprache: Aussprache, Grundwortschatz von Alltagsituationen, Durchführen kurzer Dialoge, Hörverständnis- übungen und Kennenlernen der Kultur spanisch sprechender Länder. Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag, ca. ab Lektion 8 min. 7 TLN – max. 12 TLN	FR 10:40 - 12:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 09.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01
SP4b-V	Spanisch 4b am Vormittag - A1+ Kursleitung: Mag. Sol De Gongora Galvan Für Hörer*innen des vergangenen Semesters und Hörer*innen die ihre geringen Spanischvor- kenntnisse verbessern möchten. Lehrbuch: Eñe A1, Hueber Verlag, ab Lektion 7 Kleingruppe: min. 5 - max. 6 TLN	DO 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2
SP4	Spanisch 4 - A1+ Kursleitung: Mag. Carina Raves-Steinhübel Für Hörer*innen des vergangenen Semesters und Hörer*innen mit einigen Vorkenntnissen. Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett (ISBN: 978-3-12-514671-6) ab Kapitel 7 min. 7 TLN – max. 12 TLN	DO 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E08
SP6	Spanisch 6 - A1+ Kursleitung: Mag. Carina Raves-Steinhübel Für Hörer*innen des vergangenen Semesters und Hörer*innen mit mäßigen Vorkenntnissen. Lehrbuch: Caminos hoy A1, Klett (ISBN: 978-3-12-515770-5), ab Kapitel 10 min. 7 TLN – max. 12 TLN	DO 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E08

SP9	Spanisch 9 - A2 Kursleitung: Graciela Suraniti De Heers Lesen interessanter Themen über spanisch- sprechende Länder, über Alltagsthemen spre- chen, Anschauen von kurzen landeskundlichen Videos mit interaktiven Übungen, kurze Texte verfassen sowie Training des Hörverständnis- ses, sind wichtige Bestandteile dieses Kurses. Lehrbuch: Eñe A2, Hueber Verlag, ab Lektion 6 min. 7 TLN – max. 12 TLN	DI 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E07
SP11-V	Spanisch 11 am Vormittag - A2+ Kursleitung: Graciela Suraniti De Heers Lesen interessanter Themen über spanisch- sprechende Länder, Konversation, kurze Texte verfassen, sowie das Training des Hörverständ- nisses sind wichtige Bestandteile dieses Kurses. Lehrbuch: Eñe A2, Hueber Verlag, ca. ab Lektion 9 min. 7 TLN – max. 12 TLN	FR 09:00 - 10:20 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 09.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E01
SPF-V	Spanisch für Fortgeschrittene am Vormittag - B1	MI 10:40 - 12:00 Kursbeitrag: € 130,-
	Kursleitung: Graciela Suraniti De Heers Konversation, interessante Themen über spa- nischsprechende Länder, Spiele, Videos, kurze Texte verfassen, sowie das Training des Hör- verständnisses, sind wichtige Bestandteile die- ses Kurses. Lehrbuch: Con Gusto B1, Klett Verlag Kleingruppe: min. 5 - max. 6 TLN	Kursbeiliag. e 130,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Lehrerzimmer

Sichern Sie sich Ihren Kursplatz durch rechtzeitige Bezahlung des Kursbeitrages!

#### SPK-V

#### Spanisch Konversation am Vormittag - C1

Kursleitung: Graciela Suraniti De Heers Für Hörer\*innen des vergangenen Semesters Kein Lehrbuch - Unterlagen werden beigestellt Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN

MI 09:00 - 10:20

Kursbeitrag: € 130,-Kursbeginn: 07.10.2020

Kursdauer: 12 x Kursort: Lehrerzimmer

#### TSCHECHISCH- nach Sprachniveau geordnet (siehe Tabelle Seite 8/9)

#### TS1

#### Tschechisch 1 - A1

Kursleitung: Adam Jurák

K NEU

Anfänger\*Innen und Wiedereinsteiger\*innen, die Tschechisch von Anfang an lernen wollen sind in diesem Kurs herzlich willkommen.

Anhand praktischer Themen wie z.B.: Essen, Trinken, Reisen, Tschechische Kultur, Jahresfeste etc. werden Grundkenntnisse in Grammatik und Wortschatz systematisch erworben oder aufgefrischt

Lehrbuch: Čeština Expres A1/1 + Anhang Buch A1/1 (Lída Holá, Pavla Borilová)

Kleingruppe: min. 5 TLN- max. 6 TLN

MI 18:00 - 19:20

Kursbeitrag: € 130,-

Kursbeginn: 07.10.2020

Kursdauer: 12 x

Kursort: 104

TS/F

K

#### Tschechisch für Fortgeschrittene - A2

Kursleitung: Adam Jurák

Für Hörer\*innen, die ihre Kenntnisse verbessern

und erweitern wollen.

Schwerpunkte: Auffrischung der Grundgrammatik, Vertiefung der Grammatik sowie Training des Lese- und Hörverständnisses, Diskussionen, Verfassen von Geschäftsbriefen bzw. E-Mails, Korrespondenz, Telefongespräche und diverse mündliche Kommunikation.

Bücher und Unterlagen werden bei der ersten Einheit besprochen.

Kleingruppe: min. 5 - max. 6 TLN

MI 19:40 - 21:00

Kursbeitrag: € 130,-

Kursbeginn: 07.10.2020

Kursdauer: 12 x Kursort: 104

Wenn Sie Ihren Bonus einlösen wollen, informieren Sie sich bitte vor dem Kurs unter 05 7171 29000 für NÖ oder 0800/311311 für Wien. Mehr Informationen finden Sie auf Seite 82.

#### UNGARISCH- nach Sprachniveau geordnet (siehe Tabelle Seite 8/9)

#### UN1 Ungarisch 1 - A1



NEU

Kursleitung: Mag. Agnes Szelp

Erste Begegnung mit der Sprache und Kultur für

Hörer\*innen ohne Vorkenntnisse.

Unser Ziel ist es, einfache alltägliche Situationen wie Kontakt aufnehmen, sich vorstellen, sich erkundigen, bestellen, kaufen etc. in der Fremdsprache erfolgreich bewältigen zu können. Schwerpunkt: Kommunikation, Wortschatz, Hörverstehen, Grundgrammatik Lehrbuch 'Halló, itt Magyarország! 1'

(ISBN 9789630595773) ergänzt mit eigenen Unterlagen.

Kleingruppe: min. 5 TLN - max. 6 TLN

#### MI 19:40 - 21:00

Kursbeitrag: € 130,-

Kursbeginn: 07.10.2020

Kursdauer: 12 x Kursort: E08

#### UN4

K

#### Ungarisch 4 - A1+

Kursleitung: Mag. Agnes Szelp

Für Hörer\*innen der vergangenen Semester und für Interessierte mit Vorkenntnissen.

Unser Ziel ist es, die Sprache in der Praxis anwenden zu können.

Schwerpunkte: Dialoge, Wortschatz, Hörverstehen, Schreiben, Grundgrammatik

Als Grundlage dient das Lehrbuch 'Halló, itt Magyarország! 1' (ISBN 9789630595773) ergänzt mit eigenen Unterlagen.

Kleingruppe: min. 5 - max. 6 TLN

#### MI 18:00 - 19:20

Kursbeitrag: € 130,-

Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x

Kursort: E08

#### ALLGEMEINE- UND POLITISCHEBILDUNG

#### AG Auffrischen der Grundkenntnisse in Deutsch & Mathematik



Kursleitung: Konrad Grafl Für Erwachsene mit deutscher Muttersprache

und Personen, die sich auf Deutsch gut verständigen können, aber Schwierigkeiten mit Lesen, Schreiben oder Rechnen haben. Wir bieten verschiedene Inhalte an, aus denen wir je nach den Bedürfnissen der Kursteilnehmer\*innen individuelle Schwerpunkte setzen. Gefördert vom Verband NÖ VHS

**DO 16:30 - 17:45** Kursbeitrag: € **30,-**Kursbeginn:

08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: E03

min. 4 TLN – max. 6 TLN

VR/WW	Weltwunder Kursleitung: Tanja Ossovsky, BA Die 7 Weltwunder sind die bedeutendsten Bauwerke der Antike. 2007 wurden aus einer UNESCO-Liste der sogenannte 'Weltwunder der Moderne' 7 weitere gewählt.  1. Teil (12.10.): Die 7 Weltwunder der Antike 2. Teil (21.10.): Die modernen Weltwunder min. 10 TLN – max. 12 TLN	MO 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 25,- Kursbeginn: 12.10.2020 Kursdauer: 2 x Kursort: 103
VR/KFJ	Kaiser Franz Joseph Kursleitung: Tanja Ossovsky, BA Kaiser Franz Joseph I. (1830-1916) war einer der berühmtesten Habsburger. Erfahren Sie wie der Monarch als Politiker, Familienmitglied und Privatmann war. min. 10 TLN – max. 12 TLN	MI 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 11.11.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: 103
VR/ RING	Die Wiener Ringstraße Kursleitung: Tanja Ossovsky, BA Als 1857 die Bastei der Stadt Wien abgerissen wurde, bot das Areal Baugrund für zahlreiche Gebäude von politischer und kultureller Bedeu- tung. Im 20. Jahrhundert wurde die Wiener In- nenstadt Schauplatz zahlreicher politischer Er- eignisse. min. 10 TLN – max. 12 TLN	MO 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 25,- Kursbeginn: 23.11.2020 Kursdauer: 2 x Kursort: 103
VR/ TEST	Wer schrieb eigentlich das Neue Testament? Kursleitung: Prof. Dr. Karl R. Essmann Seit wann gibt es das Neue Testament? Wer traf die Auswahl der vier Evangelien? Was weiß man über die einzelnen Autoren? Gibt es noch die Originaltexte?	MI 18:00 - 19:30 Kursbeitrag: € 10,- Kursbeginn: 25.11.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: 101 Filmsaal
VR/ BeHo	Ludwig von Beethoven Kursleitung: Tanja Ossovsky, BA Erfahren Sie anlässlich des 250. Geburtstags von Ludwig van Beethoven private Details aus dem Leben des Komponisten und Informationen zu seinen berühmten Musikwerken. min. 10 TLN – max. 12 TLN	MI 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 09.12.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: 103

Bitte nehmen Sie eigenverantwortlich den Selbstschutz und den Schutz Ihrer Mitmenschen wahr.

VR/ STILL	Stille Nacht Kursleitung: Tanja Ossovsky, BA Erfahren Sie wie 'Stille Nacht' zum weltweit be- kanntesten Weihnachtslied wurde. min. 10 TLN – max. 12 TLN	MO 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 14.12.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: 103
VR/HIST	Arbeit als Historiker*in Kursleitung: Tanja Ossovsky, BA Hat es Sie schon immer interessiert wie Historiker*innen arbeiten? Lernen Sie verschiedene Arbeitsmethoden kennen. min. 10 TLN – max. 12 TLN	MI 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 20.01.2021 Kursdauer: 1 x Kursort: 103
NOBEL 1	Nobelpreise für Literatur – "Die Waffen Nieder" Kursleitung: Tanja Ossovsky, BA Literatur im Gespräch: Gesprächsrunde zu "Die Waffen nieder" (Literaturnobelpreis 1906) Bitte das Buch vor dem Termin lesen! "Die Waffen nieder" von Bertha von Suttner (ISBN: 978-3-95822-062-1) min. 6 TLN – max. 10 TLN	MO 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 15,- Kursbeginn: 11.01.2021 Kursdauer: 1 x Kursort: 103
NOBEL 2	Nobelpreise für Literatur – "Roman eines Schicksalslosen" Kursleitung: Tanja Ossovsky, BA Literatur im Gespräch: Gesprächsrunde zu "Roman eines Schicksalslosen" (Literaturnobelpreis 2002) Bitte das Buch vor dem Termin lesen! "Roman eines Schicksalslosen" von Imre Kertész (ISBN: 978-3-499-22576-5) min. 6 TLN – max. 10 TLN	MO 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 15,- Kursbeginn: 25.01.2021 Kursdauer: 1 x Kursort: 103

#### **NATURWISSENSCHAFTEN**

VR/PLA NET		MI 19:00 - 20:30 Kursbeitrag: € 65,-
	Kursleitung: Mag. Dr. Johannes J. Leitner, CMC Die Planeten und Monde unseres Sonnensys-	Kursbeginn: 14.10.2020
	tems  Bitte umblättern!	Kursdauer: 5 x Kursort: 102

14.10. Das Sonnensystem

04.11. Der sonnennächste Planet Merkur

25.11. Venus - Zwillingsplanet der Erde?

16.12. Ein Blick in das Innere eines terrestrischen Planeten

13.01. Die Atmosphäre der Erde als Referenz für andere Planeten

In dieser insgesamt 10-teiligen Vortragsreihe stehen die aktuellsten Erkenntnisse über die Planeten und Monde unseres Sonnensystems im Mittelpunkt. Wie ist das Sonnensystem entstanden? Welche neuen Daten haben wir von unseren Satelliten, Landegeräten und Rovern erhalten und was können wir daraus lernen? Welche Mechanismen bestimmen das Schicksal der Himmelkörper unseres Sonnensystems? Weitere 5 Teile erwarten Sie im nächsten Semester.

min. 8 TLN - max. 12 TLN

#### **EDV KURSE**

#### EDV111

#### EDV-Einführung Win10/Office 2013

K

Kursleitung: Peter Schubert
Dieser Kurs ist für alle Computerneueinsteiger\*innen geeignet. Die ersten Schritte der Bedienung eines Computers und Anpassungen mit dem Betriebssystem 'Windows 10' werden ausführlich und anhand von einfachen Praxisbeispielen erlernt. Weitere Kursinhalte: das Internet als Informationsquelle, E-Mails senden und empfangen, Texte schreiben und gestalten mit Word 2013 sowie das Durchführen einfacher Berechnungen mit Excel 2013. Die Kursinhalte orientieren sich an den ECDL-Modulen 'EDV-Grundlagen', 'Textverarbeitung' und 'Tabellenkalkulation'

min. 4 TLN - max. 6 TLN

MO+MI 17:15 - 20:00

Kursbeitrag: € 140,-Kursbeginn:

05.10.2020 Kursdauer: 4 x J. Thoma Str. 17

Raum 3

Onlineanmeldung: ab 17.08.2020 auf www.vhs-moedling.at Persönliche Anmeldung: Dieses Semester können wir Ihnen auf Grund der derzeitigen Situation keine Einschreibwoche anbieten. Eine persönliche Anmeldung ist aber nach Vereinbarung möglich.

AK	EDV-Einführung Win10/Office 2013 Kursleitung: Thomas Mayer gleicher Kursinhalt wie EDV111 min. 3 TLN - max. 6 TLN	DI+DO 17:15 - 20:00 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 03.11.2020 Kursdauer: 4 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 3
AK	EDV-Einführung Win10/Office 2013 Kursleitung: Peter Schubert gleicher Kursinhalt wie EDV111. min. 4 TLN - max. 6 TLN	MO+MI 17:15 - 20:00 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 11.01.2021 Kursdauer: 4 x J. Thoma Str. 17 Raum 3
AK	EDV-PC-Datenorganisation und -sicherung Kursleitung: Thomas Mayer In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre digitalen Dokumente und Bilder vor einem Datenverlust auf einem Windows Betriebssystem (Win7, Win8, Win10) schützen können. Weitere Inhalte des Kurses: Ordnerstruktur er- stellen, Dateiverwaltung (Suchen, Kopieren, Verschieben, usw.), Arbeiten mit externen Da- tenträgern (USB-Stick, Festplatte, CD/DVD). min.3 TLN - max. 6 TLN	FR 17:15 - 20:00 Kursbeitrag: € 40,- Kursbeginn: 23.10.2020 Kursdauer: 1 x J. Thoma Str. 17 Raum 3
AK	EDV-WORD - Einführung Grundlagen Kursleitung: Peter Schubert In diesem Kurs lernen Sie mit 'Word 2013' Texte, wie zum Beispiel Geschäftsbriefe zu schreiben, korrigieren, gestalten und drucken. Weitere Kursinhalte sind Absatzformatierungen, Verwendung von Tabulatoren, Einfügen von Tabellen, Symbolen, Bildern, Grafiken und Rahmen. Die Kursinhalte orientieren sich an den ECDL-Modulen 'EDV-Grundlagen' und 'Textverarbeitung'. min. 4 TLN - max. 6 TLN	MO+MI 17:15 - 20:00 Kursbeitrag: € 140,- Kursbeginn: 09.11.2020 Kursdauer: 4 x J. Thoma Str. 17 Raum 3

# EDV311

#### EDV-EXCEL - Einführung Grundlagen

Kursleitung: Peter Schubert

In diesem Kurs machen Sie die ersten Schritte mit einer Tabellenkalkulation (Excel 2013). Sie legen Arbeitsmappen an, geben Text, Zahlenwerte und Formeln ein um Berechnungen durchzuführen. Sie lernen Arbeitsmappen zu speichern, die Grundeinstellungen von Excel anzupassen, Zeilen und Spalten zu formatieren sowie Rechnungen und Listen zu verwalten und Daten zu sortieren und zu filtern.

Die Kursinhalte orientieren sich am ECDL-Modul 'Tabellenkalkulation'.

min. 4 TLN - max. 6 TLN

#### MI+DO

Raum 3

17:15 - 20:00

Kursbeitrag: € 140,-Kursbeginn: 09.12.2020 Kursdauer: 4 x J. Thoma Str. 17

#### **EDV411**

K

#### EDV-Internet - Einführung Grundlagen

Kursleitung: Thomas Mayer

In diesem Kurs lernen Sie die interessanten Möglichkeiten des Internets kennen. Kursinhalte: Handhabung des Webbrowsers, Suchen und Finden von Informationen im Internet, Onlinebanking, E-Mail senden und empfangen, Schutz vor Viren und Trojanern. Die Kursinhalte orientieren sich am ECDL-Modul

'Online Grundlagen'. min. 3 TLN - max. 6 TLN MO+DI

**17:15 - 20:00** Kursbeitrag: € **140.**-

Kursbeginn: 23.11.2020 Kursdauer: 4 x J. Thoma Str. 17

Raum 3

#### EDV511

K

#### **EDV-Fotobearbeitung**

Kursleitung: Thomas Mayer In diesem Workshop lernen Sie wie Sie die Bilder von Ihrer Digicam auf den PC übertragen und wie leicht Korrekturen (z.B. rote Augen wegretuschieren, Helligkeit und Farben verbessern, u.v.m.) an den Bildern vorgenommen werden können. Neben der Verwaltung der Bilder auf Ihrem PC ist ein weiterer Schwerpunkt die Bestellung von Fotoabzügen.

Bitte Digicam u. Verbindungskabel mitnehmen!

DO+FR

17:15 - 20:00

Kursbeitrag: € 80,-Kursbeginn: 15.10.2020

Kursdauer: 2 x J. Thoma Str. 17 Raum 3

#### **EDV521**

#### **EDV-Fotobuch selbst erstellen**

Kursleitung: Thomas Mayer Wollen Sie Bilder nicht mehr mühsam in ein Fotoalbum einkleben, sondern ein Fotobuch MI+DO

17:15 - 20:00

Kursbeitrag: € 80,-

# gestalten?

In diesem Kurs lernen Sie von der Installation der Software bis zum Bestellen des fertigen Fotobuchs alle notwendigen Schritte.

Selbstverständlich können Sie Ihre eigenen Bilder (z. B.: auf USB-Stick, CD/DVD oder Speicherchip) zu diesem Kurs mitnehmen.

min. 3 TLN - max. 6 TLN

Kursbeginn: 21.10.2020 Kursdauer: 2 x J. Thoma Str. 17 Raum 3

# **EDV531**

K

# **EDV-Powerpoint**

Kursleitung: Thomas Mayer
In diesem Kurs lernen Sie beeindruckende Folien mit PowerPoint zu erstellen.
allgemeine Einstellungsmöglichkeiten, Folienmaster (Gestaltung von Design und Folienlayouts), Inhalte (Text, Bilder, usw.) einfügen und bearbeiten, Animationen von Texten und Bildern, Folienübergänge, Präsentationstechniken Die Kursinhalte orientieren sich am ECDL-Modul

# MI+DO+FR

17:15 - 20:00 Kursbeitrag: € 110,-Kursbeginn: 25.11.2020 Kursdauer: 3 x J. Thoma Str. 17 Raum 3

min. 3 TLN – max. 6 TLN

# **EDV611**

# **EDV-Tablet PC**

'Präsentation'

Kursleitung: Thomas Mayer
Tablet-PC's werden immer beliebter.
In diesem Kurs erlernen Sie den Umgang mit
damit am Beispiel eines iPad.
Kursinhalt: Anpassung der Benutzeroberfläche,
Einrichten einer Internetverbindung bzw. EMailadresse, Installation von 'Apps', u. v. a. m.
Bitte nehmen Sie Ihr eigenes iPad (inkl. Ladekabel) zu diesem Kurs mit!
min. 3 TLN - max. 6 TLN

# DO+FR

17:15 - 20:00 Kursbeitrag: € 80,-Kursbeginn: 21.01.2021 Kursdauer: 2 x J. Thoma Str. 17 Raum 3

#### **EDV621**

# **EDV-Handy Workshop**

Kursleitung: Thomas Mayer
In diesem Workshop lernen Sie besser mit Ihrem Handy (Smartphone mit Betriebssystem
Android oder iOS) umzugehen. Schwerpunkte
dabei sind u. a. Anpassungen vornehmen, Kontakte verwalten, Telefonieren, Navigation, Installieren von Apps, Fotografieren und Bildbearbeitung. Bitte nehmen Sie Ihr Handy (inkl. Ladekabel) zu diesem Workshop mit.
min. 3 TLN - max. 6 TLN

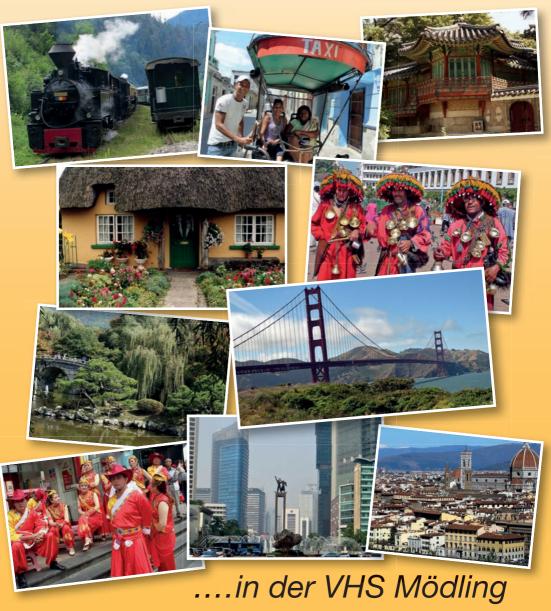
#### DO+FR

17:15 - 20:00 Kursbeitrag: € 80,-Kursbeginn: 19.11.2020 Kursdauer: 2 x J. Thoma Str. 17 Raum 3

EDV622	EDV-Handy Workshop Kursleitung: Thomas Mayer gleicher Kursinhalt wie EDV621 min. 3 TLN	DO+FR 17:15 - 20:00 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 14.01.2021 Kursdauer: 2 x J. Thoma Str. 17 Raum 3
<b>A</b> K	EDV-IT Security Kursleitung: Paul Schubert In diesem Kurs erfahren Sie wie Sie sich vor den Gefahren im Umgang mit Computern und Mobiltelefonen schützen und Missbrauch Ihrer persönlichen Daten vermeiden können. Sichere Passwörter, Verschlüsselung von USB- Sticks, Virenschutz, Datensicherung, Daten- phishing und Gefahren im Email-Verkehr sind Themen dieser beiden Kursabende. Die Inhalte orientieren sich am ECDL-Modul IT- Security. min. 3 TLN - max. 6 TLN	DI+DO 17:15 - 20:00 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 2 x J. Thoma Str. 17 Raum 3
AK	EDV-IT Security Kursleitung: Paul Schubert gleicher Kursinhalt wie EDV711 min. 3 TLN - max. 6 TLN	DI+DO 17:15 - 20:00 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 26.01.2021 Kursdauer: 2 x J. Thoma Str. 17 Raum 3
EDV721	EDV-Blockchain und Bitcoin Kursleitung: Paul Schubert Einstieg in die Welt der Blockchain und Kryptowährungen. Was bedeutet Blockchain und Bitcoin und wie funktioniert die Technologie dahinter. Geschichtlicher Rück- und Ausblick, Vor- und Nachteile von Zentral- und Dezentralisierung. Erstellung einer digitalen Geldbörse (Wallet), sowie der Umgang und Handhabung der Zugangsdaten (Private Keys). min. 3 TLN - max. 6 TLN	DI 17:15 - 20:00 Kursbeitrag: € 40,- Kursbeginn: 13.10.2020 Kursdauer: 1 x J. Thoma Str. 17 Raum 3

Weitere EDV-Kurse auf Seite 47!

# REISEVORTRÄGE und Sonderveranstaltungen....



Herbst/Wintersemester 2020/21

# REISEVORTRÄGE

Alle Vorträge finden in 2340 Mödling, Jakob Thoma Str. 20 (Jakob Thoma Mittelschule) im Filmsaal (Raum 101) im 1. Stock der Volkshochschule statt.

Wir öffnen Ihnen gerne den Zugang zum Lift!

Regiebeitrag: Erwachsene € 5,- / Studenten € 2,50

Die Karten sind an der **Abendkasse** erhältlich, es ist keine Voranmeldung nötig. Falls Sie vorhaben mehrere Reisevorträge zu besuchen, nutzen Sie den

Preisvorteil eines 10er Blocks! (€ 45,-)

Auf unserer Homepage www.vhs-moedling.at finden Sie genaue Beschreibungen aller Reisevorträge!

# Donnerstag, 15. 10. 2020 / 19.00 Uhr

# VR: 01 – KARPATEN UND KLÖSTER, DRACULA UND DONAUDELTA

# Vortragender: Dr. Günter Spreitzhofer

Schwerpunkt dieses Vortrages ist eine Fahrt durch Rumäniens Norden. Es geht zu bunten Friedhöfen (Maramures) und Waldeisenbahnen

(Wassertal) in den Waldkarpaten, zu den Moldauklöstern der Bukowina und den Kirchenburgen von Siebenbürgen (Sighisoara u.a.). Nach Brasov (Kronstadt), Bran (Dracula-Schloss) und Sinaia, den touristischen Zentren der Karpaten, führt die Reise weiter in das Donaudelta. Den Abschluss bilden Impressionen rund um die Hafenstadt Constanza.

# Donnerstag, 22. 10. 2020 / 19.00 Uhr

# VR: 02 - KUBA - VOM ORIENTE IN DEN OCCIDENTE!

Vortragender: Mike Bayr

Im tropischen Baracoa beginnt unsere Reise und endet in der kubanischen Hauptstadt Havanna. Dazwischen liegen Ziele wie Santiago de Cuba, Camagüey mit seiner bestens erhaltenen Altstadt und das pitto-



reske "Freilichtmuseum" Trinidad. Einzigartige Architektur aus mehreren Jahrhunderten Baugeschichte erwartet uns in Havanna. Verfall und Neuausrichtung sind überall allgegenwärtig, sowie die ungebrochene Lebenslust der Kubaner. Anlässlich des 500. Geburtstages der Stadt, tanzt man noch ein bisschen mehr als sonst: "Habaneros adelante"

# Donnerstag, 05. 11. 2020 / 19.00 Uhr

# VR: 03 – ALLEIN IN OSTASIEN – Südkorea, das Land der Morgenröte 1

#### Vortragender: Mag. Peter Friedl

Mein Reiseführer sagt: "Südkorea liegt für viele Reisende unter der Wahrnehmungsschwelle und ist gleichzeitig ein Mysterium." Dies kann

ich im Hinblick auf Reisende aus dem Westen nur bestätigen. Dabei ist Südkorea eine der ältesten Kulturen Ostasiens mit schönen Landschaften und herrlichen Kulturschätzen. Gleichzeitig ist es aber auch eine wirtschaftliche Groß- und Exportmacht. Die Hauptstadt Seoul wartet mit großartigen Palästen, bemer-kenswerten Museen und farbenprächtigen Tempeln mitten in einer Hochhauslandschaft auf. Die Menschen sind liebenswürdig, aufgeschlossen und trotzdem in der Tradition verhaftet.

# Donnerstag, 12. 11. 2020 / 19.00 Uhr

#### **VR: 04 - BEZAUBERNDES IRLAND**

#### Vortragende: Christine und Josef Makowitsch

Besuchen Sie mit uns die Hauptstadt der Republik Irland Dublin, die Wicklow Mountains mit der frühchristlichen Klosteranlage von Glendalough, Kilkenny, die Jerpoint Abbey, den Rock of Cashel und die Hafen-



stadt Cobh, wo einst die Titanic vor Anker ging. Fahren Sie mit uns über Cork zum Blarney Castle mit dem legendären Stein, der die Beredsamkeit verleihen soll, weiter entlang der Südwestküste über Bantry nach Kenmare. Begleiten Sie uns auf einer Fahrt auf dem Ring of Kerry, nach Killarney und der Halbinsel Dingle. Die Klippen von Moher,das Dörfchen Doolin, die Burren und Gallway sind weitere Reiseziele. Am Ufer des Shannon besichtigen wir die Klosteranlage von Clonmacnoise, bevor wir zum Hill of Tara, nach Monasterboice, zur Melifont Abbey und zum Grabhügel von Newgrange weiterfahren. Lassen Sie sich von uns auf diese traumhafte Insel entführen!

# Donnerstag, 19. 11. 2020 / 19.00 Uhr

## **VR: 05 - CALIFORNIA DREAMING**

#### Vortragender: Walter Wasinger

Extravangantes Flair trifft in Kalifornien auf beeindruckende Nationalparks wie z.B. "Yosemite", "Redwood", "Sequoia", "Yoshua Tree" die Mojave Wüste und "Death Valley" usw. Interessante Strecken an der



Küste wie der "17 Mile Drive", der Highway 1 und die legendäre Route 66 locken uns. Los Angeles ist schillernde Heimat der Stars. San Fransisco gilt zu Recht als eine der schönsten Städte der Welt. Die Mischung ist einfach genial!

# Donnerstag, 26. 11. 2020 / 19.00 Uhr

# VR: 06 – ALLEIN IN OSTASIEN – Südkorea, das Land der Morgenröte 2

#### Vortragender: Mag. Peter Friedl

Die Stadt Gyeongju war fast 1000 Jahre Hauptstadt des Silla-Reiches und fast 300 Jahre Hauptstadt der gesamten koreanischen Halbinsel.



In keiner anderen Stadt des Landes findet man mehr Tempel, Königsgräber und Palastruinen als hier. Im Nationalmuseum sind besonders die Herrscherkronen äußerst sehenswert. Der Bulguksatempel, Weltkulturerbe, ist die Krone unter den Tempeln Südkoreas. Wir wandern im Bukhansan-Nationalpark und besuchen in Suwon die Festung Hwaseong. Eine nächtliche Modeschau in Suwon und ein Ausflug zu einem modernen Museum mitten in der Natur runden das Programm ab.

Auf unserer Homepage www.vhs-moedling.at finden Sie genaue Beschreibungen aller Reisevorträge!

## Donnerstag, 03. 12. 2020 / 19.00 Uhr

#### VR: 07 - MAROKKO -

# Ein märchenhaftes Königreich am Rande der Wüste

# Vortragender: Gerhard Frühwirth

Dieses Königreich fasziniert durch seine vielfältige Geografie, interessante Geschichte und multikulturelle Atmosphäre. Wir entdecken die



Welt der Berber mit ihren rotbraunen Dörfern und befestigten Wohnburgen (Kasbahs) aus Stampflehm. Bewundern in den historischen Königsstädten u. a. die prunkvollen Paläste und erkunden die eindrucksvollen Souks, wo sich das Leben der Menschen seit Jahrhunderten kaum verändert hat. Auch die grandiose Berglandschaft des Atlasgebirges können wir bei dieser Rundreise ausgiebig betrachten.

# Donnerstag, 07. 01. 2021 / 19.00 Uhr

# VR: 08 – INTERNATIONALES CHORFESTIVAL IN CHINA / HAINAN

#### Vortragender: Franz-Karl Nebuda

Vom 16. bis 26. November 2019 fand auf der Südchinesischen Insel HAINAN das "21st Century Maritime Silk Road Chorus Festival" unter

Teilnahme von 80 Chören aus aller Welt statt, zu dem auch der Gumpoldskirchner Männerchor MACH14 geladen war.

# Donnerstag, 14. 01. 2021 / 19.00 Uhr

# VR: 09 - JAVA - Tanz am Vulkan

# Vortragender: Dr. Günter Spreitzhofer

Die dichtest besiedelte Insel Indonesiens, des viertgrößten Landes der Erde, ist die aktivste Vulkanregion weltweit. Schwerpunkte liegen auf der Hauptstadt Jakarta. Nach Bandung, der Textilmetropole inmitten



von Kraterseen und Reisfeldern, geht es per Zug in die alte Sultanstadt Yogyakarta. Zwischen dem Vulkan Merapi und tropischen Stränden gelegen, ist die Region zum Unesco-Weltkulturerbe geworden und Zielgebiet des indonesischen Binnentourismus.

# Donnerstag, 21. 01. 2021 / 19.00 Uhr

# VR: 10 - FRÜHLING IN DER TOSKANA

#### Vortragende: Christine und Josef Makowitsch

Unsere Reise führt zunächst in die Hauptstadt Florenz, sowie in die Städte Prato, Pistoia, Lucca und Pisa. Wir besuchen Montecatini Terme, malerische Orte wie Certaldo, Montepulciano, Colle di Valdelsa und



Monteriggione und mittelalterliche Bergstädtchen wie Pitigliano und Sorano, ebenso bedeutende alte Abteien wie San Galgano und die Abbazia di Monte Oliveto Maggiore. Landschaftlicher Höhepunkt ist der Monte Amiata sowie die eindrucksvolle Hügellandschaft Crete, bevor wir die Thermen von Saturnia besuchen. Aber auch das unbekanntere Grosseto und die Stadt Volterra werden wir auf unserer Rundfahrt kennenlernen.

# **VORTRÄGE**

Alle Vorträge finden in 2340 Mödling Jakob Thoma Str. 20 (Mittelschule) statt. Den Vortragsraum finden Sie an der Schautafel im Eingangsbereich.

#### ANMELDUNG BITTE UNBEDINGT ERFORDERLICH

unter www.vhs-moedling.at oder zu den Büroöffnungszeiten DI + DO von 09:00-12:00 Uhr und 17:30 – 19:30 Uhr

Montag, 12.10. und 21.10.2020 / 19:35 - 21:00 Uhr

VR/WW: WELTWUNDER

Vortragende: Tanja Ossovsky, BA

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 32

(für die 2-teilige Vortragsreihe) Kursbeitrag: € 25,-

Mittwoch, 14.10., 04.11., 25.11., 16.12.20 und 13.01.2021 / 19:00 – 20:30 Uhr

VR/PLANET: EINFÜHRUNG IN DIE PLANETENWISSENSCHAFTEN

Vortragender: Mag. Dr. Johannes J. Leitner, CMC

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 33/34

(für die gesamte 5-teilige Vortragsreihe) Kursbeitrag: € 65,-

Mittwoch, 14.10.2020 / 18:00 - 19:30 Uhr

VR/ERN: ERNÄHRUNG: GRUNDLAGEN UND TIPPS

Vortragende: Mag. Eva-Maria Scheiblauer

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 64 Kursbeitrag: € 12,-

Dienstag: 20.10.2020 / 18:00 – 20:00 Uhr VR/Denk 2a: DENK DICH GESUND 2

(kann unabhängig von VR/Denk1 besucht werden)

Vortragende: Claudia Sekira (Dipl. Mental- und Erfolgstrainerin)

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 69

Kursbeitrag: € 12,-

Mittwoch, 21.10.2020 / 18:00 – 19:30 Uhr

VR/EMYT: ERNÄHRUNGSMYTHEN

Vortragende: Mag. Eva-Maria Scheiblauer

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 64 Kursbeitrag: € 12,-

Mittwoch, 21.10.2020 / 18:00 - 19:30 Uhr

KA/MEHR: MEHRKATZENHALTUNG - nicht immer ein glückliches Team!

Vortragende: Ulrike Schlörb

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 48 Kursbeitrag: € 12,-

Mittwoch, 03.11.2020 / 18:00 - 19:30 Uhr

VR/FOOD: SUPERFOOD – Hype oder sinnvolle Nahrung(sergänzung)

Vortragende: Mag. Eva-Maria Scheiblauer

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 64/65 Kursbeitrag: € 12,-

Mittwoch, 04.11.2020 / 18:00 - 19:30 Uhr KA/KIND: BABY, KIND UND KATZE -

harmonisches Zusammenleben leicht gemacht!

Vortragende: Ulrike Schlörb

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 49

Kursbeitrag: € 12,-

Dienstag, 10.11.2020 / 19:00 - 20:30 Uhr

VR/HYP: HYPNOSE - fauler Zauber oder wirksames Hilfsmittel?

Vortragender: Dr.med. Wolf-Dieter Nagl

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 67/68 Kursbeitrag: € 10,-

Dienstag: 10.11.2020 / 18:00 – 20:00 Uhr

VR/Denk 1a: DENK DICH GESUND

Vortragende: Claudia Sekira

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 68/69 Kursbeitrag: € 12,-

Mittwoch, 11.11.2020/ 19:35 - 21:00 Uhr

VR/KFJ: KAISER FRANZ JOSEF

Vortragende: Tanja Ossovsky, BA

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 32 Kursbeitrag: € 12,-

Mittwoch, 11.11.2020 / 18:00 – 21:00 Uhr

VR/ALK: ALKOHOLKONSUM NÜCHTERN BETRACHTET –

wie viel ist normal

Vortragende: Melanie Scheuber, MSc

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 64 Kursbeitrag: € 12,-

Dienstag: 12.11.2021 / 18:00 - 20:00 Uhr

VR/Denk 1b: DENK DICH GESUND

Vortragende: Claudia Sekira

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 69 Kursbeitrag: € 12,-

Dienstag, 17.11.2020 / 18:30 - 20:00 Uhr

VR/HA: HASHIMOTO - Die schleichende Volkskrankheit!

Vortragende: Claudia Sekira (Dipl. Mental- und Erfolgstrainerin)

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 71

Kursbeitrag: € 12,-

Mittwoch, 18.11.2020 / 18:00 - 19:30 Uhr

VR/SCHW: ERNÄHRUNG – Schwangerschaft, Stillzeit und

Baby/ Kleinkindernährung

Vortragende: Mag. Eva-Maria Scheiblauer

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 65 Kursbeitrag: € 12,-

Montag, 23.11. und 30.11.2020 / 19:35 - 21:00 Uhr

VR/RING: DIE WIENER RINGSTRASSE

Vortragende: Tanja Ossovsky, BA

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 32

(für die 2-teilige Vortragsreihe) Kursbeitrag: € 25,-

Mittwoch, 25.11.2020 / 18:00 - 19:30 Uhr

VR/TEST: WER SCHRIEB EIGENTLICH DAS NEUE TESTAMENT?

Vortragender: Prof. Dr. Karl R. Essmann

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 32 Kursbeitrag: € 10,-

Mittwoch, 09.12.2020/ 19:35 – 21:00 Uhr VR/BeHo: LUDWIG VON BEETHOVEN

Vortragende: Tanja Ossovsky, BA

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 32 Kursbeitrag: € 12,-

Montag, 14.12.2020/ 19:35 - 21:00 Uhr

VR/Still: STILLE NACHT

Vortragende: Tanja Ossovsky, BA

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 33 Kursbeitrag: € 12.-

Dienstag: 19.01.2021 / 18:00 – 20:00 Uhr VR/Denk 2b: DENK DICH GESUND 2

(kann unabhängig von VR/Denk1 besucht werden)

Vortragende: Claudia Sekira (Dipl. Mental- und Erfolgstrainerin)

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 69 Kursbeitrag: € 12,-

Mittwoch, 20.01.2021/ 19:35 - 21:00 Uhr

VR/HIST: ARBEIT ALS HISTORIKER\*IN

Vortragende: Tanja Ossovsky, BA

Mehr Informationen über den Inhalt finden Sie auf Seite 33 Kursbeitrag: € 12,-

# SONDERVERANSTALTUNGEN

#### ANMELDUNG BITTE UNBEDINGT ERFORDERLICH!

Wir behalten uns vor, die Veranstaltung abzusagen, falls die angegebene Mindestteilnehmeranzahl nicht erreicht wurde.

Bitte beachten Sie unsere Geschäftsbedingungen.

Abfahrt ist (falls nicht anders angegeben oder ausgemacht) immer bei der Volkshochschule Mödling Jakob Thoma Str. 20

Sonntag, 11.10.2020,

Treffpunkt 14:00 Uhr - Josef Deutsch-Platz/Bezirksmuseum

#### SV: 01 - AUF DEN SPUREN BEETHOVENS UND ANDERER KOMPONISTEN DURCH MÖDLING

# Leitung: Karoline Pilcz

Beethoven und Schönberg liebten Mödling und schufen hier wichtige Kompositionen. Der einstündige Rundgang durch die Innenstadt, der bei Interesse und passendem Wetter ausgedehnt werden kann, führt an Beethoven-Stätten vorbei. Die Musikerin Karoline Pilcz erzählt Wissenswertes und Heiteres rund um Musikerpersönlichkeiten.

min. 10 TLN Regiebeitrag: € 15,-

Samstag, 17.10.2020,

Abfahrt: 13:00 Uhr - VHS Mödling (Rückkunft ca. 18:30 Uhr)

SV: 02 - SCHALLABURG: DONAU - MENSCHEN, SCHÄTZE & KULTUREN

Leitung: Barbara Pahr

Die diesjährige Ausstellung lädt zu einer inspirierenden Reise flussaufwärts ein: Vom Schwarzen Meer durch die engen Felsschluchten des Eisernen Tors, vorbei an den weiten Ebenen Ungarns, durch die malerische Wachau auf die Schallaburg.

min. 20 TI N

Regiebeitrag (Bus, Eintritt und Führung): € 45.-

Freitag, 04.12.2020,

Abfahrt: 12:45 Uhr - VHS Mödling (Rückkunft ca. 18:00 Uhr)

SV: 03 - ADVENT AUF SCHLOSS ESTERHAZY

Leitung: Barbara Pahr

Bei der 1,5 stündigen Highlight-Führung durch das Schloss und die aktuellen Ausstellungen sehen Sie neben dem "Appartement der Fürstin", die Prunkräume in der Beletage sowie erlesene Objekte der hauseigenen Sammlungen. Darüber hinaus bekommen Sie reizvolle Einblicke in die Baustruktur des Schlosses. Im Anschluss können Sie noch den stimmungsvollen Adventmarkt genießen. min. 20 TI N Regiebeitrag (Bus, Eintritt und Führung): € 45,-

Sonntag, 13.12.2020,

Abfahrt: 09:45 - VHS Mödling (Rückkunft ca. 14:30 Uhr)

SV: 04 – KONZERT DER WR. SYMPHONIKER & WIENER SINGAKADEMIE: HÄNDEL "MESSIAH"

Leitung: Barbara Pahr

Georg Friedrich Händel "Messiah" - Oratorium in drei Teilen HWV56 (1741)

Wiener Symphoniker und Wiener Singakademie, Andrea Marcon (Dirigent)

ACHTUNG: nur bis 23.10.2020 buchbar! Regiebeitrag (Bus und Konzertkarte)

Bitte gewünschte Preiskategorie angeben: € 105,-/ 85,- / 75,- / 65,-

min. 20 TI N

EDV722 EDV-Blockchain und Bitcoin
Kursleitung: Paul Schubert

gleicher Kursinhalt wie EDV721

min. 3 TLN - max. 6 TLN

DI 17:15 - 20:00
Kursbeitrag: € 40,Kursbeginn:
19.01.2021
Kursdauer: 1 x
J. Thoma Str. 17
Raum 3

# KARRIERE- UND PERSÖNLICHKEITSBILDUNG

BBR	Bildungsberatung Kursleitung: HR Prof. Ing. Mag. Gerhard Pahr Sie sind an einem Punkt angelangt an dem Sie sich eine berufliche Veränderung wünschen? Bei diesem kostenlosen und persönlichen Bera- tungsgespräch erfahren Sie wie Sie Ihre Erstausbildung als Basis für weitere Bildung nutzen können. Es wird ein Karriereplan entwi- ckelt, der Ihre Qualifikationen berücksichtigt und Ihnen neue Chancen aufzeigt. Bitte anmelden unter: 0664 432 69 14 oder office@vhs-moedling.at	TERMIN NACH VEREINBARUNG  Ein kostenloser Service der VHS Mödling!
ORD	Einfach aufgeräumt! - So bringen Sie mehr Ordnung und Struktur ins Leben Kursleitung: Mag. Angelika Philipp  "Warum aufräumen, Ordnung halten und entrümpeln?  "Wer macht das schon gerne?  "Wo setzt man dabei am besten an?  "Wie schafft man es, auf Dauer Ordnung zu halten?  In diesem lebendigen Workshop erarbeiten wir Ihren idealen Lebensstil, forschen nach den Gründen für Unordnung und erkennen, warum Ordnung und Struktur wichtig sind. Viele praktische Tipps, theoretischer Input und Interaktion in der Gruppe sorgen für einen vielfältigen Tag. Die Weichen für mehr Zeit und ein ballastfreies Leben sind gestellt!  min. 5 TLN – max. 8 TLN	SA 09:30 - 16:30 (enthält eine Stunde Mittagspause) Kursbeitrag: € 55,- Kursbeginn: 10.10.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1

Mit der Anmeldung akzeptieren Sie unsere Geschäftsbedingungen und Datenschutzbestimmungen.

FF NEU	Die Frau im Fokus - Zwischen Herausforderung und Überforderung Kursleitung: Mag. Tina Hofstätter Dieser Workshop soll Sie dabei unterstützen, Ihre Situation zwischen Herausforderung und Überforderung zu reflektieren und neue Ideen zu entwickeln, um diese Situationen zukünftig leichter zu meistern.	FR 16:00 - 18:15 Kursbeitrag: € 25,- Kursbeginn: 23.10.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
PAAR	min. 4 TLN – max. 6 TLN  Wie eine erfüllte Partnerschaft als Eltern gelingen kann  Kursleitung: Mag. Tina Hofstätter  Dieser Workshop möchte Sie dabei unterstützen, sich und Ihren Partner besser zu verstehen und Möglichkeiten zu finden, wie Sie konkret im Alltag dazu beitragen können, eine erfüllte Partnerschaft zu leben.  min. 4 TLN – max. 6 TLN	FR 16:00 - 18:15 Kursbeitrag: € 25,- Kursbeginn: 20.11.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2
NEU	In schwierigen Situationen mit Kindern wertschätzend umgehen Kursleitung: Mag. Tina Hofstätter Dieser Workshop soll Sie dabei unterstützen zu verstehen, was in Ihnen und in Ihrem Kind in solchen Situationen vorgeht und wie Sie diese wertschätzend lösen können. Dieser Workshop richtet sich vor allem an Eltern mit Kindern zwischen 0 und 6 Jahren. min. 4 TLN – max. 6 TLN	FR 16:00 - 18:15 Kursbeitrag: € 25,- Kursbeginn: 08.01.2021 Kursdauer: 1 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2
KA/ MEHR	Mehrkatzenhaltung - nicht immer ein glückliches Team! Kursleitung: Ulrike Schlörb Der Trend zur Mehrtierhaltung nimmt zu. Nicht immer gelingt die Zusammenführung zweier Vierbeiner problemlos. Was ist zu beachten, wann sollte man es lieber sein lassen? Wie kann man diese Partnerschaften positiv unterstützen? min. 8 TLN – max. 12 TLN	MI 18:00 - 19:30 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 21.10.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: 102

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage: www.vhs-moedling.at

# KA/ KIND

# Baby, Kind und Katze - harmonisches Zusammenleben leicht gemacht!

MI 18:00 - 19:30

Kursbeitrag: € 12,-Kursbeginn:

04.11.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: 103



Kursleitung: Ulrike Schlörb
Ist ein Kind unterwegs, wird dieses nicht nur Ihr
Leben völlig umkrempeln. Auch für Ihr Tier ist es
eine enorme Umstellung. Eifersucht und Unterbeschäftigung der Katze sind leider immer noch
an der Tagesordnung, sobald der Nachwuchs
da ist. Oftmals kommt es auch zu einer Abgabe
des Vierbeiners.

Richtige Vorbereitung und gute Vorausplanung ersparen Tier und Mensch viel Leid. Genießen Sie die vielen Vorteile, die das Aufwachsen Ihres Kindes mit einem Tier mit sich bringt! min. 8 TLN – max. 12 TLN

# WES/AH

# Ahnenforschung - Wie erforsche ich meine Vorfahren

Kursleitung: Prof. Ing. Felix Gundacker Sie erfahren in diesem ganztägigen Einführungsseminar wie man mit der Ahnenforschung beginnt, in welchen kirchlichen und staatlichen Archiven notwendige Unterlagen zu finden sind, mit welchen Problemen man konfrontiert wird und wie man sie einfach lösen kann (Kurrent, Latein, Geographie, Pfarr- und Grundherrschaftsgrenzen, Orthographie, Familien- und Vornamensgebung, Verlässlichkeit von Einträgen etc.) und welche Möglichkeiten das Internet bietet. Typische Kirchenbucheinträge werden erklärt und schließlich anhand eines praktischen Beispiels Vorfahren mit Internetlösungen ermittelt.

min. 8 TLN - max. 9 TLN

SA 09:00 - 17:00 (enthält eine Stunde Mittagspause) Kursbeitrag: € 95,-Kursbeginn: 07.11.2020

Kursdauer: 1 x Kursort:

J. Thoma Str. 17 Raum 1

RET

#### REDEN wie ein PROFI!

Kursleitung: Mag. Lothar Tschapka Keine Angst mehr vor Reden und Auftritten vor Publikum! Werden Sie zum Profi für rhetorische Situatio-

nen aller Art. Steigern Sie Ihr Auftreten und Ihre Wirkung und überzeugen Sie sowohl bei Reden als auch in Diskussionen.
min. 5 TLN - max. 6 TLN

SO 11:30 - 18:00

Kursbeitrag: € 95,-Kursbeginn: 06.12.2020

Kursdauer: 1 x Kursort:

J. Thoma Str. 17 Raum 2

# KREATIVITÄT UND FREIZEIT

OEL1	Ölmalerei für LiebhaberInnen, Neugierige und Interessierte Kursleitung: Dr. Peter Newrkla Die Ölmalerei ist die älteste Technik und die Königin der Malerei. In diesem Kurs möchten wir uns mit den verschiedenen Möglichkeiten der Ölmalerei auseinandersetzen. Die Teilnehmer*innen werden entsprechend ihrer bereits erworbenen Fähigkeiten unterstützt. mehr Informationen unter www.vhs-moedling.at, www.newrkla.com max. 6 TLN	MO 09:00 - 12:00 Kursbeitrag: € 150,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2
OEL2	Ölmalerei für Fachkundige und Lerninteressierte Kursleitung: Dr. Peter Newrkla In diesem Kurs wollen wir uns Bildkomposition und Bildaufbau näher ansehen und die Farbenlehre erkunden und ausprobieren. Die Teilnehmer*innen werden entsprechend ihrer bereits erworbenen Fähigkeiten unterstützt. mehr Informationen unter www.vhs-moedling.at, www.newrkla.com min. 6 TLN - max. 10 TLN	MO 13:00 - 16:00 Kursbeitrag: € 150,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2
MAL/A	Mal- und Zeichentechniken für Anfänger Kursleitung: Claudia Bucek Zeichnen ist kein Zaubertrick, es gibt Techniken und Prinzipien, die jeder lernen kann. Wir arbeiten uns von einfachen Grundtechniken bis zur Fertigstellung eines Bildes in einem Me- dium nach Wahl heran. In einer entspannten Atmosphäre soll Raum zum Ausprobieren ent- stehen. Der Weg ist das Ziel und Fehlermachen ist unbedingt erwünscht, denn nur so kann man wachsen und lernen. Der Spaß am kreativen Schaffen steht immer im Vordergrund. Wir werden verschiedene Techniken und Mate- rialien (von Bleistift über Aquarell zu Acryl) aus- probieren und vergleichen. Anschließend unterstütze ich Sie individuell bei der Fertigstellung des Bildes.	MO 18:30 - 20:40 Kursbeitrag: € 125,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: 104 min. 6 TLN – max. 8 TLN

#### AQ MI 18:30 - 20:40 Der besondere Aquarellkurs Kursbeitrag: € 135.-Kursleitung: Silvia Krauss Malen in angenehmer Atmosphäre. Einfache, Kursbeginn: lockere Anfangsübungen - mit Farben 'spielen' -07.10.2020 bei Bedarf auch Farbenlehre. Kursdauer: 12 x Entdeckendes Hinführen in die alte Technik des Kursort: E04 Aquarellierens: Lasierende Farben, schimmernder Malgrund, die Wichtigkeit einer Bildkomposition erlernen Die Freude an der eignen Kreativität stärken, weiterentwickeln und tolle Bilder malen! Anfänger und Fortgeschrittene sind willkommen! Bitte die Materialliste bei der Anmeldung erfragen. min 6 TLN - max. 10 TLN AKT Aktzeichnen MI 19:35 - 21:00 Kursbeitrag: € 120,-Kursleitung: Edith Glier Der menschliche Körper in der Zeichnung. Be-Kursbeginn: wegungsstudien und Kompositionen in ver-07.10.2020 schiedenen Techniken. Kursdauer: 10 x In kurzen Sitzungen wird locker gezeichnet und Kursort: E01 das Wesentliche skizziert. In längeren Einheiten steht die Beobachtung der Proportionen, der Gewichtsverteilung und der Anatomie im Vordergrund. Individuelle Betreuung der Teilnehmer\*innen Vorhandene Malutensilien bitte mitbringen: Block ab A3, Stifte in verschiedenen Härtegraden, eventuell Kohle, Kreide Modellgebühr im Preis inbegriffen! min. 7 TLN - max. 10 TLN **FOTO Fotografie** FR 17:00 - 20:00 Kursleitung: Dr. Walter Wliszczak SA 09:00 - 12:00 Moderne Digitalkameras bieten eine Unzahl von Kursbeitrag: € 110,-Kursbeginn:

Kursleitung: Dr. Walter Wliszczak Moderne Digitalkameras bieten eine Unzahl von Einstellmöglichkeiten. Da gibt es z. B. Blende, Zeit, ISO, Weißabgleich, Belichtungskorrektur usw. Was kann man damit machen, um perfekte Bilder zu bekommen? Sie werden Bildaufbau und Anwendungen wie Landschaft, Architektur, Menschen, Portrait, Makro, Blitzlicht usw. lernen.

All das werden wir theoretisch besprechen und

FR 17:00 - 20:00 SA 09:00 - 12:00 Kursbeitrag: € 110,-Kursbeginn: 16.10.2020 Kursdauer: 5 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2

Bitte umblättern

	vieles davon auch praktisch üben. Am letzten Kurstag werden Sie die Möglichkeiten der Bildbearbeitung mit kostenlosen oder preisgünstigen Programmen anhand Ihrer eigenen Bilder aus dem Kurs kennenlernen. Eine eigene Systemkamera ist wünschenswert, aber nicht unbedingt Voraussetzung für die Teilnahme. geplante Kurstermine: Fr. 16.10., Sa. 17.10., Fr. 23.10., Sa. 24.10. und Fr. 06.11.2020 min. 5 TLN - max. 6 TLN	
KRANZ	Kräuteradventkranz Kursleitung: Beate Theurer Es muss nicht immer der traditionelle Kranz aus Tannenreisig sein, es dürfen sich ruhig auch mal ein paar Kräuter wie Rosmarin, Lavendel oder andere Pflanzen wie die "Hauswurzn" dazu mi- schen. Jeder Kranz ist ein Unikat und persönli- ches Meisterwerk und wird selbstverständlich mit nach Hause genommen. Materialkosten von ca. EUR 15,- werden von der Kursleiterin eingehoben. min. 6 TLN	MI 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 25,- Kursbeginn: 25.11.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: Keramikwerkraum
IKE/A	Ikebana für Anfänger Kursleitung: Jana Böhm Die Kunst des japanischen Blumensteckens gleicht fast einer Meditation. Entspannung durch das Arbeiten und Gestalten mit der Natur nach genau festgelegten Symbolen. Erlernen Sie diese Kunst von Anfang an. Material für die Erstarbeit wird zur Verfügung gestellt! Informationen unter: www.ikebana.or.at	MI 19:40 - 21:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 14.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: Buffet
IKE/F	Ikebana für Fortgeschrittene Kursleitung: Jana Böhm Die Kunst des japanischen Blumensteckens gleicht fast einer Meditation. Entspannung durch das Arbeiten und Gestalten mit der Natur nach genau festgelegten Symbolen. Material für die Erstarbeit wird zur Verfügung gestellt!	MI 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 14.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: Buffet

IKE/ ABO	Ikebana Abo für Fortgeschrittene Kursleitung: Jana Böhm Diplomierte Ikebanalehrerin Für Fortgeschrittene Teilnehmer*innen, die keine Zeit haben den Kurs regelmäßig zu besuchen, gibt es die Möglichkeit einen 10er Block zu kaufen. Dieser Block ist ein Jahr gültig. Sie können sich die Kurstage, im Rahmen der angebotenen Termine, selbst wählen.	MI 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 100,- Kursbeginn: 14.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: Buffet
KER/KD	Töpfern-Modellieren-Glasieren für Kinder Kursleitung: Mag. Veronika Reich für Kinder von 6 - 12 Jahren Im Vordergrund steht die Freude am Werken und Gestalten. Die Kinder machen erste Erfah- rungen mit dem Material und realisieren kleine Werkstücke, auch an der Töpferscheibe! Ar- beitsmaterial (10 kg Ton + Glasuren) sowie die Brennkosten sind im Kursbeitrag inbegriffen! min. 5 TLN - max. 6 TLN	MO 17:00 - 18:00 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: Keramikwerkraum
KER	Töpfern - Modellieren - Glasieren Kursleitung: Mag. Veronika Reich Angeboten werden verschiedenste keramische Gestaltungstechniken: Modellieren von Klein- plastiken und Skulpturen bis hin zum Drehen an der Scheibe, aber auch Oberflächengestaltung, wie Malerei und Glasur. Arbeitsmaterial (10kg Ton + Glasuren) sowie die Brennkosten sind im Kursbeitrag inbegriffen! min. 5 TLN - max. 8 TLN	MO 18:15 - 21:00 Kursbeitrag: € 180,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: Keramikwerkraum
KAL/S	Kalligraphie mit der Spitzfeder Kursleitung: Barbara Giermeier ist das elegante Spiel von feinen und starken Linien. Ein sehr klassischer und eleganter Ausdruck zeichnet das Schreiben mit der Spitzfeder aus. Beim anspruchsvollen Schreiben mit der Schwellzug- oder Spitzfeder erarbeiten wir die feinen Schreibbewegungen. Wir erleben Ent- spannung, kreative Konzentration und Freude an der Entstehung eleganter Buchstaben und Texte.	DI 19:35 - 20:55 Kursbeitrag: € 100,- Kursbeginn: 13.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: 103

	Im Kurs erlernen wir den Umgang mit der Spitzfeder, die vornehme englische Schreibschrift und weitere Schriften und Gestaltungsmöglichkeiten mit der Spitzfeder. Bitte vorhandene Federn, Tinten und Papier mitbringen – weiteres Material kann im Kurs erworben werden. mehr Informationen unter www.vhs-moedling.at min 6 TLN – max. 10 TLN	
KAL/R	Römische Schriften der klassischen Kalligraphie Kursleitung: Barbara Giermeier Die römischen Schriftarten sind historische Vorbilder für viele moderne Kalligraphie-Alphabete. Beim meditativen Schreiben mit der Bandzugfeder entstehen so moderne Schriftbilder mit historischem Hintergrund. Wir befassen uns im Kurs mit Schriften wie der Capitalis Monumentalis, Uncialis und Capitalis Rustica. Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Anfänger erhalten eine Einführung in die klassische Kalligraphie und den Umgang mit der Bandzugfeder. mehr Informationen unter www.vhs-moedling.at min 6 TLN – max. 10 TLN	DI 18:00 - 19:20 Kursbeitrag: € 100,- Kursbeginn: 13.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: 103
HAND	Handlettering - Zeichnen und Gestalten von kurzen Texten Kursleitung: Barbara Giermeier Handgeschriebenes für alle Gelegenheiten - vielfältige und lebendige Schreibereien mit den gezeichneten Buchstaben und dem geschriebe- nen Wort sind ein Trend unserer Zeit und ma- chen Spaß. Wir befassen uns mit einfachen Schriften, Schreibwerkzeug, Materialien und Gestaltungsmöglichkeiten. Bitte am ersten Abend einen Materialbeitrag von € 15, mitbringen. mehr Informationen unter www.vhs-moedling.at min 6 TLN − max. 10 TLN	DO 18:00 - 20:50 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 05.11.2020 Kursdauer: 3 x Kursort: E04

Bitte nehmen Sie eigenverantwortlich den Selbstschutz und den Schutz Ihrer Mitmenschen wahr.

SING	Singen Plus Kursleitung: Rebekka Damjani Gemeinsam starten wir mit Sing-Elan in die Woche. Begonnen wird mit gesanglichen Aufwärm- übungen und anschließend erobern wir die Musikwelt. Manches studieren wir zweistimmig oder versetzt ein. Auch die kleinen Soloparts sollen nicht zu kurz kommen (natürlich nur wer will ⑤). Hole dir bei diesem Kurs eine große Portion Endorphine, die für die ganze Woche reicht. min. 8 TLN – max. 12 TLN	MO 19:45 - 20:45 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: 101 Filmsaal
STB	Stimmbildung - Gesang und Sprechen & Rhetorik Kursleitung: Rebekka Damjani Werde stimmlich fit anhand der Atem-Tones- Ton-, sowie der funktionalen Stimmtechnik! Die ersten zwei Kurstage bleibt die Gruppe zu- sammen und gemeinsam erarbeiten wir uns die Basics der Atmung und gesunden Stimmproduk- tion. Ab dem 3. Kurstag werden die Gruppen in Sän- ger und Sprecher geteilt. In diesen Gruppierun- gen gehen wir dann auf die stimmlichen Details des Singens sowie des Sprechens (auch Rheto- rik) ein. Voraussichtliche Aufteilung ab 19.10.20: Gruppe 1 – Sprechen & Rhetorik von 18:05-18:45 Uhr Gruppe 2 – Gesangsbildung von 18:50 bis 19:30 Uhr Keine stimmliche Voraussetzung erforderlich. Bitte in bequemer Kleidung kommen und eine Trinkflasche mitnehmen. min 5 TLN - max. 8 TLN	MO 18:05 - 19:30 Kursbeitrag: € 185,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: 101 Filmsaal

Onlineanmeldung: ab 17.08.2020 auf www.vhs-moedling.at

**Persönliche Anmeldung:** Dieses Semester können wir Ihnen auf Grund der derzeitigen Situation keine Einschreibwoche anbieten. Eine persönliche Anmeldung ist aber nach Vereinbarung möglich.

Beachten Sie bitte, dass bei uns im Büro nur Barzahlung möglich ist!

# KULINARIK

Bitte bei allen Kulinarikkursen Schürze, Geschirrtücher, verschließbare Gefäße und Schreibutensilien mitnehmen.

Materialkosten werden von der Kursleiterin im Kurs in bar eingehoben.

# KU/ FERM

NEU

# Fermentieren

Kursleitung: Angelika Kerschbaumer Gemüse selbst zu fermentieren, wie es früher üblich war, ist in den letzten Jahren wieder groß in Mode gekommen. Heute wissen wir um den Nutzen der Milchsäurebakterien für unsere Darmgesundheit. Nicht nur Sauerkraut eignet sich für diese Methode des Haltbarmachens. Der Fantasie sind kaum Grenzen gesetzt. Im Kurs bereiten wir Köstlichkeiten wie Kimchi usw. zu und Sie lernen, wie einfach das milch-

saure Einlegen funktioniert.
Weitere Informationen: www.bauchgefuehl.cc
Materialkosten von ca. € 10,min. 6 TLN – max. 8 TLN

MI 18:00 - 21:00

Kursbeitrag: € 35,-Kursbeginn: 21.10.2020 Kursdauer: 1 x

Kursort: Küche

# KU/ HUND

NEU

#### Hundeleckerlis und Pfotenbalsam

Kursleitung: Beate Theurer

Wir wollen in diesem Kurs unsere 4-beinigen Lieblinge auf die kalte Jahreszeit vorbereiten, sei es mit gesunden, selbstgemachten Leckerlis (auf Allergien kann bei rechtzeitiger Bekanntgabe Rücksicht genommen werden) oder mit einem schützenden, selbst hergestellten Pfotenbalsam gegen die Salzplage.

Wie immer werden die selbstgemachten Sachen mit nach Hause genommen. Materialkosten von ca. € 10,-

min. 6 TLN - max. 8 TLN

MI 18:00 - 21:00

Kursbeitrag: € 35,-Kursbeginn: 04.11.2020 Kursdauer: 1 x

Kursort: Küche



NEU

# Kochkurs für AnfängerInnen

We

Kursleitung: Mag. Eva-Maria Scheiblauer
Wer sich bisher von Dosen, Tiefkühlprodukten
und Essen von Lieferdiensten ernährt hat, ist in
diesem Kurs genau richtig. Dieser Kurs soll zum
einen Basiswissen der Nahrungsmittelzubereitung vermitteln und zum anderen Einblicke in

DI 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 35,-Kursbeginn: 01.12.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: Küche

	die Lebensmittelkunde und -lagerung bieten. Gemeinsam wird ein einfaches, schnelles und gesundes Menü zubereitet. Materialkosten von ca. € 10,- mehr Infos: www.ernaehrung-scheiblauer.com min. 5 TLN – max. 8 TLN	
KU/ SOUL	Wintersoulfood Kursleitung: Angelika Kerschbaumer Wenn es draußen kalt wird, ziehen wir uns gerne mit einer wärmenden, wohltuenden Mahlzeit ins gemütliche Zuhause zurück. In diesem Kurs geht es um Suppen, Aufläufe und Eintöpfe, die nicht nur dem Körper, sondern auch der Seele gut tun. Sie stärken uns und lassen uns gesund und mit einem guten Bauchgefühl durch den Winter gehen. Weitere Informationen: www.bauchgefuehl.cc Materialkosten von ca. € 10,- min. 6 TLN – max. 8 TLN	MI 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 35,- Kursbeginn: 02.12.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: Küche
KU/ WEIH	Süße Weihnachtsleckereien ganz ohne Gluten Kursleitung: Beate Theurer Gerade zu Weihnachten soll man nicht auf alles verzichten müssen. Doch wer an Glutenunverträglichkeit leidet weiß, dass er sich keine Kekssünde ohne Folgen leisten darf. Bereiten Sie mit mir gemeinsam leckere, glutenfreie Naschereien für Weihnachten zu. Materialkosten von ca. € 10,- min. 6 TLN – max. 8 TLN	MI 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 35,- Kursbeginn: 16.12.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: Küche
KU/ GLUT	Glutenfrei und trotzdem lecker Kursleitung: Beate Theurer Immer mehr Personen leiden an Glutenunver- träglichkeit. Der Handel bietet dazu schon eine Reihe verschiedener Produkte an, darunter auch viele Fertigprodukte mit all ihren Nachtei- len. Bereiten Sie mit mir gemeinsam einfache, frische und nährstoffreiche, glutenfreie Gerichte selbst zu. Materialkosten von ca. € 10,- min. 6 TLN – max. 8 TLN	MI 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 35,- Kursbeginn: 13.01.2021 Kursdauer: 1 x Kursort: Küche

# KU/PFL

## **Pflanzliche Basics**

Kursleitung: Angelika Kerschbaumer Wer sich pflanzlich ernähren möchte, kommt an Hülsenfrüchten und Vollgetreide nicht vorbei. Beide zusammen ergeben eine wunderbare, rein pflanzliche Eiweißquelle. In vielen Ländern der Erde werden traditionelle Gerichte nach diesem Wissen gestaltet: z.B.: Chilis mit Bohnen oder Currys in Asien.

Wir werden in diesem Kurs köstliche Mahlzeiten nach diesem Prinzip zubereiten. Wir schwelgen in verschiedensten Hülsenfrüchten (bunten Linsen, Bohnen, Kichererbsen, Sojabohnen, Lupinen usw.) und kombinieren diese mit verschiedenen Getreidesorten (Dinkel, Hafer, Mais, VK Reis, Hirse, Quinoa, Gerste ..)

Mit der richtigen Zubereitung sorgen wir für optimale Verträglichkeit.

Weitere Information: www.bauchgefuehl.cc Materialkosten von ca. € 10,min. 6 TLN – max. 8 TLN MI 18:00 - 21:00

Kursbeitrag: € 35,-Kursbeginn: 20.01.2021

Kursdauer: 1 x Kursort: Küche

# KU/ BRÖT

NEU

# Brötchenparade

Kursleitung: Angelika Kerschbaumer
Ob fürs kalte Buffet, als Mitbringsel ins Büro am
Geburtstag, ob als Schulbrot, Nachtmahl, Jause
usw. schön dekorierte Brötchen mit bunten,
pflanzlichen Aufstrichen sind nicht nur ein Hingucker sondern erfreuen auch mit überraschenden Geschmacksvarianten.

In diesem Kurs backen wir auch gleich ein passendes, saftiges Dinkelvollkornbaguette dazu. Weitere Informationen: www.bauchgefuehl.cc Materialkosten von ca. € 10,-min. 6 TLN – max. 8 TLN

MI 18:00 - 21:00

Kursbeitrag: € 35,-Kursbeginn: 27.01.2021

Kursdauer: 1 x Kursort: Küche

# KÖRPER UND GESUNDHEIT

#### QI

# Medizinisches Qigong der Lunge

Kursleitung: Walter Marek
Die Lunge verteilt, aus Sicht der traditionellen
chinesischen Medizin, die Lebenskraft im Körper. Die Übungen des Lungen Qigongs regulie-

MO 18:00 - 19:15 Kursbeitrag: € 120,-Kursbeginn: 14.09.2020 Kursdauer: 8 x ren die vegetativen und autonomen Funktionen im Körper, helfen uns den eigenen Rhythmus zu finden, ein starkes Immunsystem aufzubauen sowie eine gesunde Form der Abgrenzung auf körperlicher und psychischer Ebene zu praktizieren.

mehr Informationen unter www.yiquan.at und www.vhs-moedling.at

Für Anfänger und Fortgeschrittene.

max. 10 TLN

Kursort: Aula 3. Stock

#### QI2



# Gesundheitsstärkende Übungen des QiGong

Kursleitung: Walter Marek

Qigong lehrt den bewussten Umgang mit unserer Lebensenergie, was uns ermöglicht QI aufzubauen, optimal zu regulieren, bzw. Schädigendes auszuscheiden. Dies ermöglicht unsere Gesundheit nachhaltig auf einer ganzheitlichen Ebene zu stärken. Dies ist in Zeiten mit hoher Belastungen von besonderer Bedeutung. Die Teilnehmer\*innen sollen solide Grundlagen des Qigongs kennen bzw. vertiefen lernen und unterschiedliche Qigong Übungen selbständig und nutzvoll praktizieren können.

Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. mehr Informationen unter www.yiquan.at und www.vhs-moedling.at

max. 10 TLN

MO 19:35 - 20:50

Kursbeitrag: € 120,-Kursbeginn:

14.09.2020 Kursdauer: 8 x Kursort:

Aula 3. Stock

# YOGA

# Achtsamkeits-Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Kursleitung: Mag. Dr. Harald E. Tichy "Weniger ist manchmal mehr."

Yoga bedeutet Verbundenheit und Einheit. Diese Verbundenheit entfaltet sich im Entwickeln von Achtsamkeit. Dabei ergänzen einander Körperstellungen, Entspannungsübungen und achtsames Atmen. So kann der Atem seinen natürlichen Rhythmus finden und sich eine tiefere Harmonie einstellen.

Die praktischen Übungen werden jede zweite Woche durch Vorträge ergänzt. Der Kursabend endet mit einer Sitzmeditation.

Mitzubringen: Yogamatte oder Decke.

MI 18:25 - 20:40

Kursbeitrag: € 205,-Kursbeginn: 30.09.2020 Kursdauer: 12 x

Kursdauer: 12 x Kursort:

Hasslingerstr.3, Mödling

Bitte umblättern

Mehr Informationen unter www.vhs-moedling.at und www.lebenskunstpraxis.at geplante Termine: 30.09., 07.10., 14.10., 21.10., 28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12. u. 16.12. min. 12 TLN LIMA® DO 10:45 - 12:10 Lebensqualität im Alter Kursbeitrag: € 120,-Kursleitung: Mag. Dagmar Tutschek Bei jedem LIMA®-Treffen stehen Gedächtnis-Kursbeginn: 08.10.2020 training (für ein besseres Gedächtnis und Förderung der Merkfähigkeit) und Bewegungs-Kursdauer: 12 x übungen (Koordination und Beweglichkeit för-Kursort: dern) auf dem Programm. J. Thoma Str. 17 Die LIMA®-Trainerin bereitet Einheiten zu un-Raum 1 terschiedlichen Themen vor, die den Alltag der Teilnehmenden betreffen (Veränderungen im Alter, Wohnen, Ernährung, neue Medien) und lädt zum Austausch darüber ein. Alle Frauen und Männer, die sich zeitgerecht mit dem Älterwerden auseinandersetzten wollen. sind herzlich zur Teilnahme eingeladen. min. 7 TLN - max. 8 TLN ISM MI 15:30 - 16:55 Ismakogie Kursleitung: Irene Sacherer Kursbeitrag: € 120,-Haltungs- und Bewegungstraining nach der Me-Kursbeginn: thode Prof. Anne Seidl 07.10.2020 Für mehr Wohlbefinden, gutes Aussehen und Kursdauer: 10 x Lebensfreude! Einfache gelenksschonende Kursort: Übungen für den Alltag werden erlernt und J. Thoma Str. 17 geübt. Raum 1 Mitzubringen: Bequeme, warme Kleidung und dicke Socken, sowie eine Decke min. 4 TLN - max. 6 TLN AT Autogenes Training MI 19:05 - 19:55 Kursleitung: Mag. Angelika Heidfogel Kursbeitrag: € 75,-(Klinische- u. Gesundheitspsychologin) Kursbeginn: K Das Autogene Training nach Dr. Schultz ist eine 04.11.2020 klassische Entspannungsmethode, die sich aus Kursdauer: 6 x der Hypnose entwickelt hat. Kursort: E06 Die Technik basiert auf Autosuggestion und Selbstprogrammierung. Sie erlernen im Kurs die sechs Grundübungen des AT, durch theoretische Basisinformationen und gemeinsame Übungen, die Sie rasch und effizient zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit führen.

Bei regelmäßigem Üben hilft das AT sich zuverlässig zu erholen und zu entspannen, Schlafstörungen zu mildern, sich leistungsfähiger zu fühlen und das Herz / Kreislaufsystem positiv zu beeinflussen.

Es wird im Sitzen oder Liegen geübt.

Mitzubringen: Matte, bequeme Kleidung, warme Socken, Decke und Polster min. 6 TLN – max. 10 TLN

# PM

K

# **Progressive Muskelentspannung**

Kursleitung: Mag. Angelika Heidfogel (Klinische- u. Gesundheitspsychologin)

Stress und Angst gehen oft mit körperlicher Anund Verspannung einher.

Bei dieser Entspannungsmethode nach Dr. Jacobson werden Muskelgruppen an und wieder entspannt und die Wahrnehmung bewusst auf diesen gefühlten Unterschied gelenkt. In sechs geleiteten Übungseinheiten erwerben Sie die theoretischen und praktischen Grundkenntnisse dieser Technik und können Sie dann leicht selbständig in Ihren Alltag integrieren. Die progressive Muskelentspannung hilft bei Stress, Spannungskopfschmerz, psychischer Anspan-

Es wird im Liegen und Sitzen trainiert. Mitzubringen: Matte, bequeme Kleidung, warme Socken, Polster und Decke.

min. 6 TLN - max. 10 TLN

nung und innerer Unruhe.

MI 18:00 - 18:50

Kursbeitrag: € 75,-Kursbeginn: 04.11.2020

Kursdauer: 6 x Kursort: E06

## FKM-V

# Feldenkrais-Methode®-Bewusstheit durch Bewegung®

Kursleitung: Mag. Jutta Wakley-Neuninger Möchten Sie Ihrem Rücken und Ihren Knien etwas Gutes tun, Ihre Schultern entspannen? Sind Sie auf der Suche nach mehr Leichtigkeit in ihren alltäglichen Bewegungen?

Probieren und erforschen Sie einfache Bewegungen einmal auf eine andere Art. So können Sie Bewegungsmuster erkennen, die Sie im

DO 09:00 - 10:20

Kursbeitrag: € 165,-Kursbeginn:

08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort:

J. Thoma Str. 17 Raum 1

Bitte umblättern

	Alltag, bei der Arbeit und in der Freizeit oft einschränken und zu Verspannungen führen. Schulen Sie ihre Wahrnehmung für sich selbst und lernen Sie sich bewusster und dadurch entspannter zu bewegen.  Die Feldenkraisarbeit ist für jedes Alter geeignet. Vorkenntnisse sowie eine besondere körperliche Konstitution sind nicht erforderlich. Bitte eine Decke mitbringen und in bequemer, warmer Kleidung kommen.  max. 6 TLN	
FKM/ NACK	Weiche Augen, entspannter Nacken Kursleitung: Mag. Jutta Wakley-Neuninger Die Bewusstwerdung der feinen Verbindung und Bewegungsbeziehung von Augen und Nacken steht im Mittelpunkt dieses Feldenkrais- seminars ®. Die Weichheit unserer Augen lädt vermehrte Ausgeglichenheit im Rhythmus unseres Ner- vensystems und unserer Atmung ein. Über achtsame und erkundende Bewegungen von Augen, Kiefer und Nacken lernen wir rigide Mus- ter des Haltens zu lösen, unzweckmäßige Ge- wohnheiten zu verändern und ein Empfinden von Leichtigkeit entstehen zu lassen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Stunden sind für jede Altersgruppe geeignet. max. 6 TLN	FR 18:00 – 19:30 SA 10:00 - 11:30 Kursbeitrag: € 45,- Kurstage: 13.+14.11.2020 Kursdauer: 2 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
WES/ MAS	Einführung in die klassische Massage Kursleitung: Ingrid Frank An diesem Wochenende haben Sie die Möglichkeit die Grundkenntnisse der klassischen Massage für private Zwecke zu erlernen. Von den Beinen über die Arme, zum Rücken und Nacken erlernen Sie verschiedene Knetungen, Streichungen und Friktionen der Muskeln und haben nach diesem Kurs die Sicherheit eine richtige Massage im privaten Rahmen anwenden zu können. Gearbeitet wird mit Matten oder Sesseln. Das hat für Sie den Vorteil, dass Sie das Gelernte	SA+SO 09:30 - 15:00 Kursbeitrag: € 200,- (Beitrag für 2 Teilnehmer) Kursbeginn: 28.+29.11.2020 Kursdauer: 2 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1

	überall anwenden können. Bitte in bequemer Kleidung kommen. Mitzubringen: Decke, Handtuch, Massageöl und Schreibmaterialien min. 2 TLN - max. 3 TLN - Paare	
BECK	Fasziales Beckenbodentraining Kursleitung: Yolanda Espinoza Die Funktionalität des Beckenbodens wird maßgeblich von elastischen Faszien mitbestimmt, Senkungen und Beckenbodenschwäche gehen oft mit Verletzungen und Spannungsverlust des Kollagengewebes einher. Funktionelles Faszientraining für Beckenboden, Bauchmuskulatur, Zwerchfell, Rücken und Hüfte. mehr Information unter www.vhs-moedling.at min. 5 TLN – max. 6 TLN	SA 14:00 - 16:30 Kursbeitrag: € 30,- Kursbeginn: 24.10.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
FASZIE	Einführung in das Faszientraining Kursleitung: Yolanda Espinoza Die Faszien, unser größtes Sinnesorgan, durchziehen unseren Körper wie ein 3D- Spinnennetz. Laut Faszienforscher Dr. Schleip haben die Faszien 4 Grundaufgaben: Formen - Bewegen - Versorgen - Kommunizieren, zu denen es gezielte Trainingsreize gibt: Dehnen - Federn - Spüren - Beleben. Warten und pflegen Sie Ihr Fasziennetz! mehr Information unter www.vhs-moedling.at min. 5 TLN – max. 6 TLN	SA 14:00 - 16:30 Kursbeitrag: € 30,- Kursbeginn: 23.01.2021 Kursdauer: 1 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
ROLL	Funktionales Faszientraining mit der Blackroll® Kursleitung: Yolanda Espinoza Hier werden Functional Training und Faszienfitness verbunden. Verwenden Sie die Blackroll als funktionelles Trainingsgerät und zur myofascialen Selbstmassage (SMT). Erlernen Sie unterschiedliche Roll- und Akupressur-Techniken um das Gewebe zu aktivieren, detonisieren und mobilisieren. mehr Information unter www.vhs-moedling.at min. 5 TLN – max. 6 TLN	SA 14:00 - 16:30 Kursbeitrag: € 35,- Kursbeginn: 21.11.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1

VR/ALK	Alkoholkonsum nüchtern betrachtet - wie viel ist normal Kursleitung: Melanie Scheuber, MSc Ein interaktiver Vortrag bei dem unter anderem geklärt wird wie viel Alkohol zu viel ist, worin der Unterschied zwischen Genuss, Missbrauch und Sucht besteht und wie man mit Alkohol im näheren Umfeld umgehen kann. für Interessierte aller Altersstufen min. 5 TLN – max. 10 TLN	MI 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 11.11.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: 102
VR/ERN	Ernährung: Grundlagen und Tipps Kursleitung: Mag. Eva-Maria Scheiblauer In den letzten Jahrzehnten wurden immer mehr Diätformen entwickelt, um so schnell wie mög- lich Gewicht zu verlieren. Leider sind diese kurz- fristigen Diäten meist nicht erfolgreich, da sich ein 'Jojo-Effekt' einstellt. Sie erfahren wie man sich gesund ernähren kann ohne auf den Genuss zu verzichten. mehr Infos: www.ernaehrung-scheiblauer.com min. 8 TLN – max.12 TLN	MI 18:00 - 19:30 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 14.10.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: 102
VR/ EMYT	Ernährungsmythen Kursleitung: Mag. Eva-Maria Scheiblauer Ständig gibt es neue Ernährungstrends, auch die Werbung hilft uns nicht gesundheitsförder- liche Ernährungsentscheidungen zu treffen. In diesem Vortrag erhalten Sie Informationen über Ernährungsirrtümer, aber auch wie Sie als Konsument gute Ernährungsentscheidungen treffen können. Machen Kohlenhydrate dick? Ist brauner Zucker gesünder als weißer Zucker? Sind Light Produk- te tatsächlich gesünder? mehr Infos: www.ernaehrung-scheiblauer.com min. 8 TLN – max.12 TLN	MI 18:00 - 19:30 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 21.10.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: 103
VR/ Food	Superfood - Hype oder sinnvolle Nah- rung(sergänzung)? Kursleitung: Mag. Eva-Maria Scheiblauer Um dem schlechten Gewissen vorzubeugen, greifen immer mehr Menschen zu "Superfoods". Sie sollen als Wundermittel wirken und das	DI 18:00 - 19:30 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 03.11.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: 102

	Fehlverhalten in der eigenen Ernährung ausgleichen. Superfoods werden als Wundermittel gegen verschiedene Krankheiten wie Krebs oder als Anti-Anging-Produkt teuer verkauft. In diesem Vortrag werden exotische aber auch einheimische "Superfoods" näher beleuchtet und verglichen. mehr Infos: www.ernaehrung-scheiblauer.com min. 8 TLN – max.12 TLN	
VR/ SCHW	Ernährung - Schwangerschaft, Stillzeit und Baby/Kleinkindernährung Kursleitung: Mag. Eva-Maria Scheiblauer Eine Schwangerschaft führt häufig dazu, dass man sich mehr Gedanken über die Ernährung macht. Dies ist oft auch ein guter Zeitpunkt um neue Essgewohnheiten einzuführen. Eine ausgewogene Ernährung ist in der Schwangerschaft, Stillzeit aber auch für Babys und Kinder eine wichtige Grundlage für eine gesunde Entwicklung. min. 8 TLN – max.12 TLN	MI 18:00 - 19:30 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 18.11.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: 102
FRAU	Workshop nur für die Frau Kursleitung: Beate Theurer Hier beschäftigen wir uns ausschließlich mit den Themen für Frauen. Wir erlernen wie man krampflösende Mittel, Öle gegen Dehnungs- streifen und Teemischungen bei Wechseljahr- beschwerden herstellt. Ein Kurs für mehrere Generationen. Wie immer werden die selbstgemachten Mittel mit nach Hause genommen. Materialkosten von ca. € 10,- werden von der Kursleiterin eingehoben. min. 6 TLN – max. 8 TLN	MI 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 35,- Kursbeginn: 14.10.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: Küche
ниѕт	Gib dem Husten und Schnupfen keine Chance Kursleitung: Beate Theurer In diesem Kurs erfahren Sie welche Kräuter bei Verkühlungen hilfreich sind oder auch vorbeugend wirken können und wie man sie verarbeiten kann. Die selbst zubereiteten Mittelchen	MO 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 35,- Kursbeginn: 09.11.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: Küche Bitte umblättern

	werden mit nach Hause genommen und bereichern Ihre Hausapotheke. Materialkosten von € 10,- werden von der Kurs- leiterin eingehoben. min. 6 TLN – max. 8 TLN	
KRÄU	Die Heilkräuter vor unserer Türe Kursleitung: Julia Bydlinski-Kager Wir werden die "prominentesten" Kräuter unserer Wiesen und ihr Potential als sehr gesundes, schmackhaftes Wildgemüse, wie auch ihre heilenden Wirkungen in Theorie und bei einem Spaziergang kennenlernen. Findet bei jedem Wetter statt! Bei ganz viel Regen bleiben wir drinnen, und wagen uns an ganz einfache Kräuterrezepte heran. In diesem Fall bitte ein kleines Schraubglas mitnehmen. Ein ausführliches Skript zum mit nach Hause nehmen ist inkludiert. min 4 TLN – max. 6 TLN	SA 10:00 - 12:30 Kursbeitrag: € 25,- Kursbeginn: 17.10.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2
N/CH	Natur statt Chemie – Körperpflege und Haushalt Kursleitung: Julia Bydlinski-Kager In vielen Bereichen kann man sehr gut auf "ge- kaufte Chemie" verzichten und stattdessen na- türliche Produkte verwenden. Vieles (Duschgel, Gesichtswasser, Waschmit- tel,) kann man sogar ganz einfach selbst her- stellen! Wir schauen uns an, wie das geht. min 4 TLN – max. 6 TLN	SO 16:00 - 17:30 Kursbeitrag: € 18,- Kursbeginn: 11.10.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2
N/AP1	Natur statt Chemie – kleine Hausapotheke Teil 1 Kursleitung: Julia Bydlinski-Kager Hausmittel aus Küche und Speisekammer Altbewährte Rezepte wie Topfenwickel oder Essigpatscherl, sowie die heilsame Wirkung von Knoblauch, Honig, Natron und Co. Mit vielen praktischen Beispielen, Hintergrundinformationen und einem ausführlichen Skriptum.	SA 18:00 - 19:30 Kursbeitrag: € 18,- Kursbeginn: 17.10.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2

Wir bitten Sie sich eigenverantwortlich über die vorgeschriebenen Covid19-Regelungen und Maßnahmen kundig zu machen und diese einzuhalten.

N/AP2	Natur statt Chemie – kleine Hausapotheke Teil 2 Kursleitung: Julia Bydlinski-Kager Rosmarin ist super an Kartoffeln - aber auch ein großartiger Helfer für Herz, Nervensystem und Verdauung. Zimtkekse machen doppelt glücklich! Gewürze haben oft ungeahnte Kräfte. Es ist Zeit die Kraft unserer Küchengewürze kennenzulernen! Skript ist inkludiert! min 4 TLN – max. 6 TLN	SO 16:00 - 17:30 Kursbeitrag: € 18,- Kursbeginn: 18.10.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2
WALD1	Shirin Yoku - Waldbaden - Achtsamkeit im Wald Kursleitung: Renate Gliewe Ein Erlebnis der Entschleunigung, der geschärften Wahrnehmung mit allen Sinnen, die (Wieder)Entdeckung der Langsamkeit und das Gefühl, ganz bei sich zu sein, im HIER und JETZT. Die Seele baumeln lassen. Der Wald schenkt uns Ruhe, ist Balsam für unsere Seele und Nerven, senkt die Stresshormone in unserem Blut und stärkt unser Immunsystem. Die wohltuende Wirkung eines Waldbades mit Achtsamkeitsübungen ist jetzt auch für SIE erlebbar. Lassen Sie sich gemeinsam mit mir auf den WALD ein! Alles zum Thema Shirin Yoku (Waldbaden) unter www.seelenBAUMeln.at (Bei Schlechtwetter wird ein Ersatztermin genannt)	SA 09:00 - 11:30 Kursbeitrag: € 25,- Kursbeginn: 03.10.2020 Kursdauer: 1 x Treffpunkt: Parkplatz beim "Bockerl"
WALD2	Shirin Yoku - Achtsamkeit im Wald Kursleitung: Renate Gliewe gleicher Inhalt und Treffpunkt wie bei WALD1	SA 09:00 - 11:30 Kursbeitrag: € 25,- Kursbeginn: 17.10.2020 Kursdauer: 1 x
VR/HYP	Hypnose fauler Zauber oder wirksames Hilfsmittel zur Problemlösung? Kursleitung: Dr.Med. Wolf-Dieter Nagl Die Hypnosetherapie ist eine anerkannte und sehr wirksame Behandlungsmethode bei vielen körperlichen, wie auch psychosomatischen Be- schwerden.	DI 19:00 - 20:30 Kursbeitrag: € 10,- Kursbeginn: 10.11.2020 Kursdauer: 1 x

	Ihr Anwendungsgebiet umfasst u.a. stressbedingte Erkrankungen, Ängste, Depression, Schmerzzustände, entzündliche Erkrankungen, Reizdarmsyndrom, onkologische Fragestellungen, Gewichtsreduktion oder Raucherentwöhnung. Durch die Trance erhalten wir direkten Zugang zum Unterbewusstsein und können effektiv jene Veränderungen bewirken, die wir uns wünschen.	Kursort: 101 Filmsaal
GUT/KD	"Einfach gut auf sich schauen" - lernt man am besten schon früh Kursleitung: Julia Bydlinski-Kager für Kinder und ihre Eltern Mit einfachen Körperübungen und ausgerüstet mit "Sonnenbuch" und "TutGut-Box" gestärkt, leichter und heiterer die kleinen Herausforderungen des Schul- und Familienalltags meistern. mehr Informationen unter www.vhs-moedling.at min 3 TLN-Paare	SO 10:00 - 11:30 Kursbeitrag: € 45,- für ein Kind mit ei- nem Elternteil geplante Kurstage: 11. und 18.10.2020 Kursdauer: 2 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
GUT/E	'Einfach gut auf sich schauen' - kann man lernen Kursleitung: Julia Bydlinski-Kager Sich selbst besser kennenlernen, die Aufmerksamkeit auf kleine Freuden lenken und sich daran stärken. Erkunden, wie man sich ganzheitlich 'nährt' und sich gut mit den eigenen Emotionen verstehen. Übungen für Kopf und Körper! mehr Informationen finden Sie unter www.vhsmoedling.at min 4 TLN	FR 18:00 - 19:30 Kursbeitrag: € 55,- geplante Kurstage: 30.9., 7.10. und 21.10 Kursdauer: 3 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 2
VR/ DENK 1a	Denk dich gesund!  Kursleitung: Claudia Sekira (Dipl. Mental- und Erfolgstrainerin und ehemalige Spitzensportlerin)  Die Macht unserer Gedanken hat einen enormen Einfluss auf unsere Gesundheit. Sie können somit Ihre Realität jederzeit neu erschaffen.  Mit wirksamen Techniken steuern Sie Ihren Prozess ab sofort selbst und werden zum Regisseur bzw. Regisseurin Ihres eigenen Lebens.  Die Vortragende gibt zahlreiche Tipps, wie man	DI 18:30 - 20:00 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 10.11.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: E06

	rechtzeitig gegensteuern kann, um ein gesundes und glückliches Leben zu führen. Sie erhalten Einblicke zu den neuesten Erkenntnissen über unser Gehirn und die bekanntesten Forschungsergebnisse aus dem Bereich der Epigenetik. Erfahren Sie wozu unser Geist (Verstand) tatsächlich fähig ist.	
VR/ DENK 1b	Denk dich gesund! Kursleitung: Claudia Sekira (Dipl. Mental- und Erfolgstrainerin und ehemalige Spitzensportlerin) gleicher Inhalt wie VR/DENK 1a	DI 18:30 - 20:00 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 12.01.2021 Kursdauer: 1 x Kursort: E06
VR/ DENK 2a	Denk dich gesund 2 Kursleitung: Claudia Sekira (Dipl. Mental- und Erfolgstrainerin und ehemalige Spitzensportlerin) "Unser Leben ist das Produkt unserer Gedanken!" (Marcus Aurelius) Wir steuern unser Leben selbst! - Das haben die Neurowissenschaftler, Forscher und Entwicklungsbiologen herausgefunden. Unsere Gedanken und Einstellungen über eine Situation machen uns gesund oder krank! Auch unsere Ernährung hat einen großen Einfluss auf einen gesunden Geist. Sie erfahren was die 16:8 Methode ist und erhalten Einblicke in die "4 Säulen-Die Basis für ein gesundes Leben", was Emotionen mit unserem Körper machen und wie Sie Ihr Immunsystem stärken können. Die Vortragende gibt Ihnen hilfreiche Tipps für ein gesundes glückliches Leben. Sie erhalten Einblicke aus den Bereichen der Epigenetik, der Neurowissenschaft und der Hirnforschung.	DI 18:30 - 20:00 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 20.10.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: 101 Filmsaal
VR/DEN K 2b	Denk dich gesund 2 Kursleitung: Claudia Sekira (Dipl. Mental- und Erfolgstrainerin und ehemalige Spitzensportlerin) gleicher Inhalt wie VR/DENK 2a	DI 18:30 - 20:00 Kursbeitrag: € 12,- Kursbeginn: 19.01.2021 Kursdauer: 1 x Kursort: 101 Filmsaal

#### W/ Denk dich Gesund - Workshop zum Vortrag DO 18:00 - 21:00 DeGes 1 Kursleitung: Claudia Sekira Kursbeitrag: € 40,-(Dipl. Mental- und Erfolgstrainerin und ehemalige Spitzen-Kursbeginn: sportlerin) 12.11.2020 NEU Die Macht unserer Gedanken hat einen enor-Kursdauer: 1 x men Einfluss auf unsere Gesundheit. In diesem Kursort: 104 Workshop stehen mentale Techniken, wissenschaftliche Einblicke und ein effektives Bewusstseinstraining im Vordergrund. Jede Handlung von uns entspringt einem mentalen Prozess. Mit wirksamen Techniken steuern Sie Ihren Prozess ab sofort selbst und werden zum Regisseur bzw. Regisseurin Ihres eigenen Lebens. Sie können diesen mentalen Prozess bewusst und systematisch beeinflussen und sich so zu sagen "gesund denken". Durch ihren eigenen sehr intensiven Weg und von zwei schwerwiegenden Diagnosen geprägt, konnte die Kursleiterin am eigenen Körper erfahren wozu unser Geist (Verstand) tatsächlich fähig ist. min. 4 TLN - max. 10TLN W/ Denk dich Gesund - Workshop zum Vortrag DO 18:00 - 21:00 DeGes 2 Kursleitung: Claudia Sekira Kursbeitrag: € 40,-(Dipl. Mental- und Erfolgstrainerin und ehemalige Spitzen-Kursbeginn: sportlerin) 21.01.2021 Kursdauer: 1 x gleicher Inhalt wie W/DeGes 1 Kursort: 104 min 4 TLN - max 10TLN STR STRESS ADEL - Das effektive Anti-Stress DO 18:00 - 21:00 Kursbeitrag: € 95.-Training für mehr Gelassenheit Kursleitung: Claudia Sekira geplante Termine: (Dipl. Mental- und Erfolgstrainerin und ehemalige Spitzen-22.10., 05.11, und sportlerin) 19.11.2020 Sie fühlen sich oft niedergeschlagen, erschöpft Kursdauer: 3 x oder sogar ausgebrannt? Kursort: 104 In diesem Workshop erfahren Sie, was Stress in unserem Körper bewirken kann und mit welchen Techniken und Methoden Sie gezielt gegensteuern können. Wie Sie die Ursachen des Stresses erkennen und wie Sie aus dem Stresskreislauf aussteigen können. Sie lernen einfache

und sehr effektive Regenerationsmethoden

kennen, die Sie jederzeit für sich anwenden können. Seine eignen Stressoren erkennen, die Hamsterrad Methode, mentale Techniken, Atmung, Entspannung und Achtsamkeitsübungen werden Teil des effizienten Workshops sein. min 4 TLN - max 10TLN

# VR/HA

# Hashimoto - Die schleichende Volkskrankheit!

Kursleitung: Claudia Sekira

(Dipl. Mental- und Erfolgstrainerin und ehemalige Spitzen-

sportlerin)

Immer mehr Menschen leiden an Schilddrüsenproblemen oder sind von der modernen Volkskrankheit Hashimoto betroffen. Die Vortragende,
eine ehemalige Betroffene dieser Erkrankung,
erzählt ihren Weg. Sie gibt Ihnen Einblicke, wie
man in diese Erkrankung hineinrutschen kann
und was man alles dagegen tun kann. Welche
Methoden und Möglichkeiten einem das Leben
leichter machen, was das Thema Ernährung mit
dieser Erkrankung zu tun hat und wie sie mit Hilfe ihres selbst entwickelten 7-Schritte Programms wieder vollkommen gesund wurde.

# DI 18:30 - 20:00

Kursbeitrag: € 12,-

Kursbeginn: 17.11.2020

Kursdauer: 1 x

Kursort:

101 Filmsaal

# **GEDA**

#### Die Macht unserer Gedanken!

Kursleitung: Claudia Sekira,

(Dipl. Mental- und Erfolgstrainerin und ehemalige Spitzensportlerin)

Grundkurs für mentale Techniken

In diesem Workshop erfahren Sie die wichtigsten und effektivsten Techniken und Methoden

für mentale Freiheit.

Die tägliche Gedankenhygiene ist ein wesentlicher Teil für einen positiven und freien Geist. Mit Hilfe von zahlreichen Übungen und Tools, aus den Bereichen der Neurowissenschaft und der Hirnforschung, haben Sie die Chance neue UMDENK-Prozesse einzuleiten. Durch gezielte und wiederholte Reize auf mentaler Ebene arbeiten wir mit Wahrnehmungs- und Bewusstseinszuständen und erreichen mehr Selbstwirksamkeit auf körperlicher, geistiger und emotionaler Ebene.

DO 18:00 - 21:00

Kursbeitrag: € 95,geplante Termine: 26.11., 17.12.2020

und 28.01.2021

Kursdauer: 3 x Kursort: 104

min. 4 TLN – max. 10TLN

### **EFR**

# Endlich frei & glücklich

Kursleitung: Claudia Sekira

(Dipl. Mental- und Erfolgstrainerin und ehemalige Spitzensportlerin)

Das spezielle 8-Phasen Programm ist ein wesentlicher Bestandteil für ein gesundes glückliches Leben.

Der Fokus liegt auf dem gesunden Umgang mit unserem Körper und Geist (Verstand). Mit dem 8-Phasen Programm kommen Sie in Ihre eigene Kraft und in eine gesunde Balance zurück. Mentale Techniken, Achtsamkeitstraining, Regenerationsmethoden und ein Intuitionstraining stehen bei diesem Workshop im Vordergrund. Ziel des erfolgreichen 8-Phasen Programms ist es, den eigenen "inneren Kompass" wieder zu stärken und dadurch dauerhaft gesund und glücklich zu bleiben.

min. 4 TLN - max. 10TLN

# DO 18:00 - 21:00

Kursbeitrag: € 40,-

Kursbeginn: 03.12.2020 Kursdauer: 1 x Kursort: 104

# TANZ UND BEWEGUNG

Auf Grund der Hygienerichtlinien und der meist sehr beengten Umkleidemöglichkeiten bitten wir Sie bei allen Tanz- und Bewegungskursen schon in passender Bekleidung zu kommen.

#### SAL1-V

# Tanzen macht glücklich! - Salsa für Frauen 1

Kursleitung: Michaela Rasinger

Tanzworkshop 'Traditionelle kubanische und karibische Tänze' für Anfängerinnen

Ihnen gefällt Kubanische Musik und Sie wollten schon immer tanzen? Salsa tanzen ist mit den Beinen...den Boden zu spüren... ...im Einklang mit der Musik.....das Leben zu genießen... Wir werden Grundschritte und leicht erlernbare Schrittkombinationen/ Choreografie tanzen. Salsa ist nicht nur Tanz, es ist ein neues Lebensonfühl und Ausdrusk der Fraude

bensgefühl und Ausdruck der Freude. Für diesen Kurs ist kein Partner notwendig! Bitte schon in bequemer Bekleidung zum Kurs kommen.

min. 5 TLN - max. 6 TLN

MO 10:10 - 11:10

Kursbeitrag: € 90,-Kursbeginn: 05.10.2020

Kursdauer: 8 x

J. Thoma Str. 17 Raum 1

SAL2-V	Tanzen macht glücklich! - Salsa für Frauen 2 Kursleitung: Michaela Rasinger Tanzworkshop 'Traditionelle kubanische und karibische Tänze' für Fortgeschrittene / Rueda de casino; Wir werden Grundschritte und leicht erlernbare Schrittkombinationen/ Choreografie tanzen. Für diesen Kurs ist kein Partner notwendig! Bitte schon in bequemer Bekleidung kommen. min. 5 TLN – max. 6 TLN	MO 09:00 - 10:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 8 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
SAL1	Tanzen macht glücklich! - Karibische Rhythmen 1 Kursleitung: Michaela Rasinger gleicher Inhalt wie SAL1-V min. 5 TLN – max. 6 TLN	MI 18:00 - 19:00 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 8 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
SAL2	Tanzen macht glücklich! - Karibische Rhythmen 2 Kursleitung: Michaela Rasinger gleicher Inhalte wie SAL2-V min. 5 TLN – max. 6 TLN	MI 19:10 - 20:10 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 8 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
NEU	Line Dance Kursleitung: Ursula Medicus, MBA Tanzen ohne Partner, mit Abstand und in einer Gruppe? Linedance wird in Linien hinter- und nebenei- nander getanzt. In diesem Kurs werden leichte Choreographien zu moderner Musik, Countrysongs und Klassikern vermittelt. Line- dance schult die Beweglichkeit, Koordination und Fitness und macht Spaß! Bitte in lockerer Kleidung kommen. Hallenschu- he oder Tanzschuhe mit flachem Absatz sind von Vorteil. Bitte auch eine Wasserflasche mitbringen. min. 6 TLN	MI 19:40 - 20:40 Kursbeitrag: € 100,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: Turnsaal Sportvolksschule

BAUCH/ A	Bauchtanz für Anfänger Kursleitung: Cornelia Stoits-Gierlinger Orientalischer Tanz für Anfängerinnen für bessere Beweglichkeit, ein ganz neues Körpergefühl und gute Laune! Elemente: orientalische Bewegungen, Schrittkombinationen, Technik, Einfluss verschiedener Tanzstile Bitte mitbringen: Tuch für die Hüfte, Wasserflasche und in bequemer Kleidung kommen! min. 4 TLN - max. 5 TLN	DO 18:00 - 18:55 Kursbeitrag: € 105,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 7 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
BAUCH/F	Bauchtanz für leicht Fortgeschrittene Kursleitung: Cornelia Stoits-Gierlinger Orientalischer Tanz für leicht Fortgeschrittene - für bessere Beweglichkeit, ein ganz neues Kör- pergefühl und gute Laune! Elemente: orientalische Bewegungen, Schritt- kombinationen, Technik, Einfluss verschiedener Tanzstile Bitte mitbringen: Hüfttuch, Wasserflasche - bitte schon in bequemer Kleidung kommen min. 4 TLN - max. 5 TLN	DO 19:05 - 20:00 Kursbeitrag: € 105,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 7 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
GRT	Griechische Tänze Kursleitung: Ing. Hannes Wurth Für alle, die in entspannter Atmosphäre Spaß am Tanzen haben wollen. Es werden Grundschritte von Tänzen aus allen Regionen Griechenlands gelehrt. Für diesen Kurs ist kein Partner notwendig! Vor- kenntnisse sind von Vorteil, aber nicht unbedingt erforderlich. geplante Termine: 09.10., 23.10., 06.11., 20.11., 04.12., 18.12., 08.01. u. 22.01. (mit Vorbehalt) min. 6 TLN	FR 19:30 - 21:00 Kursbeitrag: € 80,- Kursbeginn: 09.10.2020 Kursdauer: 8 x Kursort: Turnsaal der J.Thoma Mittelschule
ZUMBA	Zumba® Kursleitung: Ines Trappl Zumba ist für jeden geeignet, denn man muss nicht tanzen können, um bei dieser Kombination aus lateinamerikanischen sowie weltweiten Rhythmen und Fitnessübungen mitmachen zu können. Jeder Kurs ist eine Party und wird dadurch gar	FR 18:00 - 19:00 Kursbeitrag: € 100,- Kursbeginn: 09.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Turnsaal der Sportvolksschule

	nicht als Workout empfunden. Trotzdem werden Stress und überflüssige Kilos weggetanzt. Bitte schon in Turnbekleidung zu dem Kurs kommen. min. 6 TLN	
FIT/WE	Fit durch den Wechsel Kursleitung: Ulrike Schöfberger Bewegung tut gerade in den Wechseljahren richtig gut und lindert die körperlichen Sympto- me. Mit viel Spaß bringen wir das Herz- Kreislauf-System in Schwung, kräftigen beim Zirkeltraining gezielt die Muskelgruppen der 'Problemzonen' und entspannen abschließend mit Übungen aus der Yogatherapie. Bitte schon in Turnbekleidung zum Kurs kom- men. min. 8 TLN	MO 17:15 - 18:45 Kursbeitrag: € 150,- Kursbeginn: 05.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Turnsaal der J.Thoma Mittelschule
DAM1	Gesundheitstraining für jedermann & -frau Kursleitung: Ulrike Schöfberger Mit achtsam ausgeführten Übungen (vorwiegend aus der Yogatherapie) mobilisieren, kräftigen und dehnen wir den Körper von Kopf bis Fuß. Die Verbesserung der Körperwahrnehmung - auch im Alltag - ist ein Hauptziel des Kurses.  Bitte schon in Turnbekleidung zum Kurs kommen. min. 5 TLN – max. 6 TLN	MI 08:45 - 09:55 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 13 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
DAM2	Gesundheitstraining für Damen Kursleitung: Ulrike Schöfberger gleicher Inhalt wie DAM2, aber nur für Frauen min. 5 TLN – max. 6 TLN	MI 10:10 - 11:20 Kursbeitrag: € 130,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 13 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
RF1-V	Rückenfit am Vormittag Kursleitung: Kathrin Rudel Durch zu schwache Muskulatur, mangelnde Bewegung und Fehlhaltungen kann es zu Rückenproblemen kommen. Gezieltes Training	DI 09:00 - 09:50 Kursbeitrag: € 110,-

	und theoretische Hintergrundinformationen verhindern die Entstehung von Beschwerden bzw. erneutes Auftreten von Schmerzen. Die Rückenmuskulatur wird gekräftigt, Wirbelsäule und Bandscheiben werden entlastet, die Haltung wird verbessert. So kann Schmerz erst gar nicht entstehen! Für jede Altersgruppe geeignet! Bitte kommen Sie schon in Sportkleidung zum Kurs und bringen Sie ein großes Handtuch oder eine Decke mit.	Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
AK	Rückenfit am Vormittag Kursleitung: Kathrin Rudel gleicher Kursinhalt wie RF1-V max. 6 TLN	DI 10:00 - 10:50 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
AK.	Rückenfit Kursleitung: Kathrin Rudel gleicher Kursinhalt wie RF Bitte Gymnastikmatte mitbringen und schon in Sportbekleidung zu dem Kurs kommen. min. 6 TLN	MI 18:40 - 19:30 Kursbeitrag: € 110,- Kursbeginn: 07.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Turnsaal der Sportvolksschule
GLSE	Gleichgewichtstraining für Senioren Kursleitung: Kathrin Rudel Je älter man wird, umso größer wird das Sturzrisiko. Wer bis ins hohe Alter hinein aktiv bleibt, trainiert die Funktions- und Leistungsfähigkeit seines Körpers und damit auch die Standfestigkeit, die Mobilität und die Bewegungssicherheit. Durch Gleichgewichtstraining in Kombination mit Muskeltraining kann man aktiv etwas tun, um das Sturzrisiko erheblich zu minimieren. Bitte kommen Sie schon in bequemer Bekleidung zum Kurs. max. 8 TLN	DI 11:00 - 11:55 Kursbeitrag: € 115,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1

ws	Wirbelsäulengymnastik Kursleitung: Sabine Nuhs Durch gezielte Übungen wird die vernachlässigte Muskulatur angeregt und gekräftigt. Verspannungen werden aufgespürt und gelöst. So wird das Muskelgleichgewicht wieder hergestellt. Bitte eigene Matte und ein kleines Handtuch mitnehmen und schon in warmer Turnbekleidung (dicke Socken) zu dem Kurs kommen. min. 8 TLN	FR 18:00 - 19:15 Kursbeitrag: € 95,- Kursbeginn: 09.10.2020 Kursdauer: 13 x Kursort: Turnsaal der J.Thoma Mittelschule
PIL NEU	Pilates Kursleitung: Tina Rosensprung Pilates ist ein Ganzkörpertraining, bei dem ganze Muskelketten trainiert werden, um so die Körperhaltung und Körperkontrolle zu verbessern. In erster Linie spricht Pilates die oft vernachlässigte Tiefenmuskulatur des Rückens und der Körpermitte an. Zudem stellt es ein super Training dar, um muskuläre Dysbalancen auszugleichen, die u.a. durch sitzende Tätigkeiten entstehen können. Diese Stunde ist für Pilates Neulinge sowie auch für bereits Erfahrenere geeignet. Bitte eigene Matte mitnehmen und schon in Turnbekleidung zu dem Kurs kommen. Mehr Informationen finden Sie unter www.vhsmoedling.at. min. 8 TLN	FR 19:30 - 20:30 Kursbeitrag: € 90,- Kursbeginn: 09.10.2020 Kursdauer: 10 x Kursort: Turnsaal der Sportvolksschule
BODY	Bodystrech Kursleitung: Ingrid Frank Aufwärmen, dehnen und den Körper dadurch wieder geschmeidig machen. Zu langes Sitzen und Stehen führt zu Muskel- verkürzungen, die sich negativ auf den ganzen Bewegungsapparat auswirken. Bodystrech führt Sie daher zu mehr Beweglich- keit und Wohlgefühl. Bitte schon in Trainingsbekleidung kommen. min. 5 TLN – max. 6 TLN	DI 18:00 - 19:00 Kursbeitrag: € 100,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1

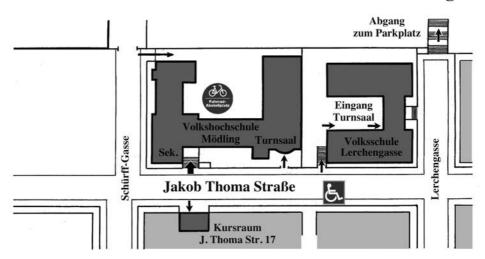
Sie wissen nicht was Sie Ihren Lieben schenken sollen? Im Sekretariat erhalten Sie Gutscheine in beliebiger Höhe! Diese können für alle Kurse und Veranstaltungen der VHS-Mödling eingelöst werden.

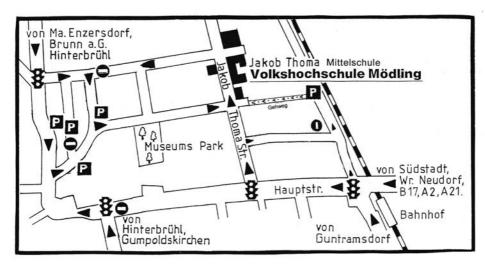
FIT	Fit mit Faszientraining Kursleitung: Yolanda Espinoza Die Faszien durchziehen den menschlichen Körper, von Kopf bis Fuß, wie ein dreidimensionales Spinnennetz. Warten und pflegen Sie ihre Faszien durch schwungvolle, federnde, dehnende und sensorische Trainingsreize. Kombiniert wird das Training mit Übungen aus der Rückenschule und Functional Training. Mehr Informationen unter www.vhs-moedling.at Bitte kommen Sie schon in Sportkleidung zum Kurs und bringen Sie ein großes Handtuch oder eine Decke. min. 5 TLN	DI 18:00 - 19:30 Kursbeitrag: € 150,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Turnsaal der J.Thoma Mittelschule
BALL	Ganzkörpertraining mit dem Gymnastikball Kursleitung: Yolanda Espinoza Die Instabilität des Gymnastikballs trainiert die tiefliegende Rumpfmuskulatur, die für unsere Haltung und Stabilität zuständig ist. Gleichgewichts-, Koordinations- und Reaktions- fähigkeit werden geschult, neben dem Stabilisa- tionstraining sind mit dem Ball auch viele faszia- le Dehnübungen möglich. Bitte kommen Sie schon in Sportkleidung! min. 5 TLN	DI 19:35 - 20:30 Kursbeitrag: € 100,- Kursbeginn: 06.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Turnsaal der J.Thoma Mittelschule
FIT-V	Fit mit Faszientraining am Vormittag Kursleitung: Yolanda Espinoza gleicher Kursinhalt wie FIT Bitte kommen Sie schon in Sportkleidung zu dem Kurs und bringen Sie ein großes Handtuch oder eine Decke. min. 5 TLN – max. 6 TLN	FR 09:30 - 11:00 Kursbeitrag: € 150,- Kursbeginn: 09.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
KRAFT/O	Funkionale Kräftigung für den ganzen Körper - Onlinekurs Kursleitung: Mag. Anita Denk Ganzkörpertraining mit Kräftigungs-, Beweglichkeits- und Koordinationsübungen, inklusive Warmup und Dehnung zum Schluss. Die Übungen werden sowohl auf dem Boden, als auch im Stehen durchgeführt. Ziel des Trainings ist eine	FR 11:10 - 12:10 Kursbeitrag: € 85,- Kursbeginn: 09.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Online

	Steigerung der Kraft, Erhöhung von Stabilität, Rückenstärkung, Muskelaufbau und Straffung. Jedes Alter und Fitnesslevel ist willkommen! DIESER KURS WIRD ONLINE VIA ZOOM ABGEHALTEN! min. 6 TLN	
KRAFT/P	Funkionale Kräftigung für den ganzen Körper - Präsenz Kursleitung: Mag. Anita Denk gleicher Inhalt wie KRAFT/O Bitte kommen Sie schon in Sportkleidung! min. 4 - max. 5 TLN	FR 12:20 - 13:20 Kursbeitrag: € 105,- Kursbeginn: 09.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: J. Thoma Str. 17 Raum 1
TKW	TaeKwonDo Kursleitung: DI Michael Egger Das Erlernen der koreanischen Kampfkunst Tae-Kwon-Do als Mittel zur Selbstverteidigung und zur Steigerung der körperlichen Fitness steht im Mittelpunkt dieses Kurses. Der Kurs ist sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet. Weitere Informationen finden Sie unter www.mekk.at/tkdn/unterricht/schwerpunkte/ und www.vhs-moedling.at Bitte schon in Trainingsbekleidung zu dem Kurs kommen. Das Training findet barfuß statt. Mindestalter: 14 Jahre min. 8 TLN	DO 18:30 - 20:00 Kursbeitrag: € 120,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Turnsaal der Sportvolksschule
TKW/F	TaeKwonDo - Fortgeschrittene Kursleitung: DI Michael Egger Für fortgeschrittene Schüler (ab Blaugurt) dient dieser Kurs der Perfektionierung der Grund- techniken und dem Erlernen weiterführender Techniken wie Bodenkampf oder Messerab- wehr. Aus Zeitgründen erfolgt kein Aufwärmtraining, daher ist eine Teilnahme nur in Verbindung mit dem Anfängerkurs möglich. Mindestalter: 18 Jahre min. 4 TLN	DO 20:00 - 20:30 Kursbeitrag: € 40,- Kursbeginn: 08.10.2020 Kursdauer: 12 x Kursort: Turnsaal der Sportvolksschule

# VOLKSHOCHSCHULE MÖDLING Veranstaltungsorte

Herzlich willkommen in der Volkshochschule Mödling!





Kursort Gumpoldskirchen: Die Kurse finden in der Musikmittelschule Gumpoldskirchen, Jubiläumsstraße 23 statt.



info@vhs-moedling.at www.vhs-moedling.at

# Volkshochschule Mödling Wintersemester 2020/21

L		September	L		Oktober		١	November	L		Dezember	L		Jänner
οi	1		O	1		So	1 4	1 Allerheiligen	Di	1		표	1	
W	2		F	2		Mo	2 A		WE	2		Z	2	
Do	3		g	3		Di	3		Do	3		S	3	
H	4		So	4		Mi	4		Fr	4		Mo	4	
z	5		Mo	5		Do	5		Sa	5		Di	5	
S	9		Di	9		Fr	9		S	9		Mi	9	
Mo	7		Mi	7		Sa	7		Mo	7		Do	7	
Di	89		OO	00		So	8		ΙQ	89	8 Maria Empfängnis	Н	8	
ME	6		Fr	6		Wo	6	0. 58	JW.	6		S	9	
Do	10		S	10		Di 1	10	5.0	Do	10		S	10	
H	11		S	11		Mi	11	- 78	Fr	11		Mo	11	
Z	12		Wo	12		Do 1	12		es	12		Di	12	
S	13		Di	13		Fr  1	13		S	13		W	13	
Mo	14		Mi	14		Sa 1	14		οM	14		Do	14	
Di	15		Do	15		So 1	15 L	15 Leopoldi	įQ	15		Н	15	
WE	16		Fr	16	271-1	Mo 1	16		Ψĕ	16		S	16	
Do	17		Sa	17		Di j	17		Do	17		S	17	
H	18		9	18		Mi	18		F	18		Mo	18	
S	19		Mo	19		D0 1	19		Sa	19		Di	19	
S	20		Ö	20		F	20		S	20		M	20	
Mo 21	21		Wi	21		Sa [	21		Mo 21	21		Do	21	
Di	22		Do	22		So 2	22	3	Di	22		Fr	22	
W	23		Fr	23		Mo 2	23		M	23		B	23	
Do	24		Sa	24		Di Z	24		Do	24	24 Weihnachtsferien	So	24	
Fr	25	177	So.	25		Wi Z	25		H	25 (	25 Christtag	Wo	25	
æ	26		Mo	26	Nationalfeiertag	Do	26	11110	Sa.	26	26 Stefanitag	Di	26	
S	17		Di	27		FF 3	27	21000	S	27		JW	27	
Mo 28	28		Wi	28		Z eS	28		Wo	28		Do	28	
ō	29		O		29 Herbstferien	So	29		Ю	29		Ŧ	29	
M	30		Ŧ	30		Mo	30		M	30		æ	30	
			Sa	31					Do	31		So	31	
			Ğ	rauunt	Grauunterlegte Tage sind unterrichtsfrei! - Der Termin für den Elternsprechtag der NMS steht noch nicht fest!	:sfrei!	-De	r Termin für den Elternspre	chtag	der	VMS steht noch nicht fest!			

#### Fördermöglichkeiten

#### **AKNÖ**

#### **BILDUNGSBONUS:**

- Dienstnehmer\*innen: 50 % der Kurskosten bis zu € 120,- pro Kalenderjahr
- Kinderbetreuungsgeldbezieher\*innen: 50 % bis zu € 170,- pro Kalenderjahr
- Arbeitssuchende: 100 % bis zu € 220,- pro Kalenderjahr
- Mitglieder ab 50 Jahren: 50 % bis zu € 220,- pro Kalenderjahr

Sie können Ihren Bildungsbonus so oft geltend machen, bis Ihr Jahresbonus aufgebraucht ist.

#### **DIGI-BONUS:**

- Dienstnehmer\*innen: 100% der Kurskosten bis zu € 120,- pro Kalenderjahr
- Arbeitssuchende: 100% bis zu € 220,- pro Kalenderjahr

Weitere Informationen erhalten Sie unter der Hotline 057171 – 29000 oder noe.arbeiterkammer.at/bildungsbonus

#### **BILDUNGSBONUS DER AKWIEN**

Alle Mitglieder der AK Wien können sich unter der Telefonnummer 0800 311 311 oder unter http://wien.arbeiterkammer.at/bildungsgutschein informieren.

**HINWEIS:** Bitte beachten Sie, dass sich bei Dienstnehmer\*innen die Mitgliedschaft zur Arbeiterkammer nach dem Dienstort der Firma und nicht nach dem Wohnsitz richtet.

#### FÖRDERUNG DURCH GEWERKSCHAFTEN:

Erkundigen Sie sich bei Ihrer Fachgewerkschaft, ob sie die Weiterbildungsmaßnahmen ihrer Mitglieder fördern.

#### FÖRDERUNGEN VOM AMS:

Arbeitslose, die einen berufsbezogenen Weiterbildungskurs besuchen möchten, sollten sich erkundigen, ob eine Unterstützung von Seiten des AMS möglich ist.

Bitte denken Sie auch daran, berufsbezogene Kurse bei Ihrer Arbeitnehmerveranlagung (Steuerausgleich) anzuführen.

gefördert durch



niederösterreich kultur





ZVR Zahl: VHS Mödling 489266110 / Titelfoto: © VHS Mödling



# DIE ARBEITERKAMMER NIEDERÖSTERREICH FÖRDERT KURSE

die in diesem Kursprogramm AK-gekennzeichnet sind.

**K** Bildungsbonus

**A**extra Digi-Bonus

Auf der Homepage der AK Niederösterreich finden Sie nähere Informationen und den Online-Antrag.

Über das AK-extra Digi-Konto werden zusätzlich vertiefende Digitalisierungskurse gefördert (auch ohne AK-Kennzeichnung).

### Meine **Erfolgs**hochschule



# Volkshochschule

## Mödling

siehe Plan innen – in den Ferien ist kein Parteienverkehr!

Hauptgebäude: Jakob Thoma Mittelschule

Jakob Thoma Straße 20

Büroöffnungszeiten: ab Dienstag, 1. September 2020

Di. + Do. von 9.00 –12.00 Uhr Di. + Do. von 17.30 –19.30 Uhr

Telefon: 02236/432 25

Mobiltelefon: 0664/432 69 14

E-mail: info@vhs-moedling.at

Onlineanmeldung auf unserer Homepage www.vhs-moedling.at ist ab 17. 08. 2020 möglich.

Dieses Semester können wir Ihnen auf Grund der derzeitigen Situation keine Einschreibwoche anbieten. Eine persönliche Anmeldung ist aber nach Vereinbarung möglich.

Follow us on Instagram: @volkshochschulemoedling

DVR: 0567621



Herausgeber und Eigentümer:
Volkshochschule Mödling. Für den Inhalt verantwortlich:
Barbara Pahr, 2340 Mödling, Jakob Thoma-Straße 20.
Produktion: Roland Herzog Werbegrafik, 2544 Leobersdorf,
Wr. Neustädter Straße 4a, Druck: KS Printsolution GmbH