



**Neue Wege
beginnen im Kopf.**
Bildung schafft Klarheit!



Eine Ausbildung für heute. Und morgen.

Ausbildung oder duales
Studium bei deiner
Harzsparkasse?
Bewirb dich jetzt.



#Harzsparkasse



Harzsparkasse

In Quedlinburg stellte Dorothea Christiane Erxleben vor über 250 Jahren eine mutige Frage: „Warum sollen nicht alle Menschen lernen dürfen?“

1715 geboren, genoss sie eine umfassende Bildung in Sprachen, Naturwissenschaften und Medizin. Doch der Zugang zu Universitäten blieb Frauen damals weitgehend verwehrt. Dorothea Christiane Erxleben ließ sich davon nicht aufhalten: Sie setzte sich öffentlich für das Recht von Frauen auf Bildung ein und wandte sich mit Unterstützung ihres Vaters an König Friedrich II. Mit Erfolg – sie erhielt die Ausnahmegenehmigung, das medizinische Examen abzulegen und zu promovieren. Damit wurde sie 1754 Deutschlands erste promovierte Ärztin.

Ihr Lebensweg zeigt eindrucksvoll, was Bildung bewirken kann: Sie eröffnet Perspektiven, stärkt das Selbstvertrauen und hilft dabei, den eigenen Weg selbstbestimmt zu gestalten. Bildung verändert nicht nur das eigene Leben, sondern prägt unsere gesamte Gesellschaft – eine Überzeugung, die auch die Arbeit der kvhs Harz leitet.

Unter unserem Semestermotto

„Neue Wege beginnen im Kopf – Bildung schafft Klarheit!“

verstehen wir Lernen als einen offenen, lebenslangen Prozess. Ganz gleich, ob Sie Ihre beruflichen Kompetenzen sichern, durch Sprachen neue Welten erschließen, Ihre gesundheitliche Resilienz stärken oder sich kreativ entfalten möchten: Unsere vielfältigen Kursangebote im Landkreis Harz bieten Ihnen den Raum, sich persönlich und beruflich weiterzuentwickeln.

Nutzen Sie die Vielfalt unseres Programms und gestalten Sie gemeinsam mit uns Ihre Zukunft.

Wir freuen uns auf Sie!

Was Sie wissen sollten!

Auszüge aus der Entgeltordnung der KVHS Harz

1. Teilnahme

Alle Bürgerinnen und Bürger können an den Veranstaltungen teilnehmen.

2. Anmeldung

Bitte melden Sie sich zu allen KVHS-Veranstaltungen – auch zu Einzelveranstaltungen/Vorträgen an. Die KVHS versendet Anmeldebestätigungen.

3. Hausordnung

Bitte beachten Sie die für die jeweils in den Gebäuden der Kursdurchführung geltenden Hausordnungen. Die KVHS bittet evtl. auftretende bzw. bemerkte Schäden und Auffälligkeiten der Geschäftsstelle zu melden.

4. Haftung

Die Haftung der KVHS für Schäden jeder Art, gleich aus welchem Rechtsgrund sie entstehen mögen, ist auf den Fall der groben Fahrlässigkeit oder des Vorsatzes beschränkt.

5. Software / Hardwareschutz

Aus leicht nachvollziehbaren Gründen der Sicherheit erklären Sie mit ihrer Anmeldung, an den Anlagen der Kreisvolkshochschule Harz weder Anwendungs- noch Systemsoftware unerlaubt zu kopieren sowie keine fremden Datenträger in KVHS-Computern und KVHS-Datenträger nicht auf fremden Geräten zu verwenden.

6. Rechtsgrundlagen

Die Rechtsgrundlagen können Sie in der Geschäftsstelle in Quedlinburg einsehen.

Regelungen zu Sonderveranstaltungen Ergänzung zur Entgeltordnung der Kreisvolkshochschule Harz GmbH (KVHS)

1. Wochenendseminare

- a. Eine verbindliche Anmeldung verpflichtet zur Zahlung des Entgeltes.
- b. Sollten Sie an der gebuchten Veranstaltung nicht teilnehmen können, ist ein Rücktritt nur möglich, wenn Sie spätestens sieben Werktage vor dem ersten Termin schriftlich erklären, dass Sie von der Veranstaltung zurücktreten.
- c. Es besteht die Möglichkeit innerhalb der 7 Werktage vor Beginn des Seminars seinen Platz an einen anderen Teilnehmer abzutreten.
In allen anderen Fällen wird das Entgelt in voller Höhe fällig.

2. Bildungsurlaube

- a. Eine verbindliche Anmeldung verpflichtet zur Zahlung des Entgeltes.
- b. Eine Abmeldung mit Zahlungserlass muss schriftlich 6 Wochen vor Beginn des Seminars bei der KVHS vorliegen. Dabei zählen der Tag des (Post)Eingangs bei der KVHS und der Tag des Bildungsurlaubsbeginns nicht mit.
- c. Es besteht die Möglichkeit innerhalb der 6 Wochen vor Beginn des Bildungsurlaubs seinen Platz an einen anderen Teilnehmer abzutreten.
In allen anderen Fällen wird das Entgelt in voller Höhe fällig.

3. Weitere zusätzliche Veranstaltungsformen (z. B. Studienreisen)

Es gelten die jeweils zur Veranstaltung ausgewiesenen Bedingungen.

Symbolik | Abkürzungen

KK erstattungsfähig, von Krankenkassen anerkannter Kurs

KVHS Kreisvolkshochschule

Mensch und Gesellschaft



Recht	6
Ehrenamt	7
Länder- und Heimatkunde	9
Astronomie	10
Politik	10
Rund um die Familie	11
Psychologie	11

Arbeit und Beruf



Ausbilder - Eignungskurse	12
Beruf und Karriere	12
Konstruktion u. Messtechnik	16
Computerkurse	17
Umgang mit Smartphone/Tablet	18
Office-Anwendungen	19
Bildbearbeitung	20
Rechnungswesen	21

Sprachen



Deutsch lernen	23
Englisch	25
Französisch	30
Italienisch	31
Spanisch	31
Arabisch	32
Chinesisch	32
Russisch	33
Gebärdensprache	33

Gesundheit



Entspannen und Stress reduzieren	34
Bewegungsorientierte Angebote	42
Workshops	48
Gesundheitsvorträge	50
Gesunde Ernährung	51

Kunst und Kreativität



Kunst- und Kulturgeschichte	53
Textiles Gestalten	53
Fotografie	54
Malen und Zeichnen	55
Plastisches Gestalten	57
Tanz	59

Bildungsurlaub



Rahmenbedingungen	60
Entspannen und Stress reduzieren	61
Sprachen	65
Beruf	65

vhs.Digital



Benutzungsordnung KVHS Harz	72
Entgeltordnung (Auszug)	73

Impressum:

Herausgeber: Kreisvolkshochschule Harz GmbH • Geschäftsführerin: Claudia Langer
Aufsichtsratsvorsitzender: Thomas Balcerowski • Registergericht: Amtsgericht Stendal, Registernummer: HRB 115143 • Druck: Quedlinburg DRUCK GmbH, Groß Orden 4, 06484 Quedlinburg;
Satz: Kreisvolkshochschule Harz GmbH, Auflage: 6.000 Stück, Redaktionsschluss: 04.06.2026, Programmänderungen und Irrtümer vorbehalten.

Fotonachweise: Titelbild: Bg-Foto: Helene Holm@unsplash.com (nytliv718), Foto-Quelle: Universität Halle, Dorothea-Erxleben.jpg via Wikimedia Commons (public domain); Urheber für die Erstellung des Titelbildes: Marco Chlosta, Bahnhofstr. 39, 38855 Wernigerode, www.kvhs-harz.de, E-Mail: info@kvhs-harz.de, Stockfotos: DVV Markenpaket // Rückseite Umschlag: Kreisvolkshochschule Harz GmbH;

Die Kreisvolkshochschule Harz GmbH wird gefördert durch den Landkreis Harz und das Ministerium für Bildung Sachsen-Anhalt. Aus redaktionellen Gründen wird bei Personenbezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern im Programmheft in Teilen die männliche Form verwendet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter und beinhalten keine Wertung.

Gästeführerausbildung Quedlinburg

Entdecken Sie Ihre Leidenschaft für Geschichte, Kultur und Begegnungen - und machen Sie mehr daraus! Unser Gästeführerlehrgang an der Kreisvolkshochschule bietet Ihnen die einzigartige Möglichkeit, Ihre Stadt und Region mit neuen Augen zu sehen und Ihr Wissen lebendig weiterzugeben. Ob historische Altstadt, verborgene Geschichten oder kulturelle Besonderheiten - als Gästeführerin oder Gästeführer werden Sie zur authentischen Stimme Ihrer Heimat. In praxisnahen Modulen vermitteln erfahrene Dozentinnen und Dozenten fundiertes Wissen zu Geschichte, Kunst, Kommunikation und Tourismus. Gleichzeitig trainieren Sie Ihre rhetorischen Fähigkeiten und lernen, Gruppen spannend und souverän zu führen. Exkursionen und Übungen vor Ort machen den Lehrgang besonders lebendig und abwechslungsreich. Ganz gleich, ob Sie sich ein zweites Standbein aufbauen oder einfach Ihre Begeisterung für Ihre Stadt teilen möchten - dieser Lehrgang eröffnet Ihnen neue Perspektiven und bereichernde Erfahrungen. Werden Sie Botschafterin oder Botschafter Ihrer Heimat - wir freuen uns auf Sie!

Beginn: 16.09.2026 - Juli 2027

18.00 - 19.30 Uhr, 30 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: auf Anfrage

Dozententeam

262-11000

RECHT

Trennung und Scheidung

Der Interessenverband Unterhalt und Familienrecht (ISUV) arbeitet seit 1975 in allen Bereichen des Familienrechts und ist mit etwa 5.000 Mitgliedern der mitgliederstärkste bundesweit arbeitende Familienrechtsverband in der Bundesrepublik Deutschland. Der Verband ist eine Selbsthilfeorganisation seiner Mitglieder und

steht allen Hilfesuchenden im Bereich Familien- und Unterhaltsrecht offen.

In Zusammenarbeit mit der Kreisvolkshochschule Harz bietet ISUV e.V. regelmäßig interessante Vortragsangebote für alle Interessierten an.

Auch wenn man gemeinsam feststellt, dass die Beziehung oder Ehe nicht mehr zu retten ist, ist meist einer der Partner dem anderen gedanklich voraus, weil er sich länger damit beschäftigt hat. Was dem Anderen - und grundsätzlich beiden - jetzt hilft, sind sachliche Informationen. Dafür gibt es die Fachvorträge des gemeinnützigen Interessenverbands Unterhalt und Familienrecht e.V. (ISUV). Hier erfahren alle Interessierten, was schnell entschieden werden muss, und was Zeit hat. Sind Kinder betroffen, müssen Entscheidungen bei gemeinsamem Sorgerecht gleichberechtigt getroffen werden, bei einem Haus ebenfalls, wenn beide im Grundbuch stehen. Unterhalt dagegen kann von einer Seite gefordert werden, hier sind jedoch Fristen zu beachten. Ein erfahrener Fachanwalt für Familienrecht stellt in einem Fachvortrag zu diesem Thema eine Art „Fahrplan“ einer Trennung auf.

Eine Anmeldung unter halberstadt@isuv.de oder info@kvhs-harz.de ist wünschenswert.

Getrennt leben, aber verheiratet bleiben? Vorteile und Risiken.

Di, 01.09.2026, 18.00 - 20.00 Uhr

Halberstadt, KVHS

Entgelt: entgeltfrei

262-12001

Paul Hoffmann, Fachanwalt

Zugewinn und Haus bei Trennung / Scheidung

Di, 03.11.2026, 18.00 - 20.00 Uhr

Halberstadt, KVHS

Entgelt: entgeltfrei

262-12002

Paul Hoffmann, Fachanwalt

Erbrecht

Erfahren Sie vom Juristen und Notar Prof. Dr. Maximilian Zimmer alles Wichtige über das gesetzliche Erbrecht ohne Testament und die Möglichkeiten, durch ein Testament die Erbfolge nach den eigenen Wünschen zu regeln. Die möglichen Formen und Inhalte eines Testaments werden erläutert.

Testament für Eheleute

Mi, 30.09.2026, 19.00 - 21.15 Uhr
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 6,00 € **262-12111**
Prof. Dr. jur. Maximilian Zimmer

Testament für Unverheiratete und Singles

Mi, 18.11.2026, 19.00 - 21.15 Uhr
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 6,00 € **262-12112**
Prof. Dr. jur. Maximilian Zimmer

Mi, 10.02.2027, 19.00 - 21.15 Uhr
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 6,00 € **262-12113**
Prof. Dr. jur. Maximilian Zimmer

EHRENAMT

Betreuer gesucht!

Kurzeinführung in das Betreuungsrecht für interessierte Bürger. Vermittlung erster wichtiger Informationen über die Betreuungsrechtsreform 2023 und die Stärkung der Selbstbestimmungsrechte von Menschen mit Behinderungen.

Mit diesem Kurzvortrag wollen wir Ihr Interesse am Ehrenamt Betreuung wecken und erste wichtige Fragen zu Aufgaben, Rechten und Pflichten ehrenamtlicher Betreuer beantworten. Im Fokus stehen die Werbung und Gewinnung ehrenamtlicher Betreuer. Außerdem werden im Vortrag wichtige Informationen zum regionalen Netzwerk der Betreuung vermittelt. Netzwerkpartner sind: Betreuungsvereine, Betreuungsgerichte

und soziale Institutionen.

Die Veranstaltungen sind entgeltfrei.

Betreuer gesucht! - Ihr Interesse am Ehrenamt Betreuung

Mi, 04.11.2026, 16.00 - 18.00 Uhr
Wernigerode, KVHS
Dozententeam **262-15001**

Mi, 24.02.2027, 16.00 - 18.00 Uhr
Halberstadt, KVHS
Dozententeam **262-15002**

Betreuer gesucht! - Ihr Interesse an der Berufsbetreuung

Mi, 02.09.2026, 16.00 - 18.00 Uhr
Halberstadt, KVHS
Dozententeam **262-15003**

Mi, 14.10.2026, 16.00 - 18.00 Uhr
Wernigerode, KVHS
Dozententeam **262-15004**

Informationen rund um Betreuung, Vollmacht & Patientenverfügung

- Basiswissen zur gesetzlichen Betreuung, Betreuungsverfügung & Ehegattenvertretung in der Gesundheitsorge
- Vollmacht - Informationen über Form und Auswirkungen der Vollmacht, Voraussetzungen (Geschäftsfähigkeit), Regelungsinhalte und Besonderheiten (Beglaubigung, Beurkundung)
- Ausführungen zur Patientenverfügung

Mi, 25.11.2026, 16.00 - 18.00 Uhr
Halberstadt, KVHS
Entgelt: entgeltfrei **262-15201**
Dozententeam

Weiterbildung Betreuung

Die Betreuungsvereine Halberstadt und Quedlinburg gestalten die nachfolgenden Weiterbildungen zusammen mit Experten, Referenten und ihren Kollegen/innen der Region. Für „Neueinsteiger und Refresher“ - hier möchten wir besonders neu bestellte





ehrenamtliche Betreuer (auch Familienbetreuer) und an einem Ehrenamt - „rechtliche Betreuung“ interessierte Bürger/innen ansprechen. Sie erhalten, neben vielen fachlichen Themen und Inputs einen „Ehrenamtlerpass“, in dem Sie für jedes Modul einen Stempelabdruck sammeln. Haben Sie alle Stempel zusammen, erhalten Sie im Anschluss ein Zertifikat für die erfolgreiche Teilnahme, sowie ein Fachbuch für Ihre weitere Arbeit.

Das Curriculum besteht aus insgesamt 9 Modulen, welche in 6 Veranstaltungen vermittelt werden und entgeltfrei sind.

Curriculum - Teil 1

Modul 1: Einführung in die gesetzliche Betreuung, Modul 2: Gesetzliche Grundlagen

Mi, 17.02.2027, 15.00 - 18.00 Uhr
Halberstadt, K6 Seminarhotel

Richterin a.D. Frau Koziel 262-15301

Curriculum - Teil 5

Modul 8: Sozialleistungen und Fürsorgeleistungen im Überblick

Inkl. Neuerungen im Betreuungsrecht sowie Eingliederungshilfe und Infostände der Anbieter. Welche Hilfsangebote gibt es?

Mi, 16.09.2026, 09.00 - 15.30 Uhr
Halberstadt, K6 Seminarhotel

Frau R.A. Höpfner 262-15304

Curriculum - Teil 6

Abschluss der Schulungsreihe, mit Erfahrungsaustausch und Zertifikatsübergabe

Mi, 18.11.2026, 15.00 - 18.00 Uhr
Wernigerode HKK Hotel

Dozententeam 262-15305

„Cafe Stammtisch Ehrenamt“ -

Thema - Genehmigungspflichtige materielle Rechtsgeschäfte

Mi, 20.01.2027, 15.00 - 17.00 Uhr
Halberstadt, K6 Seminarhotel

Entgelt: entgeltfrei 262-15401

Dozententeam

Vorsorgeveranstaltung

„Vorsorge geht Jeden etwas an“

Jeder Mensch kann durch einen Unfall oder eine Krankheit in eine Lebenssituation geraten, in der er nicht mehr in der Lage ist Entscheidungen zu treffen und seine Angelegenheiten selbst zu erledigen. Für solche Lebenssituationen können Sie mit einer Vorsorgevollmacht, einer Patientenverfügung oder einer Betreuungsverfügung Vorsorge treffen.

Wir informieren Sie im Betreuungsverein Halberstadt e.V. gern zu den Themen:

- Vorsorgevollmacht
- Patientenverfügung
- Betreuungsverfügung

Mi, 14.10.2026, 15.00 - 17.00 Uhr
Halberstadt, Betreuungsverein Halberstadt e. V., Kommunikationszentrum in der Kämmekenstraße 11

Entgelt: entgeltfrei

262-15501

Dozententeam

Ehrenamtliches Engagement beim Kinder- und Jugendtelefon

- Ausbildung zum ehrenamtlichen Berater

„Ich bin so traurig. In meiner Klasse kann mich niemand leiden. Was mache ich denn falsch?“ „Meine Eltern streiten sich oft. Ich will nicht, dass sie sich trennen.“ „Meine Mutter ist krank. Ich kümmere mich um alles und habe keine Zeit für mich.“

Die Fragen, mit denen sich Kinder und Jugendliche an das Kinder- und Jugendtelefon wenden, sind vielfältig.

Möchten Sie diesen Kindern und Jugendlichen Ihre Zeit und Kompetenz schenken? Dann werden Sie ehrenamtliche Beraterin/Berater am Kinder- und Jugendtelefon Halberstadt!

Ausbildungsinhalte (Auswahl): Gesprächsführung, Entwicklungspsychologie, Medienkompetenz, Sucht, Gewalt, Sexualität, Liebe, Schule, Familie, Recht
Voraussetzungen: Zuverlässigkeit, Verständnis, Gelassenheit, Offenheit, Humor, monatliches Zeitbudget von 7-10 Stunden
Der Veranstaltungsmodus wird zur ersten

Veranstaltung bekannt gegeben. Es wird eine bundesweit anerkannte Ausbildung in einem engagierten Team geboten. Aufbauend wird auch die Ausbildung für die E-Mail-Beratung und Chat-Beratung angeboten.

Di, 01.09.2026 - 31.12.2027

19.15 - 20.15 Uhr, Termin und Ort nach

Absprache

Halberstadt

Entgelt: entgeltfrei

262-15901

Elke Dohrmann

LÄNDER- UND HEIMATKUNDE

Ökologische Wanderung zur Brunftzeit des Rotwildes

- durch den Nationalpark zur Zeterklippe

Eine Veranstaltung der KVHS in Zusammenarbeit mit dem NABU, dem Harzklub ZV/WR e.V. und dem Nationalpark Harz.

Mi, 23.09.2026, 15.00 - 17.30 Uhr

Wernigerode, Jugendherberge Schierke

Entgelt: gebührenfrei

262-16001

Dr. Gunter Karste

Naturerlebnisse der Mitglieder der IG Ornithologie und Naturschutz

Ausführliche Informationen zu den Vorträgen 262-16101 bis 262-16105 finden Sie auf www.khv-quedlinburg.de

Diese öffentlichen Veranstaltungen der IG Ornithologie und Naturschutz Quedlinburg in Kooperation mit der Kreisvolkshochschule Harz sind **entgeltfrei** und finden im **Bildungshaus Carl Ritter in Quedlinburg** statt.

Offenes Thema

Mi, 09.09.2026, 19.00 - 21.15 Uhr

Dozententeam

262-16101

Das Waldmonitoring in den FFH-Schutzgebieten Sachsen - Anhalts - erste Ergebnisse und Trends

Umweltbeobachtung gehört zu den gesetzlichen Pflichtaufgaben der Bundesrepublik und so verfügt auch Sachsen-Anhalt über ein dichtes Netz repräsentativ ausgewählter Dauerbeobachtungsflächen für seltene Arten und Lebensräume. Fotografische Zeitreihen, die im mehrjährigen Turnus vom jeweils gleichen Blickwinkel aufgenommen wurden, dokumentieren eindrucksvoll die dramatischen Veränderungen von Struktur- und Artengefüge unserer Wälder, die sich innerhalb weniger Jahre vollzogen haben.

Mi, 14.10.2026, 19.00 - 21.15 Uhr

Volker Hanebutt

262-16102

Die schützenswerte Insektenwelt des Nationalparks Harz

In diesem Vortrag stellt der Biologe Andreas Marten in Diensten des Nationalparks die verschiedensten Programme und Methoden zur Erfassung der Insektenvielfalt im Schutzgebiet vor. Es gibt einen bunt bebilderten Einblick in die unglaubliche Formen- und Artenvielfalt der Insektenwelt des Harzes. Für ausgewählte Gruppen wird die Bedeutung des Nationalparks für den Schutz unserer sechsbeinigen Mitbewohner erläutert.

Mi, 11.11.2026, 19.00 - 21.15 Uhr

Andreas Marten

262-16103

Vögel, Tiger, Taj Mahal und mehr

- eine abenteuerliche Reise durch die Nationalparks in Nordindien

Ulrich Menzel berichtet in diesem reichbebilderten Vortrag über seine abenteuerliche dreiwöchige Tour durch die Nationalparks in Nordindien.

Mi, 13.01.2027, 19.00 - 21.15 Uhr

Ulrich Menzel

262-16104



Neues vom Sperlingskauz

Der Agesa e.V. hat in den zurückliegenden Jahren für die kleinsten Eulen des Harzes und seines Vorlandes einiges Erstaunliches getan. Über die Ergebnisse und die Kunst der fotografischen Dokumentation berichten die Referenten in einem gemeinsamen Vortrag.

Mi, 10.02.2027, 19.00 - 21.15 Uhr

Krzysztof Baranowski,
Eckhard Kartheuser

262-16105

ASTRONOMIE

Der Verein "Sternwarte Quedlinburg" lädt ein zum öffentlichen Beobachtungsabend

Öffentliche Beobachtung und Führung im technischen Denkmal.

Die Termine sind witterungsabhängig. Bei bewölktem Himmel findet alternativ in der Sternwarte, Zwergkuhle 6a, ein themenbezogener Vortrag oder eine Gesprächsrunde statt. Die jeweiligen Veranstaltungen sind entgeltfrei und finden jeweils von 18.00 bis 21.30 Uhr statt.

| Fr, 04.09.2026

262-16301

| Fr, 18.09.2026

262-16302

| Fr, 02.10.2026

262-16303

| Fr, 16.10.2026

262-16304

| Fr, 06.11.2026

262-16305

| Fr, 20.11.2026

262-16306

| Fr, 04.12.2026

262-16307

| Fr, 18.12.2026

262-16308

| Fr, 15.01.2027

262-16309

| Fr, 05.02.2027

262-16310

| Fr, 19.02.2027

262-16311

POLITISCHE BILDUNG

Konzentrationslager Zwieberge Auf den Spuren des Untertageverlagerungsvorhabens „Malachit“ mit Stollenbesichtigung

Das Konzentrationslager Zwieberge existierte von April 1944 bis April 1945 in der Nähe des Dorfes Langenstein. Über 7.000 Häftlinge mussten in diesem Außenlager des Konzentrationslagers Buchenwald für ein gigantisches Bauvorhaben arbeiten: sie trieben in nur 10 Monaten ein Stollenssystem von 13 km Länge in die Thekenberge. Dort sollte - geschützt vor den Bomberflotten der Alliierten - eine unterirdische Fabrik zur Produktion von Flugzeugteilen entstehen. Unter dem Kommando eines SS-Sonderstabes wirkten an diesem Bauvorhaben mit dem Decknamen „Malachit“ zahlreiche Baufirmen mit. Die Luftwaffe stellte Wachpersonal. Die Arbeitskommandos waren nicht nur im Stollen, sondern auch an vielen Orten über Tage sichtbar. Über 1.700 Häftlinge überlebten nicht. Die Spuren des Bauvorhabens „Malachit“ sind bis heute in der Landschaft zu sehen.

Bitte beachten Sie: Die Wege sind nicht barrierefrei. Im Stollen sind 9°C. Bitte nehmen Sie für eine Pause zu Essen und zu Trinken mit; es gibt keine Einkehrmöglichkeit.

... als geführter Rundgang

Der Rundgang führt über das ehemalige Häftlingslager und zum Stollen. Die gesamte Gehstrecke beträgt ca. 6 Kilometer. Wir gehen zu Fuß zum Stollen und wieder zurück.

Treffpunkt: KZ-Gedenkstätte Langenstein-Zwieberge, Vor den Zwiebergen 1, 38895 Halberstadt OT Langenstein

Fr, 25.09.2026, 15.00 - 18.30 Uhr

Halberstadt, Gedenkstätte für die Opfer des Faschismus KZ Langenstein-Zwieberge

Entgelt: 5,00 €

262-19110

Dr. Gero Fedtke

... als geführte Radtour

Die Radtour führt zu historischen Orten in Langenstein, dem Stollen und dem Häftlingslager. Wir lesen und diskutieren an mehreren Stationen gemeinsam Quellen und erfassen auf diese Weise vielfältige Aspekte der Geschichte des Vorhabens „Malachit“ und des Konzentrationslagers. Die Fahrstrecke beträgt ca. 6 Kilometer und endet an der Gedenkstätte. Auf dem Gedenkstätten Gelände gehen wir zu Fuß. **Treffpunkt:** Pfarrhaus in Langenstein, Unter den Weiden 1, 38895 Halberstadt OT Langenstein

Sa, 26.09.2026, 10.00 - 16.30 Uhr
Halberstadt, Pfarrhaus Langenstein
Entgelt: 5,00 € **262-19111**
Dr. Gero Fedtke

RUND UM DIE FAMILIE

Make-up Step by Step

Sie haben das Gesicht - ich das Know How. Gemeinsam entwickeln wir Schritt für Schritt ein einfach umsetzbares Tages-Make-up. Freuen Sie sich auf jede Menge Spaß und schlichte, aber geniale Tipps zur täglichen Anwendung.

Bitte mitbringen: Hand- oder Standspiegel, Pinselsortiment zum Schminken

Di, 19.01.2027, 17.00 - 18.30 Uhr
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 12,00 € **262-14001**
Anja Rückleben

Ältere aktive Verkehrsteilnehmer Neuigkeiten im Straßenverkehr 2026

Im Kurs werden aktuelle Informationen und Neuigkeiten zur StVO und zum Verkehrsrecht vermittelt. Egal, ob Sie mit dem Auto, dem Fahrrad, zu Fuß oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs sind - für jeden ist etwas Wissenswertes dabei.

Dozent: Karl-Heinz Thiel
Entgelt: 5,00 €

Mo, 14.09.2026, 14.30 - 16.00 Uhr
Quedlinburg, KVHS **262-19201**

Do, 17.09.2026, 14.30 - 16.00 Uhr
Wernigerode, KVHS **262-19202**

Di, 29.09.2026, 14.30 - 16.00 Uhr
Halberstadt, KVHS **262-19203**

PSYCHOLOGIE

„Wenn die Welt Kindern Angst macht“ - Interaktiver Vortragsabend

Kinder und Jugendliche in Krisenzeiten verstehen und stärken: Kriege, Klimawandel, globale Unsicherheiten - viele Kinder und Jugendliche reagieren heute mit Ängsten, Rückzug oder herausforderndem Verhalten. Für Erwachsene stellt sich die Frage: Wie können wir sie in solchen Zeiten gut begleiten?

Dieser interaktive Vortragsabend richtet sich an Eltern, Großeltern sowie Pädagogen und Lehrkräfte, die Kinder und Jugendliche verstehen und im Alltag stärken möchten. Sie erfahren unter anderem:

- wie sich Ängste und Belastungen bei Kindern und Jugendlichen äußern
- wie Sie als Erwachsene Sicherheit und Orientierung geben können
- welche unterstützenden Strategien im Umgang mit Krisen hilfreich sind
- wie man herausforderndes Verhalten verstehen und in Beziehung bleiben kann
- wie wir Sicherheit und Resilienz bei Kindern und Jugendlichen fördern können
- wie Selbstfürsorge dabei helfen kann

Neben dem Vortrag besteht die Möglichkeit zum Austausch und zur Klärung individueller Fragen. Die Referentin bringt langjährige Erfahrung als Sozialarbeiterin und Traumapädagogin aus der Kinder- und Jugendpsychiatrie mit. Bitte mitbringen: Schreibzeug, Getränk

Mi, 18.11.2026, 17.00 - 19.15 Uhr
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 12,00 € **262-18001**
Melanie Hartmann



AUSBILDEREIGNUNG

Vorbereitungsseminar auf die praktische Ausbildereignungsprüfung (AEVO) der IHK

Dieser Vorbereitungslehrgang bereitet die Teilnehmenden intensiv auf den praktischen Teil der Ausbildereignungsprüfung (AEVO) der IHK vor. Er ist nur für Teilnehmer/-innen geeignet, welche bereits eine Fachwirts-Prüfung bei der IHK (mit erfolgreichem Abschluss) bestanden haben und noch die praktische Ausbildereignungsprüfung ablegen möchten. Der Kurs ist auch für diejenigen Teilnehmer/-innen geeignet, die die praktische Prüfung erneut ablegen möchten.

Mi, 09.09.2026, 17.00 - 20.15 Uhr

Sa, 26.09.2026, 09.00 - 14.00 Uhr

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 140,00 €

262-55004

Dr. Swen Bosse

Ausbildung der Ausbilder (IHK) (Vorbereitung auf die Ausbildereignungsprüfung)

Das Kompetenzprofil von Ausbildern und Ausbilderinnen wird in der AEVO vor dem Hintergrund der aktuellen wirtschaftlichen, gesellschaftlichen und der berufs- und arbeitspädagogischen Entwicklungen in vier Handlungsfeldern beschrieben, die sich am Ablauf der Ausbildung orientieren. Dieser Lehrgang bereitet zukünftige Ausbilderinnen und Ausbilder auf ihre neuen Aufgaben anhand des modernisierten AEVO-Rahmenplan vor.

Die vier Handlungsfelder orientieren sich am Ablauf der Ausbildung.

- Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und Ausbildung planen
- Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Auszubildenden mitwirken
- Ausbildung durchführen
- Ausbildung abschließen

Die Prüfung kann bei der IHK Magdeburg

abgelegt werden. Sie besteht aus einem schriftlichen und einem praktischen Teil.

Mo, 16.11. - 27.11.2026

09.00 - 16.45 Uhr, 10 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 495,00 €

262-55001

Dr. Swen Bosse

Mo, 15.02. - 26.02.2027

09.00 - 16.45 Uhr, 10 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 495,00 €

262-55002

Dr. Swen Bosse

BERUF UND KARRIERE

Seminar zur Steuererklärung

- Wissen und Fertigkeiten für Ihre persönliche Steuererklärung

Die Zeit vergeht wie im Flug, und das oft als lästig empfundene Ausfüllen der Steuererklärung habe ich immer weiter hinausgeschoben. Doch damit ist jetzt Schluss! In diesem Seminar haben Sie die Möglichkeit, sich umfassend über die wesentlichen Aspekte der Steuererklärung zu informieren.

In fünf Terminen werden Ihnen folgende Inhalte vermittelt:

- Das System der Einkommensteuer, Fristen und Termine
- Mantelbogen, Anlage Vorsorgeaufwand, Riester und Anlage Kind
- Anlage N, steuerfreie Einnahmen und Progressioneinkünfte
- Werbungskosten
- Praktische Übungen zur Umsetzung der ersten vier Themen
- Anlage Rente, Werbungskosten und Anlage Vermietung
- Verständnis des Steuerbescheids, Prüfung und Korrekturen
- Praktische Übungen und offene Diskussionsrunden

Dieses Seminar richtet sich an Arbeitnehmer, Auszubildende, Studenten und Rentner, die aktiv ihre Steuerangelegenheiten selbst regeln möchten.

Bitte beachten Sie, dass aufgrund gesetzlicher Regelungen zur unbefugten Hilfeleistung in Steuersachen keine individuelle Beratung angeboten werden kann. Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine Kooperation zwischen der VLH e.V. (Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.) Beratungsstelle Matthias Falius und der Volkshochschule Harz.

Mo + Mi, 17.08. - 31.08.2026
17.30 - 20.00 Uhr, 5 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 89,00 € **262-50101**
Matthias Falius

Di + Do, 22.09. - 06.10.2026
17.30 - 20.00 Uhr, 5 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 89,00 € **262-50102**
Matthias Falius

Mo + Mi, 09.11. - 23.11.2026
17.30 - 20.00 Uhr, 5 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 89,00 € **262-50103**
Matthias Falius

Steuererklärung mit ELSTER

Das Online-Finanzamt ermöglicht es Ihnen, Ihre Steuerdaten (zum Beispiel die Einkommensteuererklärung) vollkommen papierlos abzugeben. Sie benötigen dazu nur noch einen Internet-Browser und sparen sich damit das Herunterladen, Installieren und Aktualisieren umfangreicher Programme.

Wie das alles funktioniert, erfahren Sie in diesem Seminar.

Mo, 19.10.2026, 17.00 - 20.15 Uhr
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 49,00 € **262-50105**
Patrick Manthey

Di, 20.10.2026, 17.00 - 20.15 Uhr
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 49,00 € **262-50106**
Patrick Manthey

Mi, 21.10.2026, 17.00 - 20.15 Uhr
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 49,00 € **262-50107**
Patrick Manthey

Di, 02.02.2027, 17.00 - 20.15 Uhr
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 49,00 € **262-50108**
Patrick Manthey

Do, 04.02.2027, 17.00 - 20.15 Uhr
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 49,00 € **262-50109**
Patrick Manthey

Di, 16.02.2027, 17.00 - 20.15 Uhr
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 49,00 € **262-50110**
Patrick Manthey

Die richtigen Worte im richtigen Moment

Schlagfertigkeit im Gespräch kann gelernt werden. Wer will dies nicht: Souverän bleiben auch in schwierigen Gesprächssituationen wie z. B. in Beurteilungsgesprächen, selbst in der kommunikativen Enge noch rhetorisch geschickt sprechen - mit den Elementen von Humor und einer entsprechenden Portion Schlagfertigkeit gekonnt kontern? Im Berufsalltag gibt es dafür vielfältige Anlässe, wie im Gespräch mit Kollegen, den Vorgesetzten, Auszubildenden und Kunden.

Wir befassen uns mit fairen und unfairen Gesprächsstrategien, der Körpersprache, mit direkter Provokation in Gesprächen sowie mit gängigen Floskeln, die viele Gespräche schnell ins Unverbindliche abgleiten lassen.

Bitte mitbringen: Selbstverpflegung

Sa, 07.11.2026, 09.00 - 17.00 Uhr
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 81,00 € **262-50210**
Irene Merbitz-Flentje



Achtung Interview

- so agieren Sie bei Medienanfragen professionell (Medien-, Kamera- und Interviewtraining)

Jedes Unternehmen, jeder Verein und jede Kommune kann in den Fokus der Öffentlichkeit geraten. Gewollt oder ungewollt. Wenn Zeitungen, Fernsehsender, Radiosender oder Online-Medien ein Interview anfragen, gilt es gut vorbereitet zu sein:

- Wie beantworte ich Medienanfragen seriös und authentisch?
- Auf was kommt es beim Agieren vor der Kamera oder dem Mikro an?
- Wie wirke ich in meiner Kommunikation auf andere Menschen - nicht nur mit Worten, sondern auch mit Mimik, Gestik, äußerer Erscheinung?
- Wie verhalte ich mich bei kritischen Themen am besten?
- Wie platziere ich Themen und Botschaften in den Medien?

In diesem zweitägigen Workshop arbeiten wir in vertraulicher Atmosphäre viel mit Kameraübungen. Gerade wenn Sie beim Gedanken daran, vor einer Kamera zu sprechen, eher Angst verspüren, ist dieses Seminar genau richtig für Sie!

Sich selbst in Video- und Interviewsituationen geübt zu haben, hilft auch für andere Situationen wie das Halten von Reden und Vorträgen oder für Bewerbungsgespräche. Auch für eigene Medien wie eigene Social-Media-Kanäle ist der Workshop hilfreich.

Die Referentin: Vanessa Köneke ist Medientrainerin und langjährige Journalistin für diverse regionale und überregionale Medien (Print, Online, Presseagentur, Radio, TV). Sie coacht unter anderem Vereine, Wissenschaftler und Führungskräfte in gelingender (Medien)Kommunikation.

Mo + Di, 16.11. - 17.11.2026

09.30 - 16.30 Uhr, 2 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 389,00 €

262-50211

Vanessa Köneke

Wertschätzende Kommunikation für Führungskräfte

„Man kann nicht nicht kommunizieren.“ (P. Watzlawick)

Insbesondere in der Zeit des Fachkräftemangels ist eine wertschätzende Kommunikation im Führungsverhalten unabdingbar. Sie lernen in diesem Workshop die Grundlagen der Kommunikation kennen, erfahren, welche Bedeutung die nonverbale Kommunikation hat, wie Sie konstruktiv Kritik formulieren und Ihre MitarbeiterInnen loben können. Darüber hinaus werden Ihnen Methoden an die Hand gegeben, Kommunikationsverhalten zu analysieren und angemessen zu reagieren. In diesem Workshop bekommen Sie Theorieinput und setzen diesen in praktischen Übungen um.

Do + Fr, 15.10. - 16.10.2026

09.00 - 16.00 Uhr, 2 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 496,00 €

262-50215

Antje Heinrich

Vom Mitarbeiter zur Führungskraft

Heute noch KollegIn und morgen Führungskraft! Diese ganz besondere Situation bedarf einer Begleitung: Wie will ich meine Rolle ausfüllen? Wie gehe ich damit um, wenn ich nicht mehr gefragt werde, ob ich an der Feierabendrunde teilnehmen möchte? Wie werde ich meiner „Sandwich-Position“ gerecht? Wie formuliere ich Kritik gegenüber meinen ehemaligen KollegInnen? Wie kann ich eine Vorbildfunktion darstellen? Die Antworten auf diese Fragen bekommen Sie in diesem Workshop und darüber hinaus das Handwerkszeug, um authentisch und professionell Ihre Rolle als Führungskraft zu leben. In diesem Workshop bekommen Sie Theorieinput und setzen diesen in praktischen Übungen um.

Do +Fr, 10.12. - 11.12.2026
09.00 - 16.00 Uhr, 2 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 496,00 €
Antje Heinrich

262-50216

Konfliktlösung mit Emotionaler Intelligenz

Konflikte oder schwierige Gespräche hinterlassen in dir Frust, Anspannung und ein lähmendes Gefühl? Du wirst diese innere Anspannung nicht los, sie stört deinen Schlaf und bedrückt dein Lebensgefühl?

Ob im Beruf oder privat: Das Verhalten deines Gegenüber kannst du nicht ändern, aber du kannst deine innere Resilienz stärken und dein eigenes Handeln weiterentwickeln. Und damit veränderst du eure Konfliktodynamik.

Dieses Seminar ist ein Raum der inneren Erfahrung und des inneren Wachstums. Im sicheren und geschützten Raum lade ich dich ein, deine -unbewussten- emotionalen Trigger, Dynamiken und Reaktionsmuster zu reflektieren. Ganz in deinem Tempo, so intensiv wie es für dich stimmig ist.

Danach kannst du besser verstehen, warum bestimmte Situationen dich innerlich besonders fordern und wie du selbst zum Konflikt beiträgst. Mit neu gewonnener innerer Klarheit entwickelst du für deine konkreten Stress- Situationen neue Handlungsoptionen. Du stärkst deine innere Resilienz und gewinnst Sicherheit im Umgang mit schwierigen Gesprächspartnern. Das Ergebnis: mehr Wirksamkeit, weniger Eskalation - und ein souveräneres Auftreten.

Seminarinhalte:

- Wann wird eine Botschaft zu einem Angriff?
- Auf welche emotionale Struktur fällt der „Angriff“ bei mir?
- Welche alternative Möglichkeiten habe ich, den Angriff zu „interpretieren“?
- Welche angemessenen Reaktionen stehen mir zur Verfügung?
- Wie viel Frust habe ich gesammelt? Wie kann ich ihn wieder „loswerden“?

- Wie viel Vertrauen ist zerstört und wie kann es wieder wachsen?

Sa + So, 14.11. - 15.11.2026
09.00 - 16.00 Uhr, 2 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 265,00 €

262-50217

Axel Langner

Sa + So, 16.01. - 17.01.2027
09.00 - 16.00 Uhr, 2 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 265,00 €

262-50218

Axel Langner

10-Finger-Tastschreiben

- in 5 Veranstaltungen

Durch die ganzheitliche, assoziative Lernmethode des 10-Fingersystems lernen Sie über Vorstellungsbilder und Lerngeschichten die Lage der einzelnen Tasten Reihe für Reihe kennen. Nach der Erarbeitung der Vorstellungsbilder festigen Sie in abwechslungsreichen und spielerischen Übungen die Verknüpfung von Bildern und Farben mit den jeweiligen Tasten und Fingern. Ab der ersten Übung werden sinnvolle Wörter geschrieben, die sich am Grundwortschatz orientieren. Gleichzeitig fördert das konzentrierte Schreiben nachweislich die Rechtschreibung und Konzentrationsfähigkeit.

Di, 03.11. - 01.12.2026
16.00 - 18.15 Uhr, 5 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 60,00 €
Marion Wagner

262-50600

Tastaturschreiben für Fortgeschrittene

Das schnelle und geübte Schreiben auf der Tastatur bringt viele Vorteile mit sich. Man kann beispielsweise Telefonate oder Gespräche direkt mitschreiben, ohne sein Hauptaugenmerk auf die Tastatur richten zu müssen. Auch die Abschrift von Texten geht deutlich leichter und schneller von der



Hand. Das 10-Finger-System zu beherrschen, ist somit eine nützliche Qualifikation, die nicht nur im beruflichen Alltag eine Erleichterung darstellt.

Durch den Besuch unseres 10-Finger-Tastschreibkurses für Fortgeschrittene erlangen Sie diese Fähigkeit. Folgende Lerninhalte stehen im Fokus:

- Übungen zur Steigerung der Schreibsicherheit und Schreibgeschwindigkeit
- 1-Minuten-Training
- 10-Minuten-Abschriften mit Auszählung der Anschläge und Auswertung
- Erarbeitung eines Systems mit dem „Nummern- und Sonderzeichenblock“
- Besondere Zeichen in der Nummer- und Zahlenreihe in der oberen Tastenreihe

Am Ende dieses Lehrganges wird eine 10-Minuten-Abschrift erstellt und Sie erhalten ein Zertifikat mit den entsprechenden Anschlägen pro Minute und dem entsprechenden Prädikat (Sehr gut, gut etc.).

Voraussetzung dieses Kurses ist das Beherrschen des 10-Finger-Systems.

Di, 12.01. - 26.01.2027

16.00 - 18.15 Uhr, 3 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 40,00 €

262-50601

Marion Wagner

KONSTRUKTION UND MESSTECHNIK

Konstruktion mit AutoCAD

- Grundkurs

In diesem Seminar werden den Teilnehmern die Grundlagen des technischen Zeichnens und Konstruierens an einem 2D - CAD-System vermittelt. Der Teilnehmer erlernt an praxisnahen Beispielen das Erstellen und Editieren von elektronischen 2D-Zeichnungen.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Benutzeroberfläche, Befehlseingabe
- Hilfsmittel zum präzisen Konstruieren
- Verwenden von Koordinatensystemen

- Erstellen und Editieren von Zeichnungsobjekten, Objektinformation
- Hinzufügen von Schraffur, Text und Bemaßung, Zusammenfassen von Objekten mittels Blocktechniken, Layout

Voraussetzung: Notebook mit Installiertem AutoCAD System.

09.10. - 24.10.2026

Freitag, 18.00 - 20.15 Uhr

Samstag, 09.00 - 15.00 Uhr

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 215,00 €

262-50701

Heike Kollerker

Angewandte Koordinatenmesstechnik

- ein technisches Erlebnis

Die Mehrkoordinatenmesstechnik ist als Werkzeug eines modernen Qualitätsmanagements heute unverzichtbar. Es handelt sich um einen in sich abgeschlossenen Anwendungskomplex, der anschaulich und verständlich vermittelt wird. Grundkenntnisse am PC sind vorteilhaft aber nicht Bedingung. Didaktisch gut aufbereitetes Schulungsmaterial sowie der Einsatz vielfältiger Modelle untermauern kursbegleitend und nachhaltig die inhaltlichen Schwerpunkte.

Kurs 1: Längenprüftechnik in Theorie und Praxis - mit Praxisteil (Schwerpunkt Handmessmittelnutzung und Fehlertheorie)

Kurs 2: Grundkurs Dreikoordinatenmesstechnik mit Praxisteil an diversen Modellen (Tastereinmessung, Werkstückausrichtung, Vermessung)

Zielgruppen dieser Kurse: Facharbeiter, Techniker, Meister sowie Ingenieure im Maschinenbau (Qualitätssicherung). Auch Berufsumsteiger sowie Technikinteressierte allgemein haben in der Vergangenheit die Kurse mit Erfolg besucht.

Di + Mi, 10.11. - 18.11.2026

17.00 - 20.30 Uhr, 4 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 250,00 €

262-50702

Bernd Stackfleth

COMPUTERKURSE

PC-Grundlagen für Einsteiger

- Windows 11, Word, Excel, Internet

In der heutigen Arbeitswelt ist ein versierter Umgang mit dem Computer unerlässlich. Wer in Zukunft erfolgreich sein möchte, sollte sich den wachsenden Anforderungen der digitalen Welt stellen. Dieser Kurs bietet Ihnen die Gelegenheit, grundlegenden Kenntnisse im Umgang mit dem Computer, dem Betriebssystem Windows 11 sowie den zentralen Anwendungen des Office-Pakets, insbesondere Word und Excel, zu erwerben. Zudem werden Sie lernen, Internet und E-Mails sicher zu nutzen. Starten Sie Ihre Reise zu mehr digitalen Kompetenzen!

Di + Do, 15.09. - 13.10.2026

17.00 - 20.15 Uhr, 9 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 162,00 €

262-51110

Antonie Buchholz

Mo + Mi, 02.11. - 30.11.2026

17.00 - 20.15 Uhr, 9 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 162,00 €

262-51111

Antonie Buchholz

Mo + Mi, 11.01. - 15.02.2027

17.00 - 20.15 Uhr, 9 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 162,00 €

262-51112

Antonie Buchholz

PC-Grundkurs am Vormittag

- der perfekte Einstieg am Computer und im Internet!

Sie lernen die Grundlagen von Windows 11 kennen und wie Sie den Computer effektiv verwenden. Lernen Sie unter Anleitung, wie Sie einfache Texte verfassen können, im Internet surfen, eine E-Mail-Adresse anlegen, E-Mails versenden und empfangen sowie beantworten, Suchmaschinen nutzen und online einkaufen bzw. Bankgeschäfte tätigen.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- PC und Laptop kennenlernen
- mit Windows beginnen
- einfache Texte/Briefe schreiben
- Einstieg ins Internet
- E-Mails & Suchmaschinen einsetzen
- Online-Shopping/Banking

Mi + Mo, 02.09. - 23.09.2026

09.00 - 12.15 Uhr, 7 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 126,00 €

262-51115

Dipl.-Ing. Bernd Hoyer

Mi + Mo, 13.01. - 03.02.2027

09.00 - 12.15 Uhr, 7 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 126,00 €

262-51116

Dipl.-Ing. Bernd Hoyer

Computerclub

Sie können im Kurs Ihre Erfahrungen austauschen, über Probleme diskutieren und gemeinsam mit dem Dozenten nach Lösungen suchen. Konkrete Kursinhalte werden nicht vorgegeben, da jeder Teilnehmer individuell ausprobieren kann.

Kurstermine: 01.10., 05.11., 03.12.2026 sowie 14.01. und 11.02.2027

Do, 01.10.2026 - 11.02.2027

17.00 - 18.30 Uhr, 5 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 45,00 €

262-51119

Andreas Kattengell

KI im Alltag

- einfach, clever, praktisch!

Entdecken Sie, wie künstliche Intelligenz Ihren Alltag erleichtert. Im Seminar lernen Sie anhand von ChatGPT, wie KI weit mehr bietet als eine einfache Google-Suche. Sie erhalten nicht nur schnelle Antworten, sondern persönliche, kreative und individuelle Unterstützung bei Alltagsfragen, Inspiration und Planung.

Ideal für alle, die neugierig sind und moderne Technologie praktisch einsetzen möchten.



Gern können Sie uns Ihre Fragen zum Thema bereits bei der Anmeldung mitbringen. Im Kurs findet eine individuelle Betreuung statt. Zur Teilnahme genügt eine E-Mail-Adresse mit Zugriff während des Workshops. Maximale Teilnehmerzahl: 12
Benötigt wird eine E-Mail-Adresse auf die Sie auch während des Workshops zugreifen können.

Sa, 05.09.2026, 10.00 - 14.00 Uhr
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 27,00 € **262-51122**
Nadine Dannhauer

Sa, 10.10.2026, 10.00 - 14.00 Uhr
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 27,00 € **262-51123**
Nadine Dannhauer

Sa, 21.11.2026, 10.00 - 14.00 Uhr
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 27,00 € **262-51124**
Nadine Dannhauer

Mo, 30.11.2026, 17.00 - 21.00 Uhr
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 27,00 € **262-51125**
Christian Werwick

Sa, 16.01.2027, 10.00 - 14.00 Uhr
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 27,00 € **262-51126**
Nadine Dannhauer

SMARTPHONE

Bedienung von Smartphone & Tablet für Anfänger

Sie möchten Ihr Smartphone oder Tablet (Version: Android 7 oder neuer) endlich sicher bedienen können? Ihnen wird nachvollziehbar die Bedienung des Gerätes und seiner wichtigsten Anwendungen gezeigt. Voraussetzung: Ein eigenes Smartphone oder Tablet bitte zum Kurs unbedingt mitbringen!

Hinweis: Dieser Kurs ist nicht für Apple-Geräte und Windows-Phone geeignet!
Bitte mitbringen: Smartphone mit Android Betriebssystem, Netzstecker

Mo + Mi, 05.10. - 19.10.2026
09.00 - 12.15 Uhr, 5 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 89,00 € **262-51201**
Dipl.-Ing. Bernd Hoyer

Mi + Mo, 18.11. - 02.12.2026
09.00 - 12.15 Uhr, 5 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 89,00 € **262-51202**
Dipl.-Ing. Bernd Hoyer

Sicherer Umgang mit dem iPhone und iPad

- Schritt für Schritt

Haben Sie ein iPhone oder iPad und möchten endlich sicher und entspannt damit umgehen können? In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die wichtigsten Funktionen Ihres Geräts kennen - einfach erklärt und speziell für Anfänger ohne Vorkenntnisse.

Kursinhalte:

- Bedienungsgrundlagen, App-Installation, Kommunikation
 - Nützliche Apps, Tipps und Tricks
- Das Besondere: Jede Funktion wird verständlich erklärt und durch praktische Übungen vertieft.

Bitte bringen Sie Ihr eigenes iPhone oder iPad (Version: iPhone 8 oder neuer) sowie den Netzstecker mit.

Der Kurs wird bei ausreichender Teilnehmerzahl zeitnah eingerichtet. Der Kursbeginn sowie der Kursort wird mit Ihnen abgestimmt.

Di + Do, Beginn nach Absprache
09.00 - 12.15 Uhr oder 16:00 bis 19:15 Uhr, 4 x
Kursort nach Absprache
Entgelt: 72,00 € **262-51205**
Josephin Sokolowski

OFFICE ANWENDUNGEN

Word Grundlagen

In wenigen Unterrichtsstunden erlernen Sie den Umgang mit der Textverarbeitung Word 2019 anhand praxisbezogener Beispiele.

Kursinhalte sind:

- Eingabe von Texten
- Einfügen von Tabellen
- Formatierung von Texten (Zeichen- und Absatzformatierungen)
- Einbinden von Grafiken

Di + Do, 01.09. - 10.09.2026

17.00 - 20.15 Uhr, 4 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 68,00 €

262-52101

Antonie Buchholz

Mo + Mi, 05.10. - 14.10.2026

17.00 - 20.15 Uhr, 4 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 68,00 €

262-52102

Antonie Buchholz

Di + Do, 17.11. - 26.11.2026

17.00 - 20.15 Uhr, 4 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 68,00 €

262-52103

Antonie Buchholz

Excel für Einsteiger

In diesem Seminar erwerben Sie Kenntnisse über Aufbau und die Arbeitsweise von MS Excel. Es wird der Umgang mit diesem Programm, das Anwenden von Formeln und Funktionen sowie die grafische Auswertung in Diagrammen praxisnah vermittelt.

Inhalte:

- Prinzipielle Funktionsweise von Tabellenkalkulationsprogrammen
- Tabellen erstellen, bearbeiten, gestalten und ausdrucken
- Berechnungen mit Formeln und Funktionen
- Einfache und verschachtelte Formeln und Verknüpfungen anwenden

- Funktionen anwenden
- Präsentationsgrafiken und Diagramme erstellen

Es werden keine speziellen Vorkenntnisse erwartet.

Mo + Mi, 14.09. - 30.09.2026

17.00 - 20.15 Uhr, 6 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 108,00 €

262-52201

Antonie Buchholz

Sa, 10.10. - 17.10.2026

09.00 - 16.00 Uhr, 2 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 72,00 €

262-52202

Andreas Kattengell

Mo + Mi, 16.11. - 02.12.2026

17.00 - 20.15 Uhr, 6 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 108,00 €

262-52203

Christian Werwick

Sa, 16.01. - 23.01.2027

09.00 - 16.00 Uhr, 2 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 72,00 €

262-52204

Andreas Kattengell

Excel für fortgeschrittene Anwender

Inhaltliche Schwerpunkte dieses Kurses sind:

- erweiterte Funktionen
- Logische- und Verweisfunktionen
- Pivot-Tabellen

Voraussetzung: Excel-Grundkenntnisse

Sa, 14.11. - 21.11.2026

09.00 - 16.00 Uhr, 2 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 72,00 €

262-52211

Andreas Kattengell

Excel für Anwender

Dieser Kurs richtet sich an Anwender welche Excel in der täglichen Arbeit nutzen und weiterführende Anwendungsmöglichkeiten von MS Excel kennenlernen wollen.



Inhaltliche Schwerpunkte sind:

- erweiterte Funktionen
- Logische- und Verweisfunktionen
- Pivot -Tabellen (bei Bedarf)

Voraussetzung: Excel-Grundkenntnisse über den Aufbau der Arbeitsblätter, Kenntnisse von Zellformatierungen sowie das Anwenden von Standardformeln sollten vorhanden sein

Mi + Mo, 02.12. - 14.12.2026

17.00 - 20.15 Uhr, 4 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 72,00 €

262-52212

Antonie Buchholz

Di + Do, 19.01. - 28.01.2027

17.00 - 20.15 Uhr, 4 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 72,00 €

262-52213

Antonie Buchholz

PowerPoint Grundlagen

PowerPoint ist ein Programm um Präsentationen zu erstellen. In diesem Einstiegskurs erhalten Sie einen umfassenden Überblick über die grundlegenden Funktionen von PowerPoint. Er richtet sich an alle, die sowohl im beruflichen als auch im privaten Umfeld ansprechende Präsentationen erstellen möchten.

- Texte, Grafiken, Formen
- Gestaltung von Übergängen
- Anlegen von Animationen

Mo + Mi, 28.09. - 07.10.2026

17.00 - 20.15 Uhr, 4 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 68,00 €

262-52301

Christian Werwick

Mi + Mo, 13.01. - 25.01.2027

17.00 - 20.15 Uhr, 4 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 68,00 €

262-52302

Christian Werwick

Microsoft Outlook

- Grundlagenschulung

Dieser Kurs vermittelt die nötigen Grundlagenkenntnisse um effektiv mit MS Outlook zu arbeiten.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Menüs und Symbolleisten
- Arbeiten mit E-Mail (erstellen, senden, empfangen, weiterleiten, Anhänge)
- Kontakte verwalten
- Kalender - arbeiten mit Terminen
- Aufgaben verwalten

Sa, 07.11.2026, 09.00 - 16.00 Uhr

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 36,00 €

262-52311

Andreas Kattengell

Access Grundlagen

In diesem Seminar erwerben Sie die Fähigkeiten, eigene Datenbanken anzulegen, sowie Tabellen und ihre Struktur zu bearbeiten. Sie erlernen die Erstellung und Nutzung von Formularen zur komfortablen Eingabe von Daten in Ihre Datenbank. Die Datendarstellung wird über Berichte realisiert.

Mi + Mo, 04.11. - 23.11.2026

17.00 - 20.15 Uhr, 6 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 159,00 €

262-52401

Andreas Kattengell

BILDBEARBEITUNG

Fotobucherstellung

Persönlich gestaltete Fotobücher sind das Trendprodukt im Bereich der digitalen Fotografie. Bei einem Fotobuch handelt es sich um ein professionell gedrucktes Buch von Digitalfotos. Mit Hilfe einer Gestaltungs-Software entstehen regelrechte Bildbände, die private Erlebnisse wie Urlaubsreisen, Familienfeste u.v.m. eindrucksvoll präsentieren. Schritt für Schritt wird vermittelt wie ein Fotobuch angelegt und bestellt wird. Fotobücher dienen aber nicht nur dazu, um Fotos und Erlebnisse zu präsentieren,

sondern auch um sie zu archivieren und in besonderer Form zu verschenken. Mit einem Fotobuch-Gutschein können Sie sich Ihr erstes Fotobuch kostenfrei bestellen.

Di + Do, 06.10. - 15.10.2026
17.00 - 20.15 Uhr, 4 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 72,00 € **262-54101**
Christian Werwick

Mo + Mi, 02.11. - 11.11.2026
17.00 - 20.15 Uhr, 4 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 72,00 € **262-54102**
Christian Werwick

Mo + Mi, 07.12. - 16.12.2026
17.00 - 20.15 Uhr, 4 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 72,00 € **262-54103**
Christian Werwick

Bildbearbeitung und Fotografie

Der Kurs bietet eine Übersicht in die verschiedenen Kamerasysteme wie DSLR oder Systemkamera. Optional kann auch das Thema Drohne behandelt werden. Es werden die wichtigsten Dinge für die Vorbereitung der Daten (Formate, Übertragung, Entwicklung) im Kurs vermittelt. Es wird der Umgang mit einer kostenfreien Bildbearbeitungssoftware vermittelt um die Bilder für die jeweilige weitere Verwendung, z. B. Druck oder Präsentation im Web zu optimieren.

Eine eigene Kamera ist für diesen Kurs erforderlich. Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung Ihren Kameratyp und den Hersteller mit.

- Bildbearbeitung (Übertragung, Formate, Entwicklung)
 - Fotobuch, Präsentation im Web
- Voraussetzungen: PC-Kenntnisse

Do, 05.11. - 26.11.2026
17.00 - 20.15 Uhr, 4 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 72,00 € **262-54104**
Christian Werwick

RECHNUNGSWESEN

DATEV Mittelstand im Auftragswesen - Grundlagenschulung

In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden das Auftragswesen mit DATEV Mittelstand kennen. Diese Software eignet sich für den Einsatz in kleinen und mittelgroßen Unternehmen. Die Teilnehmenden üben mit einer praxisnahen Fallstudie. Sie können auch eigene Musterfirmen nach ihren Vorstellungen anlegen und mit dem Programm umsetzen.

- Arbeitsabläufe im Vertrieb
- Aufbau von Artikel- und Kundenstämmen
- Kalkulation, Preise, Konditionen
- Angebot, Auftragsbestätigung, Lieferschein, (E-)Rechnung, Storno, Gutschrift
- Statistiken und Auswertungen
- Schnittstellen zu anderen Programmen
- Dokumentenablage

Konkrete betriebsbezogene Fragen der Teilnehmenden können im Kurs nicht behandelt werden.

Von den Teilnehmenden ist das Lehrbuch „DATEV für den Mittelstand“, Druckausgabe 2025 oder neuere Ausgabe, Edumedia Verlag, selbst zu besorgen.

Bei Anmeldung bitte die E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben. Sie erhalten 10 Tage vor Kursbeginn eine Erwartungsabfrage des Kursleiters.

Präsenz- und Online-Teilnehmende arbeiten parallel in direktem Kontakt mit dem Kursleiter. Übungen werden gemeinsam durchgeführt. Beide Teilnehmergruppen arbeiten im Praxisteil mit der DATEV-Software über einen Online-Zugriff auf das DATEV-Rechenzentrum.

Eine Teilnahme ist in Präsenz in Wernigerode oder online per ZOOM möglich.

21.11. - 22.11.2026
Samstag, 9.00 - 16.00 Uhr
Sonntag, 9.00 - 12.15 Uhr
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 99,00 € **262-55200**
Willi Wagner



DATEV Rechnungswesen Pro Grundlagenschulung

In kleinen und mittelständischen Unternehmen wird in der Finanzbuchhaltung oft das Programm DATEV eingesetzt. Ziel des Kurses ist die Vermittlung eines Programmüberblicks in diesem Bereich. Der Kurs ist eine Einführung und richtet sich an kaufmännische Mitarbeiter*innen, Auszubildende, Berufsrückkehrer*innen und Berufsanfänger*innen.

Inhalte:

- Anlegen des Firmenstamms für die Buchhaltung, Anpassung des Kontenplans
 - Eröffnungsbuchungen
 - Geschäftsfälle aus den Bereichen Beschaffung, Produktion, Vertrieb, Personalwesen buchen
 - Fehlersuche und Auswertungen
 - Digitalisierung und Datensicherheit
- Arbeitsplatzbezogene und betriebliche Fragen dürfen nicht beantwortet werden.

Die Übungen sind praxisnah und an eine Fallstudie angelehnt. Grundkenntnisse der Buchhaltung müssen vorhanden sein!

Bei Anmeldung bitte die E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben. Sie erhalten 10 Tage vor Kursbeginn eine Erwartungsabfrage des Kursleiters.

Präsenz- und Online-Teilnehmende arbeiten parallel in direktem Kontakt mit dem Kursleiter. Übungen werden gemeinsam durchgeführt. Beide Teilnehmergruppen arbeiten im Praxisteil mit der DATEV-Software über einen Online-Zugriff auf das DATEV-Rechenzentrum.

Eine Teilnahme ist in Präsenz in der Kvhs in Wernigerode oder online per ZOOM möglich.

Rechtzeitig vor Kursbeginn bekommen Sie die Information welche Literatur für diesen Kurs benötigt wird.

Literaturkosten ca. 30,00 EUR

Mo - Fr, 23.11. - 27.11.2026

18.00 - 21.15 Uhr, 5 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 140,00 €

Willi Wagner

262-55201



Der professionelle Dienstleister

- Gebäudedienste
- Brand- und
Wasserschadensanierung
- Sicherheitsdienste
- Begrünung
- Verpflegung
- Sonderleistungen
- Branchenlösungen

lieblang.com

Deutsch lernen in der Kreisvolkshochschule Harz

Die Kreisvolkshochschule Harz ist seit 2007 zugelassener Bildungsträger für Integrationskurse beim Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

Darüber hinaus bieten wir Deutschkurse für Selbstzahler an (Deutsch als Fremdsprache).

Unsere Integrationskurse finden an unseren Lernstandorten in Halberstadt, Quedlinburg und Wernigerode von montags bis freitags statt

Alle Lernstandorte haben eine sehr gute Anbindung an den öffentlichen Personennahverkehr.

Wir unterstützen Sie:

- bei Anträgen auf Zulassung zum Sprachkurs
- bei Anträgen auf Kostenbefreiung

Wir bieten:

- Integrationskurse,
- Integrationskurse mit Alphabetisierung
- Deutschkurse für Selbstzahler

Wir pflegen eine sehr gute Zusammenarbeit mit Netzwerkpartnern zur Beratung und Betreuung.

Wir begleiten und beraten Sie:

Christian Reichardt

Tel. 0 39 41 / 69 78 13

Mail: reichardt@kvhs-harz.de

Katja Oelsner

Tel. 0 39 46 / 52 40 38

Mail: oelsner@kvhs-harz.de

Learn German at the Kreisvolkshochschule Harz (Harz District Adult Education Centre)

The Harz District Adult Education Centre has been an accredited provider of integration courses by the Federal Office for Migration and Refugees (BAMF) since 2007.

We also offer German courses for self-paying students (Deutsch als Fremdsprache).

Our integration courses take place at our learning centres in Halberstadt, Quedlinburg and Wernigerode from Monday to Friday.

All learning centres are easily accessible by public transport.

We can assist you with:

- applications for admission to language courses
- applications for exemption from fees

We offer:

- Integration courses,
- Integration courses with literacy training
- German courses for self-paying students

We maintain excellent cooperation with network partners for advice and support.

We will guide and advise you:



Sprachen lernen öffnet neue Perspektiven

Eine Sprache lernen heißt, die Welt mit anderen Augen zu sehen. Ob für den Beruf, auf Reisen oder im Alltag. In unseren Sprachkursen treffen sich Menschen, um gemeinsam zu kommunizieren und voneinander zu lernen.

Egal, ob Sie ganz neu anfangen oder vorhandene Kenntnisse ausbauen möchten – bei uns finden Sie den passenden Einstieg. Lassen Sie sich inspirieren, probieren Sie etwas Neues aus und entdecken Sie, wie viel Freude Sprachenlernen machen kann.

Nutzen Sie unsere Sprachberatung

Sind Sie unsicher, welcher Sprachlevel für Sie richtig ist? Oder fragen Sie sich, ob ein bestimmter Sprachkurs für Sie passend ist?

Sprechen Sie uns einfach an – wir beraten Sie gern persönlich und helfen Ihnen, den passenden Kurs zu finden. Ist Ihr Sprachlevel oder die gewünschte Sprache nicht im Programm? Geben Sie uns Bescheid. Wir planen laufend neue Kurse und freuen uns auf Ihre Anregungen.

Sprachen on demand – Einzelunterricht und Firmenkurse

Mit diesem Service bieten wir Privatpersonen und Firmenkunden die Möglichkeit, Sprachkurse auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt zu bestellen. Sei es für Mitarbeiterschulungen zu definierten Themen oder ein individuelles Sprachlernprogramm. Sprechen Sie uns gerne hierzu an.

Persönliche und telefonische Sprachberatung:

Christian Reichardt M.A.

Tel. 0 39 41 / 69 78 13

Mail: reichardt@kvhs-harz.de

DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE

Deutsch als Fremdsprache A1.1

Voraussetzungen: keine Vorkenntnisse

Sie lernen in den Kursen der Niveaustufe A1 alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze zu verstehen und zu verwenden. Sie lernen, sich und andere vorzustellen, persönliche Fragen zu stellen und Antworten zu geben. Sie können auf sehr einfache Art kommunizieren, wenn die anderen Personen klar und langsam sprechen. Die Niveaustufe A1 umfasst die Teilstufen A1.1 und A1.2.

Mi, 19.08. - 16.12.2026

09.00 - 12.15 Uhr, 16 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 256,00 €

262-40001

Martina Boettcher

Deutsch als Fremdsprache B1.1

Voraussetzungen: gute Kenntnisse auf A2 - Niveau

Auf der Niveaustufe B1 lernen Sie, Meinungen in einfacher Sprache zu verstehen und auszudrücken. Sie lernen auch, sich in vertrauten Situationen zusammenhängend zu äußern. Am Ende der Niveaustufe B1 können Sie über Erfahrungen und Pläne berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben. Die Niveaustufe B1 umfasst die Teilstufen B1.1 und B1.2.

Mi, 19.08. - 16.12.2026

14.30 - 16.00 Uhr, 16 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 128,00 €

262-40002

Martina Boettcher

Deutsch als Fremdsprache B2.1

Voraussetzungen: gute Kenntnisse auf B1 - Niveau

Auf der Niveaustufe B2 lernen Sie, sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert auszudrücken. Sie lernen, Standpunkte und Meinungen zu äußern

und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten zu besprechen. Am Ende der Niveaustufe B2 können Sie auch Fachgespräche in Ihrer beruflichen Disziplin verstehen und aktiv an Gesprächen teilnehmen. Die Niveaustufe B2 umfasst die Teilstufen B2.1 und B2.2.

Mi, 19.08. - 16.12.2026

12.45 - 14.15 Uhr, 16 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 128,00 €

262-40003

Martina Boettcher

Deutsch Konversation und Grammatik

Voraussetzungen: ab Sprachlevel B1

Dieser Kurs bietet Deutschlernenden eine Möglichkeit ihre Deutschkenntnisse zu üben. Wir sprechen über verschiedene Situationen des Alltags und der Arbeit. Unter Anleitung des Kursleiters lernen die Teilnehmer, die deutsche Sprache in einem breiten Spektrum von Situationen sicher und angemessen zu nutzen. Dieser Kurs ist nur nach erfolgter Sprachberatung buchbar. Bitte erfragen Sie die Termine für die Sprachberatung bei der KVHS in Halberstadt (Tel. 03941 / 69 78 13).

Do, 03.09. - 19.11.2026

18.00 - 19.30 Uhr, 10 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 110,00 €

262-40004

N.N.

ENGLISCH

Englisch A1 - Grundstufe I

Voraussetzungen: keine

In diesen Kursen der Grundstufe lernen Sie von Anfang an, die englische Sprache anzuwenden. Am Ende der Grundstufe A1 (nach 4 Semestern) sind Sie in der Lage sich in Alltagssituationen zu verständigen, Ihre Bedürfnisse und Erfahrungen in einfacher Form mitzuteilen und an Gesprächen mit anderen, wenn diese

auf Ihr Sprachniveau Rücksicht nehmen, teilzunehmen.

Mo, 17.08. - 14.12.2026

11.45 - 13.15 Uhr, 16 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 128,00 €

262-46005

Martina Boettcher

Do, 03.09.2026 - 25.02.2027

16.30 - 18.00 Uhr, 20 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 160,00 €

262-46004

Katrin Moser

Di, 15.09. - 15.12.2026

16.30 - 18.00 Uhr, 12 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 96,00 €

262-46001

Sabine Houben

Englisch A1 - Grundstufe I

Voraussetzungen: keine

Sie benötigen Englischkenntnisse bei der Arbeit. Ihre Schulzeit ist länger her oder Sie konnten sich mit der Sprache noch nicht genug anfreunden? Wir lernen gemeinsam mit Fokus auf Situationen im Arbeitsalltag. Dann ist Englisch bald „no problem“.

Di, 08.09.2026 - 26.01.2027

16.30 - 18.00 Uhr, 16 x

Blankenburg, Gymnasium am Thie

Entgelt: 112,00 €

262-46003

Joachim Thomas

Englisch A1 - Grundstufe II

Voraussetzungen: einfache Vorkenntnisse

Mit den Kenntnissen, die Sie in diesem Kurs erwerben, können Sie Englisch im nächsten Urlaub einsetzen und ggf. Ihren ersten Kaffee bestellen.

Mit dem Basisvokabular und den grundlegenden Zeitformen, werden Sie spielerisch an die ersten Englischausdrücke herangeführt und bekommen ein gutes Gefühl, sich in kleinen Gesprächen auszudrücken und zunehmend Freude an der Sprache zu entwickeln. Der Kurs orientiert sich am



gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER) und begleitet Sie bis zum Sprachniveau A1.

Di, 03.11.2026 - 16.02.2027

18.00 - 19.30 Uhr, 13 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 104,00 €

262-46000

Petra Haustein

Englisch A1 - Grundstufe II

Voraussetzungen: einfache Vorkenntnisse

Englisch von Anfang an

In diesen Kursen der Grundstufe lernen Sie von Anfang an, die englische Sprache anzuwenden. Am Ende der Grundstufe A1 (nach 4 Semestern) sind Sie in der Lage sich in Alltagssituationen zu verständigen, Ihre Bedürfnisse und Erfahrungen in einfacher Form mitzuteilen und an Gesprächen mit anderen, wenn diese auf Ihr Sprachniveau Rücksicht nehmen, teilzunehmen. Lehrbuch nach Absprache

Do, 03.09.2026 - 26.02.2027

18.00 - 19.30 Uhr, 20 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 160,00 €

262-46002

Katrin Moser

Englisch A1 - Grundstufe I - II

Voraussetzungen: keine oder geringe Vorkenntnisse

Sie möchten Ihr verschüttetes Englisch wiederfinden und entspannt benutzen? Sie möchten einen langsamen Einstieg bei geringen Vorkenntnissen? Dann bereichern Sie gern den Kurs. Wir lesen auch einfache Lektüre und unterhalten uns viel. Lehrbuch nach Absprache

Mo, 31.08. - 14.12.2026

18.35 - 20.05 Uhr, 10 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 80,00 €

262-46075

Susanne Pages

Englisch für die Reise

Voraussetzungen: geringe Vorkenntnisse

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten mit geringen Vorkenntnissen der englischen Sprache. In lockerer und entspannter Lernatmosphäre besprechen wir zahlreiche Themengebiete, die für eine Auslandsreise wichtig sind, wie z.B.

- im Restaurant eine Bestellung aufgeben
- nach dem Weg fragen bzw. eine Wegbeschreibung geben
- am Flughafen bzw. im Hotel einchecken
- Bahntickets kaufen

Mo, 17.08. - 14.12.2026

14.00 - 15.30 Uhr, 16 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 128,00 €

262-46006

Martina Boettcher

Di, 08.09. - 24.11.2026

14.30 - 16.00 Uhr, 10 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 90,00 €

262-46014

Ying Zhou

Englisch A2 - Mittelstufe I am

Vormittag

Voraussetzungen: 4 Semester

Wenn Sie alle vier Grundstufen im Sprachniveau A1 absolviert haben, sind Sie in der Lage, sich in Alltagssituationen zu verständigen, vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze zu verstehen und zu verwenden. Sie können Ihre Bedürfnisse und Erfahrungen in einfacher Form mitteilen, sich und andere Menschen vorstellen und Fragen zu ihrer Person stellen und beantworten, z.B. wo Sie wohnen, welche Leute Sie kennen und welche Dinge Sie besitzen. Sie können sich auf einfache Art verständigen und an Gesprächen mit anderen teilnehmen, wenn diese auf Ihr Sprachniveau Rücksicht nehmen und langsam und deutlich sprechen. Hier knüpft dieser Kurs an.

Mi, 02.09. - 25.11.2026
10.00 - 11.30 Uhr, 11 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 81,00 €
Araksia Klisch

262-46050

Englisch A2 - Mittelstufe II

Voraussetzungen: 6 Semester

In diesem Kurs des Sprachniveaus A2 sind Sie richtig, wenn Sie Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen können, z.B. wenn es um Ihre Person und Familie, das Einkaufen, die Arbeit oder die nähere Umgebung geht. In einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen Sie sich über einen einfachen und direkten Austausch über vertraute und geläufige Informationen. Mit einfachen sprachlichen Mitteln beschreiben Sie bereits die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge, die im Zusammenhang mit Ihren unmittelbaren Bedürfnissen stehen.

Mo, 17.08. - 14.12.2026
10.00 - 11.30 Uhr, 16 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 112,00 €
Martina Boettcher

262-46101

Englisch A2 - Mittelstufe III

Voraussetzungen: ca. 6 - 7 Semester

In diesen Kursen des Sprachniveaus A2 sind Sie richtig, wenn Sie Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen können, z.B. wenn es um Ihre Person und Familie, das Einkaufen, die Arbeit oder die nähere Umgebung geht. In einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen Sie sich über einen einfachen und direkten Austausch über vertraute und geläufige Informationen. Mit einfachen sprachlichen Mitteln beschreiben Sie bereits die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge, die im Zusammenhang mit Ihren unmittelbaren Bedürfnissen stehen.

Do, 10.09.2026 - 28.01.2027
16.30 - 18.00 Uhr, 16 x
Blankenburg, Gymnasium am Thie
Entgelt: 112,00 €
Joachim Thomas

262-46128

Do, 17.09. - 17.12.2026
17.30 - 19.00 Uhr, 12 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 96,00 €
Sabine Houben

262-46170

Englisch A2 - Mittelstufe III

Voraussetzungen: 4- 5 Semester

Kurs voll fröhlicher Kommunikation, leichten Lesetexten, Erweiterung des Wortschatzes, Verstehen von Songtexten, ein wenig Grammatik und einem guten Kursbuch. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen.

Do, 03.09. - 17.12.2026
17.00 - 18.30 Uhr, 13 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 104,00 €
Susanne Pages

262-46126

Englisch A2 - Conversation

Voraussetzungen: Kenntnisse auf A2-Niveau

Heiße Diskussionen, entspannte Urlaubsberichte, Interessantes aus der Region und aller Welt, ein kleines bisschen Grammatik und ein tolles Kursbuch. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen. Lehrbuch nach Absprache

Do, 03.09. - 17.12.2026
18.35 - 20.05 Uhr, 13 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 104,00 €
Susanne Pages

262-46280

Englisch B1

Voraussetzungen: 8 - 9 Semester oder Wiedereinsteiger

In diesem Sprachkurs üben Sie die englische Aussprache und lernen, sich in zahlreichen Situationen des Alltags auf



der ganzen Welt zu verständigen. Sie verbessern Ihre Sprachkompetenz praxisnah mit Lese- und Hörverständnistexten. Im Alltag wäre das B1 Englisch Level mit einem fortgeschrittenen Anfängerniveau zu beschreiben. Personen, die dieses Level beherrschen, haben schon mehr als nur grundlegende Kenntnisse der Sprache, jedoch sind sie noch nicht in der Lage, ausschließlich in Englisch zu kommunizieren.

Di, 01.09.2026 - 12.01.2027

18.00 - 19.30 Uhr, 16 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 128,00 €

262-46300

Anja Halbauer

Mi, 09.09.2026 - 27.01.2027

15.30 - 17.00 Uhr, 16 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 112,00 €

262-46306

Joachim Thomas

Di, 01.09.2026 - 09.02.2027

18.30 - 20.00 Uhr, 15 x

Elbingerode, Sekundarschule Bodfeld

Entgelt: 110,00 €

262-46307

Annette Steiner

Englisch B1

Voraussetzungen: Wiedereinsteiger

Englisch für Fortgeschrittene mit Lust auf Kommunikation und Englisch in allen Lebenslagen. Lebensfroher Kurs mit lebendigen Unterhaltungen. Wir lesen auch eine Lektüre.

Mo, 31.08. - 14.12.2026

17.00 - 18.30 Uhr, 10 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 80,00 €

262-46313

Susanne Pages

English B1 - Refresher

Voraussetzungen: gute Englischkenntnisse oder Wiedereinsteiger

Der Teilnehmende kann die Hauptpunkte verstehen, wenn eine klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um

vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Der Teilnehmende kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet und sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern. Er kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen und Erklärungen geben.

Di, 08.09. - 08.12.2026

17.15 - 18.45 Uhr, 12 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 83,00 €

262-46226

Gabriele Winterscheidt

Englisch B1 - Refresher

Voraussetzungen: 8 Semester oder

Wiedereinsteiger

In diesem Sprachkurs üben Sie die englische Aussprache und lernen, sich in zahlreichen Situationen des Alltags auf der ganzen Welt zu verständigen. Sie verbessern Ihre Sprachkompetenz praxisnah mit Lese- und Hörverständnistexten. Im Alltag wäre das B1 Englisch Level mit einem fortgeschrittenen Anfängerniveau zu beschreiben. Personen, die dieses Level beherrschen, haben schon mehr als nur grundlegende Kenntnisse der Sprache, jedoch sind sie noch nicht in der Lage, ausschließlich in Englisch zu kommunizieren.

Do, 17.09. - 17.12.2026

19.15 - 20.45 Uhr, 12 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 96,00 €

262-46227

Sabine Houben

English Conversation

Voraussetzungen: sehr gute Englischkenntnisse oder Wiedereinsteiger

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer, die schon über gute Englischkenntnisse verfügen und ihre Kommunikationsfähigkeit verbessern und dabei ihre Grammatikkenntnisse erweitern wollen.

Di, 15.09. - 15.12.2026
18.15 - 19.45 Uhr, 12 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 96,00 €
Sabine Houben

262-46275

English Conversation B1

Voraussetzungen: gute Lexik- und Grammatikkenntnisse

You learn English best by speaking it. Take the opportunity to talk about topics of interest and let's share our ideas. We will also revise critical language structures. Even if you haven't used your English actively for some time: this is your course.

Di, 15.09. - 15.12.2026
09.00 - 10.30 Uhr, 12 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 108,00 €
Jutta Sendzik

262-46279

English Conversation B1- Go for it

Voraussetzungen: gute Englischkenntnisse oder Wiedereinsteiger

In diesem Sprachkurs üben Sie die englische Aussprache und lernen sich in zahlreichen Situationen des Alltags auf der ganzen Welt zu verständigen. Sie verbessern Ihre Sprachkompetenz praxisnah mit Lese- und Hörverständnistexten. Im Alltag wäre der B1 Englisch Level mit einem fortgeschrittenen Anfängerniveau zu beschreiben. Personen, die dieses Level beherrschen, haben schon mehr als nur grundlegende Kenntnisse der Sprache, jedoch sind sie noch nicht in der Lage, ausschließlich in Englisch zu kommunizieren.

Di, 15.09.2026 - 23.02.2027
10.00 - 11.30 Uhr, 16 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 128,00 €
Sandy Körner

262-46311

English Conversation - B1

Voraussetzungen: gute Englischkenntnisse oder Wiedereinsteiger

In diesem Sprachkurs üben Sie die englische Aussprache und lernen sich in

zahlreichen Situationen des Alltags auf der ganzen Welt zu verständigen. Sie verbessern Ihre Sprachkompetenz praxisnah mit Lese- und Hörverständnistexten. Im Alltag wäre der B1 Englisch Level mit einem fortgeschrittenen Anfängerniveau zu beschreiben. Personen, die dieses Level beherrschen, haben schon mehr als nur grundlegende Kenntnisse der Sprache, jedoch sind sie noch nicht in der Lage, ausschließlich in Englisch zu kommunizieren.

Mi, 02.09.2026 - 24.02.2027
10.00 - 11.30 Uhr, 18 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 144,00 €
Sandy Körner

262-46314

Englisch B2

Voraussetzungen: sehr gute Englischkenntnisse

Ihre sprachlichen Fähigkeiten sind gut ausgebildet: Sie können nahezu mühelos und fehlerfrei an alltäglichen Konversationen teilhaben sowie alltagsbezogene Texte verfassen. Auch komplexeren Texten zu konkreten als auch eher abstrakten Themenbereichen können Sie folgen und diese verstehen, sodass Sie sich auch mit Muttersprachlern durchaus verständigen können.

Mi, 09.09.2026 - 03.02.2027
18.45 - 20.15 Uhr, 16 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 144,00 €
Regina Bernhardt

262-46401

Englisch Refresher B2

Voraussetzungen: gute Englischkenntnisse oder Wiedereinsteiger

In diesem Sprachkurs üben Sie die englische Aussprache und lernen, sich in zahlreichen Situationen des Alltags auf der ganzen Welt zu verständigen. Sie verbessern Ihre Sprachkompetenz praxisnah mit Lese- und Hörverständnistexten. Dieser Kurs ist für Personen geeignet, deren Vorkenntnisse in Englisch schon fundamental sind und schon mehr als nur grundlegende



Sprachen

Kenntnisse der Sprache haben, jedoch noch nicht in der Lage sind, ausschließlich in Englisch zu kommunizieren.

Mo, 07.09.2026 - 11.01.2027

16.15 - 17.45 Uhr, 15 x

Blankenburg, Gymnasium am Thie

Entgelt: 110,00 €

262-46305

Christa Bollmann

English Conversation B2 - C1

Voraussetzungen: sehr gute Vorkenntnisse

Dieser Englischkurs auf B2-C1 Niveau stärkt die Kommunikationsfähigkeiten in Alltag und Beruf. Die Teilnehmenden erweitern ihren Wortschatz, vertiefen die Grammatik und trainieren Hör-, Sprech-, Lese- und Schreibkompetenzen durch praxisnahe Übungen, Spiele und Diskussionen. Die Themen basieren auf current events oder werden vom Kursleiter nach Rücksprache mit den Teilnehmern individuell vorbereitet.

Mo, 14.09.2026 - 25.01.2027

18.30 - 20.00 Uhr, 12 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 96,00 €

262-46402

Joachim Körner

FRANZÖSISCH

Französisch A2 - Mittelstufe IV

Voraussetzungen: Wiedereinsteiger

Sie können Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z.B. Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Sie sind in der Lage sich in einfachen, routinemäßigen Situationen zu verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht. Mit einfachen Mitteln können Sie die eigene Herkunft und Ausbildung,

die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen beschreiben.

Mi, 30.09. - 16.12.2026

10.00 - 11.30 Uhr, 10 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 74,00 €

262-48250

Renate Brunotte

Französisch A2 - Konversation

Voraussetzungen: gute Französischkenntnisse

Auf diesem Sprachniveau verstehen Sie recht gut, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Sie können die Standardsituationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Sie sind in der Lage sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete zu äußern.

Mi, 30.09. - 16.12.2026

17.00 - 18.30 Uhr, 10 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 74,00 €

262-48501

Renate Brunotte

Französisch B1

Voraussetzungen: gute Vorkenntnisse

Auf diesem Sprachniveau verstehen Sie recht gut, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Sie können die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Sie sind in der Lage, sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete zu äußern. Es bereitet Ihnen keine Probleme, über Erfahrungen und Ereignisse zu berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele zu beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen und Erklärungen zu geben.

Mi, 09.09. - 25.11.2026
17.30 - 19.00 Uhr, 10 x
Ballenstedt, Gymnasium, Eingang Schulhof Verbinder
Entgelt: 74,00 € **262-48302**
Christine Kutz

Do, 03.09.2026 - 04.02.2027
18.30 - 20.00 Uhr, 17x
Elbingerode, Sekundarschule Bodfeld
Entgelt: 103,00 € **262-48303**
Annette Steiner

ITALIENISCH

Italienisch lernen - kreativ, lebendig, anders!

Dieses Seminar richtet sich an alle, die noch wenig oder gar kein Italienisch sprechen oder vielleicht bereits ein paar Vokabeln mit einer App gelernt haben, sich aber mehr Struktur und mehr Sicherheit beim spontanen Sprechen in typischen Alltagssituationen wünschen. Mit kurzen und verständlichen Erklärungen zur Grammatik lernen Sie von Anfang an, sich richtig auszudrücken und einfache Gespräche auf Italienisch zu führen. An zwei Tagen widmen wir uns dieser schönen Sprache und gewinnen dabei selbstverständlich auch einen Einblick in die italienische Kultur. Lehrbuch nach Absprache!

Fr, 27.11. - 28.11.2026
17.00 - 21.00 Uhr, 2 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 50,00 € **262-42110**
Zully Maritza Eldag Cidarer

SPANISCH

Spanisch für Anfänger

Voraussetzungen: keine

Sie möchten Spanisch lernen, dann sind Sie in diesem Einsteigerkurs richtig. Lernen Sie in diesem Grundkurs von Anfang an die spanische Sprache zu sprechen

und zu verstehen. In der Gruppe lernen Sie gemeinsam Vokabeln und erste Sätze.

Mo, 07.09. - 07.12.2026
17.30 - 19.00 Uhr, 12 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 96,00 € **262-43211**
Sabine Perez Soza

Spanisch A1 - Grundstufe III

Voraussetzungen: einfache Vorkenntnisse oder 2 Semester

In diesem Kurs vertiefen und erweitern Sie Ihre vorhandenen Spanischkenntnisse. Sie bauen Ihren Wortschatz aus, festigen wichtige grammatische Strukturen und lernen, sich in Alltagssituationen sicherer und flüssiger auszudrücken. Der Fokus liegt auf der aktiven Anwendung der Sprache durch Gespräche, Dialoge und praktische Übungen. Ziel ist es, dass Sie sich zunehmend selbstständig und spontan auf Spanisch verständigen können.

Do, 10.09. - 10.12.2026
17.00 - 18.30 Uhr, 12 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 120,00 € **262-43001**
Luis Ordonez Ocampo

Spanisch A1 - A2

Voraussetzungen: 2 - 3 Semester, einfache Vorkenntnisse

Sie möchten Ihre erworbenen Spanischkenntnisse auffrischen und verbessern, dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Mi, 02.09. - 02.12.2026
17.30 - 19.00 Uhr, 12 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 96,00 € **262-43212**
Sabine Perez Soza

Spanisch Konversation

Voraussetzungen: Wiedereinsteiger mit guten Grundkenntnissen

Auf diesem Sprachniveau verstehen Sie gut, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Sie



Sprachen

können die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Sie sind in der Lage, sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete zu äußern. Es bereitet Ihnen keine Probleme, über Erfahrungen und Ereignisse zu berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele zu beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen und Erklärungen zu geben.

Di, 01.09. - 01.12.2026
18.00 - 19.30 Uhr, 12 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 96,00 €
Sabine Perez Soza

262-43501

ARABISCH

Arabisch für Anfänger

Voraussetzungen: keine

Erlernen Sie in einfachen und entspannten Schritten die Grundkenntnisse der arabischen Sprache in Wort und Schrift. Sie lernen sich vorzustellen, nach dem Namen und der Herkunft zu fragen und andere einfache Strukturen. Erfahren Sie ebenfalls viel Interessantes über Land und Leute von unserer muttersprachlichen Kursleiterin.

Di, 01.09.2026 - 09.02.2027
17.00 - 18.30 Uhr, 18 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 134,00 €
Shahira Elshahed

262-44001

Arabisch für Fortgeschrittene

Voraussetzungen: 1 Semester

Erlernen Sie in einfachen und entspannten Schritten die Grundkenntnisse der arabischen Sprache in Wort und Schrift und vertiefen und erweitern Sie Ihre bereits vorhandenen Kenntnisse. Erfahren Sie ebenfalls viel Interessantes über Land und Leute von unserer muttersprachlichen Kursleiterin.

Mi, 02.09.2026 - 10.02.2027
17.00 - 18.30 Uhr, 18 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 134,00 €
Shahira Elshahed

262-44002

CHINESISCH

Chinesisch für Anfänger

Voraussetzungen: keine Vorkenntnisse erforderlich

Erlernen Sie in einfachen Schritten die Grundkenntnisse der chinesischen Sprache in Wort und Schrift. Sie lernen sich vorzustellen, nach dem Namen und der Herkunft zu fragen und andere einfache Strukturen. Erfahren Sie ebenfalls viel Interessantes über Land und Leute von unserer muttersprachlichen Kursleiterin.

Mi, 09.09. - 25.11.2026
10.00 - 11.30 Uhr, 10 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 90,00 €
Ying Zhou

262-44005

Chinesisch für Fortgeschrittene

Voraussetzungen: Vorkenntnisse B1 oder HSK 3/4

Dieser Kurs richtet sich an fortgeschrittene Chinesischlernende, die ihr Chinesisch durch viel freies Sprechen und Konversation weiter verfestigen und ausbauen wollen. Dieser Kurs kann in unseren Kursräumen in Halberstadt oder Online besucht werden.

Mi, 09.09.2026 - 17.02.2027
12.00 - 13.30 Uhr, 18 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 180,00 €
Ying Zhou

262-44006

Chinesisch für Fortgeschrittene ONLINE

Voraussetzungen: Vorkenntnisse B1 oder HSK 3/4

Dieser Onlinekurs richtet sich an fortgeschrittene Chinesischlernende, die ihr

Chinesisch durch viel freies Sprechen und Konversation weiter festigen und ausbauen wollen. Dieser Kurs findet online statt. Sie benötigen einen Laptop, PC oder tablet mit Kamera und Mikrofon. Die Videoplattform können Sie in Ihrem Browser über unseren Einladungslink betreten.

Mi, 09.09.2026 - 17.02.2027

18.00 - 19.30 Uhr, 18 x

Onlineseminar

Entgelt: 180,00 €

262-44007

Ying Zhou

RUSSISCH

Priwet - russische Sprachabende für Erwachsene

Irgendwann haben Sie einmal Russisch gelernt und würden es gern wieder auffrischen oder sich mit Gleichgesinnten verständigen? Dann sind Sie genau richtig in dieser lockeren Runde, die sich einmal im Monat trifft. Sie können gern von den vorbereiteten Snacks und Getränken gegen einen kleinen Obolus bestellen. Der Kurs findet jeweils am dritten Mittwoch eines Monats statt.

Termine: 16.09., 21.10., 18.11. und 16.12.2026 sowie 20.01.2027.

Mi, 16.09.2026 - 20.01.2027

17.30 - 19.00 Uhr, 5 x

Quedlinburg, GutsMuthsHaus

Entgelt: entgeltfrei

262-41121

Iana Pfannkuchen

GEBÄRDENSPRACHE

Gebärdensprache Kurs 1 + 2

Voraussetzungen: keine oder geringe Vorkenntnisse

Gebärdensprachkurs mit Lautsprache und ohne Lautsprache

Sie können lernen, wie sich der/ die Gehörlose im Alltag zurechtfindet, wie er mit dem abstrakten Begriff Zeit umgeht und sich

bei Behörden und Ämtern „durchschlagen“ kann. Die Gebärdensprache ist ein faszinierendes Abenteuer! Kommunikation ohne gesprochene Worte ist gar nicht so schwierig. Versuchen Sie es einfach und Sie werden sehen: Gebärden sind eine Sprache wie jede andere auch.

Die Inhalte des Kurses sind:

- Erlernen neuer Wörter
- Kommunikation mit Gesprächspartnern, aber auch mit und in Gruppen

Di, 01.09.2026 - 02.02.2027

18.00 - 19.00 Uhr, 19 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 123,00 €

262-45010

Susanne Wendehake-Liebrecht

Do, 03.09.2026 - 04.02.2027

18.00 - 19.00 Uhr, 19 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 123,00 €

262-45011

Susanne Wendehake-Liebrecht

Gebärdensprache Kurs 3

Voraussetzungen: Fortgeschrittene oder Teilnehmer, die an den Kursen 1 und 2 teilgenommen haben

Gebärdensprachkurs mit Lautsprache und ohne Lautsprache

Sie können lernen, wie sich der/die Gehörlose im Alltag zurechtfindet, wie er mit dem abstrakten Begriff Zeit umgeht und sich bei Behörden und Ämtern „durchschlagen“ kann. Dieser Kurs vermittelt Ihnen weiterführende Kenntnisse in der Gebärdensprache und setzt Kenntnisse aus den Grundlagenkursen 1 und 2 voraus.

Die Inhalte des Kurses sind:

- Erlernen neuer Wörter
- Kommunikation mit Gesprächspartnern, aber auch mit und in Gruppen

Mi, 02.09. - 14.10.2026

18.00 - 19.00 Uhr, 7 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 50,00 €

262-45012

Susanne Wendehake-Liebrecht



Hinweis:

Kursangebote, die mit „KK“ gekennzeichnet sind, sind Präventionskurse nach §20 SGB V. Dies sind zertifizierte, von den Krankenkassen anerkannte Gesundheitskurse. Um eine Rückvergütung durch die Kasse zu erhalten, ist eine Teilnahmequote von mind. 80% erforderlich. Nach Kursende erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

SICH ENTSPANNEN UND STRESS REDUZIEREN

Autogenes Training

Das Autogene Training (AT) nach Prof. J.H. Schultz ist eines der am besten erforschten systematischen Entspannungsverfahren weltweit. Seine positive Wirksamkeit wurde in vielfachen wissenschaftlichen Studien nachgewiesen. Es ist eine hochwirksame, leicht zu erlernende Methode der Autosuggestion. Regelmäßiges Üben und Anwenden führen zu tiefer Ruhe und Entspannung. Im Zustand der konzentrativen Entspannung können Selbstheilungskräfte mobilisiert, das Selbstwertgefühl gestärkt, die gesundheitliche Situation ganz allgemein verbessert, Beschwerden in günstiger Weise beeinflusst werden. Stressbewältigung durch nachhaltige Entspannung, Gelassenheit, die Förderung des Wohlbefindens, wie auch eine Optimierung der Konzentrationsfähigkeit sind einige der vielfältigen Ziele und Anwendungsbereiche des AT. In diesem Kurs werden neben wesentlichen theoretischen Grundlagen, die sechs Grundübungen des AT praktisch vermittelt und geübt. Bitte klären Sie vor dem Kurs ab, ob bei Ihnen eine Kontraindikation vorliegt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, eine Matte, ein Kissen und eine Decke

Do, 17.09. - 05.11.2026, **KK**

11.00 - 12.30 Uhr, 8 x

Blankenburg, Gemeindesaal im Georgenhof, Herzogstr. 18

Entgelt: 84,00 €

262-32101

Dipl. Med. Päd. Marion Krause

Do, 17.09. - 05.11.2026, **KK**

18.00 - 19.30 Uhr, 8 x

Blankenburg, Tagesklinik Harzklinikum

Dorothea Christiane Erxleben

Entgelt: 84,00 €

262-32102

Dipl. Med. Päd. Marion Krause

Yoga für mehr Beweglichkeit

- ein Kurs für Männer

Yoga speziell für Männer: Mehr Beweglichkeit, weniger Verspannungen und ein besseres Körpergefühl. Der Kurs kombiniert einfache Yogaübungen, Dehnung und Atemtechniken - ideal als Ausgleich zu Sport, Büro oder einseitigen Belastungen. Keine Vorkenntnisse nötig.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, etwas zu trinken

Mi, 02.09. - 16.09.2026

19.00 - 20.30 Uhr, 3 x

Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,

Konvent 5/6

Entgelt: 57,00 €

262-32301

Kati Salomon-Roß

New Yoga - Yoga für alle

In diesem Kurs werden Übungen aus dem Yoga, Pilates und Tai-Chi kombiniert. Die einfachen Dehnübungen, Bewegungen und Posen sind auf begleitende Musik abgestimmt. Abgeschlossen wird die Stunde mit einer geführten Meditation. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet, da die Bewegungen gleich bleiben, aber die Intensität gesteigert wird. Ziel ist es, den gesamten Körper zu dehnen und zu stärken, die Beweglichkeit zu verbessern und Stress abzubauen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Matte, warme Strümpfe, etwas zu trinken

Mo, 07.09.2026 - 01.02.2027

17.00 - 18.00 Uhr, 17 x

Quedlinburg, Turnhalle der Lebenshilfe, Stresemannstraße 9, Ecke Johann-Sebastian-Bach-Str.

Entgelt: 127,00 €

262-32302

Nicole Vetter



Yoga für Anfänger und Ungeübte

Sie wollten schon immer Yoga ausprobieren, haben sich allerdings noch nirgends angemeldet? Sie möchten endlich etwas für Ihre Beweglichkeit und Achtsamkeit Ihres Körpers tun? Sie möchten lernen, was es heißt, Yoga zu praktizieren, um den entstehenden Wohlfühleffekt kennenzulernen und Stress dem Rücken zu zukehren? Sie wollen Ruhe im Geist und gelassener im Alltag sein und Ihre mentale Fitness damit ausbalancieren?

Gemeinsam werden wir uns auf die Reise begeben, den Körper als das zu erkunden, was er ist. Ein Wunderwerk, das es uns ermöglicht unser Leben zu genießen, wenn wir immer gut für ihn sorgen.

Mit leichten Übungen aus dem Hatha Yoga lernen Sie Ihre ganz persönlichen Grenzen kennen und zu akzeptieren. Hier geht es nicht um perfekt sein. Hier darf jeder so sein, wie er ist. Atemtechniken die Sie jederzeit fest in den Alltag einbeziehen können, können Ihnen die Tür zu innerer Zufriedenheit öffnen.

Zum Abschluss jeder Yogastunde gehen wir in eine geführte Meditation, um ganz entspannt zurück in den Alltag zu kehren.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Matte, warme Strümpfe, etwas zu trinken

für Anfänger

Do, 01.10. - 03.12.2026
16.30 - 17.30 Uhr, 8 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 59,00 € **262-32303**
Jacqueline Meininger-Menshausen

Do, 14.01. - 25.02.2027
16.30 - 17.30 Uhr, 6 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 45,00 € **262-32304**
Jacqueline Meininger-Menshausen

für Ungeübte

Do, 24.09. - 29.10.2026
18.00 - 19.00 Uhr, 6 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 40,00 € **262-32305**
Susann Schädlich

Do, 12.11. - 17.12.2026
18.00 - 19.00 Uhr, 6 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 40,00 € **262-32306**
Susann Schädlich

Lachyoga

Wir lachen uns den November bunt.

Lachyoga (Hasya-Yoga oder auch Yoga-lachen) ist eine Form, bei der das grundlose Lachen im Vordergrund steht. Beim Lachyoga soll der Mensch über die motorische Ebene zum Lachen kommen; ein anfangs künstliches Lachen soll in echtes Lachen übergehen. Die Yogalachübungen sind eine Kombination aus Klatsch-, Dehn- und Atemübungen, verbunden mit pantomimischen Übungen, die zum Lachen anregen. Über den Augenkontakt und spielerische Elemente soll es den Menschen erleichtert werden, zunächst willentlich in das freie Lachen und in einen Zustand kindlicher Verspieltheit zu gelangen.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung und Socken

Mi, 04.11. - 25.11.2026
19.10 - 19.40 Uhr, 4 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 18,00 € **262-32308**
Sabine Schenke

Yoga auf dem Stuhl

Der Kurs Yoga auf dem Stuhl ist auf dem Konzept Hatha Yoga aufgebaut.

Zu steif, zu alt, zu krank, zu schwer - all das gilt nicht für Stuhlyoga. Stuhlyoga wirkt positiv auf Ihre Mobilität.

Stuhlyoga ist der Versuch, Asanas (Yoga Positionen) auf eine Weise aufzubereiten, die körperlich eingeschränkten - oder eben



älteren Menschen, die nicht oder nicht mehr auf dem Boden üben können, zugänglich macht.

Sie erlernen im Kurs die meisten Haltungen auf einem Stuhl sitzend auszuführen. Auch Entspannungssequenzen finden auf dem Stuhl statt, so dass zwischen der aufrechten Sitzhaltung und einer angelehnten Entspannungshaltung variiert werden kann. Kraft- und Kreislaufübungen wechseln sich ab mit sanften Dehnübungen und Atemübungen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, etwas zu trinken

Do, 01.10. - 03.12.2026

09.30 - 10.30 Uhr, 8 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 59,00 €

262-32331

Jacqueline Meininger-Menshausen

Do, 01.10. - 03.12.2026

10.45 - 11.45 Uhr, 8 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 59,00 €

262-32332

Jacqueline Meininger-Menshausen

Do, 14.01. - 25.02.2027

09.30 - 10.30 Uhr, 6 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 45,00 €

262-32333

Jacqueline Meininger-Menshausen

Do, 14.01. - 25.02.2027

10.45 - 11.45 Uhr, 6 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 45,00 €

262-32334

Jacqueline Meininger-Menshausen

Yoga "Offene Stunde"

„Offene Stunde“ bedeutet, dass hier jeder teilnehmen kann, der Lust auf Yoga hat. Anfänger, Fortgeschrittene, Jung und auch Junggebliebene werden hier auf ihre Kosten kommen. Jede Asana birgt vielerlei Varianten, welche auf unterschiedlichste anatomische und auch gesundheitliche Voraussetzungen zugeschnitten werden können. Wichtigste Voraussetzung ist hier

einfach Spaß an der Bewegung und Lust herauszufinden was der menschliche Körper so alles kann.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränk

Mo, 17.08. - 02.11.2026

17.15 - 18.45 Uhr, 10 x

Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,

Konvent 5/6

Entgelt: 145,00 €

262-32401

Kati Salomon-Roß

Mo, 17.08. - 02.11.2026

19.15 - 20.45 Uhr, 10 x

Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,

Konvent 5/6

Entgelt: 145,00 €

262-32402

Kati Salomon-Roß

Di, 18.08. - 03.11.2026

17.15 - 18.45 Uhr, 10 x

Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,

Konvent 5/6

Entgelt: 145,00 €

262-32403

Kati Salomon-Roß

Mo, 09.11.2026 - 25.01.2027

17.15 - 18.45 Uhr, 10 x

Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,

Konvent 5/6

Entgelt: 145,00 €

262-32404

Kati Salomon-Roß

Mo, 09.11.2026 - 25.01.2027

19.15 - 20.45 Uhr, 10 x

Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,

Konvent 5/6

Entgelt: 145,00 €

262-32405

Kati Salomon-Roß

Di, 10.11.2026 - 26.01.2027

17.15 - 18.45 Uhr, 10 x

Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,

Konvent 5/6

Entgelt: 145,00 €

262-32406

Kati Salomon-Roß

Yoga - Biomechanik-Faszientraining / Bewegungstraining

Endlich wieder geschmeidig: Dein Körper in Bestform durch Faszien-Yoga & Biomechanik. Schluss mit Steifheit und Verspannungen. Nutze die intelligente Kraft der Biomechanik, um dich in deinem Körper wieder zu Hause zu fühlen.

Stell dir vor, du wachst morgens auf und dein Rücken fühlt sich frei und beweglich an. Stell dir vor, deine Bewegungen sind federleicht, kraftvoll und schmerzfrei. Das ist kein Zufall, sondern das Ergebnis von gezieltem Faszientraining.

Was du durch dieses Training erreichst:

Durch biomechanisch korrekte Ausrichtung werden Verklebungen, die oft die wahre Ursache für Rücken-, Nacken- und Gelenkschmerzen sind, gelöst. Wo es sich früher "fest" anfühlte, entsteht durch die Hydrierung deines Gewebes neue, geschmeidige Weite.

Neue Bewegungsweite: Du sprengst deine inneren Fesseln. Jugendliche Spannkraft: Wir aktivieren den elastischen "Katapulteffekt" deiner Faszien. Das Ergebnis: Mehr Energie und eine federnde Leichtigkeit bei jedem Schritt.

Sichtbare Haltungskorrektur: Wir arbeiten an den großen Faszienketten. Dein Körper richtet sich von innen heraus auf - für eine prägnante, aufrechte Ausstrahlung ohne Anstrengung.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene jeden Alters

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Matte, warme Strümpfe, etwas zu trinken

Mi, 14.09. - 30.11.2026

17.00 - 18.30 Uhr, 10 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 100,00 €

262-32421

Yves König

Mi, 16.09. - 09.12.2026

10.00 - 11.30 Uhr, 10 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 100,00 €

262-32422

Yves König

Fr, 18.09. - 04.12.2026

16.00 - 17.30 Uhr, 10 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 100,00 €

262-32423

Yves König

Mo, 11.01. - 22.02.2027

17.00 - 18.30 Uhr, 6 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 60,00 €

262-32424

Yves König

Mi, 13.01. - 24.02.2027

10.00 - 11.30 Uhr, 6 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 60,00 €

262-32425

Yves König

Fr, 15.01. - 26.02.2027

16.00 - 17.30 Uhr, 6 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 60,00 €

262-32426

Yves König

Yin Yoga

Yin Yoga eignet sich für jeden, der nach einem ruhigen Ausgleich zum stressigen Alltag oder als Ergänzung zu einer dynamischen Sportart sucht.

Wir leben in einer sehr Yang-lastigen Welt, die durch Hektik, Dynamik und Kräftemessen geprägt ist. Yin Yoga kann hier für mehr Weichheit, Entschleunigung und Loslassen sorgen. Eine Studie kann sogar belegen, dass Yin-Yoga eine effektive Anti-Stress-Methode ist und demnach gesundheitlich von Nutzen sein kann. Yin-Yoga wirkt wie eine ausgedehnte Stretching-Einheit für den ganzen Körper. Faszien, Sehnen und Bänder werden in den verschiedenen Haltungen auseinandergezogen.

Durch das längere Halten über mehrere Minuten kann sich das tief liegende



Bindegewebe auflockern, Oberflächliche und tief liegende Faszien werden angesprochen.

Ziel:

- Gleitfähigkeit wiederherstellen
- Hydration verbessern, Flüssigkeitsaustausch im Gewebe anregen
- Nervensystem beruhigen

Bitte mitbringen: Decke, Yogamatte, Yogakissen- oder Bolster, optional Yogablöcke, warme Socken, etwas zu trinken

Di, 01.09. - 20.10.2026

17.00 - 18.00 Uhr, 8 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 60,00 €

262-32441

Sandra Weber

Di, 03.11. - 24.11.2026

17.00 - 18.00 Uhr, 4 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 30,00 €

262-32442

Sandra Weber

Di, 12.01. - 02.03.2027

17.00 - 18.00 Uhr, 8 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 60,00 €

262-32443

Sandra Weber

Viniyoga

Keine Akrobatik, sondern das Erreichen einer bestimmten Qualität des Übens steht beim Viniyoga im Mittelpunkt: Stabilität, Leichtigkeit und gerichtete Aufmerksamkeit. Es geht also um eine besondere, ganzheitliche und individuelle Körpererfahrung. Dem bewusst geführten Atem wird dabei eine große Bedeutung beigemessen. Viele Körperübungen werden in enger und harmonischer Verbindung mit dem Atemfluss gelehrt - als langsame, dynamisch wiederholte Bewegungen.

Im Verlauf der 8 Kurseinheiten wird eine Praxis mit Körper- und Atemübungen (Asanas und Pranayama), sowie eine Meditation schrittweise aufgebaut, die Sie auch zu Hause selbst wirksam praktizieren können. Eine Praxis, die die Wirbelsäule in allen

Richtungen mobilisiert, den Rücken stärkt, die Konzentration fördert und zunehmend innere Ruhe entstehen lässt.

Die einzelnen Yogaübungen und -stunden des Kurses folgen einem durchdachten Aufbau: Sie werden in gut zu bewältigenden Schritten vorbereitet und mögliche Risiken werden durch passende Ausgleichsübungen vermieden.

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Yoga entdecken oder eine neue, persönliche Perspektive auf ihre bisherige Praxis gewinnen möchten, unabhängig von körperlichen Voraussetzungen oder Vorkenntnissen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und etwas zu trinken

Mi, 02.09. - 04.11.2026

17.00 - 18.00 Uhr, 8 x 1 Stunde

Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,

Konvent 5/6

Entgelt: 98,00 €

262-32451

Alberto Manasse Laginha

Yoga für Rücken, Bauch und Beckenboden

Ursachen für Rückenprobleme gibt es unzählige, von Fehlhaltungen über Blockaden im Wirbelbereich bis hin zu mentalem Stress oder einfach zu wenig sportlicher Betätigung. Eine höchst effektive Möglichkeit, den Rücken zu trainieren, ist Rückenyoga, eine spezielle Form von Yoga, die ausgerichtet ist, Rückenproblemen und Schmerzen im Kreuz vorzubeugen bzw. zu lindern oder zu beheben. Rückenyoga verbindet klassische Yoga-Übungen mit Atem- und Entspannungstechniken und Elementen der modernen Physiotherapie. Hier liegt der Schwerpunkt vor allem auf der Kräftigung der Bauch-, Rücken-, Brust- und Beckenbodenmuskulatur sowie der Stabilisierung der Körperhaltung. Neben den Kräftigungsübungen stehen auch die Punkte Mobilität, Dehnung und Entspannung im Vordergrund. Das Resultat? Bei regelmäßiger Yoga-Praxis werden Sie mit



einem starken und zugleich entspannten Rücken belohnt, das Gleiche gilt für Nacken und Schultern.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, ein Kissen und eine Decke

Mi, 02.09. - 25.11.2026

18.00 - 19.00 Uhr, 9 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 68,00 €

262-32461

Sabine Schenke

Mi, 02.12.2026 - 17.02.2027

18.00 - 19.00 Uhr, 7 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 68,00 €

262-32462

Sabine Schenke

Yoga für Rücken und Ganzkörpermobilisation

- auch für Ü 60

Ursachen für Probleme mit Muskeln, Bändern und Sehnen gibt es unzählige, von Fehlhaltungen über Blockaden im Wirbelbereich bis hin zu mentalem Stress oder einfach zu wenig körperlicher Bewegung. Yoga für den Rücken löst Verspannungen, stärkt die Muskulatur und beugt Beschwerden vor. Außerdem schult es unsere Achtsamkeit im Kontakt mit unserem Körper. Unser Alltag hält unsere Aufmerksamkeit ausschließlich im Außen und dies ist der Grund warum die meisten Menschen die Signale des Körpers erst spät wahrnehmen. Dieser Rücken yoga- Kurs verschafft mehr Spielraum für unsere Gelenke, Sehnen und Bänder und wir lernen wieder mehr den Fokus auf uns selbst zu lenken. Das verbessert die Körperhaltung und das Selbstwertgefühl. Dies führt, zu guter Letzt, zu einer höheren Lebensqualität.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränk

Di, 18.08. - 03.11.2026

10.00 - 11.30 Uhr, 10 x

Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,

Konvent 5/6

Entgelt: 145,00 €

262-32463

Kati Salomon-Roß

Do, 20.08. - 05.11.2026

10.00 - 11.30 Uhr, 10 x

Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,

Konvent 5/6

Entgelt: 145,00 €

262-32464

Kati Salomon-Roß

Di, 10.11.2026 - 26.01.2027

10.00 - 11.30 Uhr, 10 x

Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,

Konvent 5/6

Entgelt: 145,00 €

262-32465

Kati Salomon-Roß

Do, 12.11.2026 - 28.01.2027

10.00 - 11.30 Uhr, 10 x

Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,

Konvent 5/6

Entgelt: 145,00 €

262-32466

Kati Salomon-Roß

Klangzeit ist Seelenzeit - Stress reduzieren und Wohlbefinden steigern

Mit meinem Klangmobil bringe ich Entspannung, Achtsamkeit und besondere Klangerlebnisse direkt zu den Menschen - flexibel, persönlich und mit viel Feingefühl. Im Mittelpunkt steht dabei nicht nur das Instrument, sondern der Raum, den ich schaffe: einen Ort, an dem man zur Ruhe kommen, loslassen und neue Energie schöpfen kann. Meine Arbeit zeichnet sich durch eine ruhige, einfühlsame Präsenz aus. Ich nehme Menschen so wahr, wie sie gerade sind, und passe meine Klangangebote individuell an ihre Bedürfnisse an - ob zur Entspannung, zur Stressreduktion oder einfach als kleine Auszeit im Alltag. Zu meinen Stärken gehören vor allem meine Intuition und mein Gespür für Stimmungen. Ich



arbeite achtsam, respektvoll und mit viel Hingabe. Dabei verbinde ich verschiedene harmonische Instrumente wie Klangschalen, Gong oder sanfte Percussion zu einem ganzheitlichen Klangerlebnis, das Körper und Geist gleichermaßen anspricht. So entsteht ein besonderer Moment der Ruhe, genau dort, wo er gebraucht wird.

Was mich antreibt, ist der Wunsch, Menschen dabei zu unterstützen, wieder mehr bei sich selbst anzukommen. Mit meinen Klängen schaffe ich einen geschützten Raum, in dem Entspannung, Klarheit und Wohlbefinden entstehen dürfen.

Im Kursentgelt sind Snacks, Getränke, Matten und alle weiteren Materialien enthalten.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken und ein Handtuch

Mi, 23.09.2026, 18.30 - 20.00 Uhr

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 40,00 €

262-36100

Franziska Bollmann

Di, 01.09.2026, 18.30 - 20.00 Uhr

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 40,00 €

262-36101

Franziska Bollmann

Do, 17.09.2026, 18.30 - 20.00 Uhr

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 40,00 €

262-36102

Franziska Bollmann

Fit und Aktiv mit QiGong

Mit QiGong bringen Sie mehr Bewegung in Ihren Alltag. Das Ganzkörpertraining stärkt die Muskeln und Gelenke und sorgt für mehr körperliche Fitness. Atemübungen begleiten die Bewegungen. Die Übungen regen den Kreislauf an und vertiefen den Atem. Sie dehnen und kräftigen den Körper, machen die Muskeln geschmeidig und haben eine wohltuende Wirkung auf die Wirbelsäule. Ebenso stärken Sie die achtsame Wahrnehmung, um mehr Bewusstsein für den eigenen Körper und das

Ausführen der Bewegungen zu erhalten. Fit und aktiv mit QiGong ist für jede Altersgruppe geeignet und leicht erlernbar.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung, leichte Turnschuhe oder warme, rutschfeste Socken

Di, 01.09. - 01.12.2026

17.00 - 18.30 Uhr, 12 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 109,00 €

262-32501

Kerstin Schmädig

QiGong

Mit Übungen und Bewegungsfolgen aus dem Qigong kann eine Pflege der Lebensenergie erfolgen. Körperübungen zur Regulierung des vegetativen Aktivierungszustandes führen zu einer gezielten Regeneration und Erholung für den Alltag.

Die Übungen enthalten die Harmonisierung des Qi Flusses durch:

- Wirbelsäulen Qigong
 - Muskel- und Sehen Qigong
 - Skelett Qigong
 - Meditatives Gehen
 - Mobilisation und Dehnung des Körpers
- Bitte mitbringen: lockere Kleidung, leichte Turnschuhe oder warme, rutschfeste Socken

Di, 01.09.2026 - 23.02.2027

15.15 - 16.45 Uhr, 21 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 168,00 €

262-32502

Gerald Nowak

- mit Ganzkörperkräftigung

Do, 03.09.2026 - 25.02.2027

08.30 - 10.00 Uhr, 21 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 168,00 €

262-32505

Gerald Nowak

QiGong

- für Fortgeschrittene

Dieser Kurs beinhaltet Fortgeschrittene Qigong-Übungen.

- Meditatives Qigong
- Integrales Qigong
- Medizinisches Qigong
- Herz- und Nieren Qigong
- Wirbelsäulen Qigong
- Qigong der Kampfkünste

Bitte mitbringen: lockere Kleidung, leichte Turnschuhe oder warme, rutschfeste Socken

Di, 01.09.2026 - 23.02.2027

17.00 - 18.30 Uhr, 21 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 168,00 €

262-32503

Gerald Nowak

QiGong

QiGong ist eine der Säulen der traditionellen, chinesischen Medizin. Es werden Blockaden gelöst und die Selbstheilungskräfte aktiviert. QiGong ist Entspannung und Bewegung zugleich und für jeden geeignet. Es werden einfache Übungen des QiGong vermittelt und geübt. Außerdem werden wir die 6 heilenden Laute nach und nach lernen und üben. Der Kurs bietet Zeit für Grundlagen und einfache Bewegungen die sich leicht in den Alltag integrieren lassen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

Mi, 02.09. - 25.11.2026

17.00 - 17.45 Uhr, 9 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 50,00 €

262-32504

Sabine Schenke

QiGong

Mit äußerer und innerer Bewegung finden Sie zur Regeneration der Lebenskraft (Qi), zu wachsender Ruhe, Stabilität und Lebensfreude. Mit den Bewegungs- und Entspannungsübungen "Die acht Brokate" lernen Sie im Kurs das Zusammenspiel von gelassener Atmung, langsam fließenden

Bewegungen und gelenkter Aufmerksamkeit kennen. Sie können die Vertiefung der Atmung und die Harmonisierung des Herz-Kreislauf-Systems erleben. Damit werden Ihre Ressourcen gestärkt und erweitert, die Sie für Erholung und die stressreduzierte Gestaltung des Berufs- und Familienalltags einsetzen können. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohl tut und Ihre Gesundheit fördert.

QiGong ist für jede Altersgruppe geeignet und leicht erlernbar.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung, leichte Turnschuhe oder warme, rutschfeste Socken

Do, 03.09.2026 - 11.02.2027

17.00 - 18.30 Uhr, 12 x

Wernigerode, Liv-Ullmann-Schule

Entgelt: 108,00 €

262-32506

Liesel Klingenberger

Do, 03.09.2026 - 11.02.2027

19.00 - 20.30 Uhr, 12 x

Wernigerode, Liv-Ullmann-Schule

Entgelt: 108,00 €

262-32507

Liesel Klingenberger

Mi, 09.09. - 25.11.2026

18.00 - 19.00 Uhr, 10 x

Thale, ChengSchule

Entgelt: 80,00 €

262-32508

Lijun Cheng

QiGong - Die acht Brokate

QiGong ist eine der Säulen der traditionellen, chinesischen Medizin. Es werden Blockaden gelöst und die Selbstheilungskräfte aktiviert. QiGong ist Entspannung und Bewegung zugleich und für jeden geeignet. Die acht Brokate stehen bei diesem Kurs im Mittelpunkt aber es werden auch Dehnungen und evtl. andere Übungen vorgestellt. Die acht Brokate sind eine einfache und leicht zu erlernende Übungsfolge aus einer Vielzahl von Folgen und Einzelübungen des QiGong.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung



Mi, 02.12.2026 - 17.02.2027

17.00 - 17.45 Uhr, 7 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 36,00 €

262-32509

Sabine Schenke

Mi, 09.09. - 25.11.2026

19.15 - 20.15 Uhr, 10 x

Thale, ChengSchule

Entgelt: 80,00 €

262-32520

Lijun Cheng, Anja Paul

Augen QiGong

In diesem Kurs führt Sie Kerstin Schmädig in QiGong ein - ein Weg, Yin und Yang in Einklang zu bringen. Der Workshop zeigt Ihnen, wie positiv sich QiGong Techniken auf die Augenmuskulatur und damit auf die Sehkraft auswirken können. Ein interessanter Kurs, der neue Facetten der Wirkung des QiGong auf unseren Körper zeigt. Bitte mitbringen: lockere Kleidung, leichte Turnschuhe oder warme, rutschfeste Socken

Sa, 23.01.2027, 10.00 - 14.30 Uhr

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 30,00 €

262-32511

Kerstin Schmädig

Sa, 14.11.2026, 10.00 - 14.30 Uhr

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 30,00 €

262-32516

Kerstin Schmädig

Taiji

Taiji ist eine chinesische Kampfkunst und wird vorwiegend aus Gründen der Gesundheit, der Entspannung und der Meditation praktiziert. Die Basisübungen, wie Einzelbewegung, Stand- und Atemübung dienen dazu, die Gelenke zu lockern. Der ganze Körper kann sich entspannen, und die Haltung passt sich nach und nach so an, dass die Gelenke weniger belastet werden. Mit diesem Kurs öffnet sich für Sie ein kulturelles Fenster und ein neuer Weg zu Ihrer körperlichen und seelischen Gesundheit. Meister Cheng und Frau Paul werden Sie in diesem Kurs anleiten. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

BEWEGUNGSORIENTIERTE ANGEBOTE

Aqua - Gymnastik

Mit Bewegungsübungen, Körperwahrnehmung und Entspannung im tiefen Wasser lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer, Koordinations- und Spannungsfähigkeit kennen. Der Auftrieb des Wassers reduziert das Körpergewicht, dadurch werden besonders die Wirbelsäule und die Gelenke entlastet. Der Wasserwiderstand bremst schnelle Bewegungsabläufe, somit wird die gesamte Muskulatur des Stütz- und Bewegungsapparats schonend, aber gezielt gekräftigt. Abwechslungsreiche Übungselemente stärken das Herz-Kreislaufsystem, verbessern die Konzentrations- und Orientierungsfähigkeit, schulen den Gleichgewichtssinn, steigern Ausdauer, Fitness und körperliches Wohlbefinden. Kleine Spiele, Partnerübungen, Dehnungs- und Entspannungsphasen runden das Programm ab. Bitte mitbringen: Badesachen

Mo, 07.09. - 23.11.2026

14.45 - 16.15 Uhr, 10 x

Halberstadt; Freizeit- und Sportzentrum

Entgelt: 134,00 €

262-33100

Petra Wadewitz

Mo, 30.11.2026 - 22.02.2027

14.45 - 16.15 Uhr, 10 x

Halberstadt; Freizeit- und Sportzentrum

Entgelt: 134,00 €

262-33101

Petra Wadewitz

Mo, 31.08. - 16.11.2026
08.30 - 10.00 Uhr, 10 x
Thale, Bodetal Therme
Entgelt: 134,00 € **262-33102**
Carolin Breum, Marvin Steller

Mo, 30.11.2026 - 22.02.2027
08.30 - 10.00 Uhr, 10 x
Thale, Bodetal Therme
Entgelt: 134,00 € **262-33103**
Carolin Breum, Marvin Steller

Mo, 31.08. - 16.11.2026
10.00 - 11.30 Uhr, 10 x
Thale, Bodetal Therme
Entgelt: 134,00 € **262-33104**
Carolin Breum, Marvin Steller

Mo, 30.11.2026 - 22.02.2027
10.00 - 11.30 Uhr, 10 x
Thale, Bodetal Therme
Entgelt: 134,00 € **262-33105**
Carolin Breum, Marvin Steller

Fr, 04.09. - 20.11.2026
10.00 - 11.30 Uhr, 10 x
Thale, Bodetal Therme
Entgelt: 134,00 € **262-33106**
Carolin Breum, Marvin Steller

Fr, 04.12.2026 - 26.02.2027
10.00 - 11.30 Uhr, 10 x
Thale, Bodetal Therme
Entgelt: 134,00 € **262-33107**
Carolin Breum, Marvin Steller

Rückenfit/Rückenkräftigung

In diesem Kurs erlernen Sie Übungen zur Verbesserung der Kraft-, Dehn-, Koordinations- und Entspannungsfähigkeit. Dazu gehört auch die bewusste Wahrnehmung von Defiziten im Körperkraftgleichgewicht und deren Wechselwirkung auf Verspannungen und Schmerzen im Rücken. Durch gezielte Übungen, auch mit dem Theraband, erlernen Sie den so wichtigen Ausgleich zu schaffen. Weitere Inhalte dieses Kurses sind: Gelenkmobilisation, gelenkschonende Körperhaltung

und wahrnehmungsorientierte Funktionsgymnastik. Sie erfahren und erfüllen, wie Ver- und Entspannungen auf unseren Körper und die Seele wirken. Da der Kurs ein Präventionskurs ist, trainieren wir demzufolge vorbeugend. Es findet keine Physiotherapie oder Krankengymnastik statt. Für eine Teilnahme ist ein gewisses Grundmaß an Körperkraft Voraussetzung.
Bitte mitbringen: Matte, Theraband, Getränk, Turnschuhe, Wohlfühlkleidung

Di, 15.09. - 15.12.2026
17.30 - 18.30 Uhr, 12 x
Quedlinburg, Ernst Bansi Schule, Sport-
halle
Entgelt: 73,00 € **262-33214**
Ellen Werner

Di, 12.01. - 13.04.2027
17.30 - 18.30 Uhr, 12 x
Quedlinburg, Ernst Bansi Schule, Sport-
halle
Entgelt: 73,00 € **262-33215**
Ellen Werner

Di, 15.09. - 15.12.2026
18.45 - 19.45 Uhr, 12 x
Quedlinburg, Ernst Bansi Schule, Sport-
halle
Entgelt: 73,00 € **262-33216**
Ellen Werner

Di, 12.01. - 13.04.2027
18.45 - 19.45 Uhr, 12 x
Quedlinburg, Ernst Bansi Schule, Sport-
halle
Entgelt: 73,00 € **262-33217**
Ellen Werner

Do, 10.09. - 10.12.2026
17.50 - 18.50 Uhr, 12 x
Quedlinburg, David-Sachs-Schule, Sport-
halle, Heiligegeiststr. 8
Entgelt: 73,00 € **262-33218**
Ellen Werner



Do, 14.01. - 15.04.2027
17.50 - 18.50 Uhr, 12 x
Quedlinburg, David-Sachs-Schule, Sport-
halle, Heiligegeiststr. 8
Entgelt: 73,00 € **262-33219**
Ellen Werner

Do, 10.09. - 10.12.2026
19.00 - 20.00 Uhr, 12 x
Quedlinburg, David-Sachs-Schule, Sport-
halle, Heiligegeiststr. 8
Entgelt: 73,00 € **262-33220**
Ellen Werner

Do, 14.01. - 15.04.2027
19.00 - 20.00 Uhr, 12 x
Quedlinburg, David-Sachs-Schule, Sport-
halle, Heiligegeiststr. 8
Entgelt: 73,00 € **262-33221**
Ellen Werner

Fr, 11.09. - 11.12.2026
16.00 - 17.00 Uhr, 12 x
Quedlinburg, Ernst Bansi Schule, Sport-
halle
Entgelt: 73,00 € **262-33222**
Ellen Werner

Fr, 15.01. - 16.04.2027
16.00 - 17.00 Uhr, 12 x
Quedlinburg, Ernst Bansi Schule, Sport-
halle
Entgelt: 73,00 € **262-33223**
Ellen Werner

Fit durch Bewegung

- Ü 60 -

Ausreichend Bewegung in den Alltag zu integrieren, kann aufgrund von langen Arbeitszeiten oder stressigen Tagesabläufen, oft anstrengend sein. Aber es ist so wichtig, sich so viel wie möglich im Alltag zu bewegen. Ein Workout, das mit abwechslungsreichen Übungen zur Verbesserung Ihrer Beweglichkeit und Bewegungskoordination sowie zur Stabilisierung Ihres Kreislaufsystems beiträgt. Im Kurs werden Sie von erfrischender Musik begleitet und

erfahren einen angenehmen Ausgleich zu unserer bewegungsarmen Alltagswelt.
Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung

Di, 08.09. - 24.11.2026
18.15 - 19.00 Uhr, 10 x
Blankenburg, A.-Bebel-Schule, Turnhalle
Entgelt: 40,00 € **262-33224**
Ingrid Beck

Fit bleiben durch Bewegung

Ausreichend Bewegung in den Alltag zu integrieren, kann aufgrund von langen Arbeitszeiten oder stressigen Tagesabläufen, oft anstrengend sein. Aber es ist so wichtig, sich soviel wie möglich im Alltag zu bewegen. Ein Workout, das mit abwechslungsreichen Übungen zur Verbesserung Ihrer Beweglichkeit und Bewegungskoordination sowie zur Stabilisierung Ihres Kreislaufsystems beiträgt. Im Kurs werden Sie von erfrischender Musik begleitet und erfahren einen angenehmen Ausgleich zu unserer bewegungsarmen Alltagswelt.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte

Mo, 07.09.2026 - 22.02.2027
19.30 - 20.15 Uhr, 19x
Blankenburg, A.-Bebel-Schule, Turnhalle
Entgelt: 52,00 € **262-33225**
Christa Stahl

Wohlfühlen durch Bewegung

Leicht erlernbare und schon bekannte Übungen aus dem Bereich Bauch, Beine, Po zur Mobilisierung und Kräftigung des gesamten Körpers werden in diesem Kurs vermittelt. Bei den Dehn- und Entspannungsübungen zum Stundenabschluss werden Elemente aus Pilates und Yoga einfließen und ein allgemeines Wohlfühlen fördern. Der Einsatz unterschiedlicher Sport- und Alltagsmaterialien, sowie Musik gestalten die Kursstunden motivierend und abwechslungsreich.

Bitte mitbringen: Wohlfühlkleidung, Turnschuhe, warme Socken, Handtuch



Di, 06.10. - 24.11.2026
10.00 - 11.00 Uhr, 8 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 54,00 €

262-33226

Sylvia Schneevoigt

Di, 12.01. - 23.02.2027
10.00 - 11.00 Uhr, 7 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 47,00 €

262-33227

Sylvia Schneevoigt

Fit-Mix am Vormittag

Der Kurs bietet eine perfekte Mischung aus verschiedenen Fitnessformen - einen Mix aus Ausdauer, Kräftigung, Straffung und Fettverbrennung, der Ihren Körper in Schwung bringt. Bauch, Beine, Po und Rücken werden durch entsprechend spezielle Übungen trainiert. Ergänzt wird Fit-Mix durch Dehnungs- und Entspannungsübungen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

Do, 03.09.2026 - 25.02.2027
10.15 - 11.45 Uhr, 21 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 168,00 €

262-33228

Gerald Nowak

Bauch Beine Po

Dieser Kurs zielt auf die Kräftigung der Bauchmitte, des „Kerns des Körpers“ ab. Eine starke Bauchmuskulatur ist essenziell für die Stabilisierung und Entlastung der Wirbelsäule. In Kombination mit der Kräftigung des Rückens wird außerdem die Körperhaltung verbessert, Fehlhaltungen und Verletzungen können verhindert werden. Kurz und knackig werden verschiedene Übungen für jedes Fitnesslevel durchgeführt. Der Kurs ist für Anfänger geeignet aber auch Fortgeschrittene kommen auf ihre Kosten.

Bitte mitbringen: Wohlfühlkleidung, Turnschuhe, warme Socken, Handtuch, ein Getränk und eine Matte

Mo, 07.09.2026 - 01.02.2027
18.00 - 19.00 Uhr, 17 x

Quedlinburg, Turnhalle der Lebenshilfe, Stresemannstraße 9, Ecke Johann-Sebastian-Bach-Str.

Entgelt: 127,00 €

262-33281

Nicole Vetter

Fr, 11.09. - 11.12.2026
17.00 - 18.00 Uhr, 12 x

Wernigerode, FitnessBox Kupferhammer

Entgelt: 102,00 €

262-33282

Anja Halbauer, Marc Halbauer

Pilates - ein wohltuendes Ganzkörpertraining

Tue deinem Körper etwas Gutes, damit die Seele Lust bekommt

Mit wohltuenden und kräftigenden Bewegungsübungen, vielfältiger Körperwahrnehmung und Atemtechnik aus dem Ganzkörper-Training nach Joseph Pilates lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, der Kraft, Dehn-, Koordinations- und Entspannungsfähigkeit, zur Stärkung der Körpermitte (Powerhouse) und des Rückens kennen. Sie erlernen gelenk- und rückerhaltende Körperhaltungen und üben rückerhaltende Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf. Es kommen verschiedene Geräte, wie Fitnessband, Pilatesrollen, Redondobälle, Brazil und Smoveys zum Einsatz.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Badehandtuch, Turnschuhe oder dicke Socken, lockere Kleidung

Di, 18.08.2026 - 02.02.2027
18.30 - 19.30 Uhr, 19 x

Quedlinburg, Filzmanufaktur Krüger, Marktstr. 7, Eingang Weingarten

Entgelt: 142,00 €

262-33301

Maritta Melms



Pilates

Pilates dehnt und kräftigt die tieferliegenden Muskelgruppen und schont dabei den Körper. Und außerdem - macht es Spaß und verbessert das Erscheinungsbild. Sie erleben ein Fazientraining zur Verbesserung der Beweglichkeit. Pilates fördert Körperkoordination und Beweglichkeit. Das Angebot der Übungen im Kurs erfolgt in verschiedenen Levels, sodass sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene effektiv trainieren können. Es gilt das Pilates Prinzip "Jeder nach seinen Fähigkeiten", damit wird die individuelle Körperbeschaffenheit jedes Einzelnen berücksichtigt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe oder warme Socken, Matte, Handtuch, Getränk

Mo, 14.09. - 14.12.2026

18.30 - 19.30 Uhr, 12 x

Wernigerode, FitnessBox Kupferhammer

Entgelt: 102,00 € **262-33302**

Christine Hamel, Marc Halbauer

Zumba® Fitness

Raus aus dem Alltag - Rein in den Spaß mit Zumba®

Zumba® ist perfekt für jeden! Jeder Zumba® Kurs soll Menschen zusammenbringen, die Spaß am gemeinsamen trainieren haben. So funktioniert's: Bei uns empfindet man das "Workout" gar nicht als solches. Wir kombinieren Bewegungen mit niedriger und hoher Intensität zu einem Kalorien verbrennenden Intervalltraining, bei dem man sich wie auf einer Tanz-Fitness Party fühlt. Wenn dich lateinamerikanische und weltweite Rhythmen erst einmal gepackt haben, wirst du verstehen, warum Zumba® Fitness Kurse oft gar nicht als Workout wahrgenommen werden. Mega-effektiv? Ja! Megaspasß? Aber sowas von ja! Deine Vorteile: Ein komplettes Workout, das Elemente aus dem Fitness-, Cardio- und Muskelaufbautraining sowie Übungen für Balance und Flexibilität kombiniert. Jedes mal, wenn du aus dem Kurs kommst,

sprühst du nur so vor Energie und fühlst dich einfach toll! Teresa Contreras ist lizenzierte Zumba® Trainerin.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

Do, 03.09.2026 - 25.02.2027

18.30 - 19.30 Uhr, 15 x

Halberstadt, Käthe-Kollwitz-Gymnasium, rechte Turnhalle

Entgelt: 124,00 €

262-33502

Teresa Contreras

Einführung in den mittelalterlichen Schwertkampf

Das Schwert als Waffe und Trainingsgerät fasziniert seit jeher die Menschen. Es ist in Filmen, Computerspielen und Geschichten auch heute noch die beliebteste Waffe. Ob Herr der Ringe oder Star Wars, Schwerter sind ein wichtiger Bestandteil. Dabei steckt hinter den eindrucksvollen Szenen das historische Fechten und damit eine Jahrhunderte alte Tradition des Schwertkampfes. Basierend auf überlieferten Techniken wird im Kurs nachvollziehbar, wie realer Schwertkampf im Mittelalter funktioniert hat. In diesem Einsteigerkurs lernen Sie die Grundlagen des mittelalterlichen Schwertkampfes mit dem langen Schwert kennen. Die richtige Schwert- und Körperhaltung, erste Angriffe und Paraden und die Verknüpfung dieser Elemente zu Partnerübungen. Geübt wird mit stumpfen Trainingsschwertern aus Kunststoff, Holz und Stahl und entsprechender Schutzkleidung. Sie kämpfen nicht gegeneinander, sondern miteinander, um Körper und Geist in Harmonie zu bringen. Der gegenseitige Respekt voreinander steht im Vordergrund. Positive Nebenwirkung, wie mehr Fitness, selbstbewussteres Auftreten und viel Spaß mit netten Leuten ist garantiert. Sie trainieren mit einem Dozententeam.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränk, Pausensnack



Sa, 14.11.2026, 09.30 - 16.00 Uhr
Wernigerode, FitnessBox Kupferhammer
Entgelt: 56,00 € **262-33701**
Igor Schiminsky

Sa, 16.01.2027, 09.30 - 16.00 Uhr
Wernigerode, FitnessBox Kupferhammer
Entgelt: 56,00 € **262-33702**
Igor Schiminsky

KAHA

KAHA heißt übersetzt aus der Sprache der Maori "energiegeladen, Kraft", ist inspiriert vom Taiji, Qigong, dem HAKA (traditionelle ausdrucksstarke Bewegungen der Ureinwohner Neuseelands) und dem klassischen Yoga.

Langsam und fließend geht eine Bewegung in die andere über, sodass immer genügend Zeit bleibt, diese kontrolliert auszuführen und einen sofortigen Effekt zu spüren - eine gesunde Balance zwischen Beweglichkeit und Stabilität des Körpers. Es kräftigt, dehnt und entspannt entscheidende Muskelgruppen und führt zu innerer Ruhe.

KAHA

- ist mobilisierend, fordernd und für den Geist beruhigend
- kräftigt, dehnt und entspannt entscheidende Muskelgruppen
- ist von jedem Teilnehmer und in jedem Alter durchführbar, besonders hinsichtlich der Kondition, Konzentration und muskulären Voraussetzung.

Bitte mitbringen: ein Getränk, ein kleines Handtuch, bequeme Kleidung und Turnschuhe

Mi, 16.09. - 02.12.2026

17.50 - 18.50 Uhr, 10 x
Halberstadt, Käthe-Kollwitz-Gymnasium,
linke Turnhalle
Entgelt: 72,00 € **262-33801**
Janet Kisser

AROHA

AROHA bedeutet in der maorischen Sprache "bedingungslose Liebe". Im Kurs führt Sie Ihre Dozentin Janet Kisser in das ausdauerbetonte Sportprogramm AROHA ein. AROHA ist inspiriert von:

- HAKA - Kriegstanz der Maori mit kraftvollen Bewegungen
- KUNG FU - mit Kontrolle von An- und Entspannung
- TAI CHI - mit konzentrierten und fließenden Bewegungen

Durch AROHA können Sie folgende Ziele erreichen:

- Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems
- Fettreduzierung
- Festigung und Kräftigung entscheidender Muskelgruppen
- Verbesserung des Körpergefühls und der Balance
- Optimierung des Koordinationsvermögens
- Stressabbau, Gefühl von Entspannung und Mobilität
- Spaß an der Bewegung
- innere Ausgeglichenheit

AROHA ist ebenfalls ein Kurs, an dem jede(r) ohne Vorkenntnisse und in jedem Alter und Trainingszustand teilnehmen kann.

Bitte mitbringen: ein Getränk, ein kleines Handtuch, bequeme Kleidung und Turnschuhe

Mi, 16.09. - 02.12.2026

16.45 - 17.45 Uhr, 10 x
Halberstadt, Käthe-Kollwitz-Gymnasium,
linke Turnhalle
Entgelt: 72,00 € **262-33802**

Janet Kisser



WORKSHOPS

Atmung und Entspannung

Wir Menschen können wochenlang ohne Nahrung und tagelang ohne Wasser auskommen, aber nur wenige Minuten ohne Luft. Während wir uns viel mit unserer Ernährung beschäftigen, schenken wir dem Atem so gut wie keine Beachtung. Bewusstes Atmen kann dir helfen deinem Körper zusätzlich Energie zu schenken, deine Gedanken zu ordnen, dein Nervensystem zu regulieren und vor allem dich mit dir selbst zu verbinden.

Genieße einen energiegebenden Samstagvormittag mit unterschiedlichen Atemtechniken und einer anschließenden wundervollen Entspannungsreise.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränk

Sa, 19.09.2026, 10.00 - 13.00 Uhr
Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,
Konvent 5/6

Entgelt: 57,00 €

262-32471

Kati Salomon-Roß

Bhakti-Yin-Yoga Workshop

Bhakti-Yoga ist das Yoga der Hingabe zu Gott, zu deiner eigenen Göttlichkeit. Dieser Weg der Hingabe führt dich in die wirkliche Liebe zum Leben, deiner Umwelt und vor allem zu dir selbst. Es konzentriert sich auch sehr auf unseren spirituellen Aspekt. Um Bhakti zu praktizieren brauchen wir nichts anderes als unser Herz. Es werden Mantras gesungen und gefühlt, welche Schwingungen sie in unserem Energiekörper hinterlassen. Völlig egal, ob du mitsingst oder nur die Klänge in dir wirken lässt. Dieser Workshop beinhaltet auch ein wenig Bewegung in Form von ausgleichenden Pranajamas (Atemarbeit) öffnendem Yin-Yoga-Asanas, in dem du dich 3-5 Minuten entspannen kannst. Begleiten werde ich die Mantras mit meinem Harmonium, Gitarre, Monochord und anderen Instrumenten.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränk

So, 27.09.2026, 10.00 - 14.00 Uhr
Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,
Konvent 5/6

Entgelt: 57,00 €

262-32472

Kati Salomon-Roß

Ashtanga-Workshop

Ashtanga ist eine vom Atem geführte bewegte Meditation. Hier folgen wir einer festen Abfolge gezählter Asanas verbunden durch immer wiederkehrenden Vinjasas. Das traditionelle Ashtanga ist sehr fordernd und benötigt Kraft und eine vorhandene Praxis. Es ist deshalb nur für fortgeschrittene Yoginis geeignet. Doch hier unterrichtete ich eine Basic-Variante nach der AYI-Methode, welche von Dr. Ronald Steiner entwickelt wurde. Diese AYI-Methode ist einfacher und aus bewegungsphysiologischer Sicht meiner Meinung nach gesünder. Sie erfordert nicht viele Vorkenntnisse, jedoch solltest du bewegungsfreudig sein und Lust haben etwas Neues kennen zu lernen. Dieser Workshop beinhaltet alles was wichtig ist darüber zu wissen. Wir praktizieren gemeinsam die leichteste Variante der ersten Serie, gehen intensiv auf die Atempraxis ein, welche uns durch den Flow begleitet und natürlich kommt auch hier die Entspannung nicht zu kurz.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränk

Sa, 07.11.2026, 11.00 - 14.00 Uhr
Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,
Konvent 5/6

Entgelt: 57,00 €

262-32473

Kati Salomon-Roß

Workshop Tanz und Entspannung

Zum Genießen und Entspannen. Zum Tanzen und Wohlfühlen. Tanzen befreit, tanzen bringt uns unseren Gefühlen näher, tanzen stimmt uns fröhlich, tanzen bringt uns raus aus dem Kopfkarussell. Es geht darum, sich mit der Musik und zur eigenen



Bewegung wohlzufühlen. Durch Entspannungsübungen werden Verspannungen gelöst und der Tag wird zu einem besonderen Erlebnis. Vielleicht auch zum Verschenken? Irene Merbitz-Flentje, Tanzlehrerin für modernen zeitgenössischen Tanz, Yogalehrerin (BYV), Kommunikationstrainerin und Coach wird Sie in diesem Workshop begleiten. Bitte tragen: entspannte Sportkleidung im Zwiebellook.

Bitte mitbringen: Stoppersocken, und/oder Gymnastikschläppchen, eine Yoga- oder Isomatte, eine Decke und evtl. ein kleines Kissen für unter den Kopf und warme Socken.

Für die Pausen etwas zu essen und ausreichend zu trinken.

Sa, 14.11.2026, 10.00 - 15.45 Uhr
Wernigerode, KVHS

Entgelt: 45,00 € **262-32474**

Irene Merbitz-Flentje

Release und Vision-Workshop 2027

- ein Wohlfühl(vormit)tag für Frauen

Release und Visionboard 2027 - ein Wohlfühltag für Frauen:

Tauche ein in eine Auszeit voller Entspannung und kreativer Inspiration. In diesem Workshop schaffen wir Raum, Altes loszulassen und mit Klarheit und positiver Ausrichtung in das Jahr 2027 zu starten, für deine Gesundheit.

Was dich erwartet: Yin-Yoga und tiefe Entspannung, begleitet von sanften Tönen, die dich tief in die Entspannung sinken lassen und deinen Geist zur Ruhe bringen. Lange Yogahaltungen welche die Faszien und das tief liegende Bindegewebe sowie deine inneren Organe und Meridiane (Energiebahnen) ansprechen.

In einer gemütlichen Runde erstellst du dein ganz persönliches Visionboard in dem du deine Wünsche und Ziele zum Thema Ayurveda und Frauengesundheit manifestierst, damit Du mit einer klaren Ausrichtung nach Hause gehst. Hierbei erhältst Du Impulse für dein Wohlbefinden.

Du bestimmst deinen Doshatyp (Vata, Pitta, Kapha).

Es gibt gesunde, leckere Snacks, Kräutertee und alkoholfreien Sekt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, Kissen, gute Laune und Neugier

Sa, 09.01.2027, 10.00 - 14.00 Uhr

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 60,00 €

262-32476

Sandra Weber

Mantra- Yoga- Entspannungs-workshop

Es erwartet Dich ein Live-Mantra-Konzert kombiniert mit einer sanften Yogapraxis im Yin-Stile und zum Abschluss eine der besten Entspannungstechniken aus der Yoga - Welt, dem Yoga Nidra.

Was machen live gesungenen Mantras mit Deinem Nervensystem? Sie wirken beruhigend auf das parasympathische Nervensystem und sorgen somit für Entspannung und Regeneration. Gleichzeitig bringen sie den Atem in Einklang, senken Stresshormone und fördern einen Zustand von Ruhe und Achtsamkeit. Es ist fast so als würden sie eine kleine Brücke zwischen Stimme, Herzschlag und Nervenbahnen bauen.

Was ist Yoga Nidra? In der Yoga-Welt wird es auch Yogischer Schlaf genannt. Hier kommst Du in einen Zustand zwischen Schlaf und Wachsein, den die moderne Psychologie „Hypnagogisch“ nennt. Körper und Geist finden einen tiefen Ruhezustand, welcher Dir mehr Erholung schenkt als gewöhnlicher Schlaf. 40 Minuten Yoga Nidra entsprechen etwa 4 Stunden Schlaf. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränk

Sa, 09.01.2027, 11.00 - 14.00 Uhr

Quedlinburg, Yoga Shala Ganesha,

Konvent 5/6

Entgelt: 57,00 €

262-32475

Kati Salomon-Roß



Kräuterspaziergang - Was wächst denn da?

Vor der eigenen Haustür gibt es viele wohlschmeckende Pflanzen zu erkunden. Anlass genug für einen gemeinsamen Spaziergang durch den Wald und Wiese, um Wildkräuter kennenzulernen. Dabei werden wir all unsere Sinne anwenden, um so manche Pflanze im Gedächtnis zu verankern. Wir schließen mit einer gemeinsamen Verarbeitung und Verkosten die Veranstaltung ab.

Bitte mitbringen: wettergerechte Kleidung, geeignetes Gefäß (Becher, Tasse) für heiße Getränke, geeignete Sammelgefäße

So, 27.09.2026, 14.00 - 17.00 Uhr
Treffpunkt: Harzgerode, Freie Feldlage 9
Entgelt: 22,00 € **262-34348**
Julia Pleintinger

Wochenendseminar - Basenfasten

Fasten hat jahrhundertlange Tradition und dient der inneren Reinigung. Nicht Gewichtsabbau steht im Fokus, sondern Besinnung auf wirklich Wichtiges. Beim Basenfasten werden basische Gerichte gemeinsam gekocht und gegessen, dazu gibt es Bewegung durch Spaziergänge draußen, Yoga, QiGong sowie Entspannungsübungen, etwas Theorie zum Basenfasten und der Übersäuerung des Körpers durch die „normale“ Ernährung bei uns. Der Tag beginnt um 08:30 Uhr mit Zubereitung des Frühstücks und endet um 18 Uhr mit dem Abendessen.

Sa + So, 14.11. - 15.11.2026
08.30 - 18.00 Uhr, 2 x
Am Großen Bruch, Praxis Natürlich
Gesund
Entgelt: 121,00 € **262-32601**
Sabine Schenke

Wochenendseminar - Fasten

Fasten hat jahrhundertlange Tradition und dient der inneren Reinigung. Nicht Gewichtsabbau steht im Fokus, sondern Besinnung auf wirklich Wichtiges.

Beim Fasten verzichten wir auf feste Nahrung, nehmen aber ausreichend das zu uns, was der Körper braucht. Neben Theorie zum Fasten und Yoga, Qi-Gong, Entspannung und Spaziergängen bereiten wir uns Fastensuppen und Tees.

Das Fastenseminar beginnt mit einer Einführung am Freitag.

Fr - So, 19.02.2027 - 21.02.2027
Freitag, 18:00 - 20:00 Uhr
Samstag, 08:30 - 18:00 Uhr
Sonntag, 08:30 - 16:30 Uhr
Am Großen Bruch, Praxis Natürlich
Gesund
Entgelt: 125,00 € **262-32602**
Sabine Schenke

GESUNDHEITSVORTRÄGE

Diese neue Vortragsreihe „AMEOS Gesundheitsdialog - Medizin einfach erklärt“ richtet sich an alle, die ihre Gesundheit besser verstehen und aktiv etwas dafür tun möchten. In verständlicher Sprache vermitteln erfahrene Ärztinnen und Ärzte vom AMEOS Klinikum Halberstadt medizinisches Wissen zu häufigen Beschwerden und Erkrankungen. Im Mittelpunkt stehen alltagsnahe Informationen, praktische Tipps und die Frage, was Sie selbst für Ihre Gesundheit tun können. Gleichzeitig erhalten Sie Orientierung zu modernen Untersuchungs- und Behandlungsmöglichkeiten. Die Veranstaltungen bieten Raum für Fragen und Austausch und unterstützen Sie dabei, informierte Entscheidungen für Ihre Gesundheit zu treffen.

Soweit die Füße tragen: Was Sie selbst für gesunde Füße tun können

Do, 03.09.2026, 17.30 - 19.00 Uhr
Halberstadt, KVHS
Entgelt: entgeltfrei **262-11201**
Prof.Dr. med. Ralph Gaulke



Wenn nichts mehr hilft: Wann eine Fußoperation sinnvoll sein kann

Do, 05.11.2026, 17.30 - 19.00 Uhr
Halberstadt, KVHS
Entgelt: entgeltfrei **262-11202**
Prof.Dr. med. Ralph Gaulke

Rheuma erkennen: Erste Anzeichen verstehen und richtig reagieren

Do, 14.01.2027, 17.30 - 19.00 Uhr
Halberstadt, KVHS
Entgelt: entgeltfrei **262-11203**
Prof.Dr. med. Ralph Gaulke

GESUNDE ERNÄHRUNG

Chinesisch Kochen nach der 5-Elemente-Lehre

Die chinesische Küche - gesund, einfach und lecker. Erlerne mit uns die Zubereitung von traditionellen Gerichten aus der chinesischen Küche. In diesem Kurs lernst du die essentiellen Gewürze und Zutaten der chinesischen Küche kennen und erfährst, wie du sie für gesunde und schmackhafte Gerichte einsetzen kannst. Zunächst erhältst du eine Einführung in die chinesische Kochphilosophie: Du lernst die Grundlagen der TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) kennen - mit Fokus auf die 5-Elemente-Lehre, die Yin & Yang-Theorie sowie die wichtigsten Zubereitungstechniken. Nach dem Theorie-Teil wird gemeinsam gekocht: Zusammen bereiten wir verschiedene Gerichte zu, die alle auf den Prinzipien der TCM-Ernährungslehre basieren. Zum Abschluss genießen wir das gemeinsam zubereitete Essen in entspannter Atmosphäre - begleitet von chinesischem Tee. Im Anschluss erhältst du per E-Mail ein personalisiertes Kochbuch-PDF

zu deinem Kurs, das sowohl die Theorie als auch alle Rezepte zum Nachkochen enthält. Wir freuen uns auf Dich!
Die Materialkosten werden mit der Dozentin abgerechnet.

Sa, 10.10.2026, 10.00 - 14.00 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 55,00 € **262-35011**
Anja Paul

Sa, 17.10.2026, 10.00 - 14.00 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 55,00 € **262-35012**
Anja Paul

Sa, 21.11.2026, 10.00 - 14.00 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 55,00 € **262-35013**
Anja Paul

Geschenkideen aus der Küche

Selbstgemachte Geschenke sind persönlich, nachhaltig und genussvoll. In diesem generationenübergreifenden Kurs stellen wir gemeinsam kreative, kulinarische Geschenkideen her, ideal natürlich zum Verschenken, aber auch zum Selbsterleben. Die Rezepte sind einfach umzusetzen, alltagstauglich und auch für Einsteiger geeignet. Auch Kinder können in Begleitung und durch die Anmeldung eines Erwachsenen am Kurs teilnehmen. Die hergestellten Produkte können direkt mit nach Hause genommen werden. Die Materialkosten sind im Kursentgelt enthalten.

Sa, 21.11.2026, 14.00 - 16.30 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 34,00 € **262-35101**
Nicole Henneberg

Sa, 05.12.2026, 14.00 - 16.30 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 34,00 € **262-35102**
Nicole Henneberg



Familienkochkurs

Gemeinsam kochen, lachen und genießen. In diesem Kurs bereiten Eltern und Kinder einfache, gesunde Gerichte zu, die sich gut in den Familienalltag integrieren lassen. Neben praktischen Kochfertigkeiten wird ein bewusster Umgang mit Lebensmitteln vermittelt. Der Kurs stärkt die Zusammenarbeit und die Selbstständigkeit der Kinder und er verschafft Freude am gemeinsamen Essen. Die Materialkosten sind im Kursentgelt enthalten.

Bei jeder Anmeldung für einen Erwachsenen ist ein Kind im Kursentgelt inbegriffen.

Sa, 26.09.2026, 14.00 - 17.00 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 38,00 € **262-35103**

Nicole Henneberg

Sa, 07.11.2026, 14.00 - 17.00 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 38,00 € **262-35104**

Nicole Henneberg

Sa, 27.02.2027, 14.00 - 17.00 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 38,00 € **262-35105**

Nicole Henneberg

Die gesunde Brotdose

Was gibt Energie für Schule und Freizeit? In diesem Kurs bereiten Kinder gemeinsam abwechslungsreiche und gesunde Pausenmahlzeiten zu. Sie lernen spielerisch, welche Lebensmittel lange satt machen, wie ausgewogene Kombinationen aussehen und wie sie selbstständig ihre Brotdose gestalten können. Ziel ist es, Freude am Essen und einen bewussten Umgang mit Lebensmitteln zu fördern, ganz ohne Leistungsdruck.

Die Materialkosten sind im Kursentgelt enthalten. Bitte die Brotdose mitbringen.

Mi, 16.09.2026, 16.30 - 18.00 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 26,00 € **262-35106**

Nicole Henneberg

Mi, 07.10.2026, 16.30 - 18.00 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 26,00 € **262-35107**

Nicole Henneberg

Mi, 20.01.2027, 16.30 - 18.00 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 26,00 € **262-35108**

Nicole Henneberg

Meal Prep leicht gemacht - gesund essen trotz Stress

Gesund essen trotz wenig Zeit: In diesem praxisnahen Kurs lernen Sie, wie sich ausgewogene Mahlzeiten für mehrere Tage effizient vorbereiten lassen. Gemeinsam werden alltagstaugliche Gerichte zubereitet, die sich gut lagern, transportieren und kombinieren lassen. Neben praktischen Tipps zur Planung erhalten Sie Informationen zu Nährstoffbalance, Portionsgrößen und zeitsparender Organisation. Die Materialkosten sind im Kursentgelt enthalten.

Mo, 07.09.2026, 17.00 - 19.30 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 34,00 € **262-35110**

Nicole Henneberg

Mo, 12.10.2026, 17.00 - 19.30 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 34,00 € **262-35111**

Nicole Henneberg

Mo, 11.01.2027, 17.00 - 19.30 Uhr
Halberstadt, Burchardikloster, Küche
Entgelt: 34,00 € **262-35112**

Nicole Henneberg



KUNST- UND KULTUR- GESCHICHTE

Was Sie schon immer über Kunst wissen wollten

Lassen Sie sich auf Kunst ein! Durch Gespräche, Betrachtungen und Diskussionen, aber auch durch praktische, experimentelle Übungen werden Sie auf unserem Ausflug in das Reich der Kunst viele Informationen, evtl. neue Sichtweisen, aber auf jeden Fall viel Wissenswertes und Interessantes erfahren.

Mi, 30.09. - 25.11.2026
16.30 - 18.00 Uhr, 14-tägig
Gernrode, Alte Elementarschule
Entgelt: 35,00 € **262-20901**
Sabine Schönbeck

TEXTILES GESTALTEN

Farbenfrohes Patchwork - Anfängerkurs

In diesem Kurs können Sie die grundlegenden Techniken des Patchworkens lernen. Zusammen nähen wir einen Tischläufer! Sie lernen und üben Schritt für Schritt das Zuschneiden, Zusammennähen und das Gestalten von einfachen Mustern. Dabei arbeiten wir mit Quadraten und Dreiecken. Sie bekommen solide Grundkenntnisse, um später eigene Projekte zu verwirklichen, und weitere Patchworkkurse besuchen zu können. Das Grundmaterial wird zur Verfügung gestellt. (Stoff für die Schneideübungen, sowie für den Läufer, Stoff für das Binding, Vlies). So haben alle Teilnehmer das gleiche Material und können die Arbeitsschritte besser nachvollziehen. Die Materialkosten in Höhe von 45,00 € sind im Kursentgelt enthalten. Bitte mitbringen: Nähmaschine, Nadeln, helles Nähgarn, Schere, Stecknadeln, Nahttrenner, Schreibzeug, Schneidematte, Rollschneider, Lineale sind empfehlens-

wert, können aber auch bei der Kursleitung ausgeliehen werden

Di, 06.10. - 10.11.2026
18.30 - 20.45 Uhr, 4 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 105,00 € **262-21110**
Heike Trog

Farbenfrohes Patchwork - Kurs für Fortgeschrittene Traditioneller "Dresdener Teller"

Entdecke einen herbstlich, fröhlichen Patchwork Block mit einer großen Wandlungsfähigkeit. Ob dekorativ als Mitteldecke oder als Applikation auf einer Tasche / Beutel, es gibt eine Vielzahl an Fertigungs- und Verarbeitungsmöglichkeiten.

1-3. Unterrichtseinheit: Sie lernen den Stoff zuzuschneiden, Streifen anzuordnen und zu nähen, verschiedene Varianten zu probieren und schließlich, die Blöcke zusammenzufügen. Wir werden die Teile quilten, sie mit einem Vlies und einer Rückseite versehen und ein Binding anbringen.

4. Unterrichtseinheit: Nun werden die erworbenen Kenntnisse vertieft. Mit eigenem Stoff können unterschiedliche Varianten von kleinen Deckchen, Mitteldecken oder Läufern entstehen. Gemeinsam schneiden, nähen und quilten wir.

Das Grundmaterial wird zur Verfügung gestellt. (Stoff für Decke und Binding). Die Materialkosten in Höhe von 45,00 € sind im Kursentgelt enthalten.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Nadeln, helles Nähgarn, Schere, Stecknadeln, Nahttrenner, Schreibzeug, Schneidematte, Rollschneider, Lineale

Mo, 05.10. - 09.11.2026
18.00 - 20.45 Uhr, 4 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 105,00 € **262-21111**
Heike Trog



FOTOGRAFIE

Fotografieren für Einsteiger **- Digitalfotografie mit einer Spiegelreflexkamera**

Das Angebot richtet sich an alle Fotofreunde, die sich ernsthaft mit ihrer Spiegelreflexkamera auseinandersetzen möchten, um sie als das zu begreifen, was sie ist: ein gutes Stück Technik, das uns hilft, unsere Bildideen umzusetzen.

Sie möchten Ihre Spiegelreflex- bzw. Systemkamera besser kennen lernen, um damit die Fotos zu erstellen, die Sie schon immer machen wollten. Im theoretischen Teil besprechen wir alle relevanten technischen Einstellungen der Kamera. Die Theorie setzen wir im praktischen Teil des Kurses um. Dazu gehören Motive aus den Bereichen Sport, Natur, Objektaufnahmen, abstraktes Sehen, Langzeitbelichtung, Blitzfotografie und Portrait. Es findet nach jedem Fototermin eine Bildbesprechung statt. Wir betrachten über einen Laptop / Beamer die Teilnehmerfotos in den Räumen des Fotostudios.

Der erste Termin ist verbindlich. Alle weiteren werden in der Gruppe abgestimmt.

Fr, 25.09. - 04.12.2026

17.30 - 19.45 Uhr, 11 x

Ilseburg, Hagenbergstraße 1a

Entgelt: 149,00 €

262-23100

Lothar Peters

Erste Schritte in der Fotografie mit Spiegelreflex-, Bridge- und Systemkameras

Der Kurs vermittelt und intensiviert foto-technische Grundlagen und Möglichkeiten der Fotografie mit Spiegelreflexkameras für optimale Bildergebnisse, wie Kamerabedienung, Bildgestaltung mit Blende, Belichtungszeit und Schärfentiefe. Die Fähigkeiten werden während des Kurses vor allem im praktischen Umgang mit der Kamera bei Exkursionen vermittelt. Zielgruppe: Einsteiger in die digitale Fotografie

mit Spiegelreflex- und Bridge- Kameras. Inhalte des Kurses werden die Grundlagen im Umgang mit der digitalen Spiegelreflexkamera sein.

Bitte mitbringen: eine digitale / analoge Spiegelreflexkamera oder Bridge- / Systemkamera. Wenn vorhanden ein Stativ und Laptop mit der installierten Software des Kameraherstellers

Mo, 07.09. - 16.11.2026

18.00 - 20.15 Uhr, 10 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 104,00 €

262-23101

Daniel Kühne

Fotoclub Quedlinburg

Sind Sie fotobegeistert und möchten sich mit Gleichgesinnten austauschen? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Unser Fotoclub bietet eine herzliche und inspirierende Plattform für alle, die ihre Leidenschaft für Fotografie teilen und vertiefen möchten. Entdecken Sie gemeinsam mit uns neue Orte und faszinierende Motive. Lernen Sie von anderen Mitgliedern und teilen Sie Ihre eigenen Erfahrungen in einer entspannten Atmosphäre. Ob Stadtlandschaften, Naturaufnahmen oder besondere Events - unsere Exkursionen bieten für jeden etwas. Verbessern Sie Ihre fotografischen Fähigkeiten durch den Austausch mit anderen Mitgliedern und das Erlernen neuer Foto-techniken. Erhalten Sie wertvolles, konstruktives Feedback zu Ihren Fotos und lernen Sie, Ihre Arbeiten aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten. Unsere Bildbesprechungen sind eine großartige Gelegenheit, um von den Erfahrungen und dem Wissen der anderen Mitglieder zu profitieren. Knüpfen Sie Kontakte zu anderen Fotografie - Enthusiasten, tauschen Sie Tipps und Tricks aus und erweitern Sie Ihr kreatives Netzwerk.

Bei uns steht der Spaß an der Fotografie im Vordergrund! Egal, ob Sie Anfänger oder erfahrener Fotograf sind, bei uns finden Sie Gleichgesinnte, die Ihre Leidenschaft teilen und Sie auf Ihrem fotografischen

Weg begleiten.

Mi, 16.09.2026 - 17.02.2027

18.00 - 21.15 Uhr, 6 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 30,00 €

Daniel Kühne

262-23500

MALEN UND ZEICHNEN

Zeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene

Was sehe ich wirklich und wie setze ich es um? Die Freude am Sehen aufs Blatt zu bringen, dabei soll der Kurs unterstützen und die dazu nötigen Grundlagen vermitteln. Jeder wird dabei individuell nach seinen Stärken gefördert, vom Anfänger bis hin zum Studienanwärter zur Mappenvorbereitung. Diesen Dienstagskurs gibt es schon seit 2019. Die Themenzusammenstellung ist jedoch immer wieder neu, sodass es auch für bisherige Teilnehmer immer interessant bleibt: Gegenstände, Stillleben, Landschaft, Portrait, Anatomie, Perspektive sind mögliche Inhalte, auch Zeichentechniken wie Bleistift, Kohle, Fineliner- oder Federzeichnung oder farbige Zeichnung. Die genaue Zusammenstellung wird mit den Teilnehmern am Anfang der Kursperiode abgestimmt.

Bitte mitbringen: Zeichenblock Format A4 und / oder A3 (festes Papier mind. 150g), Bleistifte Stärke HB, 3B und 8B, Fineliner (schwarz), eventuell Zeichenkohle

Di, 22.09. - 08.12.2026

17.30 - 19.45 Uhr, 9 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 108,00 €

Korvin Reich

262-25105

Di, 19.01. - 02.02.2027

17.30 - 19.45 Uhr, 3 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 36,00 €

Korvin Reich

262-25106

Aquarell mal anders - für

Anfänger und Fortgeschrittene Kreative Techniken mit Aquarellfarben

In diesem Aquarellkurs für Anfänger und Fortgeschrittene kombinieren wir Aquarellfarben mit außergewöhnlichen Techniken. Jeder der 5 Termine umfasst ein festes Thema. Es wird u.a. gedruckt, genäht, gestempelt und gestickt und das alles in Kombination mit unseren Aquarellen. Lernen Sie Aquarellfarben von einer neuen Seite kennen und experimentieren Sie mit ihnen.

Bitte bringen Sie zum ersten Termin diesen Aquarellblock mit: Clairefontaine 975721C - Aquarell Malblock Goldline, 50 Blatt, 300g Zeichenpapier, mittelfein gekörnt, DIN A4, 21 x 29,7 cm

Das weitere Material ist im Kursentgelt enthalten.

Fr, 28.08. - 25.09.2026

18.00 - 19.30 Uhr, 5 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 65,00 €

Sanne Wenke

262-25001

Landschaften in Aquarell

Tauchen Sie ein in stimmungsvolle Herbstlandschaften in Aquarell. In diesem Aquarellkurs für Anfänger und Fortgeschrittene entstehen mit verschiedenen Techniken tolle Landschaften. Zunächst machen wir uns mit dem Material vertraut und starten dann mit den wunderschönen Aquarellfarben unsere Projekte. Dieser Kurs ist für Malanfänger sowie „Aquarellprofis“ geeignet. Lassen Sie sich begeistern und tauchen Sie ein in die Welt der „Loose Watercolor“. Bitte bringen Sie zum ersten Termin diesen Aquarellblock mit: Clairefontaine 975721C - Aquarell Malblock Goldline, 50 Blatt, 300g Zeichenpapier, mittelfein gekörnt, DIN A4, 21 x 29,7 cm

Das weitere Material ist im Kursentgelt enthalten.



Fr, 09.10.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 20,00 €
Sanne Wenke

262-25002

Fr, 16.10.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 20,00 €
Sanne Wenke

262-25003

Weihnachtliches Aquarell für Anfänger und Fortgeschrittene

Mit der sogenannten Bokeh-Technik und mit Maskierflüssigkeit gestalten wir wunderschöne Weihnachtskarten. Aquarell-Anfänger sind herzlich willkommen.

Bitte bringen Sie zum ersten Termin diesen Aquarellblock mit: Clairefontaine 975721C - Aquarell Malblock Goldline, 50 Blatt, 300g Zeichenpapier, mittelfein gekörnt, DIN A4, 21 x 29,7 cm

Das weitere Material ist im Kursentgelt enthalten.

Fr, 13.11.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 20,00 €
Sanne Wenke

262-25004

Fr, 04.12.2026, 18.00 - 19.30 Uhr
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 20,00 €
Sanne Wenke

262-25005

Aquarell - Leichte Landschaften und Blumen

Ein Einstieg in die Aquarellmalerei- Sie erlernen den Umgang mit einfachen Übungen zu Farbverläufen, Transparenz und Bildaufbau. Es entstehen kleine Landschafts- und Blumenmotive und die Teilnehmenden lernen den lockeren Umgang mit Wasser und Farbe.

Bitte mitbringen: Aquarell- und / oder Acrylfarben, verschiedene Pinsel, Malpapier, Mischpalette

Do, 03.09. - 24.09.2026
16.00 - 18.15 Uhr, 4 x 3
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 65,00 €
Hjördis Schütz

262-25101

Mut zur Farbe - Acrylmalerei für Anfänger

Acrylfarben bieten viele Möglichkeiten und laden zum Experimentieren ein. In diesem Kurs werden grundlegende Techniken wie Farbauftrag, Schichten und einfache Bildkomposition vermittelt. Die Teilnehmenden entwickeln eigene kleine Motive und probieren verschiedene Herangehensweisen aus.

Bitte mitbringen: Aquarell- und / oder Acrylfarben, verschiedene Pinsel, Malpapier, Mischpalette

Do, 05.11. - 26.11.2026
16.00 - 18.15 Uhr, 4 x 3
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 65,00 €
Hjördis Schütz

262-25102

Aquarellmalerei / Acrylmalerei

Im Kurs werden die Grundkenntnisse der bildnerischen Mittel, wie Form, Perspektive, Farbverhältnisse und Komposition anschaulich vermittelt und in grafischen und malerischen Studien geübt. Die Techniken, wie Aquarell und Acrylmalerei, werden in ihren besonderen Gestaltungsmöglichkeiten ausführlich erklärt und erprobt. Sie werden bei der Entwicklung einer individuellen Bildsprache fachlich unterstützt.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bereits vorhandene Kenntnisse werden vertieft.

Bitte mitbringen: Skizzenblock / Zeichenpapier, Bleistifte unterschiedlicher Stärken, Farben, Pinsel und falls vorhanden, weitere Mal- und Zeichenutensilien



Fr, 15.01. - 29.01.2027
15.00 - 18.15 Uhr, 3 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 52,00 €
Ilka Zofia Neumann

262-25110

Aquarell und Federzeichnung - Workshop

Zu Beginn skizzieren wir mit der Zeichenfeder oder mit dem Fineliner verschiedene Motive. Linie, Duktus und Formgebung werden erprobt. Dabei werden Kenntnisse zu Proportionen und Perspektive vermittelt. Die Arbeiten werden zum Abschluss mit Aquarellfarbe koloriert. Techniken der Aquarellmalerei, wie die Lavur und Lasur, die Nass-in-Nass-Malerei werden vermittelt. Eigene Motive können mitgebracht werden.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bereits vorhandene Kenntnisse werden vertieft.

Bitte mitbringen: Zeichenpapier ab 250g, Anspitzer, Bleistifte H und HB, Feder oder Fineliner, Aquarellfarben

Sa + So, 12.09. - 13.09.2026
10.00 - 13.15 Uhr, 2 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 40,00 €
Ilka Zofia Neumann

262-25111

Malen nach Bob Ross: in der Nass in Nass Technik

In diesem Öl-Malkurs entstehen zwei Landschaftsbilder, zwei Blumengemälde und eine Meereslandschaft. Der Kurs ist für jeden geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Kursleiterin vermittelt die Grundtechniken. Sie erfahren Entspannung beim Malen und Sie werden mit Stolz erfüllt, an jedem Kurstag mit Ihrem Kunstwerk nach Hause gehen. Alle Materialien werden von Martina Rodenstein zur Verfügung gestellt und sind im Kursentgelt enthalten.

Bitte mitbringen: entspr. Kleidung (Malerkittel, altes Oberhemd)

Di, 01.09. - 29.09.2026
16.15 - 19.15 Uhr, 5 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 165,00 €
Martina Rodenstein

262-25901

Mi, 04.11. - 02.12.2026
16.15 - 19.15 Uhr, 5 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 165,00 €
Martina Rodenstein

262-25902

Do, 07.01. - 11.02.2027
16.15 - 19.15 Uhr, 5 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 165,00 €
Martina Rodenstein

262-25903

PLASTISCHES GESTALTEN

Herbstliches Töpfern

In diesem Kurs wollen wir unser Augenmerk schon etwas auf herbstliche und weihnachtliche Accessoires und Geschenke aus Ton richten. Die Kursleiterin gibt auch Anleitung beim Verwirklichen eigener Ideen. Sie erlernen verschiedene Aufbautechniken und können die Kenntnisse gleich umsetzen. Das Material ist bei der Kursleiterin zu erwerben.

Mi, 02.09. und 14.10.2026
17.00 - 19.15 Uhr, 2 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 23,00 €
Katrin Dörksen

262-26102

Sa, 05.09. und 17.10.2026
10.00 - 12.15 Uhr, 2 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 23,00 €
Katrin Dörksen

262-26103



Töpfern...

In unserer schnelllebigen Zeit ist die Arbeit mit Ton entschleunigend und entspannend zugleich. In jedem Menschen steckt Kreativität. Das Material Ton ist sehr gut geeignet, um diese freizulegen! Ob Anfänger oder Fortgeschritten, mit Ton kann man sich ausdrücken und tolle Unikate entstehen lassen. Egal, ob es die erste Tasse wird, ein Wichtelhäuschen oder ein persönliches Kunstwerk. Jeder schafft das, was er sich zutraut. Die Kursleiterin hilft bei der Umsetzung. Es entstehen ungefähr 6 bis 7 Werkstücke im Verlauf des Kurses.

Im Kursentgelt ist eine Pauschale für Materialkosten in Höhe von 40,00 € enthalten. Material und Werkzeug wird von der Kursleiterin gestellt und ist im Kursentgelt enthalten.

- in Quedlinburg

Mi, 02.09. - 07.10.2026

16.30 - 18.45 Uhr, 6 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 135,00 €

262-26104

Hjördis Schütz

- in Wernigerode

Mi, 21.10. - 25.11.2026

16.30 - 18.45 Uhr, 6 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 135,00 €

262-26105

Hjördis Schütz

Nostalgische Ornamente in

Goldfolie

Wir gestalten aus Prägefolie kleine Geschenkanhänger, Baumschmuck und Geschenkkarten. Anhand von klassischen Vorlagen prägen wir die Muster in die Folie. Diese nostalgischen kleinen Kunstwerke zaubern weihnachtliche Vorfreude.

Fr, 06.11.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 20,00 €

262-26001

Sanne Wenke

Fr, 27.11.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 20,00 €

262-26002

Sanne Wenke

Sternenzauber im Advent

Wenn Advent in den Höfen die Altstadt von Quedlinburg in warmes Licht taucht und sich Höfe und Gassen mit leuchtenden Sternen füllen, beginnt die Weihnachtszeit. Passend dazu laden unsere Sternenzauber-Workshops an drei Freitagen im Advent jeweils von 16 bis 19 Uhr zu einer kreativen Auszeit ein. Die Termine sind einzeln buchbar und eignen sich wunderbar für alle, die das Wochenende entspannt und inspiriert beginnen möchten. Aus alten Buchseiten werden unter Anleitung der Papierkünstlerin und Kreativbuchautorin Anka Brüggemann besondere Sterne gestaltet - jeder Termin widmet sich einer anderen Form, einer neuen Idee, einem anderen Ausdruck. Mal wird fein gefaltet, mal wird sorgfältig geklebt - immer aber begleitet Sie ein zauberhafter Stern nach Hause. Alle notwendigen Materialien und Werkzeuge stehen zur Verfügung und sind im Kursentgelt inbegriffen. Der Workshop ist auch für Anfänger geeignet. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Fr, 27.11.2026, 16.00 - 19.00 Uhr

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 63,00 €

262-26401

Anka Brüggemann

Fr, 04.12.2026, 16.00 - 19.00 Uhr

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 63,00 €

262-26402

Anka Brüggemann

Fr, 11.12.2026, 16.00 - 19.00 Uhr

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 63,00 €

262-26403

Anka Brüggemann

TANZ

1920s Charleston

Wie kein anderer Tanz verkörpert der Charleston das Lebensgefühl der wilden 1920er Jahre. Damals trugen Frauen plötzlich ihre Haare und Röcke kurz, rauchten und tranken in der Öffentlichkeit - und schwangen ihre Beine nach Herzenslust zu schneller Jazzmusik. In diesem Kurs lassen wir diese aufregende Ära wieder aufleben. Dabei lernen wir nicht nur einen der erfolgreichsten Partytänze der Geschichte kennen, sondern tun ganz nebenbei auch etwas für unsere Ausdauer und Fitness. Tanzen Sie gemeinsam mit Dr. Olga Thierbach-McLean alias Norma Lovelock.

Bitte mitbringen: bequeme Tanzschuhe

Mi, 19.08. - 07.10.2026

17.30 - 19.00 Uhr, 8 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 88,00 €

262-27106

Dr. Olga Thierbach-McLean

Burlesque

Wollten Sie schon immer mal so lasziv, sexy und selbstbewusst tanzen, wie die berühmte Burlesque-Tänzerin Dita von Teese oder Superstar Christina Aguilera im Musikfilm Burlesque? Oder einfach mal eine ganz neue Seite von sich selbst erkunden? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige. Hier erlernen Sie die Grundelemente des Burlesque-Tanzes in einer kompakten Choreografie, mit der Sie sich selbst und vielleicht sogar ein Publikum Ihrer Wahl erfreuen können. Burlesque ist vor allem das Feiern von Weiblichkeit, und so kann man aus diesem Kurs neben tänzerischen Kenntnissen und verbesserter Beweglichkeit vor allem auch mehr Lebensfreude und Selbstbewusstsein für den Alltag mitnehmen. Tanzen Sie gemeinsam mit Dr. Olga Thierbach-McLean alias Norma Lovelock.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

Mi, 19.08. - 07.10.2026

19.15 - 20.45 Uhr, 8 x

Quedlinburg, KVHS

Entgelt: 88,00 €

262-27107

Dr. Olga Thierbach-McLean

Online-Angebot

Kreative Online-Workshops

Zu Hause allein kreativ sein, funktioniert für viele nicht. Gute Ideen kommen meist erst in der Zusammenarbeit mit anderen. Gemeinschaft inspiriert: Ideen und Erfolge können mit anderen Kreativen geteilt werden.

Doch was, wenn es in Ihrem Umfeld keine geeigneten Angebote gibt?

Wir bieten eine Lösung und haben in Kooperation mit der Kreativbuchautorin Anka Brüggemann die digitale Veranstaltungsreihe BOOKOGAMI-CLUB konzipiert.

In den einzeln buchbaren Live-Online-Workshops können alle Teilnehmenden ihre kreative Leidenschaft mit anderen teilen, Kontakte knüpfen und Spaß daran haben, neue Techniken und Prozesse zu lernen.

Das konkrete Thema für jeden Workshop wird auf der Webseite der KVHS Harz spätestens 4 Wochen vor dem jeweiligen Termin bekanntgegeben.

Jeder Termin kann einzeln gebucht werden. Alle Veranstaltungen werden aufgezeichnet und stehen nach dem Workshop für sechs Wochen zum Anschauen zur Verfügung. Das ist wichtig, wenn Sie mal einen Termin kurzfristig nicht wahrnehmen können, aber auch wenn Sie im Workshop zunächst lieber nur zuschauen und später in Ihrem Tempo arbeiten möchten.

Die genauen Termine finden Sie im Bereich vhs.Digital in diesem Heft.





Nehmen Sie sich Zeit für Bildung.

Bildungsurlaub, auch Bildungsfreistellung oder Bildungszeit genannt, ist ein gesetzlich geregelter Sonderurlaub. Der deutsche Staat fördert damit die Initiative von Arbeitnehmer*innen und Angestellten zur persönlichen und beruflichen Weiterbildung.

Bildungsurlaub bei Arbeitgeber - Sitz in Sachsen-Anhalt

Anspruchsdauer?

- 5 Tage/Jahr (bei 5 Tagen Arbeit/Woche)
- Zusammenlegung von 2 Jahren möglich
- frühestens 6 Monate nach Beginn des Beschäftigungsverhältnisses

Für wen?

- für Arbeitnehmer*innen
- für Auszubildende
- nicht für Beamt*innen, Richter*innen

Art der Veranstaltung

- berufliche Weiterbildung
- Mindestdauer „mehrtägig“ en bloc oder in Intervallen, in der Regel 8 Unterrichtsstunden
- täglich mindestens 6 Unterrichtsstunden
- Antragstellung beim Arbeitgeber spätestens 6 Wochen vor Kursbeginn, mögliche Ablehnung in der Regel 3 Wochen, spätestens aber 3 Tage vor Kursbeginn

Achtung: Arbeitnehmer*innen in Betrieben bis 5 Beschäftigte haben keinen Anspruch

Bildungsurlaub bei Arbeitgeber - Sitz in Niedersachsen

Anspruchsdauer?

- 5 Tage/Jahr (bei 5 Tagen Arbeit/Woche)
- Zusammenlegung von 2 Jahren auch rückwirkend möglich
- frühestens 6 Monate nach Beginn des Beschäftigungsverhältnisses

Für wen?

- Arbeitnehmer*innen
- nicht für Beamt*innen

Art der Veranstaltung

- politische, berufliche und allgemeine Weiterbildung
- Schulungen für das Ehrenamt
- Mindestdauer 5 Tage, davon 3 Tage en bloc
- täglich 8 Unterrichtsstunden, am An- und Abreisetag mind. je 4 Unterrichtsstunden
- Antragstellung beim Arbeitgeber spätestens 4 Wochen vor Kursbeginn

Achtung: Anspruch auf Bildungsurlaub ist auf max. die Hälfte der Beschäftigten pro Jahr beschränkt



Weitere Kursangebote und ausführliche Informationen zu den Kursen finden Sie unter www.kvhs-harz.de

Leben mit / ohne Stress

Jeder von uns erlebt täglich Stress. Ob im Beruf, zu Hause oder in der Freizeit, der Stress ist praktisch allgegenwärtig. Richtig dosiert kann Stress eine wichtige Quelle der Vitalität und Lebensfreude sein. Wenn aber das Gleichgewicht zwischen Anspannung und Ruhe gestört ist, dann hat uns der Stress "im Griff". Leider leiden heutzutage immer mehr Menschen an den Symptomen dieses Ungleichgewichtes, sie sind "über das Verträgliche hinaus" gestresst. Dann ist es angesagt, dagegen etwas zu tun. Das angebotene Seminar in Form eines Bildungsurlaubes kann dabei unterstützen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken und Decke

Mo - Fr, 15.02. - 19.02.2027
08.00 - 15.30 Uhr, 5 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 165,00 € **262-92306**
Dr. Eduard Gambietz

Mo - Fr, 15.03. - 19.03.2027
08.00 - 15.30 Uhr, 5 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 165,00 € **271-92301**
Dr. Eduard Gambietz

Mo - Fr, 12.04. - 16.04.2027
08.00 - 15.30 Uhr, 5 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 165,00 € **271-92302**
Dr. Eduard Gambietz

Qigong

In diesem Bildungsurlaub erlernen die Teilnehmer eine Technik zur Gesunderhaltung von Körper, Geist und Psyche. Mit dem gesundheitsfördernden Qigong (Daoyin Baojian Gong) lernen sie eine Methode aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) anzuwenden, um sie später in ihrem Leben

selbständig praktizieren zu können. Weiterhin werden Sie mit ausgewählten Theorien der TCM bekannt gemacht.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken und Decke

Mo - Fr, 14.06. - 18.06.2027
08.00 - 15.30 Uhr, 5 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 175,00 € **271-92311**
Dr. Eduard Gambietz

Mo - Fr, 06.09. - 10.09.2027
08.00 - 15.30 Uhr, 5 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 175,00 € **272-92311**
Dr. Eduard Gambietz

Stressprävention und Zeitmanagement

Eine Woche Bildungsurlaub voller Informationen aber auch aktiver Übungen zum Thema Stress und dem Umgang damit. Unterstützt wird die westliche Stressethematik mit den Entspannungstechniken der fernöstlichen TCM (traditionelle chinesische Medizin) Methodik des QiGong und der ganzheitlichen Sicht auf den Menschen nach der TCM. Eine Woche Vorbeugung gegen BurnOut, Depressionen und andere stressbedingte Erkrankungen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen über Diabetes bis zu Krebs. Jede dieser Krankheiten wird durch Stress mindestens verschlechtert, wahrscheinlich ist Stress eine Ursache dieser Erkrankungen.

Im Theorieteil wird das Stressmodell nach Lazarus und die verschiedenen Copingmethoden sowie die somatische Wirkung von Stress anschaulich vermittelt. Letzten Endes geht es um eine Wirkkette von chemischen Molekülen. Leider schießt die Reaktion des Körpers in unserer modernen Welt weit über das Ziel der Stressoren hinaus, denn kein Säbelzahntiger bedroht uns mehr, sondern selbst auferlegte Wertesysteme und zumeist unrealistische Ängste. Eine gute Mischung aus Theorie und Praxis sorgt dafür, dass die Teilnehmenden



Bildungsurlaub

viel für den Alltag mitnehmen können. Es wird ausführlich der Komplex Zeitmanagement theoretisch und in praktischen Übungen vertieft. Immer wieder zwischendurch wird QiGong geübt, damit werden Geist und Körper heruntergefahren.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken und Decke

Mo - Fr, 12.10. - 16.10.2026

09.30 - 16.30 Uhr, 5 x

Halberstadt, KVHS

Entgelt: 180,00 €

262-92307

Sabine Schenke

Innere Ruhe tanken im Kraftort Natur

Dieses Seminar richtet sich an all jene Menschen, die in ihrem Leben an einem Punkt angekommen sind, an dem es nicht wie gewohnt weitergeht. Die Aufgaben in Beruf und Familie werden als Dauerbelastung empfunden und irgendwann ist unser Körper erschöpft. Ein Erholungsurlaub bringt nur für kurze Zeit Erleichterung und bald sitzt man wieder in der Stressspirale. Wollen Sie auch aus einem neuen Blickwinkel auf Ihr Leben schauen?

An diesem Punkt setzt das Angebot in Form eines Bildungsurlaubes an.

Atem-, Körperwahrnehmungs- und Entspannungsübungen werden zur inneren Selbsterfahrung und bringen Vitalität und Freude. Das Erlebnis in der Gruppe, der tägliche Erfahrungsaustausch wirken motivierend und erleichtern das Integrieren von Dingen, die wir mit Staunen das erste Mal erleben.

Damit bietet sich eine echte Chance für einen Neubeginn, in dem jeder zu seinem inneren Gleichgewicht finden kann.

Die Teilnehmer sollten sich gern in der Natur aufhalten, die Wissensvermittlung und das Erlernen vom Atem-, Körperwahrnehmungs- und Entspannungsübungen wird zu 50 % im Freien stattfinden.

Die Kurse sind in Sachsen-Anhalt als Bildungsurlaub anerkannt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Matte, Decke, Kissen

Mo - Fr, 09.11. - 13.11.2026

09.30 - 16.00 Uhr, 5 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 299,00 €

262-92310

Maria Werner

Mo - Fr, 15.03. - 19.03.2027

09.30 - 16.00 Uhr, 5 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 299,00 €

271-92310

Maria Werner

Fastenwandern mit Yoga und naturheilkundlicher Begleitung

In diesem Kurs nutzen wir die gesundheitsfördernde Technik des Fastens in Kombination mit Vorträgen zur Ernährung, Bewegung und Resilienzsteigerung, um langfristig zu einem gesunden Lebensstil zu finden. Wir werden nach Buchinger Fasten, das heißt keine feste Nahrung zu uns nehmen.

Auch wenn die Inhalte des Bildungsurlaubes in den Tagen Montag bis Freitag vermittelt werden - im Preis inbegriffen und vom Veranstalter empfohlen, ist es, den Aufenthalt bis zum Sonntag fortzuführen, um die vollen 5 Fastentage und das gemeinsame Fastenbrechen in der Gruppe zu erfahren.

Fasten schafft ein neues Bewusstsein für eine gesunde Ernährung, hilft gesund Gewicht zu reduzieren und die Selbstheilungskräfte des Körpers anzuregen. Zusätzlich vermitteln wir Ihnen verschiedene Entspannungstechniken und Achtsamkeitsübungen zur Resilienzsteigerung. Wir begleiten Sie durch fünf Fastentage. Entlastungs- und Aufbau Tage werden mit vorheriger schriftlicher Anleitung auf eigene Faust zu Hause durchgeführt.

Genießen Sie Ihren Bildungsurlaub in der schönen Villa Viriditas inmitten der Harzer Wildnis bei liebevoller Betreuung in Kleingruppen mit max. 12 Teilnehmern.



Jeden Morgen wird Ihnen ein heißes Wasser aufs Zimmer gebracht, dann geht es zum Yoga, um den Tag zu begrüßen. Beim anschließenden Fastengespräch mit Tee, Zitronenschnitzen und bei Bedarf einem Löffel Honig können wir auf die typischen Begleiterscheinungen des Fastens eingehen, den Tag besprechen und uns auch eine kleine liebevolle Aufgabe zur inneren Einstellung vornehmen.

Die täglichen Wanderungen in der wunderschönen Umgebung von Elbingerode werden im Schwierigkeitsgrad an den Fastenverlauf und die Gruppenzusammensetzung angepasst, auch in den Yogakursen nehmen wir selbstverständlich Rücksicht auf die unterschiedlichen Konstitutionen der Teilnehmer. Achten Sie jedoch bitte auf unterschiedliche Ausrichtungen, die wir in den Überschriften vorgeben, wie zum Beispiel „Für sportlich Aktive“, „Ganz sanft und langsam“, „mit Achtsamkeit“ oder „mit E-Mountainbikefahren, um den für Sie persönlich passenden Bildungsurlaub zu finden!

Sie bekommen viele praktische Anleitungen zum Fastenablauf: das Glaubern, Wissenswertes zum Fastenstoffwechsel, die Funktion des Leberwickels, morgendliche Kreislaufgymnastik und Bürstenmassagen, Kneippsche Güsse, basische Fußbäder und der richtige Kostaufbau in den Tagen nach dem Fasten werden Ihnen hier ganz lebensnah vermittelt.

An den Abenden geben wir Ihnen eine Auswahl an verschiedenen Entspannungstechniken (Yoga Nidra, Progressive Muskelentspannung, Traumreisen, Meditation o.ä.) an die Hand. So können Sie ganz für sich entscheiden, welche davon am besten zu Ihnen passen und auch in der Zukunft in Ihren Alltag integriert werden können.

Alle Zutaten für die mittägliche Gemüsebrühe, die abendlichen Säfte und die Fastentees kommen aus kontrolliert biologischem Anbau.

Im Entgelt enthalten sind: Sechs Übernachtungen inklusive Bio Fasten-Vollverpflegung, Unterbringung im Doppelzimmer, Einzelzimmerzuschlag 25,00 EUR pro Nacht

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken und Decke

- Buchingerfasten, für Sportlich Aktive!

Mo - Fr, 07.09. - 11.09.2026

08.00 - 17.00 Uhr, 5 x

Elbingerode, Villa Viriditas

Entgelt: 770,00 €

262-92331

Britta Lürßen

- Harzer Hexen und Zauberpflanzen

Mo - Fr, 21.09. - 25.09.2026

08.00 - 17.00 Uhr, 5 x

Elbingerode, Villa Viriditas

Entgelt: 770,00 €

262-92333

Britta Lürßen

- Buchingerfasten, durch den goldenen Herbst

Mo - Fr, 05.10. - 09.10.2026

08.00 - 17.00 Uhr, 5 x

Elbingerode, Villa Viriditas

Entgelt: 770,00 €

262-92334

Britta Lürßen

- Scheinfasten mit Yoga

Weitere Informationen zum Scheinfasten erhalten Sie unter der Homepage:

www.villa-viriditas.de

Mo - Fr, 01.02. - 05.02.2027

08.00 - 17.00 Uhr, 5 x

Elbingerode, Villa Viriditas

Entgelt: 970,00 €

262-92336

Britta Lürßen

Mo - Fr, 15.02. - 19.02.2027

08.00 - 17.00 Uhr, 5 x

Elbingerode, Villa Viriditas

Entgelt: 970,00 €

262-92337

Britta Lürßen



Yoga, Entspannung und Ernährungstipps für mehr Resilienz und Gesundheit im Berufsalltag

Dieser 4-tägige Bildungsurlaub bietet Dir die perfekte Kombination aus Yoga, Entspannungstechniken und Ernährungstipps, die speziell auf die Bedürfnisse von Berufstätigen zugeschnitten sind. Lerne, wie Du mit gezielten Yogaübungen Deinen Schulter- und Nackenbereich entlastest, sicher im Gleichgewicht stehst und Deine Körpermitte stärkst. Begleitet von Entspannungsübungen, dem Aufenthalt in der Natur und yogischen Atemübungen zur Resilienzsteigerung, wirst Du nach diesem Tagen mit neuer Energie und Entspannung in den Alltag zurückkehren. Dieser Kurs bietet Dir ein ganzheitliches Programm für mehr Wohlbefinden, auch im Berufsleben.

Beim Yoga werden wir individuell auf Deine körperlichen Bedürfnisse eingehen. Körperliches Wohlbefinden schafft Stärke, um Herausforderungen zu meistern. Yoga unterstützt auf vielfältige Weise die Verbindung von Körper und Geist. Der Geist wird durch geführte Atmung beruhigt, Gelassenheit und innere Kraft durch Ruhe gefördert. In den Morgenyogastunden lernst Du die Wirkungen verschiedener einfacher Yogaübungen kennen.

In den Nachmittagsstunden richtet sich der Fokus auf solche Yogaübungen, die Du zusätzlich direkt am Arbeitsplatz machen kannst oder auch überall, wo Du keine Matte zur Verfügung hast und nur ein bisschen Zeit zwischendurch nutzt, um Dir etwas Gutes zu tun.

An den Abenden stehen Entspannungsübungen auf dem Programm. Nur durch das Wechselspiel von Anspannung und Entspannung können Körper und Seele langfristig gesund bleiben.

Neben den klassischen Entspannungstechniken sind auch Bewegung und die richtige Ernährung unabdingbar, um erfahrenen Stress wieder abbauen zu können. Deshalb werden wir in diesem Kurs gemeinsam die Natur erkunden, je nach Wetterlage beim geruhsamen Waldbaden oder

bei kleineren Wanderungen. Ein Vortrag zu den Grundlagen einer gesunden Ernährung mit weiterführenden Tipps rundet Deinen Aufenthalt ab. In diesem Vortrag gehen wir auch auf die Vorzüge des Intervallfastens ein und zeigen Möglichkeiten auf, sich auch im Berufsalltag so zu versorgen, dass das Tagesenergielevel ausgeglichen wird und wir nicht in Phasen der Energielosigkeit verfallen. Praktisch erfahrbar wird die gesunde Ernährung in diesem Bildungsurlaub durch die Rundum-Versorgung unserer vegetarischen, vitalstoffreichen Küche, wir verwenden nur frische und wo möglich regionale Bio-Zutaten.

Das Seminarhaus für diesen Bildungsurlaub, die Villa Viriditas ist ein Ort zum Krafttanken und Ruhefinden in der schönen Harzer Wildnis. Der Kurs ist ideal für alle, die ihren Büroalltag gesünder gestalten und stressfreier bewältigen möchten. Perfekt für Berufstätige, die einfache, aber wirkungsvolle Yoga- und Entspannungsübungen in ihren Alltag integrieren und ihre Ernährung verbessern wollen. Es sind keine Yoga-Vorkenntnisse erforderlich.

Inkludierte Leistungen: Drei Übernachtungen in modernen hellen, Einzel- oder Doppelzimmern mit eigenem Bad (Zusatzübernachtungen möglich), alle Yoga- und Entspannungseinheiten, Ernährungsvortrag und Handouts, Waldbaden, Kräuterkunde und Wandern zur Resilienzsteigerung, Alle Mahlzeiten (Abendessen, Brunch, Snacks)

Bitte teile uns Unverträglichkeiten oder besondere Essenswünsche (z.B. vegan) bitte bis eine Woche vor Kursbeginn mit.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken

Kurszeiten:

Mo, 15.00 - 19.30 Uhr

Di + Mi, 08.30 - 19.30 Uhr

Do, 08.30 - 13.30 Uhr

02.11. - 05.11.2026

Elbingerode, Villa Viriditas

Entgelt: 595,00 €

Britta Lürßen

262-92340



Mo, 23.11. - 26.11.2026
Elbingerode, Villa Viriditas
Entgelt: 595,00 €

262-92341

Britta Lürßen

Mo, 07.12. - 10.12.2026
Elbingerode, Villa Viriditas
Entgelt: 595,00 €

262-92342

Britta Lürßen

Englisch A1 - Grundstufe I

Voraussetzungen: keine

Der Kurs bietet einen Einstieg in die englische Sprache in der kompakten Form des Bildungsurlaubs. In abwechslungsreichen und kurzweiligen Einheiten werden die Grundlagen in Aussprache, Wortschatz und Grammatik vermittelt. Der Kurs richtet sich an Anfänger, aber auch Quereinsteiger können für einen Neustart gerne mit dazukommen.

Mo - Fr, 16.11. - 20.11.2026
09.00 - 16.00 Uhr, 5 x
Quedlinburg, KVHS
Entgelt: 220,00 €

262-92401

Andreas Kunz

Spanisch A1 - Grundstufe I

Voraussetzungen: keine

In diesem Kurs erlernen Sie spanische Sprachkenntnisse, um sich in Alltagssituationen zu verständigen wie zum Beispiel Beruf, Freizeit und Restaurant. Der komplette A 1-Kurs benötigt ca. 80-100 Stunden mit insgesamt ca. 700 Vokabeln. Daher wird in diesem Kurs von insgesamt 40 Stunden etwa die Hälfte des A 1-Kurses (A 1.1) bewältigt als Voraussetzung für einen Kurs A 1.2.

Mo - Fr, 09.11. - 13.11.2026
09.00 - 16.00 Uhr, 5 x
Halberstadt, KVHS
Entgelt: 229,00 €

262-92405

Elizabeth Rumlich

Schwedisch A1 - Grundstufe

Voraussetzungen: keine

Der Kurs bietet einen Einstieg in die schwedische Sprache in der kompakten Form des Bildungsurlaubs. In abwechslungsreichen und kurzweiligen Einheiten werden die Grundlagen in Aussprache, Wortschatz und Grammatik vermittelt. Der Kurs richtet sich an Anfänger, aber auch Quereinsteiger können für einen Neustart gerne mit dazukommen.

Mo - Fr, 07.12. - 11.12.2026
09.00 - 16.00 Uhr, 5 x
Wernigerode, KVHS
Entgelt: 220,00 €

262-92410

Andreas Kunz

Einführung in DATEV - Grundlagen Lohn und Gehalt comfort

In diesem Kompaktkurs werden steuer- und sozialversicherungsrechtliche Grundlagen der Entgeltabrechnung behandelt. Im ersten Teil werden behandelt: Rechtlicher Rahmen der Entgeltabrechnung; Ermittlung des Bruttoarbeitsentgelts; Zuschläge und Sachbezüge; gesetzliche Abzüge; Nettoarbeitsentgelt und auszahlender Betrag; besondere Beschäftigungsverhältnisse; Einmalzahlungen; Nachweis- und Meldepflichten.

Im zweiten Teil vermittelt der Kurs einen Überblick zur DATEV-Software Lohn und Gehalt comfort für kleine und mittelgroße Unternehmen. Gegenstand sind die folgenden Themen: Organisation der Entgeltabrechnung, Stammdaten (Firma, Mitarbeiter, Krankenkassen, Lohnarten), einfache Abrechnungsformen (Löhne, Gehälter, Azubi, Minijob) - Brutto-Netto-Abrechnung, Lohnjournale, Bescheinigungen, Meldungen.

Die Teilnehmenden sind anschließend in der Lage, einfache Entgeltabrechnungen manuell sowie mit einem EDV-Programm durchzuführen.

Bei Anmeldung bitte die E-Mail-Adresse zur Weiterleitung an den Kursleiter angeben. Sie erhalten 10 Tage vor Kursbeginn



eine Erwartungsabfrage des Kursleiters. Präsenz- und Online-Teilnehmende arbeiten parallel in direktem Kontakt mit dem Kursleiter. Übungen werden gemeinsam durchgeführt. Beide Teilnehmergruppen arbeiten im Praxisteil mit der DATEV-Software über einen Online-Zugriff auf das DATEV-Rechenzentrum.

Literaturkosten ca. 30,00 EUR

Technische Voraussetzungen für Online-Teilnehmer: PC mit Windows-Betriebssystem ab Version 10, Monitordiagonale mindestens 17", stabile Internetverbindung, Headset

Mo - Fr, 23.11. - 27.11.2026

09.00 - 16.00 Uhr, 5 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 275,00 €

262-92501

Willi Wagner

XPERT Business -

Finanzbuchführung (1)

Dieser Kurs ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im betriebswirtschaftlichen Bereich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Buchführung und gibt Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis wird das neu erworbene Wissen direkt eingesetzt und geübt.

Inhalte: Grundlagen der Buchführung, Grundlagen der Bilanz und Inventur, Organisation der Buchführung, Buchen aller laufenden und gängigen Geschäftsfälle über Bestands-, Erfolgs- und Privatkonten, Berücksichtigung von nicht und beschränkt abzugsfähigen Betriebsausgaben, Buchen von Personalkosten im Bruttolohnverfahren, Buchen der Umsatzsteuer unter Berücksichtigung steuerrechtlicher Vorgaben (Inland).

Literaturkosten ca. 35,00 EUR

Mo - Fr, 08.02. - 12.02.2027

09.00 - 16.00 Uhr, 5 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 360,00 €

262-92502

Patrick Manthey

Qualitätssicherung und Fertigungsmesstechnik

- Schwerpunkt CNC-Koordinatenmesstechnik

Der Kurs vermittelt und vertieft Kenntnisse in den Bereichen: Q/F Längenprüftechnik und Q/F Koordinatenmesstechnik.

Q/F Längenprüftechnik u.a.: Grundlagen

Klassische Handmessmittel in Theorie und Praxis, Fehler in Theorie und Praxis, Temperatur als Einflussgröße auf das Messergebnis, technische Zeichnungen lesen und deuten als Messtechniker, Normung für Länge und Winkel, Tolerierungsmöglichkeiten und Tolerierungsgrundsätze.

Q/F Koordinatenmesstechnik (1) u.a.: Aufbau und Anwendung des ISO - Pass- und Toleranzsystems, Zusammenhang Oberflächenqualität, Fertigungsverfahren und Passungen, Anwendung von Sondermessmitteln, Einmessung der Taster als Messwerkzeuge, Koordinatensysteme und ihre Bedeutung.

Q/F Koordinatenmesstechnik (2) u.a.: Erfassung von Form und Lageabweichungen (Grundlagen), Genauigkeiten, Messunsicherheiten, Statistische Prozesskontrolle (SPC) und Fertigungsprozessanalyse - Grundlagen.

Zusammenfassung und Wiederholung der Lehrinhalte, Diskussion der offenen Fragen, Kombination praktisch-mündliche Prüfung (Lösung einer gestellten Messaufgabe, inklusive der Messergebnisdiskussion)

Mo - Fr, 02.11. - 06.11.2026

09.00 - 16.00 Uhr, 5 x

Wernigerode, KVHS

Entgelt: 500,00 €

262-92503

Bernd Stackfleth



ONLINEKURSE

Vorträge zu Duftstoffen

Die Vorträge sind anschaulich aufbereitet, nicht textlastig. Sie wollen informieren und aufklären, keine Panik verbreiten. Grundlage sind wissenschaftliche Studien.

In diesem Vortrag erfahren Sie:

- welche Duftstoffe besonders heikel sind,
- warum auch viel gepriesene ätherische Öle nicht unbedenklich sind,
- wo Sie duftstofffreie Produkte finden,
- wie die Werbeindustrie bei Duftprodukten arbeitet
- und wie Sie selbst durch bewussten Einkauf nicht nur Geld sparen und ihre Gesundheit schützen, sondern auch der Umwelt helfen.

Die Referentin: Vanessa Köneke ist Journalistin. Sie hat außerdem als Wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Psychologie und Medizin gearbeitet und leitet eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit starker Schadstoffunverträglichkeit.

Parfüm als Weihnachtsgeschenk?

- Was Sie bei Duftstoff-Produkten bedenken sollten!

Duftkerzen im Wohnzimmer für Adventsstimmung und Parfüm als Geschenk unterm Tannenbaum - für viele Menschen eine Selbstverständlichkeit. Dabei können Produkte mit zugesetzten Duftstoffen der Gesundheit schaden. Zum Beispiel in Form von Allergien, Asthma, Kopfschmerzen, Hormonstörungen (u. a. Schilddrüsenprobleme, verfrühte Pubertät, Fruchtbarkeitsstörungen) und Chemikalienunverträglichkeit bis hin zu Krebs. Duftstoffe sind nach Nickel sogar der häufigste Auslöser von Kontaktallergien.

Die derzeit viel umworbenen ätherischen Öle sind ebenfalls nicht unbedenklich.

Viele Menschen mit Gesundheitsbeschwerden wissen jedoch nicht, dass ihre Beschwerden von solch alltäglichen Haushalts- und Kosmetikprodukten stammen

können. Selbst, wenn man (noch) nichts merkt: Duftstoffe reichern sich teilweise im Körper an und können später für Probleme sorgen. Nicht umsonst werden Babyprodukte oft noch als „duftstofffrei“ beworben. Gerade wer Kinder oder Menschen mit Asthma im Haushalt oder Umfeld hat, sollte sich daher gut informieren. Genau hier setzt dieser Vortrag an.

Di, 10.11.2026, 11.30 - 13.00 Uhr

Onlineseminar

Entgelt: 12,00 €

262-81101

Vanessa Köneke

Mi, 18.11.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Onlineseminar

Entgelt: 12,00 €

262-81102

Vanessa Köneke

Gar nicht dufte

- Warum Sie bei Produkten mit Duftstoffen vorsichtig sein sollten!

Waschmittel mit Lavendelduft, zitroniges Geschirrspülmittel und Creme mit Mandelaroma - zugesetzte Duftstoffe begegnen uns in Alltagsprodukten beinahe überall. Oft selbst da, wo wir sie gar nicht vermuten. Oder wussten Sie, dass etliche Unternehmen wie Hotels, Airlines und Kleidungsgeschäfte Sie mit sogenannten Corporate Scents (Markengerüchen) beduften, um Markenbindung und Kaufverhalten zu fördern?

Dabei bescheren Duftstoffe in Produkten nicht nur schöne Erlebnisse, sondern bergen auch deutliche Gesundheitsgefahren. Dazu zählen Allergien, Asthma, Hormonstörungen (u. a. Schilddrüsenprobleme, verfrühte Pubertät, Fruchtbarkeitsstörungen), Chemikalienunverträglichkeit bis hin zu Krebs. Duftstoffe sind nach Nickel sogar der häufigste Auslöser von Kontaktallergien.

Viele Menschen mit Gesundheitsbeschwerden wie Asthma, Hautausschlag, Kopfschmerzen und Hormonstörungen wissen jedoch nicht, dass die Beschwerden von Duftstoffen stammen können.



Selbst, wenn man (noch) nichts merkt: Duftstoffe reichern sich teilweise im Körper an und können später für Probleme sorgen. Die derzeit viel umworbenen ätherischen Öle sind ebenfalls nicht unbedenklich. Etliche Duftstoffe und ätherische Öle sind daher inzwischen EU-weit verboten. In manchen Ländern gibt es zudem sogenannte „Fragrance-Free-Policies“. Sie halten dazu an, zum Beispiel beim Besuch öffentlicher Einrichtungen keine Duftstoffe zu verwenden. Deutschland vertraut hingegen stärker auf Verbraucherbildung. Genau hier setzt dieser Vortrag an.

Mo, 15.02.2027, 19.00 - 20.30 Uhr

Onlineseminar

Entgelt: 12,00 €

262-81103

Vanessa Köneke

Kreativer Online-Workshop

Zu Hause allein kreativ sein, funktioniert für viele nicht. Gute Ideen kommen meist erst in der Zusammenarbeit mit anderen. Gemeinschaft inspiriert: Ideen und Erfolge können mit anderen Kreativen geteilt werden.

Doch was, wenn es in Ihrem Umfeld keine geeigneten Angebote gibt?

Wir bieten eine Lösung und haben in Kooperation mit der Kreativbuchautorin Anka Brüggemann die digitale Veranstaltungsreihe BOOKOGAMI-CLUB konzipiert.

In den einzeln buchbaren Live-Online-Workshops können alle Teilnehmenden ihre kreative Leidenschaft mit anderen teilen, Kontakte knüpfen und Spaß daran haben, neue Techniken und Prozesse zu lernen.

Wir bieten Ihnen in den einzelnen digitalen Veranstaltungen Ideen, mit den eigenen Händen etwas Schönes zu erschaffen. Per Mail bekommen Sie rechtzeitig vor dem Workshop die Materialliste und leicht verständliche Vorlagen.

Im digitalen Workshop zeigt Anka Brüggemann Schritt für Schritt wie leicht es ist, Dinge selbst zu machen. Es werden immer Projekte ausgewählt, die ohne riesigen Materialaufwand umgesetzt werden

können und die auch für Anfänger*innen geeignet sind.

Jeder Workshop findet über Zoom statt. Diese Plattform funktioniert ganz unkompliziert: Jeder angemeldete bekommt per Mail seinen Zugangscode und kann sich mit einem Klick einloggen.

Jeder Workshop wird moderiert. Über einen Chat können Sie jederzeit Fragen stellen, die direkt beantwortet werden.

Das konkrete Thema für jeden Workshop wird auf der Webseite der KVHS Harz spätestens 4 Wochen vor dem jeweiligen Termin bekanntgegeben.

Jeder Termin kann einzeln gebucht werden. Alle Veranstaltungen werden aufgezeichnet und stehen nach dem Workshop für sechs Wochen zum Anschauen zur Verfügung. Das ist wichtig, wenn Sie mal einen Termin kurzfristig nicht wahrnehmen können, aber auch wenn Sie im Workshop zunächst lieber nur zuschauen und später in Ihrem Tempo arbeiten möchten.

Die Materiallisten werden Ihnen nach Anmeldung per E-Mail zugesandt.

Mo, 07.09.2026, 18.00 - 20.15 Uhr

Onlineseminar

Entgelt: 16,00 €

262-82130

Anka Brüggemann

Mo, 12.10.2026, 18.00 - 20.15 Uhr

Onlineseminar

Entgelt: 16,00 €

262-82131

Anka Brüggemann

Mo, 30.11.2026, 18.00 - 20.15 Uhr

Onlineseminar

Entgelt: 16,00 €

262-82132

Anka Brüggemann

Mo, 18.01.2027, 18.00 - 20.15 Uhr

Onlineseminar

Entgelt: 16,00 €

262-82133

Anka Brüggemann

Mo, 01.03.2027, 18.00 - 20.15 Uhr

Onlineseminar

Entgelt: 16,00 €

262-82134

Anka Brüggemann

Deutsch Konversation und Grammatik

Voraussetzungen: ab Sprachlevel B1

Dieser Onlinekurs bietet Deutschlernenden eine Möglichkeit ihre Deutschkenntnisse zu üben. Wir sprechen über verschiedenen Situationen des Alltags und der Arbeit. Unter Anleitung des Kursleiters lernen die Teilnehmer, die deutsche Sprache in einem breiten Spektrum von Situationen sicher und angemessen zu nutzen. Dieser Kurs ist nur nach erfolgter Sprachberatung buchbar. Bitte erfragen Sie die Termine für die Sprachberatung bei der KVHS in Halberstadt (Tel. 0 39 41 / 69 78 13).

Di, 01.09. - 17.11.2026

18.00 - 19.30 Uhr, 10 x

Onlineseminar

Entgelt: 110,00 €

N.N.

262-84401

Englisch C1 - Conversation

Voraussetzungen: gute B2-Kenntnisse

Mit Ihrem muttersprachlichen Englischtrainer üben wir Diskussionen über Themen aus Wirtschaft, Politik und Kultur, persönliche Erlebnisse und Urlaubsberichte. Die Teilnehmer können auch eigene Themenvorschläge einbringen. Der Kurs findet online statt. Benötigt wird ein PC, Laptop oder Tablet mit Kamera und Mikrofon und eine stabile Internetverbindung. Der Zugang zur Videoplattform erfolgt über Ihren Browser. Sie erhalten einen Einladungslink vor dem ersten Kurstermin.

Do, 03.09. - 17.12.2026

18.35 - 20.05 Uhr, 13 x

Onlineseminar

Entgelt: 130,00 €

N.N.

262-84601



XPERT Business (XB)

XPERT Business (XB) Abschlüsse - So individuell wie Ihr Weiterbildungsbedarf

Nutzen Sie ein bundesweit standardisiertes Qualifizierungssystem, das Ihnen eine Reihe von Abschlüssen ermöglicht. Jeder Kurs kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. Für die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat, mit dem Sie Ihre neuen Kompetenzen nachweisen können. Mit bestimmten Kombinationen von Zertifikaten erreichen Sie übergeordnete Abschlüsse wie z. B. den „Finanzbuchhalter/in(XB)“. So können Sie den Abschluss wählen, der zu Ihrem Weiterbildungsziel passt.

Im Zeitraum vom 26.10. bis 30.10.2026 ist, jeweils von 08.30 bis 20.30 Uhr, ein Techniktest möglich.

Detaillierte Informationen zu den technischen Voraussetzungen finden Sie unter: www.lernort.online/xbl/technik-support/technische-voraussetzungen/

Die Kurse finden jeweils, von 18.30 bis 20.30 Uhr, online statt.

Finanzbuchführung (1) (XB)

Voraussetzungen: keine fachspezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Di + Do, 03.11.2026 - 09.02.2027, 24 x

Entgelt: 400,00 €

262-85101

Finanzbuchführung (2) (XB)

Voraussetzungen: Kenntnisse wie im Kurs Finanzbuchführung (1) vermittelt.

Mo + Mi, 02.11.2026 - 01.02.2027, 22 x

Entgelt: 375,00 €

262-85102



Finanzbuchführung (3) - DATEV (XB)

Voraussetzungen: fortgeschrittenes Grundlagenwissen aus Finanzbuchführung (1) und (2)

Di + Do, 03.11.2026 - 09.02.2027, 16 x
Entgelt: 299,00 € **262-85103**

Lohn und Gehalt (1) (XB)

Voraussetzungen: Keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich.

Di + Do, 03.11.2026 - 09.02.2027, 24 x
Entgelt: 400,00 € **262-85104**

Lohn und Gehalt (2) (XB)

Voraussetzungen: Fachliche Grundlagen, wie im Kurs Lohn und Gehalt (1) vermittelt

Mo + Mi, 02.11.2026 - 01.02.2027, 22 x
Entgelt: 375,00 € **262-85105**

Lohn und Gehalt (3) - DATEV (XB)

Voraussetzungen: Kenntnisse, wie im Kurs Lohn und Gehalt (1) und (2) vermittelt.

Di + Do, 03.11.2026 - 12.01.2027, 16 x
Entgelt: 299,00 € **262-85106**

Kosten- und Leistungsrechnung (XB)

Voraussetzungen: Kenntnisse, wie im Kurs Finanzbuchführung (1) vermittelt.

Mo + Mi, 02.11.2026 - 25.01.2027, 20 x
Entgelt: 343,00 € **262-85107**

Bilanzierung (XB)

Voraussetzungen: Kenntnisse, wie im Kurs Finanzbuchführung (2) vermittelt.

Di + Do, 03.11.2026 - 26.01.2027, 20 x
Entgelt: 343,00 € **262-85108**

Betriebliche Steuerpraxis (XB)

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts.

Voraussetzungen: Es sind keine fachspezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Mo + Mi, 02.11.2026 - 01.02.2027, 22 x
Entgelt: 355,00 € **262-85109**

Controlling (XB)

Voraussetzungen: Kenntnisse, wie im Kurs Finanzbuchführung (1) und (2) vermittelt.

Mo + Mi, 02.11.2026 - 25.01.2027, 20 x
Entgelt: 343,00 € **262-85110**

Personalwirtschaft (XB)

Dieser Kurs vermittelt Ihnen Kenntnisse, wie Sie die richtigen Mitarbeiter / innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer / innen berücksichtigt werden. Voraussetzungen: keine fachspezifischen Vorkenntnisse erforderlich. Für diesen Kurs ist Berufserfahrung empfehlenswert.

Mo + Mi, 02.11.2026 - 25.01.2027, 20 x
Entgelt: 343,00 € **262-85111**

Finanzwirtschaft (XB)

Voraussetzungen: Kenntnisse, wie im Kurs Finanzbuchführung (1) vermittelt.

Di + Do, 03.11.2026 - 26.01.2027, 20 x
Entgelt: 343,00 € **262-85112**

Einnahmen-Überschuss-Rechnung - für kleine und mittelständische Unternehmen

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschuss-Rechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten.

Voraussetzungen: Es sind keine fachspezifischen Vorkenntnisse erforderlich.

Mo + Mi, 02.11. - 09.12.2026, 11 x
Entgelt: 209,00 € **262-85113**



Pressearbeit für Vereine

- So kommt Ihr Verein in Presse und Rundfunk

Über den eigenen Verein in der Zeitung zu lesen ist für viele Vereine und Vereinsmitglieder immer noch ein ganz besonderer Moment. Doch wie schafft man es als kleiner Verein in die Zeitung? Oder gar ins Radio oder ins Fernsehen? Wie schreibt man eine gute Pressemitteilung? Welche Themen eigenen sich? Und worauf kommt es an, wenn man ungewollt mit einem kritischen Thema in die Öffentlichkeit rückt, also Krisenkommunikation nötig ist?

Das alles erkunden wir in diesem Online-Workshop mit professionellem Input, gemeinsamem Austausch und praktischen Übungen.

Die Referentin: Vanessa Köneke ist Medientrainerin und langjährige Journalistin für diverse regionale und überregionale Medien (Print, Online, Presseagentur, Radio, TV).

Mi, 14.10.2026, 19.00 - 20.30 Uhr
Onlineseminar
Entgelt: 60,00 € **262-85201**
Vanessa Köneke

Di, 10.11.2026, 09.30 - 11.00 Uhr
Onlineseminar
Entgelt: 60,00 € **262-85202**
Vanessa Köneke

KI im Berufsalltag

- sicher einsteigen, klug nutzen

Künstliche Intelligenz verändert den Berufsalltag - schneller, als viele gedacht haben. Dieser kompakte Online-Workshop führt Sie strukturiert in die Nutzung von KI-Werkzeugen ein. Sie lernen, wie Sie zuverlässig formulieren, wo die Stärken aktueller Anwendungen liegen, was Sie beim Datenschutz beachten müssen - und wie Sie KI in Ihrem Beruf so einsetzen, dass sie tatsächlich entlastet. Praxisnah, ohne Fachchinesisch, mit Beispielen aus unterschiedlichen Branchen. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Mo, 09.11.2026, 17.30 - 20.00 Uhr
Onlineseminar
Entgelt: 35,00 € **262-85211**
Arno Schimmelpfennig

KI in meinem Berufsfeld

- was wirklich Zeit spart.

Sie haben mit KI-Anwendungen schon erste Erfahrungen gemacht und fragen sich: Wo bringt mir das im Beruf wirklich etwas? Dieser Online-Workshop hilft, KI gezielt im eigenen Arbeitsfeld einzusetzen - egal in welcher Branche. Wir betrachten typische Aufgaben, identifizieren passende Werkzeuge, sprechen über Datenschutz und Verlässlichkeit und entwickeln einen kleinen, persönlichen Werkzeugkasten. Sie verlassen den Workshop mit einem Arbeitsablauf, den Sie sofort einsetzen können.

Mo, 07.12.2026, 17.30 - 20.00 Uhr
Onlineseminar
Entgelt: 35,00 € **262-85212**
Arno Schimmelpfennig

KI in Lehre und Bildung

- verantwortungsvoll einsetzen.

Wer lehrt, berät oder begleitet, fragt sich aktuell: Wie gehe ich mit KI sinnvoll und verantwortungsvoll um - für mich und für die Lernenden? Dieser Online-Workshop bietet Orientierung. Wir betrachten Einsatzfelder in Kursvorbereitung, Materialerstellung und Begleitung, sprechen über didaktische Möglichkeiten und ethische Grenzen und überlegen gemeinsam, wie Sie Lernende beim eigenen KI-Einsatz unterstützen. Praxisnah, offen für Diskussion, mit Mitnahme-Wert für den nächsten Kurs.

Mo, 14.12.2026, 17.30 - 20.00 Uhr
Onlineseminar
Entgelt: 35,00 € **262-85213**
Arno Schimmelpfennig



Benutzungsordnung

Ordnung über die Benutzung der Kreisvolkshochschule Harz GmbH (Auszug)

1 Allgemeines

1. Die Kreisvolkshochschule Harz GmbH (nachfolgend „KVHS“ genannt) dient der Information, Fortbildung und Freizeitgestaltung aller Bevölkerungskreise. Sie bietet ein breites Spektrum an Weiterbildung. [...]

4. Die KVHS erhebt für die Teilnahme an Veranstaltungen Entgelte. Die Entgelte für einzelne Leistungen sind in der jeweils gültigen Entgeltordnung geregelt.

2 Anmeldungen

1. Der Veranstaltungsbesuch ist in der Regel nur mit vorheriger Anmeldung möglich.

2. Die Teilnehmer können sich für unsere Veranstaltungen persönlich, telefonisch, schriftlich oder online anmelden.

3. Jede Anmeldung zu den Veranstaltungen der KVHS ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung des Entgelts.

4. Bei planmäßiger Durchführung der Veranstaltung erfolgt keine Benachrichtigung.

5. KVHS erfasst zur Wahrnehmung ihrer Aufgaben von den angemeldeten Teilnehmern folgende Daten: Name, Vorname, Geburtsdatum, aktuelle Wohnanschrift, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Geschlecht. Daten der belegten Bildungsveranstaltungen. Die erhobenen Daten werden elektronisch gespeichert und nach den ausgelegten datenschutzrechtlichen Grundsätzen (insbesondere in Hinblick auf die DSGVO) behandelt.

3 Vertragsabschluss

1. Mit Abschluss des Veranstaltungsvertrags werden vertragliche Rechte und Pflichten nur zwischen der KVHS als Veranstalterin und den Teilnehmern begründet. Der Teilnehmer kann das Recht zur Teilnahme auch für eine dritte Person begründen. Diese ist der KVHS namentlich zu benennen. Für diese Teilnehmer gelten ebenfalls die gleichen Vertragsbedingungen der KVHS.

2. Der Inhalt der Veranstaltungen der KVHS ergibt sich ausschließlich aus der Veranstaltungsbeschreibung des Programms. Mündliche Zusagen oder Beschreibungen sind nicht verbindlich. Die Dozenten sind zu individuellen Absprachen nicht berechtigt.

3. Die KVHS behält sich vor, Veranstaltungen durch einen anderen Dozenten durchführen zu lassen. Aus sachlichen Gründen behält sich die KVHS vor, Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung oder einzelner Kurstermine zu ändern.

4. Studienreisen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der KVHS. Insoweit tritt die KVHS nur als Vermittler auf. Es gelten die jeweiligen AGB des Reiseveranstalters.

4 Rücktritt der KVHS, Kürzung der Veranstaltungsdauer, Veranstaltungsabsage

1. Veranstaltungen kommen nicht zustande und können von der KVHS bis zum 3. Tag vor der Veranstaltung abgesagt werden, wenn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird. Die Mindestzahl wird in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben. Sie beträgt mangels einer solchen Angabe 8 Personen. Für Veranstaltungen mit weniger als der Mindestteilnehmerzahl steht es im Ermessen der KVHS, ob diese dennoch durchgeführt werden. Sie unterliegen einem besonderen Entgelt, gemäß der geltenden Entgeltordnung.

2. Die KVHS kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung, aus Gründen, die die KVHS nicht zu vertreten hat (z.B. Ausfall eines Dozenten wegen Krankheit), ganz oder teilweise nicht stattfinden kann.

3. Kommt eine Veranstaltung nicht zustande, wird die KVHS Sie unverzüglich informieren. Sollten Sie eine längere Anreise haben, erkundigen Sie sich bitte vor Reiseantritt bei unseren Anmeldestellen, ob die Veranstaltung stattfindet.

4. Bei Veranstaltungsausfall erhalten Sie selbstverständlich die entrichteten Entgelte zurück. Eine Barrückzahlung ist nur möglich, wenn das Entgelt bar bezahlt wurde.

5. Im Falle einer Teilnehmerbegrenzung behält sich die KVHS Überbelegungen vor, soweit dies unter Berücksichtigung von Inhalt und Konzept der Veranstaltung den Teilnehmern zumutbar ist.

6. Wird eine Veranstaltung aus von der KVHS zu vertretenden Gründen abgesagt, so sind die der KVHS vorliegenden verbindlichen Anmeldungen gegenstandslos.

5 Rücktritt des Teilnehmenden, Umbuchung

1. Sollten Sie an der gebuchten Veranstaltung nicht teilnehmen können, ist ein Rücktritt nur möglich, wenn Sie spätestens sieben Werktage vor dem ersten Termin schriftlich erklären, dass Sie von der Veranstaltung zurücktreten.

2. Bildungsurlaub: Eine verbindliche Anmeldung verpflichtet zur Zahlung des Entgeltes. Eine Abmeldung mit Zahlungserlass muss schriftlich 6 Wochen vor Beginn des Seminars bei der KVHS vorliegen. Dabei zählen der Tag des (Post)Eingangs bei der KVHS und der Tag des Bildungsurlaubsbeginns nicht mit. Es besteht die Möglichkeit, innerhalb der 6 Wochen vor Beginn des Bildungsurlaubs seinen Platz an einen anderen Teilnehmer abzutreten. In allen anderen Fällen wird das Entgelt in voller Höhe fällig. 3. Der jeweilige Dozent ist nicht zur Entgegennahme der Erklärung bevollmächtigt. Ein Rücktritt vom gebuchten Kurs ist in der Regel ausgeschlossen. In Ausnahmefällen kann unter Vorlage eines entsprechenden Attestes vom Kurs zurückgetreten werden. Das Attest ist unaufgefordert vom Teilnehmenden in der Einrichtung (nicht Dozent) vorzulegen. Die Geschäftsführung behält sich diesbezüglich eine Einzelfallprüfung vor, welche den Zeitraum nach Eingang der schriftlichen Rücktrittsbekundung in Verbindung mit dem eingereichten Attest, berücksichtigt. Im Falle, dass ein begonnener Kurs ab-gesagt werden muss, erfolgt eine anteilige Rechnungslegung.

4. Eine telefonische Mitteilung oder die Abmeldung beim Dozenten bzw. das Fernbleiben vom Kurs gelten nicht als Rücktritt.

5. Bei allen Rücktritten werden € 10,00 pro gebuchten Veranstaltungsplatz, höchstens jedoch das volle Veranstaltungsentgelt, als Bearbeitungsentgelt und zusätzlich die anteiligen Entgelte für bereits stattgefundene Unterrichtseinheiten einbehalten.

6. Die Umbuchung von einer Veranstaltung in eine andere Veranstaltung im laufenden Programm ist nur möglich, wenn die Rücktrittsbedingungen eingehalten werden und in der gewünschten Veranstaltung ein Platz zur Verfügung steht. Im Falle der Umbuchung wird das für die alte Veranstaltung gezahlte Entgelt unter Abzug der in Absatz 3 genannten Beträge für die neue Veranstaltung zu zahlendes Entgelt angerechnet.

6 Allgemeine Ordnungen

1. Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch einen bestimmten Dozenten durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen eines Dozenten angekündigt wurde, es sei denn, der Teilnehmer hat erkennbar ein Interesse an einer Durchführung der Veranstaltung gerade durch den angekündigten Dozenten.

2. Muss eine Veranstaltungseinheit aus von der KVHS nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (beispielsweise wegen Erkrankung eines Dozenten), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht. Wird die Veranstaltung nicht nachgeholt, gilt Ziffer 4 Absatz 4.

3. An gesetzlichen oder kirchlichen Feiertagen in Sachsen-Anhalt finden Veranstaltungen in der Regel nicht statt.

4. Die Teilnahme an einer Veranstaltung kann bei regelmäßigem Besuch mindestens 80%) durch die KVHS bescheinigt werden. Die KVHS erhebt dafür ein Entgelt entsprechend der geltenden Entgeltordnung, soweit es nicht im Kursentgelt enthalten ist. Ein Zeugnis/Zertifikat erhält derjenige, der erfolgreich eine Prüfung abgelegt hat. Zu Prüfungen wird ein Teilnehmer nur zugelassen, wenn er das Entgelt der zur Prüfung führenden Veranstaltung(en) bezahlt hat. Die KVHS erhebt dafür ein Entgelt entsprechend der geltenden Entgeltordnung, soweit es nicht im Kursentgelt enthalten ist.

5. Materialgeld kann zusätzlich anfallen. Unsere Dozenten besorgen das für die jeweilige Veranstaltung erforderliche Material (keine Lehrbücher) in eigenem Namen und auf eigene Rechnung. Das Materialgeld hierfür wird in der Veranstaltung eingesammelt. Abweichend hiervon werden, sofern in den Veranstaltungsbeschreibungen angegeben, die Materialkosten sofort bei der Anmeldung fällig, wenn die erforderlichen Materialien bereits vor Veranstaltungsbeginn besorgt werden müssen. Bitte richten Sie Ihre Reklamationen bezüglich des Materials an die Dozenten.

Eine Erstattung von Anschaffungskosten für Unterrichtsmaterial und Lehrbücher ist ausgeschlossen, wenn diese vor der verbindlichen Bestätigung der Veranstaltung beschafft werden.

6. Wir weisen Sie darauf hin, dass es in den Veranstaltungen der KVHS grundsätzlich untersagt ist, Werbung für Produkte und Dienstleistungen Dritter zu betreiben und Waren jeglicher Art gewerblich und gegen Bezahlung anzubieten. Sie als Teilnehmer sind in keiner Weise verpflichtet, irgendwelche Waren zu erwerben. Wir möchten Sie vielmehr bitten, bei Missachtung dieser Regelung, umgehend die KVHS zu informieren.

7. Unberührt bleibt das außerordentliche Kündigungsrecht aus wichtigem Grund unter den Voraussetzungen des § 314 BGB. Ein solcher liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:

- a) Gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung durch den Dozenten, insbesondere Störung des Informations- bzw. Veranstaltungsbetriebes durch Lärm- und Geräuschbelästigungen.
- b) Ehrverletzungen aller Art gegenüber dem Dozenten, gegenüber anderen Teilnehmern oder Beschäftigten der KVHS.
- c) Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften (Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit etc.).
- d) Missbrauch der Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art.

7 Sonstiges

1. Die Haftung der KVHS beschränkt sich auf Fälle, bei denen grobe Fahrlässigkeit oder Vorsatz seitens KVHS oder ihrer Erfüllungsgehilfen vorliegt.

2. Soweit im Zusammenhang mit der Veranstaltungsteilnahme persönliche gesundheitliche Risiken (z. B. bestehende Allergien, Gesundheitsgefährdung bei Schwangerschaft etc.) bestehen, sind Sie verpflichtet, die KVHS vor Veranstaltungsbeginn ausdrücklich auf diese Risiken hinzuweisen.

3. Aus urheberrechtlichen Gründen müssen wir Sie darauf hinweisen, dass das Fotografieren, Filmen und Mitschneiden auf Band in den Veranstaltungen nicht gestattet sind. Lehrmaterial darf ohne schriftliche Zustimmung der KVHS auf keine Weise verwertet, insbesondere nicht vervielfältigt, verbreitet oder öffentlich wiedergegeben werden.

4. Die Geschäftsführung der Kreisvolkshochschule sowie die von ihr beauftragten Mitarbeiter üben in den Räumen KVHS das Hausrecht aus. Ihren Weisungen ist Folge zu leisten. Die Geschäftsführung der Kreisvolkshochschule kann im Rahmen dieser Ordnung eine Hausordnung erlassen.

5. Besucher der KVHS, die gegen diese Ordnung oder die Hausordnung verstoßen, haften für den daraus entstehenden Schaden und können ganz oder zeitweise von Veranstaltungen der KVHS ausgeschlossen werden.

Der Vergütungsanspruch der KVHS wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

6. In unseren Räumlichkeiten besteht generell ein Rauchverbot.

7. Es ist untersagt, Tiere in den Unterricht mitzubringen. Dies gilt für alle Veranstaltungen. Ausnahmen bestehen für Führhunde.

8. Für die Computernutzung gelten besondere Bedingungen. [...]

Entgeltordnung für die Kreisvolkshochschule Harz GmbH (Auszug)

1 Pflicht zur Entrichtung von Entgelten

1. Die Nutzer der Kreisvolkshochschule Harz GmbH (nachfolgend „KVHS“ genannt) sind verpflichtet, für die Inanspruchnahme der Einrichtung nach dieser Ordnung Entgelte zu entrichten und werden auf volle Eurobeträge gerundet.

2. Die Entgelte entstehen mit der verbindlichen Anmeldung (gemäß Benutzerordnung der KVHS) zu einer Veranstaltung.

2 Höhen der Entgelte

[...]

5. Die Höhe der Entgelte je Veranstaltung wird in der Regel in den Veröffentlichungen der KVHS bekannt gemacht.

6. Für Kopierleistungen und Ausdrucke gelten die Bestimmungen der jeweils gültigen Verwaltungskostenregelung der KVHS.

7. Sämtliche über die Pauschalen hinausgehende Auslagen, insbesondere Porto, Verpackungs- und Telefonkosten, sind in voller Höhe zu erstatten.

8. Weitere Entgelte wie für Rücktritte, Umbuchungen, Zertifikate werden gemäß der anliegenden Tabelle erhoben.

3 Ermäßigungen

1. Ermäßigungen werden erst ab einem Entgelt von mindestens 30,00 € je Veranstaltung gewährt.

2. Einzelveranstaltungen (mit weniger als 2 Kurstagen), Exkursionen, Studienreisen, Bildungsreisen, Materialkosten, Fahrtkosten, Verpflegung, Übernachtung und Ähnliches sind generell von der Ermäßigung ausgeschlossen, auch wenn das Entgelt 30,00 € übersteigt.

a. Ermäßigungsberechtigt sind Teilnehmer, die im Besitz eines gültigen Sozial- und Familienpasses des Landkreises Harz sind. Die Ermäßigung beträgt maximal 30%.

b. Ermäßigungsberechtigt sind Schüler, Studenten und Auszubildende, Schwerbeschädigte mit einem Grad über 50% und Mitglieder des Fördervereins der KVHS. Die Ermäßigung beträgt 20%.

c. Ermäßigungsberechtigt sind Mitarbeiter der KVHS und im aktuellen Semester aktive Dozenten. Die Ermäßigung beträgt 50%.

3. Die Ermäßigungsberechtigung ist vor Veranstaltungsbeginn der KVHS mit der Fälligkeit des Entgeltes nachzuweisen.

4. Die KVHS kann bestimmte Veranstaltungen von der Ermäßigung ausschließen.

5. Für verspätetes Einsteigen in eine Veranstaltung gilt folgende Regelung:

Es wird ein anteiliges Entgelt fällig. Die Geschäftsführung der KVHS wird ermächtigt je nach Art der Veranstaltung über die Höhe zu entscheiden.

6. Besteht für den einzelnen Teilnehmer die Möglichkeit verschiedenartiger Ermäßigungen, so kann er nur eine Art der Ermäßigung (in der Regel die Höchste) in Anspruch nehmen.

7. Weitere Ermäßigungen werden nicht gewährt.

4 Erlass von Entgelten

Die Geschäftsführung der Kreisvolkshochschule Harz wird ermächtigt die Entgelte bei Sonderveranstaltungen (z.B. bei Semestereröffnung, Festakten, Kooperationen und Sonderveranstaltungen), sowie in Härtefällen ganz oder teilweise zu erlassen. Der Härtefall ist nachzuweisen.

5 Entstehung und Fälligkeit der Entgelte

1. Das Entgelt entsteht mit der Erfüllung der entgeltspflichtigen Tatbestände und wird damit sofort fällig. Schuldner sind die Teilnehmer der KVHS.

2. Die Zahlung des Entgeltes erfolgt durch das Lastschriftverfahren (bevorzugt) oder durch Überweisung. Im Ausnahmefall erfolgt Barzahlung (z.B. bei Einzelveranstaltungen).

3. Die Einziehung der rückständigen Entgelte erfolgt über den Weg des Inkasso.

4. Sind Entgelte rückständig, kann der Nutzer von der Benutzung der KVHS ausgeschlossen werden. Ein Teilnehmer kann vom Kurs ausgeschlossen werden, wenn er das Entgelt nach Aufforderung nicht bezahlt.

5. Ein Teilnehmer wird von der Teilnahme an weiteren Veranstaltungen der KVHS ausgeschlossen, solange er bei der KVHS noch finanzielle Außenstände hat.

6 Inkrafttreten

Diese Ordnung tritt am 01. Januar 2024 in Kraft

Entdecken Sie unsere Angebote auch online auf unserer Webseite!

Übersichtlich, modern und vollgepackt mit Informationen und Kursangeboten
- schauen Sie gleich mal rein und entdecken Sie die Vielfalt der kvhs Harz.

Ein echter Vorteil: Auch während des Semesters kommen laufend neue Kurse dazu. Ein regelmäßiger Blick auf unsere Website lohnt sich also – so bleiben Sie immer auf dem Laufenden und verpassen keine neuen Angebote.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Stöbern
- und freuen uns, Sie online oder persönlich bei uns begrüßen zu dürfen!

Spontanes Geschenk benötigt?

Ein Gutschein für Kurse an der Kreisvolkshochschule Harz passen zu jedem Anlass - ob als Anstoß für ein gesünderes Leben, oder in Kombination mit dem ersten eigenen Smartphone - mit einem Gutschein für Bildung kann man nur gewinnen.

**An die Zukunft denken,
Bildung schenken!**

Blieben Sie auf dem Laufenden: www.kvhs-harz.de

Hybridkurse - Die Zukunft des Lernens!

Live vor Ort oder
flexibel online
- Sie haben die Wahl.

Bitte beachten Sie
unsere Kursangebote
zu den Themen KI und
Medien!



Wir machen Druck !

**Kopierer - Drucker - Scanner
MPS & Software Lösungen**

Beratung - Service - Finanzierung



06484 Quedlinburg Schillerstraße 10

Tel.: (03946) 6897-0 info@toner-plus.de

Toner plus

Der Fachgroß- und Einzelhandel für's Büro

**Bürobedarf
Bürotechnik
Büromöbel
IT-Systeme**

www.toner-plus.de



Standort Quedlinburg

Heiligegeiststraße 8
06484 Quedlinburg
Tel. 0 39 46 / 52 40 30
Fax 0 39 46 / 52 40 59



Standort Halberstadt

Theaterstraße 6
38820 Halberstadt
Tel. 0 39 41 / 69 78 0



Standort Wernigerode

Bahnhofstraße 39
38855 Wernigerode
Tel. 0 39 43 / 69 15 0
Fax 0 39 43 / 69 15 26



Entdecke stets neue Kurse im Online-Programmheft!

www.kvhs-harz.de

info@kvhs-harz.de

facebook.com/kreisvolkshochschule.harz

instagram.com/kvhs_harz

Öffnungszeiten

Montag	08:00 - 12:00 Uhr
Dienstag	13:00 - 18:00 Uhr
Mittwoch	08:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag	13:00 - 17:00 Uhr
Freitag	geschlossen

(sowie nach Vereinbarung)