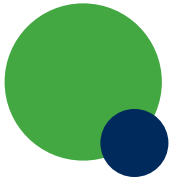




# Programm 2026/1



## Impressum

Erste Vorsitzende:

Dr. Susanne Ganster, Landrätin

Zweiter Vorsitzender:

Bernhard Pyka

Geschäftsführer:

Ruven Fritzinger

### **Geschäftsstelle:**

Pädagogische Leiterin:

Rosa-Martine Knoth

Pädagogische Mitarbeiterin/

Fachbereichsleiterin Sprachen:

Fabienne Rossard

Verwaltungsmitarbeiterin:

Hildegard Franz

### **kvhs-Koordinierungsstelle Integration:**

Verwaltungsmitarbeiterin:

Tanja Stephan

Verwaltungsmitarbeiterin:

Hildegard Fremgen

Sozialpädagogische Fachkraft:

Melanie Woll

Flüchtlingsscout:

Brigitte Leyenberger-Schiel

Begleitende Hauswirtschaftskraft:

Fusun Sevilir

Herausgeber/Konzept:

Kreisvolkshochschule Südwestpfalz

Satz/Layout:

Kreisvolkshochschule Südwestpfalz

Druck:

WIRmachenDRUCK GmbH



## Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

Sie halten das neue Programmheft unserer Kreisvolkshochschule Südwestpfalz (kvhs) für das Semester 2026/1 in den Händen. Wieder erwartet Sie ein abwechslungsreiches Angebot, das zeigt, wie wichtig und bereichernd lebenslanges Lernen für unsere Region ist. Von politischer Bildung über Umwelt, Geschichte, EDV, Beruf, Kultur und Kreativität bis hin zu aktueller Gesellschaftsentwicklung, moderner Technologie, Gesundheitsförderung, Sprachen und Alphabetisierung – jede und jeder kann hier einen Kurs finden, der zu den eigenen Interessen und Lebenszielen passt.

Ein besonderes Highlight dieses Semesters ist unsere Studienreise nach Schottland, begleitet von thematisch passenden Kursen: Englischkurse zur Vorbereitung, ein Kochkurs zur schottischen Küche sowie eine Fotoausstellung, die eindrucksvolle Einblicke in das Land und seine Kultur bietet.

Auch für Seniorinnen und Senioren haben wir erneut zahlreiche Angebote geschaffen – von Smartphone- und PC-Kursen über Bewegungskurse, Exkursionen bis hin zu einer spannenden Studienfahrt nach St. Martin.

Mein herzlicher Dank gilt allen Dozentinnen und Dozenten, Ehrenamtlichen und Mitarbeitenden der kvhs, die dieses vielfältige Bildungsangebot ermöglichen.

Ich lade Sie ein, Neues zu entdecken, sich weiterzubilden und die Kreisvolkshochschule Südwestpfalz als Ort der Begegnung und Inspiration zu nutzen.

Dr. Susanne Ganster  
Landrätin

1. Vorsitzende der Kreisvolkshochschule Südwestpfalz

# Inhaltsverzeichnis

Impressum.....	02
Grußwort.....	03
Inhaltsverzeichnis.....	04
Außenstellen.....	06



## Politik, Gesellschaft und Umwelt

kvhs-Morgenakademie.....	08
Politik   Bürgerschaftliches Engagement .....	08
Geschichte   Zeitgeschichte.....	10
Länder- und Heimatkunde.....	11
Vortragsreihe AG Heimatgeschichte.....	12
Veranstaltungen in Kooperation mit der Südwestpfalz-Gästeführer-IG.....	13
Studienreisen.....	17
Naturwissenschaften.....	18
Umweltbildung   Bildung für nachhaltige Entwicklung.....	20
Ökonomie   Recht   Finanzen.....	24
Pädagogik   Erziehung   Familie.....	26
Persönlichkeitsentwicklung   Psychogie.....	26



## Kultur und Gestalten

kvhs-Morgenakademie.....	28
Literatur.....	28
Kunst- und Kulturgeschichte.....	29
Malerei   Zeichnen.....	32
Fotografie   Digitale Bildbearbeitung.....	33
Plastisches Gestalten.....	34
Textiles Gestalten.....	35
Musik   Tanz.....	36



## Gesundheit

Yoga.....	38
Qi Gong.....	43
Gymnastik.....	45
Wirbelsäulengymnastik   Rückenschule.....	46
Fitness   Tanz   Zumba.....	47
Aqua-Fitness.....	48

Entspannung   Stressbewältigung   Meditation...	49
Essen und Trinken   Ernährung.....	51



## Sprachen

Sprachen lernen mit System – Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen (GER).....	52
Englisch.....	53
Französisch.....	56
Italienisch.....	58
Spanisch.....	60
Niederländisch.....	62
Deutsch als Zweit- bzw. Fremdsprache   BAMF-Integrationskurse.....	62
Einbürgerungstest.....	65
Deutsch-Feriensprachkurse für Schüler*innen mit geringen Deutschkenntnissen.....	65
kvhs-Koordinierungsstelle Integration.....	66



## Beruf und EDV

Bildungsfreistellungsmaßnahmen (BFG).....	68
Fortbildungsprogramm Kindertagesstätten.....	69
Schlüsselkompetenzen.....	74
EDV-Grundlagen.....	75
Künstliche Intelligenz.....	80
kvhs-Gutschein.....	82



## Grundbildung und Schulabschlüsse

Alphabetisierung.....	84
Rechnen.....	84
Leitbild.....	85
Allgemeine Geschäftsbedingungen.....	86
Datenschutzerklärung.....	88
up PAMINA vhs.....	91



## Kreisvolkshochschule Südwestpfalz e. V.

Die kvhs-Geschäftsstelle hat ihren Sitz in einem Nebengebäude der Kreisverwaltung Südwestpfalz:



**Besucheradresse:** Delaware Avenue 12, 66953 Pirmasens

**Postadresse:** Postfach 2265, 66930 Pirmasens

**Homepage:** [www.kvhs-swp.de](http://www.kvhs-swp.de)

### Anmeldemodalitäten:

Unsere Veranstaltungen finden im Landkreis Südwestpfalz statt.

Auf den Seiten 6 und 7 finden Sie eine Übersicht der größtenteils ehrenamtlich geführten Außenstellen.

Hinter jedem Kurs ist verzeichnet, ob die Anmeldung zentral über die kvhs-Geschäftsstelle oder über eine der Außenstellen der Kreisvolkshochschule Südwestpfalz erfolgt. Sie finden dort auch direkt die dazugehörigen Kontaktangaben, die Sie für die Anmeldung benötigen.

Sie finden uns auch auf

**Facebook:**

Kreisvolkshochschule  
Südwestpfalz

und auf

**Instagram:**

kvhssuedwestpfalz

## Außenstellen

### vhs Bruchweiler-Bärenbach

Leitung: Margit Bereswill

Tel.: 06394 1809

E-Mail: margitbereswill@gmail.com

### vhs Contwig

Leitung: N.N.

### vhs Dahn

Leitung: Ilse Heiser

Tel.: 06391 924455

E-Mail: heiser-vhs@web.de

### vhs Großsteinhausen

Leitung: Klaus Freiler

E-Mail: k.freiler-kvhsswp@web.de

### vhs Hauenstein

Leitung: Werner Kölsch

Tel.: 06392 2693

E-Mail: vhschau@t-online.de

### AG-Heimatgeschichte

Leitung: Dr. Jochen Braselmann

Tel.: 06346 7425

E-Mail: braselmann@gmx.net

### vhs Hermersberg

Leitung: Renate Könnel

Tel. 06333 980086

E-Mail: renate@koennel.com

### vhs Hornbach

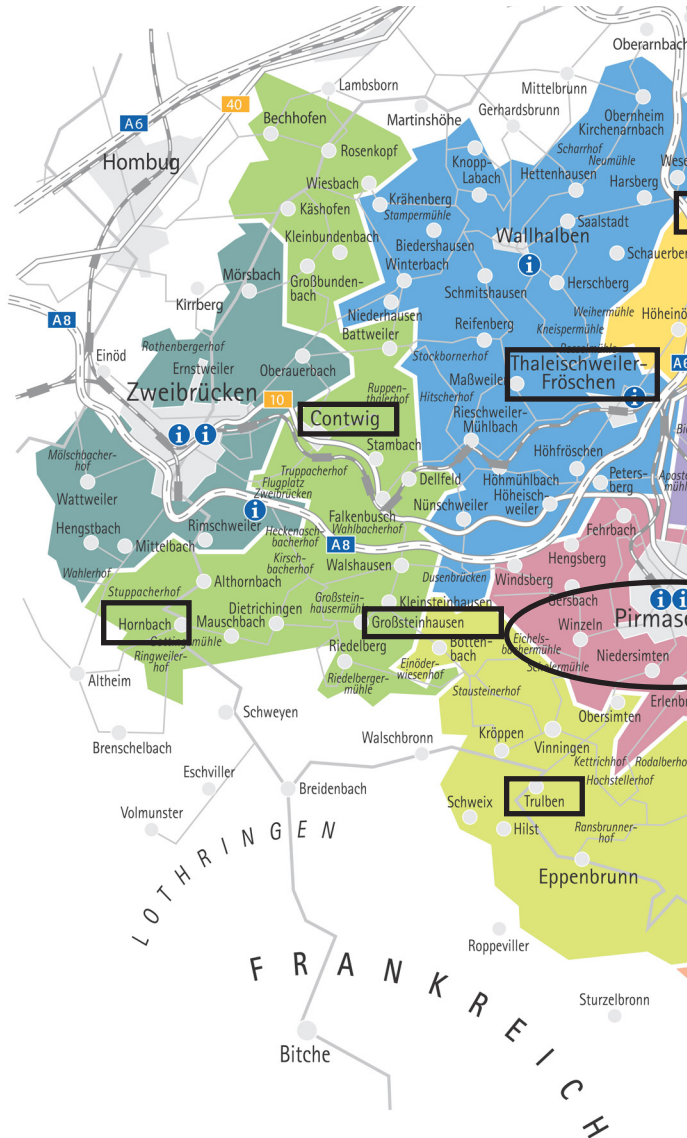
Leitung: N.N.

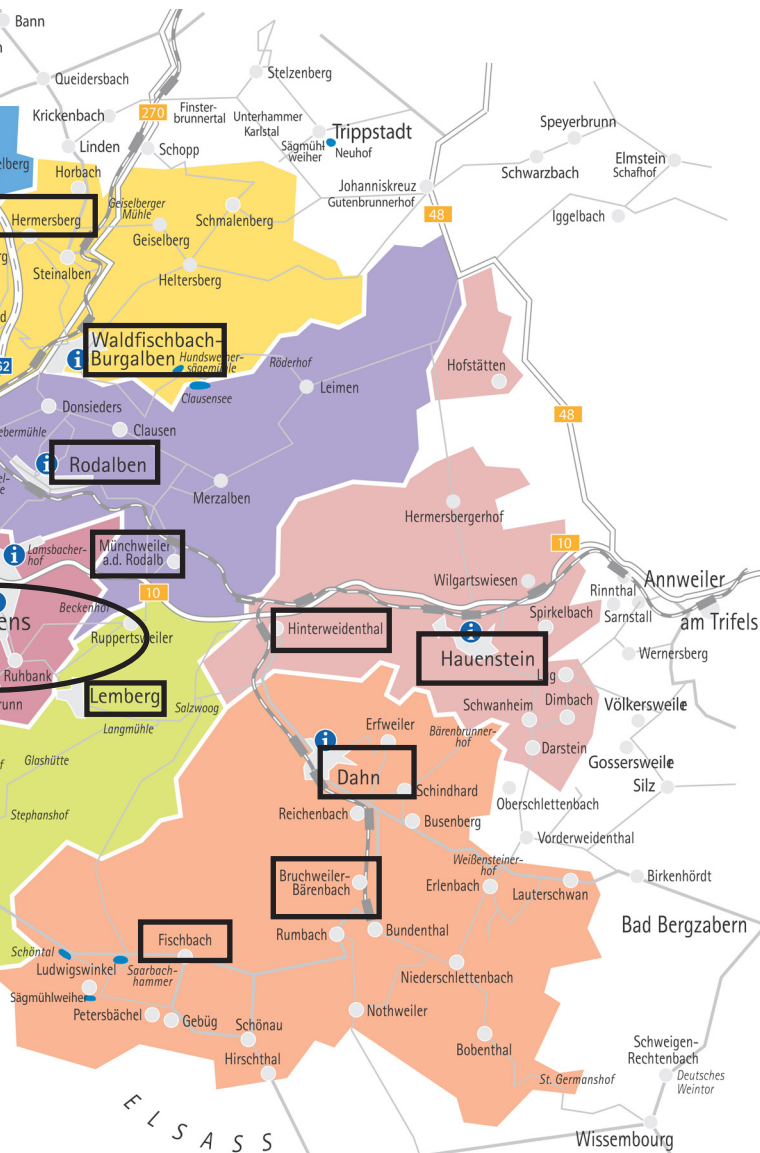
### vhs Lemberg

Leitung: Rosa-Martine Knoth

Tel.: 06331 809-335

E-Mail: r.knoth@lksuedwestpfalz.de





### vhs Münchweiler a.d. Rodalb

Leitung:  
Michaela Mayer-Wilkens  
Tel.: 06395 20140  
E-Mail: mw-deko@web.de

### vhs Rodalben

Leitung: N.N.

### vhs Sautal

Leitung: N.N.

### vhs Thaleischweiler- Wallhalben

Leitung: Claudia Schwab  
Tel.: 06334 441-207  
E-Mail:  
claudia.schwab@vgtw.de

### vhs Trulben

Leitung: Regina Göller  
Tel.: 06335 1646  
E-Mail: re.goeller@freenet.de

### vhs Waldfischbach- Burgalben

Leitung: N.N.

### kvhs-Geschäftsstelle

Leitung: Rosa-Martine Knoth  
Anmeldung:  
Tel.: 06331 809-336  
E-Mail: info@kvhs-swp.de



Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und die allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden. Das Programmangebot des Fachbereichs „Politik – Gesellschaft – Umwelt“ ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Die Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen, mit spannenden und kreativen Methoden.

### kvhs-Morgenakademie

#### kvhs-Morgenakademie

Im Stil eines Studiums generale

Das vielfältige Programm der Morgenakademie gibt die Möglichkeit zur Entdeckung neuer Themen und der Erweiterung des eigenen Allgemeinwissens und bietet zudem wöchentlich ein Forum für Austausch und Gemeinschaft. Angesprochen sind alle Altersgruppen in unterschiedlichen Lebenssituationen, die Wissbegierde und Spaß am Lernen verbinden. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

**A.10000GS** ab 25.02., 09.00-12.00 Uhr, 10x Mi.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal  
Wolfgang Ruf, Vanessa Zürrlein, Margit Gummersheimer, Marion Bischoff, Hubert Sauther, Klaus Eitel, Dr. Margit Maar-Stumm u.w.  
131,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

Hier können Sie sich  
direkt für unsere  
Kurse anmelden:  
[www.kvhs-swp.de](http://www.kvhs-swp.de)

### Politik | Bürgerschaftliches Engagement

#### Antisemitismus –

#### Was gibt es da zu erklären?

(vhs.wissen live)

NEU!

Wer nach „Erklärungen“ sucht, tappt meistens im Dunklen und findet nichts. Soziale Phänomene haben Geschichten, die sich rekonstruieren lassen und aus diesen Rekonstruktionen ergibt sich ein Verständnis für ihre Dynamik. Diese sollte man kennen, wenn man über solche Phänomene reden will.

Prof. Dr. Jan Philipp Reemtsma ist ein deutscher Literatur- und Sozialwissenschaftler. Seine Arbeitsschwerpunkte sind die Literatur des 18. und 20. Jahrhunderts, Zivilisationstheorie sowie Geschichte der menschlichen Destruktivität. Für seine Biografie über Christoph Martin Wieland erhielt er 2023 den Bayerischen Buchpreis.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.10201GS** 25.03., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mi.

online

Prof. Dr. Jan Philipp Reemtsma  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



## In der Nähe: Vom politischen Wert einer ostdeutschen Sehnsucht (vhs.wissen live)

NEU!

Wir leben in Zeiten der Entfernung. Die politischen Lager, die großen Machtblöcke der Welt, die Stadt vom Land – alles entfernt sich voneinander. Umso wichtiger wird der Blick aus der Nähe. Wo ist im Zeichen medial befeuerter Selbstgerechtigkeit noch Gemeinschaft möglich?

Der Schriftsteller und Journalist Simon Strauß findet eine überraschende Antwort: in der Kleinstadt. Hier begegnen sich die Menschen als Gegenüber, hier müssen Konflikte ausgetragen und Kompromisse gefunden werden. Hier lernt man die Demokratie noch einmal neu kennen. Dr. Simon Strauß studierte Altertumswissenschaften und Geschichte in Basel, Poitiers und Cambridge. Er ist Mitgründer der Gruppe „Arbeit an Europa“. 2017 promovierte er an der Humboldt-Universität zu Berlin. Er ist Schriftsteller und Redakteur im Feuilleton der Frankfurter Allgemeinen Zeitung.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.10202GS** 18.05., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo. online

Dr. Simon Strauß  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

## Zukunft der industriellen Produktion in Deutschland (vhs.wissen live)

NEU!

Die industrielle Produktion ist das Rückgrat unseres Wohlstands – doch sie steht massiv unter Druck: Globale Konkurrenz, fragile Lieferketten, geopolitische Krisen und der Klimawandel fordern uns heraus. Die Frage ist nicht, ob wir unsere Produktion neu denken müssen, sondern wie schnell.

Eine vernetzte Wertschöpfung im Sinne von



Industrie 4.0 ist dabei weit mehr als Effizienzsteigerung: Sie ist der Schlüssel zu einer Produktion, die wettbewerbsfähig, resilient, nachhaltig – und damit zukunftsfähig ist.

Dr. Björn Sautter wirft einen Blick in die Zukunft der industriellen Wertschöpfung.

Er gibt Einblicke in strategische Überlegungen und Forschungsansätze, die den Weg in eine intelligente und nachhaltige Industrieproduktion in Deutschland weisen und unterfüttert diese mit anschaulichen Beispielen aus der industriellen Praxis.

Dr. Björn Sautter ist Senior Expert Industrie 4.0 bei der Festo SE & Co. KG, einem der weltweit führenden deutschen Unternehmen für Automatisierungstechnik und technische Bildung. Er ist ebenso stellvertretender Industriesprecher des Forschungsbeirats Industrie 4.0. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech) statt.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.10203GS** 23.06., 19.30-21.00 Uhr, 1x Di. online

Dr. Björn Sautter  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



## Geschichte | Zeitgeschichte

NEU!

### Warum nicht losen? – Über den Sinn von Zufallsentscheidungen (vhs.wissen live)

Üblicherweise gehen wir davon aus, dass Entscheidungen auf dem Abwägen von Gründen beruhen sollten, während man sich durch Losverfahren dem blinden Zufall ausliefert.

Das scheint auf den ersten Blick irrational zu sein. Tatsächlich gab es aber Losentscheidungen in vielen Lebensbereichen und nicht zuletzt in der Politik schon immer.

Der Vortrag geht der Frage nach, wie Losverfahren in der Vergangenheit begründet wurden, und zeigt anhand historischer Beispiele, wie sie funktionierten.

Prof. Dr. Barbara Stollberg-Rilinger ist Historikerin und Rektorin des Wissenschaftskollegs zu Berlin.

Sie ist vielfach ausgezeichnet u.a. mit dem Gottfried-Wilhelm-Leibniz-Preis der Deutschen Forschungsgemeinschaft.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.10101GS** 22.04., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mi.  
online

Prof. Dr. Barbara Stollberg-Rilinger  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Die Kelten (vhs.wissen live)

NEU!

In der zweiten Hälfte des letzten Jahrtausends v. Chr. prägen Völker die Geschichte Mittel- und Südeuropas, die ihre griechischen und römischen Nachbarn „Kelten“ nannten.

Der Vortrag veranschaulicht anhand der Nachrichten antiker Autoren und den Erkenntnissen der modernen Archäologie die wesentlichen Merkmale der keltischen Kultur, gibt einen Überblick über deren Geschichte von den Anfängen bis zur Romanisierung und schließt mit einem Ausblick auf das Weiterleben keltischer Kulturelemente im Mittelalter und in der Neuzeit.

Prof. Dr. Bernhard Maier lehrt Allgemeine Religionswissenschaft und Europäische Religionsgeschichte an der Universität Tübingen. Er ist ausgewiesener Experte für die Kelten und hat u.a. die Publikation „Die Kelten – Geschichte, Sprache und Kultur“ verfasst.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.10102GS** 29.04., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mi.  
online

Prof. Dr. Bernhard Maier  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

Sie finden uns auch auf

**Facebook:**

Kreisvolkshochschule  
Südwestpfalz

und auf

**Instagram:**

kvhssuedwestpfalz







## Länder- und Heimatkunde

### Studienfahrt für Seniorinnen: St. Martin

*mit Nußbaum-Reisen und Gästeführerin  
Anke Vogel*

Begleiten Sie uns im Rahmen unserer Studienfahrt nach St. Martin! Bereits im Bus erhalten Sie spannende und lehrreiche Einblicke in die Geschichte dieses reizvollen Ortes in besonderer Lage im Pfälzer Weinanbaugebiet. Es erwartet Sie eine historische Führung durch den Ort mit Besuch in der katholischen Kirche St. Martin – malerisch eingebettet in einen Bibelgarten hoch über den kleinen Fachwerk- und Renaissancehäusern. Es besteht die Möglichkeit der Einkehr.

Abfahrt: 09:00 Uhr Rodalben, Bahnhof Ortsmitte

Weitere Zustiegsmöglichkeiten können nach Absprache eingerichtet werden

Rückkehr: gegen 18:00 Uhr

**A.10921GS** 07.03, 09.00-18.00 Uhr, 1x Sa.

Anke Vogel

22,00 € (Kosten für das Mittagessen und eventuelle Kaffeepausen sind nicht inkludiert)

Bitte melden Sie sich unter 06331 809-336 bzw. [info@kvhs-swp.de](mailto:info@kvhs-swp.de) an. Daraufhin schicken wir Ihnen ein Anmeldeformular zu.

### Cahokia: Eine präkolumbische indigene Hochkultur in Nordamerika (vhs.wissen live)

Lange ging die historische Forschung von der These aus, indigene Hochkulturen hätte es vor der Ankunft der Europäer ausschließlich in Süd- und Mittelamerika gegeben.

Demgegenüber seien nördlich des Rio Grande nur nomadisierende Sammler- und Jägerkulturen vorzufinden gewesen.

Seit den 1990er Jahren hat die archäologische Forschung dieses einseitige und vorurteilsbeladene Bild gründlich revidiert.

Nicht nur im Südwesten der heutigen USA fanden sich die Relikte fortgeschrittener Zivilisationen, die mit dem mesoamerikanischen Kulturraum eng verbunden gewesen waren, sondern auch östlich des Mississippi, wo zwischen 1050 und 1250 die Stadt Cahokia eine umfassende politische, militärische und religiöse Hegemonie ausübte.

Diese erstreckte sich vom Mississippi bis an die Küste des Atlantiks und von den Großen Seen bis an den Golf von Mexiko. In diesem Vortrag soll die Geschichte von Aufstieg und Fall einer indianischen Großmacht vor Kolumbus nachgezeichnet werden.

Prof. Dr. Michael Hochgeschwender lehrt Nordamerikanische Kulturgeschichte, Empirische Kulturforschung und Kulturanthropologie an der Ludwig-Maximilians-Universität München.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.10991GS** 09.06., 19.30-21.00 Uhr, 1x Di.

online

Prof. Dr. Michael Hochgeschwender  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
[info@kvhs-swp.de](mailto:info@kvhs-swp.de) bzw. 06331 809-336





## Vortragsreihe AG Heimatgeschichte

Information und Anmeldung zu den Veranstaltungen bei der AG Heimatgeschichte, Dr. Jochen Braselmann, 06346 7425 bzw. [braselmann@gmx.net](mailto:braselmann@gmx.net)

NEU!

### Vortrag: Lieder und Texte zu den Revolutionen in der Pfalz 1525, 1789, 1849

Die Referenten Rolf Übel und Paul Reinig nehmen Sie mit auf eine musikalisch-literarische Reise durch die pfälzischen Revolutionen von 1525, 1789 und 1849.

Sie präsentieren Lieder und Texte aus den Revolutionsjahren und erläutern dazu die historischen Hintergründe. Auf diese Weise erhalten die Zuhörer\*innen einen anschaulichen Einblick in die geistigen, politischen und gesellschaftlichen Entwicklungen, die die Pfalz zu diesen Zeiten geprägt haben.

**A.10931HG** 02.02., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.  
Hinterweidenthal, Schulzentrum, Schulstraße 7  
Rolf Übel, Paul Reinig  
2,00 €

NEU!

### Vortrag: Walthari-Lied/Walther-Sage/ Wasigenstein: Dichtung und Wahrheit

Der Referent, Dr. Günther Hermann Pfund, hat sich ausführlich mit dem Walthari-Lied – einem der bedeutendsten frühmittelalterlichen Heldenepen – auseinandergesetzt.

Seine Forschungsergebnisse, die er im Rahmen des Vortrags vorstellen wird, hat er ebenfalls in seinem historischen Roman „Damals wie heute?“ verarbeitet.

**A.10932HG** 02.03., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.  
Hinterweidenthal, Schulzentrum, Schulstraße 7  
Dr. Günther Pfund  
2,00 €

Bitte melden Sie sich für alle Veranstaltungen der AG Heimatgeschichte bei Dr. Jochen Braselmann an, 06346 7425 bzw. [braselmann@gmx.net](mailto:braselmann@gmx.net)

NEU!

### Vortrag: Die Böhämmerjagd im Gebiet von Bergzabern

Peter Körner behandelt in seinem Vortrag die in früherer Zeit im Wasgau typische Jagd mit dem Blasrohr auf Spatzen, die Böhämmer. Über die Jagd auf Bergfinken berichtete unter anderem bereits August Becker in seinem Roman „Hedwig“.

**A.10933HG** 13.04., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.  
Hinterweidenthal, Schulzentrum, Schulstraße 7  
Peter Körner  
2,00 €

NEU!

### Vortrag: König Rudolf von Habsburg. Graf – Herrscher – „Städtepolitiker“

Rudolf von Habsburg war der Gründer der habsburgischen Herrschaft nach dem Interregnum (1250-1273). Der Historiker Ulrich Burkhardt stellt den Herrscher in seinem Vortrag vor.

**A.10934HG** 04.05., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.  
Hinterweidenthal, Schulzentrum, Schulstraße 7  
Ulrich Burkhardt  
2,00 €





## Veranstaltungen in Kooperation mit der Südwestpfalz-Gästeführer-IG

Information und Anmeldung bei Anke Vogel,  
06331 62124 oder 0152 21664944 oder über  
AnkeVogel@G-IG.de

### Rodalber Nachtwächterführung

Des Nachtwächters Eheweib ist mit Gästen auf der Suche nach dem verschollenen Rodalber Nachtwächter. Der Weg führt sie entlang der wichtigsten Rodalber Sehenswürdigkeiten. Lernen Sie mehr über die Geschichte Rodalbens!

**A.10941GF** 23.01., 19.00-21.00 Uhr, 1x Fr.

**A.10942GF** 20.02., 19.00-21.00 Uhr, 1x Fr.

**A.10943GF** 13.03., 19.00-21.00 Uhr, 1x Fr.

Treffpunkt: Rodalben, Dr. Lederer-Haus,  
Schulstraße 9, Innenhof  
Anke Vogel

9,00 € (5,00 € Kinder) inkl. Nachtwächtertrunk,  
Glühwein und/oder Punsch

### Auf dem Sternenwandelweg – Nachtwanderung bei Lemberg

NEU!

Unterwegs mit dem Biosphären-Guide: Führung bei Nacht entlang des Sternenwandelweges bei Lemberg. Diverse Themen begleiten uns auf unserer unterhaltsamen und lehrreichen Wanderung durch die Nacht: Was bedeutet Lichtverschmutzung? Was ist mit Schutz des natürlichen Sternenhimmels gemeint? Und vieles mehr! Wir erleben den Wald ganz bewusst in der Dunkelheit. Geschichten und Spannendes erwarten uns in einer ganz besonderen Atmosphäre.

Wegstrecke: ca. 6,5 km

**A.10961GF** 28.02., 18.30- ca. 20.30 Uhr, 1x Sa.

Treffpunkt: Lemberg, Großer Wanderparkplatz unterhalb der Burg

Anke Vogel

15,00 € (Kinder frei)



Bitte melden Sie sich für  
alle Veranstaltungen der  
Südwestpfalz-Gästeführer IG  
bei Anke Vogel an,  
06331 62124 oder  
0152 21664944 bzw.  
AnkeVogel@G-IG.de

### Oster-Spezial-Führung: Die Rodalber Schokoladenseite

Entdecken Sie die Schokoladenseite der Stadt Rodalben! Lernen Sie während eines kleinen und kurzweiligen Stadtpaziergangs mit dem Schokoladenmädchen die schönsten und wichtigsten Sehenswürdigkeiten des Ortes kennen. Danach erkunden wir gemeinsam die Geheimnisse der Schokolade! Jeder Teilnehmer darf sich eine eigene Tafel Schokolade gießen und diese später mit nach Hause nehmen. Der Schokoladengießer im „Pfälzer Hof“ erklärt uns alles zum Thema Schokolade.

**A.10945GF** 20.03., 15.00-17.30 Uhr, 1x Fr.

Treffpunkt: Rodalben, Hauptstraße 108, vor dem „Pfälzer Hof“

Anke Vogel

25,00 € (15,00 € Kinder) inkl. Führung, Verkostung und Gießen einer eigenen Schokoladentafel

### Ludwigswinkel – Leben im 18. Jahrhundert – ein Dorf entsteht

Begeben Sie sich unter fachkundiger Anleitung auf einen historischen Rundgang durch Ludwigswinkel. Die spannende Geschichte von Ludwigswinkel beginnt im 18. Jahrhundert. In dieser Epoche des Rokoko hat Landgraf Ludwig IX. die Gründung dieses Dorfes in



die Wege leiten lassen. Bis heute haben viele verschiedene Ereignisse diesen Ort geprägt. Mitwirkung: Karl Kling

**A.10951GF** 04.04., 16.00-18.00 Uhr, 1x Sa

Treffpunkt: Ludwigswinkel, Landgrafenstraße 25, Daniel-Theysohn-Haus

Anke Vogel

10,00 € (5,00 € Kinder)



### Lemberger Burg: Brunnenstollenführung – „owwedriwwer un unndrunner“

Wie erfolgte die Wasserversorgung im Mittelalter? Begeben Sie sich mit uns unter fachkundiger Anleitung auf eine Führung durch den historischen Wasserzuleitungsstollen und Zisternenschacht der Lemberger Burg. Sie lernen, welche verschiedenen Möglichkeiten zur Wassergewinnung es gab und welche Schwierigkeiten und Probleme diese mit sich brachten. Bestaunen Sie vor Ort die einmalige mittelalterliche Wasserversorgungsanlage der Lemberger Burg und versetzen Sie sich in die unglaublichen Arbeitsbedingungen der Bergleute im 13. Jahrhundert, wenn Sie den 131 Meter langen Stollen entdecken. Aufgelockert durch Sprichwörter und Sagen erfahren Sie viel über das Leben im Mittelalter. Danach stärken wir uns gemeinsam mit einem Gläschen Lemberger Brunnenwasser.

Auch im Sommer ist es kühl im Brunnenstollen, bitte entsprechende Kleidung mitnehmen!

**A.10981GF** 06.04., 16.00-18.00 Uhr, 1x Mo.

**A.10982GF** 25.05., 16.00-18.00 Uhr, 1x Mo.

**A.10983GF** 14.06., 16.00-18.00 Uhr, 1x So.

**A.10984GF** 04.07., 16.00-18.00 Uhr, 1x Sa.

Treffpunkt: Lemberg, Burg Lemberg, vor der Schranke unterhalb der Burg

Anke Vogel

8,00 € (4,00 € Kinder)

### Auf Schritt und Tritt: Das Burgenmassiv Alt-Dahn erleben

**NEU!**

Begeben Sie sich mit uns auf eine Führung im historischen Gewand auf dem sagenreichen Burgenmassiv Alt-Dahn. Die größte Burganlage der Pfalz erwartet uns, bestehend aus den drei Burgen Alt-Dahn, Grafendahn und Tannstein. Eine unterhaltsame, informative und sagenhafte Führung über den mittelalterlichen Burgenbau in unserer felsenreichen Region, das Alltagsleben auf Burgen und über das Handwerk der Steinmetze, Zimmermänner und Schmiede. Viele Sprichwörter aus dem Mittelalter und einige regionale Sagen begleiten uns während der Führung und lassen uns staunen und schmunzeln. Eine spannende Führung für Groß und Klein.

**A.10952GF** 11.04., 15.00-ca.17.00 Uhr, 1x Sa.

**A.10953GF** 24.05., 15.00-ca.17.00 Uhr, 1x So.

**A.10954GF** 28.06., 15.00-ca.17.00 Uhr, 1x So.

**A.10955GF** 25.07., 15.00-ca.17.00 Uhr, 1x Sa.

Treffpunkt: Dahn, Eingangstor der Burganlage Alt-Dahn

Anke Vogel

10,00 € (5,00 € Kinder)





### Wunder der Natur: Altschlossfelsen bei Eppenbrunn

Folgen Sie uns unter fachkundiger Anleitung entlang des über 1,5 km langen Buntsandsteinfelsenriiffs und Naturdenkmals Altschlossfelsen. Das Thema der Führung lautet: *Altes Schloss, Felsen und Geschichte*. Es handelt sich um eine Bildungswanderung, welche die Eigenarten der Landschaft, des Naturdenkmals und auch deren Geschichte vermittelt. Wanderung ca. 8 km, Rucksackverpflegung.

**A.10962GF** 09.05., 11.00-15.00 Uhr, 1x Sa.  
Treffpunkt: Eppenbrunn, Spießweiher-Parkplatz  
Anke Vogel  
10,00 € (5,00 € Kinder)

**NEU!**

### „Frauen gehen ihren Weg“: Spannende Schauspiel- und Erlebnisführung

Der vom Frauenforum Südwestpfalz initiierte Themenwanderweg „Frauen gehen ihren Weg“ über starke Frauen in der Südwestpfalz wird nun lebendig. Im Pfälzerwald bei Rodalben werden auf einem Rundweg interessante Geschichten von besonderen Frauen, die in der Südwestpfalz gelebt und gewirkt haben, im Schauspiel dargestellt.

Ihre Tätigkeiten und ihr großes Engagement in den verschiedensten Bereichen haben unsere Region stark geprägt und auch verändert. Im Rahmen dieser Führung werden das Schaffen und Wirken dieser Frauen mit einem Schau-

spiel lebendig in Szene gesetzt, spannende Einblicke in frühere Zeiten zu gegeben. Es wird sichtbar, mit welchen großen Widrigkeiten diese besonderen Persönlichkeiten zu kämpfen hatten.

Wegstrecke: ca. 3 km

Mitwirkung: Ellen Cabrera, Barbara Danner-Schmidt, Heidrun Johner-Allmoslöchner, Anke Vogel, Martina Wagner, Hiltrud Woll

*In Kooperation mit dem  
„Frauenforum Südwestpfalz“*

**A.10959GF** 30.05., 15.00-ca.17.00 Uhr, 1x Sa.

Treffpunkt: Rodalben, Waldparkplatz an der L482 zwischen Rodalben und Clausen  
15,00 € (Kinder frei) inkl. Verköstigung

Bitte melden Sie sich für  
alle Veranstaltungen der  
Südwestpfalz-Gästeführer IG  
bei Anke Vogel an,  
06331 62124 oder  
0152 21664944 bzw.  
AnkeVogel@G-IG.de

### Der Alte Chor der Rodalber Marienkirche

Es erwartet Sie eine kleine Kirchenführung in historischem Gewand aus der Sicht einer Freskenmalerin. Thema dieser Führung ist der Alte Chor mit den mittelalterlichen Fresken und Steinmetzarbeiten. Lernen Sie unter fachkundiger Anleitung mehr zur Entstehungszeit und über die Geschichte der Marienkirche in Rodalben.

**A.10944GF** 01.06., 18.30-20.00 Uhr, 1x Mo.

Treffpunkt: Rodalben, Hauptstraße,  
am Turm der Marienkirche  
Anke Vogel  
8,00 € (Kinder frei)



### Auf Flößers Pfaden – Führung entlang der historischen Trifftanlage Storrbach bei Lemberg

Erfahren Sie bei dieser Bildungswanderung von ca. 10 km im wildromantischen Storrachtal unter fachkundiger Anleitung mehr über das Leben der Menschen vor über 150 Jahren an diesem Trifftbach und darüber, wie die Holzdriфт zu bayerischen Zeiten in unserer Region vonstatten ging. Sie erleben eine anschauliche und spannende Führung für Jung und Alt.

**A.10963GF** 06.06., 11.00-15.30 Uhr, 1x Sa.

Treffpunkt: Parkplatz „Buchbach (Steinerne Brücke)“ bei Salzwoog

Anke Vogel

15,00 € (5,00 € Kinder) inkl. kleiner Vesper und Flößertrunk

### Geheimnisvolle Ruine Meisenbach

Begeben Sie sich unter fachkundiger Anleitung auf eine Exkursion zum untergegangenen Ort Meisenbach bei Thaleischweiler-Fröschen. Sie lernen mehr über den heiligen Cyriakus und erfahren Spannendes zu den vergangenen Jahrhunderten an diesem mystischen und fast vergessenen Ort.

**A.10956GF** 08.06., 18.30-20.00 Uhr, 1x Mo.

Treffpunkt: Thaleischweiler-Fröschen, Näheres erfahren Sie bei der Anmeldung

Anke Vogel

8,00 € (Kinder frei)

### Die Heidsburg: Geschichte einer keltischen Fliehbürg und römischen Höhensiedlung

Begeben Sie sich mit uns auf eine kleine Wanderung mit fachkundiger Führung über die Heidsburg. Thema ist die Besiedlungsgeschichte unserer Region und die Historie der Heidsburg.

Viel Spannendes erwartet Sie zudem am We-

gesrand. Kommen Sie mit auf eine Bildungswanderung, welche nicht nur die Eigenarten der Landschaft unserer Region, sondern auch deren Geschichte für Jung und Alt vermittelt.

**A.10957GF** 27.06., 14.00-16.30 Uhr, 1x Sa.

Treffpunkt: Waldparkplatz Sommerdelle, dieser liegt 2500 m nach dem Ortsende von Waldfischbach-Burgalben in Richtung Clausensee / Leimen

Anke Vogel

10,00 € (5,00 € Kinder)

### Geheimnisvolles Steinenschloss – die Burg an den drei Gaugrenzen

Es erwartet Sie eine interessante Führung über die romantische Burgruine Steinenschloss, auch Biebermühler Schloss genannt, aufgelockert mit mittelalterlichen Sprichwörtern, Weisheiten und Sagen.

Der ursprüngliche Name ist uns nicht überliefert und dennoch gibt es vieles zu erzählen. Als eine der ältesten Burganlagen in dieser Region wurde sie erst in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts ausgegraben und renoviert - soweit dies mit den noch vorhandenen Steinen möglich war. Dadurch hat das Steinenschloss auch eine Sonderstellung unter den Burgen erlangt. Durch die zahlreiche Funde vor Ort können viele Rückschlüsse aus der Geschichte der Burg und der Bewohner gezogen werden. Begeben Sie sich mit uns auf eine Spurensuche in die Vergangenheit!

**A.10958GF** 06.07., 18.30-20.00 Uhr, 1x Mo.

Treffpunkt: Thaleischweiler-Fröschen, Parkplatz Schwimmbad Biebermühle, am Aufgang zur Burg

Anke Vogel

8,00 € (5,00 € Kinder)

Sie finden uns auch auf Facebook:

Kreisvolkshochschule Südwestpfalz



Bitte melden Sie sich für  
alle Veranstaltungen der  
Südwestpfalz-Gästeführer IG  
bei Anke Vogel an,  
06331 62124 oder  
0152 21664944 bzw.  
AnkeVogel@G-IG.de

### Hausen in Clausen – eine Zeitreise

Begeben Sie sich mit uns auf eine historische Schauspielführung quer durch Clausen. Eine Zeitreise der ganz besonderen Art lädt mit Spiel, Spaß und Spannung dazu ein, mehr über die 2000-jährige Geschichte des Ortes zu erfahren.

Wegstrecke: ca. 2,5 km.

Mitwirkung: Kultur- und Verkehrsverein Clausen

**A.10946GF** 11.07., 16.00-ca.18.00 Uhr, 1x Sa.  
Treffpunkt: Clausen, Dorfplatz, Hauptstraße 44  
Anke Vogel  
15,00 € (Kinder frei) inkl. kleiner Verköstigung

### Studienreisen

#### Studienreise: Schottland

mit *Nußbaum-Reisen* (Veranstalter)  
und Gästeführerin Anke Vogel

**NEU!**

Erleben Sie auf dieser vielseitigen Studienreise die kulturellen, historischen und landschaftlichen Höhepunkte Schottlands und vertiefen Sie gleichzeitig Ihr Wissen über Land und Leute.

Von der Überfahrt über die Nordsee führt Sie die Route zunächst in die Metropole Glasgow und weiter in die beeindruckende Natur der Highlands. Unter fachkundiger Reiseleitung tauchen Sie ein in die schottische Geschichte –

von den dramatischen Ereignissen im Glen Coe über die Schlacht von Culloden bis zu traditionsreichen Clans und ihrer Kultur.

Sie erkunden bedeutende Orte wie Cawdor Castle, Blair Castle und das malerische Eilean Donan Castle, erleben eine Schifffahrt auf dem berühmten Loch Ness und erfahren mehr über Mythen, Legenden und regionale Erzähltraditionen. Beim Besuch einer traditionellen Whiskybrennerei gewinnen Sie spannende Einblicke in die Herstellung des schottischen Nationalgetränks.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Hauptstadt Edinburgh: Im Rahmen einer ausführlichen Stadterkundung lernen Sie die architektonischen Besonderheiten, die königliche Geschichte sowie das urbane Leben der schottischen Kulturhochburg kennen. Ein Ausflug nach Stirling Castle und zum innovativen Falkirk Wheel ergänzen das Programm.

Die Reise umfasst die Busfahrt, Fährüberfahrten, Hotelunterkünfte mit Halbpension, zahlreiche Eintritte, eine Schifffahrt sowie eine professionelle Reiseleitung, die Ihnen Zusammenhänge verständlich näherbringt. Freuen Sie sich auf eine lehrreiche und inspirierende Entdeckungsreise durch Schottland.

**A.10911GS** 13.05.-22.05.2026

Weitere Informationen bzw. Anmeldeformulare erhalten Sie unter 06331 809-336 bzw. [info@kvhs-swp.de](mailto:info@kvhs-swp.de)







## Naturwissenschaften

### Zwischen Superorganismus und Polizeistaat: Konflikte und Konfliktlösung in den Staaten sozialer Insekten (vhs.wissen live)

NEU!

Auf einen flüchtigen Blick hin wirkt ein Bienen-, Wespen- oder Ameisennest wie ein perfekt organisiertes System, in dem alle Gruppenmitglieder harmonisch kooperieren, um den Fortpflanzungserfolg des gesamten Staates zu erhöhen. Hamiltons Theorie der Verwandtenselektion zeigt, dass sich sogar der „altruistische“ Verzicht der Arbeiterinnen auf eigene Nachkommen in der Evolution lohnen kann, wenn dadurch der Fortpflanzungserfolg der verwandten Königin gesteigert wird.

Dies erklärt zwar die Entstehung der Kooperation im Insektenstaat, sagt aber auch Konflikte voraus. Tatsächlich gibt es Reibereien in den Nestern sozialer Insekten: Einzelne Individuen versuchen, ihre Interessen auf Kosten anderer durchzusetzen. Die daraus resultierenden aggressiven Interaktionen können das Miteinander im Staat empfindlich stören. Im Vortrag wird geschildert, welche Konflikte auftreten und wie sie gelöst werden.

Prof. Dr. Jürgen Heinze hat einen Lehrstuhl für Zoologie und Evolutionsbiologie an der Universität Regensburg. Seit vielen Jahren forscht er über Ameisen, insbesondere über die Evolution alternativer Lebensweisen und Fortpflanzungstaktiken bei sozialen Insekten und über funktionelle Genomik von Altern und Reproduktion bei Ameisen. Er ist Mitglied der Bayerischen Akademie der Wissenschaften und der Leopoldina.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.11001GS** 02.02., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.  
online

Prof. Dr. Jürgen Heinze  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Im Wettlauf mit dem Gehirn: Ist künstliche Intelligenz schon intelligent? (vhs.wissen live)

NEU!

Was wir heute unter Künstlicher Intelligenz (KI) verstehen ist künstlich, aber noch nicht wirklich intelligent.

Trotz wichtiger Fortschritte ist die heutige KI noch äußerst ineffizient: Sie verschwendet Energie und benötigt Unmengen sogenannter „Labels“. Beides ist teuer und nicht nachhaltig. Vor 50 Jahren wurden die heutigen Methoden der KI von der Neurowissenschaft inspiriert – und die Frage ist naheliegend, ob es aus der Hirnforschung erneut Inspirationen für eine nächste Generation der KI geben kann.

Unsere Gehirne sind schließlich unübertroffen in ihrer Energieeffizienz und Lernfähigkeit.

Mithilfe neuester Methoden der Netzwerkanalyse im Gehirn („Connectomics“) sollen die Besonderheiten des biologischen Computers in unseren Köpfen bestimmt, Lernregeln verstanden und mögliche Veränderungen im Kontext von Erkrankungen beschrieben werden.

Prof. Dr. Moritz Helmstaedter ist Direktor am Max-Planck-Institut für Hirnforschung in Frankfurt und wissenschaftliches Mitglied der Max-Planck-Gesellschaft.

Seine Arbeit zielt darauf ab, die Grenzen der Connectomics zu erweitern, einem aufstrebenden Forschungsgebiet, das sich mit der Kartierung neuronaler Netzwerke im Gehirn in noch nie dagewesener Größe und Auflösung beschäftigt.

Seine Interessen liegen in der Beziehung zwischen künstlicher und biologischer Intelligenz und der Suche nach konnektomischen Phänotypen psychiatrischer Störungen.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.11002GS** 23.02., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.  
online

Prof. Dr. Moritz Helmstaedter  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



## Fehlerhafte Menschen und Maschinenfehler. Warum wir eine Error Literacy brauchen (vhs.wissen live)

Schon vor einigen Jahrzehnten wunderte sich ein Softwareentwickler, was den Menschen denn so den Kopf vernebelt, dass sie glaubten, Computer würden keine Fehler machen. Heute sind wir mit den „Halluzinationen“, „Lügen“ – also den Fehlern großer Sprachmodelle wie ChatGPT – konfrontiert. Trotzdem vertrauen viele Menschen den Aussagen der KI und überprüfen die Ergebnisse nicht.

Der Vortrag widmet sich der Geschichte maschineller und menschlicher Fehler. Er diskutiert die Hartnäckigkeit des Maschinenglaubens, das Stereotyp vom fehlerhaften Menschen sowie die Zunahme technologischer Fehler in den letzten Dekaden, um schließlich zu thematisieren, warum wir eine „Error Literacy“ brauchen.

Prof. Dr. Martina Heßler ist Professorin für Technikgeschichte an der TU Darmstadt.

Sie beschäftigt sich mit der Geschichte von Mensch-Maschinen-Verhältnissen, mit Technikemotionen und technologischen Fehlern. Zudem ist sie Mitglied von acatech.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech) statt.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.11003GS** 24.02., 19.30-21.00 Uhr, 1x Di.

online

Prof. Dr. Martina Heßler

kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

**NEU!**

## Die Gletscher: Von der letzten Eiszeit bis morgen (vhs.wissen live)

Der Rückgang der Gebirgsgletscher zählt zu den sichtbarsten Auswirkungen des globalen

**NEU!**

Klimawandels. Die Frage, wie lange es die Gletscher der Erde noch gibt und welche Folgen ihr Verschwinden haben wird, betrifft uns alle. Die renommierte Gletscherforscherin Andrea Fischer erklärt anschaulich, wie die Gletscher entstanden sind und wie sie die Landschaft geformt haben.

Zudem erzählt sie von der Faszination der Gletscher und der gemeinsamen Geschichte von Menschen und Gletschern.

Was aber würde deren Verlust für den Planeten bedeuten? Und können die Gletscher wiederkommen?

Dr. Andrea Fischer ist Gletscherforscherin und stellvertretende Direktorin des Instituts für interdisziplinäre Gebirgsforschung der Österreichischen Akademie der Wissenschaften.

Für ihre Forschungen wurde sie mehrfach ausgezeichnet, u.a. als Wissenschaftlerin des Jahres 2023.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.11004GS** 16.04., 19.30-21.00 Uhr, 1x Do.

online

Dr. Andrea Fischer

kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



Foto: www.pixabay.com

## Musik, Wissenschaft und Technik – eine harmonische Reise durch zwei Jahrhunderte (vhs.wissen live)

**NEU!**

Im Vortrag wird die harmonische Beziehung zwischen Naturwissenschaftlern, Ingenieuren und Musikern in den letzten beiden Jahrhunderten behandelt.

Wissenschaftler und Ingenieure haben Musikern und Komponisten neue Möglichkeiten der Klangerzeugung und ästhetischen Gestaltung gegeben. Beispiele sind Wilhelm E. Webers Forschungen zu adiabatischen Phänomenen und kompensierten Orgelpfeifen, Hermann von



Helmholtz' Beiträge zur akustischen Resonanz und zum Steinway-Resonanzboden, sowie Friedrich Trautweins Arbeiten zur Radio-Klang-treue und seine Erfindung des Trautoniums.

Thema wird auch die Zusammenarbeit von Physiologen, Physikern und Klavierpädagogen sein, die die Technik des Klavierspiels verbessern wollten.

Prof. Dr. Myles W. Jackson ist ein US-amerikanischer Wissenschaftshistoriker und derzeit Professor am Institute for Advanced Study, Princeton, sowie u.a. außerordentliches Mitglied der acatech.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech) statt.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.11005GS** 21.07., 19.30-21.00 Uhr, 1x Di.

online

Dr. Andrea Fischer

kostenfrei

### Umweltbildung | Bildung für nachhaltige Entwicklung

#### Gärten gestalten und für die Zukunft rüsten: Gartenplanung und Klimaangepasstes Gärtnern

NEU!

Wie wird aus einer Idee ein stimmiger Garten? Gemeinsam erarbeiten wir, wie Sie Ihren Garten so planen, dass Farben, Formen und Strukturen über das Jahr hinweg harmonisieren.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf dem Klimaangepassten Gärtnern: Wie kommt Ihr Garten mit Trockenheit, Hitze oder Starkregen zurecht? Sie erfahren, wie Sie z.B. bereits durch die Wahl des richtigen Standorts Zeit und Wasser einsparen können.

Die Veranstaltung ist für alle Gartenliebhaber\*innen – mit oder ohne Vorerfahrung – geeignet.



**A.10441GS** 25.02., 18.30-20.00 Uhr, 1x Mi.

Rodalben, Dr. Lederer- Haus

Dagmar Jankwitz

6,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

#### Gartenstart im Frühling – gut vorbereitet in die neue Gartensaison

NEU!

Der Frühling ist der ideale Zeitpunkt, um den Garten fit für das neue Jahr zu machen. In dieser Veranstaltung erhalten Sie praktische, leicht umsetzbare Tipps, mit denen Sie erfolgreich in die Saison starten können. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf dem Boden, denn ein lebendiger, gesunder Boden ist die Grundlage für einen vitalen und pflegeleichten Garten. Wir beschäftigen uns mit Bodenaufbereitung, Kompost, Mulch und anderen natürlichen Helfern, die Pflanzen stärken und das Bodenleben fördern.

Darüber hinaus erfahren Sie, wie Sie Ihren Garten in einen kleinen Naturraum verwandeln können. Ob Blühstreifen, naturnahe Ecken oder kleine Strukturen für Igel, Bienen und Schmetterlinge – schon mit einfachen Maßnahmen lassen sich wertvolle Lebensräume schaffen.

Die Veranstaltung ist für alle Gartenliebhaber\*innen – mit oder ohne Vorerfahrung – geeignet.

**A.10442GS** 12.03., 18.30-20.00 Uhr, 1x Do.

Rodalben, Dr. Lederer- Haus

Dagmar Jankwitz

6,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336





## Exkursion für Seniorinnen und Senioren: Mein Pfälzerwald

Im Rahmen dieses seniorengerechten Ausflugs in Fischbach werden die Besonderheiten und Schönheiten des Pfälzerwaldes intensiv und interaktiv erlebbar. Geologie, Geschichte und Biologie unserer wunderschönen Heimat werden anschaulich vermittelt – bereichert durch Anekdoten und Insiderwissen der Dozentin. Wir werden auch ein wenig praktisch arbeiten, u. a. mit Becherlupen, uns aber ebenso Zeit zum Verweilen, Staunen und Genießen nehmen. Im Mittelpunkt steht, das Besondere, oft Verborgene vor der eigenen Haustür noch besser kennen und lieben zu lernen.

Nach Abschluss der Veranstaltung besteht die Möglichkeit, auf Wunsch gemeinsam mit der Dozentin in der näheren Umgebung einzukehren und die Inhalte im geselligen Austausch zu vertiefen. Diese Einnahme ist freiwillig und nicht Bestandteil der Veranstaltung; entstehende Kosten tragen die Teilnehmenden selbst und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Anmeldeschluss: 27.05.2026

Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung/Schuhe

**A.10443GS** 10.06., 14.30-17.00 Uhr, 1x Mi.

Fischbach, Treffpunkt am Biosphärenhaus  
Vanessa Zürrlein

8,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

**NEU!**

## Heizungserneuerung – Welche Heizung passt zu meinem Haus?

*In Kooperation mit der  
Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz*

Was sind die Gründe für eine Heizungserneuerung und welche Pflichten bestehen nach dem Gebäudeenergiegesetz?

Wie plane ich den Heizungstausch und wo finde ich Hilfestellung und Beratung?

Was sollte bei der Abnahme der neuen Hei-

zung berücksichtigt werden?

Diese Fragen beantwortet der Energieeffizienz-Experte Markus Nikolaus von der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz.

**A.10423GS** 02.03., 19.00-21.00 Uhr, 1x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus

Markus Nikolaus

kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,

info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

## Energetische Gebäudesanierung – Schritt für Schritt

*In Kooperation mit der  
Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz*

Eine umfangreiche energetische Gebäudesanierung hilft beim Energiesparen. Aber auch kleine Veränderungen können sich positiv auf die Energiebilanz eines Gebäudes auswirken. Im Vortrag *Gebäudesanierung – Schritt für Schritt* stellt der Energieeffizienz-Experte der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz kurzfristige Sofort-Maßnahmen sowie mittel- und langfristige Maßnahmen am Wohngebäude und an der Heizungsanlage vor. Außerdem erläutert er, worauf bei der Planung und Ausführung zu achten ist, und stellt die wichtigsten Förderprogramme vor.

**A.10422GS** 19.03., 19.00-21.00 Uhr, 1x Do.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal

Markus Nikolaus

kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,

info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336





*vhs goes green 2*  
**Klimaschutzwissen**  
**für alle!**

Online-  
Vortragsreihe mit  
Expert\*innen

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Wirtschaft  
und Klimaschutz

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



NATIONALE  
KLIMASCHUTZ  
INITIATIVE



## vhs goes green

# „Klima und Wir“: Klimaschutzwissen für alle!

## Eine Webinarreihe

In dieser Webinar-Reihe zeigen wir, wie der Klimawandel unseren Alltag prägt. Die Vorträge verbinden fundierte Wissenschaft mit verständlichen Einblicken und alltagstauglichen Tipps.

### Klima und Konsum: Bewusst entscheiden, nachhaltig handeln

27.01.2026, 18.00-19.30 Uhr

Referent: Marret Bähr

### Klima und Eigenanbau: natürlich gärtnern mit Permakultur

24.02.2026, 18.00-19.30 Uhr

Referent: René Franz

### Klima und Kultur: Für mehr Klimaschutz – und was wir dafür tun können

18.03.2026, 18.00-19.30 Uhr

Referent: Franziska Mohaupt

### Klima und Beteiligung: Wie können wir vor Ort wirksam werden?

22.04.2026, 18.00-19.30 Uhr

Referent: Jonathan Seim

### Klima und Psychologie: Warum Wissen allein nicht reicht

07.05.2026, 18.00-19.30 Uhr

Referent: Anna-Sophie Agris

### Klima und Finanzen: Grün investieren – aber wie?

03.06.2026, 18.00-19.30 Uhr

Referent: Michael Herte

**Die Termine finden online statt und sind kostenfrei.**

**Bitte melden Sie sich für alle Veranstaltungen dieser Reihe bei der Geschäftsstelle der Kreisvolkshochschule Südwestpfalz unter 06331 809-336 oder direkt auf der Homepage [www.kvhs-swp.de](http://www.kvhs-swp.de) an.**

Eine Anmeldung nur zu einzelnen Terminen ist auch möglich. Geben Sie bei der Anmeldung bitte Ihre E-Mail-Adresse an. Sie erhalten vor den jeweiligen Terminen einen Zugangslink.

Die Veranstaltungsreihe ist Teil des Projekts „vhs goes green 2“ und wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klima, im Rahmen der Nationalen Klimaschutzinitiative.



## Ökonomie | Finanzen | Recht

### Jenseits der Banken und fern vom Staat. Über Geld und Freiheit im Zeitalter der Kryptowährungen (vhs.wissen live)

NEU!

Mit Bitcoin brach vor 16 Jahren das Zeitalter der Kryptowährungen an.

Das selbsternannte digitale Bargeld verspricht eine anonym und unmittelbar verwendbare und von außen nicht zu korrumpierende Weltwährung jenseits der Banken und fern vom Staat. Bitcoin sei deswegen, so hört man aus dem Internet genauso wie aus dem Zeitungsfeuilleton oder aus US-Senatsanhörungen, eine „Währung der Freiheit“.

Dieses Versprechen ist besonders für jene attraktiv, die unter der Macht der Zahlungsvermittler und repressiven Finanzbehörden leiden – und das sind nicht wenige.

Doch ist das Versprechen auch tragfähig? Der Vortrag erläutert die Grundprinzipien der Funktionsweise von Bitcoin und anderen Kryptowährungen und sondiert ihre freiheitspolitischen Ambitionen im Lichte geldsoziologischer Befunde und aktueller politischer Entwicklungen in der Ära Trump.

Dr. Aaron Sahr ist Wirtschaftssoziologe und leitet am Hamburger Institut für Sozialforschung die Forschungsgruppe „Monetäre Souveränität“. Zuletzt erschienen von ihm „Die monetäre Maschine. Eine Kritik der Finanziellen Vernunft“ bei C.H. Beck (2022), im Frühjahr 2026 erscheint „Fake Coins. Digitales Geld und analoge Freiheit“ in der Hamburger Edition.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.10344GS** 16.03., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.

online

Dr. Aaron Sahr

kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Trump twittert, die Börse zittert – Wie Politik die Finanzwelt bewegt

Wie stark beeinflussen politische Ereignisse eigentlich die Finanzmärkte? Warum reichen ein Tweet oder eine Wahlkampfreden von Donald Trump, um weltweit Kurse steigen oder fallen zu lassen? Und was bedeutet das für uns – für unsere Geldanlage, unsere Altersvorsorge, unser Vertrauen in die Wirtschaft? In diesem interaktiven Vortrag werfen wir gemeinsam einen Blick hinter die Kulissen der Finanzmärkte, entschlüsseln Zusammenhänge zwischen Politik und Börse und erörtern, was dies für jede\*n Einzelne\*n bedeuten kann.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig – Neugierde genügt!

**A.10343GS** 26.03., 18.30-20.30 Uhr, 1x Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus

Dagmar Stock

8,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336





## Gut vorbereitet – als Frau die eigene finanzielle Zukunft gestalten **NEU!**

*In Kooperation mit der  
Gleichstellungsbeauftragten des  
Landkreises Südwestpfalz*

### Teil 1: Finanzielle Unabhängigkeit beginnt im Kopf

Finanziell unabhängig als Frau – selbstbestimmt und sicherer durch alle Lebensphasen. Geld ist kein Tabuthema, sondern ein Schlüssel zu Freiheit und Selbstbestimmung.

In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie als Frau Ihre Finanzen aktiv gestalten können – von Geldanlagen und Altersvorsorge über faire Bezahlung bis hin zum Schutz vor finanziellen Risiken.

Mit dem richtigen Wissen und einer klaren Strategie können Sie Schritt für Schritt Ihren Weg in die finanzielle Unabhängigkeit finden.

Ziel ist es, Frauen zu stärken, selbst die Verantwortung für ihre finanzielle Zukunft zu übernehmen und bewusste Entscheidungen zu treffen. Denn: Finanzielle Sicherheit ist die Grundlage für echte Unabhängigkeit.

Es handelt sich bei dieser Veranstaltung um eine reine, neutrale Wissensvermittlung. Es findet keine Finanzberatung statt.

**A.10341GS** 25.04., 14.00-17.00 Uhr, 1x Sa.  
10,00 €

### Teil 2: Legen wir los – Ins Tun kommen. Schritt für Schritt zu mehr finanzieller Unabhängigkeit

Im Rahmen dieses Vortrags erhalten Sie eine Einführung in die Welt der Geldanlage.

Lernen Sie Strategien und Werkzeuge kennen – von Aktien und ETFs bis hin zu grundlegenden Prinzipien der Vermögensplanung.

Die Referentin, Dagmar Stock, vermittelt im Rahmen der Veranstaltung wertvolle Impulse,

die Sie dabei unterstützen können, eigenständig Ihre finanziellen Entscheidungen zu treffen.

Es handelt sich bei dieser Veranstaltung um eine reine, neutrale Wissensvermittlung. Es findet keine Finanzberatung statt.

**A.10342GS** 12.05., 18.30-20.30 Uhr, 1x Di.  
8,00 €

Rodalben, Dr. Lederer-Haus  
Dagmar Stock  
Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

**Beide Teile bauen aufeinander auf, sind jedoch auch unabhängig voneinander buchbar.**

Hier können Sie sich  
direkt für unsere  
Kurse anmelden:  
[www.kvhs-swp.de](http://www.kvhs-swp.de)

Sie finden uns auch auf

**Facebook:**

Kreisvolkshochschule  
Südwestpfalz

und auf

**Instagram:**

kvhssuedwestpfalz



## Pädagogik | Erziehung | Familie

### Inspirierenden Pädagogen über die Schulter geschaut

NEU!

Was können wir noch heute lernen von Pikler, Montessori, Fröbel und Co.?

Marion Bischoff

Termine und weitere Informationen auf Anfrage



Foto: Stock/Manyra Auramchuk

- kation kennenlernen
- Die eigene Kommunikationsfähigkeit verbessern und damit auf andere wirken

Marion Bischoff

Termine und weitere Informationen auf Anfrage

Die  
Veranstaltungen des Bereichs  
**Fortbildungsprogramm**  
**Kindertagesstätten** in Kooperation mit  
dem Landkreis Südwestpfalz /  
Fachberatung  
kommunale Kindertagesstätten  
für Erzieher\*innen  
finden Sie im Bereich  
→ **Beruf** → **Fortbildungsprogramm**  
**Kindertagesstätten**  
(S. 69)

### Friedvolle Kommunikation

Sobald wir erkennen, dass Kommunikation viel mehr ist als die Worte, die wir (aus)sprechen, gelingt uns der Austausch mit unseren Mitmenschen besser. Wir finden neue und herzerwärmende Wege zu einem friedvollen Miteinander, wenn wir uns unserer Gedanken, Gefühle und Handlungsmuster bewusst werden. Beinahe wie von selbst heben wir dadurch unsere Kommunikationsweise auf eine höhere Stufe.

Ziele des Kurses:

- Die Bedeutung der Kommunikation erkennen
- Die (Selbst-)Reflexion als wertvolles Instrument annehmen
- Die drei Stufen der friedvollen Kommuni-

## Persönlichkeitsentwicklung | Psychologie

NEU!

### Bauchentscheidungen: Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition (vhs.wissen live)

„Das Herz hat seine Gründe, die der Verstand nicht kennt“, schrieb Blaise Pascal bereits im 17. Jahrhundert.

Die Wissenschaft scheute lange die „Herzengründe“ oder auch Bauchentscheidungen wie der Teufel das Weihwasser.

Aber: Gute Entscheidungen basieren oft auf einer unbewussten Intelligenz, die sehr schnell operiert und gerade in komplexen Situationen faszinierend einfach ist, sicher im Erkennen des Wesentlichen und logischen Abwägung-



gen weit überlegen. Das heutige Wissen über das Bauchgefühl revolutioniert unser Bild vom menschlichen Verstand.

In einer komplizierten Welt lehren uns Entscheidungen „aus dem Bauch“ die Lebenskunst, paradox formuliert, intuitiv zu wissen, was sich nicht zu wissen lohnt.

Prof. Dr. Gerd Gigerenzer ist ein weltweit renommierter Psychologe, Direktor emeritus am Max-Planck-Institut für Bildungsforschung.

Er hat zahlreiche internationale Auszeichnungen erhalten, u.a. den AAAS Preis für den besten Artikel in den Verhaltenswissenschaften, den Communicator-Preis und den Deutschen Psychologie-Preis.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.10601GS** 18.06., 19.30-21.00 Uhr, 1x Do.  
online

Prof. Dr. Gerd Gigerenzer  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

Sie finden uns auch auf

**Facebook:**

Kreisvolkshochschule  
Südwestpfalz

und auf

**Instagram:**

kvhsuedwestpfalz

Hier können Sie sich  
direkt für unsere  
Kurse anmelden:

[www.kvhs-swp.de](http://www.kvhs-swp.de)

**Scrollen ...**

**Warum kann ich nicht aufhören?**

**NEU!**

In diesem Online-Vortrag wird untersucht, warum Menschen dazu neigen, endlos durch soziale Medien und Online-Inhalte zu scrollen. Die Präsentation beleuchtet die psychologischen Mechanismen, die hinter dieser Verhaltensweise stehen, sowie die emotionalen und kognitiven Auswirkungen des exzessiven Scrollens.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.10612GS** 25.03., 18.00-19.30 Uhr, 1x Mi.  
online

Luca Schoolmann

16,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336







In unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden. Im Bereich der kulturellen Medienbildung finden Sie Angebote, in denen Sie lernen, sich den vielfältigen Herausforderungen im Prozess der Digitalisierung der Gesellschaft zu stellen und sich in allen Lebensbereichen zu orientieren. Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. „Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont etwa auch die Enquete-Kommission „Kultur in Deutschland“ in ihrem Abschlussbericht.

### kvhs-Morgenakademie

#### kvhs-Morgenakademie

Im Stil eines Studiums generale

Das vielfältige Programm der Morgenakademie gibt die Möglichkeit zur Entdeckung neuer Themen und der Erweiterung des eigenen Allgemeinwissens und bietet zudem wöchentlich ein Forum für Austausch und Gemeinschaft. Angesprochen sind alle Altersgruppen in unterschiedlichen Lebenssituationen, die Wissbegierde und Spaß am Lernen verbinden. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. In diesem Semester erwarten Sie u.a. auch Themen aus dem Bereich Kultur (s. S. 8).

**Z10000GS** ab 24.09., 09.00-12.00 Uhr, 10x Mi.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal

131,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,

info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



### Literatur

#### Lesung:

**Marion Bischoff: „Da, wo du bist“**

**NEU!**

Am 1. September 1939 begegnen sich Elisabeth und Walter zum ersten Mal. Gerade gab es die Kriegserklärung Hitlers an Polen und die Welt hielt den Atem an. Zugleich begann zwischen den beiden jungen Menschen eine Geschichte voller Heimlichkeiten, Annäherung und Zuneigung. Die Liebe wurde während der Kriegsjahre auf eine harte Probe gestellt, denn Walter fand sich bald als Soldat an der Ostfront wieder, während Elisabeth in Kaiserslautern in den kriegswichtigen Dienst eingezogen wurde und die Schrecken des Krieges in der Westpfalz erlebte. So blieben ihnen nur ihre Briefe und der Wunsch: Ich wäre gerne da, wo du bist.

Die Autorin Marion Bischoff hat die Geschichte ihrer Großeltern nach wahren Begebenheiten zu Papier gebracht und dadurch nicht nur die Erinnerung bewahrt, sondern ein mahnendes Beispiel hinterlassen, das so oder so ähnlich viele Familien bewegt hat.

**A.20221GS** 26.02., 19.00-20.30 Uhr, 1x Do.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal

Marion Bischoff

kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,

info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336





## Jim Knopf, die Halbdrahen und die deutsche Geschichte (vhs.wissen live)

NEU!

„Jim Knopf und Lukas der Lokomotivführer“ erschien 1960 und ist bis heute eines der berühmtesten deutschen Kinderbücher.

Nicht bekannt war jedoch die längste Zeit, dass Michael Ende darin zahlreiche historische Motive und Vorlagen verarbeitet.

2009 ging die Kunsthistorikerin Julia Voss in ihrem preisgekrönten Buch „Darwins Jim Knopf“ diesen Spuren nach.

In ihrem Vortrag wird sie die überraschenden Hintergründe von Jim Knopf beleuchten und Einblicke in die aktuelle Ausstellung „Natur und deutsche Geschichte. Glaube, Biologie, Macht“ geben, die sie am Deutschen Historischen Museum in Berlin kuratiert hat.

Prof. Dr. Julia Voss ist eine deutsche Kunstkritikerin, Wissenschaftshistorikerin und Journalistin. Sie war stellvertretende Leiterin des Feuilletons der FAZ und ist seit 2015 Honorarprofessorin an der Leuphana Universität Lüneburg.

Sie wurde vielfach ausgezeichnet u.a. mit der Otto-Hahn-Medaille der Max-Planck-Gesellschaft und dem Sigmund-Freud-Preis für wissenschaftliche Prosa.

Seit 2020 arbeitet Prof. Dr. Julia Voss im Präsidium des Deutschen Historischen Museums.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.20101GS** 01.03., 19.30-21.00 Uhr, 1x Do.  
online

Prof. Dr. Julia Voss  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

Hier können Sie sich  
direkt für unsere  
Kurse anmelden:

[www.kvhs-swp.de](http://www.kvhs-swp.de)

## Kunst- und Kulturgeschichte

### Vortrag: Malweiber – Künstlerinnen im Fokus

*In Kooperation mit der  
Gleichstellungsbeauftragten des  
Landkreises Südwestpfalz*

NEU!

Der Begriff „Malweiber“ war eine abwertende Bezeichnung für Frauen, die um 1900 eine professionelle künstlerische Laufbahn verfolgten. Sie wollten – entgegen der damaligen Geschlechterrollen – Kunst studieren oder gar eigenständig künstlerisch arbeiten. Die herabsetzende Bezeichnung „Malweiber“ drückte die Vorstellung aus, dass Kunst als Beruf nur Männern vorbehalten sei und Frauen allenfalls als Dilettantinnen oder Musen akzeptiert wurden. Frauen war der Zugang zu Kunstakademien lange verwehrt, weshalb sie auf teure private Schulen oder eigene Initiativen angewiesen waren. Die Berufstätigkeit als Künstlerin galt als unangemessen, da sie sich angeblich der „weiblichen Bestimmung“ widersetzte. Viele dieser Frauen mussten sich gegen gesellschaftliche Vorurteile, finanzielle Abhängigkeiten und fehlende Anerkennung durchsetzen. Der Vortrag macht sichtbar, welchen Widerständen Künstlerinnen der Moderne begegneten – und wie stark sie dennoch zur Kunstgeschichte beigetragen haben. Künstlerinnen wie Gabriele Münter, Marianne von Werefkin oder Maria Marc sind Beispiele dafür, wie Frauen trotz dieser Hindernisse bedeutende Werke schufen und Kunstströmungen wie den Expressionismus mitprägten.

**A.20634GS** 19.02., 18.30-20.00 Uhr, 1x Do.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal  
Hubert Sauther  
8,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



### „Die Frau als Mensch.“ Am Anfang der Geschichte. (vhs.wissen live)

NEU!

Stolze Hüften aus Knochen, Stein, gebranntem Ton.

Wir nennen sie Göttinnen, doch wer oder was waren sie wirklich?

In Büchern über die Steinzeit sehen wir vorrangig Männer beim Jagen, Feuerstein schlagen oder Höhlen bemalen.

Die meisten Menschenbilder aber, die uns von Eiszeitmenschen selbst hinterlassen wurden, zeigen Frauen. Was waren das für Gesellschaften, die sie und ihr Geschlecht so zentral und ohne Scham darstellten?

Nach Jahren der Recherche kehrt Ulli Lust zurück mit ihrem groß angelegten Sachcomic über die Anfänge der Kunst und die Bedeutung der Empathie für das Überleben unserer Spezies: Rund um die archaisch-weiblichen Figurinen entfaltet sich eine vergessene Welt, in der die Heldenreise Gruppensache war, die nur gemeinsam bestanden werden konnte, von Frauen, Männern, Kindern oder auch nichtbinären Menschen in mitunter reich geschmückter Rolle.

Ulli Lust ist eine österreichische Comiczeichnerin und Illustratorin. Ihr Comic „Heute ist der letzte Tag vom Rest deines Lebens“ (avant-verlag) erhielt international viel Aufmerksamkeit und wurde mit dem Ignatz Award und dem Los Angeles Times Book Award ausgezeichnet.

Ulli Lust zählt zu den wichtigsten deutschsprachigen Comiczeichner\*innen, sie unterrichtet Zeichnung und Comic an der Hochschule Hannover und hat 2025 den Sachbuchpreis des Börsenvereins des Deutschen Buchhandels erhalten.

In Kooperation mit dem Börsenverein des Deutschen Buchhandels.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.20631GS** 04.03., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mi.

online

Ulli Lust

kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Kunst im Ohr – Ein Livestream für alle Sinne (vhs.wissen live)

NEU!

Von München nach Hamburg – vom Museum zu Ihnen!

Seien Sie dabei, wenn sich drei Freund\*innen der Kunst zusammenfinden und über bedeutende Kunstwerke aus der Neuen Pinakothek in München und aus der Hamburger Kunsthalle austauschen.

Bitte legen Sie ein paar Utensilien bereit. Damit laden wir Sie ein, Oberflächen und Materialien zu ertasten und den Geruchssinn zu aktivieren. Hören Sie unserer anregenden Unterhaltung nicht nur zu, sondern schmecken, riechen und spüren Sie mit uns die Kunst. Lassen Sie sich darauf ein, Kunst mit allen Sinnen zu erfahren.

In der ersten Folge beschäftigen wir uns mit zwei Spitzenwerken des französischen Malers Édouard Manet (1832 – 1883): Der „Nana“ von 1877 in der Hamburger Kunsthalle und „Le Déjeuner“, einem Highlight der Neuen Pinakothek in München aus dem Jahr 1868.

Halten Sie Zitrone und ein wenig frisches Kaffeepulver, einen Lippenstift, Schminkpinsel oder Taschenspiegel bereit.

Dr. Andrea Weniger leitet die Bildung und Vermittlung an der Hamburger Kunsthalle, Jochen Meister arbeitet an der Neuen Pinakothek in München. Beide sind Kunsthistoriker\*innen mit langjähriger Erfahrung in der Kunstvermittlung.

Claudia Böhme ist Historikerin und Expertin für kulturelle Angebote für Menschen mit Sehbehinderung.

In Kooperation mit der Neuen Pinakothek in



München und der Hamburger Kunsthalle.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.20621GS** 11.03., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mi.  
online

Dr. Andrea Weniger, Claudia Böhme, Jochen Meister  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### **Roma Eterna. Kunst und Kultur im Rom der Nachkriegszeit: Zwischen Trümmern, Widerstand und Erneuerung (vhs.wissen live)**

**NEU!**

Am 4. Juni 1944 wurde Rom von den alliierten Streitkräften befreit, ein entscheidender Wendepunkt in der Geschichte Italiens.

Die Stadt wurde zum Symbol der Befreiung vom faschistischen und nationalsozialistischen Regime und entwickelte sich in kurzer Zeit zu einem Zentrum des kulturellen Neuanfangs.

Rom, über Jahrhunderte ein Ort der Mythen, Erinnerung und künstlerischer Sehnsüchte, wurde nun selbst zum Schauplatz künstlerischer Erneuerung. Zwischen den Trümmern des Krieges entstanden neue Ausdrucksformen im Film, in der freien und angewandten Kunst, im Design und im Kunsthandwerk.

Künstlerinnen und Künstler gestalteten nicht nur ihre Gegenwart, sondern entwarfen auch ein neues Italien – mit einer Ästhetik, die Widerstand, Hoffnung und die Sehnsucht nach Freiheit mit neu entfesselter Kreativität vereinte und im Mythos von „la dolce vita“ kulminierte.

Der Vortrag geht der Frage nach, wie sich in freier Kunst, Film, Kunsthandwerk sowie durch das Inszenieren von Designikonen wie dem Vespa-Motorroller eine Ästhetik von Lebensgefühl und Optimismus formierte, die bis heute nachwirkt und entscheidend unsere Wahrnehmung der italienischen Kultur und Identität be-

einflusst.

Dr. Lisa Hockemeyer ist eine deutsche Design- und Kunsthistorikerin. Sie lehrt Designgeschichte in Mailand.

Die Veranstaltung wird live aus der Casa di Goethe in Rom gestreamt und findet in Kooperation mit L.I.S.A., dem Wissenschaftsportal der Gerda Henkel Stiftung, statt.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.20632GS** 01.04., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mi.  
online

Dr. Lisa Hockemeyer  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### **Benvenuto Cellini. Ein Künstlerleben (vhs.wissen live)**

**NEU!**

Durch Goethes Übersetzung hat die eigene Lebensbeschreibung des italienischen Goldschmieds und Bildhauers Benvenuto Cellini (1500-1571) zu großer Aufmerksamkeit und weiter Verbreitung gefunden.

In ihr schildert dieser sein Leben und Werk als untrennbar miteinander verwoben und wird so zum Zeitzeugen einer der vitalsten Epochen der neuzeitlichen Kunst.

Im Zentrum des Vortrags steht Cellinis spektakuläre Lebensgeschichte, die nicht nur Goethe anhaltend fasziniert hat, sondern die bis heute ein exemplarisches Zeugnis autonomer Künstlerexistenz darstellt.

Prof. em. Dr. Andreas Beyer lehrte an verschiedenen Universitäten im In- und Ausland. 2021 wurde er zum Mitglied der Deutschen Akademie für Sprache und Dichtung gewählt.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.20633GS** 02.04., 19.30-21.00 Uhr, 1x Do.  
online

Prof. em. Dr. Andreas Beyer



kostenfrei  
Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

## Malerei | Zeichnen

### Aquarellmalerei: Abstraktionsprozesse

Erlernen bzw. vertiefen Sie die Technik des Aquarellmalens: In diesem Kurs widmen wir uns Abstraktionsprozessen.

Die Teilnehmenden erlernen, wie sie realistische Motive, z.B. die Fotografie eines Hauses o.ä., in einzelne Farbflächen zerlegen können.

Ziel ist es, durch gezielte Vorzeichnungen und die anschließende Bemalung zu einer ausdrucksstarken und harmonisch aufgebauten Bildkomposition zu gelangen.

Bitte mitbringen: 2 gute Rundhaarpinsel, Größe 8 und 12; ein guter Aquarellkasten, ca. 12 Farben; 2 Bleistifte, 3B, 6B; 1 guter Aquarellblock, Größe ab ca. DIN A4; Schwämmchen oder Taschentücher; Wasserglas; Zeitung als Unterlage; evtl. Kreppband, 1cm Breite

**A.20715TH** ab 19.01., 19.30-21.00 Uhr, 8x Mo.

Thaleischweiler-Fröschen, Grundschule,  
Mensa

Ralph Ehrenreich  
49,00 €

Anmeldung bei der vhs Thaleischweiler-  
Wallhalben, 06334 441-207  
bzw. claudia.schwab@vgtw.de

NEU!

### Schütttechnik: Pigmente, Bindemittel und Wasser

NEU!

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen der Schütttechnik kennen und experimentieren mit der faszinierenden Kombination aus Pigmenten, Bindemitteln und Wasser. Durch verschiedene Fließ- und Gießprozesse entstehen lebendige, ungeplante Strukturen, Farbverläufe und spannende Effekte.

Unter fachkundiger Anleitung erkunden Sie unterschiedliche Materialien, üben den gezielten Einsatz von Konsistenzen und entdecken, wie Sie mit Zufall und Kontrolle gleichermaßen arbeiten können. Der Kurs eignet sich sowohl für Einsteiger\*innen als auch für alle, die ihre malerischen Ausdrucksmöglichkeiten erweitern möchten.

Am Ende nehmen Sie eigene, individuelle Werke mit nach Hause – jedes ein einzigartiges Farbspiel.

Bitte mitbringen: Papier ab 300 Gramm oder Leinwand, Pigmente, Bindemittel, ca. 50 Pappbecher, Pinsel, Sprühflasche, Klebeband, Fön, alte Handtücher, Küchenrolle

**A.20731DA** ab 26.02., 19.00-21.15 Uhr, 5x Do.

Dahn, vhs-Zentrum, Werkraum  
Manuela Schwarz-Thomas

49,00 € ab 8 Teilnehmenden  
49,00 € bei 7 Teilnehmenden  
55,00 € bei 6 Teilnehmenden  
66,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der vhs Dahn, 06391 924455  
bzw. heiser-vhs@web.de

### Schütttechnik: Lasuren mit Collagetechnik

NEU!

Dieser Kurs verbindet die Schütttechnik mit transparenten Lasuren und kreativen Collage-Elementen. Aus fließenden Farbaufträgen und zarten Farbschichten entwickeln sich vielschichtige, atmosphärische Bilder, die anschließend durch eingearbeitete Papiere, Strukturen und Materialien ergänzt werden.





Sie erfahren, wie Lasuren Tiefe und Leuchtkraft erzeugen, wie Collagen harmonisch eingebettet werden und wie die Kombination beider Techniken spannende, moderne Kunstwerke entstehen lässt.

Der Kurs richtet sich an alle, die Freude am Experimentieren haben und neue gestalterische Wege ausprobieren möchten – Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Papier ab 300 Gramm oder Leinwand, Pigmente, Bindemittel, ca. 50 Pappbecher, Pinsel, Sprühflasche, Klebeband, Fön, alte Handtücher, Küchenrolle

**A.20732DA** ab 23.04., 19.00-21.15 Uhr, 5x Do.

Dahn, vhs-Zentrum, Werkraum  
Manuela Schwarz-Thomas

49,00 € ab 8 Teilnehmenden

49,00 € bei 7 Teilnehmenden

55,00 € bei 6 Teilnehmenden

66,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der vhs Dahn, 06391 924455  
bzw. heiser-vhs@web.de



## Fotografie | Digitale Bildbearbeitung

### Fotografieren mit der digitalen Systemkamera

#### *Eine Kooperation mit dem Wasgau-Fotokreis*

Wer sich heute eine Systemkamera (entweder Spiegelreflexkamera oder auch Spiegellose) kauft, der erwartet eine deutliche Qualitätssteigerung seiner Aufnahmen gegenüber den üblichen Handy-„Knips“bildern. Um diese Möglichkeiten für Einsteiger\*innen nutzbar zu machen, bietet der Wasgau-Fotokreis speziell für diesen Kameratyp einen Kurs für Anfänger\*innen an.

Vermittelt werden die Grundprinzipien der Fototechnik (wie z.B. der Zusammenhang Blende/Belichtungszeit), die Bildgestaltung bei ver-

schiedenen Motiven und natürlich die sichere Bedienung der Kamera. Die erstellten Bilder werden anschließend gemeinsam bearbeitet und diskutiert.

Weil wir auch im Freien und bei Tageslicht fotografieren wollen, finden die Folgetermine nach Vereinbarung auch samstags bzw. sonntags tagsüber statt.

Bitte mitbringen: Kamera, Stativ (falls vorhanden), Motive

**A.21111HA** ab 17.04., 19.30-21:00 Uhr, 4x Fr.  
Hauenstein, Bürgerhaus, Multifunktionraum, 1.OG  
Bernd Rohner  
40,00 €

Anmeldung bei der vhs Hauenstein,  
vhshau@t-online.de bzw. 06392 2693

### Streetfotografie mit Model

NEU!

#### *Eine Kooperation mit dem Wasgau-Fotokreis*

Zwischen historischen Fachwerkhäusern erlernen die Teilnehmenden in der Altstadt von Annweiler Schritt für Schritt die Grundlagen und Besonderheiten der Personenfotografie im Freien. Gemeinsam mit einem erfahrenen Model setzen wir das Gelernte direkt um und beziehen die malerische Kulisse gezielt mit ein. In einer kleinen Lerngruppe vermitteln wir die People-Fotografie mit natürlichem Licht sowie mit Aufhellblitz unter Einbeziehung der Umgebung. Mitzubringen sind lediglich die eigene Kamera und, falls vorhanden, jedoch nicht zwingend erforderlich, ein Systemblitz.

**A.21115HA** 16.05., 19.00-20.30 Uhr, 1x Sa.

Annweiler, Altstadt  
Lukas Bomm  
25,00 €

Zusätzliche 25,00 € sind am Kurstag in bar als Aufwandsentschädigung für das Model zu erstatten.

Anmeldung bei der vhs Hauenstein,  
vhshau@t-online.de bzw. 06392 2693



## Fotoausstellung: Schottland

*Eine Kooperation mit dem Wasgau-Fotokreis*

Weitere Informationen folgen.



NEU!

## Plastisches Gestalten

### Modellieren mit Ton für Erwachsene

Das Erlernen von handwerklichen Grundlagen mit dem Material Ton steht im Vordergrund. In diesem Kurs wird ein gemeinsamer Arbeitsschwerpunkt auf das Erlernen der Plattentechnik gelegt. Die Teilnehmenden werden hierbei Schritt für Schritt unter fachkundiger Anleitung begleitet. Anregungen zum eigenen kreativen und experimentellen Gestalten werden durch die Kursleitung gegeben und jede\*r Teilnehmer\*in wird bei der Umsetzung der eigenen Ideen individuell unterstützt.

**A.20812HA** ab 28.01., 19.00-21.30 Uhr, 6x Mi.  
Hauenstein, Bürgerhaus, UG, Töpferwerkstatt  
Sandra Rohner  
54,00 €

Anmeldung bei der vhs Hauenstein,  
vhshau@t-online.de bzw. 06392 2693

### Modellieren mit Ton für Erwachsene

Das Erlernen von handwerklichen Grundlagen mit dem Material Ton steht im Vordergrund. In diesem Kurs wird ein gemeinsamer Arbeitsschwerpunkt auf das Erlernen der Wulsttechnik gelegt. Die Teilnehmenden werden hierbei Schritt für Schritt unter fachkundiger Anleitung begleitet. Anregungen zum eigenen kreativen und experimentellen Gestalten werden durch die Kursleitung gegeben und jede\*r Teilnehmer\*in wird bei der Umsetzung der eigenen Ideen individuell unterstützt.

**A.20813HA** ab 25.03., 19.00-21.30 Uhr, 6x Mi.  
Hauenstein, Bürgerhaus, UG, Töpferwerkstatt  
Sandra Rohner  
54,00 €

Anmeldung bei der vhs Hauenstein,  
vhshau@t-online.de bzw. 06392 2693

### Modellieren mit Ton für Erwachsene

Das Erlernen von handwerklichen Grundlagen mit dem Material Ton steht im Vordergrund. In diesem Kurs wird ein gemeinsamer Arbeitsschwerpunkt auf das Lasieren gelegt. Die Teilnehmenden werden hierbei Schritt für Schritt unter fachkundiger Anleitung begleitet. Anregungen zum eigenen kreativen und experimentellen Gestalten werden durch die Kursleitung gegeben und jede\*r Teilnehmer\*in wird bei der Umsetzung der eigenen Ideen individuell unterstützt.

**A.20814HA** ab 20.05., 19.00-21.30 Uhr, 6x Mi.  
Hauenstein, Bürgerhaus, UG, Töpferwerkstatt  
Sandra Rohner  
54,00 €

Anmeldung bei der vhs Hauenstein,  
vhshau@t-online.de bzw. 06392 2693







## Modellieren mit Ton für Kinder

In diesem Kurs erlernen Kinder Schritt für Schritt unter fachkundiger Anleitung die ersten Grundlagen im Umgang mit dem Material Ton. Das Ziel des Kurses soll sein, kleine Ton-Figuren anzufertigen und mit nach Hause nehmen zu können.

Der angeleitete Umgang mit dem Material Ton fördert nicht nur die Kreativität, sondern auch den Ausbau von sensorischen und haptischen Fähigkeiten bei Kindern.

**A.820811HA** ab 24.02., 16.30-18.00 Uhr, 4x Di.

Hauenstein, Bürgerhaus, Töpferwerkstatt UG

Sandra Rohner

30,00 €

Anmeldung bei der vhs Hauenstein,  
vhshau@t-online.de bzw. 06392 2693

Arbeitsschwerpunkt: Arbeit mit Nahtlinien und Passzeichen

**A.20933GS** ab 28.04., 19.00-21.15 Uhr, 5x Di.

Rodalben, BBS, Nähraum

Margit Bereswill

46,00 € ab 8 Teilnehmenden

53,00 € bei 7 Teilnehmenden

62,00 € bei 6 Teilnehmenden

74,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

## Textiles Gestalten

### Weg von der Stange – Mode selbst entworfen und gefertigt

Tragen Sie Ihre eigene Mode! Sie möchten neue Kleidungsstücke (Kleider oder Blusen, Hosen, Röcke oder Mäntel) individuell herstellen, geliebte Teile aufwerten oder reparieren? In diesem Kurs lernen Sie unter fachkundiger Anleitung, wie Sie dabei schrittweise vorgehen können.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Schere, Stecknadeln.

Arbeitsschwerpunkt: Wie lese und verstehe ich Schnittmuster?

**A.20931GS** ab 15.01., 19.00-21.15 Uhr, 5x Di.

Arbeitsschwerpunkt: Stoffkunde

**A.20932GS** ab 10.03., 19.00-21.15 Uhr, 5x Di.



### Weg von der Stange – Mode selbst entworfen und gefertigt

Tragen Sie Ihre eigene Mode! Sie möchten neue Kleidungsstücke (Kleider oder Blusen, Hosen, Röcke oder Mäntel) individuell herstellen, geliebte Teile aufwerten oder reparieren? In diesem Kurs lernen Sie unter fachkundiger Anleitung, wie Sie dabei schrittweise vorgehen können.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Schere, Stecknadeln.



**Arbeitsschwerpunkt:** Wie lese und verstehe ich Schnittmuster?

**A.20931BR** ab 15.01., 19.00-22.00 Uhr, 5x Do.

**Arbeitsschwerpunkt:** Stoffkunde

**A.20932BR** ab 12.03., 19.00-22.00 Uhr, 5x Do.

**Arbeitsschwerpunkt:** Arbeit mit Nahtlinien und Passzeichen  
**Arbeitsschwerpunkt:** Stoffkunde

**A.20933BR** ab 07.05., 19.00-22.00 Uhr, 5x Do.

62,00 €

Bruchweiler-Bärenbach, Kultursaal

Margit Bereswill

Anmeldung bei der vhs Bruchweiler-Bärenbach, 06394 1809

### Strick- und Häkeltechniken: Frühjahr und Sommer

Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

Handarbeit ist das neue Yoga. Mit der richtigen Technik kann sie für Entspannung sorgen, Stress abbauen. Zudem dient sie als Gehirnwurkout: Maschen zählen, anpassen, Muster variieren, Farben kombinieren – all dies erlernen Sie unter fachkundiger Anleitung.

In diesem Kurs liegt der Fokus auf Techniken, die ideal für die warme Jahreszeit sind. Wir arbeiten mit leichten, luftigen Garnen und erproben frühlings- und sommerliche Muster, die sich besonders für Tücher, leichte Mützen, Stulpen oder sommerliche Accessoires eignen. Sie entdecken, wie Sie feine Strukturen, filigrane Lochmuster und zarte Farbverläufe gezielt einsetzen können.

Sie stricken oder häkeln bereits ein wenig, aber es fehlen Ihnen die Ideen für passende Projekte? Auch dann sind Sie hier genau richtig. Lassen Sie den Alltagsstress hinter sich und freuen Sie sich über den Fortschritt Ihrer Arbeit und auf kreative Inspirationen.

**A.20911DA** ab 09.03., 19.00-21.30 Uhr, 3x Mo.

Dahn, vhs-Zentrum, R3

Ilse Heiser

28,00 €

Anmeldung bei der vhs Dahn, 06391 924455  
bzw. heiser-vhs@web.de



### Musik | Tanz

**Musik, Wissenschaft und Technik – eine harmonische Reise durch zwei Jahrhunderte**  
(vhs.wissen live)

NEU!

Im Vortrag wird die harmonische Beziehung zwischen Naturwissenschaftlern, Ingenieuren und Musikern in den letzten beiden Jahrhunderten behandelt.

Wissenschaftler und Ingenieure haben Musikern und Komponisten neue Möglichkeiten der Klangerzeugung und ästhetischen Gestaltung gegeben.

Beispiele sind Wilhelm E. Webers Forschungen zu adiabatischen Phänomenen und kompensierten Orgelpfeifen, Hermann von Helmholtz' Beiträge zur akustischen Resonanz und zum Steinway-Resonanzboden, sowie Friedrich Trautweins Arbeiten zur Radio-Klangtreue und seine Erfindung des Trautoniums.

Thema wird auch die Zusammenarbeit von





Physiologen, Physikern und Klavierpädagogen sein, die die Technik des Klavierspiels verbessern wollten.

Prof. Dr. Myles W. Jackson ist ein US-amerikanischer Wissenschaftshistoriker und derzeit Professor am Institute for Advanced Study, Princeton, sowie u.a. außerordentliches Mitglied der acatech.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech) statt.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.11005GS** 21.07., 19.30-21.00 Uhr, 1x Di.

online

Dr. Andrea Fischer

kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,

info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### **Djembé – Westafrikanisches Trommeln für Einsteiger\*innen**

Die Djembé ist eine der faszinierendsten Trommeln Westafrikas – energiegeladen, vielseitig und schnell erlernbar.

In diesem Kurs entdecken Sie die Grundlagen des Djembéspiels und erleben die Kraft des gemeinsamen Trommelns in der Gruppe. Schritt für Schritt werden einfache Basisrhythmen, Spieltechniken und traditionelle Begleitstimmen vermittelt. Zudem erwerben die Teilnehmenden ein Grundverständnis für Tempo, Zusammenspiel und Rhythmusgefühl. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – Freude am Rhythmus genügt!

Trommeln werden zur Verfügung gestellt.

**A.21311HE** 14.03., 11.00-12.30 Uhr, 1x Sa.

Hermersberg, Rathaus, Ratssaal

Loretta Hüther

6,00 €

Anmeldung bei der vhs Hermersberg,

06333 980086 bzw. rene@koennel.com

**A.21311GS** 16.05., 11.00-12.30 Uhr, 1x Sa.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal

Loretta Hüther

8,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,

info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



### **Folklore- und Volkstanz für Anfänger\*innen und Geübte**

Lernen Sie traditionelle landestypische Tanzweisen kennen! Musikalisch führt die Reise durch Deutschland und in verschiedene europäische Nachbarländer.

Die Tanzformen variieren zwischen Kreis- und Reihenformationen und sind für Anfänger\*innen und Geübte geeignet. Sie erlernen die Tänze unter fachkundiger Anleitung.

**A.20510DA** wöchentlich, 20.00-21.00 Uhr, Mo.

Dahn, vhs-Zentrum, Foyer

Ursula Anstett

kostenfrei

Information und Anmeldung bei Ursula Anstett

(Folkloretanz-Arbeitsgemeinschaft Volkstanz), 06391-3894 bzw.

ursula@anstett.info





Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Gesundheitskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. Das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig. Die aktuelle Forschung weist immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen berücksichtigen seit Langem diese Erkenntnisse. Sachinformationen werden mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte; dies sind wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.

## Yoga

### Yoga

Sie lernen in diesem Hatha-Yoga-Kurs unter fachkundiger Anleitung verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, Entspannungsfähigkeit und des Umgangs mit Stress kennen. Sie begegnen den Grundprinzipien und Körperübungen und -haltungen (Asanas) des Hatha-Yogas und erfahren, wie Sie durch die sanft angeleiteten Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen zu mehr Gelassenheit finden und neue Kraft schöpfen können. Hatha-Yoga ermöglicht es, Körper, Geist und Seele in ihrer Ganzheit zu erleben. Die aufmerksame Wahrnehmung des Körpers und die Verbindung mit dem Atem eröffnen ein bewusstes Ankommen im Körper. Damit können die eigenen Gesundheitskompetenzen und Ressourcen gestärkt und erweitert werden, die für die Regeneration und Erholung und für die stressreduzierte Gestaltung des (Berufs-/Familien-) Alltags eingesetzt werden können. In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf gezielten Übungen für den Rücken.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke/Yoga- oder Isomatte

**A.30103RO** ab 14.01., 18.00-19.15 Uhr, 10x Mi.

Rodalben, Mozartschule, Turnhalle

Ulrike Colle

58,00 €

Anmeldung bis Ende Januar

bei der Geschäftsstelle,

info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336,

danach erfolgt Veröffentlichung neuer

Anmeldemodalitäten.

### Yoga

In diesem Yoga-Kurs wollen wir eine Balance zwischen Körper und Geist erlangen. Durch eine Kombination aus Yoga-Techniken wie Asanas (Körperhaltungen), Pranayama (Erweiterung der Lebensenergie durch Atemübungen), aus Meditation, Faszienübungen sowie anatomischem Bewusstsein werden wir uns unter fachkundiger Anleitung durch die Stunden bewegen. Die Teilnahme an diesem Kurs ist für alle geeignet, da sich die Kursleiterin auch an den individuellen Voraussetzungen der Teilnehmenden orientiert. Dabei geht es nicht um Perfektion und Leistung, sondern um Achtsamkeit und Bewusstheit für die eigene Befindlichkeit. Der Schwerpunkt liegt in diesem Kurs auf gezielten Atemübungen.

Bitte mitbringen: Yoga-Matte, Decke, bequeme Kleidung



**A.30111HA** ab 15.01., 19.00-20.30 Uhr, 10x Do.  
Hauenstein, Grundschule, Turnhalle  
Astrid Starck  
65,00 €

Anmeldung bei der vhs Hauenstein,  
vhshau@t-online.de bzw. 06392 2693

### Yoga für alle

Yoga kann dabei unterstützen, den Körper zu kräftigen und beweglich zu halten, den Atem bewusst zu lenken und die Lebensenergie in Fluss zu bringen. Achtsame Bewegung, Entspannung und meditative Elemente laden dazu ein, zur Ruhe zu kommen und sich selbst bewusster zu begegnen. In diesem Kurs liegt ein besonderer Fokus auf Übungen für den Rücken. Sie erlernen diese unter fachkundiger Leitung Schritt für Schritt.

Bitte mitbringen: Handtuch, Socken, Yogamatte

**A.30101RO** ab 19.01., 18.30-20.00 Uhr, 10x Mo.  
Rodalben, Mozartschule, Musiksaal  
(Nebeneingang rechts neben Haupteingang)  
Thomas Luckenbach  
65,00 €

Anmeldung bis Ende Januar  
bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336,  
danach erfolgt Veröffentlichung neuer  
Anmeldemodalitäten.

### Hatha-Yoga

„Man kann den Wert von Yoga nicht beschreiben, man muss ihn erfahren.“ (B. K. S. Iyengar)

Yoga steht für Einheit und Harmonie und kann dabei unterstützen, die innere Quelle von Wohlbefinden und Gesundheit zu entfalten. Unter fachkundiger Anleitung werden die erlernten Übungen in jeder Unterrichtsstundeweiter weiter vertieft.

Die Teilnehmer\*innen erwartet ein ganzheitliches Yoga-Programm aus

- Asanas (Körperhaltungen): Aufwärmübungen und eine Übungsreihe von Grundstellungen bringen ein neues Körpergefühl, Flexibilität und Kraft

- Pranayama (Atemübungen): Sie lernen verschiedene, auch im Alltag sehr nützliche, harmonisierende Atemtechniken.

- Tiefenentspannung: Führt dazu, dass die Teilnehmer\*innen mit der Zeit ein immer stärkeres Konzentrationsvermögen entwickeln. Sie fördert die Regeneration und schenkt innere Ruhe, um dem Stress im Alltag leichter zu begegnen.

Ein Hauptaugenmerk wird in diesem Kurs auf Muskelkraft und Ausdauer gelegt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yoga-Matte, Yoga-Block, leichte Decke, Kissen

**A.30101TH** ab 21.01, 18.15-19.15 Uhr, 20x Mi.

**A.30103TH** ab 23.01., 18.15-19.15 Uhr, 20x Fr.

Saalstadt, Festhalle

Kirsten Ludes

89,00 €

Anmeldung bei der vhs Thaleischweiler-  
Wallhalben, 06334 441-207 bzw.  
claudia.schwab@vgtw.de

Bitte zu allen Kursen  
bequeme Kleidung tragen  
und dicke Socken, Decke/  
Yoga- oder Isomatte  
mitbringen



### Yoga für Anfänger\*innen – Kurs 4

Dieser Kurs ist ein Aufbaukurs zu den vorangegangenen Kursen für Yoga-Anfänger\*innen. Bereits geübte Asanas werden variiert und miteinander verbunden, so dass kleine Übungsreihen entstehen. Neue Asanas kommen hinzu. Ein Schwerpunkt wird in diesem Kurs auf die Atmung gelegt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke, Yoga- oder Isomatte.

**A.30111TH** ab 25.02., 19.00-20.00 Uhr, 10x Mi.

Petersberg, Dreierherrensteinhalle

Susanne Müller

48,00 €

Anmeldung bei der vhs Thaleischweiler-Wallhalben, 06334 441-207 bzw.

claudia.schwab@vgtw.de



### Hatha-Yoga

Yoga kann dabei unterstützen, bis ins hohe Alter beweglich und ausdauernd zu bleiben. Darüber hinaus lehrt uns Yoga, wie wir unabhängig von äußeren Umständen Ruhe und Gelassenheit in uns selbst finden können.

Neben harmonisch aufeinander abgestimmten Asanas liegt der Schwerpunkt in diesem Kurs auf der Körperhaltung.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke, Yoga- oder Isomatte, Kissen

**A.30117TH** ab 2., 17.30-18.30 Uhr, 10x Do.

Weselberg, OT Harsberg, DGH

Susanne Müller

48,00 €

Anmeldung bei der vhs Thaleischweiler-Wallhalben, 06334 441-207 bzw.

claudia.schwab@vgtw.de

### Hatha-Yoga

Es erwarten Sie dynamisch fließende Yoga-Übungen zu sanfter Musik. Die intensiven Asanas (Übungen) können mentale und körperliche Kraft spenden und die Beweglichkeit verbessern. Die Teilnehmenden werden bei den einzelnen Sequenzen fachkundig angeleitet. In diesem Kurs wird der Schwerpunkt auf Übungen für den Rücken gelegt.

Geübt wird im Rhythmus des eigenen Atems. Eine Entspannungssequenz rundet den Kurs ab.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke/Yoga- oder Isomatte

**A.30115HE** ab 23.03., 17.30-19.00 Uhr, 8x Mo.

Hermersberg, Rathaus, Dachgeschoss

Daniela Schnöder

60,00 €

Anmeldung bei der vhs Hermersberg,

06333 980086 bzw. rene@koennel.com

### Yoga

Sie lernen in diesem Hatha-Yoga-Kurs unter fachkundiger Anleitung verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, Entspannungsfähigkeit und des Umgangs mit Stress kennen. Sie begegnen den Grundprinzipien und Körperübungen und -haltungen (Asanas) des Hatha-Yogas und erfahren, wie Sie durch die sanft angeleiteten Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen zu mehr Gelassenheit finden und neue Kraft schöpfen können. Hatha-Yoga ermöglicht es, Körper, Geist und Seele in ihrer Ganzheit zu erleben. Die aufmerksame Wahrnehmung des Körpers und die Verbindung mit dem Atem eröffnen ein bewusstes Ankommen im Körper.



Damit können die eigenen Gesundheitskompetenzen und Ressourcen gestärkt und erweitert werden, die für die Regeneration und Erholung und für die stressreduzierte Gestaltung des (Berufs-/Familien-) Alltags eingesetzt werden können. In diesem Kurs wird ein Hauptaugenmerk auf die Atmung gelegt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke/Yoga- oder Isomatte

**A.30104RO** ab 15.04., 18.00-19.15 Uhr, 10x Mi.

Rodalben, Mozartschule, Turnhalle  
Ulrike Colle

58,00 €

Anmeldung bis Ende Januar

bei der Geschäftsstelle,

info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336,

danach erfolgt Veröffentlichung neuer Anmeldemodalitäten.

## Yoga

In diesem Yoga-Kurs wollen wir eine Balance zwischen Körper und Geist erlangen. Durch eine Kombination aus Yoga-Techniken wie Asanas (Körperhaltungen), Pranayama (Erweiterung der Lebensenergie durch Atemübungen), aus Meditation, Faszienübungen sowie anatomischem Bewusstsein werden wir uns unter fachkundiger Anleitung durch die Stunden bewegen. Die Teilnahme an diesem Kurs ist für alle geeignet, da sich die Kursleiterin auch an den individuellen Voraussetzungen der Teilnehmenden orientiert. Dabei geht es nicht um Perfektion und Leistung, sondern um Achtsamkeit und Bewusstheit für die eigene Befindlichkeit. Der Schwerpunkt liegt in diesem Kurs auf der gezielten Stärkung von Muskeln und Sehnen.

Bitte mitbringen: Yoga-Matte, Decke, bequeme Kleidung

**A.30112HA** ab 07.05., 19.00-20.30 Uhr, 6x Do.

Hauenstein, Grundschule, Turnhalle

Astrid Starck

39,00 €

Anmeldung bei der vhs Hauenstein,

vhshau@t-online.de bzw. 06392 2693

## Restoratives Yoga

Restoratives Yoga ist körperlich weniger intensiv als andere Yoga-Formen. Es zielt darauf ab, in totale Entspannung einzutauchen und alle Anspannungen loszulassen. Die Haltung soll mit geringstmöglicher Anstrengung eingenommen werden. Lernen Sie die Bewegungen Schritt für Schritt unter fachkundiger Anleitung kennen. Im Vordergrund stehen in diesem Kurs Dehn- und Atemübungen. Hilfsmittel wie Yoga-Blöcke können dabei unterstützen, bis in die Tiefen zu entspannen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yogamatte, Yoga-Block, leichte Decke, Kissen

**A.30104TH** ab 21.01., 17.00-18.00 Uhr, 20x Mi.

Saalstadt, Festhalle

Kirsten Ludes

89,00 €

Anmeldung bei der vhs Thaleischweiler-

Wallhalben, 06334 441-207 bzw.

claudia.schwab@vgtw.de

## Yin-Yoga

Yin-Yoga ist ein langsamerer, passiverer Yogastil. Sanfte Dehnungen, bewusste Selbstwahrnehmung und Entspannung stehen hier besonders im Vordergrund. Unter fachkundiger Anleitung werden die erlernten Übungen in jeder Unterrichtsstunde weiter vertieft. Ein Hauptaugenmerk wird in diesem Kurs auf Techniken zur Stressreduktion und Tiefenentspannung gelegt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yoga-Matte, Yoga-Block, leichte Decke, Kissen

**A.30102TH** ab 23.01., 17.00-18.00 Uhr, 20x Fr.

Saalstadt, Festhalle

Kirsten Ludes

89,00 €

Anmeldung bei der vhs Thaleischweiler-

Wallhalben, 06334 441-207 bzw.

claudia.schwab@vgtw.de



### Yoga für Fortgeschrittene

Yoga lädt dazu ein, Entspannung zu finden, Stress abzubauen und Techniken zu erlernen, die dabei unterstützen können, die Anspannung im Alltag besser zu überwinden. Darüber hinaus kann es dazu führen, vieles feinfühler zu erleben. Wir interessieren uns nicht nur für den Körper, sondern auch für den Geist. Wir öffnen uns für die tieferen Gründe und Sinneszusammenhänge des Lebens und suchen nach tieferen Gründen des Daseins. Schwerpunkt des Kurses sind neben den Asanas und Atemübungen Impulse, wie unser „geistiges Hamsterrad“ unterbrochen werden kann.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke/Yoga- oder Isomatte.

**A.30122TH** ab 26.02., 19.45-21.00 Uhr, 10x Do.

Thaleischweiler-Fröschen, Grundschule, Turnhalle

Susanne Müller

60,00 €

Anmeldung bei der vhs Thaleischweiler-Wallhalben, 06334 441-207 bzw. claudia.schwab@vgtw.de

### Hatha-Yoga (für Geübte)

Sie vertiefen in diesem Hatha-Yoga-Kurs verschiedene Kenntnisse zur Verbesserung der Beweglichkeit, Entspannungsfähigkeit und des Umgangs mit Stress, die Sie bereits in vorherigen Kursen erworben haben. Sie intensivieren unter fachkundiger Anleitung die Grundprinzipien und Körperübungen und -haltungen (Asanas) des Hatha-Yoga und erfahren, wie Sie durch die sanft angeleiteten Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen zu mehr Gelassenheit finden und neue Kraft schöpfen können. Hatha-Yoga kann es ermöglichen, Körper, Geist und Seele in ihrer Ganzheit zu erleben. Die aufmerksame Wahrnehmung des Körpers und die Verbindung mit dem Atem können ein bewusstes Ankommen im Körper eröffnen samt seiner Möglichkeiten und

Wir sind immer auf der Suche nach Dozent\*innen, bewerben Sie sich gerne bei uns unter [info@kvhs-swp.de](mailto:info@kvhs-swp.de) oder unter 06331 809-336

Grenzen. Damit können die eigenen Gesundheitskompetenzen und Ressourcen gestärkt und erweitert werden, die für die Regeneration und Erholung und für die stressreduzierte Gestaltung des (Berufs-/ Familien-) Alltags eingesetzt werden können. In diesem Kurs wird der Schwerpunkt auf Übungen für den Beckenboden gelegt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke/Yoga- oder Isomatte

**A.30121HE** ab 23.03., 19.15-20.45 Uhr, 8x Mo.

Hermersberg, Rathaus, Dachgeschoss

Daniela Schnöder

60,00 €

Anmeldung bei der vhs Hermersberg, 06333 980086 bzw. [renate@koennel.com](mailto:renate@koennel.com)

### VINYASA-Power-Yoga

Vinyasa-Yoga ist eine Abwandlung des Hatha-Yogas. Anders als beim eher statischen und kräftigenden Hatha-Yogastil, geht es in einer Vinyasa-Stunde sehr dynamisch zu.

Die intensiven Asanas (Übungen) können mentale und körperliche Kraft spenden und die Beweglichkeit verbessern. Die Teilnehmenden werden bei den einzelnen Sequenzen fachkundig angeleitet. Geübt wird bewusst im Rhythmus des eigenen Atems. Eine Entspannungs-





sequenz rundet den Kurs ab. In diesem Kurs wird ein Schwerpunkt auf Übungen für den Rücken gelegt.

Bitte mitbringen: Eigene Yogamatte

**A.30103HE** ab 03.03., 18.45-20.00 Uhr, 8x Di.

**A.30101HE** ab 04.03., 18.30-19.45 Uhr, 8x Mi.

Hermersberg, Rathaus, Dachgeschoss

Tanja Weis

48,00 €

Anmeldung bei der vhs Hermersberg,  
06333 980086 bzw. renete@koennel.com

## Qi Gong

### Qi Gong

Lernen Sie im Rahmen dieses Kurses, wie Sie sich von Stress und Anspannung befreien, Ihre innere Ruhe und Stärke fördern und mehr Energie gewinnen können! Die langsamen, konzentrierten Übungen können dabei helfen, Körper und Seele in Einklang zu bringen. Die Teilnehmenden erlernen diese unter fachkundiger Anleitung Schritt für Schritt. Die Atmung bildet einen Schwerpunkt in diesem Kurs.

**A.30141GS** ab 14.01., 16.15-17.45 Uhr, 7x Mi.

**A.30142GS** ab 14.01., 18.00-19:30 Uhr, 7x Mi.

Münchweiler, Bürgerhaus

Heike Bischoff

66,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



### Qi Gong

Qi Gong arbeitet mit weichen, sanften Bewegungen, ohne Anstrengung. Es ist ideal, um Stress abzubauen. Auch die Atmung spielt hierbei eine große Rolle. Die langsamen, konzentrierten und fachkundig angeleiteten Übungen können dabei helfen, Ruhe und Entspannung in sich selbst zu finden und Sehnen und Bänder zu kräftigen. Das Hauptaugenmerk wird in diesem Kurs auf die Faszienflexibilität gelegt. Der Kurs ist für jedes Alter und für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse geeignet.

Bitte mitbringen: Dicke Socken oder weiche Gymnastikschuhe

**A.30141HA** ab 15.01., 10.00-11:00 Uhr, 11x Do.

**A.30142HA** ab 15.01., 18.30-19:30 Uhr, 11x Do.

Hauenstein, Bürgerhaus, Multifunktionsraum,  
1.OG

Birgit Weinberger

60,00 €

Anmeldung bei der vhs Hauenstein,  
vhshau@t-online.de bzw. 06392 2693

### Qi Gong

Qi Gong stammt aus China und vereint Bewegung, Kampfkunst, Atmung, Konzentration und Meditation. Als Qi kann man die Lebenskraft bezeichnen, wobei physische und psychische Komponenten gleichermaßen Berücksichtigung finden. Die langsamen, konzentrierten Übungen dieser chinesischen Lehre zielen stets darauf ab, Körper und Geist in Einklang zu bringen. Die Teilnehmenden lernen diese unter fachkundiger Anleitung Schritt für Schritt kennen und umzusetzen. Die Atmung bildet einen Schwerpunkt in diesem Kurs.

**A.30142HE** ab 15.01., 17.30-19.00 Uhr, 7x Do.

**A.30143HE** ab 15.01., 19.15-20.45 Uhr, 7x Do.

Hermersberg, Rathaus, Dachgeschoss  
Heike Bischoff



47,00 €

Anmeldung bei der vhs Hermersberg,  
06333 980086 bzw. renete@koennel.com

### Wirbelsäulen-Qi Gong

Die Teilnehmenden erwartet ein sanfter Bewegungskurs zur Stärkung und Mobilisierung der Wirbelsäule. Fließende Übungen und bewusste Atmung können Entspannung, Körperbewusstsein und innere Balance fördern. Qi Gong beinhaltet sanfte Bewegungs- und Atemtechniken, einige erlernen Sie in diesem Kurs unter fachkundiger Anleitung Schritt für Schritt. Sowohl Einsteiger\*innen als auch Geübte sind willkommen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und rutschfeste Socken

**A.30141RO** ab 03.03., 18.15-19.15 Uhr, 8x Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal  
Kornelia Schütz

34,00 €

Anmeldung bis Ende Januar  
bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336,  
danach erfolgt Veröffentlichung neuer  
Anmeldemodalitäten

### Qi Gong

Lernen Sie im Rahmen dieses Kurses, wie Sie sich von Stress und Anspannung befreien, Ihre innere Ruhe und Stärke fördern und mehr Energie gewinnen können! Die langsamen, konzentrierten Übungen können dabei helfen, Körper und Seele in Einklang zu bringen. Die Teilnehmenden erlernen diese unter fachkundiger Anleitung Schritt für Schritt. Das Hauptaugenmerk wird auf den Umgang mit Polaritäten, wie z.B. Bewegung und Ruhe/Anspannung und Entspannung gelegt.

**A.30143GS** ab 15.04., 16.15-17.45 Uhr, 5x Mi.

**A.30144GS** ab 15.04., 18.00-19.30 Uhr, 5x Mi.

Münchweiler, Bürgerhaus

Heike Bischoff

47,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Qi Gong

Qi Gong arbeitet mit weichen, sanften Bewegungen, ohne Anstrengung. Es ist ideal, um Stress abzubauen. Auch die Atmung spielt hierbei eine große Rolle. Die langsamen, konzentrierten und fachkundig angeleiteten Übungen können dabei helfen, Ruhe und Entspannung in sich selbst zu finden und Sehnen und Bänder zu kräftigen. In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf gezielten Atemübungen. Der Kurs ist für jedes Alter und für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse geeignet.

Bitte mitbringen: Dicke Socken oder weiche Gymnastikschuhe

**A.30143HA** ab 16.04., 10.00-11:00 Uhr, 10x Do.

**A.30144HA** ab 16.04., 18.30-19:30 Uhr, 10x Do.

Hauenstein, Bürgerhaus, Multifunktionsraum,  
1.OG

Birgit Weinberger

55,00 €

Anmeldung bei der vhs Hauenstein,  
vhshau@t-online.de bzw. 06392 2693





## Qi Gong

Qi Gong stammt aus China und vereint Bewegung, Kampfkunst, Atmung, Konzentration und Meditation. Als Qi kann man die Lebenskraft bezeichnen, wobei physische und psychische Komponenten gleichermaßen Berücksichtigung finden. Die langsamen, konzentrierten Übungen dieser chinesischen Lehre zielen stets darauf ab, Körper und Geist in Einklang zu bringen. Die Teilnehmenden lernen diese unter fachkundiger Anleitung Schritt für Schritt kennen und umzusetzen. Das Hauptaugenmerk wird in diesem Kurs auf den Umgang mit Polaritäten, wie z.B. Bewegung und Ruhe/Anspannung und Entspannung gelegt.

**A.30144HE** ab 16.04., 17.30-19.00 Uhr, 4x Do.

**A.30145HE** ab 16.04., 19.15-20.45 Uhr, 4x Do.

Hermersberg, Rathaus, Dachgeschoss

Heike Bischoff

27,00 €

Anmeldung bei der vhs Hermersberg,

06333 980086 bzw. rene@koennel.com

## Gymnastik

### Rhythmische Gymnastik für junggebliebene Seniorinnen

Ziel des ganzheitlichen Gymnastikkurses ist es, mit leichter Ausgleichsgymnastik und rhythmischen Bewegungsübungen die Teilnehmerinnen darin zu unterstützen, ihre Beweglichkeit bis ins hohe Alter zu erhalten.

Das Trainingsprogramm beinhaltet unter fachkundiger Anleitung Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit, des Gleichgewichtssinns und der Koordination sowie zur Kräftigung der Muskulatur und altersgemäßen Konditionsschulung.

Auch Übungen speziell für die Wirbelsäule ste-

hen auf dem Programm. Die Teilnehmerinnen haben die Möglichkeit, Musik ihrer Wahl zum Kurs mitzubringen. Ein Hauptaugenmerk wird in diesem Kurs auf Übungen zur Stärkung der Koordination gelegt.

Bitte mitbringen: Bequeme Sportsachen, Sportschuhe

**A.30211LE** ab 13.01., 19.00-20.00 Uhr, 10x Do.

Lemberg, Grundschule, Turnhalle

Gabriele Phillips

41,00€

Anmeldung bei der vhs Lemberg,

r.knoth@lksuedwestpfalz.de bzw.

06331 809-335

### Gymnastik für Ältere

Gezielte Gelenkmobilisation und der abwechslungsreiche Einsatz von Geräten wie Hanteln, Gymnastikband oder Redondoball können Beweglichkeit und Kraft fördern. Im Kurs lernen Sie unter fachkundiger Anleitung Bewegungsformen kennen, die der Verbesserung der Koordination, der Beweglichkeit und allgemeinen körperlichen Fitness im Alltag dienen können. Dehnübungen runden das Programm ab. Ein Schwerpunkt wird in diesem Kurs auf Übungen für einen gestärkten Rücken gelegt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke/Yoga- oder Isomatte.

**A.30211TR** ab 28.01., 18.00-19.00 Uhr, 10x Mi.

Trulben, Trualhalle

Gerdi Lenker

28,00€

Anmeldung bei der vhs Trulben,

re.goeller@freenet.de bzw. 06335 1646



### Gymnastik für Ältere

Gezielte Gelenkmobilisation und der abwechslungsreiche Einsatz von Geräten wie Hanteln, Gymnastikband oder Redondoball können Beweglichkeit und Kraft fördern. Im Kurs lernen Sie unter fachkundiger Anleitung Bewegungsformen kennen, die der Verbesserung der Koordination, der Beweglichkeit und allgemeinen körperlichen Fitness im Alltag dienen können. Dehnübungen runden das Programm ab. Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt darauf, beweglich zu bleiben und Techniken zu erlernen, um die eigene Kraft langfristig erhalten zu können.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke/Yoga- oder Isomatte.

**A.30212TR** ab 22.04., 18.00-19.00 Uhr, 10x Mi.

Trulben, Trualbhalle

Gerdi Lenker

28,00€

Anmeldung bei der vhs Trulben,

re.goeller@freenet.de bzw. 06335 1646

### Wirbelsäulengymnastik | Rückenschule

#### Wirbelsäulengymnastik

Die Kursleitung vermittelt gezielte Dehn-, Kräftigungs- und Entspannungsübungen, welche Rücken- und Bauchmuskulatur stärken. Wirbelsäulenschäden und Rückenleiden können so vorgebeugt werden. Daneben soll in diesem Kurs ein Bewusstsein für die wirbelsäulengerechten Bewegungen und Haltungen im Alltag geschaffen werden, um die Gesundheit der Teilnehmenden nachhaltig zu stärken.

Der Schwerpunkt wird in diesem Kursabschnitt auf Übungen zur Kräftigung des oberen Rückens gelegt.

Wir weisen darauf hin, dass es sich hierbei nicht um Krankengymnastik handelt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke/Yoga- oder Isomatte.

**A.30265HA** ab 13.01., 08.30-09.30 Uhr, 15x Di.

**A.30266HA** ab 13.01., 09.30-10.30 Uhr, 15x Di.

Hauenstein, TVH-Halle

Petra Memmer

52,00 €

**A.30263HA** ab 15.01., 18.00-19.00 Uhr, 15x Do.

**A.30264HA** ab 15.01., 19.00-20.00 Uhr, 15x Do.

Hauenstein, Grundschule, Saal der Kultur

Petra Memmer

52,00 €

Anmeldung bei der vhs Hauenstein,  
vhshau@t-online.de bzw. 06392 2693



#### Body Style und Rückenschule

Die Teilnehmenden erwarten gezielte Lerneinheiten zur Stärkung von Bauch, Beine und Po, aber auch der Rücken wird hierbei nicht vernachlässigt. Straffung und Kräftigung stehen im Vordergrund. Durch den Einsatz von Hanteln, Gymnastikband, -ball etc. werden die Übungen abwechslungsreich und wirkungsvoll gestaltet. Dehnübungen runden jede Stunde ab und können die Regeneration fördern. Die Teilnehmenden lernen zudem, wie sie ihr Körpergefühl verbessern können. Der Schwerpunkt in diesem Kurs wird auf Techniken zur Stärkung der Körpermitte gelegt.



Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke/Yoga- oder Isomatte.

**A.30232TR** ab 28.01., 19.15-20.15 Uhr, 10x Mi.

Trulben, Hochstellerhof, DGH

Gerdi Lenker

28,00 €

Anmeldung bei der vhs Trulben,

re.goeller@freenet.de bzw. 06335 1646

## Body Style und Rückenschule

Die Teilnehmenden erwarten gezielte Lerneinheiten zur Stärkung von Bauch, Beine und Po, aber auch der Rücken wird hierbei nicht vernachlässigt. Straffung und Kräftigung stehen im Vordergrund. Durch den Einsatz von Hanteln, Gymnastikband, -ball etc. werden die Übungen abwechslungsreich und wirkungsvoll gestaltet. Dehnübungen runden jede Stunde ab und können die Regeneration fördern. Die Teilnehmenden lernen zudem, wie sie ihr Körpergefühl verbessern können. Der Schwerpunkt in diesem Kurs liegt auf Techniken zur Kräftigung der Muskeln. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke/Yoga- oder Isomatte.

**A.30233TR** ab 22.04., 19.15-20.15 Uhr, 10x Mi.

Trulben, Hochstellerhof, DGH

Gerdi Lenker

28,00 €

Anmeldung bei der vhs Trulben,

re.goeller@freenet.de bzw. 06335 1646

## Fitness | Tanz | Zumba

### Body Fit für Frauen

Body Fit ist ein Mix aus Aerobic, Wirbelsäulengymnastik, Kräftigung von Bauch, Beinen und Po sowie Entspannungsübungen. Lernen Sie die einzelnen Bereiche in diesem Kurs unter fachkundiger Anleitung kennen und tun Sie nachhaltig etwas für Ihre Gesundheit.

In diesem Kurs wird ein Schwerpunkt auf die Kräftigung der Körpermitte gelegt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke, Yoga- oder Isomatte

**A.30231TH** ab 12.01., 18.30-19.30 Uhr, 15x Mo.

**A.30232TH** ab 12.01., 19.30-20.30 Uhr, 15x Mo.

Maßweiler, Grundschule, Turnhalle

Sabine Rothhaar

68,00 €

Anmeldung bei der vhs Thaleischweiler-Wallhalben, 06334 441-207 bzw.

claudia.schwab@vgtw.de



### Folklore- und Volkstanz für Anfänger\*innen und Geübte

Lernen Sie traditionelle landestypische Tanzweisen kennen! Musikalisch führt die Reise durch Deutschland und in verschiedene europäische Nachbarländer.

Die Tanzformen variieren zwischen Kreis- und Reihenformationen und sind für Anfänger\*innen und Geübte geeignet. Sie erlernen die Tänze unter fachkundiger Anleitung.

**A.20510DA** wöchentlich, 20.00-21.00 Uhr, Mo.

Dahn, vhs-Zentrum, Foyer

Ursula Anstett

kostenfrei

Information und Anmeldung bei Ursula Anstett (Folkloretanz-Arbeitsgemeinschaft Volkstanz), 06391-3894 bzw.

ursula@anstett.info



### Zumba-Fitness®

Dieser Zumba-Kurs ist für alle geeignet, die unter fachkundiger Anleitung Zumba kennenlernen und ihrer Gesundheit durch die Bewegung nachhaltig etwas Gutes tun möchten. Mitreißende Rhythmen erleichtern ein effektives Workout.

Bitte mitbringen: Turnschuhe, Handtuch

**A.30251RO** ab 29.01., 18.30-19.30 Uhr, 8x Do.

Donsieders, DGH

Larissa Demberger

40,00 €

Anmeldung bis Ende Januar

bei der Geschäftsstelle,

info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336,

danach erfolgt Veröffentlichung neuer

Anmeldemodalitäten.

Hier können Sie sich  
direkt für unsere  
Kurse anmelden:

[www.kvhs-swp.de](http://www.kvhs-swp.de)

### Aqua-Fitness

#### Aqua-Fitness

Aqua-Fitness ist eine effektive und beliebte Ausdauersportart unter Schonung der Wirbelsäule, Gelenke und Bänder. Mit Übungen gegen den Wasserwiderstand können alle großen Muskelgruppen je nach Fitnesszustand gekräftigt werden. Aqua-Fitness kann das Herz-Kreislauf-System trainieren und die Beweglichkeit und Koordination fördern. Schwimmkenntnisse und angstfreies Bewegen im Wasser werden für die

Teilnahme vorausgesetzt. Besonders geeignet ist Aqua-Fitness auch für ungeübte und übergewichtige Personen. Bei bestehenden körperlichen Beschwerden sprechen Sie bitte vor der Anmeldung mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin.

**A.30271GS** ab 12.01., 18.00-19.00 Uhr, 5x Mo.

**A.30272GS** ab 12.01., 19.00-20.00 Uhr, 5x Mo.

Dahn, Felsland Badeparadies

Christine Gäckler

28,00 € (zzgl. Eintritt Schwimmbad)

Information und Anmeldung bei der  
Geschäftsstelle, info@kvhs-swp.de bzw.

06331 809-336



#### Aqua-Fitness

Aqua-Fitness ist eine effektive und beliebte Ausdauersportart unter Schonung der Wirbelsäule, Gelenke und Bänder. Mit Übungen gegen den Wasserwiderstand können alle großen Muskelgruppen je nach Fitnesszustand gekräftigt werden. Aqua-Fitness kann das Herz-Kreislauf-System trainieren und die Beweglichkeit und Koordination fördern. In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt gezielt auf Übungen, die zur Stabilisierung der Körpermitte und zur Unterstützung einer aufrechten Haltung beitragen können.

Schwimmkenntnisse und angstfreies Bewegen im Wasser werden für die Teilnahme vorausgesetzt. Besonders geeignet ist Aqua-Fitness





auch für ungeübte und übergewichtige Personen. Bei bestehenden körperlichen Beschwerden sprechen Sie bitte vor der Anmeldung mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin.

**A.30273GS** ab 13.04., 18.00-19.00 Uhr, 10x Mo.

**A.30274GS** ab 13.04., 19.00-20.00 Uhr, 10x Mo.

Dahn, Felsland Badeparadies

Christine Gäckler

56,00 € (zzgl. Eintritt Schwimmbad)

Information und Anmeldung bei der  
Geschäftsstelle, [info@kvhs-swp.de](mailto:info@kvhs-swp.de) bzw.  
06331 809-336

## Entspannung | Stressbewältigung | Meditation

### Autogenes Training – Konzentrierte Selbstentspannung

Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

Autogenes Training kann mit Methoden der konzentrierten Selbstentspannung zur äußeren und inneren Harmonisierung beitragen. Lernen Sie Schritt für Schritt unter fachkundiger Anleitung, wie Sie sich entspannen und Ihre Konzentrationsfähigkeit steigern können. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke, Yoga- oder Isomatte

**A.30171RO** ab 03.03., 19.30-20.30 Uhr, 8x Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal  
Kornelia Schütz

36,00 €

Anmeldung bis Ende Januar  
bei der Geschäftsstelle,  
[info@kvhs-swp.de](mailto:info@kvhs-swp.de) bzw. 06331 809-336,  
danach erfolgt Veröffentlichung neuer  
Anmeldemodalitäten.

### Achtsamkeitsmeditation und innere Ruhe – Methoden, um mehr Gelassenheit und Klarheit im Alltag zu finden

*Eine Kooperation mit der Praxis für  
ganzheitliche Atemerfahrung, Entspannung,  
Fasten und Meditation Klaus Eitel*

Inmitten der Anforderungen des modernen Lebens sehnen sich viele Menschen nach einem Ort der Stille, nach innerer Ruhe und Präsenz. In diesem Kurs erlernen wir Achtsamkeits- und Meditationstechniken in Form von Stille und Bewegungsmeditation, die unsere Aufmerksamkeit schulen, den Umgang mit Gedanken und Emotionen lenken und Impulse für eine achtsame Lebenshaltung geben können. So kann Raum für Klarheit, Leichtigkeit und innere Balance entstehen. Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Fähigkeit zur Achtsamkeit vertiefen, Stress abbauen und mehr innere Ruhe im Alltag finden möchten – unabhängig von Vorerfahrung.

Bitte mitbringen: Socken, Decke, bequeme Kleidung, Sitzkissen

**A.30163RO** ab 02.02, 19.00-21.00 Uhr, 7x Mo.

Clausen, Praxis für Atemtherapie  
Klaus Eitel

84,00 €

Anmeldung bei Klaus Eitel,  
06333 275970 bzw.  
[info@atempraxis-eitel.de](mailto:info@atempraxis-eitel.de)



### Resilienz

Methoden, um zu innerer Stärke zu finden

**NEU!**

*Eine Kooperation mit der Praxis für  
ganzheitliche Atemerfahrung, Entspannung,  
Fasten und Meditation Klaus Eitel*

Welche Möglichkeiten gibt es, in herausfordernden Zeiten innere Stärke zu bewahren und nach Rückschlägen wieder aufstehen zu können?

In diesem Kurs lernen Sie, welche Methoden es geben kann, seelische Widerstandskraft aufzubauen und aktiv zu fördern.



Wie kann man Stress besser bewältigen, Gedanken bewusster steuern und das eigene Wohlbefinden nachhaltiger stärken? Neben theoretischen Impulsen liegt der Schwerpunkt auf Übungen, die Sie direkt in Ihren Alltag integrieren können.

Inhalte des Kurses:

- Grundlagen der Resilienzforschung
- Wie erkennt man eigene Ressourcen und wie lernt man, diese zu nutzen?
- Techniken zum Umgang mit Stress, Veränderung und Krisen
- Welche Möglichkeiten gibt es, mentale Stärke und Achtsamkeit zu fördern?
- Wie erstellt man einen Resilienzplan für den Alltag?

Bitte mitbringen: Socken, Decke, bequeme Kleidung, Sitzkissen

**A.30161RO** ab 03.02., 19.00-21.00 Uhr, 7x Di.

**A.30166RO** ab 28.04., 19.00-21.00 Uhr, 7x Di.

Clausen, Praxis für Atemtherapie

Klaus Eitel

84,00 €

Anmeldung bei Klaus Eitel,  
06333 275970 bzw.

info@atempraxis-eitel.de

### **Achtsames Atmen, Entspannen, Regenerieren**

Methoden, um zur eigenen Mitte zurückzufinden

*Eine Kooperation mit der Praxis für ganzheitliche Atemerfahrung, Entspannung, Fasten und Meditation Klaus Eitel*

Unser Atem ist ein stiller Begleiter – er trägt uns durch jeden Moment, schenkt uns Ruhe und Lebenskraft. In diesem Kurs widmen wir uns dem achtsamen Atem als Quelle von Entspannung, innerer Sammlung und Regeneration. Mit einfachen Atem- und Körperübungen, sanften Achtsamkeitsimpulsen und Momenten der Stille erlernen die Teilnehmer\*innen, wie man den Atem wieder bewusster wahrnehmen und

ihn als Wegweiser zu innerer Balance nutzen kann.

Bitte mitbringen: Socken, Decke, bequeme Kleidung

**A.30164RO** ab 05.02., 19.00-21.00 Uhr, 7x Do.

84,00 €

Clausen, Praxis für Atemtherapie

Klaus Eitel

Anmeldung bei Klaus Eitel,  
06333 275970 bzw.

info@atempraxis-eitel.de

### **Breath Flow –**

#### **Bewusst atmen, innerlich fließen**

**NEU!**

*Eine Kooperation mit der Praxis für ganzheitliche Atemerfahrung, Entspannung, Fasten und Meditation Klaus Eitel*

Unser Atem ist mehr als nur ein physiologischer Vorgang – er ist Ausdruck von Leben, Energie und innerer Verbindung. In diesem Kurs erfahren Sie, wie achtsames Atmen in einen natürlichen Fluss führen kann, der Körper, Geist und Seele harmonisieren kann. Mit sanften Atemübungen, meditativen Elementen und achtsamer Bewegung können wir den Raum für einen bewussteren Kontakt zum eigenen Atemrhythmus öffnen. Wenn der Atem frei fließt, kann innere Ruhe, Klarheit und neue Lebenskraft entstehen. In diesem Workshop erlernen wir Methoden, die bewirken können, still zu werden, achtsam und tiefer zu atmen, Spannungen zu lösen und die Dinge so zu sehen, wie sie sind.

Hierbei unterstützen können Sitz- und Gehmeditation, kurze Impulse und Phasen der Stille, diese können Raum für Klarheit, Gelassenheit und eine freundliche Haltung sich selbst gegenüber schenken.

Bitte mitbringen: Socken, Decke, bequeme Kleidung

**A.30162RO** 21.02., 16.30-18.00 Uhr, 1x Sa.

Clausen, Praxis für Atemtherapie



Klaus Eitel  
55,00 €  
Anmeldung bei Klaus Eitel,  
06333 275970 bzw.  
info@atempraxis-eitel.de



16,00 €, eine Lebensmittelumlage von ca.  
14,00 € ist zusätzlich am Kurstag in bar bei  
der Kursleitung zu erstatten.  
Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



## Essen und Trinken | Ernährung

### Kochkurs: Die Küche Schottlands

NEU!

Highlands, Dudelsackmusik und mystische Wesen, Haggis und Whisky – daran denken die meisten spontan bei schottischer Küche. Doch diese hat noch viel mehr zu bieten: Sie hat eine eigene kulinarische Identität, die sich klar von der englischen Küche abhebt. Auch historische Aspekte spielen eine Rolle: Zwischen Schottland und Frankreich bestand vom Mittelalter bis ins 16. Jahrhundert eine enge politische und kulturelle Allianz, die „Auld Alliance“. Durch diese gelangten französische Einflüsse in die schottische Oberschicht – auch kulinarisch. Weiterhin prägen Schottland die eher karge Landschaft und die Nähe zum Meer, was sich auch in der Zubereitung der Speisen bemerkbar macht. So spielt traditionelle Hausmannskost bis heute eine große Rolle. Entdecken Sie mit uns die überraschende Vielfalt der schottischen Küche!

**A.30511GS** 21.04., 18.00-21.00 Uhr, 1x Di.

Rodalben, BBS, Lehrküche  
Andrea Ertl-Deutschmann

### Kochkurs: Mediterrane Küche

Die mediterrane Küche ist abwechslungsreich und gesund. Auf dem Speiseplan stehen in Südeuropa vor allem Gemüse, Salat, frisches Obst, Nüsse, dazu wenig Fleisch, viel Fisch und Meeresfrüchte, Gewürze sowie kalt gepresstes Olivenöl. Lernen Sie abwechslungsreiche mediterrane Gerichte kennen, die einfach, frisch und alltagstauglich sind.

**A.30512GS** 16.06., 18.00-21.00 Uhr, 1x Di.

Rodalben, BBS, Lehrküche  
Andrea Ertl-Deutschmann  
16,00 €, eine Lebensmittelumlage von ca.  
14,00 € ist zusätzlich am Kurstag in bar bei  
der Kursleitung zu erstatten.  
Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336





Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens. Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern. Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biografie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen. Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu befördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule. Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.

### Sprachen lernen mit System – Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen (GER)

Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs Stufen, denen unsere Kurse zugeordnet sind, und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht. Jede Stufe hat definierte Lernziele für die Bereiche Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen. Die Beschreibung der Stufen gibt Ihnen Orientierung für die Selbsteinschätzung Ihrer Sprachkompetenz und hilft Ihnen, den richtigen Kurs zu finden.

#### Der/die Teilnehmer\*in kann...

	Hören:	Lesen:	Sprechen:	Schreiben:
<b>A1</b>	...vertraute Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird.	...einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern und Plakaten.	...sich in knappen Worten verständigen.	...kurze, einfache Postkarten schreiben und Formulare ausfüllen.
<b>A2</b>	...das Wesentliche in kurzen, klaren und einfachen Mitteilungen verstehen.	...kurze, einfache Texte lesen (z. B. Anzeigen, persönliche Briefe).	...sich mit einer Reihe von Sätzen in einfachen Situationen des Alltags verständigen.	...kurze, einfache Notizen, Mitteilungen und persönliche Briefe schreiben.
<b>B1</b>	...die Hauptinformationen verstehen, wenn es um Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht.	...Texte verstehen, in denen sehr gebräuchliche Alltags- oder Berufssprache vorkommt.	...an Gesprächen über Familie, Hobbys, Arbeit, Reisen oder aktuelle Ereignisse teilnehmen.	...einfache, zusammenhängende Texte über vertraute Themen schreiben.
<b>B2</b>	...längeren Redebeiträgen und den meisten Fernsehsendungen und Spielfilmen folgen, wenn das Thema einigermaßen vertraut ist.	...Artikel, Berichte und literarische Prosatexte lesen.	...sich recht spontan und fließend verständigen und aktiv an Diskussionen teilnehmen.	...detaillierte Texte schreiben, z. B. Aufsätze, Berichte oder Briefe, und darin einen Standpunkt argumentativ vertreten.



	Hören:	Lesen:	Sprechen:	Schreiben:
<b>C1</b>	...ohne große Mühe längere Redebeiträge, Fernsehsendungen und Spielfilme verstehen.	...lange, komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen.	...sich spontan, fließend, flexibel und präzise ausdrücken.	...sich klar und gut strukturiert über komplexe Sachverhalte ausdrücken und dabei den jeweils angemessenen Stil wählen.
<b>C2</b>	...ohne Schwierigkeiten gesprochene Sprache verstehen, auch wenn schnell gesprochen wird.	...alle Texte mühelos lesen.	... sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen beteiligen und umgangssprachliche Wendungen verwenden.	...anspruchsvolle, komplexe Texte verfassen und Fachtexte sowie literarische Werke zusammenfassen und besprechen.

## Englisch

### Englisch A1 (ohne Vorkenntnisse)

Dieser Kurs ist für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse oder für Teilnehmer\*innen, die vor sehr langer Zeit schon ein wenig Englisch gelernt haben, aber noch einmal ganz von vorne beginnen möchten, geeignet. Sie werden mit langsamer Progression an die Sprache herangeführt.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien

**A.40611GS** ab 18.02., 10.00-11.30 Uhr, 6x Mi.

Althornbach, Bürgerhaus  
Loretta Hüther

39,00 € ab 8 Teilnehmenden

39,00 € bei 7 Teilnehmenden

52,00 € bei 6 Teilnehmenden

63,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Englisch A1 (mit sehr geringen Vorkenntnissen) – Kursabschnitt 2

Dieser Kurs ist für Anfänger\*innen mit sehr geringen Vorkenntnissen oder für Teilnehmer\*innen, die vor sehr langer Zeit schon ein wenig Englisch gelernt haben, aber noch einmal ganz von vorne beginnen möchten, geeignet. Sie werden mit langsamer Progression an die Sprache herangeführt.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien

**A.40612GS** ab 15.04., 10.00-11.30 Uhr, 6x Mi.

Althornbach, Bürgerhaus  
Loretta Hüther

39,00 € ab 8 Teilnehmenden

39,00 € bei 7 Teilnehmenden

52,00 € bei 6 Teilnehmenden

63,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

Hier können Sie sich  
direkt für unsere  
Kurse anmelden:

[www.kvhs-swp.de](http://www.kvhs-swp.de)





### Englisch A2 am Vormittag (mit Grundkenntnissen) – Kursabschnitt 11

Unser Englisch-Vormittagskurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits über Grundkenntnisse der englischen Sprache verfügen. Sie lernen, sich in einfachen, routinemäßigen Situationen zu verständigen, in denen es um einen direkten Austausch über vertraute und geläufige Dinge geht.

Es handelt sich bei diesem Kurs um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist mit entsprechenden Vorkenntnissen nach wie vor möglich.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien

**A.406211GS** ab 19.01., 09.30-11.00 Uhr, 8x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus  
Petra Gensheimer

52,00 € ab 8 Teilnehmenden  
52,00 € bei 7 Teilnehmenden  
63,00 € bei 6 Teilnehmenden  
76,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Englisch A2 am Vormittag (mit Grundkenntnissen) – Kursabschnitt 12

Unser Englisch-Vormittagskurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits über Grundkenntnisse der englischen Sprache verfügen. Sie lernen, sich in einfachen, routinemäßigen Situationen zu verständigen, in denen es um einen direkten Austausch über vertraute und geläufige Dinge geht.

Es handelt sich bei diesem Kurs um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist mit entsprechenden Vorkenntnissen nach wie vor möglich.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien

**A.406212GS** ab 13.04., 09.30-11.00 Uhr, 8x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus

Petra Gensheimer

52,00 € ab 8 Teilnehmenden  
52,00 € bei 7 Teilnehmenden  
63,00 € bei 6 Teilnehmenden  
76,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Englisch B1 am Vormittag (mit guten Kenntnissen) – Kursabschnitt 7

Unser Englischkurs richtet sich an Teilnehmende mit guten Sprachkenntnissen. Sie lernen, wichtige Informationen zu verstehen, z.B. beim Lesen von Lektüre, auf Reisen, bei der Arbeit oder in der Freizeit generell. Sie erwerben die Fähigkeit, sich zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete zu äußern und über Erfahrungen und Ereignisse zu berichten.

Es handelt sich bei diesem Kurs um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist mit entsprechenden Vorkenntnissen nach wie vor möglich.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien

**A.40637GS** ab 02.02., 09.30-11.00 Uhr, 12x Mo.

Rieschweiler-Mühlbach, Dorfgemeinschaftshaus  
Hildegard Fremgen

78,00 € ab 8 Teilnehmenden  
78,00 € bei 7 Teilnehmenden  
86,00 € bei 6 Teilnehmenden  
103,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336







## Englisch B1-Konversationskurs am Vormittag (mit guten Kenntnissen) – Kursabschnitt 3

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Kenntnisse auf dem Niveau B1 weiter ausbauen möchten.

Kernthemen sind die systematische Weiterentwicklung der Fertigkeiten Hören, Sprechen, Lesen und nach Bedarf auch Schreiben verschiedener Textformen sowie die Festigung der Grammatik.

Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg bei entsprechenden Sprachkenntnissen ist nach wie vor möglich.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien

**A.40633GS** ab 16.03., 09.30-11.00 Uhr, 12x Mo.  
Hermersberg, Rathaus, Ratssaal  
Loretta Hüther

78,00 € ab 8 Teilnehmenden  
88,00 € bei 7 Teilnehmenden  
102,00 € bei 6 Teilnehmenden  
123,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



## Englisch kompakt A2-B1 – Wochenseminar (BFG)

Sollten Sie bereits Grundkenntnisse in der englischen Sprache haben, deren Erwerb schon längere Zeit zurück liegt, können Sie diesen Intensivkurs zur Auffrischung Ihrer englischen Sprachkenntnisse nutzen. Kernthemen für den Unterricht in der Kleingruppe: Wiederholung und Festigung der wichtigsten Kommunikationsstrukturen und der relevanten Grammatik, einfache Konversation, insbesondere in Themenbereichen wie Alltag, Freizeit und Kultur, allgemeine Sprechsituationen, kommunikationsfördernde Verständnisübungen, einfache Übersetzungen. Auch die schriftliche Ausdrucksfähigkeit soll weiter ausgebaut werden.

Es handelt sich bei diesem Kurs um eine vom Ministerium für Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz genehmigte Bildungsfreistellungsmaßnahme (BFG).

Bitte mitbringen: Schreibutensilien

**A.40681GS** 04.03.-10.03.,  
jeweils 09.00-16.00 Uhr, 5x Mi.- Di.

**A.40682GS** 17.06.-23.06.,  
jeweils 09.00-16.00 Uhr, 5x Mi.- Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus

Loretta Hüther

188,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

Mehr zu Bildungs-  
freistellungsmaßnahmen  
(BFG) erfahren Sie im  
Fachbereich Beruf unter  
Bildungsfreistellungsmaß-  
nahmen (S.68)



### Französisch

#### Französisch A1 –

##### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Dieser Kurs ist für Teilnehmer\*innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen geeignet, die frei von Leistungsdruck die Grundlagen der französischen Sprache erwerben möchten.

Wir werden uns als Kleingruppe mit unterschiedlichen Themen beschäftigen und dabei viel Wert auf Konversation und authentische Alltagskommunikation legen.

Zur Arbeit mit dem Lehrbuch gesellen sich landeskundliche Informationen und aktuelle Nachrichten aus Frankreich.

**A.40811GS** ab 14.01., 16.45-18.15 Uhr, 10x Mi.

Dahn, vhs-Zentrum, R5

Gabriele Ruppert

65,00 € ab 8 Teilnehmenden

66,00 € bei 7 Teilnehmenden

76,00 € bei 6 Teilnehmenden

92,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

#### Französisch A1 (mit sehr geringen Vorkenntnissen) – Kursabschnitt 2

Dieser Kurs ist für Teilnehmer\*innen mit sehr geringen Vorkenntnissen geeignet, die frei von Leistungsdruck die Grundlagen der französischen Sprache erwerben möchten.

Wir werden uns als Kleingruppe mit unterschiedlichen Themen beschäftigen und dabei viel Wert auf Konversation und authentische Alltagskommunikation legen.

Zur Arbeit mit dem Lehrbuch gesellen sich landeskundliche Informationen und aktuelle Nachrichten aus Frankreich.

Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist bei entsprechenden Sprachkenntnissen nach wie vor möglich.

**A.40812GS** ab 15.04., 16.45-18.15 Uhr, 10x Mi.

Dahn, vhs-Zentrum, R5

Gabriele Ruppert

65,00 € ab 8 Teilnehmenden

66,00 € bei 7 Teilnehmenden

76,00 € bei 6 Teilnehmenden

92,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

#### Französisch A2 (mit Grundkenntnissen) – Kursabschnitt 1

Dieser Kurs ist für Teilnehmer\*innen mit Grundkenntnissen geeignet, die ihre Sprachkenntnisse ausbauen und vertiefen möchten.

Sie lernen, sich in einfachen, routinemäßigen Situationen zu verständigen, in denen es um einen direkten Austausch über vertraute und geläufige Dinge geht.

Wir beschäftigen uns mit unterschiedlichen Themen und legen dabei viel Wert auf Konversation und authentische Alltagskommunikation, sodass eine stetige und sichere Progression ermöglicht wird.

**A.40821GS** ab 26.01., 18.15-19.45 Uhr, 8x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR3

Julie Mertens

47,00 € ab 8 Teilnehmenden

50,00 € bei 7 Teilnehmenden

58,00 € bei 6 Teilnehmenden

70,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

#### Französisch A2 (mit Grundkenntnissen) – Kursabschnitt 2

Dieser Kurs ist für Teilnehmer\*innen mit Grundkenntnissen geeignet, die ihre Sprachkenntnisse ausbauen und vertiefen möchten.

Sie lernen, sich in einfachen, routinemäßigen



Situationen zu verständigen, in denen es um einen direkten Austausch über vertraute und geläufige Dinge geht.

Wir beschäftigen uns mit unterschiedlichen Themen und legen dabei viel Wert auf Konversation und authentische Alltagskommunikation, sodass eine stetige und sichere Progression ermöglicht wird.

Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist bei entsprechenden Sprachkenntnissen nach wie vor möglich.

**A.40822GS** ab 13.04., 18.15-19.45 Uhr, 9x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR3  
Julie Mertens

53,00 € ab 8 Teilnehmenden  
56,00 € bei 7 Teilnehmenden  
66,00 € bei 6 Teilnehmenden  
79,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

## Französisch A2 (mit Grundkenntnissen) – Kursabschnitt 5

Der Kurs wendet sich an Lernende mit Grundkenntnissen, die ihre Französischkenntnisse systematisch erweitern möchten. Sie lernen, sich in einfachen und vertrauten Alltagssituationen sicher zu verständigen und kurze Gespräche zu führen.

Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist bei entsprechenden Sprachkenntnissen nach wie vor möglich.

**A.40825GS** ab 15.04., 18.30-20.00 Uhr, 10x Mi.

Dahn, vhs-Zentrum, R5  
Gabriele Ruppert

65,00 € ab 8 Teilnehmenden  
66,00 € bei 7 Teilnehmenden  
76,00 € bei 6 Teilnehmenden  
92,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

## Französisch A2 (mit Grundkenntnissen) – Kursabschnitt 4

Der Kurs wendet sich an Lernende mit Grundkenntnissen, die ihre Französischkenntnisse systematisch erweitern möchten. Sie lernen, sich in einfachen und vertrauten Alltagssituationen sicher zu verständigen und kurze Gespräche zu führen.

Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist bei entsprechenden Sprachkenntnissen nach wie vor möglich.

**A.40824GS** ab 14.01., 18.30-20.00 Uhr, 10x Mi.

Dahn, vhs-Zentrum, R5  
Gabriele Ruppert

65,00 € ab 8 Teilnehmenden  
66,00 € bei 7 Teilnehmenden  
76,00 € bei 6 Teilnehmenden  
92,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



Foto: Kreisvolkshochschule Südwestpfalz

Entdecken Sie auch das  
Kursangebot der deutsch-  
französischen Volkshochschule

**up PAMINA vhs:**

<https://www.up-pamina-vhs.org>



## Italienisch

### Italienisch im Café am Vormittag A1 (mit sehr geringen Vorkenntnissen) – Kursabschnitt 2

„Un caffè“ oder „due cappuccini“ in einer Bar bestellen, die Öffnungszeiten oder den Weg erfragen – vieles geht im Urlaub leichter, wenn man sich sprachlich zurechtfindet.

In diesem Vormittagskurs für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen gehen wir raus aus dem Klassenzimmer und lassen Sie im Café Land, Leute und Kultur viel direkter und intensiver erleben.

Wir beschäftigen uns in der Kleingruppe mit unterschiedlichen Themen und legen dabei viel Wert auf Konversation und authentische Alltagskommunikation, so dass eine stetige sowie sichere Progression ermöglicht wird.

Zur Arbeit mit dem Lehrbuch gesellen sich landeskundliche Informationen sowie aktuelle Nachrichten aus Italien.

Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist bei entsprechenden Sprachkenntnissen nach wie vor möglich.

**A.40912GS** ab 16.01., 10.30-12.00 Uhr, 8x Fr.

Waldfischbach-Burgalben,  
Café Lisas Erdbeerbärmche  
Petra Gensheimer

52,00 € ab 8 Teilnehmenden

57,00 € bei 7 Teilnehmenden

66,00 € bei 6 Teilnehmenden

80,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



### Italienisch im Café am Vormittag A1 (mit sehr geringen Vorkenntnissen) – Kursabschnitt 3

„Un caffè“ oder „due cappuccini“ in einer Bar bestellen, die Öffnungszeiten oder den Weg erfragen – vieles geht im Urlaub leichter, wenn man sich sprachlich zurechtfindet.

In diesem Vormittagskurs für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen gehen wir raus aus dem Klassenzimmer und lassen Sie im Café Land, Leute und Kultur viel direkter und intensiver erleben.

Wir beschäftigen uns in der Kleingruppe mit unterschiedlichen Themen und legen dabei viel Wert auf Konversation und authentische Alltagskommunikation, so dass eine stetige sowie sichere Progression ermöglicht wird.

Zur Arbeit mit dem Lehrbuch gesellen sich landeskundliche Informationen sowie aktuelle Nachrichten aus Italien.

Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist bei entsprechenden Sprachkenntnissen nach wie vor möglich.

**A.40913GS** ab 17.04., 10.30-12.00 Uhr, 5x Fr.

Waldfischbach-Burgalben,  
Café Lisas Erdbeerbärmche  
Petra Gensheimer

33,00 € ab 8 Teilnehmenden

36,00 € bei 7 Teilnehmenden

42,00 € bei 6 Teilnehmenden

50,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336





## Italienisch im Café A1 (mit geringen Vorkenntnissen) – Kursabschnitt 6

„Un caffè“ oder „due cappuccini“ in einer Bar bestellen, die Öffnungszeiten oder den Weg erfragen – vieles geht im Urlaub leichter, wenn man sich sprachlich zurechtfindet.

In diesem Vormittagskurs für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen gehen wir raus aus dem Klassenzimmer und lassen Sie im Café Land, Leute und Kultur viel direkter und intensiver erleben.

Wir beschäftigen uns in der Kleingruppe mit unterschiedlichen Themen und legen dabei viel Wert auf Konversation und authentische Alltagskommunikation, so dass eine stetige sowie sichere Progression ermöglicht wird.

Zur Arbeit mit dem Lehrbuch gesellen sich landeskundliche Informationen sowie aktuelle Nachrichten aus Italien.

Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist bei entsprechenden Sprachkenntnissen nach wie vor möglich.

**A.40916GS** ab 21.01., 08.00-09.30 Uhr, 8x Mi.

Dahn, Café Zürn

Petra Gensheimer

55,00 € ab 8 Teilnehmenden

63,00 € bei 7 Teilnehmenden

73,00 € bei 6 Teilnehmenden

88,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

## Italienisch im Café A1 (mit geringen Vorkenntnissen) – Kursabschnitt 7

„Un caffè“ oder „due cappuccini“ in einer Bar bestellen, die Öffnungszeiten oder den Weg erfragen – vieles geht im Urlaub leichter, wenn man sich sprachlich zurechtfindet.

In diesem Vormittagskurs für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen gehen wir raus aus dem Klassenzimmer und lassen Sie im Café Land, Leute und Kultur viel direkter und inten-

siver erleben.

Wir beschäftigen uns in der Kleingruppe mit unterschiedlichen Themen und legen dabei viel Wert auf Konversation und authentische Alltagskommunikation, so dass eine stetige sowie sichere Progression ermöglicht wird.

Zur Arbeit mit dem Lehrbuch gesellen sich landeskundliche Informationen sowie aktuelle Nachrichten aus Italien.

Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist bei entsprechenden Sprachkenntnissen nach wie vor möglich.

**A.40917GS** ab 15.04., 08.00-09.30 Uhr, 8x Mi.

Dahn, Café Zürn

Petra Gensheimer

55,00 € ab 8 Teilnehmenden

63,00 € bei 7 Teilnehmenden

73,00 € bei 6 Teilnehmenden

88,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



## Italienisch B1 (mit guten Kenntnissen) – Kursabschnitt 7

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Kenntnisse auf dem Niveau B1 weiter ausbauen möchten.

Inhalt: systematische Weiterentwicklung der Fertigkeiten Hören, Sprechen, Lesen und nach Bedarf auch Schreiben verschiedener Textformen sowie Festigung der Grammatik.

Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs. Ein



Kurseinstieg ist bei entsprechenden Sprachkenntnissen nach wie vor möglich.

**A.40937GS** ab 21.01., 17.30-19.00 Uhr, 8x Mi.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus  
Petra Gensheimer

52,00 € ab 8 Teilnehmenden

54,00 € bei 7 Teilnehmenden

63,00 € bei 6 Teilnehmenden

76,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Italienisch B1 (mit guten Kenntnissen) – Kursabschnitt 8

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Kenntnisse auf dem Niveau B1 weiter ausbauen möchten.

Inhalt: systematische Weiterentwicklung der Fertigkeiten Hören, Sprechen, Lesen und nach Bedarf auch Schreiben verschiedener Textformen sowie Festigung der Grammatik.

Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist bei entsprechenden Sprachkenntnissen nach wie vor möglich.

**A.40938GS** ab 15.04., 17.30-19.00 Uhr, 8x Mi.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus  
Petra Gensheimer

52,00 € ab 8 Teilnehmenden

54,00 € bei 7 Teilnehmenden

63,00 € bei 6 Teilnehmenden

76,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



## Spanisch

### Spanisch für den Urlaub A1 (ohne Vorkenntnisse)

Eine schöne Reise im Urlaubsland kann man noch mehr genießen, wenn man sich vor Ort sprachlich zurechtfindet. Mit Ihrer muttersprachlichen Kursleiterin erlernen Sie die ersten Grundzüge der spanischen Sprache, um sich in authentischen Alltagssituationen (Bar/Restaurant, Bank, Orientierung im Ort) verständigen zu können. Alle für den Urlaub wichtigen Redewendungen und grammatischen Strukturen erschließen sich Ihnen für einen schönen und erlebnisreichen Aufenthalt in Spanien oder Südamerika.

Der Kurs ist ebenfalls für Interessierte geeignet, die vor langer Zeit schon ein wenig Spanisch gelernt haben, aber noch einmal von vorne mit dem Spracherwerb beginnen möchten. Sie werden in langsamer Progression an die Sprache herangeführt.

**A.42211GS** ab 25.02., 10.00-11.30 Uhr, 5x Mi.

Rodalben, Eiscafé La Chola Südamerika  
Mónica Paulina Carrera

29,00 € ab 8 Teilnehmenden

34,00 € bei 7 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Spanisch für den Urlaub A1 (mit sehr geringen Vorkenntnissen) – Kursabschnitt 2

Eine schöne Reise im Urlaubsland kann man noch mehr genießen, wenn man sich vor Ort sprachlich zurechtfindet. Mit Ihrer muttersprachlichen Kursleiterin erlernen Sie die ersten Grundzüge der spanischen Sprache, um sich in authentischen Alltagssituationen (Bar/Restaurant, Bank, Orientierung im Ort) verständigen zu können. Alle für den Urlaub wichtigen Redewendungen und grammatischen Strukturen erschließen sich Ihnen für einen schönen und erlebnisrei-





chen Aufenthalt in Spanien oder Südamerika.

Der Kurs ist ebenfalls für Interessierte geeignet, die vor langer Zeit schon ein wenig Spanisch gelernt haben, aber noch einmal von vorne mit dem Spracherwerb beginnen möchten. Sie werden in langsamer Progression an die Sprache herangeführt.

Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist bei entsprechenden Sprachkenntnissen nach wie vor möglich.

**A.42212GS** ab 15.04., 10.00-11.30 Uhr, 5x Mi.

Rodalben, Eiscafé La Chola Südamerika  
Mónica Paulina Carrera

29,00 € ab 8 Teilnehmenden

34,00 € bei 7 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Spanisch Auffrischkurs A1-A2 (mit Grundkenntnissen)

Dieser Auffrischkurs eignet sich besonders für Teilnehmende, die Grundkenntnisse in Spanisch auf Niveaustufe A1 haben und nach einer Pause ihre Kenntnisse wiederholen und vertiefen möchten. Anhand von interaktiven und abwechslungsreichen Inhalten beschäftigen wir uns mit den wichtigsten A1-Themen, so dass Wortschatz und Grammatik wieder aktiviert und gefestigt werden. Wir legen dabei viel Wert auf Konversation und Alltagskommunikation, um mehr Selbstvertrauen beim Sprechen zu gewinnen.

Zur Arbeit mit dem Lehrbuch gesellen sich landeskundliche Informationen sowie aktuelle Nachrichten aus Spanien bzw. Südamerika.

**A.42220GS** ab 04.02., 18.15-19.45 Uhr, 7x Mi.

Rodalben, Eiscafé La Chola Südamerika  
Mónica Paulina Carrera

41,00 € ab 8 Teilnehmenden

41,00 € bei 7 Teilnehmenden

42,00 € bei 6 Teilnehmenden



51,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Spanisch A2 (mit Grundkenntnissen) – Kursabschnitt 1

Dieser Kurs ist für Teilnehmer\*innen mit Grundkenntnissen geeignet, die ihre Sprachkenntnisse ausbauen und vertiefen möchten.

Sie lernen, sich in einfachen, routinemäßigen Situationen zu verständigen, in denen es um einen direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht.

Wir beschäftigen uns mit unterschiedlichen Themen und legen dabei viel Wert auf Konversation und authentische Alltagskommunikation, so dass eine stetige und sichere Progression ermöglicht wird.

Zur Arbeit mit dem Lehrbuch gesellen sich landeskundliche Informationen sowie aktuelle Nachrichten aus Spanien bzw. Südamerika.

**A.42222GS** ab 15.04., 18.15-19.45 Uhr, 10x Mi.

Rodalben, Eiscafé La Chola Südamerika  
Mónica Paulina Carrera

59,00 € ab 8 Teilnehmenden

59,00 € bei 7 Teilnehmenden

60,00 € bei 6 Teilnehmenden

72,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336





### Niederländisch

#### **Niederländisch für die Reise – Für Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse**

Sie planen eine Reise in die Niederlande und möchten ein wenig in der Landessprache kommunizieren können? Dann sind Sie in unserem Kurs richtig! Wir werden versuchen, von Anfang an so viel Niederländisch wie möglich zu sprechen, und üben, uns in typischen Alltagssituationen zu verständigen: Sich begrüßen und sich vorstellen, sich in der Stadt orientieren und erste Zahlen stehen auf dem Programm.

Praktische Informationen über die Niederlande als Urlaubsziel ergänzen den Unterricht. Wir wünschen „fijne vakantie“!

**A.41411GS** ab 24.02., 18.15-19.45 Uhr, 5x Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus

Julie Mertens

29,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

#### **Niederländisch für die Reise (mit sehr geringen Vorkenntnissen) – Kursabschnitt 2**

Sie planen eine Reise in die Niederlande und möchten ein wenig in der Landessprache kommunizieren können? Dann sind Sie in unserem Kurs richtig! Wir werden versuchen, von Anfang an so viel Niederländisch wie möglich zu sprechen, und üben, uns in typischen Alltagssituationen zu verständigen: Sie lernen, erste Einkäufe zu tätigen und im Restaurant zu bestellen. Weitere Basiskenntnisse werden vermittelt.

Praktische Informationen über die Niederlande als Urlaubsziel ergänzen den Unterricht. Wir wünschen „fijne vakantie“!

Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs. Ein Kurseinstieg ist bei entsprechenden Sprachkenntnissen nach wie vor möglich.

**A.41412GS** ab 14.04., 18.15-19.45 Uhr, 6x Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus

Julie Mertens

35,00 € bei 8 Teilnehmenden

38,00 € bei 7 Teilnehmenden

44,00 € bei 6 Teilnehmenden

53,00 € bei 5 Teilnehmenden

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### **Deutsch als Zweit- bzw. Fremdsprache**

#### **BAMF-Integrationskurse**

##### **Allgemeine Integrationskurse**

Der allgemeine Integrationskurs besteht aus 700 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten, die sich aus 600 Unterrichtseinheiten Sprachunterricht (6 Module) und 100 Unterrichtseinheiten Orientierungskurs zusammensetzen.

Im Sprachkurs werden wichtige Themen aus dem Alltag behandelt. Die Kursteilnehmenden lernen, auf Deutsch Briefe und E-Mails zu schreiben, Formulare auszufüllen, Texte zu verstehen und sich mündlich zu verständigen. Zudem wird ihr Hörverständnis trainiert.

Der Sprachunterricht des Integrationskurses schließt mit der Prüfung *Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)* auf der Niveaustufe A2-B1 ab; die Prüfung ist für die BAMF-berechtigten Kursteilnehmer\*innen kostenlos und besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil.

Nach dem *DTZ* besuchen die Teilnehmenden des Integrationskurses den Orientierungskurs. Dieser vermittelt ausländischen Bürger\*innen über den Spracherwerb hinaus Wissens-



wertes über das Land, in dem sie leben. Die Rechtsordnung, Gesellschaft und Geschichte Deutschlands gehören zu den Inhalten. Werte, die in Deutschland wichtig sind, wie Religionsfreiheit, Toleranz und Gleichberechtigung, sind außerdem Bestandteile dieses Kurses.

Der Orientierungskurs schließt mit dem bundeseinheitlichen Test *Leben in Deutschland* ab. Je nach erreichter Punktzahl können Sie das Testergebnis auch für eine spätere Einbürgerung nutzen.

Die Teilnehmenden eines Integrationskurses können das *Zertifikat Integrationskurs* nur dann erlangen, wenn sie neben dem Sprachtest *Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)* auch den Test *Leben in Deutschland (LiD)* bestehen.

Der Integrationskurs wird vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge gefördert. Unter bestimmten Voraussetzungen entfällt auf Antrag die Kursgebühr.

### Integrationskurs Dahn 45

bereits in 2024 begonnen

Dahn, vhs-Zentrum, R5

### Orientierungskurs

**A4041457IK** ab 19.01., 9.00-13.00 Uhr, 20x

### Integrationskurs Dahn 47

bereits in 2025 begonnen

Dahn, vhs-Zentrum, R4 + R5

### Modul 5

**A4041475IK** ab 05.02., 9.00-13.00 Uhr, 20x

### Modul 6

**Z4041476IK** ab 17.03., 9.00-13.00 Uhr, 20x

### Prüfung

#### Deutsch-Test für Zuwanderer A2-B1

**A4044478IK** 09.05., 9.00-16.00 Uhr, 1x Sa.  
150,00 € (für Teilnehmer\*innen ohne BAMF-Förderung)

### Orientierungskurs

**A4041477IK** ab 11.05., 9.00-13.00 Uhr, 20x

### Integrationskurs Rodalben 48

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR2

### Modul 1

**A4041481IK** ab 23.02., 9.00-13.00 Uhr, 20x

### Modul 2

**A4041482IK** ab 13.04., 9.00-13.00 Uhr, 20x

### Modul 3

**A4041483IK** ab 22.05., 9.00-13.00 Uhr, 20x

Weitere Module ab August 2026

Anmeldung und Beratung  
bei Frau Rossard,  
f.rossard@lksuedwestpfalz.de  
bzw.  
06331 809-334



### Integrationskurse für Zweitschriftlernende

Der 1.000 Unterrichtseinheiten umfassende Integrationskurs für Zweitschriftlernende (Zweitschriftlernerkurs) richtet sich an Migrant\*innen, die den Schriftterwerb in einer bzw. mehreren Sprache(n) mit einem nicht-lateinischen Schriftsystem durchlaufen haben und in diesen Sprachen alphabetisiert sind. Das lateinische Alphabet müssen sie nun als weiteres Schriftsystem erwerben, um die deutsche Sprache erfolgreich erlernen zu können.

Im Zweitschriftlernerkurs erwerben sie zunächst das lateinische Alphabet, woran sich der Sprachkurs mit 800 UE und der Orientierungskurs mit 100 UE anschließen. Im Sprachkurs erwerben die Teilnehmenden Deutschkenntnisse auf dem Sprachniveau B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER).

Wie im allgemeinen Integrationskurs folgt auf den sprachlichen Teil der Orientierungskurs (100 UE). Dieser vermittelt ausländischen Bürger\*innen über den Spracherwerb hinaus Wissenswerte über das Land, in dem sie leben. Rechtsordnung, Gesellschaft und Geschichte Deutschlands gehören ebenso zu den Inhalten wie die Vermittlung grundlegender Werte wie Religionsfreiheit und Gleichberechtigung.

Der Zweitschriftlernerkurs schließt ebenso wie der allgemeine Integrationskurs mit den beiden skalierten Abschlusstests *Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)* und *Leben in Deutschland (LiD)* ab.

Der Zweitschriftlernerkurs wird vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge gefördert. Unter bestimmten Voraussetzungen entfällt die Kursgebühr.

### Zweitschriftlernerkurs Dahn 46

bereits in 2025 begonnen

Dahn, vhs-Zentrum, R3

### Aufbaukurs 3

**Z4041463IK** ab 09.01., 9.00-13.00 Uhr, 20 x

### Spezialkurs 1

**Z4041467IK** ab 13.02., 9.00-13.00 Uhr, 20 x

### Spezialkurs 2

**Z4041468IK** ab 24.03., 9.00-13.00 Uhr, 20 x

### Spezialkurs 3

**Z4041469IK** ab 13.05., 9.00-13.00 Uhr, 20 x

### Prüfung

#### Deutsch-Test für Zuwanderer A2-B1

**A4044468IK** 20.06., 9.00-16.00 Uhr, 1x Sa.  
150,00 € (für Teilnehmer\*innen ohne BAMF-Förderung)

### Zweitschriftlernerkurs Dahn oder allgemeiner Integrationskurs 49

Dahn, vhs-Zentrum

### Basiskurs 1

**A4041481IK** ab 13.04., 9.00-13.00 Uhr, 20 x

### Basiskurs 2

**A4041482IK** ab 02.06., 9.00-13.00 Uhr, 20 x

Weitere Module ab August 2026





## Einbürgerungstest

Den Einbürgerungstest führt die Kreisvolkshochschule Südwestpfalz im Auftrag des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge durch. Wie sieht der Einbürgerungstest aus?

Der Test enthält 30 Fragen aus Politik, Geschichte und Kultur in Deutschland und drei weitere Fragen zu dem Bundesland, in dem Sie gemeldet sind. Diese Fragen sind einem Katalog aus 300 bundeseinheitlichen und 10 bundesland-spezifischen Fragen entnommen. Deutschkenntnisse auf Niveau B1 sind zum Verständnis des Tests erforderlich. Um den Test erfolgreich zu bestehen, müssen Sie mindestens 17 der 33 Fragen richtig beantworten. Für den Test haben Sie eine Stunde Zeit.

Die Teilnahme am Einbürgerungstest ist nur nach vorheriger Anmeldung – bis spätestens vier Wochen vor der Prüfung – möglich.

<b>A.40480GS</b>	13.02., 14.00-15.00 Uhr, 1x Fr.
<b>A.40481GS</b>	27.03., 14.00-15.00 Uhr, 1x Fr.
<b>A.40482GS</b>	08.05., 14.00-15.00 Uhr, 1x Fr.
<b>A.40483GS</b>	26.06., 14.00-15.00 Uhr, 1x Fr.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus  
25,00 €



## Deutsch-Feriensprachkurs für Schüler\*innen mit geringen Deutschkenntnissen

Die Kreisvolkshochschule Südwestpfalz beteiligt sich auch 2026 wieder an dem Landesprojekt der Deutsch-Feriensprachkurse. Sie bietet dabei schulpflichtigen Kindern mit geringen oder nicht vorhandenen Deutschkenntnissen in den Schulferien kostenlose Deutschkurse an.

Zielgruppe der Kurse sind Schüler\*innen (bis Klasse 10), die nicht oder nur wenig Deutsch sprechen. Denn besonders neu angekommene schulpflichtige Kinder und Jugendliche brauchen eine intensive sprachliche Unterstützung, um den Unterricht verfolgen zu können.

Das kvhs-Kursangebot ergänzt damit die tägliche schulische Sprachförderung. Der inhaltliche Schwerpunkt liegt auf der Vermittlung mündlicher Sprachkompetenz.

Die Kurse umfassen jeweils – je nach Ferien – 20 bzw. 40 Unterrichtsstunden und setzen mit maximal zehn Schüler\*innen auf kleine Gruppen, um ein intensives Lernen zu ermöglichen.

Der Sprachförderbedarf der Schüler\*innen wird von den Schulen im Landkreis festgestellt und bis zum jeweils geltenden Anmeldeschluss der Kreisvolkshochschule Südwestpfalz gemeldet.

Dieser Anmeldeschluss wird den Schulen vom Ministerium für Bildung Rheinland-Pfalz mitgeteilt.

Das Einverständnis der Eltern wird von den Schulen eingeholt.

Die Kurse finden in den Schulen im Landkreis Südwestpfalz statt.

Kostenfrei aufgrund einer Förderung durch das Ministerium für Bildung Rheinland-Pfalz  
Die Anmeldung erfolgt über die Schulen.



### **kvhs-Koordinierungsstelle Integration**

Ein Schlüssel zur Integration ist die Sprache. Als Ort der Weiterbildung und Begegnung unterstützt die Kreisvolkshochschule Südwestpfalz (kvhs) mit ihrer 2017 eingerichteten kvhs-Koordinierungsstelle Integration neben dem bereits bestehenden Kursangebot die Kreisverwaltung Südwestpfalz dabei, zukünftige Mitbürger\*innen in unserem Landkreis willkommen zu heißen und sie auf ihrem Weg zu einer gelungenen Integration zu begleiten.

Finanziell gefördert wird die kvhs-Koordinierungsstelle Integration durch den Landkreis Südwestpfalz.

Sie setzt sich zum Ziel, bestehende Strukturen zu koordinieren und entsprechend den Möglichkeiten einer Kreisvolkshochschule bedarfsorientiert Kurse oder Schulungen anzubieten.

Das Angebot umfasst Deutschkurse für diejenigen, die (noch) keine Integrationskurse besuchen können, interkulturelle Veranstaltungen, Unterstützung bei der Berufsfindung, sozialpädagogische Betreuung und Fortbildungen für Ehrenamtliche.

Gerne berät Sie hierzu die  
kvhs-Koordinierungsstelle:

Tanja Stephan,  
[t.stephan@lksuedwestpfalz.de](mailto:t.stephan@lksuedwestpfalz.de)  
bzw. 06331 809-359

oder

Hildegard Fremgen,  
[h.fremgen@lksuedwestpfalz.de](mailto:h.fremgen@lksuedwestpfalz.de)  
bzw. 06331 809-446

### **Deutschkurse A1-B2**

### **Alphabetisierungskurse**

### **Bewerbungstraining**

### **Interkulturelle Kursangebote**

### **Schulungen für Ehrenamtliche in der Flüchtlingsarbeit**

### **Sozialpädagogische Betreuung der Teilnehmenden in den Kursen**

### **Weitere Beratung und Betreuung:**

Brigitte Leyenberger-Schiel  
(Flüchtlingsscout)  
06331 809-734 bzw.  
[b.leyenberger-schiel@lksuedwestpfalz.de](mailto:b.leyenberger-schiel@lksuedwestpfalz.de)

Füsun Sevilir  
(Begleitende Hauswirtschaftskraft)  
06331 809-747 bzw.  
[f.sevilir@lksuedwestpfalz.de](mailto:f.sevilir@lksuedwestpfalz.de)

Wir sind immer auf der Suche  
nach Dozent\*innen, bewerben Sie  
sich gerne bei uns unter  
[info@kvhs-swp.de](mailto:info@kvhs-swp.de) oder unter  
06331 809-336





Lernportal

## Deutsch lernen: [vhs-lernportal.de/Deutsch](https://vhs-lernportal.de/Deutsch)

kostenfrei – jederzeit – an jedem Ort



GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung



Arbeit und Beruf sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil des Volkshochschul-Angebots. Berufliche Weiterbildung setzt an bei Kompetenzen wie Lernfähigkeit und Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien ist ein Schwerpunkt des Programmbereichs „Arbeit und Beruf“. Verschiedene Angebote in diesem Bereich stärken berufliche und persönliche Kompetenzen.

### Bildungsfreistellungsmaßnahmen (BFG)

Beschäftigte in Rheinland-Pfalz haben einen Rechtsanspruch auf Freistellung von der Arbeit zum Zwecke der beruflichen und gesellschaftspolitischen Weiterbildung unter Fortzahlung des Arbeitsentgelts durch den/ die Arbeitgeber\*in. Dies gilt auch für Auszubildende sowie für Beamt\*innen und Richter\*innen des Landes Rheinland-Pfalz.

Voraussetzung für die Inanspruchnahme ist eine mindestens sechsmonatige Beschäftigung beim aktuellen Arbeitgeber; Auszubildende müssen sich seit mindestens sechs Monaten in einem Ausbildungsverhältnis befinden. Ein Anspruch auf Freistellung besteht nicht, wenn der/die Arbeitgeber\*in in der Regel nicht mehr als fünf Personen ständig beschäftigt.

Arbeitgeber\*innen können die Bildungsfreistellung ablehnen, wenn zwingende betriebliche oder dienstliche Belange dagegen sprechen.

Die Bildungsfreistellung ist mindestens sechs Wochen vor Beginn der Veranstaltung schriftlich gegenüber dem/der Arbeitgeber\*in geltend zu machen.

### Englisch kompakt A2-B1 – Wochenseminar (BFG)

Sollten Sie bereits Grundkenntnisse in der englischen Sprache haben, deren Erwerb schon längere Zeit zurück liegt, können Sie diesen Intensivkurs zur Auffrischung Ihrer englischen Sprachkenntnisse nutzen. Kernthemen für den Unterricht in der Kleingruppe: Wiederholung

und Festigung der wichtigsten Kommunikationsstrukturen und der relevanten Grammatik, einfache Konversation, insbesondere in Themenbereichen wie Alltag, Freizeit und Kultur, allgemeine Sprechsituationen, kommunikationsfördernde Verständnisübungen, einfache Übersetzungen. Auch die schriftliche Ausdrucksfähigkeit soll weiter ausgebaut werden.

Es handelt sich bei diesem Kurs um eine vom Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz genehmigte Bildungsfreistellungsmaßnahme (BFG).

Bitte mitbringen: Schreibutensilien

**A.40681GS** 04.03.-10.03.,  
jeweils 09.00-16.00 Uhr, 5x Mi.- Di.

**A.40682GS** 17.06.-23.06.,  
jeweils 09.00-16.00 Uhr, 5x Mi.- Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus

Loretta Hüther

188,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336





## Fortbildungsprogramm Kindertagesstätten

Alle Veranstaltungen werden in Kooperation mit dem Landkreis Südwestpfalz/Fachberatung kommunale Kindertagesstätten angeboten.

**Auf unserer Homepage [www.kvhs-swp.de](http://www.kvhs-swp.de) sind die Veranstaltungen unter Beruf → Fortbildungsprogramm Kindertagesstätten zu finden.**

Bitte melden Sie sich für alle Veranstaltungen bei der Geschäftsstelle der Kreisvolkshochschule Südwestpfalz unter 06331 809-336, auf [www.kvhs-swp.de](http://www.kvhs-swp.de) oder per E-Mail an [info@kvhs-swp.de](mailto:info@kvhs-swp.de) an.

### Qualifizierung Praxisanleitung für Erzieher\*innen

*Eine Kooperation mit der Fachberatung kommunale Kindertagesstätten des Landkreises Südwestpfalz*

Die Qualifizierung orientiert sich an den vorgegebenen Inhalten der Rahmenvereinbarung. Innerhalb der sozialberuflichen Ausbildung gibt es Praktika unterschiedlichen Umfangs und mit spezifischen Zielsetzungen.

Die Kindertagesstätte als Ausbildungsort hat dabei eine zentrale Rolle für die Gestaltung des Praktikumsprozesses. Sie übernimmt eine Mitverantwortung in der Qualifikation der künftigen Erzieher\*innen und trägt zur Professionalisierung der Kindertagesstätten insgesamt bei. Die Aufgabe der Anleitung von Praktikant\*innen wird hier einzelnen berufserfahrenen, pädagogischen Fachkräften übertragen. Diese stellt vielfältige und komplexe Anforderungen an die betreffende Person. Aufbauend auf ihrer beruflichen Erfahrung vermittelt sie Wissen über die Kita und deren pädagogische Arbeit. Sie leitet Praktikant\*innen in den konkreten Praxissituationen an, fördert die Entwicklung zur Erzieherpersönlichkeit und beurteilt die Leistungen im Praktikum. Im Rahmen der Qualifizierung



Foto: [www.praxisday.com](http://www.praxisday.com)

zur Praxisanleitung geht es um die Auseinandersetzung mit der eigenen beruflichen Rolle und den damit verbundenen Erwartungen, den Rahmenbedingungen und gesetzlichen Grundlagen. Ein weiterer wichtiger Bestandteil ist die Gestaltung des Anleitungsprozesses und der Entwicklung einer Konzeption hierfür. Die Anleitung von Praktikant\*innen geschieht nicht nebenbei, sondern in dem Bewusstsein, für den qualifizierten Nachwuchs pädagogischer Fachkräfte Verantwortung zu tragen und diese als Chance für die Kindertagesstätte zu sehen.

**Zielgruppe:** Pädagogische Fachkräfte in Kindertagesstätten, die über eine mindestens 2-jährige Berufserfahrung verfügen.

**A.10541EZ** ab 28.01., 09.00-16.00 Uhr, 7x

**A.10542EZ** ab 23.04., 09.00-16.00 Uhr, 7x

Rodalben, Dr. Lederer-Haus

Hannes Leitheiser

504,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
[info@kvhs-swp.de](mailto:info@kvhs-swp.de) bzw. 06331 809-336

### Qualifizierung Praxisanleitung für Erzieher\*innen – Auffrischungstag

*Eine Kooperation mit der Fachberatung kommunale Kindertagesstätten des Landkreises Südwestpfalz*

In der Anleitung von Praktikant\*innen werden die Praxisanleiter\*innen mit anspruchsvollen Aufgaben konfrontiert, die sie vor große Herausforderungen stellen. Zugleich tauchen



aktuell weitere Fragen auf, da es in der Erzieher\*innenausbildung zu großen Veränderungen gekommen ist. Mit dieser Fortbildung aktualisieren Sie Ihre Kenntnisse zur Struktur und den Inhalten der Erzieher\*innenausbildung. Es wird auf den neuen Lehrplan und auf den neuen Rahmenplan für das Berufspraktikum eingegangen. Darüber hinaus reflektieren Sie im dialogischen Erfahrungsaustausch ihre bisherigen Anleitungserfahrungen.

Ziel ist es hierbei, das eigene Anleitungsverhalten zu hinterfragen und weiterzuentwickeln. Zielgruppe: Pädagogische Fachkräfte in Kindertagesstätten, die die Qualifizierung *Praxisanleitung* bereits durchlaufen haben.

**A.10544EZ** 19.06., 09.00-16.00 Uhr, 1x Fr.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus

Hannes Leitheiser

72,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### **Qualifizierung Alltagsintegrierte Sprachbildung und Sprachförderung nach dem Curriculum *Mit Kindern im Gespräch***

*Eine Kooperation mit der Fachberatung kommunale Kindertagesstätten des Landkreises Südwestpfalz*

Die Weiterbildung *Mit Kindern im Gespräch* richtet sich an pädagogische Fachkräfte, die ihre Kompetenzen in alltagsintegrierter Sprachbildung und Sprachförderung erweitern möchten. *Mit Kindern im Gespräch* ist ein evaluiertes Fortbildungskonzept, das vom Team um Frau Prof. Dr. Gisela Kammermeyer (Rheinland-Pfälzische Technische Universität Kaiserslautern-Landau) entwickelt wurde. Zentrales Anliegen ist die Verbesserung der Interaktion zwischen Fachkraft und Kind. Durch den Einsatz von Sprachförderstrategien sollen Kinder zum Sprechen, zum gemeinsamen Nachdenken und zu länger anhaltenden Gesprächen angeregt werden. Dazu werden in den ersten

3 Modulen Sprachförderstrategien vermittelt, in den folgenden 6 Modulen wird deren Anwendung in Schlüsselsituationen des pädagogischen Alltags eingeübt und erprobt. Die am vorherigen Seminar tag bearbeiteten Inhalte werden jeweils bis zum nächsten Seminartag in der Praxis durch eine Praxisaufgabe (selbstgesteuertes Lernen) ausprobiert und geübt.

**A.10510EZ** ab 22.01., 09.00-16.00 Uhr, 9x

Rodalben, Dr. Lederer-Haus

Bärbel Sender

731,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

**Auf unserer Homepage**

**[www.kvhs-swp.de](http://www.kvhs-swp.de)**

**können Sie sich unter**

**Beruf →**

**Fortbildungsprogramm  
Kindertagesstätten**

**direkt für unsere Kurse  
anmelden.**

### **Demokratiebildung in der Kita**

**NEU!**

In diesem Seminar lernen pädagogische Fachkräfte, wie sie Kindern demokratische Werte altersgerecht vermitteln und sie dabei unterstützen können, ein Bewusstsein für die Bedeutung von Demokratie zu entwickeln.

Zielgruppe: Fachkräfte, die im pädagogischen Bereich arbeiten (Kita, Schule, Hort, Krippe, Tagespflege etc.)

**A.10581GS** 05.03., 09.00-16.00 Uhr, 1x Do.



Rodalben, Dr. Lederer-Haus  
 Marion Bischoff  
 85,00 €  
 Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
 info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Kooperation mit Eltern

Im Rahmen dieses Seminars erfahren pädagogische Fachkräfte, wie eine gelingende Elternarbeit aufgebaut und gestaltet werden kann. Dabei stehen vertrauensvolle Kommunikation, der konstruktive Umgang mit Kritik sowie Strategien für schwierige Elterngespräche und Krisensituationen im Mittelpunkt.

Zielgruppe: Fachkräfte, die im pädagogischen Bereich arbeiten (Kita, Schule, Hort, Krippe, Tagespflege etc.)

**A.10582GS** 20.05., 09.00-16.00 Uhr, 1x Mi.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus  
 Marion Bischoff  
 85,00 €  
 Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
 info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Weitere Themen auf Anfrage für pädagogische Fachkräfte:

**NEU!**

### Inspirierenden Pädagogen über die Schulten geschaut

Was können wir noch heute lernen von Pikler, Montessori, Fröbel und Co.?

Marion Bischoff

### Aus dem Rahmen gerutscht – herausfordernde Kinder professionell begleiten

Herausforderndes Verhalten aus der Perspektive der Neurobiologie und der vier Grundbedürfnisse nach Grawe betrachten und angemessen damit umgehen.

Marion Bischoff

### Resilienz als Basis für gute Pädagogik

Tagesworkshop zur Auseinandersetzung mit den eigenen Ressourcen und zur Stärkung innerer Sicherheit im Umgang mit den Herausforderungen des Alltags

Marion Bischoff

**NEU!**

### Wenn Kinder trauern

Kindliche Trauer zeigt sich auf vielfältige Weise. Wie können pädagogische Fachkräfte mit den Reaktionen von Kindern auf außergewöhnliche Situationen wie Trennung, Krankheit und Tod umgehen und sie dabei einfühlsam unterstützen?

Marion Bischoff

### Friedvolle Kommunikation

Sobald wir erkennen, dass Kommunikation viel mehr ist als die Worte, die wir (aus)sprechen, gelingt uns der Austausch mit unseren Mitmenschen besser. Wir finden neue und herzerwärmende Wege zu einem friedvollen Miteinander, wenn wir uns unserer Gedanken, Gefühle und Handlungsmuster bewusst werden. Beinahe wie von selbst heben wir dadurch unsere Kommunikationsweise auf eine höhere Stufe.

Ziele des Kurses:

- Die Bedeutung der Kommunikation erkennen
- Die (Selbst-)Reflexion als wertvolles Instrument annehmen
- Die drei Stufen der friedvollen Kommunikation kennenlernen
- Die eigene Kommunikationsfähigkeit verbessern und damit auf andere wirken

Marion Bischoff





### **Qualifizierung Fachkraft Frühpädagogik XIII**

*Eine Kooperation mit der Fachberatung  
kommunale Kindertagesstätten des  
Landkreises Südwestpfalz*

Die Arbeit mit Kindern unter drei Jahren in unseren Kitas hat einen hohen Stellenwert und erfordert spezielle Fachkenntnisse, Einfühlungsvermögen und die Fähigkeit zu Reflektieren. Diese Weiterbildung bietet ein breites Themenspektrum, greift aktuelle Entwicklungen der Kleinkindforschung auf, stellt einen engen Praxisbezug her und qualifiziert die Teilnehmer\*innen, die Entwicklungs- und Bildungsprozesse von Kleinkindern in Kooperation mit den Eltern gut begleiten zu können.

- Modul 1 Haltung und Rolle der Erzieher\*innen
- Modul 2 Bindung und Eingewöhnung
- Modul 3 Beobachtung, Dokumentation und Entwicklungsaspekte
- Modul 4 Spiel- und Bewegungsinteraktionen
- Modul 5 Beziehungen gestalten
- Modul 6 Beziehungsanlässe in Pflegesituationen
- Modul 7 Aspekte zu Bildung und Entwicklung
- Modul 8 Präsentation und Zertifikatsübergabe

**B.10520EZ** ab 08.09., 9.00-16.00 Uhr, 20x

Rodalben, Dr. Lederer-Haus  
G. Gebhardt, K. Wilken, A. Bauer  
1.260,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### **Leistungsqualifizierung im Sinne der Fachkräftevereinbarung für Kindertageseinrichtungen in Rheinland-Pfalz**

*Eine Kooperation mit den Fachberatungen  
kommunale Kindertagesstätten des Landkreises  
Südwestpfalz und der Stadt Zweibrücken*

Leitungen von Kindertagesstätten sehen sich jeden Tag mit vielfältigen Herausforderun-

gen konfrontiert; sei es im Umgang mit den Mitarbeitenden, in der Zusammenarbeit mit Trägern, Kindern, Eltern und Kooperationspartnern, aber auch bei der Schaffung neuer Strukturen, der Steuerung von Prozessen und der ständigen Berücksichtigung und Ausbalancierung unterschiedlichster Interessen. Mit dieser Fortbildung qualifizieren Sie sich für die komplexe und anspruchsvolle Tätigkeit als Leitung einer Kindertageseinrichtung. Die Inhalte der Qualifizierung richten sich nach der trägerübergreifenden Rahmenvereinbarung zur Gestaltung von Leitungsqualifizierungen im Sinne der Fachkräftevereinbarung für Tageseinrichtungen für Kinder in Rheinland-Pfalz. Ziele sind hierbei, das eigene Führungs-, Kommunikations- und Konfliktverhalten zu reflektieren und weiterzuentwickeln, die eigene Rolle zu analysieren und auszubauen, das Team in der Weiterentwicklung unterstützen und bei Veränderungsprozessen begleiten zu können, die Zusammenarbeit mit dem Träger und den Eltern zu verbessern, Möglichkeiten und Bedeutung von Öffentlichkeitsarbeit kennenzulernen, Steuerungsprozesse durch ein Qualitätsmanagement zu unterstützen und die Zusammenarbeit mit weiteren Kooperationspartner\*innen im Sozialraum auszubauen.

**Zielgruppe:**

Leitungskräfte aus Kindertageseinrichtungen und Fachkräfte, die sich für den Einsatz als Leitung qualifizieren wollen.

**Inhalte:**

- Leitung im Spannungsfeld widersprüchlicher Erwartungen / Rollenklärung
- Ziele des Leitungshandelns
- Führungs- und Managementverständnis
- Pädagogische Ziele und Visionen
- Sicherstellung der fachlichen Aktualität
- Zeit- und Büromanagement / Selbstorganisation
- Selbstreflexion, Entwicklung einer professionellen Haltung
- Psychohygiene (z. B. Nutzung von kollegialer





Beratung, Supervision/ Coaching, Beratung durch Fachberatung)

- Strukturen der Kinder- und Jugendhilfe in Rheinland-Pfalz und in der Bundesrepublik Deutschland
- Grundlegende Regelungen im SGB VIII, insbesondere zu Kita
- Grundlegendes Wissen über das SGB IX und die Strukturen der Behindertenhilfe in Rheinland-Pfalz
- Grundlegendes Wissen über die für den Kita-Bereich zuständigen Behörden (u.a. Landesamt für Soziales, Jugend und Versorgung, Landesjugendamt, Jugendamt, Fachbehörden wie Gesundheitsamt, Lebensmittelüberwachung, Unfallkasse, Bauamt, Brandschutz)
- Landesgesetz über die Erziehung, Bildung und Betreuung von Kindern in Tageseinrichtungen und in Kindertagespflege (KiTaG) inklusive Rechtsverordnungen sowie Ausführungshinweise wie z.B. Rundschreiben
- Fachkräftevereinbarung RLP
- Bildungs- und Erziehungsempfehlungen (BEE) /Qualitätsempfehlungen
- ESSP und Maßnahmenplan
- SGB VIII-Statistik und Monitoring
- Klärung von Aufgabenverteilung, Verantwortlichkeiten, Finanzen und Entscheidungsbefugnissen
- Auseinandersetzung mit trägerspezifischen Strukturen
- Gremien
- Wahrnehmung des Schutzauftrags im Zusammenhang mit Kindeswohlgefährdungen
- Kooperationen
- Netzwerkarbeit
- Datenschutz
- Institutionelles Schutzkonzept (Kita)
- Etablierung klarer und verbindlicher Kommunikationsstrukturen
- Öffentlichkeitsarbeit
- Relevante Regelungen im Arbeitsrecht
- Gesundheitsprävention und -schutz, Aufsichtspflicht, Haftung
- Grundlagen der Kommunikation

- Grundlagen der Teamarbeit
- Personalgewinnung, Personalentwicklung, Personalorganisation, Fortbildungsplanung, Ausbildungsmanagement
- Gesprächsführung / Mitarbeiter\*innen-gespräche
- Dienstplangestaltung
- Konfliktmanagement
- Verantwortlichkeiten, Zuständigkeiten und Delegation
- Zusammenarbeit mit dem Elternausschuss/ Elternbeirat und Beteiligungsmöglichkeiten von Eltern schaffen
- Sensibilisierung des Teams für die Bedarfe und Bedürfnisse von Eltern
- Gestaltung der Zusammenarbeit mit den Eltern
- Klärung von Informationswegen zwischen Eltern und Einrichtung
- Beschwerdeverfahren
- Pädagogische Konzeptionen, Einrichtungskonzeption, Qualitätsmanagement-Handbücher
- auf Kinderrechten basierende Arbeit
- Sozialraumanalyse
- Regelmäßige Reflexion der pädagogischen Arbeit im Team (z.B. Fallbesprechungen, kollegiale Beratung)
- Qualitätsentwicklungs- und Qualitätsmanagement-Verfahren nutzen
- einrichtungsspezifische Herausforderungen managen
- Steuerung und Begleitung von Veränderungsprozessen

124 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten

#### A.10550EZ

Beginn: voraussichtlich Mai 2026, weitere Informationen folgen  
Rodalben, Dr. Lederer-Haus und online  
Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



### Schlüsselkompetenzen

#### Beruflich aufblühen – mit den eigenen Stärken zum Erfolg

NEU!

Im Rahmen dieses Seminars erkennen und reflektieren die Teilnehmer\*innen ihre individuellen Stärken. Sie verstehen deren Bedeutung im beruflichen Kontext und erhalten Ideen, um diese gezielt einzusetzen – für mehr Klarheit, Selbstbewusstsein und Wirksamkeit im Beruf. Ob Sie bereits im Berufsleben stehen, den Wiedereinstieg planen, sich neu orientieren oder Ihre aktuelle Rolle überdenken und stärken möchten – hier finden Sie Impulse, um Ihre Potenziale neu zu entdecken und selbstbewusst einzusetzen.

Inhalte:

- Stärkenbündel kennenlernen
- Eigene Stärken anhand verschiedener Lebensbereiche identifizieren
- Methoden zur Umsetzung im Arbeitsalltag

Das Seminar steht unter dem Motto *Verstehen – Erleben – Anwenden*. Es werden Basiskenntnisse zum Stärken-orientierten Arbeiten vermittelt und anhand interaktiver Elemente für den eigenen Alltag nahbar gemacht.

Die vermittelten Inhalte werden den Teilnehmenden im Nachgang zur Verfügung gestellt.

**A.50601GS** 07.02., 14.00-17.00 Uhr, 1x Sa.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus  
Sophie Schneiderhöhn-Petry

Sie finden uns auch auf

**Facebook:**

Kreisvolkshochschule  
Südwestpfalz

und auf

**Instagram:**

kvhssuedwestpfalz

18,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

#### Rhetorik-Workshop: Sicher und überzeugend auftreten

NEU!

Rhetorik gehört heute in vielen Berufen zu den grundlegenden Kompetenzen. Tagtäglich werden Informationen mitgeteilt, Ergebnisse präsentiert, Vorschläge diskutiert. Dabei will man verständlich sein, und auch glaubwürdig und selbstsicher wirken. Doch wie gelingt das? Viele fragen sich: Wie kann ich Interesse wecken? Wie kann ich mein Publikum begeistern und die Aufmerksamkeit aufrechterhalten? Wie gelingt ein guter Einstieg? Was tun, wenn man den Faden verliert? Wie setzt man Gestik angemessen ein? Wie kann ich meinen eigenen Stil entwickeln?

In diesem Workshop soll gelernt und geübt werden, wie man strukturiert und pointiert spricht, wie man durch die Körpersprache den Worten Nachdruck verleihen kann und dadurch an Sicherheit und Ausstrahlung gewinnt.

**A.50621GS** 21.02., 09.30-17.00 Uhr, 1x Sa.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus  
Dr. phil. Lioba Faust  
119,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

#### Selbst- und Zeitmanagement

NEU!

Zeitdruck, Informationsflut und ständige Erreichbarkeit – viele Menschen erleben ihren Alltag als getaktet, überladen oder unstrukturiert. Ob im Beruf, im Ehrenamt oder im Privatleben: Die Anforderungen wachsen, während die verfügbare Zeit gleich bleibt.

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre persönlichen Zeit- und Energiequellen bewusst nutzen und Ihren Alltag strukturierter, gelassener und wirkungsvoller gestalten können. Selbst- und



Zeitmanagement bedeutet dabei mehr als nur Termine planen: Es geht um Klarheit über eigene Ziele, Prioritäten und Gewohnheiten.

Sie reflektieren Ihren Umgang mit Zeit, erkennen typische Zeitfresser sowie innere Antreiber (z. B. Perfektionismus, „Nicht-Nein-sagen-Können“) und lernen effektive Methoden kennen, mit denen Sie Ihren Tagesablauf verbessern können – im Beruf wie im Privatleben.

In der Folge übertragen Sie das Gelernte auf konkrete Alltagssituationen – hierbei können Sie Ihre eigenen oder praxisnahe Beispiele nutzen. Durch Austausch und kollegiales Feedback erhalten Sie neue Impulse und entwickeln einen individuellen Umsetzungsplan.

Sie erlernen in diesem Kurs bewährte Methoden der Zeitplanung (z. B. ALPEN-Methode, Eisenhower-Matrix, Paretoprinzip), erkennen persönliche Stressverstärker und Zeitfallen und entwickeln konkrete Gegenstrategien. Des Weiteren analysieren Sie Ihren Arbeitsstil und stärken Ihre Selbstorganisation – auch bei wechselnden Anforderungen im Homeoffice oder Familienalltag. Die Erarbeitung eines individuellen Fahrplans zur Umsetzung im Alltag rundet den Workshop ab.

Der Kurs richtet sich an alle, die ihr Selbst- und Zeitmanagement verbessern möchten – egal ob im Berufsleben, in der Familienorganisation, im Ehrenamt oder während einer beruflichen Auszeit.

Besonders geeignet ist der Kurs für Berufstätige mit hoher Belastung oder wenig Struktur, Menschen mit familiären oder sozialen Verpflichtungen, Wiedereinsteiger\*innen, Selbstständige oder Engagierte in der Pflege/Betreuung und für alle, die mehr Klarheit, Ruhe und Wirksamkeit in ihren Alltag bringen möchten.

**A.50602GS** 09.05.+30.05., 14.00-17.00 Uhr,  
2x Sa.  
Rodalben, Dr. Lederer-Haus  
Marcel Bachert  
35,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

## EDV-Grundlagen

### Wie funktioniert mein Smartphone/Tablet?

Für Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen

*In Kooperation mit der Leitstelle Älter werden der Kreisverwaltung Südwestpfalz*

*Dozent: Bernd Strassel*

Möchten Sie gerne den sicheren Umgang mit Smartphone und/oder Tablet erlernen?

Zunächst erfahren Sie im Rahmen eines **Vortrags** an verschiedenen Orten im Landkreis Südwestpfalz mehr darüber, was das Internet für Sie bereithält. Im Anschluss an den Vortrag können Sie sich bei Interesse direkt vor Ort für den darauf folgenden dreiteiligen Kurs **Wie funktioniert mein Smartphone/Tablet?** anmelden.

Zum Kurs bringen Sie Ihr Gerät mit und erfahren, wie Sie es bedienen können und was es für Sie bereit hält: Sie können mit Ihren Freund\*innen, Kindern & Enkel\*innen kommunizieren, Apps installieren, selbstständig im Internet nach Informationen suchen; sei es nach einem Rezept oder speziellen Dingen, die Sie interessieren.

Die jeweiligen Termine und Orte entnehmen Sie der Tagespresse und den Amtsblättern.

Dieses Angebot ist im gesamten Landkreis Südwestpfalz verfügbar.

Hier können Sie sich  
direkt für unsere  
Kurse anmelden:

[www.kvhs-swp.de](http://www.kvhs-swp.de)



### Wie funktioniert mein Smartphone/Tablet? Kurs 1: Grundlagen der Bedienung

Für Teilnehmende ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen

*In Kooperation mit der Leitstelle Älter werden der Kreisverwaltung Südwestpfalz*

In diesem Einsteigerkurs lernen Sie Ihr Smartphone oder Tablet von Grund auf kennen. Schritt für Schritt machen wir Sie mit den wichtigsten Funktionen vertraut, damit Sie Ihr Gerät sicher und selbstständig bedienen können.

Wir schauen uns gemeinsam Ihr eigenes Gerät an: Wo befinden sich welche Tasten, wie stellt man verschiedene Dinge ein und wie bewegt man sich auf dem Bildschirm? Sie üben grundlegende Gesten wie Tippen, Wischen und Ziehen sowie den Umgang mit der Bildschirmtastatur, um Texte sicher eingeben zu können.

Außerdem erhalten Sie eine erste Einführung ins Internet: Wie verbindet man sich mit WLAN, wie öffnet man eine Webseite und worauf sollte man beim Surfen achten? Abschließend zeigen wir Schritt für Schritt, wie man Apps installiert/deinstalliert, damit Sie Ihr Gerät später ganz nach Ihren Bedürfnissen erweitern können.

Der Kurs ist anschaulich aufgebaut, leicht verständlich und bietet die Möglichkeit, Gelerntes direkt am eigenen Gerät auszuprobieren.

Bitte mitbringen: Eigenes Smartphone bzw. Tablet

**A.50111GS** ab 22.01., 14.00-16.15 Uhr, 3x Do.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus

Bernd Strassel

20,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,

info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Wie funktioniert mein Smartphone/Tablet? Kurs 2: Kommunikation leicht gemacht

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

*In Kooperation mit der Leitstelle Älter werden der Kreisverwaltung Südwestpfalz*

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihr Smartphone oder Tablet zur einfachen und sicheren Kommunikation nutzen können. Der Kurs eignet sich für Teilnehmer\*innen, die bereits Kurs 1 besucht haben, sowie für Neueinsteiger\*innen, die bereits Grundkenntnisse mitbringen. Sie sollten die Grundlagen der Bedienung kennen, sich mit Ihrem eigenen Gerät grundsätzlich zurechtfinden, grundlegende Gesten und die Tastatur bedienen können, bereits Erfahrungen mit dem Internet haben und wissen, wie man eine App installiert.

Gemeinsam üben wir das Schreiben und Empfangen von Nachrichten, das Verwalten des Adressbuchs sowie den Umgang mit E-Mails. Außerdem lernen Sie, wie Sie Inhalte wie Fotos oder Kontakte ganz einfach teilen können. Wir stellen verschiedene Messenger-Dienste vor und zeigen, wie man sicher und komfortabel kommunizieren kann. Abschließend erhalten Sie eine verständliche Einführung in Videokonferenzen, damit Sie auch aus der Ferne mit Familie und Freunden in Kontakt bleiben können. Der Kurs ist anschaulich aufgebaut, gibt die Möglichkeit, Gelerntes direkt am eigenen Gerät auszuprobieren und richtet sich an alle, die ihre Kommunikationsmöglichkeiten mit dem Smartphone erweitern möchten.

Bitte mitbringen: Eigenes Smartphone bzw. Tablet

**A.50113GS** ab 27.01., 15.30-17.45 Uhr, 3x Di.

Hermersberg, Rathaus, Ratssaal

Bernd Strassel

20,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,

info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336





## Wie funktioniert mein Smartphone/Tablet? Kurs 2: Kommunikation leicht gemacht

Für Teilnehmende mit geringen  
Vorkenntnissen

*In Kooperation mit der Leitstelle Älter werden  
der Kreisverwaltung Südwestpfalz*

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihr Smartphone oder Tablet zur einfachen und sicheren Kommunikation nutzen können. Der Kurs eignet sich für Teilnehmer\*innen, die bereits Kurs 1 besucht haben, sowie für Neueinsteiger\*innen, die bereits Grundkenntnisse mitbringen. Sie sollten die Grundlagen der Bedienung kennen, sich mit Ihrem eigenen Gerät grundsätzlich zurechtfinden, grundlegende Gesten und die Tastatur bedienen können, bereits Erfahrungen mit dem Internet haben und wissen, wie man eine App installiert.

Gemeinsam üben wir das Schreiben und Empfangen von Nachrichten, das Verwalten des Adressbuchs sowie den Umgang mit E-Mails. Außerdem lernen Sie, wie Sie Inhalte wie Fotos oder Kontakte ganz einfach teilen können. Wir stellen verschiedene Messenger-Dienste vor und zeigen, wie man sicher und komfortabel kommunizieren kann. Abschließend erhalten Sie eine verständliche Einführung in Videokonferenzen, damit Sie auch aus der Ferne mit Familie und Freunden in Kontakt bleiben können. Der Kurs ist anschaulich aufgebaut, gibt die Möglichkeit, Gelerntes direkt am eigenen Gerät auszuprobieren und richtet sich an alle, die ihre Kommunikationsmöglichkeiten mit dem Smartphone erweitern möchten.

Bitte mitbringen: Eigenes Smartphone bzw. Tablet

**A.50114GS** ab 19.02., 14.00-16.15 Uhr, 3x Do.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus  
Bernd Strassel  
20,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

## Wie funktioniert mein Smartphone/Tablet? Kurs 3: Apps entdecken und nutzen

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

*In Kooperation mit der Leitstelle Älter werden  
der Kreisverwaltung Südwestpfalz*

In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Apps kennen, die Ihren Alltag erleichtern oder bereichern können. Der Kurs eignet sich für Teilnehmer\*innen, die bereits Kurs 1 und 2 besucht haben, sowie für Neueinsteiger\*innen, die grundlegende Kenntnisse im Umgang mit dem Smartphone oder Tablet besitzen.

Sie sollten die Grundlagen der Bedienung beherrschen, Gesten und die Tastatur nutzen sowie erste Erfahrungen mit dem Internet und dem Installieren von Apps mitbringen.

Gemeinsam entdecken wir verschiedene Apps, die von den Teilnehmenden selbst ausgewählt werden. Das können zum Beispiel Apps zum Reisen, zur Gesundheit, für Nachrichten, Unterhaltung, Organisation, Fotobearbeitung oder Alltagshelfer sein. Sie lernen, wie diese Apps funktionieren, welche Einstellungen wichtig sind, wie man sie datensparsam nutzt und wie sie sich in den täglichen Gebrauch integrieren lassen.

Der Kurs ist anschaulich aufgebaut, gibt die Möglichkeit, Gelerntes direkt am eigenen Gerät auszuprobieren und richtet sich an alle, die ihr Smartphone oder Tablet im Alltag noch vielseitiger einsetzen möchten.

Bitte mitbringen: Eigenes Smartphone bzw. Tablet

**A.50116GS** ab 24.02., 15.30-17.45 Uhr, 3x Di.

Hermersberg, Rathaus, Ratssaal  
Bernd Strassel  
20,00 €  
Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336



### **Erste Schritte am PC – Für Senior\*innen ohne Vorkenntnisse Kurs 1: Grundlagen für Einsteiger\*innen**

*In Kooperation mit der Leitstelle Älter werden  
der Kreisverwaltung Südwestpfalz*

In diesem Einsteigerkurs lernen Sie Ihren Computer von Grund auf kennen. Schritt für Schritt machen wir Sie mit den wichtigsten Funktionen vertraut, damit Sie Ihren PC sicher und selbstständig bedienen können.

Zunächst schauen wir uns Ihr eigenes Gerät an: Wo befinden sich wichtige Anschlüsse, Tasten und Funktionen? Anschließend üben Sie den sicheren Umgang mit Tastatur und Maus. Sie erhalten eine leicht verständliche Einführung in das Betriebssystem Windows. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Programme öffnen und schließen, Fenster verschieben, Einstellungen anpassen und sich im Startmenü zurechtfinden.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf dem Thema Dateihandling: Wie speichert man Dokumente ab, wie legt man Ordner an, verschiebt Dateien oder findet sie später wieder? All dies wird Schritt für Schritt erklärt und direkt am eigenen PC ausprobiert.

Der Kurs ist anschaulich aufgebaut und bietet die Möglichkeit, Gelerntes direkt auszuprobieren. Er richtet sich an alle, die ihren Computer zum ersten Mal verwenden oder ihre Grundlagenkenntnisse auffrischen möchten.

Bitte mitbringen: Wenn möglich, den eigenen Laptop (alternativ stehen Geräte vor Ort zur Verfügung).

**A.50112GS** ab 23.01., 14.00-16.15 Uhr, 3x Fr.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR3

Bernd Strassel

20,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### **Erste Schritte am PC – Für Senior\*innen mit Vorkenntnissen Kurs 2: Surfen und Mailen leicht gemacht**

*In Kooperation mit der Leitstelle Älter werden  
der Kreisverwaltung Südwestpfalz*

In diesem Kurs erweitern Sie Ihre Fähigkeiten am Computer und lernen, das Internet sicher und sinnvoll zu nutzen. Der Kurs eignet sich für alle, die bereits über Vorkenntnisse im Umgang mit dem PC verfügen.

Sie sollten sich an Ihrem eigenen Gerät zu-rechtfinden, den Umgang mit Tastatur und Maus beherrschen und grundlegende Funktionen von Windows bedienen können – Programme öffnen, Fenster bewegen und einfache Einstellungen vornehmen. Außerdem sollten Sie schon einmal Dateien gespeichert oder geöffnet haben.

Wir beginnen mit den Grundlagen des Surfens im Internet: Wie öffnet man Webseiten, nutzt Suchmaschinen und findet verlässliche Informationen? Sie erfahren außerdem, woran man sichere Internetseiten erkennt und wie man sich vor typischen Gefahren schützt. Anschließend widmen wir uns dem Thema E-Mail. Schritt für Schritt lernen Sie, wie Sie ein E-Mail-Konto nutzen, Nachrichten schreiben, empfangen, beantworten und Anhänge verschicken. Sie üben zudem, E-Mails übersichtlich zu verwalten. Der Kurs ist anschaulich aufgebaut und bietet die Möglichkeit, Gelerntes direkt auszuprobieren. Er richtet sich an alle, die ihre digitalen Fähigkeiten erweitern und das Internet sicher nutzen möchten.

Bitte mitbringen: Wenn möglich, den eigenen Laptop (alternativ stehen Geräte vor Ort zur Verfügung).

**A.50115GS** ab 20.02., 14.00-16.15 Uhr, 3x Fr.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR3

Bernd Strassel

20,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336





## Herbstwind: Wie erstelle und betreue ich ein Online-Portal?

*In Kooperation mit der Leitstelle Älter werden der Kreisverwaltung Südwestpfalz*

Haben Sie Geschichten zu erzählen? Haben Sie eine ausgeprägte Fantasie oder brennen Sie für ein Thema, von dem sie anderen Senior\*innen gerne berichten möchten?

„Herbstwind“ ist die Seniorenzeitschrift des Landkreises Südwestpfalz von Senior\*innen für Senior\*innen. Das damit verbundene Online-Portal [www.herbstwind-online.de](http://www.herbstwind-online.de) wird von ehrenamtlichen Redakteur\*innen und Autor\*innen des mittleren und gehobenen Alters mit Leben gefüllt und betreut.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Würden Sie gerne erfahren, wie Sie ihre Geschichte(n) auf den Bildschirm bringen, wie man ein solches Portal pflegt und betreut und wie letztendlich eine Zeitung entstehen kann? Dann sind Sie hier richtig.

Unter fachkundiger Anleitung erlernen Sie die hierfür notwendigen Grundlagen Schritt für Schritt und verbessern Ihre PC-Kenntnisse.

In diesem Semester wird der Schwerpunkt auf das Thema Öffentlichkeitsarbeit gelegt.

Interessierte können jederzeit einsteigen.

„Herbstwind“ wird durch die Leitstelle Älter werden des Landkreises Südwestpfalz unterstützt, die Teilnahme ist kostenlos.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**A.50001GS** 16.01.+13.02.+13.03.+17.04.+ 08.05.+ 26.06., jeweils 13.00-16.00 Uhr, 6x Fr. Ein Einstieg ist generell zu jedem Zeitpunkt möglich.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus

Bernd Strassel und Karina Frisch

Kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,

[info@kvhs-swp.de](mailto:info@kvhs-swp.de) bzw. 06331 809-336

## Auf Anfrage:

**Excel-Kurse**

**Word-Kurse**

**Outlook-Kurse**

**PC-Kurse: Fit für den Beruf**

**10-Finger-Schreiben**

**Wie erstelle ich ein Fotobuch?**



**Gerne  
konzipieren wir auch  
gezielte EDV-  
Schulungen für  
Ihr Unternehmen/Ihre  
Einrichtung. Melden Sie sich  
einfach bei uns!**

## Canva für Einsteiger\*innen

Was ist eigentlich Canva? In diesem Einsteigerkurs lernen Sie die beliebte, kostenlose Design-Plattform von Grund auf kennen. Canva ermöglicht es Ihnen, ganz ohne Vorkenntnisse ansprechende Designs für Social Media, Einladungen, Flyer oder Präsentationen zu gestalten. Schritt für Schritt zeigen wir Ihnen, wie Sie sich registrieren, Vorlagen auswählen, Texte und Bilder einfügen und Ihr erstes eigenes Design erstellen. Der Kurs richtet sich an alle, die noch nie mit digitalen Designtools gearbeitet haben und einen unkomplizierten Einstieg suchen.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.50161GS** 04.03., 18.00-19.30 Uhr, 1x Mi. online

Luca Schoolmann

16,00 €



Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Canva für Fortgeschrittene

Sie haben bereits erste Erfahrungen mit Canva gemacht und wollen Ihre Kenntnisse vertiefen? Dann sind Sie hier genau richtig. In diesem Aufbaukurs lernen Sie, wie Sie Designs professioneller und kreativer gestalten – z. B. durch den gezielten Einsatz von Farben, Schriften und Designelementen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit dem Branding-Kit arbeiten, eigene Vorlagen erstellen, Animationen einsetzen und Canva effizient für berufliche oder private Projekte nutzen können. Der Kurs eignet sich für alle, die Canva regelmäßig anwenden und ihre Ergebnisse auf das nächste Level bringen möchten.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.50162GS** 18.03., 18.00-19.30 Uhr, 1x Mi.

online

Luca Schoolmann

16,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Scrollen ...

#### Warum kann ich nicht aufhören?

In diesem Online-Vortrag wird untersucht, warum Menschen dazu neigen, endlos durch soziale Medien und Online-Inhalte zu scrollen. Die Präsentation beleuchtet die psychologischen Mechanismen, die hinter dieser Verhaltensweise stehen, sowie die emotionalen und kognitiven Auswirkungen des exzessiven Scrollens.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.10612GS** 25.03., 18.00-19.30 Uhr, 1x Mi.

online

Luca Schoolmann

16,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

### Künstliche Intelligenz

NEU!

#### KI für Fortgeschrittene – Perfektionieren Sie Ihre KI-Skills in Text, Bild und Video

Dieser Kurs bietet Ihnen die Chance, Ihre KI-Kenntnisse auf ein völlig neues Level zu bringen. Erfahren Sie von einem Experten, wie Sie professionelle Prompts erstellen und diese in der Praxis effektiv einsetzen.

Ob in Einzelarbeit oder in dynamischen Gruppenprojekten – lernen Sie sicherer und souveräner mit KI-Tools umzugehen, die Ihre Kreativität und Effizienz revolutionieren können.

Inhalte:

- Vertiefung der Kenntnisse im Umgang mit der KI
- Profitipps zu Prompts bei Texten und Bildern
- In Übungseinheiten können Sie die Theorie direkt umsetzen
- Antworten auf Fragen, die Sie schon längere Zeit in Bezug auf die Nutzung von KI beschäftigen

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.50121GS** ab 04.02., 18:30-20.45 Uhr, 2x Mi.

online

Michael Fred Nothdurft

34,00 €

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336





## Im Wettlauf mit dem Gehirn: Ist künstliche Intelligenz schon intelligent? (vhs.wissen live)

Was wir heute unter Künstlicher Intelligenz (KI) verstehen ist künstlich, aber noch nicht wirklich intelligent.

Trotz wichtiger Fortschritte ist die heutige KI noch äußerst ineffizient: Sie verschwendet Energie und benötigt Unmengen sogenannter „Labels“. Beides ist teuer und nicht nachhaltig. Vor 50 Jahren wurden die heutigen Methoden der KI von der Neurowissenschaft inspiriert – und die Frage ist naheliegend, ob es aus der Hirnforschung erneut Inspirationen für eine nächste Generation der KI geben kann.

Unsere Gehirne sind schließlich unübertroffen in ihrer Energieeffizienz und Lernfähigkeit.

Mithilfe neuester Methoden der Netzwerkanalyse im Gehirn („Connectomics“) sollen die Besonderheiten des biologischen Computers in unseren Köpfen bestimmt, Lernregeln verstanden und mögliche Veränderungen im Kontext von Erkrankungen beschrieben werden.

Prof. Dr. Moritz Helmstaedter ist Direktor am Max-Planck-Institut für Hirnforschung in Frankfurt und wissenschaftliches Mitglied der Max-Planck-Gesellschaft.

Seine Arbeit zielt darauf ab, die Grenzen der Connectomics zu erweitern, einem aufstrebenden Forschungsgebiet, das sich mit der Kartierung neuronaler Netzwerke im Gehirn in noch nie dagewesener Größe und Auflösung beschäftigt.

Seine Interessen liegen in der Beziehung zwischen künstlicher und biologischer Intelligenz und der Suche nach konnektomischen Phänotypen psychiatrischer Störungen.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.11002GS** 23.02., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.

online

Prof. Dr. Moritz Helmstaedter  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

**NEU!**

## Fehlerhafte Menschen und Maschinenfehler. Warum wir eine Error Literacy brauchen (vhs.wissen live)

Schon vor einigen Jahrzehnten wunderte sich ein Softwareentwickler, was den Menschen denn so den Kopf vernebelt, dass sie glaubten, Computer würden keine Fehler machen.

Heute sind wir mit den „Halluzinationen“, „Lügen“ – also den Fehlern großer Sprachmodelle wie ChatGPT – konfrontiert. Trotzdem vertrauen viele Menschen den Aussagen der KI und überprüfen die Ergebnisse nicht.

Der Vortrag widmet sich der Geschichte maschineller und menschlicher Fehler. Er diskutiert die Hartnäckigkeit des Maschinen-glaubens, das Stereotyp vom fehlerhaften Menschen sowie die Zunahme technologischer Fehler in den letzten Dekaden, um schließlich zu thematisieren, warum wir eine „Error Literacy“ brauchen.

Prof. Dr. Martina Heßler ist Professorin für Technikgeschichte an der TU Darmstadt.

Sie beschäftigt sich mit der Geschichte von Mensch-Maschinen-Verhältnissen, mit Technikemotionen und technologischen Fehlern. Martina Heßler ist Mitglied von acatech.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech) statt.

Die Zugangsdaten erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

**A.11003GS** 24.02., 19.30-21.00 Uhr, 1x Di.

online

Prof. Dr. Martina Heßler  
kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,  
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

**NEU!**



# Bildung zu verschenken!



...mit einem **Geschenkgutschein** der  
Kreisvolkshochschule  
Südwestpfalz



Gutschein für	<input type="text"/>
Im Wert von	<input type="text"/>
Einzulösen bis	<input type="text"/>
Datum	<input type="text"/>
Gutschein-Nr.	<input type="text"/>
Unterschrift	<input type="text"/>

**Kreisvolkshochschule  
Südwestpfalz e.V.**

**Besucheradresse:**  
Delaware Avenue 12  
66953 Pirmasens

**Postadresse:**  
Postfach 2265  
66930 Pirmasens

+49 (0) 6331 809-336

info@kvhs-swp.de  
www.kvhs-swp.de



Lernportal

# Fit für die digitale Welt



Computer, Smartphone und  
Internet verstehen



Jetzt anmelden und kostenlos lernen:  
[www.digitale-welt.vhs-lernportal.de](http://www.digitale-welt.vhs-lernportal.de)

 **AlphaDekade**  
2016–2026

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung



Mit unserem Angebot haben wir uns zum Ziel gesetzt, Interessent\*innen ein kontinuierliches und qualifiziertes Angebot zu unterbreiten und sie in ihrer individuellen Bildungsbiographie mit ihren Stärken zu fördern, sie zu einem anerkannten Abschluss zu führen oder sie dabei zu unterstützen, bestehende berufliche und soziale Benachteiligungen zu überwinden.

### Alphabetisierung

#### Alphabetisierungskurs für deutsche Muttersprachler\*innen

*In Kooperation mit dem Mehrgenerationenhaus Waldfischbach-Burgalben*

Teilnehmende erwerben Basiskenntnisse im Lesen und Schreiben von Anfang an (Wortebene) und vertiefen diese Kenntnisse im weiteren Kursverlauf gemäß ihrer individuellen Lernvoraussetzungen.

Ort auf Anfrage

kostenfrei

Nähere Informationen erhalten Sie unter  
06331 809-335.



Foto: www.pixabay.com

### Rechnen

#### Mathe-Basics

Förderunterricht Mathematik

Häufig sind es nicht ausreichende Basiskenntnisse in Mathematik, die Menschen im Berufsleben den Ein- und Aufstieg erschweren. Im Alltag können durch ein Defizit in diesem Bereich Probleme entstehen und besonders im Bereich der Handwerksberufe sind grundlegende Rechenkenntnisse unerlässlich. Gerade in der Ausbildung kann eine schnelle Verbesserung im Umgang mit Zahlen dazu beitragen, diese auch erfolgreich abzuschließen.

In diesem Kurs eignen sich die Teilnehmer\*innen ein Basiswissen in Mathematik an.

Gebühr auf Anfrage

Nähere Informationen erhalten Sie unter  
06331 809-335.

Wir sind immer auf der Suche nach Dozentinnen und Dozenten, bewerben Sie sich gerne bei uns unter

info@kvhs-swp.de oder unter  
06331 809-336



**Unser Auftrag**

- Allgemeine, politische, kulturelle und berufliche (Weiter-)Bildung ermöglichen
- Für wohnortnahe Bildungsangebote sorgen
- Wissen vermitteln und Orientierungshilfe geben
- Orte der Begegnung für alle Bürger\*innen schaffen

**Unsere Werte**

- Gemeinwohl verpflichtet
- Überparteilich und überkonfessionell
- Chancengleichheit
- Lernende Einrichtung

**Unsere Kunden und Partner**

- Bildungsinteressierte, Behörden, Organisationen und Firmen
- Partner von allgemeinbildenden Schulen, Vereinen und Verbänden
- Zusammenarbeit mit benachbarten Bildungseinrichtungen
- Kooperation mit Verbänden zur regionalen Tourismusförderung

**Unsere Fähigkeiten, Leistungen und Ressourcen**

- Unsere hauptamtlichen und ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen sowie Dozent\*innen leisten die Bildungsarbeit.
- Wir sorgen für ein flächendeckendes Weiterbildungsangebot im Landkreis.
- Wir können Lernen ermöglichen und Lernprozesse anstoßen.
- Wir legen Wert auf eine kooperative und partizipative Betriebskultur.
- Wir fördern die Fortbildung unserer Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen.
- Wir möchten, dass sich unsere Kursleiter\*innen und Teilnehmer\*innen gut informiert fühlen.
- Wir möchten unsere Interessent\*innen gut beraten und zum Lernen ermutigen.

**Unsere allgemeinen Unternehmensziele**

- Wir wollen ein aktuelles Bildungsangebot, das lebenslanges Lernen fördert.
- Wir wollen uns an alle gesellschaftlichen Gruppen richten.
- Wir wollen die Qualifikation Arbeitssuchender und deren berufliche Integration unterstützen.
- Wir wollen die Integration unserer ausländischen Mitbürger\*innen fördern.
- Wir wollen soziale Kontakte erleichtern.
- Wir wollen das ökologische Bewusstsein fördern.
- Wir wollen stets dazu lernen und uns kontinuierlich verbessern.

**Unsere Definition des gelungenen Lernens**

- Die didaktischen, pädagogischen und – wenn möglich – individuellen Lernziele sind erreicht.
- Das gelungene Lernen lässt sich mit Zertifikatsabschlüssen dokumentieren.
- Es stärkt das Selbstbewusstsein der Teilnehmer\*innen, fördert ihre Persönlichkeitsentwicklung, erweitert soziale Kompetenzen und eröffnet neue Perspektiven.
- Teilnehmer\*innen erzielen Fortschritte, das Lernen bereitet Freude und motiviert zum Weiterlernen.

Die Kreisvolkshochschule Südwestpfalz e.V. ist eine öffentliche Einrichtung der Erwachsenenbildung, die der gesamten Bevölkerung dient. Sie übernimmt die Aufgaben, die auf Befriedung breiter Bedürfnisse nach Lernen und Kommunikation gerichtet sind.

### Teilnahmeberechtigung

Die Veranstaltungen der Kreisvolkshochschule Südwestpfalz e.V. stehen grundsätzlich allen offen. Müssen im Einzelfall bestimmte Voraussetzungen erfüllt werden, ist dies im Gesamtprogramm vermerkt.

### Anmeldung

Mit der Annahme der Anmeldung zu einer Veranstaltung durch die Kreisvolkshochschule kommt ein Vertrag zwischen Teilnehmenden und Volkshochschule zustande. Im Einzelfall können besondere Regelungen gelten. Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen“ sind Bestandteil des Vertrages.

### Gebühren

Die Gebühren für Kurse und Veranstaltungen sind im Programm angegeben. Sie sind bei der Anmeldung zu entrichten.

<b>Sparkasse Südwestpfalz</b> <b>IBAN: DE10 5425 0010 0000 0059 75</b> <b>BIC: MALADE51SWP</b>
--

Eintrittskarten für Einzelveranstaltungen sind auch an der Tages-/Abendkasse erhältlich. Als Nachweis für die entrichtete Gebühr dient der Abbuchungsvermerk auf dem Kontoauszug oder die Bareinzahlungsquittung.

### Teilnahmebescheinigung

Nach Abschluss eines Kurses werden auf Wunsch und bei regelmäßigem Besuch (mind. 80%) Teilnahmebescheinigungen ausgestellt. Für Kurse früherer Semester werden keine Bescheinigungen ausgestellt.

### Mindestteilnehmerzahl

Veranstaltungen und Kurse können in der Regel nur stattfinden, wenn sich mindestens acht Interessenten angemeldet haben.

Die Kreisvolkshochschule kann Kurse wegen zu geringer Beteiligung vor Kursbeginn absagen oder bei Kursen, die auf Wunsch der Interessenten mit einer geringeren Teilnehmerzahl durchgeführt werden sollen, mit Zustimmung aller Kursteilnehmenden entweder eine Kürzung der Unterrichtsstunden vornehmen oder einen Gebührenaufschlag festlegen. Diese Vereinbarung erfolgt spätestens in der zweiten Kurswoche. Bei manchen Veranstaltungen, vor allem bei Studienreisen, Studienfahrten und Exkursionen, kann die Mindestteilnehmerzahl anders festgelegt sein.

### Rücktritt durch die Kreisvolkshochschule

Die Kreisvolkshochschule kann wegen mangelnder Beteiligung, Ausfall eines Dozenten oder aus anderen Gründen eine Veranstaltung absagen, auch eine bereits laufende Veranstaltung, und damit vom Vertrag zurücktreten. In diesem Fall werden geleistete Zahlungen erstattet. Weitergehende Ansprüche gegen die Volkshochschule sind ausgeschlossen.

### Rücktritt durch die Teilnehmenden

Teilnehmende können durch schriftliche Erklärung von einer Veranstaltung zurücktreten. Geht diese Erklärung der Kreisvolkshochschule bis spätestens 3 Tage vor Kursbeginn zu, wird die bezahlte Gebühr abzüglich einer Bearbeitungspauschale in Höhe von 5 € erstattet. Geht die Rücktrittserklärung der Kreisvolkshochschule später als 3 Tage vor Veranstaltungsbeginn zu, ist eine Gebührenerstattung in der Regel nicht möglich (pauschalierter Schadenersatz), es sei denn, es wird eine Ersatzperson benannt. Der/die Teilnehmende hat jedoch die Möglichkeit nachzuweisen, dass keine oder ein wesentlich niedriger Schaden entstanden ist.

Rücktrittserklärungen gegenüber der Kursleitung sind unwirksam. Fernbleiben gilt nicht als Rücktrittserklärung.

### Haftung der Kreisvolkshochschule

Die Kreisvolkshochschule behält sich aus organisatorischen oder technischen Gründen notwendige Änderungen der Kurstermine, des Veranstaltungsortes oder bei den Kursleitern vor. Die Kreisvolkshochschule haftet für die gewissenhafte Vorbereitung der Kurse, Auswahl und Kontrolle der Kursleitung sowie für die Richtigkeit der Leistungsbeschreibung im Programm.

Die Haftung, gleich aus welchem Rechtsgrund, ist auf grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz beschränkt.

Haftungsansprüche sind auf die Höhe der jeweiligen Kursgebühr beschränkt.

Für Unfälle während der Veranstaltung und auf dem Weg zur oder von der Lehrstätte sowie für Diebstahl und den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen aller Art übernimmt die Kreisvolkshochschule auch bei Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche keine Haftung.

### Hausordnung

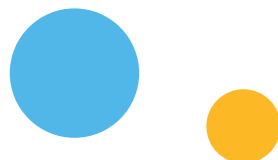
Mit Vertragabschluss verpflichten sich die Teilnehmenden, die Hausordnungen der jeweiligen Unterrichtsstätten zu beachten. Dies gilt insbesondere für das Rauchverbot in den Unterrichtsstätten.

### Studienreisen, Studienfahrten und Exkursionen

Bei Studienreisen tritt die Kreisvolkshochschule lediglich als Vermittler im Sinne des Gesetzes auf. Es gelten hier die Bedingungen der jeweiligen Veranstalter bzw. Leistungsträger.

Bei Studienfahrten und Exkursionen sind die Haftungsfragen in der jeweiligen Ausschreibung geregelt.

Die Kreisvolkshochschule Südwestpfalz steht für geprüfte Qualität.



## 1. Datenschutz auf einen Blick

### 1.1 Allgemeine Hinweise

Die folgenden Hinweise geben einen einfachen Überblick darüber, was mit Ihren personenbezogenen Daten passiert, wenn Sie unsere Website besuchen. Personenbezogene Daten sind alle Daten, mit denen Sie persönlich identifiziert werden können.

### 1.2 Datenerfassung auf unserer Website

#### Wer ist verantwortlich für die Datenerfassung auf dieser Website?

Die Datenverarbeitung auf unserer Website erfolgt durch den Websitebetreiber. Dessen Kontaktdaten können Sie dem Impressum unserer Website entnehmen.

#### Wie erfassen wir Ihre Daten?

Ihre Daten werden zum einen dadurch erhoben, dass Sie uns diese mitteilen. Hierbei kann es sich z.B. um Daten handeln, die Sie in ein Kontaktformular eingeben.

Andere Daten werden automatisch beim Besuch der Website durch unsere IT-Systeme erfasst. Das sind vor allem technische Daten (z.B. Internetbrowser, Betriebssystem oder Uhrzeit des Seitenaufrufs). Die Erfassung dieser Daten erfolgt automatisch, sobald Sie unsere Website betreten.

#### Wofür nutzen wir Ihre Daten?

Die bei Anmeldung abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (entsprechend gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden.

Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. um bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen.

Für besondere Kurse, z.B. Integrationskurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- oder Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können.

Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Ein Teil der Daten wird erhoben, um eine fehlerfreie Bereitstellung der Website zu gewährleisten.

Andere Daten können zur Analyse Ihres Nutzerverhaltens verwendet werden.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben.

Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

#### Werden Ihre Daten weitergegeben?

Wir geben Ihren Namen an die jeweilige Kursleitung zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Schulabschlüssen, Cambridge oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert,...) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung.

Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

## Welche Daten werden zur Kontaktaufnahme genutzt?

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die kvhs die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

## Welche Rechte haben Sie bezüglich Ihrer Daten?

Sie haben jederzeit das Recht unentgeltlich Auskunft über Herkunft, Empfänger und Zweck Ihrer gespeicherten personenbezogenen Daten zu erhalten. Sie haben außerdem ein Recht, die Berichtigung, Sperrung oder Löschung dieser Daten zu verlangen. Hierzu sowie zu weiteren Fragen zum Thema Datenschutz können Sie sich jederzeit unter der im Impressum angegebenen Adresse an uns wenden. Des Weiteren steht Ihnen ein Beschwerderecht bei der zuständigen Aufsichtsbehörde zu.

## 2. Allgemeine Hinweise und Pflichtinformationen

### 2.1 Datenschutz

Die Betreiber dieser Seiten nehmen den Schutz Ihrer persönlichen Daten sehr ernst. Wir behandeln Ihre personenbezogenen Daten vertraulich und entsprechend der gesetzlichen Datenschutzvorschriften sowie dieser Datenschutzerklärung.

Wenn Sie unsere Website benutzen, werden verschiedene personenbezogene Daten erhoben. Personenbezogene Daten sind Daten, mit denen Sie persönlich identifiziert werden können. Die vorliegende Datenschutzerklärung erläutert, welche Daten wir erheben und wofür wir sie nutzen. Sie erläutert auch, wie und zu welchem Zweck das geschieht. Wir weisen darauf hin, dass die Datenübertragung im Internet (z.B. bei der Kommunikation per E-Mail) Sicherheitslücken aufweisen kann. Ein lückenloser Schutz der Daten vor dem Zugriff durch Dritte ist nicht möglich.

### 2.2 Hinweis zur verantwortlichen Stelle

Die verantwortliche Stelle für die Datenverarbeitung auf dieser Website ist: Kreisvolkshochschule Südwestpfalz e.V. vertreten durch Frau Landrätin Dr. Susanne Ganster, 1. Vorsitzende Unterer Sommerwaldweg 40-42 66953 Pirmasens  
Telefon: +49 (0) 6331 809-0  
Fax: +49 (0) 6331 809-108  
E-Mail: [info@kvhs-swp.de](mailto:info@kvhs-swp.de)  
Verantwortliche Stelle ist die natürliche oder juristische Person, die allein oder gemeinsam mit anderen über die Zwecke und Mittel der Verarbeitung von personenbezogenen Daten (z.B. Namen, E-Mail-Adressen o.Ä.) entscheidet.

### 2.3 Widerruf Ihrer Einwilligung zur Datenverarbeitung

Viele Datenverarbeitungsvorgänge sind nur mit Ihrer ausdrücklichen Einwilligung möglich. Sie können eine bereits erteilte Einwilligung jederzeit widerrufen. Dazu reicht eine formlose Mitteilung per E-Mail an uns. Die Rechtmäßigkeit der bis zum Widerruf erfolgten Datenverarbeitung bleibt vom Widerruf unberührt.

### 2.4 Beschwerderecht bei der zuständigen Aufsichtsbehörde

Im Falle datenschutzrechtlicher Verstöße steht dem Betroffenen ein Beschwerderecht bei der zuständigen Aufsichtsbehörde zu. Zuständige Aufsichtsbehörde in datenschutzrechtlichen Fragen ist der Landesdatenschutzbeauftragte des Bundeslandes, in dem der Webseitenbetreiber seinen Sitz hat. In Rheinland-Pfalz ist dies:

Der Landesbeauftragte für den Datenschutz und die Informationsfreiheit Rheinland-Pfalz  
Postfach 30 40, 55020 Mainz  
oder

Hintere Bleiche 34, 55116 Mainz

Telefon: +49 (0) 6131 208-2449

Fax: +49 (0) 6131 208-2497

E-Mail: [poststelle@datenschutz.rlp.de](mailto:poststelle@datenschutz.rlp.de)

Homepage: <http://www.datenschutz.rlp.de>

### **2.5 Recht auf Datenübertragbarkeit**

Sie haben das Recht, Daten, die wir auf Grundlage Ihrer Einwilligung oder in Erfüllung eines Vertrags automatisiert verarbeiten, an sich oder an einen Dritten in einem gängigen, maschinenlesbaren Format aushändigen zu lassen. Sofern Sie die direkte Übertragung der Daten an einen anderen Verantwortlichen verlangen, erfolgt dies nur, soweit es technisch machbar ist.

### **2.6 Auskunft, Sperrung, Löschung**

Sie haben im Rahmen der geltenden gesetzlichen Bestimmungen jederzeit das Recht auf unentgeltliche Auskunft über Ihre gespeicherten personenbezogenen Daten, deren Herkunft und Empfänger und den Zweck der Datenverarbeitung und ggf. ein Recht auf Berichtigung, Sperrung oder Löschung dieser Daten. Hierzu sowie zu weiteren Fragen zum Thema personenbezogene Daten können Sie sich jederzeit unter der im Impressum angegebenen Adresse an uns wenden.

## **3. Datenschutzbeauftragte**

### **3.1 Gesetzlich vorgeschriebene Datenschutzbeauftragte**

Zur Datenschutzbeauftragten der  
Kreisverwaltung Südwestpfalz wurde bestellt:  
Frau Eva Hervé  
Kreisverwaltung Südwestpfalz  
Unterer Sommerwaldweg 40-42  
66953 Pirmasens  
Telefon: +49 (0) 6331 809-383  
Fax: +49 (0) 6331 809-8383  
E-Mail: [datenschutz@lksuedwestpfalz.de](mailto:datenschutz@lksuedwestpfalz.de)

## **4. Datenerfassung auf unserer Website**

### **4.1 Cookies**

Die Internetseiten verwenden teilweise so genannte Cookies. Cookies richten auf Ihrem Rechner keinen Schaden an und enthalten keine Viren. Cookies dienen dazu, unser Angebot nutzerfreundlicher, effektiver und sicherer zu machen. Cookies sind kleine Textdateien, die auf Ihrem Rechner abgelegt werden und die Ihr Browser speichert.

Die meisten der von uns verwendeten Cookies sind so genannte "Session-Cookies". Sie werden nach Ende Ihres Besuchs automatisch gelöscht. Andere Cookies bleiben auf Ihrem Endgerät gespeichert bis Sie diese löschen. Diese Cookies ermöglichen es uns, Ihren Browser beim nächsten Besuch wiederzuerkennen. Sie können Ihren Browser so einstellen, dass Sie über das Setzen von Cookies informiert werden und Cookies nur im Einzelfall erlauben, die Annahme von Cookies für bestimmte Fälle oder generell ausschließen sowie das automatische Löschen der Cookies beim Schließen des Browsers aktivieren. Bei der Deaktivierung von Cookies kann die Funktionalität dieser Website eingeschränkt sein.

Cookies, die zur Durchführung des elektronischen Kommunikationsvorgangs oder zur Bereitstellung bestimmter, von Ihnen erwünschter Funktionen erforderlich sind, werden auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO gespeichert. Der Websitebetreiber hat ein berechtigtes Interesse an der Speicherung von Cookies zur technisch fehlerfreien und optimierten Bereitstellung seiner Dienste. Soweit andere Cookies (z.B. Cookies zur Analyse Ihres Surfverhaltens) gespeichert werden, werden diese in dieser Datenschutzerklärung gesondert behandelt.

### **4.2 Server-Log-Dateien**

Der Provider der Seiten erhebt und speichert automatisch Informationen in so genannten Server-Log-Dateien, die Ihr Browser automatisch an uns übermittelt. Dies sind: Dateiname, Datum und Uhrzeit der Anforderung, übermittelte Datenmenge, Browsertyp/-Version, verwendetes Betriebssystem, Referrer URL und Zugriffsstatus (übermittelt, nicht gefunden etc.). Eine Zusammenführung dieser Daten mit anderen Datenquellen wird nicht vorgenommen. Grundlage für die Datenverarbeitung ist Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO, der die Verarbeitung von Daten zur Erfüllung eines Vertrags oder vorvertraglicher Maßnahmen gestattet.





Foto: Kreiskolnshule Sldwestplz



**up PAMINA vhs**

**2 Place des Carmes | 67160 Wissembourg**

**Tel: +33 (0) 388 94 95 64**

**E-Mail: [info\(at\)up-pamina-vhs.org](mailto:info(at)up-pamina-vhs.org)**

Entdecken Sie auch das  
Kursangebot der deutsch-  
französischen Volkshochschule

**up PAMINA vhs:**

<https://www.up-pamina-vhs.org>

**Kreisvolkshochschule Südwestpfalz e. V.**

**Besucheradresse:**

Delaware Avenue 12  
66953 Pirmasens

**Postadresse:**

Postfach 2265  
66930 Pirmasens

Tel.: 06331 809-336  
E-Mail: [info@kvhs-swp.de](mailto:info@kvhs-swp.de)

[www.kvhs-swp.de](http://www.kvhs-swp.de)

