



Programm 2. Halbjahr 2026



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

Flüchtlingscout:

Brigitte Leyenberger-Schiel

Begleitende Hauswirtschaftskraft:

Fusun Sevilir

Herausgeber/Konzept:

Kreisvolkshochschule Südwestpfalz

Satz/Layout:

Kreisvolkshochschule Südwestpfalz

Druck:

WIRmachenDRUCK GmbH



Foto: Mlineo

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

Bildung bedeutet weit mehr als die Vermittlung von Wissen: Sie eröffnet neue Perspektiven, schafft Orientierung und regt dazu an, Zusammenhänge neu zu betrachten. Genau hier setzt die Kreisvolkshochschule Südwestpfalz an – als Ort des Lernens, der Begegnung und der persönlichen Weiterentwicklung.

Im zweiten Halbjahr 2026 erwartet Sie erneut ein abwechslungsreiches und vielfältiges Programm für unterschiedliche Interessen und Lebenssituationen.

Ein besonderer Fokus liegt in diesem Semester auf politischen und gesellschaftlichen Fragestellungen. Mit der Unterzeichnung der Hambacher Erklärung der rheinland-pfälzischen Volkshochschulen (siehe S. 4 und 5) bekennt sich die Kreisvolkshochschule Südwestpfalz gemeinsam mit allen Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz zu den Grundwerten unserer Demokratie. Die Erklärung knüpft an die Ideale des Hambacher Festes von 1832 an und unterstreicht die Verantwortung der Volkshochschulen als Orte des lebenslangen Lernens, des offenen Austauschs und der demokratischen Bildung. Diesen Anspruch greifen wir mit Vorträgen, Diskussionsveranstaltungen und weiteren Angeboten zu aktuellen Themen auf.

Unser Programm bietet zahlreiche Möglichkeiten, neue Interessen zu entdecken und vorhandene Kenntnisse zu vertiefen. Ob Sie eine Sprache lernen, Ihre Gesundheit fördern, kreativ tätig werden, digitale Kompetenzen erwerben oder sich beruflich weiterentwickeln möchten – bei uns finden Sie vielfältige Angebote für jede Lebensphase.

Ich danke allen, die die Arbeit der Kreisvolkshochschule Südwestpfalz unterstützen. Ein besonderer Dank gilt unseren ehrenamtlichen Außenstellenleitungen sowie den Dozentinnen und Dozenten für ihr Engagement und ihren wertvollen Beitrag zu unserem Bildungsangebot.

Ich lade Sie herzlich ein, die Angebote unserer Kreisvolkshochschule zu nutzen, Neues zu entdecken, vorhandene Kenntnisse zu vertiefen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Dr. Susanne Ganster
Landrätin
Erste Vorsitzende der Kreisvolkshochschule Südwestpfalz

Hambacher Erklärung

Die Kreisvolkshochschule Südwestpfalz hat gemeinsam mit den Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz die Hambacher Erklärung der Volkshochschulen unterzeichnet.

Die Erklärung bekräftigt unseren öffentlichen Bildungsauftrag und das Selbstverständnis der Volkshochschulen als Orte der Demokratie: Wir schaffen offene Lern- und Dialogräume, fördern politische Urteilsbildung gemäß dem Beutelsbacher Konsens und stärken Teilhabe, Zivilcourage sowie respektvollen Austausch. Wir treten ein für Menschenwürde, Gleichberechtigung, Rechtsstaatlichkeit und Vielfalt und lehnen alle Formen gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit entschieden ab. Bildung und Begegnung sind für uns das Fundament einer freien und solidarischen Gesellschaft.



Haltung zeigen – Demokratie stärken Hambacher Erklärung der Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz

Im Hambacher Schloss, einem historischen Ort der deutschen Demokratiebewegung, stehen wir – die Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz – in einer Zeit wachsender Polarisierung und zunehmender Angriffe auf die Grundrechte klar zu unserer Verantwortung als öffentliche und staatlich anerkannte Bildungseinrichtungen. Mit dieser Erklärung zeigen wir Haltung und stärken den gesellschaftlichen Zusammenhalt.

Die Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz sehen in der freiheitlich-demokratischen Grundordnung der Bundesrepublik Deutschland das Fundament ihrer Arbeit. Wir schaffen Räume für offene Debatten, politische Urteilsbildung und gesellschaftlichen Zusammenhalt. Bildung ist unser Beitrag zu einer starken Demokratie.

Orte der Demokratie

Volkshochschulen sind Orte der Begegnung und des respektvollen Austauschs. Menschen unterschiedlicher Herkunft, Überzeugungen und Lebenswege kommen zusammen, um mit- und voneinander zu lernen und ins Gespräch zu kommen. Unsere Türen stehen allen offen – unabhängig von Alter, Herkunft, Religion, Geschlecht oder sozialem Status.

Wir fördern demokratische Beteiligung. Wir stärken den offenen, respektvollen Austausch. Dabei orientieren wir uns am Beutelsbacher Konsens. Dieses Leitprinzip der politischen Bildung besagt: Niemand wird überredet. Unterschiedliche Positionen werden fair und erkennbar dargestellt, damit Menschen sich ein eigenes, begründetes Urteil bilden können. So ermöglichen wir fundierte Meinungsbildung. Grundlage sind belegbare Informationen, Fakten und gegenseitiger Respekt.

Haltung für Grundrechte und Menschenwürde

Unsere Neutralität bedeutet Unabhängigkeit von Parteien – nicht Gleichgültigkeit gegenüber Angriffen auf demokratische Werte. Wir stehen für:

- Menschenwürde und Gleichberechtigung,
- Rechtsstaatlichkeit und Vielfalt,
- faktenbasierte Debatten und respektvollen Umgang.

Wir widersprechen rassistischen, antisemitischen und allen anderen Formen gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit. Wo Grundrechte bedroht werden, beziehen Volkshochschulen klar Stellung. Unsere Demokratie sieht sich demokratiefeindlichen, insbesondere rechtsextremistischen Bestrebungen ausgesetzt. Im Interesse der Verteidigung unserer freiheitlich-demokratischen Grundordnung sind wir verpflichtet, Haltung zu zeigen.

Bildungsauftrag mit Verantwortung

Demokratiebildung ist Kernstück unseres gesetzlichen Auftrags. Unsere Kursleitungen und Mitarbeitenden sind Teil der vielfältigen Gesellschaft, für die wir arbeiten. Sie tragen Wissen, Erfahrung und Haltung in die Öffentlichkeit hinein – und stärken damit demokratische Teilhabe, Zivilcourage und Dialogfähigkeit.

Rolle der vhs in der Gesellschaft

Als Teil der kommunalen Familie kooperieren wir mit zivilgesellschaftlichen Initiativen und staatlichen Institutionen, um demokratische Kultur vor Ort zu stärken. In einer Zeit gesellschaftlicher Polarisierung bieten wir Orientierung, fördern Verständigung und unterstützen lokale Strukturen.

Die Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz stehen geschlossen für Demokratie, Offenheit und Verantwortung – denn Bildung und Begegnung sind unser Fundament für eine freie und solidarische Gesellschaft.

Hambacher Schloss, 10. Juni 2026

Die Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz



Warum „Hambacher Erklärung“?

Was macht das Hambacher Schloss zu einem Symbol der Demokratie?

Die Antwort auf diese Frage gibt unser Vortrag „Das Hambacher Fest“ auf Seite 11.

Inhaltsverzeichnis

Impressum.....	02	Fitness Tanz Zumba.....	54
Grußwort.....	03	Aqua-Fitness.....	55
Hambacher Erklärung.....	04	Entspannung Stressbewältigung Meditation..	55
Inhaltsverzeichnis.....	06	Essen und Trinken Ernährung.....	58
Außenstellen.....	08	Gesundheitsvorträge.....	58



Politik, Gesellschaft und Umwelt

kvhs-Morgenakademie.....	10
Politik Bürgerschaftliches Engagement	10
Geschichte Zeitgeschichte.....	15
Länder- und Heimatkunde.....	18
Vortragsreihe AG Heimatgeschichte.....	19
Veranstaltungen in Kooperation mit der Südwestpfalz-Gästeführer-IG.....	20
Naturwissenschaften.....	24
Umweltbildung Bildung für nachhaltige Entwicklung.....	27
Ökonomie Finanzen Recht.....	29
Persönlichkeitsentwicklung Psychogie.....	32
kvhs-Gutschein.....	33



Kultur und Gestalten

kvhs-Morgenakademie.....	34
Literatur.....	34
Film.....	37
Kunst- und Kulturgeschichte.....	37
Malerei Zeichnen.....	40
Fotografie Digitale Bildbearbeitung.....	41
Plastisches Gestalten.....	42
Textiles Gestalten.....	43
Musik Tanz.....	44



Gesundheit

Yoga.....	46
Qi Gong.....	50
Gymnastik.....	53
Wirbelsäulengymnastik Rückenschule.....	54



Sprachen

Sprachen lernen mit System – Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen (GER).....	60
Englisch.....	61
Französisch.....	62
Italienisch.....	64
Sprachwissenschaft.....	65
Deutsch als Zweit- bzw. Fremdsprache BAMF-Integrationskurse.....	65
Einbürgerungstest.....	67
Deutsch-Feriensprachkurse für Schüler*innen mit geringen Deutschkenntnissen.....	67
kvhs-Koordinierungsstelle Integration.....	68



Beruf und EDV

Bildungszeit.....	70
Schlüsselkompetenzen.....	70
Fortbildungsprogramm Kindertagesstätten.....	71
EDV-Grundlagen.....	77
Künstliche Intelligenz.....	79
E-Rechnung.....	80
CAD-Zeichen.....	81



Grundbildung und Schulabschlüsse

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

Kreisvolkshochschule Südwestpfalz e. V.



Die Geschäftsstelle der Kreisvolkshochschule Südwestpfalz 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

Anmeldemodalitäten:

Unsere Veranstaltungen finden im Landkreis Südwestpfalz statt. Auf den Seiten 8 und 9 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:



Instagram
kvhssuedwestpfalz



Facebook
Kreisvolkshochschule Südwestpfalz

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: vhshau@t-online.de

AG-Heimatgeschichte

Leitung: Dr. Jochen Braselmann
Tel.: 06346 7425
E-Mail: braselmann@gmx.net

vhs Hermersberg

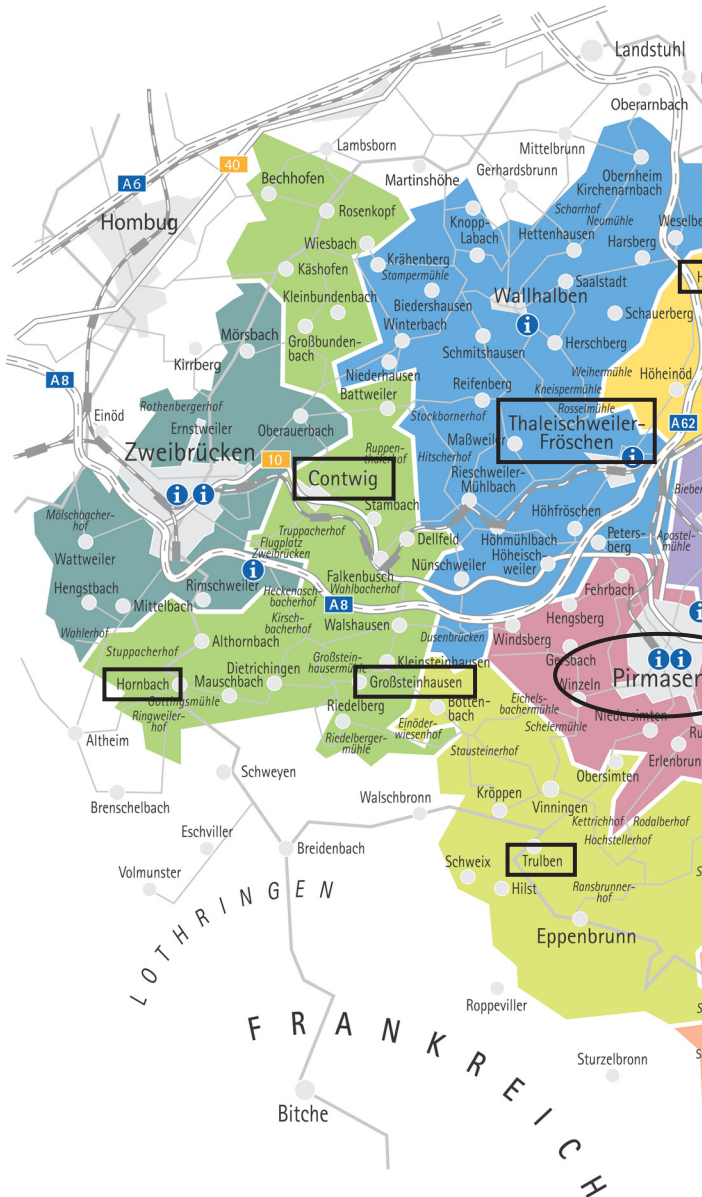
Leitung: Renate Könnel
Tel. 06333 980086
E-Mail: renate@koennel.com

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: Isabelle Stephan
Tel.: 06331 234-102
E-Mail: isabelle.stephan@rodalben.de

vhs Sautal

Leitung: N.N.

vhs Thaleischweiler- Wallhalben

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

vhs Trulben

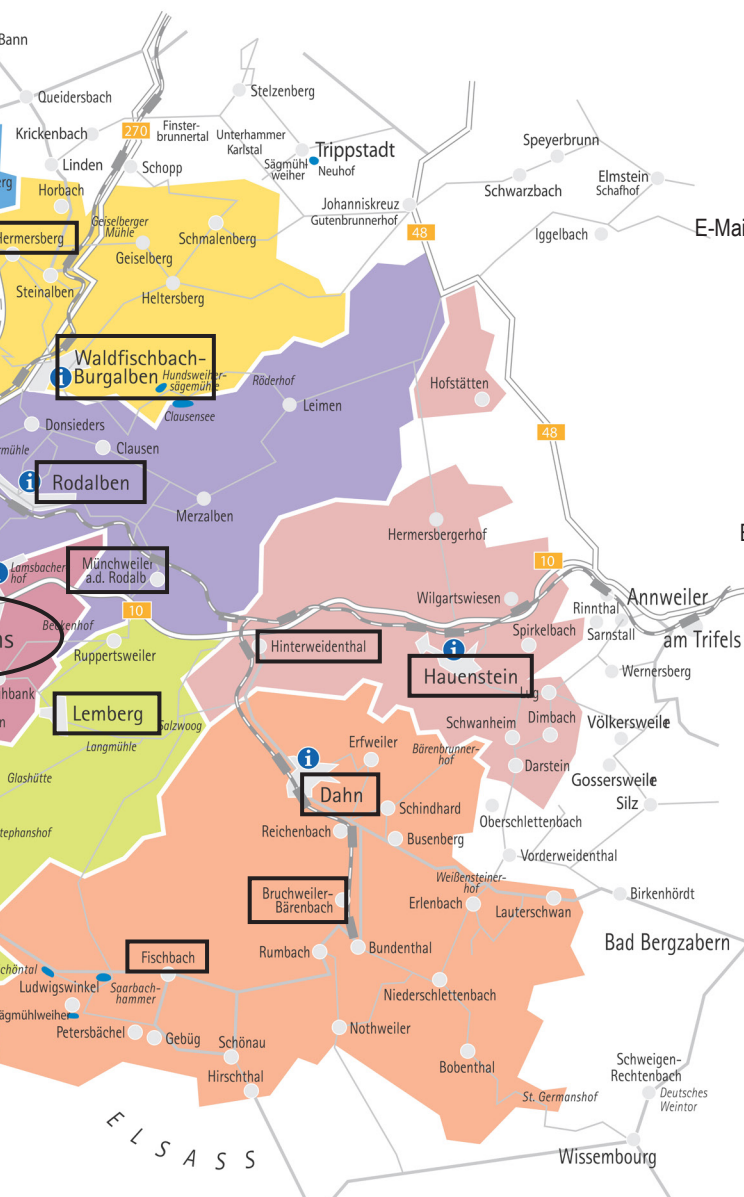
Leitung: Regina Göller
Tel.: 06335 1646
E-Mail: re.goeller@freenet.de

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.

In diesem Semester erwarten Sie folgende Themen:

- Geschichte und Gegenwart: Russland und Deutschland, eine unheimliche Geschichte
- Stärken und Schwächen
- Künstliche Intelligenz: Einführung in die Textgenerierung
- „Fahrenheit 451“ von Ray Bradbury – Ein postmoderner Roman mit aktuellem Zeitbezug
- Zeitgeschichte: Vom Bekenntnis zum Widerstand. Zum 120. Geburtstag von Dietrich Bonhoeffer

- Christliche Mystik und Einführung in das buddhistische Denken
- Krimi-Wildkräuter
- Kunstgeschichte: Hochzeits- und Paarbildnisse
- Rauh Nächte: Ursprung, Rituale, Rauh Nächte in der heutigen Zeit
- Lebensgrundlage Boden

B.10000GS ab 23.09., 09.00-12.00 Uhr, 10x Mi.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR3

Marion Bischoff, Klaus Eitel, Margit Gummersheimer, Wolfgang J. Ruf, Hubert Sauther, Sophie Schneiderhöhn-Petry, Bernd Strassel, Vanessa Zürrlein | 131,00 €

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

Politik | Gesellschaft | Bürgerschaftliches Engagement

NEU **Veränderungsstress. Warum tun sich Gesellschaften mit Veränderungen so schwer?**

(vhs.wissen live)

Der Vortrag beschäftigt sich mit der Frage, wie Menschen Veränderungen wahrnehmen und wie unterschiedliche Gruppen auf sozialen Wandel reagieren. Es soll gezeigt werden, dass ein Teil unserer gegenwärtigen Konflikte mit der starken Dynamisierung der Gesellschaft zu tun haben.

Hier können Sie
sich direkt für unsere
Kurse anmelden:

www.kvhs-swp.de



Es wird auch diskutiert, wie sich Kontinuitätsbedürfnisse und Veränderungsanforderungen miteinander kombinieren lassen. Prof. Dr. Steffen Mau ist Professor für Makrosoziologie an der Humboldt-Universität zu Berlin und Direktor des Max-Planck-Instituts zur Erforschung multiethnischer und multiethnischer Gesellschaften in Göttingen. 2021 erhielt er den Leibniz-Preis der Deutschen Forschungsgemeinschaft. Seine Bücher „Ungleich Vereint. Warum der Osten anders bleibt“ (2024) sowie die gemeinsam mit Thomas Lux und Linus Westheuser verfasste Studie „Triggerpunkte. Konsens und Konflikt in der Gegenwartsgesellschaft“ (2023) standen monatelang auf der Sachbuch-Bestenliste und auf Platz 1 der Spiegel-Bestsellerliste. Für „Ungleich Vereint“ erhielt er außerdem den Bayrischen Buchpreis 2024 und stand auf der Shortlist für den Sachbuchpreis des Norddeutschen Rundfunks.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.10002GS 02.11., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.

online | Prof. Dr. Steffen Mau | kostenfrei

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

NEU Das Hambacher Fest – Ein Schlüsselereignis der deutschen Demokratiegeschichte

Das Hambacher Fest von 1832 gilt als eines der bedeutendsten Ereignisse der deutschen Demokratiegeschichte. Der Vortrag beleuchtet die historischen Hintergründe, die politischen Forderungen jener Zeit sowie die Bedeutung des Hambacher Festes für die Entwicklung von Freiheit, Demokratie und nationaler Einheit. Lernen Sie die historischen Zusammenhänge kennen und erfahren Sie, weshalb das Hambacher Fest bis heute als Symbol für demokratische Grundrechte und bürgerschaftliches En-



gagement gilt. Zugleich steht das Hambacher Fest sinnbildlich dafür, dass Demokratie und Freiheitsrechte nicht selbstverständlich sind, sondern durch das Engagement vieler Menschen erkämpft und weiterentwickelt wurden.

B.10106GS 09.09., 18.30-20.00 Uhr, 1x Mi.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Jürgen Keddigkeit | kostenfrei

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

NEU Frankreich vor den Präsidentenwahlen (vhs.wissen live)

Im April 2027 finden in Frankreich die Präsidentschaftswahlen statt. Emmanuel Macron darf laut Verfassung nicht mehr als Kandidat antreten. Was hat er in seiner Amtszeit erreicht? An welchen Vorhaben ist er gescheitert? Wie blicken die Franzosen auf seine Amtszeit? Wie hat sich in seiner Präsidentschaft das deutsch-französische Verhältnis entwickelt? Und was und wer wird nach ihm kommen?

Diese Fragen diskutieren die Journalistinnen Helene Bubrowski und Michaela Wiegel. Helene Bubrowski ist Chefredakteurin bei Table Media und ab 2027 Herausgeberin der FAZ. Michaela Wiegel ist Auslandskorrespondentin der FAZ für Frankreich.



Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.10201GS 17.09., 19.30-21.00 Uhr, 1x Do.

online | Helene Bubrowski, Michaela Wiegel
kostenfrei

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

NEU Zivilcourage stärken

Eine Kooperation mit Ina Gebhard Training

Überall dort, wo Menschen zusammenkommen, können Situationen entstehen, in denen Ausgrenzung, Diskriminierung oder Gewalt stattfinden. Viele Menschen erleben solche Momente als Betroffene oder beobachten sie als Zeug*innen. Oft bleibt die Frage: Wie kann ich angemessen reagieren?

Diskriminierende, sexistische oder rassistische Äußerungen, strukturelle Benachteiligungen oder körperliche Übergriffe haben eines gemeinsam: Sie verletzen die Würde von Menschen und die Grundwerte unseres demokratischen Zusammenlebens. Häufig schauen Menschen weg – aus Unsicherheit, Angst oder Überforderung.

Zivilcourage bedeutet, Verantwortung zu übernehmen, Haltung zu zeigen und sich für ein respektvolles, friedliches und demokratisches Miteinander einzusetzen. Dabei geht es nicht um Heldentum oder Selbstgefährdung, sondern um überlegtes, situationsgerechtes Handeln. Besonders wichtig ist Zivilcourage auch dort, wo Menschen trotz eigener Benachteiligung, Abhängigkeit oder eines hohen Anpassungsdrucks für die Rechte anderer oder für demokratische Werte eintreten.

Die gute Nachricht: Zivilcourage kann gelernt und trainiert werden.

In diesem Workshop setzen sich die Teilnehmenden mit den Grundlagen von Zivilcourage

auseinander, reflektieren eigene Handlungsmöglichkeiten und entwickeln Sicherheit für den Umgang mit schwierigen Situationen. Anhand praxisnaher Beispiele und Übungen erlernen sie Strategien, die direkt im Alltag anwendbar sind, um angemessen und wirksam eingreifen zu können.

Inhalte:

- Was bedeutet Zivilcourage?
- Formen von Diskriminierung, Ausgrenzung und Gewalt erkennen
- Handlungsmöglichkeiten in unterschiedlichen Situationen kennenlernen
- Eigene Grenzen und Handlungsspielräume reflektieren
- Praktische Übungen zur Stärkung der Handlungssicherheit

Die Veranstaltung richtet sich an alle, die ihre Handlungskompetenz stärken und aktiv zu einer offenen, respektvollen und demokratischen Gesellschaft beitragen möchten.

B.10206KI 21.09., 15.00-18.00 Uhr, 1x Mo

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Ina Gebhard | 8,00 €

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





Lange Nacht der Demokratie

24.09.2026 | Ab 18.15 Uhr

Kreisvolkshochschule Südwestpfalz

In Kooperation mit der Partnerschaft für Demokratie im Landkreis Südwestpfalz im Rahmen des Bundesprogramms „Demokratie leben!“ und der Kreisgalerie des Landkreises Südwestpfalz

18.15 Uhr

Begrüßung

18.30-19.45 Uhr

Vortrag: Demokratie in Gefahr?

20.00-22.00 Uhr

Argumentationstraining gegen
Stammtischparolen

(Referent Vortrag und Argumentationstraining: Jörn Didas, Adolf-Bender-Zentrum)

Veranstaltungsort:

Kreisgalerie Südwestpfalz | Schulstraße 14 | 66994 Dahn

Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Um Anmeldung wird dennoch gebeten:

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

Gefördert vom



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie *leben!*



Landkreis
Südwestpfalz



ADOLF-BENDER-ZENTRUM
für Demokratie und Menschenrechte

21 Jahre

**DEMOKRATIE
-TAG** Rheinland-Pfalz

Gefördert durch



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR
WISSENSCHAFT, WEITERBILDUNG
UND GESUNDHEIT





NEU Frauen stärken Demokratie – Eine Webinarreihe für Frauen

Die Volkshochschulen laden Sie herzlich zu einer Webinarreihe für Frauen ein!

Unter dem Titel „Frauen stärken Demokratie“ diskutieren wir, wie Frauen die demokratische Entwicklung unserer Gesellschaft prägen und welche Herausforderungen und Chancen sich ihnen heute bieten.

15.09.2026

20-21.30 Uhr, 1x Di.

**Rückschritt
oder Aufbruch?**

Gleichberechtigung
als Seismograph der
Demokratie

Wie steht es heute um die Gleichberechtigung – in Deutschland und weltweit? In vielen Ländern wird ein deutlicher politischer Rückschritt sichtbar, sicher geglaubte Errungenschaften und gleiche Rechte werden abgebaut. War es das mit der Gleichberechtigung? Oder entstehen neue Bewegungen, die demokratische Teilhabe und gleiche Rechte stärken? Und warum eignet sich gerade die Gleichberechtigung als verlässlicher Seismograph, um die Entwicklung einer Demokratie zu verstehen? Welche Gefährdungen müssen wir ernst nehmen? Und welche positiven Impulse machen Hoffnung?

Referentin: Dr. Margarete Menz

17.11.2026

20-21.30 Uhr, 1x Di.

**Wer bestimmt,
was weiblich ist?**

Debatte um Macht,
Moral und Mutter-
schaft im Konserva-
tismus

Seit den 2010er Jahren ist das Phänomen der „Tradwives“ auf Social Media immer präsenter: Junge Frauen präsentieren sich bewusst im häuslichen Umfeld, beschäftigt mit Kindererziehung und Hausarbeit und inszenieren ein überwunden geglaubtes alleiniges Bild von Weiblichkeit.

Was macht den Reiz des Lebens als „Tradwife“ für junge Frauen aus? Welche gesellschaftlichen Probleme werden durch dieses Phänomen aufgegriffen und in welcher Verbindung steht es zu einem erstarkenden Konservatismus, der eine traditionelle Aufteilung der Geschlechterrollen propagiert? Diesen Fragen werden wir im Rahmen des Webinars nachgehen und ebenso Möglichkeiten für einen Austausch bieten. **Referentin: Dr. Vera Lanzén**

01.12.2026

20-21.30 Uhr, 1x Di.

**Frauen, Macht und
Diskriminierung im
Zeitalter der KI**

Künstliche Intelligenz wird häufig als neutrale Zukunftstechnologie inszeniert – tatsächlich jedoch spiegelt und verstärkt sie gesellschaftliche Ungleichheiten. Der Vortrag zeigt auf, wie algorithmische Systeme Diskriminierung entlang von Geschlecht, Herkunft, Klasse und weiteren sozialen Kategorien reproduzieren und legitimieren.

Ziel ist es, ein reflektiertes Verständnis zu fördern und konkrete Ansatzpunkte aufzuzeigen, um Diskriminierung durch KI sichtbar zu machen und ihr wirksam zu begegnen. **Referentin: Katharina Mosene**

Bitte melden Sie sich bei der Geschäftsstelle der Kreisvolkshochschule Südwestpfalz unter 06331 809-336 oder direkt auf der Homepage www.kvhs-swp.de an. Eine Anmeldung nur zu einzelnen Terminen ist auch möglich. Geben Sie bei der Anmeldung bitte unbedingt eine E-Mail-Adresse an. Sie erhalten die Zugangsdaten kurz vor Veranstaltungsbeginn von der Geschäftsstelle der kvhs Südwestpfalz.

Die Webinare werden kostenfrei angeboten, da die Kosten durch Fördermittel des Landes Rheinland-Pfalz zur Gleichstellung von Mann und Frau übernommen werden.



NEU Trump und die MAGA-Bewegung

(vhs.wissen live)

Gibt es einen Trumpismus ohne Trump? Wie wird sich die MAGA-Bewegung angesichts der immer eklatanter werdenden Führungsschwäche des alternden Präsidenten weiterentwickeln? Wie sieht es in der MAGA-Bewegung intern aus? Der Vortrag zeichnet ein Innenbild der rivalisierenden Strömungen der trumpistischen Szene in den USA im Umfeld der anstehenden Zwischenwahlen und analysiert die Stärkeverhältnisse innerhalb der rechten Szene in den USA.

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.

B.10202GS 08.11., 19.30-21.00 Uhr, 1x So.

online | Prof. Dr. Michael Hochgeschwender
kostenfrei

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

Geschichte | Zeitgeschichte

NEU Die Abschottung der Welt: Als Juden vor verschlossenen Grenzen standen.

1933-1945

(vhs.wissen live)

In Deutschland drangsaliert und verfolgt, versuchten viele Juden verzweifelt, sich ins Ausland zu retten. Doch potenzielle Zufluchtsstaaten schlossen ihre Grenzen und schotteten sich mit jeder weiteren deutschen Expansion stärker ab. Der Völkerbund und die US-Regierung bemühten sich erfolglos, die Flüchtlingspolitik zu koordinieren: Auf der Konferenz im französischen Évian berieten im Juli 1938 Staaten und Hilfsorganisationen über die Aufnahme von

Sie finden uns
auch auf **Facebook**:
Kreiskreisvolkshochschule
Südwestpfalz

und auf **Instagram**:
kvhsuedwestpfalz

Flüchtlingen – ohne Ergebnis. Die Nazis höhnten, niemand wolle die Juden haben. Weil Flüchtlingen eine reguläre Einreise verwehrt blieb, bestiegen sie seeuntüchtige Boote, bezahlten Fluchthelfer*innen und gingen illegale Wege, um sich in Sicherheit zu bringen.

Dr. Susanne Heim ist Historikerin und Politikwissenschaftlerin. Sie war Projektleiterin der wissenschaftlichen Edition „Die Verfolgung und Ermordung der europäischen Juden durch das nationalsozialistische Deutschland 1933 bis 1945“, Gastprofessorin in Wien und hat an einschlägigen Institutionen und Archiven in Jerusalem, Washington, Cincinnati und New York geforscht.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.10102GS 18.10., 19.30-21.00 Uhr, 1x So.

online | Dr. Susanne Heim | kostenfrei

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



NEU Versunkene Welten: Ruinenstädte in der Antike von Troja bis Pompeji

(vhs.wissen live)

Heutzutage spazieren Millionen von Besucher*innen durch antike Ruinenstädte.

Voll Bewunderung studieren wir die verfallenen Gebäude und Monumente und stellen uns vor, wie der Alltag der Menschen damals ausgesehen haben mag.

Nostalgie und romantische Wehmut angesichts des Untergangs der alten Kulturen sind jedoch moderne Phänomene.

Im Altertum ging man mit den zahlreichen zerstörten Städten, die schon damals im Mittelmeerraum allgegenwärtig waren, wesentlich pragmatischer um: Ruinen hatten nichts Positives an sich, sie wurden entweder beseitigt oder schlichtweg ignoriert.

Prof. Dr. Martin Zimmermann zeigt in diesem Vortrag, wie die Menschen in der Antike selbst auf bedeutende Stätten wie Troja, Mykene, Ninive und Pompeji geblickt haben. Er lehrt Alte Geschichte an der Ludwig-Maximilians-Universität München.



Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Gerda Henkel Stiftung statt.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.10103GS 25.10., 19.30-21.00 Uhr, 1x So.

online | Prof. Dr. Martin Zimmermann | kostenfrei

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

NEU Hans Woelbing – vom Organisator der Dortmunder Bücherverbrennung zum Bibliotheks- und Volkshochschulleiter in Zweibrücken

Der Vortrag beleuchtet die Geschichte des Lehrers und ranghohen Nationalsozialisten Hans Woelbing, der 1933 als treibende Kraft an der Bücherverbrennung in Dortmund beteiligt war und nach dem Zweiten Weltkrieg seine berufliche Laufbahn in Zweibrücken fortsetzte. Dort übernahm er die Leitung einer Bücherei sowie der Volkshochschule.

Im Rahmen seiner Recherche hat sich der Journalist Andreas Ganter intensiv mit der Biografie Hans Woelbings auseinandergesetzt. Dabei stehen Fragen nach persönlicher Verantwortung, Erinnerungskultur und der gesellschaftlichen Aufarbeitung nationalsozialistischer Vergangenheit im Mittelpunkt.

B.10109GS 04.11., 18.00-19.30 Uhr, 1x Mi.

Thaleischweiler-Fröschen,
Verbandsgemeindeverwaltung, Ratssaal
Andreas Ganter | kostenfrei

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

NEU Vom Bekenntnis zum Widerstand – Zum 120. Geburtstag von Dietrich Bonhoeffer

Der Vortrag beleuchtet Leben und Wirken des evangelischen Theologen Dietrich Bonhoeffer. Als profilierter Vertreter der Bekenntnenden Kir-



che, Prediger und Autor trat er aus christlicher Verantwortung und ethischer Überzeugung gegen die nationalsozialistische Diktatur auf – bis ihn Rede- und Schreibverbot sowie die Verhaftung zum Schweigen brachten. Seine Briefe und Aufzeichnungen aus dem Gefängnis zeugen von seiner ungebrochenen Haltung. Wenige Tage vor Ende des Zweiten Weltkriegs wurde er auf ausdrücklichen Befehl Hitlers hingerichtet.

B.10105GS 09.11., 18.30-20.00 Uhr, 1x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Wolfgang Ruf | 6,00 €

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

NEU **Konrad Adenauer –
Kanzler nach der Katastrophe**
(vhs.wissen live)

Unter den Kanzler*innen der Bundesrepublik Deutschland ragt Konrad Adenauer heraus. Er ist es, der nach NS-Diktatur, Zweitem Weltkrieg und Holocaust 1949 die erste Bundesregierung bilden kann und die von außen gestiftete Demokratie im Westen verankert. Damit legt er die Fundamente einer Erfolgsgeschichte, die den Westdeutschen auf Jahrzehnte hinaus Wohlstand und Frieden beschert. Aber Adenauer ist es auch, der die deutsche Teilung in Kauf nimmt und Millionen seiner Landsleute ein Beschweigen ihrer Vergangenheit ermöglicht.

Der renommierte Zeithistoriker Prof. Dr. Norbert Frei nimmt den 150. Geburtstag des Gründungskanzlers zum Anlass für ein unbestechliches Portrait des Mannes, der die deutsche Geschichte nach 1945 geprägt hat wie niemand sonst.

Norbert Frei lehrte Neuere und Neueste Geschichte an der Friedrich-Schiller-Universität Jena. Davor forschte er u.a. am Institut für Zeitgeschichte, an der Harvard University, in Princeton, in Jerusalem und am Wissenschaftskolleg zu Berlin.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.10108GS 24.11., 19.30-21.00 Uhr, 1x Di

online | Prof. Dr. Norbert Frei | 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

NEU **Gottes Zeit: Jüdische, christliche
und pagane Zeitvorstellungen und
Zeiterfahrungen in der Antike**
(vhs.wissen live)

War das Leben in der Antike gemütlicher oder gab es damals schon ähnlich viel Stress wie heute? In Judentum wie Christentum gab es Gruppen, die ein schreckliches Ende aller Weltzeit erwarteten.

Wie verbreitet waren solche apokalyptischen Zukunftsszenarien? Wie ging man im Alltag mit den konkurrierenden Zeitrechnungen um, beispielsweise religiös motivierten Zeitrechnungen und politischen Chronologien nach Kaisern oder Konsulen? Wie erfuhren Menschen ganz praktisch, was die Stunde geschlagen hatte und was hatte das alles mit Religion zu tun?

Antworten auf alle diese Fragen finden sich in einem größeren Buch, an dem Christoph Markschies arbeitet und dessen Inhalte er kurzgefasst vorstellt.



Prof. Dr. Dr. Christoph Marksches ist Professor für Antikes Christentum an der Humboldt-Universität zu Berlin und Präsident der Berlin-Brandenburgischen Akademie der Wissenschaften. Er wurde u. a. mit dem Hanns-Lilje-Preis der Göttinger Akademie und dem Leibniz-Preis der DFG ausgezeichnet und gehört dem Orden Pour le mérite für Wissenschaften und Künste an.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.10104GS 04.12., 19.30-21.00 Uhr, 1x Fr.

online | Prof. Dr. Dr. Christoph Marksches kostenfrei

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



Länder- und Heimatkunde

NEU Studienfahrt für Senior*innen: Worms

Mit Nußbaum-Reisen und
Gästeführerin Anke Vogel

Begleiten Sie uns im Rahmen unserer Studienfahrt für Seniorinnen und Senioren nach Worms! Bereits während der Busfahrt erhalten Sie spannende und informative Einblicke in die Geschichte der Stadt, die auch als Dom-, SchUM-, Wein-, Nibelungen- und Lutherstadt bekannt ist. Worms gilt als Stadt der Religionen. Ihr Wahrzeichen ist der mittelalterliche Dom St. Peter, der neben den

Domen in Mainz und Speyer zu den drei romanischen Kaiserdomen Deutschlands zählt.

Nach einer Stadtführung besuchen wir das Museum der Stadt Worms.

In der Adventszeit versprüht die Stadt einen ganz besonderen Charme: Der Adventsmarkt lädt mit festlicher Beleuchtung, weihnachtlichen Düften und stimmungsvoller Atmosphäre zum Bummeln und Verweilen ein.

Abfahrt: 10:00 Uhr Rodalben, Bahnhof Ortsmitte

Weitere Zustiegsmöglichkeiten können nach Absprache eingerichtet werden

Abfahrt Worms: ca. 18.15 Uhr

Rückkehr: ca. 19.45 Uhr

B.10921GS 13.12., 10.00 - ca.19.45 Uhr, 1x So.

Worms | Anke Vogel | 30,00 € (inkl. Eintritt Museum, Stadtführung und Busfahrt)

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

NEU **STONEHENGE.**

Uralte Geheimnisse, neue Entdeckungen
(vhs.wissen live)

Eines der mysteriösesten und bekanntesten Bauwerke der frühen Menschheitsgeschichte ist das Megalith-Bauwerk Stonehenge in England.

Vom 18. September 2026 bis zum 29. August 2027 präsentiert die Archäologische Staatssammlung mit der Ausstellung „STONEHENGE. Uralte Geheimnisse, neue Entdeckungen“ moderne Forschungserkenntnisse zum weltberühmten Steinkreis.

Kurator Dr. Heiner Schwarzberg führt Sie virtuell durch die Sonderschau mit vielen originalen Funden. Gemeinsam entdecken Sie die Entwicklung der Anlage und die Menschen dahinter, die diese vor über 5000 Jahren geschaffen und genutzt haben.

Dr. Heiner Schwarzberg ist ein deutscher Prä-



historischer Archäologe. Er leitet die Abteilung Vorgeschichte an der Archäologischen Staatssammlung in München.

In Kooperation mit der Archäologischen Staatssammlung und der Staatlichen Museumsagentur Bayern.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.10101GS 30.09., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mi.
online | Dr. Heiner Schwarzberg | kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,
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

NEU Orte des Bauernkriegs in der Südpfalz: Dörfer, Städte, Burgen, Klöster

1525 fand in der Pfalz der Bauernkrieg statt, der von dem beschaulichen Nußdorf bei Landau ausging. Referent Rolf Übel berichtet über

die Auswirkungen der Kriegshandlungen in der Südpfalz in deren Rahmen beispielsweise auch viele Burgen und Klöster zerstört wurden, die seither Ruinen sind.

B.10931HG 07.09., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.

Hinterweidenthal, Schulzentrum, Schulstraße 7
Rolf Übel | 2,00 €

NEU Die Lebensader der Burg – Wasserversorgung im Mittelalter

Als Mitglied der Höhlenforschergruppe Karlsruhe hat Manfred Gauda an der Erforschung und Befahrung von Brunnen und Zisternen pfälzischer Burgen mitgearbeitet. Unter anderem geht er in seinem Vortrag auf den Brunnen der Burg Trifels und die Wasserversorgung der Burg Lichtenberg bei Kusel ein.

B.10932HG 05.10., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.

Hinterweidenthal, Schulzentrum, Schulstraße 7
Manfred Gauda | 2,00 €

NEU Bayerische Niveausteine (Pfalz) – Aufstellung der Niveausteine zum Zweck der trigonometrischen Höhenmessung

Jeder kennt die Sandsteinstelen, die auf den Höhen des Pfälzerwaldes zu finden sind. Es sind Relikte aus bayerischer Zeit, die im Rahmen der Vermessung aufgestellt wurden. Klaus Graßmück hat viele dieser Kleindenkmale auf-

Bitte melden Sie sich für
alle Veranstaltungen der
AG Heimatgeschichte bei
Dr. Jochen Braselmann an:

06346 7425 bzw.
braselmann@gmx.net



gesucht und dokumentiert. In seinem Vortrag berichtet er über den funktionalen Hintergrund der Niveausteine.

B.10933HG 02.11., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.

Hinterweidenthal, Schulzentrum, Schulstraße 7
Klaus Graßmück | 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

Nachtschwärmer im Wald und auf Sternens- reise am Luitpoldturm

Unterwegs mit dem Biosphären-Guide: Was kann man abends im Sternenhimmel erblicken und entdecken? Kommen Sie mit auf eine lehrreiche und spannende Exkursion rund um unseren Nachthimmel und schauen Sie zurück in die Vergangenheit: Viele wissenswerte Informationen warten auf Sie. Am Luitpoldturm, einem der dunkelsten Punkte im Pfälzerwald, stärken wir uns mit einer kleinen Vesper. Dann geht es hinauf auf den Turm. Hier oben zeigen uns Dr. Christian Mücksch und Dr. Christian Anders Planeten und Sterne durch ihre Teleskope und stehen für Fragen zur Verfügung.

Die Installation der App „Stellarium“ im Vorfeld ist hilfreich. Bei ungünstiger Witterung wird der Termin kurzfristig auf den Freitag, 18.09.2026 verschoben. Die Wegstrecke beträgt ca. 2,5 km.

In Kooperation mit dem Team der Südwestpfalz Gästeführer-IG, mit Dr. Christian Mücksch und Dr. Christian Anders und mit dem Luitpoldturm-Förderverein-Pfälzerwald e.V. & SAGA e.V.

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



Bitte mitbringen: Fernglas und Taschenlampe,
wenn vorhanden

B.10961GF 14.08., 19.30-23.30 Uhr, 1x Fr.

Treffpunkt:

Nähe Hermersbergerhof, Parkplatz Ritterstein
Anke Vogel | 20,00 € inkl. kleiner Verpflegung

Auf Schritt und Tritt: Das Burgenmassiv Alt-Dahn erleben

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.

B.10951GF 22.08., 15.00-ca.17.00 Uhr, 1x Sa.

B.10952GF 19.09., 15.00-ca.17.00 Uhr, 1x Sa.

B.10953GF 18.10, 15.00-ca.17.00 Uhr, 1x So.

Treffpunkt:

Dahn, Eingangstor der Burganlage Alt-Dahn
Anke Vogel | 10,00 € (Kinder: 5,00 €)

NEU Raben, Henker und Gerichtsbarkeit

Begeben Sie sich mit dem Biosphären-Guide entlang wunderschöner Wege und Aussichten zum Rabenfels. Es erwartet Sie eine lehrreiche, naturkundliche und historische Führung bei Lemberg. Die Wegstrecke beträgt ca. 5 km.

Bitte mitbringen: Rucksackverpflegung

B.10962GF 29.08., 15.00-17.30 Uhr, 1x Sa.

Treffpunkt:

Lemberg, Parkplatz Friedhof
Anke Vogel | 10,00 €

Die Kirche im Dorf lassen: Geschichten einer Dorfkirche

Es erwartet Sie eine kleine Kirchenführung in historischem Gewand. Lernen Sie Wissenswertes über die protestantische Kirche in Thaleischweiler-Fröschen sowie etwas zur Entstehungsgeschichte der beiden Dörfer Thaleischweiler und Fröschen.

B.10944GF 31.08., 18.30-20.00 Uhr, 1x Mo.

Treffpunkt:

Thaleischweiler-Fröschen, Hauptstraße 59
Anke Vogel | 8,00 € (Kinder frei)

Ausstellung: "Sa mohl! Was wäschen du noch iwwer des Franzose-Laacher uffem Winkel?"

Erfahren Sie allerlei Wissenswertes zur Geschichte von Ludwigswinkel! Begeben Sie sich gemeinsam mit den Gestalter*innen der „Camp de Ludwigswinkel-Ausstellung“ im Lokschuppen auf eine Zeitreise in die Vergangenheit und lernen Sie mehr über die französische Besatzungszeit von vor über 100 Jahren. Mit Unterstützung der Ortsgemeinde Ludwigswinkel. Mitwirkung: Gestalter*innen der „Camp de Ludwigswinkel-Ausstellung“

B.10954GF 06.09., 14.00-16.00 Uhr, 1x So

Treffpunkt:

Ludwigswinkel, Wasgaustraße, Am Lokschuppen kostenfrei

Führung: "Sa mohl! Was wäschen du noch iwwer des Franzose-Laacher uffem Winkel?"

Es erwartet Sie eine spannende Erlebnisführung in Mundart mit einer kleinen Zeitreise in die Geschichte von Ludwigswinkel. Erfahren Sie in der „Camp de Ludwigswinkel-Ausstellung“ im Lokschuppen allerlei Wissenswertes und begeben Sie sich mit uns auf einen kleinen Spaziergang entlang der historischen Ausmaße dieses „Camps de Ludwigswinkel“. Wir machen uns auf die Suche nach den „Überbleibseln“ der Französischen Besatzungszeit von vor über 100 Jahren. Durch ein Szenentheater werden Sie in die Vergangenheit versetzt und können vieles besser verstehen. Mit Unterstützung der Ortsgemeinde Ludwigswinkel. Mitwirkung: Karl Kling, verschiedene Laiendarsteller*innen

B.10955GF 06.09., 16.00-18.30 Uhr, 1x So

Treffpunkt:

Ludwigswinkel, Wasgaustraße, Am Lokschuppen
Anke Vogel | 15,00 € inkl. Essen und Getränke (Kinder frei)



NEU Alte Mythen, Sagen und Geschichten – Rund um das Naturdenkmal Rothenberg bei Lemberg

Erleben Sie das beeindruckende Buntsandsteinriff am Naturdenkmal Rothenberg bei Lemberg und entdecken Sie eine Landschaft, in der Natur, Geschichte und regionale Erzähltraditionen eng miteinander verbunden sind. Gemeinsam mit einem Biosphären-Guide erkunden Sie auf einer Wanderung von ca. 5-6 km die Besonderheiten des Rothenbergs und erfahren Wissenswertes über seine Entstehung sowie über die Mythen, Sagen und Geschichten, die sich um diesen besonderen Ort ranken. Sie lernen die Besonderheiten des Buntsandsteins und der Landschaft kennen und erhalten Einblicke in seine kulturhistorische Bedeutung.

Bitte mitbringen: Rucksackverpflegung

B.10963GF 12.09., 15.00- ca. 17.15 Uhr, 1x Sa.

Treffpunkt:

Lemberg, Parkplatz SV Lemberg e.V.
Anke Vogel | 10,00 € (Kinder: 6,00 €)

Lemberger Burg und Brunnenstollen – Familienführung zum Weltkindertag

Begeben Sie sich mit uns unter fachkundiger Anleitung auf eine Führung durch den historischen Wasserzuleitungsstollen und Zisternenschacht der Lemberger Burg. Erwachsene und Kinder lernen gemeinsam vor Ort, welche verschiedenen Möglichkeiten zur Wassergewinnung es gab und welche Schwierigkeiten und Probleme diese mit sich brachten. Bestaunen Sie 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“ bzw. einem „Zeitreisetrunke“. Auch an warmen Tagen ist es kühl im Brunnenstollen, bitte entsprechende Kleidung mitnehmen!

B.10981GF 13.09., 16.00-18.00 Uhr, 1x So.

Treffpunkt:

Lemberg, Burg Lemberg, vor der Schranke unterhalb der Burg
Anke Vogel | 8,00 € (Kinder: 4,00 €)

Die Heiligen der Rodalber Marienkirche

Es erwartet Sie eine kleine Kirchenführung in historischem Gewand. Erfahren Sie mehr über die Heiligendarstellungen und die Attribute, mit denen sie versehen wurden, und lauschen Sie gespannt den Geschichten und Legenden.

B.10947GF 14.09., 18.30-20.00 Uhr, 1x Mo.

Treffpunkt:

Rodalben, Hauptstraße,
am Turm der Marienkirche
Anke Vogel | 8,00 € (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



Rodalber 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!

B.10941GF 30.10., 19.00-21.00 Uhr, 1x Fr.

B.10942GF 20.11., 19.00-21.00 Uhr, 1x Fr.

B.10943GF 11.12., 19.00-21.00 Uhr, 1x Fr.

Treffpunkt:

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Innenhof

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

Sagenhafte Laternenwanderung rund um den Luitpoldturm

Ein besonderes Erlebnis für Groß und Klein ist die sagenhaft schaurige Laternenwanderung durch den dunklen, geheimnisvollen Wald rund um den Luitpoldturm. Keine Angst, wenn Ihnen Ritter, Mörder, Hexen, Geister oder vielleicht sogar der Teufel im Dunkeln begegnen! Erfahren Sie mehr über die Geschichte des Ortes. In der Kammer des Luitpoldturms erwarten Sie ein wärmendes Feuer, Punsch, Glühwein und Brezeln.

Bitte nur elektrische Laternen und Taschenlampen mitbringen. Offenes Feuer ist nicht erlaubt.

Führung ca. 1,5 Stunden, ca. 2 km Wegstrecke.

In Kooperation mit dem Luitpoldturm-Förderverein-Pfälzerwald e.V.

B.10964GF 14.11., 17.30-20.00 Uhr, 1x Sa.

Treffpunkt:

Nähe Hermersbergerhof, Parkplatz Ritterstein
Anke Vogel | 12,00 € (Kinder: 6,00 €)

Weihnachts-Spezial-Führung: Die Rodalber Schokoladenseite

Entdecken Sie die Schokoladenseite der Stadt Rodalben! Lernen Sie während eines kleinen und kurzweiligen Stadtspaziergangs mit dem „Schokoladenmädchen“ die schönsten und wichtigsten Sehenswürdigkeiten des Ortes kennen. Danach erkunden wir gemeinsam die Geheimnisse der Schokolade. Jede*r Teilnehmer*in 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.

B.10945GF 27.11., 15.00- ca.17.30 Uhr, 1x Fr.

Treffpunkt:

Rodalben, Hauptstraße 108, vor dem „Pfälzer Hof“
Anke Vogel | 25,00 € (Kinder: 15,00 €) inkl. Führung und Verköstigung

Zwischen den Jahren – Führung zu den Altschlossfelsen

Altes Schloss, Felsen und Geschichte

Zum Jahresabschluss wartet auf Sie eine spannende und lehrreiche Wanderung entlang des einmaligen Naturdenkmals Altschlossfelsen: eine kleine Bildungswanderung zu den Themen „Altes Schloss, Felsen und Geschichte“.

Sie werden viel Interessantes zu diesen Punkten erfahren. Mit abschließendem Glühweintrunk mitten im Wald.

Mitwirkung: Karl Kling

Bitte mitbringen: Taschenlampe

B.10965GF 29.12., 14.00-18.30 Uhr, 1x Di.

Treffpunkt:

Eppenbrunn, Spießweiher-Parkplatz
Anke Vogel | 15,00 € (Kinder: 6,00 €) inkl. Zeitreisetrunk und Punsch/Glühwein



Gästeführer-Lehrgang im Landkreis Südwestpfalz

Als Botschafter*innen ihrer Region müssen sich Gästeführer*innen einem reiseerfahrenen Publikum stellen, das eine kurzweilige und professionelle Führung, bestehend aus fundierter Information und Unterhaltung, erwartet.

Die Schulung vermittelt in 180 Unterrichtseinheiten ab Februar 2027 in Vorträgen, Übungen und Exkursionen Inhalte in Geschichte und Kunstgeschichte, geographische und regionale Besonderheiten sowie soziokulturelle Hintergründe. Daneben werden Sozialkompetenzen und Organisationsgeschick geschult. Auch rechtliche Aspekte sind Teil des Kurses. Die Fortbildung orientiert sich an den Richtlinien des Bundesverbands der Gästeführer*innen Deutschlands (BVGd) e. V., zum Erhalt des Zertifikates muss eine Prüfung abgelegt werden. Im Anschluss können qualifizierte Gästeführer*innen selbstständig Führungsangebote entwickeln und anbieten und Gästen und Einheimischen die Besonderheiten der Region vermitteln.

Die vom Bezirksverband Pfalz getragene Regioakademie Pfalz, der Verein Südwestpfalz-Gästeführer-IG und die Kreisvolkshochschule Südwestpfalz bieten die Schulung in Kooperation an.

Am 27. Oktober findet um 18:00 Uhr ein kostenloser und unverbindlicher Informationsabend im Dr. Lederer-Haus in Rodalben statt.

Interessent*innen melden sich gerne per E-Mail oder telefonisch bei:

Regioakademie Pfalz,
regioakademie@regioakademie.bv-pfalz.de
Tel. 06325 1800241,

Kreisvolkshochschule Südwestpfalz,
r.knoth@lksuedwestpfalz.de
Tel. 06331/809-335

oder bei

Anke Vogel,
ankevogel@g-ig.de
Tel. 0152/21664944

Naturwissenschaften

NEU Der Wolf und die Deutschen:
Konflikt oder Koexistenz
(vhs.wissen live)

Große, langlebige Beutegreifer wie der Wolf werden bewundert und sind zugleich verfeimt. Als Leit- und Schirmarten fördern sie den Naturschutzgedanken, als Arten im Zentrum von Konflikten mit zahlreichen Interessensgruppen werden sie verfolgt und getötet.

Kann der Wolf also in unserer Welt überleben? Ja, das geht im Prinzip, wie Mensch-Wildtier-Konflikte mit anderen Raubtieren zeigen. Allerdings setzt das voraus, dass Betroffene gehört werden und Politik, Naturschutz und Wissenschaft aufeinander zugehen. Wie das aussehen könnte, welche Voraussetzungen es dafür braucht und was der gegenwärtige Stand ist, soll dieser Vortrag erläutern.

Prof. Dr. Heribert Hofer forscht seit über vierzig Jahren im Freiland zur Verhaltensökologie und dem Naturschutz von Raubtieren (Tüpfelhyaäne, Gepard, Fuchs, Dachs, Wolf), ihren Belastungen und Krankheitserregern. Seine Langzeitprojekte in Europa, Tansania und Namibia führten zur vielfachen Beschäftigung mit dem gegenseitigen Verhältnis von Mensch und Wildtieren, Mensch-Wildtier-Konflikten und der Einsicht, dass Schutz von Natur den Einklang mit betroffenen Menschen erfordert. Neben der Forschung engagiert er sich für den Naturschutz und ist in mehreren wissenschaftlichen Gesellschaften aktiv, zuletzt als Präsident der





Gesellschaft Deutscher Naturforscher und Ärzte (GDNÄ). Bis zu seiner Pensionierung im Jahr 2025 war er 25 Jahre lang Direktor des Leibniz-Instituts für Zoo- und Wildtierforschung (IZW) in Berlin. Zurzeit ist er Seniorprofessor für interdisziplinäre Wildtierkunde am Institut für Biologie der Freien Universität Berlin.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.11001GS 05.10., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.

online | Prof. Dr. Heribert Hofer | kostenfrei

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

NEU Vertrauen in Wissenschaft – zwischen Expertise und Skepsis (vhs.wissen live)

Wissenschaft prägt unser Leben in hohem Maße – von Medizin und Klimaforschung bis hin zu Künstlicher Intelligenz. Zugleich ist Vertrauen in Wissenschaft heute keine Selbstverständlichkeit mehr. Während viele Menschen der Forschung weiterhin vertrauen, wachsen andernorts Skepsis, Distanz oder offener Widerspruch.

Der Vortrag stellt dar, warum Vertrauen in Wissenschaft relevant ist, worauf es beruht und warum es in manchen gesellschaftlichen Gruppen stabil bleibt und in anderen erodiert.

Prof. Dr. Mike S. Schäfer ist Professor für Wissenschaftskommunikation an der Universität Zürich.

Er erforscht, wie wissenschaftliche Themen wie Klimawandel, Künstliche Intelligenz oder Biotechnologie in Öffentlichkeit, Medien und digitalen Plattformen verhandelt werden und was Bürger*innen über Wissenschaft denken.

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

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

Sie finden uns
auch auf **Facebook**:
Kreiskolkshochschule
Südwestpfalz

und auf **Instagram**:
kvhsuedwestpfalz

B.10001GS 06.10., 19.30-21.00 Uhr, 1x Di.

online | Prof. Dr. Mike S. Schäfer | kostenfrei

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

NEU Kohlendioxid als Rohstoff: Wie schließen wir den Kreislauf (vhs.wissen live)

Erdöl und Erdgas dienen seit Jahrzehnten und bis heute in großem Maße weltweit als Energieträger und Rohstoffe für die chemische Industrie und bleiben zentral für Energiesicherheit und wirtschaftliche Stabilität. Trotz des steigenden Angebots an alternativer Energie vieler Bereiche können wir nicht auf chemische Energieträger verzichten. Und für Kunststoff und andere Produkte der chemischen Industrie brauchen wir weiterhin Kohlenstoffquellen.

Wie können wir dennoch langfristig unsere Rohstoffbasis diversifizieren und technologische Führungsfähigkeit sichern? Die Nutzung von Kohlendioxid und Methan bietet Möglichkeiten, Kohlenstoff effizient im Kreislauf zu führen und gleichzeitig neue industrielle Wertschöpfungsketten zu erschließen.



Hier können Sie
sich direkt für unsere
Kurse anmelden:

www.kvhs-swp.de

vhs
wissen
live

das digitale Wissenschaftsprogramm

Wie kann das konkret funktionieren? Welche Forschungsansätze sind vielversprechend, und wo stehen wir mit der technologischen Entwicklung? Wie lässt sich der Transfer von der Grundlagenforschung in die Anwendung beschleunigen? Die Integration von Katalyse, KI-gestützter Werkstoffforschung und skalierbarer Ingenieurtechnik sind vielversprechende Ansätze in diesem Bereich.

Prof. Dr.-Ing. Claus Daniel leitet das Advanced Energy Technologies Directorate am Argonne National Laboratory und hat eine Joint-Position an der University of Chicago Pritzker School of Molecular Engineering. Er promovierte in Materialwissenschaften an der Universität des Saarlandes in Zusammenarbeit mit dem Max-Planck-Institut für Metallforschung Stuttgart.

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

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.11002GS 13.10., 19.30-21.00 Uhr, 1x Di.

online | Prof. Dr.-Ing. Claus Daniel | kostenfrei

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

NEU Wie einfach kann ein
lebendes System sein?
(vhs.wissen live)

Die Biologie definiert die Zelle als kleinste Einheit des Lebens. Aber selbst die einfachsten Zellen auf der Erde sind unglaublich komplex, so dass es praktisch unmöglich ist, sie in ihrer Gesamtheit zu verstehen. Auch haben wir noch immer keine Kenntnis davon, wie die erste Zelle überhaupt entstanden sein könnte.

Aus diesem Grund versuchen wir, wesentliche Prozesse des Lebens aus einfachen biologischen Bausteinen nachzubilden, um eine Vorstellung von den physikalischen und chemischen Bedingungen zu bekommen, die notwendig sind, damit aus einem chemischen System ein biologisches System wird.

Dazu verwenden wir den Ansatz der Synthetischen Biologie, der zelluläre Systeme in einzelne Funktionsmodule zerlegt, die unabhängig voneinander untersucht werden können.

Von besonderem Interesse für uns ist die Funktion der Zellteilung. Derzeit wird versucht, ein möglichst einfaches molekulares System aufzubauen, das in der Lage ist, sogenannte Membranvesikel, die einfachsten Modelle von Zellhüllen, autonom in zwei Tochterzellen zu teilen. Zu diesem Zweck verwenden wir einige Proteinsysteme aus *E. coli*-Bakterien.

Prof. Dr. Petra Schwiller studierte Physik und Philosophie und promovierte 1996 an der TU Braunschweig mit einer Dissertation am Max-Planck-Institut für biophysikalische Chemie, Göttingen, bei Nobelpreisträger Manfred Eigen. Im Jahr 2002 nahm sie einen Ruf auf eine Professur für Biophysik am neu gegründeten BIOTEC-Zentrum der TU Dresden an. Seit 2012 ist sie Leiterin der Abteilung Zelluläre und Molekulare Biophysik am MPI für Biochemie und Honorarprofessorin für Physik an der LMU München. Sie ist u.a. Mitglied der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften – acatech.



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

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.11003GS 10.11., 19.30-21.00 Uhr, 1x Di.

online | Prof. Dr. Petra Schwillé | kostenfrei

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

NEU **Die Bauern waren nicht überrascht. Pandemische Geschichte auf dem Lande: Das Beispiel Schweinepest**
(vhs.wissen live)

Die Verwunderung war groß, als die Corona-Pandemie die Welt im März 2020 in den Lockdown zwang: So etwas hatte man noch nie erlebt.

Für alle, die in der Landwirtschaft mit Tieren zu tun haben, ist das Leben mit potenziell katastrophalen Krankheitserregern jedoch seit Jahrzehnten betriebliche Normalität.

Der Vortrag bietet anhand des Beispiels der Schweinepest einen Überblick über den Umgang mit Tierseuchen vom 19. Jahrhundert bis heute und fragt nach den Veränderungen für Menschen und Tiere. Dabei entsteht ein neues Bild von Landwirtschaft in der Moderne: Agrarproduktion als ständige Auseinandersetzung mit Krisen, die einfach nicht verschwinden wollen.

Prof. Dr. Frank Uekötter lehrt Technik- und Umweltgeschichte an der Universität Bochum.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.11004GS 09.12., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mi.

online | Prof. Dr. Frank Uekötter | kostenfrei

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

Umweltbildung | Bildung für nachhaltige Entwicklung

NEU **Klima und Gesundheit – Wie der Klimawandel unseren Körper beeinflusst**

In Kooperation mit dem Gesundheitsamt des Landkreises Südwestpfalz

Der Klimawandel macht sich auch im Landkreis Südwestpfalz zunehmend bemerkbar. Steigende Temperaturen und häufigere Hitzeperioden wirken sich direkt auf unsere Gesundheit aus. Der Vortrag beleuchtet die regionalen klimatischen Veränderungen, erklärt die körperlichen Reaktionen auf Hitze – von physiologischen Anpassungsprozessen bis zu den Auswirkungen auf das Herz-Kreislauf-System – und zeigt praxisnahe Maßnahmen der Verhaltensprävention. Ziel ist es, wissenschaftliche Zusammenhänge verständlich zu vermitteln und Anregungen für einen gesunden Umgang mit Hitze im Alltag zu geben.

B.30311GS 31.08., 18.00-19.30 Uhr, 1x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Isabelle Kost | kostenfrei

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

NEU **Die neue Förderlandschaft zur energetischen Gebäudesanierung in Deutschland**

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz

Ab dem 21. Juli 2026 gelten neue Regelungen für die Förderung energetischer Gebäudemodernisierungen. Erfahren Sie, welche Fördermöglichkeiten künftig bestehen und was die



Reform für Eigentümer*innen bedeutet.

Es handelt sich um eine reine Wissensvermittlung, im Rahmen des Vortrags findet keine individuelle Beratung statt.

B.10421GS 17.09., 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

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 Heizung berücksichtigt werden?

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

B.10422GS 28.09., 19.00-21.00 Uhr, 1x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Markus Nikolaus | kostenfrei

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

NEU Photovoltaik – Grundlagen und Technik

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz

Für viele Hausbesitzer*innen ist eine klimafreundliche Lösung für die Wärme- und Stromversorgung der eigenen vier Wände ein ganz aktuelles Thema. Strom aus Sonnenenergie kann durch eine Photovoltaik-Anlage auf dem Dach oder mit einem Steckersolargerät auf



dem Balkon erzeugt werden.

Der Energieberater der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz, Markus Nikolaus, wird in seinem Vortrag auf die Grundlagen für einen sinnvollen Einsatz von Photovoltaik eingehen. Die selbst erzeugte Energie kann beispielsweise genutzt werden, um einen Teil des Stromverbrauchs im Haushalt zu decken, ein Elektroauto zu laden oder mit einer Wärmepumpe zu heizen und zu kühlen. Ebenso werden die Themen Einspeisevergütung und Wirtschaftlichkeit, Eigenverbrauch und Speicherung des Solarstroms eine Rolle spielen.

B.10423GS 17.11., 19.00-21.00 Uhr, 1x Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Markus Nikolaus | kostenfrei

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



Ökonomie | Finanzen | Recht

NEU E-Rechnung erfolgreich umsetzen

Dieser Kurs zeigt praxisnah, wie Sie die E-Rechnungspflicht erfolgreich umsetzen – abhängig von den jeweiligen Ausgangssituationen. Sie lernen nicht nur die rechtlichen Grundlagen, sondern entwickeln auch konkrete Strategien.

Der Kurs richtet sich in erster Linie an Selbstständige und kleine Unternehmen. Da jedoch auch Vereine E-Rechnungen, beispielsweise von Unternehmen, empfangen und archivieren müssen, eignet sich die Veranstaltung ebenso für ehrenamtlich oder hauptamtlich Verantwortliche in Vereinen.

Der Kurs berücksichtigt zudem, ob Sie bereits über eine funktionierende Buchhaltung verfügen oder neu starten, und zeigt Ihnen mögliche Lösungswege auf.

Block 1: Rechtslage und Pflichtangaben

- E-Rechnungspflicht: Was gilt ab wann für wen?
- Kleinbetragsregelung (250 €-Grenze) und Ausnahmen
- Pflichtangaben einer E-Rechnung vs. herkömmliche Rechnung
- Empfangspflicht seit 2025: Das unterschätzte Problem

Block 2: Vorteile realistisch bewerten

- Echte Vorteile der E-Rechnung (Effizienz, Kosten, Liquidität)
- Wann wird E-Rechnung zur Erleichterung?
- Wann bedeutet sie zunächst Mehraufwand? (ggf. zusätzliche Tools und Arbeitszeit für Empfang und Erstellung von E-Rechnung, Archivierung)

Block 3: Software und Tools nach Bedarf

- Variante A: Bestehende Buchhaltung beibehalten (Online-Konverter + DMS)
- Variante B: Systemwechsel (All-in-One-Lösungen)
- Variante C: Neubeginn (Moderne integrierte Systeme)
- Live-Demonstration verschiedener Tools

Block 4: E-Rechnungen erstellen und versenden

- Gemeinsame Live-Übung: E-Rechnung erstellen
- Variante A: PDF → Online-Konverter → E-Rechnung
- Variante B/C: Direkt in der Software
- Versandwege: E-Mail, Plattformen
- Screen-Sharing: Teilnehmer*innen zeigen ihre ersten Versuche

Block 5: E-Rechnungen empfangen und verarbeiten

- Das unterschätzte Problem: Empfang ist komplexer als Versand
- XML-Dateien sichtbar machen
- Integration in bestehende Buchhaltung:
 - Workflow bei hybriden Setups
 - Datenextraktion und -übertragung
 - Automatisierungsmöglichkeiten
- Praxisübung: Mit Beispiel-E-Rechnung arbeiten
- Behebung häufiger Empfangsprobleme

Block 6: GoBD-konforme Archivierung

- Archivierungspflichten: Was muss wie lange aufbewahrt werden?
- Setup-spezifische Archivierung:
 - All-in-One: Automatische Archivierung
 - Hybrid: DMS-Integration und Verfahrensdokumentation

Sie finden uns
auch auf **Facebook**:
Kreisvolkshochschule
Südwestpfalz
und auf **Instagram**:
kvhsuedwestpfalz



- Empfehlung einfacher DMS-Lösungen
- Gemeinsam Archivierungs-Workflow entwickeln

Technische Voraussetzungen

- Stabile Internetverbindung
- Computer oder Laptop, auf denen ggf. Programme installiert werden können (für Software Tests)
- Idealerweise zweiter Bildschirm oder Tablet
- Mikrofon und Kamera für Interaktion

Die Veranstaltung ist als Online-Veranstaltung konzipiert.

Bei Bedarf können zudem bis zu neun Personen im Dr. Lederer-Haus in Rodalben teilnehmen, die Kursleiterin wird dann hybrid zugeschaltet. Auch in diesem Fall verfolgen die Teilnehmenden die Schritte am Laptop. Vor Ort können bei Bedarf Laptops zur Verfügung gestellt werden.

B.10351GS 14.09., 18.00-20.15 Uhr, 1x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR3 und online
Tatyana Sarasa | 18,00 €

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

Gut vorbereitet – als Frau die eigene finanzielle Zukunft gestalten

In Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten des Landkreises Südwestpfalz

Teil 1:

Finanzielle Unabhängigkeit beginnt im Kopf

Geld ist mehr als Zahlen und Kontostände – es ist ein Schlüssel zu Freiheit, Selbstbestimmung und Sicherheit. Doch finanzielle Unabhängigkeit entsteht nicht von alleine. Sie beginnt mit Wissen, Klarheit und dem Mut, die eigene Zukunft aktiv zu gestalten.

Vielleicht warten Sie schon lange auf den richtigen Zeitpunkt, sich intensiver mit Ihren Finanzen zu beschäftigen. Die gute Nachricht: Es

braucht keinen perfekten Zeitpunkt – nur den ersten Schritt. Dieser Workshop bietet Ihnen die Gelegenheit, genau damit zu beginnen.

Sie erhalten praxisnahe Einblicke in die Themen Geldanlage, Altersvorsorge, faire Bezahlung und den Schutz vor finanziellen Risiken. Sie entdecken neue Perspektiven, gewinnen durch Wissen mehr Sicherheit und entwickeln erste Schritte für Ihren persönlichen Weg.

Lassen Sie sich inspirieren, Ihre finanziellen Möglichkeiten zu erkennen und selbstbewusst Entscheidungen für Ihre Zukunft zu treffen. Denn finanzielle Bildung ist eine der wichtigsten Investitionen in sich selbst.

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

B.10341GS 22.09., 18.30-21.00 Uhr, 1x Di.
10,00 €

Teil 2:

Legen wir los – Ins Tun kommen. Schritt für Schritt zu mehr finanzieller Unabhängigkeit

Sie möchten verstehen, wie Geldanlage funktioniert, wissen aber nicht, wo Sie anfangen sollen? Dieser Vortrag bietet Ihnen einen leicht verständlichen Einstieg in die Welt der Geld-



anlage. Sie lernen zentrale Grundlagen, Strategien und Werkzeuge kennen – von Aktien und ETFs bis hin zu den wichtigsten Prinzipien einer soliden Vermögensplanung.

Die Referentin Dagmar Stock vermittelt praxisnahe Impulse, die Sie dabei unterstützen können, mehr Klarheit zu gewinnen und Ihre finanziellen Entscheidungen künftig gut informiert und selbstbewusst zu treffen.

Nutzen Sie die Gelegenheit, Hemmschwellen abzubauen und sich erste Finanzkenntnisse anzueignen.

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

Vielleicht kennen Sie dieses Gefühl: Man weiß, dass man sich um die eigenen Finanzen kümmern möchte – und verschiebt es doch immer wieder im Alltag. Im Rahmen der beiden Vorträge kann der Moment sein, in dem aus „irgendwann“ ein erstes „Jetzt“ wird.

B.10342GS 29.09., 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 Veranstaltungen bauen aufeinander auf, können jedoch auch unabhängig voneinander gebucht werden.

Die Veranstaltungen werden durch Fördermittel des Landes Rheinland-Pfalz zur Gleichstellung von Frau und Mann unterstützt.

Vortrag: Was gibt es Neues in der Pflegeversicherung?

In Kooperation mit dem Pflegestützpunkt Südwestpfalz 2 und der Leitstelle „Älter werden“ des Landkreises Südwestpfalz

Wer pflegebedürftig wird oder Angehörige bei der Pflege unterstützt, steht häufig vor vielen



Hier können Sie
sich direkt für unsere
Kurse anmelden:

www.kvhs-swp.de

Fragen. Die Pflegeberaterin des Pflegestützpunkts Südwestpfalz 2, Petra Kumschlies, vermittelt im Rahmen dieses Vortrags einen verständlichen Überblick über die Leistungen der gesetzlichen Pflegeversicherung und informiert über die aktuellen Regelungen.

Die Veranstaltung richtet sich an Pflegebedürftige, pflegende Angehörige sowie alle Interessierten, die sich frühzeitig über die Möglichkeiten der Pflegeversicherung informieren möchten.

B.10331GS 12.11., 18.00-19.30 Uhr, 1x Do.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Petra Kumschlies | kostenfrei

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



Persönlichkeitsbildung | Psychologie

NEU Was steckt in mir? Die Stärken hinter Schwächen entdecken

Jeder Mensch besitzt individuelle Stärken, doch oft nehmen wir sie als selbstverständlich wahr und richten unseren Blick eher auf unsere Schwächen. Dabei verbirgt sich hinter vielen als Schwäche empfundenen Eigenschaften eine wertvolle Stärke. Häufig entscheidet erst der Blickwinkel oder der jeweilige Kontext darüber, wie wir eine Eigenschaft bewerten.

In diesem zweiteiligen Workshop entdecken Sie Ihre persönlichen Stärken aus einer neuen Perspektive. Sie lernen, eigene Eigenschaften bewusster wahrzunehmen, vermeintliche Schwächen neu einzuordnen und Ihre individuellen Ressourcen zu erkennen. Ob im Beruf, im Ehrenamt, in der Familie oder im privaten Alltag: Wenn Sie Ihre Stärken kennen und wertschätzen, können Sie selbstbewusster handeln, bewusstere Entscheidungen treffen und Herausforderungen mit mehr Gelassenheit begegnen.

Der Workshop verbindet fundierte Impulse mit Selbstreflexion, Austausch und praxisnahen Übungen. Ziel ist es, die eigenen Potenziale sichtbar zu machen, neue Perspektiven zu entwickeln und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten nachhaltig zu stärken.

Die zweiteilige Veranstaltung richtet sich an alle, die ihre persönlichen Stärken entdecken, ihre eigenen Potenziale besser verstehen und einen wertschätzenden Blick auf sich selbst entwickeln möchten, unabhängig von Alter, Beruf oder Lebenssituation.

Inhalte:

- Warum Stärken und Schwächen oft zwei Seiten derselben Medaille sind
- Die eigenen Stärken und Ressourcen erkennen
- Vermeintliche Schwächen neu betrachten und einordnen

- Den persönlichen Blick auf sich selbst verändern
- Ideen entwickeln, wie die eigenen Stärken im beruflichen und privaten Alltag bewusster eingesetzt werden können

Das Seminar steht unter dem Motto „Verstehen – Erleben – Anwenden“. Kurze theoretische Impulse wechseln sich mit Selbstreflexion, interaktiven Übungen und dem Austausch in der Gruppe ab. So entstehen Erkenntnisse, die sich direkt in den eigenen Alltag übertragen lassen.

B.10621GS ab 15.09. + 22.09., 18.30-20.00 Uhr, 2x Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR3
Sophie Schneiderhöhn-Petry | 18,00 €

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



Wir sind
immer auf der Suche
nach Dozent*innen, bewerben
Sie sich gerne bei uns unter

**info@kvhs-swp.de oder
unter 06331 809-336**

BILDUNG ZU VERSCHENKEN!

...mit einem **Geschenkgutschein** der
Kreisvolkshochschule Südwestpfalz





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.10)

B.10000GS ab 23.09., 09.00-12.00 Uhr, 10x Mi.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR3

Marion Bischoff, Klaus Eitel, Margit Gummersheimer, Wolfgang J. Ruf, Hubert Sauther, Sophie Schneiderhöhn-Petry, Bernd Strassel, Vanessa Zürlein | 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

Literatur

NEU Lesung: Marion Bischoff:
„Da, wo du bist“

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.

B.20221GS 05.11., 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



NEU Krimilesung mit Monika Geier: „Ein schönes Kind“

Ein geheimnisvolles Haus, eine junge Szenenbildnerin und ein rätselhafter Stoff aus der Vergangenheit: In ihrem neuen Kriminalroman „Ein schönes Kind“ entführt die Autorin Monika Geier die Zuhörer*innen in eine spannende Geschichte voller unerwarteter Wendungen.

Marlie, eine junge Szenenbildnerin, entdeckt für eine neue Vorabendserie eine außergewöhnliche Villa in einem abgelegenen Waldtal der Pfalz. Doch schon bald merkt sie, dass mit dem Haus etwas nicht stimmt. Während sie dort allein eine erste Arbeitsbesprechung vorbereitet, begegnen ihr Spuren der Vergangenheit – und sie gerät in eine Geschichte, die ihr Leben nachhaltig verändert.

Die Lesung verbindet Spannung und Atmosphäre mit einer charmanten Hommage an die klassische Kriminalliteratur im Stil von Agatha Christie, Josephine Tey und Lewis Carroll.

Freuen Sie sich auf einen Krimiabend voller Geheimnisse, überraschender Wendungen und auf eine außergewöhnliche Geschichte!

Monika Geier ist eine in der Pfalz lebende Kriminalautorin. Für ihren Debütroman erhielt sie im Jahr 2000 den Krimipreis Marlowe der deutschen Raymond-Chandler-Gesellschaft.

B.2022GS 20.10., 18.30-20.00 Uhr, 1x Di.

Thaleischweiler-Fröschen,
Dorfgemeinschaftshaus | Monika Geier | 6,00 €

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

NEU Lesung uff Pälzisch: „Die Nibelunge unn pälzer Gedichte“

Erleben Sie einen unterhaltsamen Abend mit dem Mundartdichter Andreas Schwarz! In seiner Lesung präsentiert er Auszüge aus seinen Werken „Die Nibelunge – e pälzer Sage“ und „Die Palz – e Gedicht“!



Mit viel Humor, Sprachwitz und einem Gespür für die pfälzische Mundart verleiht Andreas Schwarz dem traditionellen Stoff des Nibelungenliedes eine neue, unverwechselbar pfälzische Note. Seine Texte verbinden regionale Identität mit literarischer Kreativität und laden dazu ein, die Pfalz aus einer besonderen Perspektive zu erleben.

Freuen Sie sich auf einen kurzweiligen Abend voller Mundart, Humor und pfälzischer Lebensart!

B.2022GS 18.11., 18.30-20.00 Uhr, 1x Mi.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Andreas Schwarz | kostenfrei

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

Studienfahrt zur Frankfurter Buchmesse 2026

Auch in diesem Jahr findet wieder eine Busfahrt zur Frankfurter Buchmesse statt. Seien Sie mit dabei!

Am Samstag, den 10. Oktober 2026, erwartet Sie ein erlebnisreicher Tag auf dem Messegelände in Frankfurt:

Freuen Sie sich auf internationale Stars der Literaturszene, namhafte Bestsellerautor*innen und vielversprechende Künstler*innen.



Tauchen Sie ein in die Welt gedruckter und digitaler Medien, entdecken Sie aktuelle Neuerscheinungen, lauschen Sie Autorenlesungen und lassen Sie sich vom diesjährigen Ehren-gast, Tschechien, inspirieren.

Diese Studienfahrt bietet Ihnen nicht nur ein kulturelles Erlebnis, sondern auch die Gelegenheit, Einblicke in aktuelle Entwicklungen der Medien- und Literaturlandschaft zu gewinnen, neue Perspektiven kennenzulernen und Ihr Wissen rund um das Buch, den Buchmarkt und nationale sowie internationale Literatur zu vertiefen.

Durchgeführt wird die Fahrt von der NEDIVA-REISEN GmbH

Abfahrt:

07:00 Uhr

in Pirmasens am Parkplatz an der Wasgauhalle

07:20 Uhr

in Dahn (Verbandsgemeinde, Schulstraße)

07:30 Uhr

in Hinterweidenthal (evangelische Kirche)

Anmeldungen sind ab sofort bei Ursula Anstett, ursula@anstett.info bzw. 06391/3894, möglich.

Anmeldefrist ist der 11. September (das Kartenkontingent für den Zutritt zur Messe ist begrenzt).

B.20101DA 10.10., 07.00-ca. 20.00 Uhr, 1x Sa.

Frankfurt | Ursula Anstett | 50,00 €

Anmeldung bei Ursula Anstett, ursula@anstett.info bzw. 06391/3894

NEU Deutsch-jüdische und israelische Literatur

Ein Gespräch zwischen

Michael Krüger und Jakob Hessing

(vhs.wissen live)

Seit Heinrich Heine und bis in die Gegenwart sind jüdische Autor*innen ein wichtiger Bestandteil der deutschen Literatur. In ihren Werken kommt zum Ausdruck, was man die

„deutsch-jüdische Symbiose“ zu nennen pflegte. Aber nicht erst seit Hitler war dieser Begriff sehr problematisch und wird heute kaum noch verwendet. Seit etwa zwei Generationen gibt es in Deutschland auch jüdische Autor*innen aus einem anderen Land: aus Israel.

Nach der Staatsgründung 1948 dauerte es noch etwa zwei Jahrzehnte, bis diese Literatur international bekannt wurde, und seit den 1980er Jahren sind Namen wie Amos Oz, Zeruya Shalev oder David Grossman auf dem deutschen Buchmarkt sehr präsent.

Als Dichter und Verleger kennt Dr. h.c. Michael Krüger viele israelische Autoren persönlich; Prof. Dr. Jakob Hessing, Autor und Germanist an der Hebräischen Universität in Jerusalem, erforscht die Geschichte der deutsch-jüdischen Literatur. In einem Gespräch tauschen sie ihre Erfahrungen aus.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.20101GS 12.10., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mo.

online | Dr. Jakob Hessing,
Dr. h.c. Michael Krüger | kostenfrei

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

NEU Franz Kafka und Prag (vhs.wissen live)

Prag, die Hauptstadt Böhmens, war um 1900 durchaus nicht das gemütliche k.u.k.-Reservat, das sich heutige Touristen gerne vorstellen. Die Stadt war geprägt von sich zuspitzenden nationalen Gegensätzen zwischen Tschechen und Deutschen, was vor allem die jüdische Bevölkerung in eine prekäre Lage versetzte. Aber auch das Tempo, mit dem eine Vielzahl technischer Innovationen innerhalb weniger Jahre durchgesetzt wurde, ließ bei vielen Bewohnern das Gefühl aufkommen, am Ende einer Epoche zu stehen.



Sehr genau registrierte Kafka die unheimliche Faszination dieser Herausforderung: Telefone, Diktiergeräte, nächtlich beleuchtete Straßen, elektrische Trams und nicht zuletzt Kinos veränderten auch seinen Alltag.

Dr. Reiner Stach studierte Philosophie, Literaturwissenschaft und Mathematik.

1987 erschien seine Monographie „Kafkas erotischer Mythos“. 1999 gestaltete Stach die Ausstellung „Kafkas Braut“, in der er den Nachlass Felice Bauers präsentierte, den er in den USA entdeckt hatte.

2002 und 2008 erschienen die ersten beiden Bände der hochgelobten dreiteiligen Kafka-Biographie. 2008 wurde Reiner Stach für „Kafka: Die Jahre der Erkenntnis“ mit dem Sonderpreis zum Heimito-von-Doderer-Literaturpreis ausgezeichnet.

Für sein herausragendes Gesamtwerk auf dem Feld der literarischen Biographik erhielt er 2016 den Joseph-Breitbach-Preis.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.20102GS 19.11., 19.30-21.00 Uhr, 1x Do.

online | Dr. Reiner Stach | kostenfrei

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

Film

NEU Vortrag: **Wie das Kino erwachsen wurde**

Begleitveranstaltung zum Kultursommer
Rheinland-Pfalz 2026 (Die Goldenen
Zwanziger)

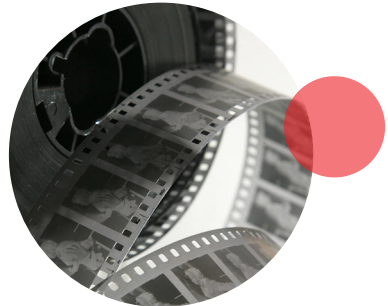
Nach dem Ersten Weltkrieg und mit dem wirtschaftlichen Aufschwung der Goldenen Zwanziger wuchs der Bedarf an Vergnügungen aller Art. Das Kino zog die Massen an. Der Film, inzwischen auch als siebte Kunst wahrgenommen, erreichte seinen ersten großen Höhepunkt.

In Paris, Berlin und selbst in Moskau eiferte man der Traumfabrik Hollywood erfolgreich nach. Schließlich gelang sowohl technisch als auch künstlerisch der Sprung vom Stumm- zum Tonfilm.

B.21161GS 22.10., 19.00-20.45 Uhr, 1x Do.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Wolfgang J. Ruf | 6,00 €

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



Kunst- und Kulturgeschichte

NEU Vortrag: **Malweiber – Künstlerinnen im Fokus – Teil 2**

In Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten des Landkreises Südwestpfalz

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 Referent macht auf spannende Weise sichtbar, welchen Widerständen Künstlerinnen der Moderne begegneten – und wie stark sie dennoch zur Kunstgeschichte beigetragen haben. Künstlerinnen wie Charlotte Berend und Clara Rilke Westhoff sind Beispiele dafür, wie Frauen trotz dieser Hindernisse bedeutende Werke schufen und Kunstströmungen wie den Expressionismus mitprägten.

Im Vortrag wird u.a. deutlich, wie stark die Prominenz der Ehemänner die Entwicklung der künstlerischen Möglichkeiten der Frauen einhegte, ja behinderte.

Charlotte Berend war zunächst Modell und Geliebte, dann Muse und Gattin, Hausfrau und Mutter, und dies alles im künstlerisch prominenten Schatten ihres Ehemanns Lovis Corinth.

Bei Clara Westhoff wiegt die Dominanz ihres Ehemannes Rainer Maria Rilke noch schwerer, sie war ihm nach kurzer Zeit geradezu ein Hemmschuh für seine eigene Karriere, er trennte sich in der Folge von ihr und der gemeinsamen Tochter.

B.20634GS 30.09., 18.30-20.00 Uhr, 1x Mi.

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

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

**NEU Kunst im Ohr –
Ein Livestream für alle Sinne 3**
(vhs.wissen live)

Von München nach Hamburg – vom Museum zu Ihnen! Seien Sie dabei, wenn sich vier Freund*innen der Kunst zusammenfinden und über bedeutende Kunstwerke aus der Neuen Pinakothek in München und aus der Hamburger Kunsthalle austauschen.

Sie finden uns
auch auf **Facebook:**
Kreiskolkshochschule
Südwestpfalz
und auf **Instagram:**
[kvhssuedwestpfalz](https://www.instagram.com/kvhssuedwestpfalz)

Diesmal widmen wir uns zwei Frauenfiguren von Edgar Degas (1834–1917). Wir vergleichen das Gemälde „Die Büglerin“, um 1869, aus der Neuen Pinakothek in München mit der Pastellzeichnung „Vor dem Spiegel“, um 1889, aus der Hamburger Kunsthalle. Vielleicht blicken Sie danach etwas anders aufs Bügeln oder ins eigene Spiegelbild! Denn: In beiden Kunstwerken geht es um Arbeit, einmal um Lohnarbeit und ein anderes Mal um Körper- bzw. Schönheitsarbeit. Damit eröffnen die Bilder unterschiedliche soziale Räume und Zuschreibungen.

Dr. Andrea Weniger leitet die Bildung und Vermittlung an der Hamburger Kunsthalle, Frederike Harms ist wissenschaftliche Volontärin ebendort, Jochen Meister arbeitet an der Neuen Pinakothek in München. 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.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.20621GS 23.09., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mi.

online | Dr. Andrea Weniger, Claudia Böhme,
Jochen Meister, Frederike Harms | kostenfrei

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



**NEU Kunst im Ohr –
Ein Livestream für alle Sinne 4**
(vhs.wissen live)

Von München nach Hamburg – vom Museum zu Ihnen! Seien Sie dabei, wenn sich vier Freund*innen der Kunst zusammenfinden und über bedeutende Kunstwerke aus der Neuen Pinakothek in München und aus der Hamburger Kunsthalle austauschen.

Wer hätte das gedacht!? Just in Hamburg gibt es nicht nur einen Leibl-Weg, nein, dort befindet sich auch eines der bekanntesten Gemälde Wilhelm Leibls (1844 – 1900): „Drei Frauen in der Kirche“ von 1878/82. Ein Bild, das zugleich mehrere Stadien der Andacht und verschiedene Lebensalter zeigt. Die Neue Pinakothek in München wiederum besitzt „In der Bauernstube“ von 1890. In beiden Bildern geht es um die realistische Darstellung von Menschen aus der ländlichen Region in Oberbayern, in die sich Leibl ab 1873 zurückgezogen hatte. Alle Personen tragen (Sonntags-)Tracht. Inwiefern liefern diese Motive Stoff für gesellschaftliche beziehungsweise regionale Normen, Identitäten und Zugehörigkeiten?

Dr. Andrea Weniger leitet die Bildung und Vermittlung an der Hamburger Kunsthalle, Frederike Harms ist wissenschaftliche Volontärin ebendort, Jochen Meister arbeitet an der Neuen Pinakothek in München. 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.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.20622GS 25.11., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mi.

online | Dr. Andrea Weniger, Claudia Böhme, Jochen Meister, Frederike Harms | kostenfrei

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

**NEU Rubens oder Rembrandt? Werke
der Holländischen und Flämischen Malerei
des Barock in der Alten Pinakothek**
(vhs.wissen live)

1581 schlug die Geburtsstunde der Republik der Vereinigten Niederlande, als sich die sieben nördlichen niederländischen Provinzen von der spanischen Herrschaft lossagten.

Damit begann eine tiefgreifende künstlerische Neuentwicklung, die zur Ausbildung eines eigenen Malstils führte, der heute im deutschen Sprachraum als „holländisch“ bezeichnet wird.

Dabei blieben die Themen der niederländischen Malerei bestehen. Landschaftsbilder, Seestücke und Genrebilder erhielten jedoch regionaltypische Züge; viele Sujets spiegelten den bürgerlich geprägten Alltag. So rückten Dünenlandschaften, holländische Küsten und häusliche Interieurs ins Zentrum und prägten damit ein Angebot zur Identifikation, in dem das Streben nach politischer Unabhängigkeit Ausdruck fand. Für die flämische Malerei blieben die traditionellen Auftraggeber – Adel und Kirche – weiterhin bestimmend. Das belegt beispielhaft das Werk von Peter Paul Rubens, der aber auch in den nördlichen Niederlanden viele Bewunderer fand – darunter Rembrandt, der in seinen Werken den künstlerischen Wettstreit suchte und in der Auseinandersetzung eigene Impulse setzte.

In der Führung werden anhand von Beispielen in der Alten Pinakothek die Unterschiede, aber auch die Parallelen der künstlerischen Auffassungen vorgestellt.





Dr. Mirjam Neumeister ist Sammlungsdirektorin der Alten Pinakothek und Sammlungsleiterin für Flämische Barockmalerei an den Bayerischen Staatsgemäldesammlungen München.

Die Veranstaltung wird live aus der Alten Pinakothek in München gestreamt.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.20623GS 10.12., 19.30-21.00 Uhr, 1x Do.

online | Mirjam Neumeister | kostenfrei

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

Bitte mitbringen: Farben, Pinsel, Lappen, Papier oder Leinwand

B.20732DA ab 03.09., 19.00-21.15 Uhr, 10x Do.

Dahn, vhs-Zentrum, Werkraum
Manuela Schwarz-Thomas

98,00 € ab 7 Teilnehmenden

109,00 € bei 6 Teilnehmenden

131,00 € bei 5 Teilnehmenden

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

NEU Aquarellmalerei: Stilleben

Erlernen bzw. vertiefen Sie die Technik des Aquarellmalens: In diesem Kurs widmen wir uns der Gestaltung von Stilleben. Die Teilnehmenden lernen, verschiedene Gegenstände wie Früchte, Gefäße, Blumen oder Alltagsobjekte aufmerksam zu beobachten und diese mithilfe der Aquarelltechnik stimmungsvoll und ausdrucksstark umzusetzen. Besonderes Augenmerk liegt auf der Komposition, dem Zusammenspiel von Licht und Schatten sowie der Darstellung von Farben und unterschiedlichen Oberflächenstrukturen. Ziel ist es, durch gezielte Vorzeichnungen und die anschließende malerische Ausarbeitung harmonisch aufgebaute Stilleben mit einer individuellen künstlerischen Ausdruckskraft zu schaffen.

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

B.20715TH ab 21.09., 19.30-21.00 Uhr, 8x Mo.

Thaleischweiler-Fröschen, Grundschule, Mensa
Ralph Ehrenreich | 49,00 €

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



Malerei | Zeichnen

NEU Maltechniken: Licht und Schatten

Lichteinfall und Beleuchtung haben einen großen Einfluss auf die Wirkung eines Motivs. Doch wie erkenne ich den Lichteinfall in meinem Motiv? Und wie gehe ich damit um?

Dies erfahren Sie in diesem Kurs unter professioneller Anleitung. Lernen Sie, mit welcher Methode man Licht und Schatten in ein Bild zaubern kann, und freuen Sie sich auf die neue Ausdruckskraft in Ihren Bildern.



Fotografie I Digitale Bildbearbeitung

NEU Vom Schnappschuss zur Geschichte: Familienfotos mit Kamera und Smartphone In Kooperation mit dem Wasgau-Fotokreis

Ob mit Kamera oder Smartphone – in diesem Kurs lernen Sie, Kinder und Familien natürlich und ausdrucksstark zu fotografieren. Sie entdecken, wie einfach gute Bilder mit beiden Geräten gelingen können. Im Fokus steht die authentische Fotografie: Wie entstehen natürliche, lebendige Aufnahmen, die nicht gestellt wirken? Worauf sollte man achten – gerade bei Kindern in Bewegung oder in alltäglichen Situationen? Sie lernen, wertvolle Momente im Familienleben bewusst wahrzunehmen und bildnerisch festzuhalten. Ein weiterer Schwerpunkt ist das Storytelling im Familienalltag: Wie erzählen Fotos kleine Geschichten und machen Erinnerungen lebendig?

Der Kurs vermittelt praxisnah:

- Grundlagen der Kinder- und Familienfotografie
- Tipps für natürliche, ungezwungene Aufnahmen
- Praktische Tipps und Tricks für den Alltag
- Umgang mit Licht, Perspektive und Bewegung
- Fotografieren mit Smartphone und Kamera
- Ideen für fotografisches Storytelling

Die im Kurs entstandenen Fotos werden gemeinsam besprochen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Kamera und/oder Smartphone

B.21112HA 13.09., 14.00-17.00 Uhr, 1x So.

Hauenstein, Bürgerhaus, Multifunktionsraum,
1.OG | Vera Karpuschkin | 20,00 €

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

NEU Vom Foto zum Meisterbild In Kooperation mit dem Wasgau-Fotokreis

Das Erstellen einer Fotografie mit der Fotokamera ist bereits ein komplexer Prozess, der aber mit dem erstellten Foto nicht enden sollte. Ziel des Kurses ist, aus dem mit der Kamera entstandenen Foto ein Bild zu kreieren, indem sich der/die Fotograf*in mit

- nicht alltäglichen Funktionen der Kamera
- der Bedeutung des Seitenverhältnisses
- der Bildbearbeitung
- der digitalen und analogen Präsentation

z.B. durch Auswahl von Rahmen und Passepartout auseinandersetzt und diese kennenlernt.

Jede/r Teilnehmer*in sollte mindestens ein großformatiges Bild von einem eigenen Foto erstellen.

Kosten für die Vergrößerung, das Passepartout und evtl. für den Rahmen kämen zu den Kursgebühren hinzu.

Bitte mitbringen: Kamera, Stativ, Motive

B.21114HA ab 09.10., 19.30-21.00 Uhr, 4x Fr.

Hauenstein, Bürgerhaus, Multifunktionsraum,
1.OG | Bernd Wagner | 40,00 €

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





Fotoausstellung des Wasgau-Fotokreises

Die Mitglieder des Wasgau-Fotokreises zeigen in einer gemeinsamen Ausstellung ausgewählte Fotografien. Nutzen Sie die Gelegenheit, die Ausstellung vom 04. bis 06. Dezember während der Öffnungszeiten des Weihnachtsmarktes in Hauenstein zu besuchen!

Hauenstein, Bürgerhaus, Multifunktionsraum,
1.OG | Mitglieder des Wasgau-Fotokreises |
kostenfrei

Infoveranstaltung: Kreative Indoorfotografie In Kooperation mit dem Wasgau-Fotokreis

In der meist tristen Zeit ist es beim Wasgau-Fotokreis inzwischen Tradition, einen Nachmittag gemeinsam zu verbringen und verschiedene Fotothemen, die man im Innenraum ausprobieren kann, gemeinsam unter fachkundiger Anleitung anzugehen. Geboten werden ein großes Studio mit Blitzern, einige selbstgebaute Mini-studios samt Beleuchtung und sonstiges, nicht alltägliches Fotoequipment.

Mitzubringen sind Lust an der Fotografie und ein wenig Kreativität. Jede*r Fotointeressierte ist herzlich eingeladen.

Bitte mitbringen: Kamera, Stativ, Motive

B.21125HA 29.12., 14.00-18.00 Uhr, 1x Di.

Hauenstein, Bürgerhaus, Multifunktionsraum,
1.OG | Bernd Rohner | kostenfrei

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



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 die Pinchtechnik, eine der ursprünglichsten Tontechniken, gelegt. Die Teilnehmenden werden hierbei Schritt für Schritt unter fachkundiger Anleitung begleitet. Anregungen zum eignen kreativen und experimentellen Gestalten werden durch die Kursleitung gegeben und jede*r Teilnehmer*in wird bei der Umsetzung der eigenen Ideen individuell unterstützt.

B.20811HA ab 09.09., 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 den Umgang mit Form und Dekor gelegt. Die Teilnehmenden werden hierbei Schritt für Schritt unter fachkundiger Anleitung begleitet. Anregungen zum eignen kreativen und experimentellen Gestalten werden durch die Kursleitung gegeben und jede*r Teilnehmer*in wird bei der Umsetzung der eigenen Ideen individuell unterstützt.

Hier können Sie
sich direkt für unsere
Kurse anmelden:

www.kvhs-swp.de



B.20812HA ab 04.11., 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. Ziel des Kurses ist es, erste grundlegende Töpfertechniken – beispielsweise einfache Formgebungs- und Modelliertechniken – kennenzulernen und daraus eigene kreative Werke anzufertigen, die nach dem Brennen mit nach Hause genommen werden können.

B.820811HA ab 17.11., 16.30-18.00 Uhr, 4x Di.
Hauenstein, Bürgerhaus, UG, Töpferwerkstatt
Sandra Rohner | 30,00 €

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

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 ändere ich einen Fertigschnitt auf meine Körpermaße?

B.20931GS ab 01.09., 19.00-21.15 Uhr, 4x Di.

Arbeitsschwerpunkt: Reißverschluss einnähen
B.20932GS ab 20.10., 19.00-21.15 Uhr, 4x Di.

Arbeitsschwerpunkt: Techniken zum Taschen nähen

B.20933GS ab 24.11., 19.00-21.15 Uhr, 4x Di.

Rodalben, BBS, Nähraum | Margit Bereswill

37,00 € ab 8 Teilnehmenden

43,00 € bei 7 Teilnehmenden

50,00 € bei 6 Teilnehmenden

59,00 € bei 5 Teilnehmenden

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



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 ändere ich einen Fertigschnitt auf meine Körpermaße?

B.20931BR ab 03.09., 19.00-22.00 Uhr, 5x Do.

Arbeitsschwerpunkt: Reißverschluss einnähen

B.20932BR ab 05.11., 19.00-22.00 Uhr, 5x Do.

Bruchweiler-Bärenbach, Kultursaal

Margit Bereswill | 60,00 €

Anmeldung bei der vhs Bruchweiler-Bärenbach,
margitbereswill@gmail.com bzw. 06394 1809



Strick- und Häkeltechniken:

Herbst und Winter

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Handarbeit ist das neue Yoga. Mit der richtigen Technik kann sie für Entspannung sorgen und Stress abbauen. Gleichzeitig fordert und fördert sie den Geist: Maschen zählen, Muster variieren, Farben kombinieren und Projekte individuell anpassen – all dies erlernen und vertiefen Sie unter fachkundiger Anleitung.

In diesem Kurs lernen Sie neue Techniken und Gestaltungsmöglichkeiten für Herbst- und Winterprojekte kennen. Der Schwerpunkt liegt auf Accessoires wie Stulpen, Taschen, Hüten und vielem mehr. Sie erweitern Ihre Kenntnisse in der Verarbeitung unterschiedlicher Garne, Muster und Formen und setzen diese direkt in attraktiven Projekten um. Die erlernten Techniken lassen sich auch auf viele weitere Strick- und Häkelarbeiten übertragen.

Sie stricken oder häkeln bereits ein wenig, aber Ihnen fehlen Ideen für die Umsetzung eigener Projekte? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Sie gewinnen Sicherheit und entwickeln Ihre Fertigkeiten Schritt für Schritt weiter.

Lassen Sie den Alltagsstress hinter sich und nehmen Sie neue kreative Anregungen sowie wertvolle Techniken für Ihre zukünftigen Handarbeitsprojekte mit.

B.20912DA ab 26.10., 19.00-21.30 Uhr, 3x Mo.

Dahn, vhs-Zentrum, 1.OG

Ilse Heiser | 28,00 €

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

Musik | Tanz

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 Trommels 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.

B.21311HE 19.09., 11.00-12.30 Uhr, 1x Sa.

Hermersberg, Rathaus, Ratssaal
Loretta Hüther | 6,00 €

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

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.

B.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



Foto: Ursula Anstett

BILDUNG ZU VERSCHENKEN!

...mit einem **Geschenkgutschein** der
Kreisvolkshochschule Südwestpfalz





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 Methoden und Techniken kennen, die zur Verbesserung der Beweglichkeit und Entspannungsfähigkeit sowie zu einem gelasseneren Umgang mit Stress beitragen können. Sie begegnen den Grundprinzipien, 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 ein besonderes Augenmerk auf gezielten angeleiteten Übungen für die Wirbelsäule.

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

B.30103RO ab 02.09., 18.00-19.30 Uhr, 10x Mi.

Rodalben, Mozartschule, Turnhalle
Ulrike Colle | 69,00 €

Anmeldung bei der vhs Rodalben,
06331 234-102 bzw.
isabelle.stephan@rodalben.de

Hatha Yoga

Dieser Kurs ist ein Aufbaukurs zu den vorangegangenen Kursen für Yoga-Anfänger*innen. Bereits erlernte Asanas werden vorausgesetzt und weiter ausgebaut. Neue Asanas kommen hinzu.

Ein Hauptaugenmerk wird in diesem Kurs auf die Körperhaltung gelegt.

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

B.30111TH ab 02.09., 19.00-20.00 Uhr, 8x Mi.

Petersberg, Dreierherrensteinhalle
Susanne Müller | 39,00 €

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



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 angeleiteten Atemübungen.

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

B.30117TH ab 03.09., 17.30-18.30 Uhr, 8x Do.

Weselberg, OT Harsberg, DGH
Susanne Müller | 39,00 €

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



Yoga

In diesem 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 erlernten Übungen können dabei helfen, das körperliche und mentale Wohlbefinden zu fördern und innere Stabilität zu entwickeln.

Die Teilnahme an diesem Kurs ist für alle geeignet, da sich die Kursleiterin 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: Yogamatte, Decke, bequeme Kleidung

B.30111HA ab 03.09., 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 der Schwerpunkt auf Atemübungen. Sie erlernen diese unter fachkundiger Anleitung Schritt für Schritt.

Bitte mitbringen: Handtuch, Socken, Yogamatte

B.30101RO ab 07.09., 18.30-20.00 Uhr, 10x Mo.

Rodalben, Mozartschule, Musiksaal
(Seiteneingang Mozartstraße)
Thomas Luckenbach | 65,00 €

Anmeldung bei der vhs Rodalben,
06331 234-102 bzw.
isabelle.stephan@rodalben.de

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 Unterrichtsstunde 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 können. Sie fördert die Regeneration und schenkt innere Ruhe, um dem Stress im Alltag leichter zu begegnen.

Ein Hauptaugenmerk dieses Kurses liegt auf dem Erlernen von Übungen zur Förderung der Körperwahrnehmung sowie von Techniken, die Konzentration und innere Ausgeglichenheit unterstützen können.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yogamatte, Yogablock, leichte Decke, Kissen

B.30101TH ab 09.09., 18.15-19.15 Uhr, 12x Mi.

B.30103TH ab 11.09., 18.15-19.15 Uhr, 12x Fr.

Saalstadt, Festhalle | Kirsten Ludes | 53,00 €

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

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 Atemübungen gelegt. Eine Entspannungssequenz rundet den Kurs ab.

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

B.30115HE ab 28.09., 17.30-19.00 Uhr, 8x Mo.

Hermersberg, Rathaus, Dachgeschoss
Daniela Schnöder | 60,00 €

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

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.

Ein Hauptaugenmerk in diesem Kurs liegt auf Übungen für den Rücken.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yogamatte, Yogablock, leichte Decke, Kissen

B.30104TH ab 09.09., 17.00-18.00 Uhr, 12x Mi.

Saalstadt, Festhalle | Kirsten Ludes | 53,00 €

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

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



Wir sind
immer auf der Suche
nach Dozent*innen, bewerben
Sie sich gerne bei uns unter

**info@kvhs-swp.de oder
unter 06331 809-336**

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 Übungen für die Faszien gelegt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yogamatte, Yogablock, leichte Decke, Kissen

B.30102TH ab 11.09., 17.00-18.00 Uhr, 12x Fr.

Saalstadt, Festhalle | Kirsten Ludes | 53,00 €

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

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.

Ein Hauptaugenmerk wird in diesem Kurs auf Übungen für den Beckenboden gelegt.

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

B.30122TH ab 03.09., 19.30-20.45 Uhr, 8x Do.

Thaleischweiler-Fröschen, Grundschule, Turnhalle
Susanne Müller | 48,00 €

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

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, 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 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 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 Rücken gelegt.

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

B.30121HE ab 28.09., 19.15-20.45 Uhr, 8x Mo.

Hermersberg, Rathaus, Dachgeschoss
Daniela Schnöder | 60,00 €

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



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 Entspannungssequenz rundet den Kurs ab. In diesem Kurs wird ein Schwerpunkt auf Übungen für den Beckenboden gelegt.

Bitte mitbringen: Eigene Yogamatte

B.30101HE ab 08.09., 17.55-19.00 Uhr, 9x Di.

B.30103HE ab 08.09., 19.15-20.20 Uhr, 9x Di.

Hermersberg, Rathaus, Dachgeschoss
Tanja Weis | 47,00 €

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

Qi Gong

NEU Wirbelsäulen-Qi Gong

Beim Wirbelsäulen-Qi Gong verbinden sich aus dem Yoga entwickelte Bewegungsformen mit Elementen der klassischen Wirbelsäulengymnastik sowie ruhigen, fließenden Sequenzen aus dem Qi Gong. Im Mittelpunkt stehen achtsame Bewegungen, eine bewusste Atmung und die Wahrnehmung des eigenen Körpers. Die gezielten Übungen können dazu beitragen, die Beweglichkeit zu verbessern, die Muskulatur sanft zu kräftigen und das allgemeine Wohlbefinden zu unterstützen, sowohl auf körperlicher als auch auf geistiger Ebene. Gleichzeitig eröffnen die Techniken, die Sie unter fachkundiger Anleitung erlernen, Möglichkeiten, Verspannungen vorzubeugen und die Körperhaltung bewusster wahrzunehmen.

Das Angebot eignet sich sowohl als weiterführende Maßnahme im Anschluss an einen Reha-Aufenthalt als auch als präventive Einheit, die

dazu beitragen kann, das gesamte Muskel-Skelett-System zu stärken.

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

B.30141DA ab 01.09., 09.15-10.30 Uhr, 4x Di.

Dahn, vhs-Zentrum
Manuela Schwarz-Thomas | 21,00 €

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

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 unterstützen, Ruhe und Entspannung in sich selbst zu finden und Sehnen und Bänder zu kräftigen.

Das Hauptaugenmerk wird in diesem Kurs auf Körperwahrnehmung und Achtsamkeit gelegt.

Der Kurs ist für jedes Alter und auch für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse geeignet.

Bitte mitbringen: Dicke Socken oder weiche Gymnastikschuhe

B.30142HA ab 03.09., 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

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 Teilneh-



menden erlernen diese unter fachkundiger Anleitung Schritt für Schritt.

In diesem Kurs wird ein Schwerpunkt auf Balance und Stabilität gelegt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Sportschuhe

B.30141GS ab 23.09., 16.15-17.45 Uhr, 8x Mi.

Münchweiler, Bürgerhaus

Heike Bischoff | 75,00 €

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

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. In diesem Kurs wird ein Schwerpunkt auf Balance und Stabilität gelegt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Sportschuhe

B.30141HE ab 24.09., 16.30-17.45 Uhr, 8x Do.

B.30142HE ab 24.09., 18.00-19.15 Uhr, 8x Do.

Hermersberg, Rathaus, Dachgeschoss

Heike Bischoff | 44,00 €

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

NEU Wirbelsäulen-Qi Gong

Beim Wirbelsäulen-Qi Gong verbinden sich aus dem Yoga entwickelte Bewegungsformen mit Elementen der klassischen Wirbelsäulengymnastik sowie ruhigen, fließenden Sequenzen aus dem Qi Gong. Im Mittelpunkt stehen achtsame Bewegungen, eine bewusste Atmung und

Sie finden uns
auch auf **Facebook**:
Kreisvolkshochschule
Südwestpfalz

und auf **Instagram**:
kvhsuedwestpfalz

die Wahrnehmung des eigenen Körpers. Die gezielten Übungen können dazu beitragen, die Beweglichkeit zu verbessern, die Muskulatur sanft zu kräftigen und das allgemeine Wohlbefinden zu unterstützen – sowohl auf körperlicher als auch auf geistiger Ebene. Gleichzeitig eröffnen die Techniken, die Sie unter fachkundiger Anleitung erlernen, Möglichkeiten, Verspannungen vorzubeugen und die Körperhaltung bewusster wahrzunehmen. In diesem Kurs wird ein Schwerpunkt auf die Atmung gelegt. Das Angebot eignet sich sowohl als weiterführende Maßnahme im Anschluss an einen Reha-Aufenthalt als auch als präventive Einheit, die dazu beitragen kann, das gesamte Muskel-Skelett-System zu stärken.

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

B.30142DA ab 19.10., 09.15-10.30 Uhr, 6x Mo.

Dahn, vhs-Zentrum

Manuela Schwarz-Thomas | 32,00 €

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

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 in sich selbst zu finden und Sehnen



und Bänder zu kräftigen.

Das Hauptaugenmerk dieses Kurses wird auf Koordination und Gleichgewicht gelegt. Der Kurs ist für jedes Alter und auch für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse geeignet.

Bitte mitbringen: Dicke Socken oder weiche Gymnastikschuhe

B.30143HA ab 12.11., 18.30-19.30 Uhr, 5x Do.

Hauenstein, Bürgerhaus,
Multifunktionsraum, 1.OG
Birgit Weinberger | 28,00 €

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

NEU Qi Gong für Fortgeschrittene

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 den Umgang mit Polaritäten, wie z.B. Bewegung und Ruhe/Anspannung und Entspannung gelegt.

Der Kurs ist für fortgeschrittene Teilnehmende jeden Alters geeignet.

Bitte mitbringen: Dicke Socken oder weiche Gymnastikschuhe

B.30145HA ab 03.09., 10.00-11.00 Uhr, 10x Do.

Hauenstein, Bürgerhaus,
Multifunktionsraum, 1.OG
Birgit Weinberger | 55,00 €

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

NEU Qi Gong für Fortgeschrittene

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 Haltung und Körperbewusstsein gelegt.

Der Kurs ist für fortgeschrittene Teilnehmende jeden Alters geeignet.

Bitte mitbringen: Dicke Socken oder weiche Gymnastikschuhe

B.30146HA ab 12.11., 10.00-11.00 Uhr, 5x Do.

Hauenstein, Bürgerhaus,
Multifunktionsraum, 1.OG
Birgit Weinberger | 28,00 €

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



NEU Tai Chi Qi Gong

„Weich wie Wasser, stark wie ein Holzfäller und geschmeidig wie ein Kind“ – so beschreibt ein chinesisches Sprichwort die Wirkung einer beharrlichen Tai Chi Qi Gong-Praxis. Das Wasserprinzip steht dabei sinnbildlich für die fließenden, acht-samen Bewegungen dieser Form der Meditation in Bewegung. Im Kurs lernen Sie grundlegende Übungen und Bewegungsabläufe des Tai Chi Qi Gongs kennen und üben diese unter fachkundiger Anleitung ein. Dabei können Körperwahrneh-



mung, Beweglichkeit und Koordination gefördert sowie die Stütz- und Haltermuskulatur aktiviert werden. Gleichzeitig können die fließenden Bewegungen und die bewusste Atmung zu Entspannung und innerer Ruhe beitragen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Sportschuhe

B.30151GS ab 23.09., 18.00-19.30 Uhr, 8x Mi.

Münchweiler, Bürgerhaus
Heike Bischoff | 75,00 €

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

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

Bitte mitbringen: Bequeme Sportsachen, Sportschuhe

B.30211LE ab 01.09., 19.00-20.00 Uhr, 5x Di.

Lemberg, Grundschule, Turnhalle
Gabriele Phillips | 21,00 €

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 Redondball können Beweglichkeit und Kraft fördern. Im Kurs lernen Sie unter fachkundiger Anleitung Techniken kennen, die der Verbesserung der Beweglichkeit und der allgemeinen körperlichen Fitness im Alltag dienen können. Dehnübungen runden das Programm ab. Ein Schwerpunkt des Kurses liegt auf Übungen zur Förderung der Koordination.

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

B.30211TR ab 02.09., 18.00-19.00 Uhr, 12x Mi.

Trulben, Trualbhalle | Gerdi Lenker | 34,00 €

Anmeldung bei der vhs Trulben,
re.goeller@freenet.de bzw. 06335 1646

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 stehen auf dem Programm. Die Teilnehmerinnen haben die Möglichkeit, Musik ihrer Wahl zum Kurs mitzubringen. Der Schwerpunkt in diesem Kurs liegt auf Übungen und Techniken zur Förderung der Körperwahrnehmung.

Bitte mitbringen: Bequeme Sportsachen, Sportschuhe

B.30212LE ab 20.10., 19.00-20.00 Uhr, 8x Di.

Lemberg, Grundschule, Turnhalle
Gabriele Phillips | 33,00 €

Anmeldung bei der vhs Lemberg,
r.knoth@lksuedwestpfalz.de bzw. 06331 809-335



Wirbelsäulengymnastik | Rückenschule

Wirbelsäulengymnastik

Die Kursleitung vermittelt gezielte Dehn-, Kräftigungs- und Entspannungsübungen, welche Rücken- und Bauchmuskulatur stärken können. 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 der Rumpfmuskulatur gelegt.

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

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

B.30265HA ab 01.09., 08.30-09.30 Uhr, 13x Di.

B.30266HA ab 01.09., 09.30-10.30 Uhr, 13x Di.

Hauenstein, TVH-Halle | Petra Memmer | 46,00 €

B.30263HA ab 03.09., 18.00-19.00 Uhr, 13x Do.

B.30264HA ab 03.09., 19.00-20.00 Uhr, 13x Do.

Hauenstein, Grundschule, Saal der Kultur
Petra Memmer | 46,00 €

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 liegt auf Übungen zur Verbesserung der Körperhaltung.

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

B.30233TR ab 02.09., 19.15-20.15 Uhr, 12x Mi.

Trulben, Dorfgemeinschaftshaus Hochstellerhof
Gerdi Lenker | 34,00 €

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 Verbesserung der Koordination gelegt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yoga- oder Isomatte

B.30231TH ab 31.08., 18.30-19.30 Uhr, 13x Mo.

B.30232TH ab 31.08., 19.30-20.30 Uhr, 13x Mo.

Maßweiler, Grundschule, Turnhalle
Sabine Rothhaar | 59,00 €

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



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

B.30251RO ab 10.09., 18.30-19.30 Uhr, 10x Do.

Rodalben, Mozartschule, Halle
Larissa Demberger | 46,00 €

Anmeldung bei der vhs Rodalben,
06331 234-102 bzw.
isabelle.stephan@rodalben.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.

B.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

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. Stärken Sie Ihre Gesundheit nachhaltig unter fachkundiger Anleitung! 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.

B.30271GS ab 07.09., 18.00-19.00 Uhr, 10x Mo.

B.30272GS ab 07.09., 19.00-20.00 Uhr, 10x Mo.

Dahn, Felsland Badeparadies | Christine Gäckler
56,00 €, zzgl. Eintritt Schwimmbad

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

Entspannung | Stress- bewältigung | Meditation

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

In 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

B.30163RO ab 31.08., 19.00-21.00 Uhr, 6x Mo.
72,00 €

B.30168RO ab 02.11., 19.00-21.00 Uhr, 7x Mo.
84,00 €

Clausen, Praxis für Atemtherapie | Klaus Eitel

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

NEU Atemkurs: Techniken für mehr Energie & tiefe Entspannung

In unserem hektischen Alltag gerät bewusstes Atmen oft in den Hintergrund. Dabei kann der Atem gezielt genutzt werden, um innere Ruhe zu fördern und neue Energie zu aktivieren. Dieser dreiteilige Atemkurs lädt Sie dazu ein, Ihren Atem neu wahrzunehmen und verschiedene Atemtechniken kennenzulernen, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen.

Im Mittelpunkt des Kurses steht die Vermittlung praktischer Techniken für gesundes und bewusstes Atmen. Sie erlernen Übungen, die dabei unterstützen können, den Atem bewusster einzusetzen, Momente der Entspannung zu fördern und den Umgang mit Stress achtsamer zu gestalten. Die Atemübungen werden in einer ruhigen und unterstützenden Atmosphäre angeleitet und sind einfach umsetzbar – auch ohne Vorkenntnisse.

Der Kurs richtet sich an alle, die Atemtechniken für mehr Gelassenheit, bewusste Entspannung und einen achtsameren Umgang mit sich selbst kennenlernen möchten. Neben den praktischen Übungen bietet der Kurs Raum, sich Zeit für sich selbst zu nehmen und die Wirkung bewusster Atmung im eigenen Alltag zu entdecken.

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

B.30191HE ab 31.08., 17.30-19.00 Uhr, 3x Mo.

Hermersberg, Rathaus, Dachgeschoss
Daniela Schnöder | 23,00 €

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

Hier können Sie
sich direkt für unsere
Kurse anmelden:

www.kvhs-swp.de

Resilienz – Methoden, um zu innerer Stärke zu finden

In 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

B.30161RO ab 01.09., 19.00-21.00 Uhr, 5x Di.
60,00 €

B.30166RO ab 03.11., 19.00-21.00 Uhr, 7x Di.
84,00 €

Clausen, Praxis für Atemtherapie | Klaus Eitel

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

Achtsames Atmen, Entspannen, Regenerieren – Methoden, um zur eigenen Mitte zurückzufinden

In 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, Sitzkissen

B.30164RO ab 03.09., 19.00-21.00 Uhr, 6x Do.
72,00 €

B.30169RO ab 05.11., 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

In 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, Sitzkissen

B.30162RO 19.09., 10.00-12.00 Uhr, 1x Sa.

B.30167RO 21.11., 16.30-18.00 Uhr, 1x Sa.

Clausen, Praxis für Atemtherapie | Klaus Eitel

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

NEU Sterne funkeln – Momente der Resilienz in der Vorweihnachtszeit

Die Vorweihnachtszeit bietet uns die Gelegenheit, die letzten Wochen des Jahres bewusst und friedvoll zu gestalten. Doch wie gelingt uns dies inmitten von Hektik und Alltagsroutine?

In diesem Workshop lernen Sie Methoden kennen, mit denen wir zur Ruhe kommen können und versuchen, dem inneren Frieden etwas näher zu kommen. Wir betrachten das große Bild der Adventszeit mit all ihren Facetten, wir lernen Möglichkeiten kennen, unsere eigenen Inseln der Stille zu gestalten, werden kreativ und tauchen ein in den Zauber der Vorweihnachtszeit.

B.10623GS 21.11., 10.00-14.30 Uhr, 1x Sa.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus

Marion Bischoff | 29,00 €

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

Essen und Trinken | Ernährung

NEU Kochkurs: Griechische Küche

Sonne, Gastfreundschaft und frische Zutaten – die griechische Küche steht für mediterranes Lebensgefühl und eine gesunde Ernährungsweise.

In diesem Kochkurs lernen die Teilnehmenden typische Zutaten und traditionelle Zubereitungsmethoden kennen und erfahren, wie sich ausgewogene, nährstoffreiche Gerichte einfach im Alltag umsetzen lassen. Gemeinsam werden authentische griechische Speisen zubereitet und die Grundlagen der mediterranen Küche praxisnah vermittelt.

Freuen Sie sich auf einen genussvollen Abend voller kulinarischer Entdeckungen und praktischer Anregungen!

Bitte mitbringen: Eigenes Getränk sowie Behälter, um Reste mit nach Hause nehmen zu können

B.30511GS 08.09., 18.00-21.00 Uhr, 1x Di.

Rodalben, BBS, Lehrküche | Anke Vogel
16,00 €, eine Lebensmittellage von 16,00 € ist zusätzlich am Kurstag in bar bei der Kursleitung zu erstatten.

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

Gesundheitsvorträge

NEU Klima und Gesundheit – Wie der Klimawandel unseren Körper beeinflusst

In Kooperation mit dem Gesundheitsamt des Landkreises Südwestpfalz

Der Klimawandel macht sich auch im Landkreis zunehmend bemerkbar. Steigende Temperaturen und häufigere Hitzeperioden wirken sich direkt auf unsere Gesundheit aus. Der Vortrag beleuchtet die regionalen klimatischen Veränderungen, erklärt die körperlichen Reaktionen auf Hitze – von physiologischen Anpassungsprozessen bis zu Auswirkungen auf das Herz-Kreislauf-System – und zeigt praxisnahe Maßnahmen der Verhaltensprävention. Ziel ist es, wissenschaftliche Zusammenhänge verständlich zu vermitteln und Anregungen für einen gesunden Umgang mit Hitze im Alltag zu geben.

B.30311GS 31.08., 18.00-19.30 Uhr, 1x Mo.



Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Isabelle Kost | kostenfrei
Anmeldung bei der Geschäftsstelle,
info@kvhs-swp.de bzw. 06331 809-336

NEU Geistig fit bleiben – Demenz vorbeugen

Impulse aus dem Gedächtnistraining

In Kooperation mit der Leitstelle „Älter werden“
des Landkreises Südwestpfalz und der Alzheimer-Gesellschaft Rheinland-Pfalz

Geistige Fitness lässt sich bis ins hohe Alter fördern. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie Sie mit einfachen Maßnahmen Ihr persönliches Demenzrisiko senken und Ihre geistige Leistungsfähigkeit stärken können. Wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen, dass ein gesunder Lebensstil einen wichtigen Beitrag zur Vorbeugung leisten kann. Dazu gehören regelmäßige Bewegung, ausgewogene Ernährung, geistige Anregung, soziale Kontakte sowie eine gesundheitsbewusste Lebensführung.

Der Kurs vermittelt verständlich und praxisnah die wichtigsten Schutzfaktoren für ein gesundes Gehirn. Sie erhalten alltagstaugliche Tipps, lernen „10 Maßnahmen zur Demenzprävention“ kennen und entwickeln Anregungen, wie Sie diese dauerhaft in Ihren Alltag integrieren können.

Ein besonderer Schwerpunkt des Kurses liegt auf dem Kennenlernen und Ausprobieren verschiedener Methoden des Gedächtnistrainings. Sie erlernen Übungen, die Ihre geistige Aktivität im Alltag unterstützen können, und erhalten Anregungen, wie Sie Ihr Gedächtnis regelmäßig und abwechslungsreich trainieren können.

Die Veranstaltung richtet sich an alle, die ihre geistige Fitness stärken, ihr Wissen über Demenzprävention erweitern und aktiv etwas für ihre Gesundheit tun möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

B.30321GS 16.11., 17.00-19.00 Uhr, 1x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Karina Frisch | kostenfrei

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

Vortrag: Was gibt es Neues in der Pflegeversicherung?

In Kooperation mit dem Pflegestützpunkt Südwestpfalz 2 und der Leitstelle „Älter werden“
des Landkreises Südwestpfalz

Wer pflegebedürftig wird oder Angehörige bei der Pflege unterstützt, steht häufig vor vielen Fragen. Die Pflegeberaterin des Pflegestützpunkts Südwestpfalz 2, Petra Kumschlies, vermittelt im Rahmen dieses Vortrags einen verständlichen Überblick über die Leistungen der gesetzlichen Pflegeversicherung und informiert über die aktuellen Regelungen.

Die Veranstaltung richtet sich an Pflegebedürftige, pflegende Angehörige sowie alle Interessierten, die sich frühzeitig über die Möglichkeiten der Pflegeversicherung informieren möchten.

B.10331GS 12.11., 18.00-19.30 Uhr, 1x Do.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Petra Kumschlies | kostenfrei

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

Wir sind
immer auf der Suche
nach Dozent*innen, bewerben
Sie sich gerne bei uns unter

**info@kvhs-swp.de oder
unter 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:
A1	...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.
A2	...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.
B1	...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.
B2	...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:
C1	...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.
C2	...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 A2 am Vormittag (mit Grundkenntnissen) – Kursabschnitt 13

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 von Informationen 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.

B.406213GS ab 31.08., 9.30-11.00 Uhr, 12x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR1
Petra Gensheimer

78,00 € ab 8 Teilnehmenden

81,00 € bei 7 Teilnehmenden

94,00 € bei 6 Teilnehmenden

113,00 € bei 5 Teilnehmenden

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

Englisch B1- Konversationskurs am Vormittag (mit guten Kenntnissen) – Kursabschnitt 4

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 Festigung der Grammatik.

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

B.40634GS ab 07.09., 9.30-11.00 Uhr, 10x Mo.

Hermersberg, Rathaus, Ratssaal
Loretta Hüther

65,00 € ab 8 Teilnehmenden

73,00 € bei 7 Teilnehmenden

85,00 € bei 6 Teilnehmenden

102,00 € 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





Englisch B1 am Vormittag (mit guten Kenntnissen) – Kursabschnitt 8

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

B.40638GS ab 14.09., 9.30-11.00 Uhr, 8x Mo.

Rieschweiler-Mühlbach, Dorfgemeinschaftshaus
Hildegard Fremgen

52,00 € ab 8 Teilnehmenden

52,00 € bei 7 Teilnehmenden

57,00 € bei 6 Teilnehmenden

69,00 € bei 5 Teilnehmenden

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

Englisch kompakt A2-B1- Wochenseminar

Sollten Sie bereits Grundkenntnisse in der englischen Sprache haben, deren Erwerb schon längere Zeit zurück liegt, können Sie diesen Intensivkurs zur Wiederauffrischung 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 Übungen, einfache Übersetzungen. Auch die schriftliche Ausdrucksfähigkeit soll weiter ausgebaut werden.

Es handelt sich bei diesem Kurs um eine nach dem Landesbildungszeitgesetz Rheinland-

Pfalz anerkannte Bildungszeit-Maßnahme.

B.40681GS 16.09. - 22.09.,
jeweils 9.00-16.00 Uhr, 5x Mi.-Di.

B.40682GS 11.11.-17.11.,
jeweils 9.00-16.00 Uhr, 5x Mi.-Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR1
Loretta Hüther

188,00 € ab 6 Teilnehmenden

217,00 € bei 5 Teilnehmenden

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

Mehr zur Bildungszeit erfahren Sie im Fachbereich Beruf unter „Bildungszeit“ (S. 68)

Französisch

Französisch A1 (ohne Vorkenntnisse)

Dieser Kurs ist für Teilnehmer*innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen geeignet, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre 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.

B.40811GS ab 16.09., 16.45-18.15 Uhr, 11x Mi.

Dahn, vhs-Zentrum, R5
Gabriele Ruppert | 72,00 €

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





Französisch A1 (ohne Vorkenntnisse)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen, die erste Grundlagen der französischen Sprache erlernen möchten. Sie erwerben Schritt für Schritt grundlegende Sprachkenntnisse und lernen, sich in einfachen Alltagssituationen auf Französisch auszudrücken. Dabei steht das aktive Anwenden der Sprache in Form von mündlicher Kommunikation im Vordergrund.

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

B.40812GS ab 22.09., 18.15-19.45 Uhr, 10x Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR1
Julie Mertens

59,00 € ab 8 Teilnehmenden

62,00 € bei 7 Teilnehmenden

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

Französisch A2 (mit Grundkenntnissen) – Kursabschnitt 3

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen, 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.

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

B.40823GS ab 07.09., 18.15-19.45 Uhr, 12x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR1 | Julie Mertens

70,00 € ab 8 Teilnehmenden
75,00 € bei 7 Teilnehmenden
87,00 € bei 6 Teilnehmenden
105,00 € bei 5 Teilnehmenden

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

Entdecken Sie auch das
Kursangebot der deutsch-
französischen Volkshochschule

up PAMINA vhs:

www.up-pamina-vhs.org

Französisch A2 (mit Grundkenntnissen) – Kursabschnitt 6

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits über gute Grundkenntnisse der französischen Sprache verfügen.

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

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

B.40826GS ab 16.09., 18.30-20.00 Uhr, 11x Mi.

Dahn, vhs-Zentrum, R5
Gabriele Ruppert

72,00 € ab 8 Teilnehmenden
72,00 € bei 7 Teilnehmenden
84,00 € bei 6 Teilnehmenden
101,00 € bei 5 Teilnehmenden

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



Italienisch

Italienisch im Café A1 (mit geringen Vorkenntnissen) – Kursabschnitt 8

„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.

B.40918GS ab 02.09., 8.00-9.30 Uhr, 11x Mi.

Dahn, Café Zürn | Petra Gensheimer

72,00 € ab 8 Teilnehmenden

86,00 € bei 7 Teilnehmenden

101,00 € bei 6 Teilnehmenden

121,00 € bei 5 Teilnehmenden

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

Italienisch im Café am Vormittag A1 (mit geringen Vorkenntnissen) – Kursabschnitt 4

„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.

B.40914GS ab 04.09., 10.30-12.00 Uhr, 10x Fr.

Waldfishbach-Burgalben, Café „Lisas Erdbeerbärmche“ | Petra Gensheimer

65,00 € ab 8 Teilnehmenden

71,00 € bei 7 Teilnehmenden

83,00 € bei 6 Teilnehmenden

99,00 € bei 5 Teilnehmenden

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

Italienisch B1 (mit guten Kenntnissen) – Kursabschnitt 9

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 Textfor-





men sowie Festigung der Grammatik.

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

B.40939GS ab 02.09., 17.30-19.00 Uhr, 11x Mi.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR1
Petra Gensheimer

72,00 € ab 8 Teilnehmenden

74,00 € bei 7 Teilnehmenden

87,00 € bei 6 Teilnehmenden

104,00 € bei 5 Teilnehmenden

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

Wir sind
immer auf der Suche
nach Dozent*innen, bewerben
Sie sich gerne bei uns unter

info@kvhs-swp.de oder
unter 06331 809-336

Sprachwissenschaft

NEU Gemeinsames und Kurioses unter
den Sprachen Europas

(vhs.wissen live)

Wir machen uns auf eine Rundreise durch die Eurolinguistik, jene Wissenschaft, die nach den Gemeinsamkeiten unter den Sprachen Europas sucht.

Wir durchstreifen die Gebiete Wortschatz, Grammatik, Aussprache, Schreibung und Kommunikationsgepflogenheiten.

Wie drückt sich die europäische Sichtweise im Wortschatz aus? Aus welchen Sprachen haben die Europäer gerne Wörter übernommen?

Welche typischen Grammatik-, Aussprache- und Schreibkonventionen gibt es? Welche Gepflogenheiten gibt es beim Austausch miteinander?

Und: auf welche Kuriositäten stoßen wir?

Prof. Dr. Joachim Grzega ist einer der führenden Eurolinguisten.

Er leitet an der vhs Donauwörth den Projektbereich "Innovative Europäische Sprachlehre (InES)" und lehrt an der Universität Eichstätt.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.40001GS 04.11., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mi.

online | Prof. Dr. Joachim Grzega | kostenfrei

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 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 Sprachunterricht besuchen die Teilnehmenden des Integrationskurses den Orientierungskurs. Dieser vermittelt ausländischen Bürger*innen über den Spracherwerb hinaus Wissenswerte 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 Rodalben 48

bereits im Februar 2026 begonnen
Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR2

Modul 4

B4041484IK ab 13.08., 09.00-13.00 Uhr, 20x

Modul 5

B4041485IK ab 17.09., 09.00-13.00 Uhr, 20x

Modul 6

B4041486IK ab 06.11., 09.00-13.00 Uhr, 20x

Prüfung

Deutsch-Test für Zuwanderer A2-B1

B4044488IK 05.12., 09.00-16.00 Uhr, 1x Sa.
150,00 € (für Teilnehmer*innen ohne BAMF-Förderung)

Orientierungskurs

B4041487IK ab 07.12., 09.00-13.00 Uhr, 20x



Anmeldung
und Beratung bei
Frau Rossard,

f.rossard@lksuedwestpfalz.
de bzw.
06331 809-334

Integrationskurs Dahn 50

Dahn, vhs-Zentrum, R5

Modul 1

B4041501IK ab 19.10., 09.00-13.00 Uhr, 20x

Modul 2

B4041502IK ab 23.11., 09.00-13.00 Uhr, 20x

Weitere Module ab Januar 2027

Integrationskurse für Zweitschriftlernende

Der 1.000 Unterrichtseinheiten umfassende Integrationskurs für Zweitschriftlernende (Zweitschriftlernerkurs) richtet sich an Migrant*innen, die den Schrifterwerb 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 Deutschkenntnis-



se 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 Wissenswertes 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 49

Dahn, vhs-Zentrum, R3

Basiskurs 1

B4041491IK ab 28.09., 09.00-13.00 Uhr, 20 x

Basiskurs 2

B4041492IK ab 16.11., 09.00-13.00 Uhr, 20 x

Weitere Module ab Januar 2027

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.40480GS 21.08., 14.00-15.00 Uhr, 1x Fr.

B.40481GS 02.10., 14.00-15.00 Uhr, 1x Fr.

B.40482GS 20.11., 14.00-15.00 Uhr, 1x Fr.

B.40483GS 11.12., 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 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
bzw. 06331 809-359

oder

Hildegard Fremgen,
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 Informationen:

Melanie Woll
(Sozialpädagogische Fachkraft)
06331 809-577 bzw.
m.woll@lksuedwestpfalz.de

Weitere Beratung und Betreuung:

Brigitte Leyenberger-Schiel
(Flüchtlingsscout)
06331 809-734 bzw.
b.leyenberger-schiel@lksuedwestpfalz.de

Fusun Sevilir
(Begleitende Hauswirtschaftskraft)
06331 809-747 bzw.
f.sevilir@lksuedwestpfalz.de





Lernportal

Deutsch lernen: 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.

Bildungszeit

Beschäftigte in Rheinland-Pfalz haben nach dem Landesbildungszeitgesetz (LBZG) einen Anspruch auf Freistellung von der Arbeit für Zwecke der Weiterbildung unter Fortzahlung des Arbeitsentgelts durch die Arbeitgeber*in (Bildungszeit). Bei der Weiterbildungsmaßnahme muss es sich um eine nach dem LBZG anerkannte Veranstaltung handeln.

Weitere Informationen erhalten Sie auf der Homepage des Landesamts für Soziales, Jugend und Versorgung Rheinland-Pfalz.

Englisch kompakt A2-B1 – Wochenseminar

Sie verfügen bereits über Grundkenntnisse in Englisch, haben diese aber längere Zeit nicht mehr angewendet? Dann bietet Ihnen dieser Intensivkurs die Möglichkeit, Ihre Kenntnisse gezielt aufzufrischen.

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 Übungen, einfache Übersetzungen. Auch die schriftliche Ausdrucksfähigkeit soll weiter ausgebaut werden.

Es handelt sich bei diesem Kurs um eine nach dem Landesbildungszeitgesetz Rheinland-Pfalz anerkannte Weiterbildungsmaßnahme.

B.40681GS 16.09. - 22.09., jeweils 09.00-16.00 Uhr, 5x Mi.-Di.

B.40682GS 11.11.-17.11., jeweils 09.00-16.00 Uhr, 5x Mi.-Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR1
Loretta Hüther

188,00 € ab 6 Teilnehmenden
217,00 € bei 5 Teilnehmenden

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

Schlüsselkompetenzen

NEU Was steckt in mir? Die Stärken hinter Schwächen entdecken

Jeder Mensch besitzt individuelle Stärken, doch oft nehmen wir sie als selbstverständlich wahr und richten unseren Blick eher auf unsere Schwächen. Dabei verbirgt sich hinter vielen als Schwäche empfundenen Eigenschaften eine wertvolle Stärke. Häufig entscheidet erst der Blickwinkel oder der jeweilige Kontext darüber, wie wir eine Eigenschaft bewerten.

In diesem zweiteiligen Workshop entdecken Sie Ihre persönlichen Stärken aus einer neuen Perspektive. Sie lernen, eigene Eigenschaften bewusster wahrzunehmen, vermeintliche Schwächen neu einzuordnen und Ihre individuellen Ressourcen zu erkennen. Ob im Beruf, im Ehrenamt, in der Familie oder im privaten Alltag: Wenn Sie Ihre Stärken kennen und wertschätzen, können Sie selbstbewusster handeln, bewusstere Entscheidungen treffen und Herausforderungen mit mehr Gelassenheit begegnen.



Der Workshop verbindet fundierte Impulse mit Selbstreflexion, Austausch und praxisnahen Übungen. Ziel ist es, die eigenen Potenziale sichtbar zu machen, neue Perspektiven zu entwickeln und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten nachhaltig zu stärken.

Die zweiteilige Veranstaltung richtet sich an alle, die ihre persönlichen Stärken entdecken, ihre eigenen Potenziale besser verstehen und einen wertschätzenden Blick auf sich selbst entwickeln möchten, unabhängig von Alter, Beruf oder Lebenssituation.

Inhalte:

- Warum Stärken und Schwächen oft zwei Seiten derselben Medaille sind
- Die eigenen Stärken und Ressourcen erkennen
- Vermeintliche Schwächen neu betrachten und einordnen
- Den persönlichen Blick auf sich selbst verändern
- Ideen entwickeln, wie die eigenen Stärken im beruflichen und privaten Alltag bewusster eingesetzt werden können

Das Seminar steht unter dem Motto „Verstehen – Erleben – Anwenden“. Kurze theoretische Impulse wechseln sich mit Selbstreflexion, interaktiven Übungen und dem Austausch in der Gruppe ab. So entstehen Erkenntnisse, die sich direkt in den eigenen Alltag übertragen lassen.

B.10621GS ab 15.09. + 22.09., 18.30-20.00 Uhr, 2x Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR3
Sophie Schneiderhöhn-Petry | 18,00 €

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

Fortbildungsprogramm Kindertagesstätten

Alle Veranstaltungen werden in Kooperation mit der Fachberatung kommunale Kindertagesstätten des Landkreises Südwestpfalz angeboten. Auf unserer Homepage 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 oder per E-Mail an info@kvhs-swp.de an.

Qualifizierung Fachkraft Frühpädagogik mit Zertifizierung XIII

In 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.





Die Maßnahme umfasst 20 Fortbildungstage in 7 Modulen.

Modul 1 Haltung und Rolle der Erzieherin

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., 09.00-16.00 Uhr, 20x

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Gabriele Gebhardt, Katrin Wilken, Anja Bauer
1.260,00 €

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

Qualifizierung Praxisanleitung für Erzieher*innen

In 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 ver-

mittelt sie Wissen über die Kita und deren pädagogische Arbeit. Sie leitet Praktikant*innen in konkreten Praxissituationen an, fördert die Entwicklung zur Erzieherpersönlichkeit und beurteilt die Leistungen im Praktikum. Im Rahmen der Qualifizierung 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 Praktikanten 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 zweijährige Berufserfahrung verfügen.

B.10541EZ ab 26.08., 09.00-16.00 Uhr, 7x

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Hannes Leitheiser
504,00 €

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

Auf unserer Homepage
www.kvhs-swp.de
können Sie sich unter
Beruf → Fortbildungsprogramm
Kindertagesstätten direkt für
unsere Kurse anmelden.



Qualifizierung Praxisanleitung für Erzieher*innen – Auffrischungstag

In 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. Durch Veränderungen in der Erzieher*innenausbildung ergeben sich aktuell neue Fragestellungen. 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.

B.10544EZ 20.10., 09.00-16.00 Uhr, 1x Di.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Hannes Leitheiser
72,00 €

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

Kooperation mit Eltern

Im Rahmen dieses Seminars erfahren Kita-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, Tagespflge etc.)



B.10582GS 12.11., 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

Ergänzend zu unseren bewährten Qualifizierungsreihen und Fortbildungsangeboten im Bereich Kindertagesstätten möchten wir Sie bereits vorab auf zwei neue Veranstaltungen im Jahr 2027 aufmerksam machen.

NEU Vorschulpädagogik: Den Übergang vom Kita-Kind zum Schulkind zukunftsorientiert gestalten

Modulare Fortbildung für pädagogische Fachkräfte mit Arbeitsschwerpunkt im Vorschulbereich

In Kooperation mit der Fachberatung kommunale Kindertagesstätten des Landkreises Südwestpfalz und der Stadt Zweibrücken

Das Vorschuljahr stellt pädagogische Fachkräfte vor vielfältige Aufgaben und bietet zugleich zahlreiche Chancen, Kinder auf ihrem Weg in die Schule ganzheitlich zu begleiten. Die modulare Fortbildung greift aktuelle Anforderungen der Vorschulpädagogik auf und beschäftigt sich mit dem Ablauf des letzten Jahres in der KiTa sowie den damit verbundenen pädagogischen Herausforderungen.



Sie verbindet entwicklungspsychologische Grundlagen mit praxisnahen Methoden zur Gestaltung von Bildungsangeboten in den Bereichen Sprache, MINT sowie der sozial-emotionalen Kompetenzen. Darüber hinaus werden die Zusammenarbeit mit Eltern und Grundschulen, die Gestaltung gelingender Übergänge sowie die Reflexion und Weiterentwicklung der eigenen pädagogischen Praxis in den Blick genommen.

Im Mittelpunkt stehen eine zeitgemäße Gestaltung der Schulvorbereitung, die Begleitung des Übergangs vom Kita- zum Schulkind sowie praxisnahe Impulse für die tägliche Arbeit. Die Fortbildung geht dabei über klassische Schulvorbereitung hinaus und bietet Raum für fachlichen Austausch, Reflexion und die Weiterentwicklung der eigenen pädagogischen Praxis.

Zielgruppe: Pädagogische Fachkräfte, die im Bereich Vorschulpädagogik in Kindertageseinrichtungen tätig sind.

Jedes Modul umfasst zwei Seminartage à 8 Unterrichtseinheiten.

Modul 1: Die Schulanfänger- Voraussetzungen-Bedeutsamkeit

- Entwicklungspsychologische Grundlagen
 - Gleichgewicht und Motorik
 - Wahrnehmungsentwicklung
 - Sozial-emotionale Kompetenzen
- Kindliche Bildungs- und Lernprozesse im Vorschulalter und deren Bedeutsamkeit
 - Bildungsprozesse
 - Welterkundung
 - Kindliches Denken
- Entwicklungsverzögerungen bei Vorschulkindern samt möglicher Handlungs- und Fördermöglichkeiten

Modul 2: Kompetenzen erwerben in den Bildungsbereichen

- Sprache
 - Sprachförderung und Entwicklung von

Kommunikationsfähigkeiten

- MINT
 - Förderung von grundlegenden Kompetenzen und Interessen in diesem Bereich
- Planung und Durchführung altersgerechter Bildungsangebote:
 - Neue Methoden und Ideen, die Themen in der Praxis umzusetzen
 - Handouts

Modul 3: Kooperationen/ Erziehungspartnerschaften

- Zusammenarbeit mit der Grundschule
 - Lehrpläne
 - Kooperationsmodelle
- Erziehungspartnerschaft mit Eltern im Übergang
 - Elterninformationsabende
 - Professionelle Elterngespräche führen, auch bei schwierigen Übergängen

Modul 4: Reflexion der eigenen Praxis

- Pädagogische Konzeption in der Einrichtung
- Qualitätsentwicklung und Sicherung
- Beobachtung und Dokumentation
- Die Rolle der Fachkraft im System Kita
- Fallbeispiele

C.10530EZ ab 14.01.2027, 09.00-16.00 Uhr, 8x

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Gabriele Gebhardt, Bärbel Sender, Petra Funk-Chungu, Kristin Christ, Mandy Krieb
670,00 €

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





Die pädagogischen Fachtage für alle,
die mit Kindern arbeiten

04.03.-06.03.2027

*„Weil gute Pädagogik
gemeinsam entsteht.“*

Die pädagogischen Fachtage sind ein Gemeinschaftsprojekt von:

Wir bauen Brücken | Kommunales Studieninstitut Pirmasens
Volkshochschule Pirmasens | Kreisvolkshochschule Südwestpfalz

Ansprechpartnerin: Marion Bischoff

Details, Informationen und Anmeldungen unter
www.marionbischoff.de | info@marionbischoff.de





Donnerstag, 04.03.2027

09.30 - 12.00 Uhr | 39,00 €

Erziehungspartnerschaft neu gedacht
mit Angelika Kirm

13.30 - 16.00 Uhr | 39,00 €

Bildung braucht Beziehung
mit Andrea Dechent-Schmalenberger

17.00 - 19.00 Uhr | 35,00 €

Die Stimme der Fachkraft
mit Marliese Maurer-Hurth

*Im Seminarraum
der Jugendherberge Pirmasens*

Tagesticket: 105,00 €

3-Tage-Ticket: 250,00 €

Freitag, 05.03.2027

09.30 - 12.00 Uhr | 39,00 €

Demokratiebildung in der Kita
mit Anja Braekow

09.30 - 12.00 Uhr | 39,00 €

Klarheit statt Chaos bei ADHS
mit Achim Heigert

17.00 - 18.00 / 18.00 - 19.00 Uhr | 25,00 €

**Ein Abend zum Entspannen – Alltags-
taugliche Methoden für mehr Gelassenheit**
mit Simone Gebhard,
Seminarort: Salzgrotte Rodalben

*Im Seminarraum
der Jugendherberge Pirmasens*

Tagesticket: 105,00 €

3-Tage-Ticket: 250,00 €

Samstag, 06.03.2027

09.30 - 12.00 Uhr | 39,00 €

**Friedvoll kommunizieren mit Kindern
und Jugendlichen**
mit Marion Bischoff

13.00 - 16.00 Uhr | 20,00 €

**Ruhe finden in der Natur mit
Marion Bischoff**
mit Simone Gebhard,
Seminarort: Pfälzerwald

*Im Seminarraum
der Jugendherberge Pirmasens*

Tagesticket: 105,00 €

3-Tage-Ticket: 250,00 €





EDV-Grundlagen

Vortrag: Das Internet nutzen – einfach, praktisch, verständlich

In Kooperation mit der Leitstelle „Älter werden“ der Kreisverwaltung Südwestpfalz, dem Dozenten Bernd Strassel und DORFzeit Weselberg

Gemeinsam mit der Leitstelle „Älter werden“ unterstützt die Kreisvolkshochschule Südwestpfalz ältere Menschen dabei, sich sicher im digitalisierten Alltag zurechtzufinden. Der Vortrag richtet sich an Seniorinnen und Senioren aus der Südwestpfalz, die erste Einblicke in die digitale Welt gewinnen und die vielfältigen Möglichkeiten des Internets kennenlernen möchten.

Sie erfahren, wie digitale Angebote den Alltag erleichtern können – von der Informationssuche über die Kommunikation mit Familie und Freunden bis hin zu praktischen Online-Diensten.

Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit, an einem dreiteiligen Grundlagenkurs teilzunehmen und die erworbenen Kenntnisse praxisnah zu vertiefen.

B.50111GS 01.09., 09.00-11.00 Uhr, 1x Di.

Weselberg, Bürgerzentrum Pfarrheim
Bernd Strassel, Karina Frisch | kostenfrei

Anmeldung bei der Leitstelle „Älter werden“,
06331 809-333 bzw. bei der Geschäftsstelle,
06331 809-336

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 Einstiegerskurs 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 nimmt man erste Einstellungen vor 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 die Funktionen Ihres Geräts 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

B.50112GS ab 22.09., 09.00-11.15 Uhr, 3x Di.

Weselberg, Bürgerzentrum Pfarrheim
Bernd Strassel | 20,00 €

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



B.50114GS ab 22.10., 14.30-16.45 Uhr, 3x Do.

Ludwigswinkel, Daniel-Theysohn-Haus, Foyer,
Landgrafenstraße 44
Bernd Strassel | 20,00 €

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

Sie möchten digitale
Grundlagen erwerben und
haben Interesse an einem
Kurs bei Ihnen vor Ort bzw.
in Ihrer Nähe?

Sprechen Sie uns
gerne an!

NEU Smartphone und Laptop: ein effizientes Team

Für Teilnehmende mit Grundkenntnissen

In diesem Kurs lernen Sie, wie Smartphone und Laptop sinnvoll zusammenspielen und sich im Alltag optimal ergänzen können. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Grundkenntnissen, die ihr Smartphone und ihren Laptop bereits nutzen und beide Geräte künftig noch besser miteinander verbinden möchten.

Anhand praktischer Beispiele erfahren Sie, welche Aufgaben sich auf dem Smartphone besonders gut erledigen lassen und wann der Laptop Vorteile bietet. Sie lernen unter anderem, wie Notizen oder Dokumente geräteübergreifend weiterbearbeitet werden können, wie sich Wanderungen, Fahrradtouren oder Autofahrten am Laptop komfortabel planen und auf das Smartphone übertragen lassen oder wie Dateien und Informationen sicher zwischen beiden Geräten ausgetauscht werden.

Der Kurs ist anschaulich aufgebaut, bietet die Möglichkeit, alle Schritte direkt an den eigenen Geräten auszuprobieren, und richtet sich an alle, die Smartphone und Laptop im Alltag effizienter und sicherer nutzen möchten.

Bitte mitbringen: Eigenes Smartphone bzw. Tablet und – sofern vorhanden – einen Laptop. Bei Bedarf können Laptops vor Ort ausgeliehen werden.

B.50115GS ab 22.09., 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

Herbstwind: Wie erstelle und betreue ich ein Online-Portal?

Für Teilnehmende mit Grundkenntnissen

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 Landkreis Südwestpfalz von Senior*innen für Senior*innen. Das damit verbundene Online-Portal 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

Gerne konzipieren
wir auch gezielte
EDV-Schulungen für Sie.

Wir freuen uns über Ihre
Kontaktaufnahme!



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 liegt ein Schwerpunkt darauf, wie sich Künstliche Intelligenz zur Erstellung und Bearbeitung redaktioneller Texte einsetzen lässt.

Interessierte können jederzeit einsteigen.

„Herbstwind“ wird durch den Landkreis Südwestpfalz gefördert und inhaltlich durch die Leitstelle „Älter werden“ unterstützt, die Teilnahme ist kostenlos. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

B.50001GS ab 21.08., 13.00-16.00 Uhr, 5x Fr.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, Saal
Bernd Strassel, Karina Frisch | kostenfrei

Anmeldung bei der Geschäftsstelle,
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?
- und viele mehr...

Künstliche Intelligenz

NEU Künstliche Intelligenz und Bildung – Lernen mit und lernen trotz KI

(vhs.wissen live)

Künstliche Intelligenz wird zunehmend Teil von Alltag, Arbeitswelt und Schule. KI kann uns bei komplexen Aufgaben unterstützen, von Routinetätigkeiten entlasten und Lernprozesse gezielt begleiten. Gleichzeitig birgt eine Über-

delegation kognitiver Aufgaben an KI das Risiko, dass wesentliche Kompetenzen verloren gehen oder gar nicht erst erworben werden.

Der Vortrag zeigt auf, wie KI-Systeme und deren Nutzung gestaltet werden können, um Kompetenzverlust entgegenzuwirken.

Prof. Dr. Ute Schmid ist Mitglied im Direktorium und im geschäftsleitenden Ausschuss des Bayerischen Forschungsinstituts für Digitale Transformation. Sie ist Professorin für Kognitive Systeme an der Universität Bamberg und lehrt und forscht seit vielen Jahren im Bereich Künstliche Intelligenz mit Fokus auf menschenähnliches maschinelles Lernen und Methoden für interaktives und erklärendes Lernen. Zudem ist sie Mitglied im Bayerischen KI-Rat und EurAI Fellow.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Bayerischen Forschungsinstitut für Digitale Transformation (bidt) statt.

Den Zugangslink erhalten die Teilnehmenden kurz vor Veranstaltungsbeginn.

B.50142GS 28.10., 19.30-21.00 Uhr, 1x Mi.

online | Prof. Dr. Ute Schmid | kostenfrei

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

NEU Künstliche Intelligenz (KI) für Einsteiger*innen – Keine Angst vor ChatGPT & Co.

KI ist plötzlich überall: In den Nachrichten, am Arbeitsplatz und auf dem Smartphone. Doch was genau verbirgt sich hinter Begriffen wie „ChatGPT“ oder „Künstliche Intelligenz“? Und wie können Sie diese Werkzeuge ganz praktisch für Ihren eigenen Alltag nutzen?

Dieser kompakte Einsteigerkurs an zwei Abenden nimmt Sie an die Hand und baut Berührungängste ab. Sie erfahren in leicht verständlicher Form, wie KI funktioniert, wo ihre Grenzen liegen und wie Sie sie sicher bedienen.



Die Schwerpunkte des Kurses:

- Verstehen: Was ist KI und was kann sie (noch) nicht?
- Anwenden: Suche im Internet, Texte verfassen, Briefe formulieren, Informationen zusammenfassen oder die nächste Urlaubsreise planen
- Kreativ sein: Erste Schritte in der Erstellung von KI-Bildern
- Kritisch hinterfragen: Das Thema Datenschutz und der Umgang mit Fehlinformationen („Schwindelt“ die KI?).

Es sind keine Programmier- oder Vorkenntnisse nötig. Der Kurs richtet sich an alle, die neugierig sind und den digitalen Wandel aktiv und sicher mitgestalten möchten.

Bitte mitbringen: Ein eigenes Smartphone, Tablet oder einen Laptop (inkl. Ladekabel). Bitte halten Sie, falls vorhanden, die Zugangsdaten zu Ihrem E-Mail-Konto bereit, da wir uns auf Wunsch gemeinsam bei einem kostenfreien Anbieter anmelden.

Hinweis zu den Arbeitsgeräten:

Für die praktischen Übungen bringen Sie bitte Ihr eigenes Notebook oder Tablet mit. Denken Sie bitte auch an das passende Netzteil bzw. Ladekabel. (Hinweis: Smartphones sind aufgrund der Bildschirmgröße leider nicht ausreichend).

Sollten Sie kein eigenes Gerät besitzen oder mitbringen können, ist das kein Hindernis: Wir stellen Ihnen gerne eines unserer Notebooks für die Veranstaltung zur Verfügung.

Bitte geben Sie uns bei der Anmeldung Bescheid, falls Sie eines unserer Geräte benötigen.

B.50141GS 24.11.+ 07.12., 18.00-20.15 Uhr,
2x Di. / Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR3
Andreas Scheidle | 66,00 €

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

E-Rechnung

NEU E-Rechnung erfolgreich umsetzen

Dieser Kurs zeigt praxisnah, wie Sie die E-Rechnungspflicht erfolgreich umsetzen – abhängig von den jeweiligen Ausgangssituationen. Sie lernen nicht nur die rechtlichen Grundlagen, sondern entwickeln auch konkrete Strategien.

Der Kurs richtet sich in erster Linie an Selbstständige und kleine Unternehmen. Da jedoch auch Vereine E-Rechnungen, beispielsweise von Unternehmen, empfangen und archivieren müssen, eignet sich die Veranstaltung ebenso für ehrenamtlich oder hauptamtlich Verantwortliche in Vereinen.

Der Kurs berücksichtigt zudem, ob Sie bereits über eine funktionierende Buchhaltung verfügen oder neu starten, und zeigt Ihnen mögliche Lösungswege auf.

Block 1: Rechtslage und Pflichtangaben

- E-Rechnungspflicht: Was gilt ab wann für wen?
- Kleinbetragsregelung (250 €-Grenze) und Ausnahmen
- Pflichtangaben einer E-Rechnung vs. herkömmliche Rechnung
- Empfangspflicht seit 2025:
Das unterschätzte Problem

Block 2: Vorteile realistisch bewerten

- Echte Vorteile der E-Rechnung (Effizienz, Kosten, Liquidität)
- Wann wird E-Rechnung zur Erleichterung?
- Wann bedeutet sie zunächst Mehraufwand? (ggf. zusätzliche Tools und Arbeitszeit für



Empfang und Erstellung von E-Rechnung, Archivierung)

Block 3: Software und Tools nach Bedarf

- Variante A: Bestehende Buchhaltung beibehalten (Online-Konverter + DMS)
- Variante B: Systemwechsel (All-in-One-Lösungen)
- Variante C: Neubeginn (Moderne integrierte Systeme)
- Live-Demonstration verschiedener Tools

Block 4: E-Rechnungen erstellen und versenden

- Gemeinsame Live-Übung: E-Rechnung erstellen
- Variante A: PDF → Online-Konverter → E-Rechnung
- Variante B/C: Direkt in der Software
- Versandwege: E-Mail, Plattformen
- Screen-Sharing: Teilnehmer*innen zeigen ihre ersten Versuche

Block 5: E-Rechnungen empfangen und verarbeiten

- Das unterschätzte Problem: Empfang ist komplexer als Versand
- XML-Dateien sichtbar machen
- Integration in bestehende Buchhaltung:
 - Workflow bei hybriden Setups
 - Datenextraktion und -übertragung
 - Automatisierungsmöglichkeiten
- Praxisübung: Mit Beispiel-E-Rechnung arbeiten
- Behebung häufiger Empfangsprobleme

Block 6: GoBD-konforme Archivierung

- Archivierungspflichten: Was muss wie lange aufbewahrt werden?
- Setup-spezifische Archivierung:
 - All-in-One: Automatische Archivierung
 - Hybrid: DMS-Integration und Verfahrensdokumentation
- Empfehlung einfacher DMS-Lösungen
- Gemeinsam Archivierungs-Workflow entwickeln

Technische Voraussetzungen

- Stabile Internetverbindung
- Computer oder Laptop, auf denen ggf. Programme installiert werden können (für Software Tests)
- Idealerweise zweiter Bildschirm oder Tablet
- Mikrofon und Kamera für Interaktion

Die Veranstaltung ist als Online-Veranstaltung konzipiert.

Bei Bedarf können zudem bis zu neun Personen im Dr. Lederer-Haus in Rodalben teilnehmen, die Kursleiterin wird dann hybrid zugeschaltet. Auch in diesem Fall verfolgen die Teilnehmenden die Schritte am Laptop. Vor Ort können bei Bedarf Laptops zur Verfügung gestellt werden.

B.10351GS 14.09., 18.00-20.15 Uhr, 1x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR3 und online
Tatyana Sarasa | 18,00 €

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

CAD-Zeichnen

NEU Einführung in CAD (BricsCAD)

CAD steht für „computer-aided design“ (deutsch: rechnergestütztes Konstruieren). Es wird zur Erstellung, Bearbeitung und Darstellung technischer Zeichnungen und Konstruk-

Sie finden uns
auch auf **Facebook**:
Kreiskollegium
Südwestpfalz

und auf **Instagram**:
kvhsuedwestpfalz



tionen verwendet und vor allem in Bereichen wie Maschinenbau, Architektur, Bauwesen, Innenausbau, Produktdesign und Handwerk eingesetzt.

Unser Grundlagenkurs ist sowohl für Anfänger*innen als auch für Interessent*innen gedacht, die bereits vor einiger Zeit CAD-Kenntnisse erworben und diese nun wieder auffrischen möchten.

Am Vormittag widmen wir uns den 2D-Grundlagen, am Nachmittag steht 3D im Fokus.

Diese Themen werden im Laufe des Kurstages kurz behandelt:

- Einführung in CAD und BricsCAD: Grundlagen von CAD, Unterschiede zu anderen CAD-Programmen und die Benutzeroberfläche von BricsCAD
- Installation und Einrichtung: Schritt-für-Schritt-Anleitung zur Installation von BricsCAD und zur Anpassung der Software an persönliche Bedürfnisse
- Grundlegende Zeichentechniken: Erlernen der grundlegenden Zeichenwerkzeuge, wie Linien, Kreise, Rechtecke und Polylinien
- Arbeiten mit Ebenen: Verständnis der Ebenenverwaltung und wie man Ebenen effektiv nutzt, um die Zeichnung zu organisieren
- Bemaßung und Beschriftung: Einführung in die Bemaßungswerkzeuge und das Hinzufügen von Text und Beschriftungen zu Zeichnungen
- 3D-Modellierung: Grundlagen der 3D-Modellierung in BricsCAD, einschließlich der Erstellung und Bearbeitung von 3D-Objekten
- 3D-Druck
- Import und Export von Dateien: Wie importiert und exportiert man Dateien in verschiedenen Formaten, um die Zusammenarbeit mit anderen CAD-Programmen zu erleichtern?
- Anpassung der Benutzeroberfläche: Tipps zur Anpassung der Benutzeroberfläche und der Werkzeugleisten für eine effizientere Arbeitsweise
- Tipps und Tricks für die Produktivität: Nützliche

Shortcuts und Techniken, um die Effizienz beim Arbeiten mit BricsCAD zu steigern

- Praktische Übungen und Projekte: Anwendung des Gelernten in praktischen Übungen oder kleinen Projekten, um das Verständnis zu vertiefen
- Fehlerbehebung und häufige Probleme: Lösungen für häufige Probleme und Herausforderungen, die beim Arbeiten mit BricsCAD auftreten können

CAD- und PC-Kenntnisse sind von Vorteil.

Bitte mitbringen: USB-Stick (mind. 4GB), um Zeichnungen und Informationsmaterial zu speichern

B.50331GS 19.10., 9.00-16.00 Uhr, 1x Mo.

Rodalben, Dr. Lederer-Haus, UR3
Udo Hochreiter | 78,00 €

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





Lernportal

Fit für die digitale Welt



Computer, Smartphone und Internet verstehen



Jetzt anmelden und kostenlos lernen:
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

In unserem Alltag lesen und schreiben wir ständig. Doch mehr als sechs Millionen Menschen fällt dies schwer. Sie können nach Expertenschätzung nicht oder nicht ausreichend lesen und schreiben. Hinweisschilder, Formulare oder diese Kursbeschreibung stellen für sie Hürden im Alltag dar.

In diesem Kurs erwerben die Teilnehmenden in der Kleingruppe grundlegende Fähigkeiten im Lesen und Schreiben, die sie im weiteren Verlauf entsprechend ihrer individuellen Lernvoraussetzungen vertiefen.

Ort auf Anfrage | kostenfrei

Nähere Informationen erhalten Sie unter 06331 809-335.



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.

Ort und Gebühr auf Anfrage

Nähere Informationen erhalten Sie unter 06331 809-335.

Wir sind
immer auf der Suche
nach Dozent*innen, 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 Befriedigung 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.

Sparkasse Südwestpfalz

IBAN: DE10 5425 0010 0000 0059 75

BIC: MALADE51SWP

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. Weiter gehende 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

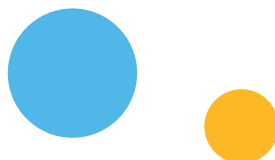
Die Kreisvolkshochschule behält sich aus organisatorischen oder technischen Gründen notwendige Änderungen der Kurstermine, des Veranstaltungsortes oder bei den Kursleitern vor. Die Kreisvolkshochschule haftet für die gewissenhafte Vorbereitung der Kurse, Auswahl und Kontrolle der Kursleitung sowie für 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
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
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

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.



Entdecken Sie auch das
Kursangebot der deutsch-
französischen Volkshochschule

up PAMINA vhs:

www.up-pamina-vhs.org

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)

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

www.kvhs-swp.de

