

Herbstsemester 2026



	Das sollten Sie wissen!.....	2
	Mensch und Gesellschaft.....	7
	Grundbildung.....	19
	Beruf und Karriere	23
	Kurse mit Bildungsfreistellung.....	36
	Kunst und Kultur.....	37
	Gesundheitsbildung	51
	Sprachen	63
	Rund um Magdeburg	87
	Stichwortverzeichnis	99

„Demokratie braucht Haltung – Volkshochschulen zeigen sie“

Der Landesverband der Volkshochschulen Sachsen-Anhalts und seine Mitgliedseinrichtungen bekennen sich uneingeschränkt zur freiheitlich-demokratischen Grundordnung. Als öffentliche Bildungseinrichtungen tragen wir besondere Verantwortung für die Stärkung der Demokratie, für eine offene Gesellschaft und für den Schutz der Menschenwürde. Angesichts zunehmender demokratiefeindlicher Tendenzen, Radikalisierung und gezielter Angriffe auf pluralistische Werte gilt es mehr denn je, Haltung zu zeigen. Dieses Positionspapier ist Ausdruck unserer Haltung.

1. Überparteilich, aber nicht neutral gegenüber Demokratiefeinden

Volkshochschulen sind gesetzlich zur politischen und weltanschaulichen Neutralität verpflichtet. Diese Neutralität bedeutet jedoch **nicht**, dass wir gleichgültig gegenüber Angriffen auf unsere demokratische Ordnung sind. Wir stehen für:

- Toleranz, Menschenwürde, Gleichberechtigung, Vielfalt und Rechtsstaatlichkeit.
- Faktenbasierte Diskussionen und respektvollen Meinungsstreit – keine Relativierung menschenfeindlicher Positionen.
- Überparteilichkeit mit demokratischer Grundhaltung.

Dort, wo die freiheitlich-demokratische Grundordnung in Frage gestellt wird, endet unsere Toleranz.

2. Demokratie ist Bildungsauftrag

Die Volkshochschulen in Sachsen-Anhalt verstehen Demokratiebildung als Kern ihres öffentlichen Auftrags. In unseren Kursen und Veranstaltungen, Projekten und Kooperationen schaffen wir Räume für politische Urteilsbildung, Beteiligung und den Dialog in Vielfalt. Unsere Angebote fördern:

- Demokratiekompetenz – das Wissen um Rechte, Verfahren und Institutionen.
- Zivilcourage – die Fähigkeit, für demokratische Werte einzustehen.
- Zusammenhalt – durch Begegnung, Verständigung und Teilhabe.

3. Haltung zeigen ist Teil der Professionalität

Mitarbeitende des Landesverbandes und der Volkshochschulen – ob in pädagogischen, organisatorischen oder leitenden Funktionen – haben nicht nur das Recht, sondern in bestimmten Situationen die Pflicht, sich zu positionieren:

- Gegen diskriminierende, rassistische oder demokratiefeindliche Aussagen und Verhaltensweisen.
- Für die Sicherung eines respektvollen, diskriminierungsfreien Bildungsraums.

Diese Haltung ist kein Verstoß gegen die Neutralität, sondern Ausdruck demokratischer Verantwortung. Unsere Mitarbeitenden handeln auf Basis des Grundgesetzes.

4. Wir sind Orte des gesellschaftlichen Zusammenhalts

Volkshochschulen sind mehr als Bildungseinrichtungen. Gemeinsam mit zivilgesellschaftlichen Partnern, Kommunen und politischen Akteuren tragen wir zur Stärkung der offenen Gesellschaft bei.

- Wir arbeiten mit lokalen und überregionalen Bündnissen für Demokratie und Toleranz.
- Wir setzen uns für die Sichtbarkeit demokratischer Werte im Alltag ein.
- Wir verstehen Vielfalt als Bereicherung.

5. Schlusswort

Der Landesverband und die Volkshochschulen in Sachsen-Anhalt stehen geschlossen ein für Demokratie, Toleranz und Vielfalt. Wir sind überparteilich – aber niemals neutral gegenüber Gewalt, Menschenverachtung, Hetze, Hass und Ausgrenzung.

In einer Zeit der gesellschaftlichen Umbrüche setzen wir auf Bildung, Begegnung und Haltung – für eine starke, lebendige Demokratie.

Hinweise für das Herbstsemester

Kontakt:

Städtische Volkshochschule Magdeburg
Leibnizstraße 23 | 39104 Magdeburg
Telefon: 0391 5354770
Fax: 0391 53547729
E-Mail: info@vhs.magdeburg.de
Internet: www.vhs.magdeburg.de

Öffnungszeiten:

Montag 13.00 bis 16.00 Uhr
Dienstag 10.00 bis 12.00 Uhr
13.00 bis 17.30 Uhr
Donnerstag 13.00 bis 16.00 Uhr

Wissen gesucht!

Sie sind Expert*in
auf einem bestimmten Gebiet und
wollen Ihr Wissen an andere weitergeben?
Sie sprechen eine Sprache perfekt und
haben Freude daran, diese zu vermitteln?
Sie sind Trainer*in im Bereich Gymnastik,
Pilates, Fitness und haben Erfahrung
in der Arbeit mit Erwachsenen?

Rufen Sie uns an oder senden Sie
uns Ihr Angebot mit Ihren
Bewerbungsunterlagen zu.

VHS-Ferienzeiten und unterrichtsfreie Tage:

In den Ferien finden nur ausnahmsweise Veranstaltungen statt. Bitte fragen Sie Ihre Kursleiterin oder Ihren Kursleiter.

04.07.2026 – 14.08.2026	Sommerferien
03.10.2026	Tag der Deutschen Einheit
19.10.2026 – 01.11.2026	Herbstferien
21.12.2026 – 03.01.2027	Weihnachtsferien
06.01.2027	Heilige Drei Könige
01.02.2027 – 07.02.2027	Winterferien

Impressum:

Herausgeber: Landeshauptstadt Magdeburg
Fachbereich Stadtbibliothek und Volkshochschule
Redaktion: Städtische Volkshochschule
Magdeburg
Leibnizstraße 23 · 39104 Magdeburg
Druck: Halberstädter Druckhaus GmbH
Osttangente 4 · 38820 Halberstadt



Das Gebäude der Volkshochschule verfügt über einen barrierefreien Zugang.
Bitte informieren Sie sich bei der Anmeldung über den barrierefreien Zugang zu anderen Kursorten.

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelten für alle Anmeldungen und werden durch die Anmeldung anerkannt.
Für die Richtigkeit der im Programmbuch abgedruckten Daten wird keine Gewähr übernommen.

Das Team der Städtischen Volkshochschule Magdeburg

Direktor der Volkshochschule Mensch und Gesellschaft



Ralf Liebe

Telefon: 0391 5354770

Ralf.Liebe@vhs.magdeburg.de

Beruf und Karriere



Katja Klaubner

Telefon: 0391 53547717

Katja.Klaussner@vhs.magdeburg.de

Kunst und Kultur | Gesundheitsbildung



Heike Heinrich

Telefon: 0391 53547718

Heike.Heinrich@vhs.magdeburg.de

Organisatorischer Mitarbeiter Gesundheitsbildung



Jan Stechbarth

Telefon: 0391 53547718

Jan.Stechbarth@vhs.magdeburg.de

Stellv. Direktorin der Volkshochschule Rund um Magdeburg Fremdsprachen



Dörte Neßler

Telefon: 0391 53547715

Doerte.Nessler@vhs.magdeburg.de

Deutsch als Fremdsprache | Englisch



Heike Kosmider

Telefon: 0391 53547716

Heike.Kosmider@vhs.magdeburg.de

Pädagogische Mitarbeiterin Deutsch als Fremdsprache



Annemarie Söhnel

Telefon: 0391 53547722

Annemarie.Soehnel@vhs.magdeburg.de

Grundbildung



Kathlen Kahl

Telefon: 0391 53547721

Kathlen.Kahl@vhs.magdeburg.de



Amina Fakouch

Telefon: 0391 53547721

Amina.Fakouch@stadt.magdeburg.de

Verwaltungsleiter



Bastian Schäfer

Telefon: 0391 53547712

Bastian.Schaefer@stadt.magdeburg.de

Sachbearbeitung



Diana Herrmann

Telefon: 0391 53547713

Diana.Herrmann@vhs.magdeburg.de

Sachbearbeitung

N.N.

Haushaltssachbearbeitung

N.N.

Mitarbeiter im Abenddienst



Ralf Häbecke

Telefon: 0391 53547714

Ralf.Haebecke@vhs.magdeburg.de

Dem Beirat der Städtischen Volkshochschule gehören an:

- **Dr. Norman Belas**
Stadtrat Fraktion SPD/Tierschutzallianz/Volt
- **Philipp Händler**
Stadtrat Fraktion GRÜNE/future!
- **Bernd Heynemann**
Stadtrat Fraktion CDU/FDP
- **Dr. Kathrin Meyer-Pinger**
Stadträtin CDU/FDP
- **Dennis Jannack**
Stadtrat Fraktion DIE LINKE
- **Julian Reek**
Stadtrat Fraktion AfD
- **Steffen Kraus**
Stadtrat Fraktion AfD
- **Dr. Uwe Genetzke**
Dozentenvertreter
- **Marko Thiele**
Dozentenvertreter
- **Axel Behr**
Teilnehmerverepreter



Unsere Teilnahmebedingungen

Grundlage der Teilnahmebedingungen sind die Satzung sowie die Entgeltordnung der Städtischen Volkshochschule Magdeburg. Sie sind im Amtsblatt vom 22.12.2023 veröffentlicht. Die Satzung kann in der Geschäftsstelle der VHS eingesehen werden.

Anmeldungen sind schriftlich, per Fax, per Online-Anmeldeformular oder während der Öffnungszeiten direkt in der Geschäftsstelle der VHS möglich. Telefonisch und per E-Mail können nur Vormerkungen entgegengenommen werden. Bitte nutzen Sie für Ihre verbindliche Anmeldung das Anmeldeformular aus diesem Heft bzw. aus dem Internet.

Die auf dem Anmeldeformular erhobenen Daten (Name, Adresse, Geburtsdatum, Bankverbindung) werden nur zu Verwaltungszwecken und für die Abrechnung unserer Bildungsleistungen gegenüber dem Land Sachsen-Anhalt elektronisch gespeichert

Jugendliche unter 18 Jahren benötigen für die Anmeldung die schriftliche Zustimmung eines Erziehungsberechtigten. Für Jugendliche unter 16 Jahren ist eine Teilnahme nur in Ausnahmefällen nach Absprache mit der Fachbereichsleitung möglich.

Ermäßigungen in Höhe von 25 % des Teilnahmeentgeltes werden Schüler*innen, Studierenden und Freiwilligendienstleistenden gewährt, Inhabern der Magdeburger Otto-City-Card wird eine Ermäßigung in Höhe von 50 % gewährt. Für Einzelveranstaltungen ist keine Ermäßigung möglich.

Bei Vorlage der SWM-Card oder der Sparkassen-Card Magdeburg wird bei Teilnahme an Kursen mit mindestens 26 Unterrichtsstunden eine Ermäßigung in Höhe von 5 % des Teilnahmeentgeltes gewährt. Die Ermäßigung wird nur für einen Kurs pro Semester gewährt. Der Anspruch auf Ermäßigung muss bei der Anmeldung nachgewiesen werden, eine spätere Vorlage kann nicht berücksichtigt werden. Mehrfache Ermäßigungen können nicht gewährt werden.

Als Bestätigung Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Teilnahmekarte. Es erfolgt keine weitere Benachrichtigung, wenn der Kurs wie auf der Teilnahmekarte ausgewiesen stattfindet.

Die Teilnahme an Veranstaltungen der VHS ist entgeltpflichtig. Die Höhe der Entgelte ist in der Entgeltordnung vom 22.12.2023 festgelegt. Zusätzliche Kosten, z. B. für Lehrmaterialien, Verbrauchsmaterial oder Nutzungsentgelte, sind nicht mit dem Teilnehmerentgelt abgegolten. Sie werden direkt im Kurs abgerechnet oder gesondert erhoben.

Mit Ihrer verbindlichen Anmeldung verpflichten Sie sich zur Zahlung des ausgewiesenen Teilnahmeentgeltes. Bei Teilnahmeentgelten über 150,00 € räumen wir auf Antrag die Möglichkeit der Zahlung von maximal drei Raten ein.

Mit Angabe Ihrer Bankverbindung und Ihrer Unterschrift auf dem Anmeldeformular erteilen Sie ein SEPA-Lastschriftmandat für den gebuchten Kurs. Das Teilnahmeentgelt wird nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Bitte sorgen Sie zu diesem Zeitpunkt für eine ausreichende Deckung Ihres Kontos, um Lastschriftgebühren zu vermeiden.

Ein Rücktritt vom Kurs muss schriftlich geltend gemacht werden. Ein unbegründeter Rücktritt ist bis 10 Tage vor Kursbeginn (Posteingangsstempel) möglich. In diesem Fall ist lediglich eine Bearbeitungsgebühr zur Deckung des Verwaltungsaufwandes in Höhe von max. 6,00 € zu zahlen. Danach ist ein Rücktritt nur in begründeten Ausnahmefällen, bei nachgewiesener Krankheit oder Umzug in einen anderen Ort möglich. In diesem Fall wird das Teilnahmeentgelt anteilmäßig erstattet. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung. Auch der Kursleiter kann Abmeldungen nicht entgegennehmen. Für anerkannte Maßnahmen nach AZAV besteht kostenloses Rücktrittsrecht innerhalb von 14 Tagen nach Vertragsschluss, längstens bis zum Beginn der Maßnahme.

Die VHS behält sich vor, Kurse abzusagen oder zeitlich zu verschieben.

Bei Kursausfall erfolgt keine Abbuchung des Teilnahmeentgeltes von Ihrem Konto. Bereits eingezahlte Teilnahmeentgelte werden in voller Höhe erstattet.

Bescheinigungen über die Teilnahme an VHS-Kursen werden auf Wunsch ausgestellt. Voraussetzung dafür sind die regelmäßige Teilnahme (mindestens 75 % der Unterrichtsstunden) und die Entrichtung des Teilnahmeentgeltes.

Bei Unfall, Diebstahl o. ä. besteht über die VHS kein Versicherungsschutz. Achten Sie deshalb auf Ihre persönlichen Sachen!

Mensch und Gesellschaft

Ralf Liebe

Programmbereichsleiter

Telefon: 0391 5354770

Mail: Ralf.Liebe@vhs.magdeburg.de

Internet: www.vhs.magdeburg.de



Bundestag

Zivilschutz

Ehrenamt

Sprechen & Zuhören

Wissenschaft im Rathaus

Umwelt

Verbraucherfragen

Recht

Politik | Sprechen & Zuhören

Lernort Bundestag - Demokratie in der Praxis erlebt

Bei einem Besuch im Bundestag in Berlin wird Gelegenheit sein, eine Plenarsitzung von der Besuchertribüne zu verfolgen und mit dem Magdeburger Bundestagsabgeordneten Martin Kröber (SPD) ins Gespräch zu kommen. An- und Abreise erfolgen in der Gruppe ab/bis Magdeburg Hauptbahnhof mit der Bahn. Die Veranstaltung ist entgeltfrei, jedoch ist ein Eigenanteil an den Fahrtkosten in Höhe von 15,00 € pro Person zu tragen.

Treffpunkt und genaue Fahrzeiten werden noch bekannt gegeben.

☛ T1000

Do., 10.12.2026, 09.00 bis 18.00 Uhr
Deutscher Bundestag Berlin

Zivil- und Katastrophenschutz in Magdeburg - Wie gut sind wir vorbereitet?

Stromausfälle, Extremwetter, Hochwasser oder andere Krisenlagen – wie gut sind wir in Magdeburg auf Krisenfälle vorbereitet? Welche Aufgaben übernehmen Feuerwehr, Hilfsorganisationen und Verwaltung im Ernstfall? Und was kann jede Bürgerin und jeder Bürger selbst tun, um besser vorbereitet zu sein? Wir wollen einen verständlichen Einblick in die Grundlagen des Zivil- und Katastrophenschutzes in Deutschland und die lokalen Strukturen in unserer Landeshauptstadt Magdeburg geben.

Themen sind unter anderem Warnsysteme, Anlaufstellen im Notfall, Notfallvorsorge im Alltag, Verhalten in Krisensituationen sowie die Zusammenarbeit von Behörden und Einsatzkräften.

Leitung: Marie-Josefin Bugdol (Amt für Brandschutz, Rettungsdienst und Katastrophenschutz der LH Magdeburg)

☛ T1009

Mo., 02.11.2026, 19.00 bis 20.30 Uhr
entgeltfrei | VHS, Leibnizstr. 23

Sprechen & Zuhören Gesprächsreihe zu Themen, die viele bewegen



Miteinander sprechen, sich mit anderen austauschen, verschiedene Perspektiven wahrnehmen und sich eine eigene Meinung bilden – das ist das Grundgerüst eines lebendigen Miteinanders in unserer Demokratie und zugleich eine enorme Herausforderung.

Sprechen & Zuhören ist ein Format, das Menschen zu kontroversen Themen miteinander in Kontakt bringt und Raum für individuelle Sichtweisen eröffnet. Alle Beteiligten können Erfahrungen und das eigene Erleben äußern, weil jede Person gleich viel Redezeit bekommt. In kleinen Gruppen spricht immer eine Person für vier Minuten, während die anderen nur zuhören. So können Menschen mit ganz unterschiedlichen Meinungen zu Wort kommen und Ansichten anderer Personen kennenlernen.

Die Gesprächsreihe ist eine Kooperation von Freiwilligenagentur, Volkshochschule und Stadtbibliothek in Magdeburg, unterstützt durch Mehr Demokratie e.V.

Sprechen & Zuhören - Was bedeutet Heimat für mich?

Heimat kann ein Ort sein, ein Gefühl, eine Sprache oder ein Mensch. Für manche ist es dort, wo sie geboren wurden, für andere dort, wo sie sich im Leben eingerichtet haben, sich auskennen und dazugehören. Oft ist Heimat auch mit vertrauten Gesichtern, mit Gewohnheiten oder mit Erinnerungen aus der Kindheit verbunden. Heimat kann sich im Laufe des Lebens verändern. Manche sind ihr ganzes Leben an einem Ort verwurzelt, andere ziehen um, lernen neue Orte kennen oder fühlen sich mit mehr als einer Region oder Kultur verbunden. Und wieder andere sind noch auf der Suche nach einem Platz, an dem sie wirklich ankommen. Aber was gibt mir das Gefühl, dazuzugehören?

Wann fühle ich mich wirklich zuhause? Ist es mein Wohnort, mein Umfeld, meine Familie oder etwas anderes? Welche Rolle spielen dabei Herkunft, Sprache oder Aussehen? Wann fehlt Heimat oder geht verloren? Und was braucht es, damit Heimat wieder entstehen kann?

Fr., 03.07.2026 | 18.00 bis 21.00 Uhr
einewelt haus, Schellingstr. 3-4

Sprechen & Zuhören - Was ist Nachbarschaft für Dich?

Die Nachbarschaft ist neben der eigenen Familie das soziale Umfeld, das den Alltag eines jeden Menschen prägt, durch Begegnungen im Haus oder auf der Straße, durch gemeinsame Wege zu Kita, Schule oder Supermarkt. Aus flüchtigen Bekanntschaften können Freundschaften entstehen, die viele Jahre halten, weil man schöne und schwere Erfahrungen teilt. Oft sind die Menschen in der unmittelbaren Nachbarschaft auch die ersten, die von Problemen oder Notsituationen erfahren und kurzfristig Hilfe und Unterstützung leisten. Gleichzeitig bedeutet Nachbarschaft soziale Kontrolle. Vereinbarte oder auch ungesagte Regeln werden von manchen als Einschränkung erlebt. Verstöße wiederum erzeugen Unmut bei denjenigen, denen Regeln für das Zusammenleben in der Nachbarschaft wichtig sind. So entstehen schnell Konflikte, die das Zusammenleben belasten. Was also macht eine gute Nachbarschaft für Dich aus? Wie nah sind Dir die Menschen in Deinem Wohnumfeld? Wie viel Miteinander brauchst Du, um gut in der Nachbarschaft anzukommen? Was ist Dir wichtig und was tust Du dafür? Die Veranstaltung im Format „Sprechen & Zuhören“ bringt Menschen unterschiedlicher Sichtweisen zusammen und bietet den Raum, eigene Erfahrungen und Gedanken zu teilen und zu hören, was andere bewegt.

Fr., 21.08.2026, 18.00 bis 21.00 Uhr
entgeltfrei | Kranichhaus (MWG-Nachbarschaftstreff), Schrotebogen12, 39126 Magdeburg

Sprechen & Zuhören – Wie geht's mir nach der Landtagswahl

Selten stand eine Landtagswahl in Sachsen-Anhalt in der Region, bundesweit und sogar international so sehr im Mittelpunkt des öffentlichen Interesses wie am 6. September 2026. Viele Menschen erwarten von der Wahl eine wichtige Weichenstellung für die Zukunft des Landes und verbinden damit - je nach politischer Präferenz - Befürchtungen, Sorgen oder auch Hoffnungen. Auch wenn die Stimmen ausgezählt sind und Klarheit über die politischen Mehrheitsverhältnisse und möglichen Regierungskonstellationen besteht, bleiben Fragen offen, die die Menschen bewegen. Wie kann sich das Land Sachsen-Anhalt weiter entwickeln? Was bedeutet das Ergebnis für die politische Kultur, das gesellschaftliche Miteinander oder für mich persönlich? Mit dieser Veranstaltung im Format „Sprechen & Zuhören“ möchten wir wenige Tage nach der Wahl unterschiedlichen Sichtweisen auf das Wahlergebnis und die vor uns liegende Zeit Raum geben. Wir laden Sie ein, eigene Erfahrungen und Gedanken zu teilen und zu hören, was andere angesichts des Wahlergebnisses bewegt.

Mi., 09.09.2026 | 18.00 bis 21.00 Uhr
Altes Rathaus, Adelheidfoyer

Beim Lesen und Lernen helfen

Beim Lesen und Lernen helfen: Fortbildungsreihe für Freiwillige in der Lern- und Leseförderung

Kinder beim Lesen und Lernen zu unterstützen ist ein anspruchsvolles, aber auch sehr erfüllendes ehrenamtliches Engagement. Freiwillige, die Kinder in Schulen, Horten oder Kindertagesstätten dabei unterstützen, sich die Welt der Buchstaben und Zahlen zu erobern, wissen von vielen schönen Erfolgen, aber auch von großen Herausforderungen zu berichten.

Wie lernen Kinder überhaupt lesen und schreiben? Woran kann es liegen, wenn es nicht so gut klappt wie bei anderen? Wie motiviert man nach dem Unterricht für die Hausaufgaben? Und welche Sprach- oder Lernspiele haben sich bewährt?

Diese und andere Fragen sind Thema einer mehrteiligen Fortbildungsreihe für Freiwillige in der Lern- und Leseförderung, die gemeinsam von der Freiwilligenagentur Magdeburg, der Städtischen Volkshochschule und der Stadtbibliothek Magdeburg veranstaltet wird.

Die Module ergänzen sich inhaltlich, können aber auch einzeln besucht werden. Besteht sehr großes Interesse, haben Teilnehmer*innen, die die ganze Fortbildungsreihe besuchen möchten, Vorrang.

Das Fortbildungsangebot richtet sich sowohl an Freiwillige, die sich bereits als Lern- oder Lesepat*innen engagieren, als auch an Interessierte, die dieses Engagementfeld neu entdecken wollen.

Die Zahl der Teilnehmenden ist auf maximal 15 begrenzt. Die Teilnahme ist kostenfrei.

☛ T1150

Mo., 28.09.2026, 14.00 bis 16.30 Uhr
6mal montags | 18 Ustd.
entgeltfrei | VHS, Leibnizstr. 23

Modul 1: Mo., 28.09.2026, 14.00 - 16.30 Uhr, VHS
Einführung/Konzentrations- und Motivationsübungen für Kinder

Referentin: Christina Paul (Theater für alle)

Modul 2: Mo., 05.10.2026, 14.00 - 16.30 Uhr, VHS
Deutsch als Zweitsprache - Unterstützung von Kindern mit Migrationshintergrund

Referentin: VHS

Modul 3: Mo., 12.10.2026, 14.00 - 16.30 Uhr, VHS
Spielerisch lernen - praxistaugliche Lernspiele zum Vorstellen und Ausprobieren

Referentin: Kathlen Kahl (Lernwerkstatt der Volkshochschule Magdeburg)

Modul 4: Mo., 02.11.2026, 14.00 - 16.30 Uhr, VHS
Was schreibst Du denn da? Informationen zur Lese-Rechtschreib-Schwäche (LRS)

Referentin: Sandy Franke-Muschalle (Lerntherapeutin, Roncalli-Haus Magdeburg)

Modul 5: Mo., 09.11.2026, 14.00 - 16.30 Uhr, VHS
Schon wieder Zahlensalat! Informationen zur Rechenschwäche (Dyskalkulie)

Referentin: Sandy Franke-Muschalle (Lerntherapeutin, Roncalli-Haus Magdeburg)

Modul 6: Mo., 16.11.2026, 14.00 - 16.30 Uhr, Stadtbibliothek Magdeburg, Breiter Weg 109

Für Bücher begeistern - Vorlesen, Lernunterstützung und vieles mehr in der Stadtbibliothek

Referentin: Miriam Schmidt (Stadtbibliothek)

„Otto will's wissen“ –

Wissenschaft im Rathaus

Gemeinsam mit den Magdeburger Forschungseinrichtungen laden Volkshochschule und das Büro Wissenschaft der Landeshauptstadt einmal monatlich zu anschaulichen und interessanten Vorträgen in das Magdeburger Rathaus ein. Dabei sollen aktuelle Forschungsthemen aus unterschiedlichen Wissenschaftsdisziplinen beleuchtet werden, die sowohl die ganze Bandbreite als auch die Schwerpunkte des Wissenschaftsstandorts Magdeburg verdeutlichen. Die Veranstaltungen finden jeweils am letzten Montag des Monats um 19.00 Uhr im Alten Rathaus statt. Die Teilnahme ist kostenlos.



Zelluläre Immuntherapien: Neue Perspektiven von Krebs bis Autoimmunität

Prof. Dr. Dimitrios Mougiakakos ist Leiter der Universitätsklinik für Hämatologie, Onkologie und Zelltherapie.

Zelluläre Immuntherapien haben die Behandlung bestimmter Blut- und Lymphdrüsenkrebserkrankungen grundlegend verändert und ermöglichen in ausgewählten Fällen sogar eine Heilung. Am Universitätsklinikum Magdeburg werden diese innovativen Verfahren klinisch angewendet und kontinuierlich weiterentwickelt. Aktuell wird ihr Einsatz erfolgreich auf Autoimmunerkrankungen ausgeweitet - ein neues, dynamisches Feld mit großem Potenzial, in dem Magdeburg eine internationale Vorreiterrolle einnimmt. Der Vortrag gibt einen verständlichen Überblick über Funktionsweise, Chancen und Grenzen dieser Therapien.

☛ **T1250**

Mo., 28.09.2026, 19.00 bis 20.30 Uhr
entgeltfrei | Altes Rathaus

Ageism Reloaded: Altersdiskriminierung durch künstliche Intelligenz

Dr. Justyna Stupinska ist Inhaberin der Dorothea-Erxleben-Gastprofessur an der OvGU.

Der Vortrag stellt die Frage nach den Auswirkungen der Entwicklungen im Bereich der künstlichen Intelligenz auf die Bevölkerung älterer Menschen. Im Mittelpunkt stehen die Ergebnisse eines Forschungsprojekts zur Altersdiskriminierung in der KI. Zudem werden verschiedene Beispiele dafür gezeigt, wie KI alternde Gesellschaften beeinflussen kann und wie ältere Menschen KI-Werkzeuge wahrnehmen, nutzen oder ablehnen. Wir werden versuchen, die Frage nach der Zukunft von Fairness in algorithmischen Gesellschaften zu beantworten und zu untersuchen, wie alle Generationen von den Vorteilen technologischer Entwicklungen profitieren können.

☛ **T1252**

Mo., 30.11.2026, 19.00 bis 20.30 Uhr
entgeltfrei | Altes Rathaus



Ralf Liebe

Programmbereichsleiter

Telefon:
0391 53547720

E-Mail: Ralf.Liebe@
vhs.magdeburg.de

Aktionstag Seelische Gesundheit – 15. Oktober 2026

Anlässlich des Welttages für Seelische Gesundheit lädt der Gemeindepsychiatrische Verbund Magdeburg zu einem Aktionstag in die VHS ein.

Von 10:00 bis 16:00 Uhr erwarten die Besuchenden spannende Vorträge, Infostände und Gespräche rund um das Thema psychische Gesundheit. Im Rahmen der Veranstaltung referieren professionelle und persönliche Experten und Expertinnen u. a. zu den Themen Suizidprävention, Vorsorgevollmacht, Achtsamkeit und Entspannung, Borderline-Persönlichkeitsstörung, Zwangsstörungen und Auswirkungen psychischer Belastungen auf unseren Körper. Verbundpartner präsentieren ihre Unterstützungsangebote aus den Bereichen Teilhabeberatung, Gruppenpsychotherapie, Sozialer Dienst, Betreuungsbehörde und berufliche Rehabilitation.

Interessierte können sich über wohnortnahe Angebote rund um das Thema psychosoziale Versorgung, Beratung, Selbsthilfe und gesunde Lebensweise informieren und in den direkten Austausch mit Fachleuten treten.

Das vollständige Programm des Aktionstages finden Sie unter www.vhs.magdeburg.de.

Psychose-Seminar

Das Psychose-Seminar dient dem Austausch von Erfahrungen und Perspektiven zwischen Psychoseerfahrenen, ihren Angehörigen und Mitarbeitern psychiatrischer Einrichtungen. Es soll das Erleben von Psychosen aus den unterschiedlichen Sichtweisen der Teilnehmenden begreifbar gemacht und voneinander gelernt werden. Der Dialog versucht, zu einem gleichberechtigten Austausch zu kommen, von Vorurteilen abzurücken und ein vollständigeres Bild von Psychosen zu erarbeiten. Er ist eine kooperationsfördernde und lösungsorientierte Gesprächsform, die auf einer gleichberechtigten und

gegenseitigen Lernbereitschaft basiert und alle Beteiligten am Geschehen psychischer Störungen mit einbezieht. Das Psychose-Seminar umfasst einen ärztlichen Vortrag und einen Dialogtermin mit offenem Erfahrungsaustausch. Durch die Veranstaltung führt ein Moderatorenteam von Mitarbeiter*innen des Universitätsklinikums der Landeshauptstadt Magdeburg und der Ambulante Psychiatrische Pflegedienst des Fachkrankenhauses Jerichow vom Träger der AWO. Als Ansprechpartnerinnen für Interessierte stehen die Sozialpädagoginnen der Universitätsklinik Alvara Neumann (Tel. 0391 6721052) und Lena Härtlein (Tel. 0391 6725519) zur Verfügung.

Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung des Malteser Hilfsdienstes (EUTB®) (05.10.2026)

Die EUTB® ist eine erste Anlaufstelle für Menschen mit Behinderung und von Behinderung bedrohte Menschen sowie deren Angehörige. Beratung erhalten auch Interessierte, die im nahen Umfeld von Behinderung oder gesundheitlichen Beeinträchtigungen betroffen sind. Das Beratungsangebot ist kostenlos, ergänzend und unabhängig von Ämtern und Behörden. Die EUTB® unterstützt beim Ausfüllen von Anträgen auf Pflegeleistungen, Schwerbehindertenausweis, Assistenzleistungen, Medizinische Rehabilitation u.a. Außerdem wird über Unterstützungsangebote informiert.

Die EUTB® ist offen für alle Menschen und berät Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Leitung: Silke Gallein und Nikola Zentgraf

Offener dialogischer Erfahrungsaustausch (12.10.2026)

T 1350

Mo., 05.10.2026 und 12.10.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
2mal montags | entgeltfrei | VHS, Leibnizstr. 23

.. was Worte nicht sagen: Kommunikation und Körpersprache

Sie sollten die Bedeutung der Körpersprache im Beruf nicht unterschätzen. Empathie und persönliche Einflussmöglichkeiten hängen direkt davon ab. Manchmal wird auch, der Kommunikationskanal falsch gewählt. Wenn Sie auf Mimik, Augen und Gesten achten, gestalten Sie die Kommunikation zu Mitarbeitern und Kunden natürlich und selbstbewusst. Die Teilnehmenden lernen, Falschaussagen aufgrund einfacher Regeln zu erkennen und erhalten Hinweise für die eigene Natürlichkeit.

Der Kurs enthält Übungen aus dem Embodiment (Storch), eine Aussprache mit Theoriebetrachtung und die Bearbeitung von Informationsblättern, für die Kosten von 7,00 EUR entstehen.

Der Dozent, Christoph Teschner, ist Trainer für Prozesskommunikation®: ich bin o.k. + , du bist o.k. + und Leiter des „Theaterlabor Hannover“

☛ T1360

Mi., 09.12.2026, 10.00 bis 17.00 Uhr
1mal | 8 Ustd. | 70,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

INSTANT SPEECH: Effizienz und Zielorientierung in die Kommunikation!

I n s t a n t S p e e c h ist orientiert am amerikanischen Konzept zur Steigerung der Effizienz und des Pragmatismus. Im Beruf fehlt oft die Fokussierung. Kernthemen werden häufig nicht deutlich eingegrenzt und Ziele zwar beschrieben, aber nicht operationalisiert und mit Handlungen verbunden. Der Handlungsorientierung dient in diesem berufsorientierten Seminar das persönliche Training eines bisher unterschätzten Kommunikationskanals. Nutzen Sie die Chance! Der Kurs bietet Wechsel, die vereinfachten Simulationen alltäglicher Abläufe, Aussprachen und die Beschreibung aktueller Theorien anhand von Informationspapieren. Der Wechsel

vom bejahenden, handlungsorientierten zum reflektierenden Kommunikationskanal zieht sich durch den gesamten Kurs. Empathie hat ihren Raum, steht aber nicht im Mittelpunkt des Programms. Das Seminar ist auch für Männer geeignet.

Für eine Arbeitsmappe entstehen Kosten von 7,00 EUR. Der Dozent, Christoph Teschner, ist Trainer für das Process Communication Management Model®PCM

☛ T1361

Do., 10.12.2026, 9.00 bis 16.00 Uhr
1mal | 8 Ustd. | 70,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Was braucht mein Kind für die Einschulung? – Entwicklungswege verstehen & stärken

Der Übergang in die Schule ist für Kinder ein großer Schritt – und für Eltern oft mit Unsicherheiten verbunden. Was muss mein Kind können? Was ist wichtig? Und wie kann ich mein Kind stärken, ohne Druck aufzubauen? In diesem Seminar betrachten wir Schulbereitschaft aus einer inklusiven, entwicklungsorientierten Perspektive. Kinder bringen unterschiedliche Voraussetzungen, Temperamente und Lebenslagen mit. Eltern erfahren, wie sie diese Vielfalt verstehen und ihr Kind auf seinem individuellen Weg begleiten können.

Inhalte

- Emotionale, soziale und kognitive Schulbereitschaft
 - Was Kinder wirklich brauchen – und was nicht
 - Entwicklungsvielfalt: Warum Kinder unterschiedlich reif sind
 - Wie Eltern Sicherheit, Selbstständigkeit und Neugier fördern
 - Alltagsrituale, die Kinder stärken
 - Umgang mit Unsicherheiten, Vergleichen und Druck
- Dieser Kurs ist für Eltern von Kindern im Alter von 4–7 Jahren geeignet und vermittelt Orientierung, entlastende Informationen und konkrete Strategien,

Verbraucherfragen und Recht

um ihr Kind individuell und stärkenorientiert auf die Schule vorzubereiten.

Die Referentin, Julia Döring, ist Kindheitspädagogin mit Leitungserfahrung und Fachpädagogin für inklusive Entwicklungsförderung.

☛ T1300

Do., 12.11.2026, 17.00 bis 20.00 Uhr
1mal | 4 Ustd. | 22,00 Euro | VHS, Leibnizstr. 23

Lernen verstehen – Wie Eltern Lernprozesse gestalten und begleiten können

Lernen beginnt lange vor der Schule – im Alltag, in Beziehungen, in Bewegung. Doch viele Eltern fragen sich: Wie lernt mein Kind eigentlich? Wie kann ich Lernprozesse unterstützen? Und wie vermeide ich Druck, Stress oder Machtkämpfe?

In diesem Workshop erfahren Eltern, wie Lernen im Vorschulalter funktioniert und wie sie Lernfreude, Motivation und Selbstwirksamkeit fördern können. Die inklusive Perspektive macht deutlich: Kinder lernen unterschiedlich – und das ist wertvoll.

Inhalte

- Wie Lernen entsteht: Beziehung, Wiederholung, Emotion, Bewegung
- Lernprozesse im Alltag: Mathe, Sprache, Motorik ohne Übungsstress
- Wie Eltern Lernumgebungen gestalten
- Motivation stärken statt Druck aufbauen
- Umgang mit Frust, Unsicherheit und Perfektionismus
- Mini-Übungen und Praxisbeispiele aus dem Familienalltag

Dieser Kurs ist für Eltern von Vorschul- und Grundschulkindern geeignet. Sie verstehen die Lernlogik ihres Kindes und erhalten konkrete, alltagsnahe Methoden, um Lernprozesse liebevoll und wirksam zu begleiten.

Die Referentin, Julia Döring, ist Kindheitspädagogin mit Leitungserfahrung und Fachpädagogin für inklusive Entwicklungsförderung.

☛ T1301

Di., 24.11.2026, 17.00 bis 20.00 Uhr
1mal | 4 Ustd. | 22,00 Euro | VHS, Leibnizstr. 23

Verbraucherfragen und Recht

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Mit dem 18. Geburtstag endet die gesetzliche Vertretung durch die Eltern – ab dann sind wir rechtlich selbst verantwortlich. Können wir unsere Angelegenheiten plötzlich nicht mehr regeln, gibt es keine automatische Vertretung. Eine Vorsorgevollmacht ermöglicht es einer Vertrauensperson, in solchen Fällen für uns zu handeln. Vor der Erteilung sollte man sich gut informieren und die Entscheidung sorgfältig abwägen.

Bitte beachten Sie, dass keine individuelle Rechtsberatung möglich ist.

Leitung: Claudia Fund

☛ T1500

Mi., 04.11.2026, 17.00 bis 19.15 Uhr
1mal | 3 Ustd. | 11,60 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Digitaler Nachlass

Was passiert mit meinen Daten, wenn ich nicht mehr bin?

Wir hinterlassen viele digitale Spuren: E-Mails, Online-Käufe, Social Media, Cloud-Daten. Doch was passiert damit, wenn wir nicht mehr darauf zugreifen können? Wer darf was erben? Der Vortrag gibt einen Überblick über den Umgang mit unserer digitalen Existenz und regt zum Nachdenken an.

Bitte beachten Sie, dass keine individuelle Beratung möglich ist.

Leitung: Katja Klaußner

☛ T7572

Mo., 16.11.2026, 14.00 bis 15.30 Uhr
1mal | 2 Ustd. | entgeltfrei | VHS, Leibnizstr. 23

Keine Angst vorm Online-Banking

So gelingt der sichere Start

Der Vortrag richtet sich an alle Bank- und Sparkassenkunden, die vorhaben, ihr Girokonto zukünftig online zu führen oder planen, ein Online-Konto zu eröffnen. Neben Erläuterungen zu Post- und Video-Identverfahren werden gängige Onlinebanking-Verfahren erläutert. Die Teilnehmenden erhalten Hinweise für ein sicheres Onlinebanking und werden vor bekannten Betrugsmaschen gewarnt.

Leitung: Kathrin Baumbach (Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt)

☛ T7570

Di., 06.10.2026, 10.00 bis 11.30 Uhr
1mal | 2 Ustd. | entgeltfrei | VHS, Leibnizstr. 23

Betrügerische Abbuchungen - Was nun?!

Immer mehr Verbraucher sind zunehmend digital unterwegs, führen Girokonten online oder nutzen Bezahlendienste im Internet. Leider nimmt auch der Betrug im digitalen Zeitalter zu. Nicht selten weisen Girokonten oder Kreditkartenkonten unberechtigte Abbuchungen auf. Der Vortrag gibt Einblicke in gängige Betrugsmaschen, erläutert die aktuelle Rechtslage und gibt wichtige Tipps für Sofortmaßnahmen und Hinweise, wie man sich gegen solche Abbuchungen wehren kann.

Leitung: Kathrin Baumbach (Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt)

☛ T7571

Di., 29.09.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr
1mal | 2 Ustd. | entgeltfrei | VHS, Leibnizstr. 23

ePA- Die elektronische Patientenakte

Was ist eine ePA? Habe ich sowas auch? Wie bekomme ich Zugang zu meiner persönlichen ePA? Was muss ich tun, wenn ich sie nicht möchte? Die digitale Patientenakte ein Schritt der Digitalisierung im Gesundheitswesen. Für alle Beteiligten ein Novum, das es zu verstehen gilt. Der Vortrag in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt klärt auf und hilft im Umgang mit der elektronischen Patientenakte.

Leitung: Josefine Poenicke
(Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt)

☛ T7581

Sa., 01.08.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr
1mal | 2 Ustd. | entgeltfrei
VHS, Leibnizstr. 23

Die Elektronische Patientenakte (ePA) einrichten

Die ePA kommt - doch wie richtet man sie ein, und was bringt sie eigentlich? In einem leicht verständlichen Vortrag erfahren Sie, welche Vorteile sie im Alltag bietet und wie Sie die ePA Schritt für Schritt für sich selbst einrichten können. Hilfreich für alle, die für ihre Gesundheit gut informiert entscheiden möchten. In einem Vortrag informiert die Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt über die wichtigsten Schritte zur Einrichtung der ePA, gibt praktische Tipps und beantwortet Fragen. Der Vortrag richtet sich an alle Verbraucherinnen und Verbraucher, die mehr über den Registrierungsprozess der ePA-App erfahren möchten.

Leitung: Marion Dittrich
(Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt)

☛ T7580

Di., 15.09.2026, 10.00 bis 11.30 Uhr
1mal | 2 Ustd. | entgeltfrei
VHS, Leibnizstr. 23

Verbraucherfragen und Recht

Rund um die Pflege: Pflegebegutachtung und Pflegegrad

Die Einstufung in einen Pflegegrad ist entscheidend für den Zugang zu Leistungen. In dieser Veranstaltung erhalten Sie einen kompakten Überblick über die Pflegebegutachtung und lernen, wie Sie sich optimal darauf vorbereiten.

Inhalt: Tipps zur optimalen Vorbereitung auf den Begutachtungstermin - Ablauf der Begutachtung durch den Medizinischen Dienst - Kriterien zur Einstufung in Pflegegrade.

Leitung: Carmen Koziol (Pflegeberaterin)

☛ T1520

Do., 03.09.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr

1mal | 4 Ustd. | 5,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Rund um die Pflege: Pflegeleistungen nach SGB XI

Welche Leistungen bietet die Pflegeversicherung und wer hat Anspruch darauf? An diesem Abend erhalten Sie einen kompakten Überblick über die wichtigsten Regelungen und Unterstützungsmöglichkeiten.

Inhalt: Überblick über die Leistungen der Pflegeversicherung - Voraussetzungen für den Leistungsanspruch - Unterstützungsmöglichkeiten für Pflegebedürftige und Angehörige.

Leitung: Carmen Koziol (Pflegeberaterin)

☛ T1521

Do., 10.09.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr

1mal | 4 Ustd. | 5,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Einkommenssteuererklärung für Rentner

An diesem Tag erhalten Sie wichtige Informationen zur Steuererklärung 2025. Behandelt werden beschränkte und unbeschränkte Steuerpflicht, Abgabefristen, Sonderausgaben, Krankheitskosten, Renteneinnahmen sowie Elster. Eine individuelle steuerliche Beratung ist nicht möglich.

Für Kursunterlagen werden 3,00 Euro bei der Kursleiterin abgerechnet.

Leitung: Claudia Knak-Höhl

☛ T1550

Mo., 09.11.2026, 10.00 bis 16.00 Uhr

1mal | 6 Ustd. | 25,74 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Einkommenssteuererklärung für Arbeitnehmer

In diesem Kurs erstellen Sie Ihre Steuererklärung 2025. Anhand der Formulare für Arbeitnehmer werden Grundlagen des Steuerrechts, Abgabefristen, Sonderausgaben, Krankheits- und Werbungskosten sowie Elster erklärt. Eine individuelle steuerliche Beratung ist nicht möglich.

Für Kursunterlagen werden 3,50 Euro bei der Kursleiterin abgerechnet.

Leitung: Claudia Knak-Höhl

☛ T1551

Sa., 26.09.2026, 10.00 bis 16.45 Uhr

1mal | 7 Ustd. | 30,03 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Finanzen leicht gemacht - Struktur und Optimierung

Finanzielle Bildung ist die beste Investition in Ihre eigene Zukunft. Doch wie behält man zwischen Steuern, Abgaben und dem Auf und Ab der Finanzmärkte den Überblick? In diesem Kurs räumen wir mit Mythen auf und schaffen Klarheit für Ihre Finanzen. An diesem Abend erfahren Sie, wie Sie Einnahmen und Ausgaben mit einfachen Tools optimieren und Sparpotenziale bei Steuern und Abgaben erkennen. Leitung: Peter Killus

☛ T1555

Do., 24.09.2026, 18.00 bis 19.30 Uhr
1mal | 2 Ustd. | 8,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Finanzen leicht gemacht - Strategischer Vermögensaufbau

Finanzielle Bildung ist die beste Investition in Ihre eigene Zukunft. Doch wie behält man zwischen Steuern, Abgaben und dem Auf und Ab der Finanzmärkte den Überblick? In diesem Kurs räumen wir mit Mythen auf und schaffen Klarheit für Ihre Finanzen. An diesem Abend dreht sich alles um den strategischer Vermögensaufbau. Sie erfahren, wie die Börse wirklich funktioniert und wie Sie Ihr Erspartes langfristig und gewinnbringend für sich arbeiten lassen (z. B. durch ETFs oder Aktien).

Ziel ist es, dass Sie mit einem konkreten Fahrplan für Ihre finanzielle Zukunft nach Hause gehen.

Leitung: Peter Killus

☛ T1556

Do., 01.10.2026, 18.00 bis 19.30 Uhr
1mal | 2 Ustd. | 8,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Natur – Umwelt - Nachhaltigkeit

Innovativ nachhaltig – Biologische Abfälle nutzbar machen

Nachhaltigkeit im Zoo Magdeburg

An diesem Tag entdecken Sie, wie moderne Zoos nachhaltig mit Ressourcen umgehen – vom sparsamen Umgang mit Wasser und Energie bis zur umweltfreundlichen Fütterung und Müllvermeidung. Gemeinsam schauen wir hinter die Kulissen und erfahren, wie Tierhäuser beheizt werden, woher das Futter kommt und wie Abfälle wiederverwertet werden. Dann wird selbst Hand angelegt. Sie lernen die Hinterlassenschaften der Zootiere als neue Rohstoffquelle kennen und stellen ihr eigenes, umweltfreundliches Papier her. Im Anschluss kann der Zoo auf eigene Faust erkundet werden.

Leitung: Carolin Boehlke

☛ T1525

Sa., 19.09.2026, 11.00 bis 13.30 Uhr
1mal | 4 Ustd. | 15,00 EUR zuzüglich Eintritt
Treffpunkt: Zoo Magdeburg, Haupteingang (Zoowelle)

Wege zum naturnahen Garten - Wohlfühloasen für Mensch und Tier

Naturgärten sind wichtige biologische Oasen in unserer aufgeräumten Landschaft. Wir können mit einfachen Mitteln die Artenvielfalt erhöhen, indem wir Lebensräume schaffen für viele verschiedene Lebewesen. An diesem Abend erhalten Sie umfangreiche Informationen zur Gestaltung naturnaher Gärten, z. B. zu Strukturelementen und Lebensräumen wie Totholz, Blumenwiesen, Feuchtbiotopen, Trockenmauern u. v. m.

Leitung: Barbara Loth

☛ T1531

Fr., 16.10.2026, 18.00 bis 20.15 Uhr
1mal | 3 Ustd. | 11,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Natur und Umwelt | Gehirn-Jogging

Grünes Wohnzimmer - Balkon und Terrasse

„Nur Geranien müssen nicht sein.“

Gärtnern auf kleinem Raum ist besonders für Stadtmenschen attraktiv. Der Abend zeigt, wie Balkone und Terrassen naturnah gestaltet werden können. Neben Tipps zu Bepflanzung und Kleinstbiotopen erfahren Sie, wie Sie ein grünes Wohnzimmer schaffen, in dem Menschen und andere Lebewesen gern verweilen.

Leitung: Barbara Loth

☛ T1532

Fr., 09.10.2026, 18.00 bis 20.15 Uhr

1mal | 3 Ustd. | 11,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Wildpflanzen - Schätze vor unserer Haustür

Entdecken Sie mit mir die faszinierende Welt der Wildpflanzen. Als ehrliche Lebensmittel schenken sie uns eine Vielzahl an Vitalstoffen und Biophotonen. Wir lernen auf unserem Spaziergang schmackhafte und heilsame Kräuter, Sträucher und Bäume kennen. Verbinden wir uns wieder mit unserer ursprünglichen Heimat - der Natur.

Bitte an wettergerechte Kleidung und Schuhwerk denken.

Leitung: Barbara Loth

☛ T1533

Sa., 19.09.2026, 10.00 bis 12.15 Uhr

1mal | 3 Ustd. | 11,00 EUR

Herrenkrugpark, Treffpunkt: Rondell am Eingang

Zero Waste - Abfallfrei Kochen für ein nachhaltiges Leben

Lernen Sie, Lebensmittelreste kreativ zu nutzen, saisonal zu kochen und nachhaltige Methoden anzuwenden. Mit geretteten Lebensmitteln aus der „Kochwundertüte“ zaubern wir gemeinsam leckere Gerichte – nachhaltig und kostensparend.

Leitung: Sandra Eichler

☛ T1540

Do., 05.11.2026, 16.00 bis 20.30 Uhr

1mal | 6 Ustd. | 28,10 EUR | (inkl. 5,00 Euro für Zutaten)

VHS, Leibnizstr. 23

Erste Hilfe für Hund und Katze

Auch bei Hunden und Katzen kann es zu Verletzungen oder Vergiftungen kommen – dann ist schnelles Handeln gefragt. In dieser Veranstaltung lernen Sie, Notfälle richtig einzuschätzen und erste Maßnahmen zu ergreifen. Eine individuelle medizinische Beratung erfolgt nicht.

Bitte bringen Sie KEIN Tier mit.

Leitung: Luisa Lochmann

☛ T1510

Sa., 07.11.2026, 10.00 bis 13.15 Uhr

1mal | 4 Ustd. | 14,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Gehirn-Jogging

Geistig fit mit MAT >R< - Mentales Aktivierungstraining

Wollen Sie geistig fit bleiben und Ihr Gedächtnis verbessern? In diesem Kurs lernen Sie Strategien des Mentalen Aktivierungstrainings (MAT) kennen, wenden sie praktisch an und steigern Konzentration, Aufmerksamkeit und Wahrnehmung. In lockerer Atmosphäre trainieren Sie Ihre geistige Leistungsfähigkeit im Team mit Spaß, auch durch gemeinsames Singen zur Stimulierung der rechten Hirnhälfte.

Leitung: Eva Wagner

☛ T1590

Di., 01.09.2026, 9.45 bis 11.15 Uhr

13mal dienstags | 26 Ustd. | 84,00 EUR

VHS, Leibnizstr. 23



Grundbildungszentrum Magdeburg – Börde

Kathlen Kahl

Leiterin

Telefon: 0391 - 535 477-21

Mail: kathlen.kahl@vhs.magdeburg.de



Amina Fakouch

Projektmitarbeiterin

Mail: amina.fakouch@stadt.magdeburg.de

Internet: <https://www.vhs.magdeburg.de/programm/grundbildung>



Kofinanziert von der
Europäischen Union



SACHSEN-ANHALT



Schätzungsweise 30.000 Menschen in Magdeburg können nicht richtig lesen und schreiben und gelten somit als gering literalisiert. Für die Betroffenen wirkt sich dies auf alltägliche Lebensbereiche aus: Fahrpläne lesen, Verträge und Formulare ausfüllen, die Arbeit, Politik und Freizeit. Oftmals ist dies von außen nicht erkennbar und mit einem Stigma sowie verminderter Teilhabe verbunden.

Das Grundbildungszentrum Magdeburg-Börde macht es sich zur Aufgabe, diese Menschen zu unterstützen, aber auch Angehörige und Institutionen zu beraten. Grundbildung ist mehr als Lesen und Schreiben. Die Bedarfe können ganz unterschiedlich sein, so bietet das Grundbildungszentrum vielfältige Materialien, unter anderem im Umgang mit Geld, Computer oder Ernährung an.

Aufgaben

- Wir beraten Erwachsene und stellen ihnen offene Lernangebote zur Verfügung.
- Lernende können bei uns auch im Internet das Lesen, Schreiben und Rechnen trainieren.
- Wir informieren Sie zu allen Fragen rund um Lese-, Schreib- und Rechenschwierigkeiten bei Erwachsenen und bieten dazu regelmäßig kostenfreie Schulungen an.
- In unserem Netzwerk Grundbildung tauschen wir uns mit anderen Bildungsträgern, Einrichtungen und Firmen der Stadt zu allen Fragen der Grundbildung aus.

Offene Lernangebote ab 16 Jahre

In unserer Lernwerkstatt können Menschen ab 16 Jahren Lesen, Schreiben und Rechnen üben. Vielfältige Lernmaterialien für unterschiedliche Interessen stehen bereit.

Umgang mit Geld, Computer, Ernährung und viele weitere.

Unsere Lernbegleiter unterstützen Sie gerne.

Voraussetzung: Sie sprechen gut Deutsch.

Das Grundbildungszentrum
befindet sich in der ersten Etage
im Raum 112 der
Städtischen Volkshochschule
Magdeburg,
Leibnizstraße 23,
39104 Magdeburg.



Unsere Lernwerkstatt Öffnungszeiten:

montags: 15.00 bis 17.00 Uhr
dienstags: 10.00 bis 12.00 Uhr und 14.00 bis 18.00 Uhr
mittwochs: 10.00 bis 12.00 Uhr und 15.00 bis 17.00 Uhr
donnerstags: 15.00 bis 17.00 Uhr

**Alle Angebote sind kostenfrei.
Eine Anmeldung ist nicht
erforderlich.
Wir freuen uns auf Ihren
Besuch in unserer
Lernwerkstatt!**

Kreativwerkstatt - Nähen und Reparieren

dienstags: 14.00 bis 16.00 Uhr

Fit für die digitale Welt – Leben, Lernen, Teilhaben.

Das Projekt „Fit für die digitale Welt – Leben, Lernen, Teilhaben“ unterstützt Erwachsene mit Grundbildungsbedarf beim Umgang mit digitalen Medien. Alltagsnahe Angebote vermitteln einfache digitale Kompetenzen für Alltag und Beruf. Teilnehmende werden aktiv beteiligt und in ihrer Selbstständigkeit gestärkt.

Digital-Treff - Sprechstunde zu Smartphone, Internet und digitalen Themen:

dienstags: 15.00 bis 17.00 Uhr
mittwochs: 10.00 bis 12.00 Uhr

Weitere Angebote, Kurse und Workshops finden Sie auf den Seiten 29 und 30.



Mein Zuhause

... überall in Magdeburg



Aktuelle Wohnungsangebote: 0391 610-4444 | www.wobau-magdeburg.de

Beruf und Karriere

Katja Klaußner

Programmbereichsleiterin

Telefon: 0391 53547717

Mail: Katja.Klaussner@vhs.magdeburg.de

Internet: www.vhs.magdeburg.de



Tastschreiben

Kommunikation

Rechnungswesen

Webinare **Xpert Business**

Lern- und Arbeitstechniken

digitale Kompetenzen

soziale Kompetenzen

Online-Kurse

Künstliche Intelligenz

Computerkurse

Beruf und Karriere

Haben Sie vor, sich beruflich zu verändern?

Möchten Sie Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt verbessern?

Oder wollen Sie sich einfach nur für Ihre momentane Tätigkeit qualifizieren?

Die Städtische Volkshochschule Magdeburg bietet eine breite Palette an Kursen in der beruflichen Weiterbildung an, wie

- Kurse zu Lern- und Arbeitstechniken
- Kurse zur Kompetenzentwicklung
- Computerkurse
- Kurse zur kaufmännischen Weiterbildung
- Kurse zur Büropraxis.

Außerdem bieten wir verschiedene bundesweite Zertifikatsabschlüsse an.



Katja Klaubner

Programmbereichsleiterin

Telefon:
0391 53547717

E-Mail:
Katja.Klaussner@
vhs.magdeburg.de

Bildung auf Bestellung

Sie sind auf der Suche nach einer ganz individuell zusammengestellten Weiterbildungs- oder Vortragsveranstaltung für Ihr Unternehmen? Wir bieten Ihnen Weiterbildung in:

- Sprachen
- Kaufmännischer Praxis
- Tastschreiben
- PC-Anwendungen: Betriebssystem Windows, Office-Produkte, Internet
- Kompetenzentwicklung
- Gesundheit am Arbeitsplatz.

Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gern.

Offene Sprechstunde für Ihren Berufs- und Karriereweg

Wir leben in einer Zeit großer Veränderungen und Unsicherheiten, die auch das Berufsleben betreffen. Möchten Sie sich beruflich orientieren oder ganz neu starten? Haben Sie Fragen zum Thema Weiterbildung oder zur Finanzierung Ihres Weiterbildungsvorhabens? Benötigen Sie Unterstützung bei Ihrer Bewerbungsstrategie oder Ihren Bewerbungsunterlagen? Dann nutzen Sie die Gelegenheit, mit den Weiterbringern der Arbeitsagentur ins Gespräch zu kommen. Eine Terminvereinbarung ist nicht erforderlich.

Termine:

21.09.2026

23.11.2026

jeweils 15:30 bis 17:30 Uhr in der VHS



Weitere Informationen:

Die folgenden Angebote finden in Kooperation mit den #Weiterbringern (Berufsberater*innen im Erwerbsleben der Arbeitsagentur Magdeburg) entgeltfrei statt.

Eine Anmeldung für die einzelnen Termine ist unbedingt erforderlich.

Erfolgreich bewerben - klar machen, wofür Du stehst -

Was kann ich? Was brauche ich? Und wie bringe ich das am besten rüber?

☛ T5011

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

Glücklich im Job - so wirst Du es -

Workshop für Erwachsene, die unzufrieden im Berufsleben sind und etwas dagegen tun möchten

☛ T5012

Di., 06.10.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

Überzeugen im Job-Interview:

Strategien, Tipps und Kniffe für die optimale Vorbereitung

☛ T5013

Di., 10.11.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

Vom Suchen und Finden der besten Jobangebote:

Jobportale, Social Media, Buzzwords & Co - praktisch erklärt

☛ T5014

Di., 08.12.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

Wenn's Dir nicht gefällt, mach's neu ...

Als Erwachsener beruflich neu starten - wie kann das gelingen?

☛ U5011

Di., 12.01.2027, 17.00 bis 18.30 Uhr



Schluss mit der endlosen Suche

Berufsorientierung für vielseitige Menschen

Haben Sie viele Interessen, aber keinen klaren beruflichen Weg? Dieser interaktive Workshop hilft Ihnen, den Mythos des „einen Traumjobs“ loszulassen und Ihre Vielseitigkeit als Stärke zu erkennen. Mit Selbstreflexion und analytischen Methoden entdecken Sie Ihren inneren Kompass, lösen den Druck der perfekten Berufswahl und gewinnen Klarheit für Ihren individuellen Lebens- und Berufsweg.

Leitung: Lars Finzelberg

☛ T5020

Mi., 07.10.2026 und 14.10.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr
2mal | 8 Ustd. | 57,20 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

„Warum hört mein Kind nicht auf mich?“

Wenn Kommunikation in der Berufsorientierung hakt
Eltern kennen das: Man will nur helfen – und das Kind blockt ab.

Dieses Angebot zeigt, warum Jugendliche in der Orientierungsphase oft nicht auf elterliche Ratschläge reagieren (und das völlig normal ist) und wie Kommunikation und eine Unterstützung trotzdem gelingen kann.

Leitung: Jennifer Beder

☛ T5021

Sa., 10.10.2026, 9.30 bis 14.30 Uhr
1mal | 6 Ustd. | 42,90 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Berufliche Weiterbildung

Weiterbildung zum/zur Resilienz-Trainer/in Bildungsurlaub

Gerade in der heutigen Zeit ist eine psychische Widerstandskraft (Resilienz) von enormer Bedeutung. Sie hilft uns im Umgang mit Veränderungen und Herausforderungen sowie mit Stress. Resilienz ist mittlerweile für viele Berufsgruppen eine wichtige Kernkompetenz. Resilienztrainer*innen können Menschen darin unterstützen, die Herausforderungen des Alltags entspannter und stressresistenter zu meistern, die Entwicklung einer starken Widerstandskraft zu fördern und individuelle Strategien zur Stressbewältigung zu entwickeln.

Im Kurs erwerben Sie fundierte Kenntnisse in folgenden Bereichen:

- Grundbausteine der Resilienz
- Strategien zur Steigerung der Resilienz
- Methodenkompetenz für die Arbeit als Resilienz-Trainer/in

Die Weiterbildung ist für alle geeignet, die in ihrer Organisation, ihrem Unternehmen oder ihrer Einrichtung Menschen bei der Entwicklung einer individuellen Resilienz-Strategie unterstützen möchten.

Der Kurs ist als Bildungsfreistellungsmaßnahme in Sachsen-Anhalt und Niedersachsen anerkannt.

Leitung: Andreas Schwesinger

☛ T5116

Mo., 14.12.2026 bis Fr., 18.12.2026, 9.00 bis 16.30 Uhr
5mal | 40 Ustd. | 306,00 EUR

VHS, Leibnizstr. 23

Lern- und Arbeitstechniken

Gedächtnistechniken für Beruf und Alltag

Selbstlernkurs online

Der Selbstlernkurs mit Tipps und Tricks des Gedächtnisweltmeisters Johannes Mallow läuft auf unserer Lernplattform *vhs.cloud* und steht Ihnen bis zum 31.12.2026 zur Verfügung. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

☛ S5120

18,00 EUR | *vhs.cloud*

Innovationen gestalten & Lösungen systematisch entwickeln - Design Thinking

Bildungsurlaub

In diesem praxisnahen Kurs lernen die Teilnehmenden die Methode Design Thinking kennen. Sie erfahren, wie kreative Lösungen für komplexe Probleme entwickelt werden können – Schritt für Schritt und mit Blick auf die Bedürfnisse der Nutzerinnen und Nutzer. Der Kurs führt durch alle wichtigen Phasen: vom Verstehen der Zielgruppe über die Ideenentwicklung bis hin zum Erstellen und Testen einfacher Prototypen. Die Methode wird direkt in praktischen Übungen ausprobiert und auf eigene Fragestellungen angewendet. Am Ende des Kurses können die Teilnehmenden Design-Thinking-Prozesse selbstständig planen und in Projekten oder Workshops einsetzen.

Der Kurs ist als Bildungsfreistellungsmaßnahme in Sachsen-Anhalt und Niedersachsen beantragt.

Leitung: Lara-Madeline Hoffmann

☛ U5140

Mo., 08.02.2027 bis Fr., 12.02.2027, 9.00 bis 16.30 Uhr
5mal | 40 Ustd. | 346,00 EUR

VHS, Leibnizstr. 23

Stark gegen Stress und Burnout

Bildungsurlaub

In diesem Kurs lernen Sie, Stress als lebenswichtige Ressource zu verstehen und gezielt zu lenken. Sie erkennen Ihr persönliches Stresslevel und erfahren, wie Sie Belastungen in positive Energie verwandeln und im Alltag gelassener bleiben. Mit Methoden wie Yoga, Meditation, Hypnose, Autogenem Training, Progressiver Muskelrelaxation sowie Achtsamkeits- und Genusstraining fördern Sie Entspannung und Resilienz. Ergänzend hilft kognitives Coaching, Stressmuster zu

erkennen und Ihr Zeitmanagement zu verbessern. Der Kurs ist in Sachsen-Anhalt und Niedersachsen als Bildungsfreistellungsmaßnahme anerkannt. Bitte bringen Sie eine Matte, ein Handtuch sowie bequeme und wetterfeste Kleidung mit.

Leitung: Brigitte Gareis

☛ U5130

Mo., 18.01.2027 bis Fr., 22.01.2027, 9.00 bis 16.30 Uhr
5mal | 40 Ustd. | 306,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

An Stärke gewinnen durch Abgrenzung

Bildungsurlaub

Sich abzugrenzen ist ein zentraler Bestandteil der Selbstfürsorge und schützt die körperliche, geistige und psychische Gesundheit. Gleichzeitig ermöglicht es persönliche Weiterentwicklung. Oft fällt es jedoch schwer, eigene Grenzen zu erkennen und zu wahren, da das Bedürfnis nach sozialer Verbundenheit stark ist. In diesem Kurs reflektieren Sie Ihre bisherigen Strategien, gewinnen neue Perspektiven und lernen, konstruktive Methoden der Abgrenzung in Ihren Alltag zu integrieren – für mehr innere Balance, Gesundheit und Selbstsicherheit.

Der Kurs ist in Sachsen-Anhalt und Niedersachsen als Bildungsfreistellungsmaßnahme beantragt.

Leitung: Henriette Gerber

☛ T5131

Mo., 30.11.2026, 9.00 bis 16.30 Uhr
5mal | 36 Ustd. | 276,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Kommunikation

Lautsprachlich-begleitende Gebärdensprache (LBG)

Aufbaukurs

Im Kurs werden die bisher erworbenen Kenntnisse gefestigt und erweitert. Das Erlernen von neuen, im Alltag wichtigen Gebärden, die weitere Schulung der eigenen Mimik und das Anwenden des Fingeralphabetes verbessern die Kommunikation mit Gehörlosen. Durch Dialoge

und spielerische Vorgehensweise sollen sich die Teilnehmenden aktiv am Unterricht beteiligen.

Der Kurs wird von einem schwerhörigen Kursleiter geleitet.

Leitung: Ingo Spaleck

☛ T5210

Do., 03.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
12mal donnerstags | 24 Ustd. | 90,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Lautsprachlich-begleitende Gebärdensprache (LBG)

Aufbaukurs II

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen. Es werden die bisher erworbenen Kenntnisse gefestigt und erweitert. Hinzu kommen in diesem Kurs weitere praktische Anwendungen, wie z. B. das Beschreiben eines Weges oder das Erzählen einer kleinen Geschichte. In kleinen Dialogen werden auch die Mimik und die entsprechende Körpersprache geschult. Durch Dialoge werden die Teilnehmenden aktiv am Unterricht beteiligt.

Der Kurs wird von einem schwerhörigen Kursleiter geleitet.

Leitung: Ingo Spaleck

☛ T5211

Do., 03.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr
12mal donnerstags | 24 Ustd. | 90,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Gewaltfrei kommunizieren

Bildungsurlaub

Wo Menschen zusammenkommen, entstehen Missverständnisse, Konflikte und unerfüllte Erwartungen. Die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) nach M. Rosenberg bietet einen Weg, solche Situationen empathisch und konstruktiv zu lösen. Sie fördert vertrauensvolle Beziehungen, gegenseitiges Verstehen und ein gutes Miteinander – im Beruf wie im privaten Umfeld. In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen kennen, vertiefen sie und wenden sie in praktischen Übungen alltagsnah an.

Kommunikation

Der Kurs ist in Sachsen-Anhalt und Niedersachsen als Bildungsfreistellungsmaßnahme anerkannt.

Bitte mitbringen: bequeme und wetterfeste Kleidung, Schreibzeug

Leitung: Brigitte Gareis

☛ T5220

Mo., 21.09.2026 bis Fr., 25.09.2026, 9.00 bis 16.30 Uhr
5mal | 40 Ustd. | 306,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Kommunikation und Konfliktmanagement in Beruf und Alltag

Bildungsurlaub

Überall, wo Menschen zusammenleben oder arbeiten, ist ein gewisses Potenzial für Konflikte gegeben. Jeder hat unterschiedliche Wünsche und Bedürfnisse und somit kann ein harmloses Missverständnis schnell zum Konflikt werden. In diesem Kurs lernen Sie Kommunikations- und Verhandlungstechniken kennen, um Konflikte aufzulösen. Sie trainieren Grundqualifikationen in Konfliktvermittlung und können so Ihr eigenes Konfliktverhalten bewusster und effektiver gestalten.

Der Kurs ist in Sachsen-Anhalt und Niedersachsen als Bildungsfreistellungsmaßnahme anerkannt.

Leitung: Andreas Schwesinger

☛ T5221

Mo., 23.11.2026 bis Fr., 27.11.2026, 8.30 bis 16.00 Uhr
5mal | 40 Ustd. | 306,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Kommunikation und Konfliktmanagement in Beruf und Alltag - Aufbaukurs

Bildungsurlaub

Aufbauend auf den Grundlagen des Konfliktmanagements werden Themengebiete vertieft und die persönlichen Kompetenzen mit Konfliktsituationen mit zusätzlichen Übungen aus dem Alltag der Teilnehmenden weiter verstärkt. Verhandlungs- und Lösungsmodelle sowie konkrete Gesprächsvorbereitungen und Abläufe werden gemeinsam erarbeitet.

Zusätzlich werden soziale Entwicklungs- und Ablaufmodelle im Grundsatz vorgestellt und das eigene Verhalten durch Reflexionsübungen bewusst gemacht.

Dieser Kurs richtet sich an jeden Kommunikations- und Konfliktinteressierten sowie die Teilnehmenden des Grundkurses. Grundsätzliche Kenntnisse sind vorteilhaft, aber nicht zwingend.

Der Kurs ist in Niedersachsen als Bildungsfreistellungsmaßnahme anerkannt und in Sachsen-Anhalt beantragt.

Leitung: Andreas Schwesinger

☛ T5222

Mo., 12.10.2026 bis Fr., 16.10.2026, 8.30 bis 16.00 Uhr
5mal | 40 Ustd. | 306,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Angstfrei reden – für mehr Selbstsicherheit und Souveränität

Schnupperkurs

Die Angst, frei zu reden und sich zu präsentieren hält so manchen davon ab, seine Positionen, Ideen und Arbeitsergebnisse souverän darzustellen. Doch mit den richtigen Strategien und Übungen können Sie diese Angst überwinden. In diesem Schnupperkurs lernen Sie erste Methoden kennen, die Sie sofort im Alltag umsetzen können.

Leitung: Cornelia Gräber

☛ T5223

Di., 10.11.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
1mal | 2 Ustd. | 16,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Stimmtraining - mühelos und kraftvoll sprechen

Unsere Stimme ist das zentrale Werkzeug der Kommunikation - ob im Beruf oder im Alltag.

In diesem praxisorientierten Stimmtraining lernen Sie, wie die vier Funktionskreise Körperhaltung, Atmung, Stimme und Artikulation zusammenwirken und wie Sie diese gezielt einsetzen, um klar, kraftvoll und ausdrucksstark zu sprechen. Der Kurs kombiniert kurze Theorieeinheiten mit vielen praktischen Übungen, die Sie direkt anwenden können.

Schritt für Schritt verbessern Sie Ihre Körperhaltung, vertiefen Ihre Atmung, entwickeln eine tragfähige Stimme und verfeinern Ihre Artikulation.

Bitte ziehen Sie bequeme Kleidung an und bringen Sie ein großes Handtuch mit.

Leitung: Philipp Simon

☛ T5224

Sa., 05.12.2026, 9.30 bis 17.30 Uhr

1mal | 8 Ustd. | 57,20 EUR

VHS, Leibnizstr. 23

Präsenz und Rhetorik - für einen starken Auftritt

In diesem Kurs trainieren Sie, wie Sie Ihre Wirkung bewusst gestalten – mit Körpersprache, Stimme und Haltung. Sie lernen, Ihre Inhalte klar und zielgruppen-gerecht zu vermitteln, souverän aufzutreten und dabei authentisch zu bleiben – ob im Meeting, bei Präsentationen oder online. Mit vielen praktischen Übungen und Feedback für Ihren persönlichen Auftritt.

Bitte ziehen Sie bequeme Kleidung an und bringen Sie ein großes Handtuch mit.

Leitung: Philipp Simon

☛ T5225

Sa., 12.12.2026, 9.30 bis 17.30 Uhr

1mal | 8 Ustd. | 57,20 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

10-Finger-Tastschreiben

10-Finger-Tastschreiben für Jugendliche von 13 bis 18 Jahren

Bei fünf Fingern an jeder Hand ist das fließende Schreiben auf einer Tastatur nicht ganz einfach und braucht viel Übung. In diesem Kurs wird gelernt, wie Texte schnell und mit allen zehn Fingern getippt werden können. Im Zentrum steht das „Lernen mit allen Sinnen“. Nach den Grundlagen des multisensorischen Lernens werden über Farben, Bilder und Musik die Tastschreibtechniken vermittelt.

Mitzubringen sind Bleistifte und Buntstifte in den Farben rot, grün, blau, gelb.

Leitung: Barbara Rist

☛ T56320

Mo., 10.08.2026 bis Do., 13.08.2026, 9.30 bis 12.00 Uhr
4mal | 12 Ustd. | 106,40 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

10-Finger-Tastschreiben in wenigen Stunden

Auf Basis aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse in der Gedächtnis- und Lernforschung wurde ein Konzept für das Zehn-Finger-System des Computerschreibens entwickelt. Sein Kernprinzip: Training des Langzeitgedächtnisses durch ganzheitliches, assoziatives Lernen mit Bildern, Sprache und Musik. In nur wenigen Stunden ist es möglich, die Tastatur blind zu beherrschen.

Bei Interesse kann eine Prüfung abgelegt werden. Als Ergebnis wird ein Zertifikat ausgestellt. Die Anmeldung ist bei der Programmbereichsleiterin möglich.

Leitung: Barbara Rist

☛ T56321

Mi., 04.11.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

5mal mittwochs | 10 Ustd. | 93,40 EUR

VHS, Leibnizstr. 23

Computerkurse für Einsteiger mit lang-samen Lerntempo

Die folgenden Kurse werden durch das Land Sachsen-Anhalt und die Europäische Union im Rahmen des Projekts „Fit für die digitale Welt – Leben, Lernen, Teilhaben“ gefördert.

Erste Schritte am Computer: Texte schreiben und gestalten mit Word

In diesem Kurs erweitern Sie die im Kurs „Allererste Schritte am Computer“ erworbenen Kenntnisse. Sie erstellen und bearbeiten Texte mit dem Programm Word und lernen, diese in Form zu bringen und zu gestalten.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit einem Computer oder Laptop

Computerkurse | Künstliche Intelligenz

Leitung: Ruben Neumann

☛ T7501

Fr., 21.08.2026, 13.00 bis 14.30 Uhr
5mal freitags | 10 Ustd. | entgeltfrei
VHS, Leibnizstr. 23

Allererste Schritte im Internet

Sie lernen, wie Sie Internetseiten besuchen und wie Sie Informationen im Internet suchen und finden. Sie lernen auch, wie Sie das Internet sicher nutzen können.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit einem Computer, Laptop oder Tablet

Leitung: Georg Riebau

☛ T7510

Do., 27.08.2026 und 03.09.2026, 13.00 bis 15.30 Uhr
2mal donnerstags | 6 Ustd. | entgeltfrei
VHS, Leibnizstr. 23

Das Internet sicher nutzen

In diesem Kurs erweitern Sie Ihre Kenntnisse in der Nutzung des Internets. Sie lernen, effektiv im Internet zu suchen, welche sinnvollen Portale es gibt und wie Online-Bezahlsysteme funktionieren. Außerdem erfahren Sie, worauf Sie im Hinblick auf den Schutz Ihrer persönlichen Daten achten müssen.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit einem Computer, Laptop oder Tablet sowie Grundkenntnisse im Umgang mit dem Internet

Leitung: Georg Riebau

☛ T7511

Do., 10.09.2026 und 17.09.2026, 13.00 bis 15.30 Uhr
2mal donnerstags | 6 Ustd. | entgeltfrei
VHS, Leibnizstr. 23

Weitere Informationen:



Erste Schritte mit meinem Smartphone oder iPhone

Sie haben Sie ein Smartphone oder iPhone, aber noch viele Fragen? In diesem Kurs lernen Sie in entspannter Atmosphäre die Grundlagen der digitalen Welt kennen – egal ob Android-Gerät oder iPhone.

Schwerpunkte: Grundbedienung: Wischen, Tippen, WLAN und wichtige Einstellungen - Kommunikation: WhatsApp nutzen und Fotos sicher versenden - Sicherheit: Worauf muss ich achten? (Datenschutz & Betrugsschutz) - Alltagshelfer: Fotografieren, Wetter-Apps und Fahrplanauskünfte

Wichtig: Bitte bringen Sie Ihr eigenes, geladenes Smartphone oder iPhone (inkl. Ladekabel) mit. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Leitung: Georg Riebau

☛ T7520

Fr., 18.09.2026, 9.00 bis 12.15 Uhr
Sa., 19.09.2026, 9.30 bis 12.45 Uhr
2mal | 8 Ustd. | entgeltfrei | VHS, Leibnizstr. 23

Künstliche Intelligenz

Künstliche Intelligenz verstehen

Bildungsurlaub

Künstliche Intelligenz (KI) verändert Arbeitswelt und Gesellschaft rasant. In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen der KI kennen und setzen Tools wie ChatGPT, Microsoft Copilot und Bild-KIs professionell und sicher ein. Inhalte: effektives Prompting, Texte zusammenfassen, Protokolle erstellen, Recherchen beschleunigen sowie Datenschutz, Urheberrecht, Deepfakes und Halluzinationen. Außerdem erfahren Sie, wie KI Berufsfelder und die Zukunft der Arbeit verändert. Der Kurs ist in Sachsen-Anhalt und Niedersachsen als Bildungsfreistellungsmaßnahme beantragt.

Leitung: Georg Riebau

☛ T55100

Mo., 05.10.2026 bis Fr., 09.10.2026, 8.30 bis 15.30 Uhr
5mal | 40 Ustd. | 266,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Bilder und Grafiken erstellen mit Künstlicher Intelligenz

Bildungsurlaub

In diesem praxisnahen Kurs lernen Sie, mit der KI-Software Midjourney hochwertige Bilder und Grafiken zu erstellen. Der Fokus liegt auf direkter Anwendung statt Theorie. Sie entwickeln eigene Bildstile, speichern persönliche Settings und bearbeiten individuelle Projekte. Midjourney unterstützt Sie bei kreativen Herausforderungen – von abstrakten Konzepten über Bildanpassungen bis hin zu Grafiken nach konkreten Vorgaben.

Der Kurs ist in Sachsen-Anhalt und Niedersachsen als Bildungsfreistellungsmaßnahme beantragt.

Leitung: Axel Lauer

☛ T55102

Mo., 28.09.2026 bis Mi., 30.09.2026, 9.30 bis 16.30 Uhr
3mal | 24 Ustd. | 186,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Künstliche Intelligenz für Einsteiger

Was verbirgt sich eigentlich hinter ChatGPT und Co.? In diesem Kurs erfahren Sie ohne technisches Kauderwelsch, wie Künstliche Intelligenz funktioniert und wie Sie diese im Alltag gewinnbringend einsetzen können.

Inhalt: - Was ist KI? Eine einfache Einführung - ChatGPT & Co.: Texte schreiben lassen, Reisepläne erstellen oder Fragen beantworten - KI im Alltag: Hilfe bei E-Mails, Übersetzungen oder der Bildersuche - Sicherheit & Ethik: Was darf die KI, wo liegen die Grenzen und woran erkenne ich „Fake News“?

Sie lernen die KI als digitalen Assistenten zu nutzen, um Zeit zu sparen und neue Möglichkeiten zu entdecken.

Der Kurs wird durch das Land Sachsen-Anhalt und die Europäische Union im Rahmen des Projekts „Fit für die digitale Welt – Leben, Lernen, Teilhaben“ gefördert.

Voraussetzung: grundlegende Computer-Kenntnisse

Leitung: Georg Riebau

☛ T7530

Mo., 14.09.2026, 16.00 bis 18.30 Uhr

Mi., 16.09.2026, 16.00 bis 18.30 Uhr

2mal | 6 Ustd. | entgeltfrei | VHS, Leibnizstr. 23

KI-Kompetenzschulung nach EU AI Act

Der neue EU AI Act regelt erstmals den rechtlichen Umgang mit Künstlicher Intelligenz in Europa. Dieser Kurs vermittelt praxisnah, welche Anforderungen künftig auf Unternehmen, Organisationen und Nutzer zukommen.

Inhalte: - EU AI Act: Ziele, Inhalte, Klassifizierung von KI-Systemen - Risikokategorien und ihre Bedeutung für Unternehmen - Rechte und Pflichten im Umgang mit KI - Praktische Umsetzung: Transparenz, Dokumentation, Compliance - Handlungsempfehlungen

Leitung: Georg Riebau

☛ T55104

Mi., 30.09.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr

1mal | 4 Ustd. | 33,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Deepfakes erkennen und sich schützen - online

Künstliche Intelligenz kann täuschend echte Bilder, Videos und Stimmen erzeugen. Sogenannte Deepfakes sind oft kaum von echten Inhalten zu unterscheiden und werden für Betrug, Manipulation oder Identitätsmissbrauch genutzt. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Deepfakes funktionieren, woran man sie erkennt und wie Sie sich und Ihre Familie mit einfachen Maßnahmen im Alltag davor schützen können.

Leitung: Rik Steinicke

☛ T55110

Mi., 09.09.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr

6mal mittwochs | 12 Ustd. | 90,00 EUR

vhs.cloud

Digitale Kompetenzen

Vibe Coding: Apps entwickeln mit KI - online ohne Programmierkenntnisse

Sie haben eine Idee für eine App oder ein digitales Tool – aber keine Programmierkenntnisse? Oder Sie denken: „Das würde ich gerne umsetzen, aber ich kann nicht coden“? Genau hier setzt Vibe Coding an. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit moderner KI Software entwickeln, ohne selbst programmieren zu müssen. Statt komplizierter Programmiersprachen beschreiben Sie einfach Ihre Idee – und die KI setzt sie Schritt für Schritt um. So entstehen aus Gedanken echte Anwendungen, Websites oder kleine Tools.

Voraussetzungen: grundlegende Betriebssystemkenntnisse zur Arbeit mit dem PC, Grundkenntnisse Internetnutzung

Leitung: Rik Steinicke

☛ T55115

Fr., 11.09.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr
6mal freitags | 12 Ustd. | 90,00 EUR
vhs.cloud

Content auf Knopfdruck - online

„Ich weiß, ich müsste posten – aber was?“ Dieser Kurs liefert die Antwort. Sie lernen, wie Sie mit System Inhalte planen, KI-Tools effizient nutzen und Ihre Sichtbarkeit auf Social Media, Website und Google steigern. Das im Kurs vermittelte Konzept zeigt Schritt für Schritt, wie aus Ideen strukturierter Content wird, der Reichweite, Vertrauen und Kunden bringt.

Voraussetzungen: grundlegende Betriebssystemkenntnisse zur Arbeit mit dem PC, Social-Media-Kenntnisse, Kenntnisse in Website-Pflege

Leitung: Rik Steinicke

☛ T55116

Do., 10.09.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr
6mal donnerstags | 12 Ustd. | 90,00 EUR | *vhs.cloud*

Digitale Kompetenzen

Google verstehen - online SEO & Local SEO für Einsteiger

Wer lokal gefunden werden will, braucht mehr als nur eine Web-Seite. Dieser Kurs zeigt praxisnah, wie Sie Ihr Unternehmen oder Ihre Praxis in der Google-Suche und auf Google Maps optimal positionieren. Von Bewertungen über Bilder bis hin zu Einträgen in Online-Verzeichnissen – hier lernen Sie alle Stellschrauben, um vor Ort besser sichtbar zu werden.

Voraussetzungen: grundlegende Betriebssystemkenntnisse zur Arbeit mit dem PC, Grundkenntnisse Internetnutzung

Leitung: Rik Steinicke

☛ T55200

Mo., 07.09.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr
6mal montags | 12 Ustd. | 90,00 EUR
vhs.cloud

Office to go: Word, Excel, PowerPoint, Outlook Kompaktkurs für Einsteiger

Dieser Kurs vermittelt Einsteigern die Grundlagen im Umgang mit dem Office-Paket von Microsoft.

Inhalt: - Dokumente erstellen und gestalten mit Word
- Tabellen erstellen und gestalten mit Excel - Präsentationen entwerfen mit PowerPoint - Kommunizieren und organisieren mit Outlook

Dieser Kurs ersetzt keine weiterführenden Kurse zu den einzelnen Programmen.

Es wird mit dem Betriebssystem Windows 11 und den Office-2021-Produkten gearbeitet.

Voraussetzungen: grundlegende Betriebssystemkenntnisse zur Arbeit mit dem PC

Leitung: Jürgen Thäsler

☛ T55420

Fr., 13.11.2026 und 20.11.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr
Sa., 14.11.2026 und 21.11.2026, 9.30 bis 14.30 Uhr
4mal | 20 Ustd. | 136,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Word und Excel - Online-Einzeltraining

Sie haben Fragen zu bestimmten Funktionen von Word und Excel und brauchen schnell Antworten? Dann buchen Sie doch ein Online-Einzeltraining im Umfang von 90 Minuten und schon kann es losgehen.

☛ S55000

Terminvereinbarung und Themenabsprache erfolgen nach der Kursbuchung.

1mal | 2 Ustd. | 90,00 EUR

Begleitete Online-Selbstlernkurs für Einsteiger

Sie benötigen schnell Grund-Kenntnisse in Word, Excel, PowerPoint oder Outlook, es gibt aber gerade keinen passenden Kurs? Dann schaffen dieser durch einen Kursleitenden begleitete Online-Selbstlernkurse Abhilfe.

Alle Inhalte sind mittels Video-Lernlektionen aufbereitet und stehen Ihnen für jeweils 4 Wochen zur Verfügung. In dieser Zeit steht Ihnen ein Kursleitender für Ihre Fragen zur Seite und gibt Rückmeldungen zu Ihren Übungsaufgaben.

Ergänzt werden die Kurse jeweils durch eine 90-minütige Online- oder Präsenzsprechstunde.

Ein individueller Einstieg ist jederzeit möglich.

60,00 EUR | *vhs.cloud*

☛ S55001 Word-Grundlagen

☛ S55002 Excel-Grundlagen

☛ S55003 PowerPoint-Grundlagen

☛ S55004 Outlook Grundlagen



Weitere Informationen:

Barrierefreie Dokumente mit Word erstellen – praxisnah und mit KI-Unterstützung - online

Barrierefreie Dokumente sind heute Standard – rechtlich durch WCAG und BfSG gefordert und unverzichtbar für professionelle Kommunikation. Schritt für Schritt entsteht ein strukturiertes Word-Dokument mit Formatvorlagen, klarer Logik und Alternativtexten, das anschließend als PDF/UA ausgegeben wird. KI unterstützt bei Alternativtexten, Strukturprüfung und Optimierung. Prüftools sichern die Qualität. So gelingt barrierefreies Arbeiten effizient, sicher und nachhaltig.

Voraussetzungen: grundlegende Kenntnisse im Umgang mit Windows, gute Word-Kenntnisse

Leitung: Bettina Breton

☛ T55450

Mo., 21.09., 18.00 bis 21.00 Uhr

1mal | 4 Ustd. | 44,00 EUR

am eigenen PC

PIVOT-Tabellen - online

Daten auswerten, analysieren und visualisieren

Diese praxisnahe Einführung macht große Datenmengen beherrschbar: Daten flexibel auswerten, verknüpfen und visualisieren – ohne die Originaldaten zu verändern. Datenschnitte und Zeitachsen machen Trends sichtbar, sparen Zeit bei Berichten und schaffen Kontrolle über komplexe Datenbestände.

Leitung: Bettina Breton

☛ T55510

Mo., 05.10.2026, 18.00 bis 21.00 Uhr

1mal | 4 Ustd. | 44,00 EUR

am eigenen PC

MS POWER QUERY und POWER PIVOT – online Effiziente Datenanalyse mit den Power-Tools

Diese praxisnahe Einführung zeigt, wie Excel Power Query und Power Pivot komplexe Datenanalysen vereinfachen. Daten werden automatisiert importiert, bereinigt und verknüpft. Mit Datenmodellen und DAX-Formeln entstehen schnelle, strukturierte Analysen – ideal auch als Einstieg in Power BI Desktop

Leitung: Bettina Breton

☛ T55511

Di., 03.11.2026, 18.00 bis 21.00 Uhr
3mal dienstags | 12 Ustd. | 126,00 EUR
am eigenen PC

Einführung in Microsoft Power BI Desktop - Professionelles Reporting - online

Power BI Desktop ermöglicht interaktive Berichte und Dashboards für professionelle Datenanalysen. Der Kurs vermittelt Datenmodelle, Beziehungen, Visualisierungen und den Einstieg in DAX-Logik. So entstehen aussagekräftige Analysen und Präsentationen.

Leitung: Bettina Breton

☛ T55512

Do., 10.12.206 und 7.12.2026, 18.00 bis 21.00 Uhr
2mal | 8 Ustd. | 86,00 EUR
am eigenen PC

Wissen gesucht!

Sie sind Expert*in
auf einem bestimmten Gebiet und
wollen Ihr Wissen an andere weitergeben?

Sie sprechen eine Sprache perfekt und
haben Freude daran, diese zu vermitteln?

Sie sind Trainer*in im Bereich Gymnastik,
Pilates, Fitness und haben Erfahrung
in der Arbeit mit Erwachsenen?

Rufen Sie uns an oder senden Sie
uns Ihr Angebot mit Ihren
Bewerbungsunterlagen zu.

Xpert Business

Betriebliches Rechnungswesen

Berufliche Weiterbildung mit bundesweit anerkannten Abschlüssen

Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatssystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Die Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kenntnisse und Fähigkeiten vom Einstieg bis zum Profi-Niveau. In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. Der modulare Aufbau ermöglicht es Ihnen, die Module entsprechend Ihrer Vorkenntnisse und Ihres Weiterbildungsziels auszuwählen. Nach jedem Einzelkurs können Sie eine Prüfung absolvieren und so Schritt für Schritt eines der folgenden Zertifikate erwerben:

- Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung
- Geprüfte Fachkraft Internes Rechnungswesen
- Geprüfte Fachkraft Externes Rechnungswesen
- Geprüfte Fachkraft Lohn und Gehalt
- Finanzbuchhalter/in
- Finanz- und Lohnbuchhalter/in

Weitere Informationen finden Sie auch unter
www.xpert-business.eu.

Informationsabend Xpert Business - online

An diesem Abend erhalten Sie einen Überblick über die Kurse des Kurs- und Zertifikatssystems „Xpert Business“. Außerdem stellen wir das Xpert Business Lernnetz vor. Sie erhalten Informationen über den Kursablauf, die technischen Voraussetzungen und die weitere Verfahrensweise.

Leitung: Katja Klaußner

☛ T5650

Mo., 21.09.2026, 18.00 bis 19.30 Uhr
1mal | 2 Ustd. | entgeltfrei

Online-Kurse mit Durchführungsgarantie

Die Städtische Volkshochschule Magdeburg bietet die folgenden Xpert Business-Kurse an:

- mit Durchführungsgarantie des Xpert Business-Lernnetzes
- als Live-Webinar im virtuellen Webinarraum mit dem dazugehörigen Kursmaterial

Die Webinare werden aufgezeichnet und können so als Grundlage für die Vor- und Nachbereitung genutzt werden. Sämtliche Webinare finden zeitgleich statt. Die Webinare beginnen mit einer Kick-Off-Veranstaltung mit der Möglichkeit, die anderen Teilnehmenden kennenzulernen und Ihre Fragen zum Kursablauf zu klären. Zusätzlich gibt es vorgeschaltete Termine für Technik-Tests von zu Hause aus und Prüfungstermine als Präsenzprüfung in der VHS.

Folgende Kurse sind im Angebot:

- Finanzbuchführung 1
- Finanzbuchführung 2
- Finanzbuchführung 3 mit DATEV
- Kosten- und Leistungsrechnung
- Finanzwirtschaft
- Bilanzierung
- Betriebliche Steuerpraxis
- Controlling
- Lohn und Gehalt
- Lohn und Gehalt 2
- Lohn und Gehalt 3 mit DATEV
- Personalwirtschaft
- Einnahmen-Überschussrechnung

Inhalte, Termine, Kosten und Voraussetzungen für die Kurse finden Sie hier:



Fortbildungen für Kursleitende

Künstliche Intelligenz für Ihren Unterricht - online

Künstliche Intelligenz (KI) ist aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken - nicht nur in Medien, Internet und Diskussionen, sondern auch im Unterricht. In diesem Kurs entdecken Sie NotebookLM als ein Werkzeug, mit dem Sie sich Zusammenfassungen, Mindmaps, Präsentationen, Videos und Podcasts aus verschiedenen Textdokumenten generieren lassen können.

Leitung: Katja Klaußner

☛ T5710

Fr., 13.11.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr

1mal | 2 Ustd. | 15,00 EUR

Für Kursleitende der VHS Magdeburg ist diese Fortbildung entgeltfrei.

KI kompetent nutzen im Integrations- und Berufssprachkurs

Wie kann Künstliche Intelligenz sinnvoll im Sprachunterricht eingesetzt werden?

In dieser praxisnahen Fortbildung lernen Lehrkräfte, KI-Tools, wie ChatGPT didaktisch fundiert zu nutzen – orientiert an den aktuellen Empfehlungen des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

Inhalt: - Grundlagen & Einsatzmöglichkeiten von KI
- Erstellung von Unterrichtsmaterialien - Differenzierung & Individualisierung - Datenschutz & verantwortungsvoller Einsatz

Leitung: Katja Klaußner

☛ T5711

Sa., 10.10.2026 und 07.11.2026, 9.30 bis 14.30 Uhr

2mal | 12 Ustd. | 50,00 EUR

Für Kursleitende der VHS Magdeburg ist diese Fortbildung entgeltfrei.

VHS, Leibnizstr. 23

Kurse mit Bildungsfreistellung

Das Bildungsfreistellungsgesetz des Landes Sachsen-Anhalt garantiert allen Arbeitnehmern und Arbeitnehmerinnen, Angestellten und Auszubildenden in Sachsen-Anhalt einen Anspruch auf fünf Tage bezahlte Bildungsfreistellung pro Kalenderjahr. Bildungsfreistellung kann für die Teilnahme an einer anerkannten Bildungsveranstaltung beantragt werden, wobei durch das Gesetz Wahlfreiheit hinsichtlich der thematischen Ausrichtung der Veranstaltung garantiert ist.

Nach Auswahl und Anmeldung für einen Kurs kann der Anspruch auf Bildungsfreistellung beim Arbeitgeber bis spätestens 6 Wochen vor Kursbeginn geltend gemacht werden. Für Fragen zum Bildungsfreistellungsgesetz steht Ihnen Katja Klaußner gern zur Verfügung (Telefon 0391 53547717).

Nachfolgend aufgeführte Kurse sind durch das Landesverwaltungsamt Sachsen-Anhalt anerkannt bzw. die Anerkennung wurde beantragt. Einige Kurse sind durch das Land Niedersachsen ebenfalls als Bildungsurlaub genehmigt.

Feldenkrais – Eine Methode zur Verbesserung der Lebensqualität

☛ T3A000

Weitere Informationen auf Seite 52

Business English B1

☛ T472500

Weitere Informationen auf Seite 68

Französisch Einstiegskurs A1

☛ T473013

Weitere Informationen auf Seite 72

Italienisch Einstiegskurs A1

☛ T474013

Weitere Informationen auf Seite 75

Spanisch Einstiegskurs A1

☛ T476018 und U476018

Weitere Informationen auf Seite 77

Spanisch mit geringen Vorkenntnissen A1

☛ U476027

Weitere Informationen auf Seite 78

Arabisch Intensivkurs

☛ T477011

Weitere Informationen auf Seite 80

Weiterbildung zum/zur Resilienztrainer/in

☛ T5116

Weitere Informationen auf Seite 26

An Stärke gewinnen durch Abgrenzung

☛ T5131

Weitere Informationen auf Seite 27

Gewaltfrei kommunizieren

☛ T5220

Weitere Informationen auf Seite 27

Kommunikation und Konfliktmanagement in Beruf und Alltag

☛ T5221

Weitere Informationen auf Seite 28

Kommunikation und Konfliktmanagement in Beruf und Alltag - Aufbaukurs

☛ T5222

Weitere Informationen auf Seite 28

Künstliche Intelligenz verstehen

☛ T55100

Weitere Informationen auf Seite 30

Bilder und Grafiken erstellen mit Künstlicher Intelligenz

☛ T55102

Weitere Informationen auf Seite 31

Stark gegen Stress und Burnout

☛ U5130

Weitere Informationen auf Seite 26

Innovationen gestalten & Lösungen systematisch entwickeln - Design Thinking

☛ U5140

Weitere Informationen auf Seite 26

Kunst und Kultur

Heike Heinrich

Programmbereichsleiterin

Telefon: 0391 53547718

Mail: Heike.Heinrich@vhs.magdeburg.de

Internet: www.vhs.magdeburg.de



Zeichnen

Film und Literatur

Schreibwerkstatt

Floristik Malen

Theater und Musik Backen

Kochen Nähen

Fotografie Gitarre

Tanzen Origami

Kino und Theater

Filmclub Magdeburg

Volkshochschule im Studiokino

Der Filmclub ist eine Verbindung zwischen Filminteressierten und Cinephilen, die sich im Studiokino versammeln, um gemeinsam einen Film zu schauen und zu diskutieren. „Ein Film, wie ein Gemälde“ heißt die Filmreihe im Jahr 2025. Am 31. August 2026 startet der Filmclub mit „The Danish Girl“ aus dem Jahr 2015 in den Kinoherbst. Eine Einführung vor jedem Film und die anschließende Diskussion regen zum Sehen lernen an. Die Filme und Termine sowie weitere Informationen erhalten Sie im Internet oder unter 0391- 53547718.

Der Filmclub ist ein offener Filmabend, an dem Sie auch ohne Filmclub-Card zum regulären Kinopreis teilnehmen können. Die Filmclub-Card für das Herbstsemester kostet 7,50 EUR und berechtigt zum ermäßigten Eintritt von 8,50 EUR pro Filmabend.

Der verringerte Eintrittspreis im Kino von 8,50 EUR (9,50 EUR bei Überlänge) für Filmclub-Mitglieder ist zusätzlich zur Filmclub-Card an der Kinokasse zu entrichten.

Leitung: Heike Heinrich

☛ **S28000**

Mo., 31.08., 21.09., 12.10., 16.11., 14.12.2026

1mal monatlich, 19:30 Uhr | 7,50 EUR

Studiokino Magdeburg, Moritzplatz 1a



Heike Heinrich

Programm-
bereichsleiterin

Telefon:
0391 53547718

E-Mail:
Heike.Heinrich@
vhs.magdeburg.de



Weitere Informationen:

Improvisationstheater

Vom ersten Impuls zur Szene

Improvisationstheater bedeutet, sich auf das Unvorhersehbare einzulassen und aus dem Moment heraus zu spielen. In diesem Crash-Kurs lernen Sie die Grundlagen der Improvisation kennen und stärken Ihre Spontanität sowie den Mut zum freien Theaterspiel. Gemeinsam probieren wir verschiedene Methoden aus und erleben, wie viel Spielfreude gemeinsam im Raum erzeugt werden kann. Dieser Kurs eignet sich für Menschen ab 14 Jahren. Eine obere Altersgrenze gibt es im Impro-Theater nicht. Eingeladen sind alle mit Spielfreude mit und ohne Vorkenntnisse.

Bitte lockere Bekleidung und bequeme Schuhe ohne hohe Absätze anziehen bzw. rutschfeste Socken, ggf. einen Mittagsimbiss und etwas zu Trinken sowie Papier und Stift mitbringen.

Leitung: Anja Engelhardt

☛ **T28050**

Sa., 07.11.2026, 10.00 bis 15.30 Uhr

1mal | 6 Ustd. | 33,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Schreiben

Die Schreibwerkstätten der Volkshochschule laden zum gemeinsamen Schreiben, Vortragen und dem Entdecken von Erinnerungen ein. Dabei stehen das biografische Schreiben, das dokumentarische Schreiben oder das kreative Schreiben ebenso auf dem Programm wie der Austausch in der Gruppe. Sie sollten Lust und Mut zum eigenen Schreiben mitbringen und offen dafür sein, die Texte anderer kennenzulernen und wertschätzend zu behandeln. Gezielt mitgebrachte Texte oder Romanentwürfe können in diesen Kursen nicht fertiggestellt, lektoriert oder für eine Veröffentlichung vorbereitet werden. Bitte bringen Sie Schreibpapier oder ein Notizbuch sowie Stifte mit. Weitere Informationen finden Sie im Internet oder erfahren mehr im persönlichen Gespräch mit der Programmbereichsleiterin, Telefon 0391- 53547718.

Kreatives Schreiben

Der Kurs ist für Menschen mit noch nicht so langer Schreiberfahrung und Probierfreudige gedacht, bietet aber auch die Möglichkeit, über mehr als ein Semester kontinuierlich teilzunehmen.

Dieser Kurs findet ein- bis zweimal monatlich statt.

Leitung: Juliane Gläß

☛ T28041

Mo., 28.09.2026, 17.30 bis 20.00 Uhr

7mal montags | 21 Ustd. | 79,50 EUR

VHS, Leibnizstr. 23

Kreative Schreibwerkstatt für Frauen

Selbstgeschriebenes und Gelesenes

Hier steht die kurze literarische Form mit den verschiedenen Entstehungsprozessen im Mittelpunkt. Der Kurs ist für Interessierte geeignet, die bereits über Schreibereferenzen verfügen.

Leitung: Heike Heinrich

☛ T28042

Do., 27.08.2026, 16.30 bis 18.00 Uhr

8mal donnerstags | 16 Ustd. | 35,00 EUR

Stadtteilbibliothek Florapark,

Olvenstedter Graseweg 37, 1. Etage, Mittelgang

Der Kurs findet 14täglich statt.

Die nachfolgenden Workshops und Kurse zum kreativen Schreiben finden in der VHS, Leibnizstr. 23 statt.

Leitung: Cora Albrecht

Schreibwerkstatt: Biografisches Schreiben

Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene und findet im zweiwöchigen Rhythmus statt.

☛ T28040

Mi., 02.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

7mal mittwochs | 14 Ustd. | 61,60 EUR

(Er)finde deine Kraft

Queerfeministischer Schreibkurs

In diesem Workshop schaffen wir Raum, uns schreibend zu erforschen, verborgene Fähigkeiten ans Licht zu holen und neue Ausdrucksformen auszuprobieren. Vorkenntnisse werden keine benötigt. Frauen mit Schreiberfahrung sind willkommen. Der Kurs findet im zweiwöchigen Rhythmus statt.

☛ T28043

Mi., 09.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

7mal mittwochs | 14 Ustd. | 61,60 EUR

Mit Hilfe der Heldenreise spannende Geschichten erzählen

Schreibworkshop

Gemeinsam tauchen wir in die Welt der Heldenreise ein – eine archetypische Erzählstruktur, die fast allen großen Geschichten, Mythen und Märchen zugrunde liegt. Dieser Workshop hilft, den Geschichten mehr Tiefe, Klarheit und Wirkung zu verleihen. Zum Workshop bitte ein Schreibheft oder Schreibblock und Stifte sowie einen Mittagsimbiss mitbringen.

☛ T28044

Sa., 07.11.2026 und 28.11.2026,

10.00 bis 15.00 Uhr

2mal | 12 Ustd. | 63,36 EUR

Zeichnen

Das Zeichnen ist die Grundlage der Bildenden Kunst und eröffnet einen Zugang zu anderen Maltechniken. Die Zeichenkurse der Volkshochschule bieten eine Fülle an Gestaltungsmöglichkeiten. Der Materialeinsatz, über die Empfehlungen hinaus, wird im Kurs besprochen. Weitere Informationen zu den inhaltlichen Schwerpunkten finden Sie im Internet oder Sie erfahren mehr im Gespräch mit der Programmabteilungsleiterin, Telefon 0391-53547718.

Die nachfolgenden Kurse finden in der VHS, Leibnizstr. 23 statt.

Zeichnen | Comic und Mangas

Bitte bringen Sie Zeichenpapier Größe A4 bis A3, Bleistifte und Grafitstifte in unterschiedlichen Härtegraden, Buntstifte, Rötel und Kreiden sowie Fineliner mit.

Leitung: Viola Reese

Zeichnen mit Vorkenntnissen

In diesem Zeichenkurs können alle, die mit dem Zeichnen schon ein wenig vertraut sind, ihre Fähigkeiten ausbauen. Das Skizzieren als Vorbereitung von Bildern wird weiter vertieft.

☛ T28100

Di., 03.11.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
6mal dienstags | 12 Ustd. | 48,44 EUR

Zeichnen mit Farbstiften

Der Kurs eignet sich für Geübte sowie Interessierte, die Vorgängerkurse in verschiedenen Zeichentechniken besucht haben.

Bitte bringen Sie A4-Zeichenpapier, Malunterlage, Bleistifte und Buntstifte mit. Der weitere.

☛ T28100A

Mi., 02.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
12mal mittwochs | 24 Ustd. | 94,08 EUR
Vom 14.10. - 28.10.2026 findet kein Unterricht statt.

Zeichnen - Aufbaustufe

Die Teilnehmenden bekommen die Möglichkeit, Zeichentechnik, Prinzipien des Bildaufbaus, Perspektive und Hell-/Dunkelkontraste zu erlernen und eigene Zeichnungen zu den verschiedenen Themen anzufertigen. Der Kurs eignet sich für Interessierten mit Vorkenntnissen ab 16 Jahren.

Bitte bringen Sie A4-Zeichenpapier, Malunterlage und Bleistifte, Zeichenkohle, Radiergummi, Anspitzer, Knetgummi und, wenn vorhanden, eine Mappe für die Zeichnungen mit.

Leitung: Artem Kamaev

☛ T28102

Di., 15.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr
10mal dienstags | 20 Ustd. | 79,40 EUR
Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Comics und Mangas zeichnen

In diesen Ferien-Workshops werden die Grundlagen für das Zeichnen von Manga und Comic vermittelt. Bitte zum Workshop einen Zeichenblock, Bleistifte, Buntstifte, Filzstifte, Fineliner oder Aquarellmalstifte sowie Radiergummi, eine Zeichenunterlage und einen Anspitzer mitbringen.

Die Ferien-Workshops finden in der VHS, Leibnizstr. 23 statt.

Leitung: Melina Gross

Comics und Mangas zeichnen für Kinder (8 bis 12 J.)

Wir wollen bunte und vielfältige Geschichten im Comic- und Mangastil zeichnen. Der Ferienworkshop ist für Grundschulkindern geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

☛ T28110

Mi., 21.10.2026, 10 bis 11.30 Uhr
1mal | 3 Ustd. | 13,01 EUR

Comics und Mangas für Jugendliche (ab 13 J.)

Wie erzähle ich eine Bild-Geschichte? Wie sehen die Charaktere aus und wie gelingt eine schlüssige Bildabfolge? Es können unterschiedliche Zeichentechniken verwendet werden. Der Workshop ist für junge Menschen ab 13 Jahren geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

☛ T28111

Mi., 21.10.2026, 11.45 bis 14.00 Uhr
1mal | 3 Ustd. | 13,01 EUR

Comics und Mangas zeichnen für Erstklässler am Nachmittag - eine Aktion der „Kulturschultüte“

Wir wollen gemeinsam eine Manga- oder Comicfigur entwickeln und diese dann zeichnen. Wir lassen uns leiten von Büchern, in denen gezeichnete Geschichten für das Erstlesealter erzählt werden. Am Ende nehmen alle eine Manga- oder Comicfigur zum weiteren Zeichnen einer Geschichte mit nach Hause.

Der Workshop kann von Erstklässlern mit einem Gutschein der Volkshochschule aus der Kulturschultüte besucht werden.

Auf Grund der begrenzten Plätze ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich.

☛ T28112

Mi., 21.10.2026, 14.30 bis 16.00 Uhr

1mal | 2 Ustd. | entgeltfrei (mit Gutschein aus der Kulturschultüte)

Malen

Die Malkurse an der Städtischen Volkshochschule bieten, in den Techniken Aquarell-, Acryl- oder Ölmalerei eine große Vielfalt in der künstlerischen Gestaltung mit Farben. Die Kurse sprechen Erstlernende an, die die Grundlagen zu den Maltechniken vermittelt bekommen. Geübte können ihre Fertigkeiten ausprobieren und ausbauen. Rufen Sie im Programmbereich Kunst und Kultur an, wenn Sie sich nicht sicher sind, welcher Kurs für Sie geeignet ist. Weitere Informationen zu den inhaltlichen Schwerpunkten und mitzubringenden Materialien unserer Malkurse finden Sie im Internet. Bitte bringen Sie als Grundausstattung zu allen Malkursen Bleistift, Mischpalette, Wasserglas sowie Zeitungspapier oder alte große Pappen als Malunterlage sowie die entsprechenden Malfarben und den Malkarton A4 mit. Der weitere Materialeinsatz wird im Kurs besprochen.

Die Malkurse finden in der VHS, Leibnizstraße 23, statt.
Leitung: Viola Reese

Malen mit Aquarellfarben

Der Kurs spricht Erstlernende an, der die Grundregeln zur Aquarelltechnik hier vermittelt bekommt. Geübte können ihre Fertigkeiten ausprobieren und ausbauen.

☛ T28104

Mi., 02.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr

12mal mittwochs | 24 Ustd. | 94,08 EUR

Blüten, Blätter, Pflanzen mit Aquarellfarben

In diesem Kurs werden Pflanzen naturgetreu und modern mit Zeichenstift und Aquarellfarbe gemalt. Im Prozess des Zeichnens und Malens lernt man, genauer hinzusehen und Details zu bemerken. Schritt für Schritt entstehen moderne botanische Aquarelle.

☛ T28104A

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

6mal dienstags | 12 Ustd. | 48,44 EUR

Malen mit Gouachefarben

Kompaktkurs

Unsere Motive sind Naturstudien, Stilleben und Landschaft. Der Kurs ist für Interessierte mit und ohne Vorkenntnisse geeignet.

☛ T28105

Di., 03.11.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr

6mal dienstags | 12 Ustd. | 48,44 EUR

Malen mit Acrylfarben

Kompaktkurs

In diesem Kurs lernen wir, Acrylfarben richtig einzusetzen, eigene Motive umzusetzen und farbig darzustellen. Der Kurs bietet ebenfalls die individuelle Weiterentwicklung in der Technik des Acrylmalens. Der Kurs ist für Erstlernende und Interessierte mit Vorkenntnissen geeignet.

☛ T28106

Di., 01.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr

6mal dienstags | 12 Ustd. | 48,44 EUR

Aquarellmalerei – Schule des Sehens

Die „Schule des Sehens“ ist ein spezielles Konzept zur Vermittlung von Theorie und Praxis des kreativen Malens und der Auseinandersetzung mit Kunst. Aufbauend auf Grundkenntnissen der Technik des Aquarells, der Theorie des Farbkreises und Gestaltungslehre bieten die Kurse die Erarbeitung von gegenständlichen Motiven im Naturstudium, im Wechsel von Stilleben



Handlettering | Origami

zur Landschaftsmalerei in verschiedenen Aquarell-techniken sowie Korrektorgespräche bei der Entwicklung eigener Bildideen. Die „Schule des Sehens“ wird in Fortgeschrittenenkursen unterrichtet. Der Materialeinsatz wird im Kurs besprochen.

Die Kurse finden in der VHS, Leibnizstr. 23 statt. Kurs-terminen und freie Plätze erfragen Sie bitte in der VHS.

Leitung: Dipl.-Maler und -Grafiker Rudolf Pötzsch

Kreatives Gestalten - Workshops

Unsere Workshops laden zum Erlernen kreativer Gestaltungstechniken, zum Entdecken und Entspannen ein. Die Workshops finden in der VHS, Leibnizstraße 23, statt. Bei davon abweichenden Kursorten ist dies im Programm ausgewiesen.

Handlettering

In diesem Workshop werden die Grundlagen zu Handlettering und dem Gestalten mit Wasserfarben vermittelt. Interessierte mit und ohne Vorkenntnisse sind im Workshop willkommen.

Bitte bringen Sie Zeichenkarton, Tonkarton, sowie Bleistift, Lineal, Fineliner, Buntstifte, Deckfarben und eine Malunterlage mit. Metallic-Farben, Gelstifte, Bastelpapier und weitere Materialien können ebenfalls mitgebracht werden.

Leitung: Viola Reese

☛ T28108

Fr., 13.11.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr

Sa., 14.11.2026, 10.00 bis 13.15 Uhr

2mal | 8 Ustd. | 41,54 EUR

Loslassen - Eine kreative Reise in den Herbst

In diesem Wochenend-Workshop widmen wir uns dem Lebenskreislauf im Herbst. In Bildern und Worten wollen wir der Kunst des Loslassens Raum geben. Dabei nutzen wir die Technik der Punktmalerei. Zu den gefundenen Motiven lernen Sie kreative Schreibübungen, die zur Inspiration und Reflexion dienen. Es braucht keine Vorkenntnisse. Bereits geübte kreativ Schreibende können ihre Texte hier mit der Punktmalerei verbinden.

Bitte bringen Sie Pinsel, Mischpalette, feste Malunterlage, Wasserglas, Acrylfarben und Skizzenpapier mit. Für das Bild können sowohl Leinwand oder verstärkter Malkarton als auch eine Sperrholzplatte, alles in der Größe DIN A4, mitgebracht werden. Für die Schreibübungen bitte eine feste Unterlage, einen gutschreibenden Stift und ein Schreibheft oder Schreibblock mitbringen.

Leitung: Sandra Eichler, Heike Heinrich

☛ T28109

Sa., 17.10.2026, 10.00 bis 16.00 Uhr

1mal | 7 Ustd. | 36,34 EUR

Origami

Vom Kranich zu Herbstlaub-Motiven

Origami ist die traditionelle japanische Kunst des Papierfaltens. In diesem Workshop lernen Sie mit einer japanischen Kursleiterin, Schritt für Schritt einfache, schöne Modelle kennen – vom klassischen Kranich bis zu farbenfrohen Herbstmotiven. Die japanische Kultur rund um das Herbstlaub entstand in alten Zeiten und ist bis heute beliebt. Entdecken Sie, wie sich die Farben und Stimmungen des Herbstes durch Origami ausdrücken lassen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Das Papier wird von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt und mit 3,00 EUR im Workshop abgerechnet. Bitte bringen Sie eine Unterlage (Pappe, Papier, Matte) eine Schere und Klebestift oder eine kleine Klebepistole mit.

Leitung: Erika Leuschner

☛ T28400

Fr., 09.10.2026, 16.00 bis 19.15 Uhr

Sa., 10.10.2026, 10.00 bis 13.15 Uhr

2mal | 8 Ustd. | 39,60 EUR

Weitere Informationen:



Seife sieden für Anfänger

In diesem Kurs lernen Sie, was es für die ersten Schritte in die Welt der Seifen benötigt. Sie bekommen einen kleinen Überblick über Öle, Fette, Gestaltungsmöglichkeiten, Düfte, Farben und Zusätze. Jede/r stellt im Rahmen des Kurses eine eigene Seife her und nimmt am Ende ca. 600 g selbst gesiedete Seife sowie eine kleine Seifenform mit nach Hause.

Der Kurs ist für Interessenten ab 18 Jahren geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Das Material stellt die Kursleiterin zur Verfügung. Die Materialkosten von 15,00 EUR sind im Kursentgelt enthalten. Bitte bringen Sie einen Kittel mit und tragen Sie strapazierfähige, langärmelige Kleidung. Wenn vorhanden, bitte eine Schutzbrille mitbringen.

Leitung: Susanne Gehrke

☛ T29330

Fr., 13.11.2026, 17.00 bis 20.00 Uhr

Fr., 27.11.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

2mal | 6 Ustd. | 59,88 EUR

Die nachfolgenden Kurse finden im Kunsttherapie-Atelier May, Lingnerstr. 1 statt.

Das Atelier auf dem Werder erreichen Sie mit der Straßenbahn oder dem Fahrrad. Wenn Sie mit dem Auto kommen, stehen direkt am Atelier öffentliche Parkplätze zur Verfügung.

Leitung: Uta May

Das Suchen und Finden des Glücks

Keramik-, Mal- und Gesprächsseminar mit kunsttherapeutischen Methoden

In diesem Seminar erkunden wir einen Weg zu mehr Selbstbestimmtheit. In diesem Kurs wird u. a. mit Ton, Leinwand und den nicht auswaschbaren Acrylfarben gearbeitet. Wenn Sie Naturmaterialien gesammelt oder alte Stoffreste haben, können diese gern verwendet werden.

Für das Kursmaterial werden 19,00 EUR direkt bei der Kursleiterin abgerechnet.

Bitte bringen Sie unbedingt eine Schürze oder Arbeitssachen mit. Die Lieblingsstifte, Buntstifte und Filzstifte sowie, bei Bedarf, ein Imbiss für den Abend können gern mitgebracht werden.

☛ T28120

Mo., 05.10.2026, 15.00 bis 18.00 Uhr

Fr., 09.10.2026, 15.00 bis 19.30 Uhr

2mal | 10 Ustd. | 55,00 EUR

Workshop Speckstein: Vom Rohling zur Skulptur

In diesem zweitägigen Kurs zur Arbeit mit Speckstein lernen Sie bei der Gestaltung eines individuellen Werkstückes die Techniken der vielfältigen Bearbeitungsmöglichkeiten kennen. Sie sägen, feilen, schleifen und polieren nach eigene Vorstellungen Ihre Skulptur.

Das Material und das Werkzeug stellt die Kursleiterin zur Verfügung. Die Materialkosten und die Nutzung von Werkzeug liegen bei 15,00 EUR und werden im Kurs abgerechnet.

Bitte bringen Sie eine Schürze oder Arbeitssachen mit.

☛ T29520

Mo., 30.11.2026, 16.00 bis 18.15 Uhr

Mi., 02.12.2026, 16.00 bis 18.15 Uhr

2mal | 6 Ustd. | 36,30 EUR

Töpfern

Töpfern ohne Scheibe - Keramikurse

In diesen 3-tägigen Kursen zur Arbeit mit Tonmasse lernen Sie bei der Gestaltung eines individuellen Werkstückes die Aufbautechnik mit dem Erdelement. An zwei Tagen bauen Sie sich nach eigenen Vorstellungen ihr Gefäß oder eine Skulptur auf. Am dritten Kurstag, nach dem erfolgten Brand der Keramiken, können die fertigen Keramikgefäße farblich gestaltet und glasiert werden, um erneut im Ofen ihre endgültige Gestalt zu erhalten.

Das Material stellt die Kursleiterin zur Verfügung. Die Materialkosten von einmalig 19,00 EUR werden im Kurs abgerechnet.

Floristik

Leitung: Uta May

☛ T28200

Mo., 12.10.2026, 16.00 bis 18.30 Uhr
Mi., 14.10.2026 und 04.11.2026,
16.00 bis 18.30 Uhr
3mal | 10 Ustd. | 66,00 EUR

☛ T28201

Mo., 02.11.2026, 16.00 bis 18.30 Uhr
Do., 05.11.2026 und 19.11.2026,
16.00 bis 18.30 Uhr
3mal | 10 Ustd. | 66,00 EUR

☛ T28202

Mi., 11.11.2026 und 25.11.2026,
16.00 bis 18.30 Uhr
Do., 12.11.2026, 16.00 bis 18.30 Uhr
3mal | 10 Ustd. | 66,00 EUR

Floristik

In unseren Floristikkursen ist die Beteiligung an den Materialkosten von 20,00 EUR im Kursentgelt enthalten. Mehr über die Kursinhalte und die zu erlernenden Techniken erfahren Sie im Internet oder im persönlichen Gespräch mit der Programmbereichsleiterin. Bitte bringen Sie zu den Floristikkursen eine Gartenschere oder ein Obstmesser, eine kleine Kombizange und, wenn vorhanden, eine Klebepistole mit. Unsere Floristikkurse finden in der VHS, Leibnizstraße 23, statt.

Leitung: Ulrike Schulze

Florale Wiesenstücke

Herbstliche Floristik

Wir fertigen Hintergründe oder Grundformen in leicht zu erlernenden Web- und Bindetechniken, die mit Trockenblumen in allen Varianten bestückt werden. Es entstehen sehr dauerhafte, wahlweise flächige oder dreidimensionale Werkstücke mit naturhafter Ausstrahlung. Alternativ kann auch ein herbstlicher Kranz gebunden werden.

T28310

Mi., 23.09.2026, 17.00 bis 19.15 Uhr
1mal | 3 Ustd. | 37,00 EUR (inkl. 20 EUR Materialkosten)

Floraler Schwibbogen

Adventsfloristik

Wir binden, wickeln und stecken Bögen aus diversen Naturmaterialien in verschiedenen Techniken und Gestaltungsvarianten. Dabei entstehen kleine Weihnachts- oder Winterlandschaften, die ganz nach individuellem Geschmack naturhaft oder fröhlich gestaltet werden können. Die Werkstücke können wahlweise stehend auf einem Holzbrett, analog eines Schwibbogens, oder hängend platziert werden.

☛ T28311

Mi., 11.11.2026, 14.00 bis 16.15 Uhr
1mal | 3 Ustd. | 37,00 EUR (inkl. 20 EUR Materialkosten)

☛ T28312

Mi., 11.11.2026, 17.00 bis 19.15 Uhr
1mal | 3 Ustd. | 37,00 EUR (inkl. 20 EUR Materialkosten)

Traditionelle Adventsfloristik

Im Mittelpunkt des Kurses stehen weihnachtliche Kränze und Gestecke in verschiedenen Gestaltungsvarianten. Wir verarbeiten Naturmaterialien wie Tanne, Reisig, Zapfen, Trockenblumen und Moos sowie Kerzen und adventliche Dekoration.

☛ T28313

Di., 24.11.2026, 14.00 bis 16.15 Uhr
1mal | 3 Ustd. | 37,00 EUR (inkl. 20 EUR Materialkosten)

☛ T28314

Di., 24.11.2026, 17.00 bis 19.15 Uhr
1mal | 3 Ustd. | 37,00 EUR (inkl. 20 EUR Materialkosten)

Tanzen



Unsere Tanzkurse laden Paare zu Schrittfolgen, Drehungen und Schwingungen ein. Angefangen vom Grundschrift bis hin zum gemeinsamen Partnerschrift wird jede Tanzfolge umfassend erklärt. Sie müssen keinerlei Vorkenntnisse besitzen. Freude an Musik und Bewegung zu zweit sollten Sie mitbringen. Teilnehmende aus den Vorgängerkursen sind willkommen. Weitere Informationen zu den inhaltlichen Schwerpunkten erhalten Sie im Internet oder im persönlichen Gespräch mit der Programmbereichsleiterin.

Bitte nur als Paar für diese Kurse anmelden. Bitte Turnschuhe oder flache Schuhe mit heller Sohle mitbringen. Die Kurse finden in der Sporthalle Grundschule, Annastr. 17, statt.

Leitung: Sylvana Herzberg-Köhler

Foxtrott, Tango & Co.

Standardtänze

Ob Hochzeit, Familienfeier oder Gala, der Standardtanz sollte in keinem Repertoire fehlen. In diesem Kurs wird Ihnen die Welt der Standardtänze vermittelt.

☛ T28500

Do., 03.09.2026, 18.30 bis 19.30 Uhr
10mal donnerstags | 14 Ustd. | 83,00 EUR

Cha-Cha-Cha, Salsa, Merengue & Co.

Lateinamerikanische Tänze

Sie erlernen mehrere Tänze in nur einem Kurs über die Grundschrift von Bachata, Merengue, Salsa und Rumba, erwerben Kenntnisse über die Kultur des lateinamerikanischen Tanzes, das Lebensgefühl und die unterschiedliche Herkunft und Verbreitung dieser Tänze bis in die heutige Zeit.

☛ T28501

Do., 03.09.2026, 19.30 bis 20.30 Uhr
10mal donnerstags | 14 Ustd. | 83,00 EUR

Musik

Offenes Singen

Singen macht Spaß - Singen tut gut

Der Kurs führt Menschen zusammen, die gern singen und den sozialen Aspekt des Musizierens stärken möchten. Das offene Singen bietet die Möglichkeit, außerhalb von Chören, in einem dialogischen Zusammenspiel, Lieder nach eigenem Wunsch zu interpretieren. Sie lernen, den Atem beim Singen mitzunehmen, Übungen, die die Stimmbänder stärken und die Muskulatur kennen, die die Freude am Singen aufbaut. In diesem Kurs sind keine musikalischen Vorerfahrungen erforderlich. Freude am Singen ist wichtig. Der Gesang wird auf der Gitarre begleitet.

Leitung: Conrad Knorr

☛ T28030

Mi., 02.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
12mal mittwochs | 24 Ustd. | 94,08 EUR
Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Schreibe dein Lied

Songwriting

Songwriting ist Handwerk, Ausdruck und Experiment zugleich. In diesem Kurs geht es darum, aus Ideen Songs zu machen: aus einzelnen Sätzen, Beobachtungen, Gefühlen oder kleinen musikalischen Motiven. Wir arbeiten mit einfachen und praktischen Methoden, die sofort anwendbar sind. Dabei entstehen Schritt für Schritt eigene Texte, Refrains, Melodien und Akkordfolgen. Der Kurs richtet sich an alle, die eigene Lieder schreiben möchten – unabhängig davon, ob bereits Vorkenntnisse vorhanden sind oder nicht. Der Kurs wird mit der Gitarre begleitet, eigene Instrumente sind mitzubringen.

Leitung: Conrad Knorr

☛ T28605

Mi., 16.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr
10mal mittwochs | 20 Ustd. | 79,40 EUR
Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Keyboard | Gitarre

Keyboard - Grundkurs

Musikalisch das Jahr beenden

In diesem kompakten Keyboardkurs lernen Sie das Instrument kennen und Schritt für Schritt erarbeiten wir Rhythmusgefühl und lernen Noten zu lesen. Geübt wird das leichte Melodiespiel mit beiden Händen. Am Schluss des Kurses können Teilnehmende ein Lied zur Weihnachtszeit auf dem Keyboard spielen. Der Unterricht wird an das individuelle Lerntempo angepasst. Dieser Kurs ist geeignet für Interessierte ohne Vorkenntnisse, die das Keyboardspiel erlernen möchten. Der Unterricht findet in der Magdeburger ROCK:POP: JAZZ-Schule in Stadtfeld statt.

Die Musikschule stellt den Raum und die Instrumente zur Verfügung. Für diese Nutzung sowie für das Unterrichtsmaterial entstehen zusätzliche Kosten von 28,00 EUR, die im Kursentgelt enthalten sind.

Leitung: Inna Lukashenko

☛ T28604

Di., 06.10.2026, 10.30 bis 11.15 Uhr
8mal dienstags | 8 Ustd. | 78,78 EUR

YAMAHA Musikschule, MD Rock-, Pop- und Jazz-Schule, Maxim-Gorki-Str. 31-37 (Eingang Hotel Stadtfeld)

Gitarre

Bitte bringen Sie zu den Kursen eine Gitarre mit. Die VHS stellt keine Instrumente zur Verfügung. Die Gitarrenkurse finden im Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13 statt. Wenn Sie sich nicht sicher sind, welcher Kurs Ihrem Kenntnisstand entspricht, nutzen Sie bitte die Möglichkeit der Beratung im Programmbereich.

Grundkurs

Im Grundkurs wird das Instrument vorgestellt, einfache Schlagtechniken mit Daumen und Fingern sowie das Spielen der wichtigsten Akkorde werden vermittelt. Erläutert werden die Grundlagen der Harmonielehre und der Tabulatur-Schrift. Ziel ist es, durch Übung und Spaß einfache Songs begleiten zu können. Dieser

Kurs ist geeignet für Interessierte ohne Vorkenntnisse, die das Gitarrenspiel erlernen möchten.

Leitung: Henning Netzold

☛ T28600

Mi., 16.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
10mal mittwochs | 20 Ustd. | 121,40 EUR

Grundkurs – Aufbaustufe

2. - 5. Semester

Dieser Kurs baut auf den erweiterten Grundkenntnissen im Gitarrenspiel auf. Geübt werden spezifische Zupf- und Anschlagstechniken zur Erweiterung des Spiel- und Akkordrepertoires. Dabei werden Dur- und Mollharmonik, Pentatonik sowie das erweiterte Melodie- und Begleitspiel geübt. Je nach Lerntempo und eigenständigem Üben der Teilnehmenden sind Akkorderweiterungen, das Spiel von Zusatztönen und das gemeinsame Instrumentalspiel Teil des Kurses. Notenkenntnisse sind teilweise erforderlich bzw. werden vermittelt.

Leitung: Henning Netzold

☛ T28601

Mi., 16.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr
10mal mittwochs | 20 Ustd. | 121,40 EUR

Aufbaukurs ab dem 7. Semester

Dieser Kurs bietet Teilnehmenden mit mehr als drei Jahren Lernerfahrung die Möglichkeit, sich zu erweitertem Üben an der Gitarre zu treffen. Geübt werden erweiterte Zupf- und Anschlagstechniken zur Begleitung und das Spiel als Gruppe. Dabei werden Dur- und Mollharmonik, Pentatonik sowie das erweiterte Melodie- und Begleitspiel geübt. Grundlegende Akkorde und die Beherrschung der Schlagtechnik werden vorausgesetzt. Notenkenntnisse werden vermittelt.

Leitung: Conrad Knorr

☛ T28602

Di., 15.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
10mal dienstags | 20 Ustd. | 121,40 EUR

Landschaftsbilder - Fotografie

Exkursionen an ausgewählte Orte an der Elbe

In diesem Kurs lernen Sie über den faszinierenden Blick durch die Kamera in die Landschaft hinaus, wie ein Motiv zu einem stimmigen Bild wird. Geplant sind kleine Exkursionen an die Elbe. Die hier entstandenen Bilder werden gemeinsam ausgewertet sowie foto-technische Grundlagen vermittelt. Die theoretischen Einheiten wechseln sich mit Fotoexkursionen ab. Die Treffpunkte dafür werden im Kurs verabredet. Die Auswertungen und Bildbesprechungen finden in der Volkshochschule statt und beginnen um 17.00 Uhr. Die Exkursionen starten um 16.00 Uhr. Interessierte können mit allen Kameras oder auch mit dem Handy am Kurs teilnehmen. Ein Kursbesuch ist mit und ohne Vorkenntnisse möglich.

Kurstermine:

25.09.26 und 09.10.26, 17.00 bis 18.30 Uhr, VHS

02.10. und 16.10.26, 16.00 - 17.30 Uhr am vereinbarten Treffpunkt

Bitte bringen Sie zum ersten Kursabend eigenes Bildmaterial mit. Für die Fotoexkursionen bitte Kamera oder Handy und, wenn erforderlich, die Bedienungsanleitung mitbringen.

Leitung: Benjamin Borisch

☛ **T28800**

Fr., 25.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

4mal freitags | 8 Ustd. | 48,05 EUR | VHS, Leibnizstr. 23



Kochen

In unseren Kochkursen lernen Sie neben den Zubereitungstechniken, alle Lebensmittel gesund und schonend zu verarbeiten. Sie erfahren in den internationalen Kochkursen etwas über die Länder, Sprachen und Kulturen. Sie erwerben Wissen zur Lebensmittelkunde und sachgerechten Lagerung, erfahren etwas über einen umweltgerechten Umgang mit Lebensmitteln durch die Nutzung regionaler und saisonaler Produkte. Unsere Kursleitenden sind Profiköche und Köchinnen oder Ökotrophologin bzw. Ernährungs



beratende oder stellen die Küche ihrer Heimat vor. Die Themen sind weitgefächert, alle Gerichte werden gemeinsam zubereitet und verkostet. Das gemeinsame Aufräumen gehört zu unseren Kochkursen dazu. Bitte bringen Sie zu allen Kochkursen, bei Bedarf, eine Schürze und Behälter für die Reste zum Mitnehmen mit. Die Beteiligung an den Zubereitungskosten ist im Kursentgelt enthalten und im Kurs ausgewiesen. Die ausführlichen Beschreibungen der Kursinhalte oder Menüs finden Sie auf unseren Internetseiten oder Sie erfahren Schwerpunkte im persönlichen Gespräch mit der Programmbereichsleiterin.

Die Koch-Kurse finden in der VHS statt.

Saisonal, regional und gesund kochen

Leitung: Sandra Eichler

Gewürz-Vielfalt in der Herbstküche

Gesund & abwechslungsreich

Entdecken Sie die faszinierende Welt der Gewürze und ihre wohltuende Wirkung auf Körper und Wohlbefinden!

☛ **T29200**

Sa., 26.09.2026, 10.00 bis 14.30 Uhr

6 Ustd. | 70,80 EUR | (inkl. 18,00 EUR für Lebensmittel)

Vitaler Start in den Tag

Gesunde Rezepte für einen gemütlichen Herbst-Brunch

Gemeinsam bereiten wir Snacks und Gerichte für einen bunten Herbstbrunch zu. In diesem Kurs stehen vegetarische Gerichte auf dem Plan. Die Lebensmittelumlage von 18,00 EUR ist im Kursentgelt enthalten.

☛ **T29201**

Sa., 10.10.2026, 10.00 bis 14.30 Uhr

6 Ustd. | 70,80 EUR | (inkl. 18,00 EUR für Lebensmittel)

Zuckerfreie Naschereien zur Vorweihnachtszeit

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit gesunden Süßigkeiten ganz ohne Verzicht die Adventszeit genießen können.

☛ **T29230**

Di., 01.12.2026, 16.15 bis 20.45 Uhr

6 Ustd. | 70,80 EUR | (inkl. 18,00 EUR für Lebensmittel)

Kochen

Vitaminreich durch den Winter

Wir schauen uns verschiedene heimische, aber auch exotische Superfoods an und bereiten daraus vielseitige nährstoffreiche Gerichte und Snacks zu.

☛ U29200

Do., 14.01.2027, 16.15 bis 20.45 Uhr
1mal | 6 Ustd. | 70,80 EUR
(inkl. 18,00 EUR für Lebensmittel)

Japanische Küche

Die japanische Küche – auch Washoku genannt – ist UNESCO-Weltkulturerbe und steht für Ausgewogenheit, Saisonalität und Ästhetik. Jedes Gericht wird mit viel Liebe zum Detail angerichtet. Essen ist in Japan nicht nur Nahrungsaufnahme, sondern ein Ausdruck von Respekt gegenüber der Natur und den Mitmenschen. Unsere Kursleiterin stellt kulinarisch ihre Heimatregion und die Küche im ländlichen Japan vor. Der Kursabend endet mit dem gemeinsamen Abendessen und dem Aufräumen der Küche. Bitte bringen Sie, wenn vorhanden, eine Schürze und verschließbare Glasbehälter oder Dosen mit. Die Kochkurse finden in der VHS, Leibnizstraße 23, statt.

Leitung: Kumiemiria Schöndube

☛ T29205

Mo., 24.08.2026, 17.00 bis 20.45 Uhr
1mal | 5 Ustd. | 64,00 EUR
(inkl. 20,00 EUR für Lebensmittel)

☛ T29206

Mo., 12.10.2026, 17.00 bis 20.45 Uhr
1mal | 5 Ustd. | 64,00 EUR
(inkl. 20,00 EUR für Lebensmittel)

Japanische Süßigkeiten selber machen

Wagashi Kochkurs

In diesem Kochkurs lernen Sie von unserer japanischen Dozentin klassische Wagashi zuzubereiten. Vermittelt werden Rezepte mit praxisnahen Kochanleitungen, einfach erhältlichen Zutaten und Küchenu tensilien. Die Rezepte sind auch vegan und gluten-

frei möglich. Kommen Sie mit auf eine kulinarische Reise nach Japan - mitten in Magdeburg. Bitte bringen Sie, wenn vorhanden, eine Schürze und verschließbare Glasbehälter oder Dosen mit.

Leitung: Erika Leuschner

☛ T29207

Sa., 05.12.2026, 10.00 bis 12.15 Uhr
1mal | 3 Ustd. | 29,40 EUR
(inkl. 3,00 EUR für Lebensmittel)

Indische Küche

Indische Küche - exotisch, vegetarisch und einfach

Frische Zutaten und eine exotische Kombination von Gewürzen und Gemüse sowie die einfache Zubereitungsart erzeugen die große Vielfalt an Geschmacksrichtungen, die wir in diesem Kurs kennen lernen wollen. Der Kurs endet mit einem gemeinsamen Essen und dem Aufräumen der Küche.

Leitung: Madhavi Khandavalli

☛ T29210

Sa., 21.11.2026, 10.00 bis 14.30 Uhr
1mal | 6 Ustd. | 72,80 EUR
(inkl. 20,00 EUR für Lebensmittel)

Indische Küche Spezial

Diese Kurse bieten in kompakter Form eine Reise durch die indische Küche in einzelnen Themen und kleinen Häppchen. Von der Vielfalt des indischen Frühstücks bis zum Indisch Thali, der Platte für das Mittag- oder Abendessen werden diese speziellen Kochabende kulinarische Genüsse bieten. Die Lebensmittelumlage ist im Kursentgelt enthalten und im Kursangebot ausgewiesen. Bitte bringen Sie, wenn vorhanden, einen Mörser, eine Schürze und verschließbare Glasbehälter oder Dosen mit. Alle Kurse finden in der VHS, Leibnizstraße 23, statt.

Leitung: Madhavi Khandavalli

Gewürzmischungen

In diesem Kurs werden die Teilnehmende einige Gewürzmischungen selbst herstellen und entsprechende Gerichte zubereiten.

☛ T29211

Mi., 25.11.2026, 17.00 bis 20.45 Uhr
1mal | 5 Ustd. | 59,00 EUR
(inkl. 15,00 EUR für Lebensmittel)

Festliches Thali

In der indischen Küche wird meist eine runde Platte mit einer Auswahl an verschiedenen Gemüsezubereitungen, Süßspeisen, an Joghurt, Reis und Fladenbrot serviert. Diese Mittags- oder Abendplatte nennt sich Thali. In diesem Kurs werden wir ein festliches und leckeres Thali zubereiten.

☛ T29212

Mi., 09.12.2026, 17.00 bis 20.45 Uhr
1mal | 5 Ustd. | 59,00 EUR
(inkl. 15,00 EUR für Lebensmittel)

Backen

Brot backen

In diesem Kurs können Sie in die Welt des Brotes eintauchen. Sie erwerben Wissen und Fähigkeiten zur Kunst des Brotbackens, lernen Teig herzustellen und erfahren etwas über die uralte Tradition, aus fermentiertem Teig, Brot und Brötchen zu backen. Wir werden uns in diesem Kurs dem Sauerteig zu, der etwas Erfahrung mit dem Brotbacken benötigt. Mit einer gemeinsamen Brotzeit können Rezepte und Erfahrungen mit dem Backen von Brotwaren ausgetauscht werden. Am Ende gehen die Teilnehmenden mit einem frisch gebackenen Brot nach Hause und, wer auch künftig selbst sein Brot backen möchte, kann dazu den im Kurs hergestellten Sauerteig mitnehmen.

Bitte bringen Sie ein Gefäß für die zu backenden

Brote (Schüssel, Auflaufform, Topf o. ä.) und für den Teig ein Glas (250 bis 300 ml) sowie, bei Bedarf, eine Küchenschürze und für den Transport des gebackenen Brotes ein Baumwolltuch oder -beutel mit.

Leitung: Annelie Oettel

☛ T29220

Sa., 12.09.2026, 10.00 bis 16.00 Uhr
1mal | 8 Ustd. | 87,50 EUR |
(inkl. 17,50 EUR für Lebensmittel) | VHS, Leibnizstr. 23

Nähen

Unsere Nähkurse laden vom Nähmaschinenführerschein für Nähneulinge bis zum Reparaturkurs für den Alltag mit Vorkenntnissen zum klassischen Arbeiten an der Nähmaschine oder zum Experimentieren mit altem Stoff, vielen Materialien und neuen Ideen ein. Bitte informieren Sie sich vor der Anmeldung zum Lernniveau. Nähmaschinen sind in der Volkshochschule vorhanden. Es lernt und übt sich allerdings besser an der eigenen Maschine, die Sie gern mitbringen können. Alle Nähkurse finden im Kreativraum der VHS, Leibnizstraße 23, statt. Mit der Anmeldebestätigung erhalten Sie die Materialliste zum Kurs. Der Materialbedarf für das ausgewählte Nähprojekt wird am ersten Kurstag besprochen. Kleinmaterial wie Probestoff, Vlies und anderes kann beim Kursleiter erworben werden und wird nach Verbrauch abgerechnet.

Leitung: Stefan Leck

Nähmaschinenführerschein - Einstiegskurse

Diese Kompaktkurse bietet an vier Abenden den Einstieg im Nähen an der Nähmaschine. Sie lernen die Nähmaschine kennen und bedienen, nähen Stichproben, erste Muster und realisieren ein vorgegebenes komplettes Projekt mit Materialauswahl, Einkauf von Stoff und Zubehör, Schnitt kopieren, Zuschneiden, Bügeln, Nähen von Oberstoff und Futter, Verstärken und Versäubern bis zum fertigen Objekt! Dieser Kurs ist ausschließlich für Interessierte ohne Vorkenntnisse geeignet. Bitte lassen Sie sich im Zweifelsfall beraten.

Nähen | Mode

Unser Kursleiter ist Maßschneider.

☛ T29300

Fr., 06.11.2026, 17.00 bis 19.15 Uhr
4mal freitags | 12 Ustd. | 59,40 EUR

☛ T29301

Mo., 30.11.2026 und 07.12.2026,
17.00 bis 19.15 Uhr

Mi., 02.12.2026 und 09.12.2026, 17.00 bis 19.15 Uhr
4mal | 12 Ustd. | 59,40 EUR

Reparatur- und Nähwerkstatt für den Alltag

Nähen, Ändern, Umgestalten

Dieser Kurs bietet Hilfe für die Anforderungen des Alltags wie grundlegende Näh- und Teilarbeiten mit der Hand und der Nähmaschine, Änderungsarbeiten und Reparaturen an Kleidungsstücken und Heimtextilien sowie das Aufarbeiten von Bekleidung und die Gestaltung von schmückenden Details an. Vorkenntnisse zum Bedienen einer Nähmaschine sind von Vorteil und können zum Beispiel im Einstiegskurs „Nähmaschinenführerschein“ an der VHS erworben werden.

Unser Kursleiter ist Herrenmaßschneider.

Über die Materialliste hinaus benötigen Sie ein Grundsortiment Garne, zu dem der Kursleiter im Kurs ebenso informiert, wie zum guten Nähwerkzeug.

☛ T29310

Fr., 04.09.2026, 17.00 bis 19.15 Uhr
7mal freitags | 21 Ustd. | 100,50 EUR

Nähcafé für den guten Zweck

Farbtupfer für schwerkranke Kinder und Jugendliche nähen

Mit diesem Nähcafé in Kooperation mit dem Verein „Viel Farbe im Grau e. V.“ möchten wir schwerkranke Kinder und Jugendliche sowie deren Familien unterstützen und kleine Farbtupfer in den grauen Klinikalltag zaubern. Es sollen diverse Stücke für Kinder genäht werden. Schnittmuster in verschiedenen Schwierigkeitsgraden und Stoffe werden zur Verfügung gestellt. Es erfolgt eine Anleitung und Begleitung

im Kurs. Die Schnitte können später privat genutzt werden. Voraussetzung für die Kursteilnahme ist der sichere Umgang mit der Nähmaschine.

Bitte bringen Sie eine Stoffschere, Markierstift/ Schneidkerze, Stecknadeln und eine eigene Nähmaschine inklusive Zubehör mit.

Leitung: Nadine Herden

☛ T29302

Sa., 07.11.2026, 10.00 bis 13.00 Uhr
1mal | 4 Ustd. | entgeltfrei

Mode- und Stilberatung

Make-up und Mode typgerecht getragen

Farb- und Stilberatung - Kompaktkurs

Das Kursprogramm der Farb- und Stilberatung enthält die Jahreszeitentypbestimmung, eine Farb- und Modeberatung und Empfehlungen zu Accessoires und Make-up für die jeweiligen Stile und Typen. Je nach Figur- und Jahreszeitentyp werden Modestile und Farbkombinationen empfohlen. Zur Typberatung erfolgt eine Einführung in die Grundlagen des Make-up. Die Kurse zur Mode- und Stilberatung finden in der VHS, Leibnizstraße 23 statt. Mitzubringen sind Stifte, Papier, Stirnband, Handtuch, eigenes Make-up und ein Spiegel. Die Teilnehmenden erhalten umfangreiche Kursunterlagen, für die 1,00 EUR Kopierkosten im Kurs abgerechnet werden.

Leitung: Christina van Drunick

☛ T29400

Fr., 09.10.2026, 14.00 bis 17.00 Uhr
1mal | 4 Ustd. | 30,80 EUR

☛ T29401

Fr., 09.10.2026, 18.00 bis 21.00 Uhr
1mal | 4 Ustd. | 30,80 EUR

Gesundheitsbildung

Heike Heinrich

Programmbereichsleiterin

Telefon: 0391 53547718

Mail: Heike.Heinrich@vhs.magdeburg.de

Jan Stechbarth

Organisatorischer Mitarbeiter

Telefon: 0391 53547718

Mail: Jan.Stechbarth@vhs.magdeburg.de

Internet: www.vhs.magdeburg.de



Yoga

Entspannung im Alltag

Bewegung und Ernährung

Gesundheitswissen **Taijiquan**

Selbstverteidigung Seniorengymnastik

Bewegte Pause online

Stressbewältigung QiGong

Rückentraining und Fitness

Augengesundheit

Pilates

Feldenkrais | Feng Shui

Bildungsurlaub: „Schon mal im Liegen Zähne geputzt?“

Feldenkrais – Eine Methode zur Verbesserung der Lebensqualität

Die Kursleiterin Maria Oelmann (Feldenkrais-Pädagogin) vermittelt in dieser Bildungswoche, wie sich menschliches Handeln aus den Elementen Bewegung, Denken, Fühlen und Spüren zusammensetzt und wie Gewohnheiten die Lebensqualität beeinflussen können. Anhand von Bewegungslektionen nach der Feldenkrais-Methode lernen die Teilnehmenden ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung sowie ihre Selbstwirksamkeit zu verfeinern. Ein kreativer Umgang mit herausfordernden Alltagssituationen sowie im beruflichen Kontext wird dabei angeregt.

Der Kurs ist in Sachsen-Anhalt als Bildungsfreistellungsmaßnahme anerkannt.

Bitte bringen Sie warme und lockere Kleidung, Socken, zwei Decken und Schreibzeug mit. Für die verwendeten Kursmaterialien ist ein zusätzliches Entgelt von 2,00 EUR pro Person zu zahlen, die im Kurs abgerechnet werden.

Leitung: Maria Oelmann

☛ T3A000

Mo., 19.10.2026 bis Fr., 23.10.2026, 9.30 bis 16.30 Uhr
5mal | 38 Ustd. | 253,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Feng Shui intensiv

Lebenskraft beginnt im Raum

In diesem Intensiv-Workshop werden die Grundprinzipien der klassischen, über 3.000 Jahre alten Harmonielehre erklärt. Die Teilnehmenden können durch verschiedene Übungen ein tiefes Verständnis dafür entwickeln, wie Räume auf eigenes Wohlbefinden, Energie und innere Klarheit wirken. Die Teilnehmenden lernen, statt einzelne Teilmaßnahmen umzusetzen, Zusammenhänge zu durchdringen. Fundierte Prinzipien und klar strukturierte Methoden helfen, das Gelernte direkt und wirksam im eigenen Umfeld anzuwenden. Der Kurs eignet sich für alle, die et

was in ihren Räumen verändern und nachhaltig ihre Lebensqualität verbessern möchten.

Ein Schreibblock und verschiedenfarbige Stifte sowie ein bis zwei kleine Gegenstände der eigenen Wahl (z. B. kleines Sofakissen, Vase, Kerzenständer, Handspiegel, Spielzeug o. ä.) werden im Seminar benötigt. Bitte bequeme, für die Übung am Samstag draußen wettergerechte Kleidung mitbringen.

Für Arbeitsmaterialien entstehen zusätzliche Kosten in Höhe von 4,50 EUR, die bei der Kursleiterin im Workshop abgerechnet werden.

Leitung: Andrea Leis

☛ T3A120

Fr., 09.10.2026, 16.00 bis 19.15 Uhr

Sa., 10.10.2026, 10.00 bis 13.30 Uhr

2mal | 8 Ustd. | 61,60 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Vortragsreihe zur Darmgesundheit

Wussten Sie, dass rund 70% unseres Immunsystems im Darm sitzen? Unser „zweites Gehirn“ beeinflusst nicht nur die Verdauung, sondern auch unsere Psyche, Energie und unser Wohlbefinden. In diesem interaktiven Kurs erfahren Sie leicht verständlich, warum der Darm für unsere Gesundheit so wichtig ist, wie Darm und Gehirn miteinander kommunizieren und welche einfachen Ernährungs- und Lebensstilimpulse Sie im Alltag unterstützen können. Mit spannenden Fakten aus Heilkunde und Wissenschaft, kleinen Selbsttests und praktischen Impulsen lernen Sie, was Ihrem Darm guttut. Alle drei Teile der Kursreihe können Sie einzeln oder zusammen im Herbstsemester besuchen. Bitte bringen Sie sich einen A4-Schreibblock und Schreibmaterial mit.

Die interaktiven Vorträge finden in der VHS, Leibnizstr. 23 statt.

Für die Anwendungen und Unterrichtsmaterialien entstehen am Abend 1,50 EUR Kosten pro Person, die bei der Kursleiterin im Kurs zu entrichten sind.

Die Dozentin ist zertifizierte Gesundheitsberaterin.

Leitung: Karolin Schulze

Der Darm als Schlüssel zur Gesundheit (Teil I)

Einfache Impulse für jeden Tag

☛ T3A130

Mo., 12.10.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
1mal | 2 Ustd. | 13,60 EUR

Der Darm als Schlüssel zur Gesundheit (Teil II)

Was passt wirklich zu mir?

Lernen Sie an diesem Abend, wie Ihre individuelle Natur Ihre Verdauung, Ihre Energie und Ihr Wohlbefinden beeinflusst und welche Ernährungs- und Lebensgewohnheiten wirklich zu Ihnen passen. Sie erfahren, wie Sie mit einfachen Routinen Ihr inneres Gleichgewicht stärken können.

☛ T3A131

Mo., 09.11.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
1mal | 2 Ustd. | 13,60 EUR

Der Darm als Schlüssel zur Gesundheit (Teil III)

Weniger Stress, mehr Balance!

An diesem Abend erfahren Sie, wie Sie durch Ernährung, Lebensstil und kleine Routinen Ihre Darmgesundheit und Psyche stärken können. Mit anschaulichen Modellen und einfachen Übungen zeigt die zertifizierte Ayurveda-Gesundheitsberaterin, wie Sie für mehr Balance, Gelassenheit, Energie und Leichtigkeit im Alltag sorgen können.

☛ T3A132

Do., 10.12.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
1mal | 2 Ustd. | 13,60 EUR



Heike Heinrich

Programm-
bereichsleiterin

Telefon:
0391 53547718

E-Mail:
Heike.Heinrich@
vhs.magdeburg.de

Gesunde Ernährung

Die Kochkurse nach der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) wenden sich den Organen von Herbst und Winter – Lunge und Niere – zu. In diesen Kochkursen lernen Sie, wie Sie mit saisonalen, wärmenden und befeuchtenden Lebensmitteln Ihre Abwehrkräfte stärken können. Gemeinsam kochen wir wohltuende Gerichte und lernen die Grundlagen der TCM-Ernährung kennen. Freuen Sie sich auf praktische Tipps, neue Rezepte und genussvolle Impulse für die kühle Jahreszeit. Das gemeinsame Aufräumen der Küche beendet den Workshop.

Die Lebensmittelumlage von 14,00 EUR ist im Kursentgelt enthalten. Bitte bringen Sie, bei Bedarf, eine Küchenschürze und verschließbare Gefäße für Reste mit. Die Kurse finden in der VHS, Leibnizstr. 23 statt. Leitung: Anne Günther

Starke Lunge im Herbst

TCM-Kochkurs für mehr Energie und Abwehrkraft
Yoga in Verbindung mit Klang vermittelt eine wirkungsvolle Entspannung auf allen Ebenen. Die Asanas, Atem- und Entspannungsübungen werden durch die Klangunterstützung zu einem rhythmischen Erlebnis. Körper und Seele werden zum Schwingen gebracht. Der äußere Klang reist auf inneren Wegen durch den ganzen Körper und berührt die Seele. Ruhephasen ermöglichen ein In-Fluss-Bringen und ein sanftes Schwingen der eigenen Lebensenergie.

☛ T3A010

Mo., 28.09.2026, 17.00 bis 20.00 Uhr
4 Ustd. | 49,20 EUR | (inkl. 14,00 EUR für Lebensmittel)

Wärme für die Nieren im Winter

In der TCM ist der Winter die Jahreszeit der Niere - jener Energiequelle, die für unsere Vitalität, Widerstandskraft und innere Balance verantwortlich ist.

☛ T3A011

Mo., 07.12.2026, 17.00 bis 20.00 Uhr
4 Ustd. | 49,20 EUR | (inkl. 14,00 EUR für Lebensmittel)

Kochen | Stressbewältigung

Saisonal kochen für Energie & Konzentration

Fit durch den Arbeitstag

Mehr Energie im Job beginnt oft mit dem, was wir essen. In diesem praxisnahen Workshop lernen Sie, wie Sie gesunde ausgewogene Mahlzeiten einfach vorbereiten und mitnehmen können - ohne komplizierte Regeln und großen Aufwand. Nach einem kurzen Einstieg zu Nährstoffen, Blutzucker und Sättigung geht es direkt in die Praxis: In kleinen Teams bereiten wir abwechslungsreiche Lunchboxen und Snacks zu, die sich gut in den Alltag integrieren lassen.

Sie erhalten saisonale Wochenpläne, einfache Rezeptideen und viele praktische Tipps für mehr Energie im Arbeitsalltag - auch für die ganze Familie.

Das gemeinsame Aufräumen der Küche beendet den Workshop.

Bitte bringen Sie, bei Bedarf, eine Küchenschürze und verschließbare Gefäße für Reste mit.

Leitung: Daniela Henkenjohann

☛ T3A012

Fr., 16.10.2026, 16.00 bis 19.00 Uhr

Sa., 17.10.2026, 10.00 bis 13.00 Uhr

2mal | 8 Ustd. | 80,00 EUR |

(inkl. 10,00 EUR für Lebensmittel) | VHS, Leibnizstr. 23

Magdeburger Kräuterwanderung und Kräuterverarbeitung

In unseren jahreszeitlichen Kräuterwanderungen entdecken und sammeln Sie gemeinsam verschiedene Kräuter, eignen sich Basiswissen an und verarbeiten das Gesammelte anschließend in der VHS zu einem leckeren Menü, das Sie gemeinsam genießen.

Der Treffpunkt für die Kräuterwanderung ist die Volkshochschule, Leibnizstr. 23.

Leitung: Annelie Oettel

☛ T3A020

Fr., 18.09.2026, 16.00 bis 20.45 Uhr

1mal | 6 Ustd. | 63,70 EUR

(inkl. 17,50 EUR für Lebensmittel) | VHS, Leibnizstr. 23

Stressbewältigung und Entspannung

Das Kursangebot im Bereich „Entspannung“ enthält Kurse, deren Bildungsziele darauf gerichtet sind:

- theoretisches Grundwissen und praktische Handlungskompetenzen zu vermitteln,
- die Leistungsfähigkeit im beruflichen Alltag zu fördern,
- das eigenverantwortliche Gesundheitshandeln zu erhöhen,
- die individuelle Lebensqualität zu verbessern.

Die Kursleiter verfügen über eine entsprechende fachliche Qualifikation/Ausbildung.

Unsere Angebote zur Entspannung finden in der VHS, Leibnizstr. 23 statt. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, ein großes Handtuch, eine Decke und etwas zu trinken mitbringen!

Resilienz stärken durch Kreativität

Workshop zur seelischen Gesundheit

In diesem Intensiv-Workshop erwerben Sie Basiswissen zum Thema Resilienz. Erkunden Sie interaktiv Ihre Resilienzfähigkeit. Durch kreative und entspannende Übungen erhalten Sie Anregungen für den Umgang mit belastenden Situationen im Alltag. Sie erfahren etwas über den Zusammenhang von Arbeitszufriedenheit, Stress und Resilienz, lernen Stressoren zu verstehen und positive Wahrnehmung zu üben. Achtsamkeits- und Atemübungen ergänzen den Workshop. Darüber hinaus ist Zeit zum Wissens- und Erfahrungsaustausch.

Bitte bringen zusätzlich bunte Stifte (Buntstifte oder Filzstifte) einen gutschreibenden Stift und Schreibpapier oder ein Schreibbuch mit.

Leitung: Heike Heinrich

☛ T3A121

Fr., 16.10.2026, 16.30 bis 19.45 Uhr

1mal | 4 Ustd. | 28,60 EUR

Augengesundheit

Mit gesunden Augen am Bildschirm

Lange Bildschirmarbeit führt häufig zu trockenen, müden Augen, Kopfschmerzen und nachlassender Konzentration. In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden, wie sie ihre Augen im digitalen Alltag gezielt entlasten und Beschwerden vorbeugen können. Neben kompaktem Hintergrundwissen zur Funktionsweise des Sehens und typischen Belastungsfaktoren stehen viele leicht umsetzbare Übungen für entspanntes, gesundes Sehen am Bildschirm im Mittelpunkt. Die Teilnehmenden entwickeln individuelle Seh- und Pausenroutinen, die sich direkt im Alltag integrieren lassen.

Leitung: Christoph Sempf

☛ **T3A165**

Sa., 17.10.2026, 10.00 bis 14.45 Uhr
1mal | 6 Ustd. | 42,90 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Klangvoll entspannt durch den Tag

Entspannen mit Klangschalen

In einer Klangreise erfahren Sie die wohltuende Wirkung der Klangschalen mit ihren sanften und harmonisierenden Schwingungen, die Sie in eine tiefe Entspannung begleiten. Durch das Anspielen verschiedener Klangschalen und Klanginstrumente entsteht ein Klangraum, der das Gefühl erscheinen lässt, mit den Klängen und Schwingungen der Klangschalen in Resonanz zu gehen und eine sanfte Massage im Körper zu erfahren.

Leitung: Britta Wojtynek

☛ **T3A110**

Sa., 21.11.2026, 10.00 bis 11.30 Uhr
1mal | 2 Ustd. | 15,00 EUR

Mit sanften Klangschwingungen zu Entspannung und Wohlbefinden

Gönnen Sie sich eine wohltuende Auszeit vom Alltag und tauchen Sie ein in die Magie der Klänge. Die Töne von Klangschalen berühren das Innere und ihre Schwingungen können ganzheitlich harmonisierend auf Körper, Geist und Seele wirken. Die sanften Vibrationen können dabei Spannungen lösen, entschlacken, die Selbstheilungskräfte mobilisieren und die körpereigene Energie wieder in den Fluss bringen. In unterschiedlichen Klangübungen können Sie sich von Kopf bis Fuß verwöhnen, stärken und vitalisieren. Zum Abschluss gibt es eine Klangreise.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken, ein großes Handtuch, eine Decke, bei Bedarf, eine Knierolle und ein kleines Kopfkissen sowie etwas zu trinken mit.

Leitung: Annett Weigelt

☛ **T3A111**

Sa., 07.11.2026, 11.00 bis 13.15 Uhr
1mal | 3 Ustd. | 21,50 EUR

Yoga

Yoga ist eine uralte indische Lehre und Lebensphilosophie, ein bewährter Pfad zum Finden von Bewusstseinsstärke, innerer Ruhe und Stabilität, eine wirksame Alltagshilfe. Ein Schwerpunkt des Yoga-Kurses liegt auf dem Erleben einer mentalen Entspannung. Einfache Dehnungs-, Entspannungs- und Atemübungen und Körperhaltungen (Asanas) dienen dem Wohlbefinden und fördern die körperliche, geistige und seelische Vitalität. Hatha-Yoga-Übungen, regelmäßig angewandt, führen zu mehr körperlicher Geschmeidigkeit und Harmonisierung, zu größerer Gelassenheit und Ausdauer.

Ein großes Handtuch, lockere Sportbekleidung, warme Socken und eine Decke sind zu allen Yoga-Kursen mitzubringen.

Alle Yoga-Kurse finden in der VHS, Leibnizstraße 23, statt.



Yoga

Hatha-Yoga

mit und ohne Vorkenntnisse

Leitung: Nora Stolte

☛ T3A234

Mo., 07.09.2026, 14.15 bis 15.45 Uhr
12mal montags | 24 Ustd. | 162,00 EUR

☛ T3A235

Do., 10.09.2026, 16.30 bis 18.00 Uhr
12mal montags | 24 Ustd. | 162,00 EUR

Leitung: Esther Meyer

☛ T3A232

Mi., 23.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr
11mal mittwochs | 22 Ustd. | 149,00 EUR

Leitung: Laura Thölke

☛ T3A233

Mi., 16.09.2026, 11.30 bis 13.00 Uhr
10mal mittwochs | 20 Ustd. | 136,00 EUR

Leitung: Susann Schlemmer

☛ T3A238

Mo., 24.08.2026, 18.30 bis 20.00 Uhr
14mal montags | 28 Ustd. | 188,00 EUR

☛ T3A239

Fr., 04.09.2026, 14.30 bis 16.00 Uhr
11mal freitags | 22 Ustd. | 149,00 EUR

In unserem Yoga-Programm finden Sie viele spannende Varianten aus dem Yogakreis. Über Inhalte informieren Sie sich bitte auf unserer Internetseite.

Zum Yin Yoga bieten wir im Herbstsemester einen Workshop und einen Schnupperkurs an. Sie lernen hier die Grundlagen des Yin Yoga kennen und erhalten durch vielfältige Übungen einen Einblick in die Praxis des Yin Yoga. Zum Vertiefen bieten wir den Semesterkurs zum Yin Yoga an.

Details zu den Inhalten der einzelnen Angebote finden Sie im Internet oder richten Ihre Nachfragen an die Mitarbeitenden des Programmbereiches, 0391-53547718.

Yin-Yoga-Schnupperkurs

In diesem zweistündigen Yin Yoga-Workshop tauchen sie in die ruhige und meditative Praxis des Yin Yoga ein. Der Workshop kombiniert einen kurzen theoretischen Teil mit einer anschließenden Yin-Yoga-Praxis.

Leitung: Caroline Hinz

☛ T3A140

Sa., 28.11.2026, 10.00 bis 12.15 Uhr
1mal | 3 Ustd. | 21,50 EUR

Einführung Yin und Yang-Yoga

In dieser Einführung zum Yin und Yang entdecken wir die harmonische Verbindung von Ruhe und Dynamik. Beide Ansätze unterstützen dabei, sowohl Körper als auch Geist in Balance zu bringen.

Leitung: Susann Schlemmer

☛ T3A100

Sa., 05.12.2026, 10.00 bis 13.00 Uhr
1mal | 4 Ustd. | 28,60 EUR

Yin-Yoga - Semesterkurs

Leitung: Caroline Hinz

☛ T3A231

Di., 29.09.2026, 17.30 bis 18.30 Uhr
12mal dienstags | 16 Ustd. | 110,00 EUR

Yoga für Menschen mit Krebserfahrung

Dieser speziell konzipierte Yogakurs ist für Menschen mit einer aktuellen oder bereits zurückliegenden Krebserfahrung geeignet. Die Yoga-Praxis kann die körperliche Flexibilität verbessern, Stress abbauen, das emotionale Wohlbefinden stärken und eine positive Verbindung zwischen Körper und Geist herstellen. Aus diesem Grund hat sich Yoga zu einer wertvollen Ergänzung in der Krebsbehandlung erwiesen. Dieses spezielle Yoga-Programm ist auf die besonderen Bedürfnisse von an Krebs erkrankten Menschen zugeschnitten. Dieser sanfte und unterstützende Ansatz umfasst modifizierte

Asanas und Atemtechniken, um das körperliche, emotionale und spirituelle Wohlbefinden zu fördern. Jede Yogastunde umfasst Übungen, die darauf abzielen, die Lebensqualität zu steigern und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Typische Nebenwirkungen der Therapie wie Fatigue, Osteoporose oder Lymphödeme werden gezielt einbezogen und durch spezifische Übungen behandelt.

Ein großes Handtuch, lockere Sportbekleidung und warme Socken sind mitzubringen.

Leitung: Esther Meyer

☛ T3A245

Do., 24.09.2026, 15.00 bis 16.15 Uhr
10mal donnerstags | 17 Ustd. | 116,50 EUR

QiGong

Qi-Gong basiert auf leicht erlernbaren, sehr entspannenden Bewegungs- und Meditationsformen. Schon nach kurzer Zeit regelmäßigen Übens ist eine Steigerung der Abwehr- und Selbstheilungskräfte möglich. Als fester Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) dient Qi-Gong inzwischen weltweit der Vorbeugung von Krankheiten und der Linderung vieler chronischer Leiden. Der Kurs zeigt Wege auf, den Anforderungen des Alltags gelassener zu begegnen und die eigene Gesundheit als kostbares Gut zu bewahren. Bitte lockere Sportbekleidung und warme Socken mitbringen. Die Qi-Gong-Kurse finden in der VHS, Leibnizstraße 23, statt.

Leitung: Anke Gieseler

☛ T3A250

Fr., 04.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
10mal freitags | 20 Ustd. | 136,00 EUR

☛ T3A251

Fr., 04.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr
10mal freitags | 20 Ustd. | 136,00 EUR

Taijiquan

Taijiquan (Tai Chi Chuan) ist eine alte chinesische Kampf- und Bewegungskunst. Sie dient der Lebenspflege, Gesundheit, der ganzheitlichen Entwicklung von Körper und Geist sowie der Selbstverteidigung. Sie ist entspannend und körperkräftig, fördert die Entfaltung der inneren Energie (Qi) und ist als solche sowohl meditativ als auch kämpferisch einsetzbar. Dieses vor Jahrhunderten in der Chen-Familie entstandene System macht sich die Philosophie von Yin und Yang, deren Wandlungsphasen sowie der Harmonisierung von Körper, Geist und Seele zunutze. Es verbindet Bewegungen der Selbstverteidigung (Wuzhou) mit der Führung der inneren Energie (Qigong) und gilt daher als innere Kampfkunst.

Alle Kursleitenden sind von der World Chen Xiao Wang Taijiquan Assoziation Germany (WCTAG) zertifiziert.

Leichte Turnschuhe mit flacher, weicher Sohle und bequeme Kleidung sind mitzubringen.

Fit & gesund mit Taijiquan – Chen-Stil

Leitung: Ina Heise

☛ T3A260

Mo., 14.09.2026, 18.00 bis 19.30 Uhr
11mal montags | 22 Ustd. | 149,00 EUR
Sporthalle Grundschule Hegelstraße, Hegelstr. 22,
Eingang Leibnizstr. (zw. Bölsche- und Geißlerstr.)

Leitung: Silvio Peters

☛ T3A262

Do., 27.08.2026, 17.30 bis 19.00 Uhr
12mal donnerstags | 24 Ustd. | 162,00 EUR
Sporthalle Grundschule Hegelstraße, Hegelstr. 22,
Eingang Leibnizstr. (zw. Bölsche- und Geißlerstr.)

Bewegung | Rückentraining

Bewegt in den Tag mit Taijiquan

Dieser Kurs verbindet Taiji - Chen Stil mit Qi Gong und Elementen aus der Zen-Gymnastik zum Ausgleich von Dysbalancen im Körper. Die Bewegungen sind fließend und regen am Morgen Körper und Geist an. Bitte lockere Sportkleidung, eine Matte, ein großes Handtuch, eine Decke und warme Socken mitbringen.

Leitung: Helena Schlichting

☛ **T3A264**

Mi., 26.08.2026, 8.00 bis 9.00 Uhr
12mal mittwochs | 16 Ustd. | 110,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Weitere Informationen:



Bewegung - Prävention

Die Bewegungsangebote im Bereich der Gesundheitsbildung dienen der nachhaltigen gesunden Lebensweise. Dem Gesundheitsbegriff der WHO folgend, dienen die Kursangebote der individuellen Gesundheitsförderung und -pflege. Kursteilnehmende lernen in diesen Kursen

- die Funktionsweise der Muskulatur kennen und durch gezielte Übungen verbessern,
- den Aufbau des Skelett- und Muskelsystems und den Zusammenhang zwischen gesunder Bewegung und der Gesunderhaltung des Skelett- und Muskelsystems verstehen,
- Krankheiten des Herz-Kreislaufsystems und des Skelett- und Muskelsystems vorzubeugen,
- Übungen zur Erhaltung der Gesundheit, die in den Alltag integriert werden können.

Die Kursangebote erfolgen auf Grund erarbeiteter Lernkonzepte und Methoden der Erwachsenenbildung. Unsere Kursleitenden verfügen über die dafür erforderlichen Qualifikationen. Eine Bezuschussung durch die Krankenkassen erfolgt für diese Präventionsangebote nicht.

Bewegte Pause - online

In knapp 10 Minuten wieder fit und lebendig - egal ob im Büro oder zu Hause. Melden Sie sich von Ihrem PC, Smartphone oder Tablet in der *vhs.cloud* an und legen Sie los. Die effektiven, leichten Übungen erfordern minimalen Aufwand.

Die 7 Pauseneinheiten sind bis zum 31.12.2026 verfügbar. Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an.

☛ **S3A002**

12,00 EUR | *vhs.cloud*

Präventives Rückentraining

Kraftvoll für ein Muskelgleichgewicht in Schultern, Nacken und Rücken

Dieser Kurs verhilft Ihnen mit sanften Bewegungsabläufen zu einem ausgeglichenen Muskelgleichgewicht für den Rücken. Das Programm des Kurses zeigt Wege auf, gesundheitlichen Einschränkungen des Muskel- und Bewegungsapparates bewusst und aktiv zu begegnen. Ein gezieltes Faszientraining für die gesamte Rücken-, Arm- und Schulterblattmuskulatur führt das Trainingsprogramm für optimale Bewegungskoordination an. Übungen zur Kräftigung mit Redondo- und Gymnastikbällen, Hanteln und Therabändern widmen sich den Schultern, Armen und dem Rücken. Sie erarbeiten für sich in diesem Kursprogramm eine ausgeglichene Körperhaltung. Besonders Menschen mit meist sitzender Tätigkeit und bereits entstandenen Haltungsfehlern sowie ersten Einschränkungen können sich zum Kursprogramm informieren und sich ausprobieren. Unsere Kursleiterin ist lizenzierte Fachtrainerin für Präventions- und Reha-Sport.

Bitte bequeme Kleidung, eine Matte, warme Socken und ein großes Handtuch mitbringen!

Leitung: Cornelia Schröter

☛ **T3A334**

Fr., 25.09.2026, 10.00 bis 11.00 Uhr
10mal freitags | 14 Ustd. | 87,20 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

☛ T3A335

Fr., 04.09.2026, 16.30 bis 17.30 Uhr
13mal freitags | 18 Ustd. | 110,40 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Fit für den Alltag – Ganzkörperkräftigung

Ziel in diesem Kurs ist es, Wege aus dem alltäglichen Stress und der Anspannung zu finden und präventiv nachhaltig Rückenbeschwerden, Herz- und Kreislauferkrankungen sowie Einschränkungen im Muskel- und Bewegungsapparat vorzubeugen. Mit abwechslungsreich gestalteten Elementen und Kleingeräten aus allen Bereichen der Fitnessgymnastik werden Sie gestärkt. Von Kondition über Kräftigung, von Koordination bis Kardiotraining erwartet Sie eine Schulung aller motorischen Fähigkeiten.

Lockere Sportbekleidung, warme Socken und ein großes Handtuch sind mitzubringen.

Leitung: Jannis Schacht

☛ T3A331

Di., 18.08.2026, 17.00 bis 18.00 Uhr
19mal dienstags | 26 Ustd. | 156,80 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

☛ T3A332

Di., 18.08.2026, 18.10 bis 19.10 Uhr
19mal dienstags | 26 Ustd. | 156,80 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

☛ T3A380

Do., 20.08.2026, 18.00 bis 19.00 Uhr
19mal donnerstags | 26 Ustd. | 143,80 EUR
Sporthalle Hegel-Gymnasium, Planckstraße

Seniorensport

Unsere Bewegungskurse für Senior*innen bieten altersgerechte Übungen und leichte Gymnastik, um bis ins hohe Lebensalter fit zu bleiben. Diese Kurse sollen dazu beitragen, die Beweglichkeit zu erhalten, die Muskulatur zu kräftigen, zu dehnen und das Herz-Kreislauf-System anzuregen. Neben dem verbesserten körperlichen Wohlfühl bieten die Kurse darüber hinaus viele Möglichkeiten zu Gesprächen und lockeren Sportspielen.

Bitte zu diesen Kursen lockere Sportbekleidung, warme Socken und ein großes Handtuch mitbringen. Unsere altersgerechten Kurse finden in der VHS, Leibnizstraße 23, statt.

Fit und gesund ab 60

Leitung: Maria Seidl

☛ T3A342

Mi., 19.08.2026, 14.00 bis 15.00 Uhr
14mal mittwochs | 19 Ustd. | 116,20 EUR

☛ T3A343

Mi., 19.08.2026, 15.15 bis 16.15 Uhr
14mal mittwochs | 19 Ustd. | 116,20 EUR

Leitung: Cornelia Schröter

☛ T3A345

Di., 22.09.2026, 11.30 bis 12.30 Uhr
10mal dienstags | 14 Ustd. | 87,20 EUR

Leitung: Bennet Vogel

☛ T3A346

Fr., 28.08.2026, 12.00 bis 13.00 Uhr
12mal freitags | 16 Ustd. | 98,80 EUR

Fitness

Fitness

Die Fitness-Kurse finden in städtischen Sporthallen statt. Bitte bringen Sie eine Matte, lockere Sportbekleidung, feste Turnschuhe, wenn möglich mit heller Sohle, sowie ein Handtuch mit.

Harmonisches Körpertraining

Beim „Harmonischen Körpertraining“ werden durch eine Vielzahl an Übungen unterschiedliche Körperregionen trainiert. Belastungs- und Entspannungsphasen wechseln einander ab, wobei die Kräftigung der Muskulatur, ein Herz-Kreislauftraining, die Verbesserung der Ausdauer und die Koordination im Mittelpunkt des ganzheitlichen Trainings stehen.

Leitung: Bennet Vogel

☛ T3A360

Mo., 31.08.2026, 17.00 bis 18.00 Uhr

14mal montags | 19 Ustd. | 106,70 EUR

Sporthalle im Hegel-Gymnasium, Gymnastikhalle, Eingang Harnackstr. 13

Ganzheitliches Bewegungstraining

Bewegungsmangel, einseitige körperliche Bewegung und Dauerstress führen zu einer Verkürzung und Schwächung der Muskulatur und beeinträchtigen somit das gesamte Wohlbefinden. Übungen zur Muskelkräftigung und zur Verbesserung der Beweglichkeit tragen zur Förderung und Stabilisierung der Haltung und Beweglichkeit, dem gelenkfreundlichen Bewegungsverhalten im Berufs- und Alltagsleben sowie zur Bewusstseinssteigerung des Erfordernisses der regelmäßigen Kräftigung wenig beanspruchter Muskulatur bei. Der Kurs enthält vielfältige Übungen, die Freude an der Bewegung vermitteln sollen, Bewegungsmangel entgegenwirken, Herz- und Kreislauf, Ausdauer und Koordinationsvermögen trainieren. Mit gezielten Dehnungsübungen soll die trainierte, aber auch die noch untrainierte Muskulatur gepflegt werden.

Leitung: Romy Mantey

☛ T3A381

Di., 25.08.2026, 18.30 bis 19.30 Uhr

13mal dienstags | 18 Ustd. | 101,40 EUR

Sporthalle BbS „Hermann Beims“, Salzmannstr. 9 - 15

Leitung: Cornelia Schröter

☛ T3A382

Mo., 24.08.2026, 18.30 bis 19.30 Uhr

15mal montags | 20 Ustd. | 112,00 EUR

Sporthalle Grundschule, Annastr. 17

Fitness Workout

Diese Kurse bieten gesundheitsfördernde Fitnessübungen zur allgemeinen Kräftigung und Entspannung der Muskulatur für alle Altersgruppen und sind für Männer und Frauen gleichermaßen geeignet. Zur Verringerung und Vorbeugung muskulär bedingter Schmerzen, hervorgerufen durch Alltagsbelastungen, werden Übungen für die Bauch- und Rückenmuskulatur, Kräftigungs- und Dehnungsübungen im Mittelpunkt stehen.

Leitung: Cornelia Schröter

☛ T3A391

Mo., 24.08.2026, 19.30 bis 20.30 Uhr

15mal montags | 20 Ustd. | 112,00 EUR

Sporthalle Grundschule, Annastr. 17

Leitung: Uwe Lange

☛ T3A392

Mi., 26.08.2026, 19.00 bis 20.00 Uhr

14mal mittwochs | 19 Ustd. | 106,70 EUR

Sporthalle BbS „Hermann Beims“, Salzmannstr. 9 - 15

Weitere Informationen:



Fitness Workout am Steppbrett

Dieser Kurs bietet Ihnen in Verbindung mit motivierender Musik ein gesundheitsorientiertes Training für den ganzen Körper. Sie erfahren ein kompaktes Fitnessprogramm für verbesserte Ausdauerfähigkeit, geschulte Koordination mit einer vielseitig gemischten Kombination aus Gymnastik und Aerobic. Dabei erlernen Sie vielfältige Übungen zur Stabilisierung der Körperhaltung und zur Verbesserung von Balance und Beweglichkeit. Gelenkfreundliche Variationen am Steppbrett geben diesem Kurs eine intensive Abwechslung und dienen besonders der Stärkung des Herz-Kreislaufsystems. Des Weiteren verhelfen gezielte Dehnungsübungen der aktiven Entspannung der Muskulatur für ein ganzheitliches Wohlfühlgefühl. Eine Matte, lockere Sportbekleidung, Sportschuhe und ein Handtuch sind mitzubringen.

Leitung: Cornelia Schröter

☛ **T3A393**

Di., 25.08.2026, 19.00 bis 20.00 Uhr
15mal dienstags | 20 Ustd. | 112,00 EUR
Fitness-Treff, Nicolaistraße 5, Magdeburg

Fitnessstanz

Zumba® - Tanz und Kräftigung

Zumba® ist ein bunter Bewegungs-Mix aus Choreografien verschiedener Musikstile. Tänzerisches und Sportliches verbinden sich zu einem Ganzkörpertraining. In diesem Kurs lernen Sie Schrittkombinationen kennen, erfahren etwas über Zumba und seine Traditionen und Stilrichtungen. Die choreografierten Übungen schulen die Koordination. Bewegungstanz ist eine gute Demenzprophylaxe. Zumba® trainiert Herz und Kreislauf und bietet ein besonderes Gemeinschaftserlebnis. Es sind keine Voraussetzungen erforderlich. Freude an Musik und an Bewegung sollten Sie mitbringen.

Unsere Kursleiterin ist lizenzierte Zumba-Trainerin®. Lockere Sportkleidung und feste Turnschuhe sind mitzubringen.

Leitung: Mathilde Lemesle

☛ **T3A395**

Mi., 02.09.2026, 19.00 bis 20.00 Uhr
14mal mittwochs | 19 Ustd. | 106,70 EUR
Sporthalle Grundschule Hegelstraße, Hegelstr. 22,
Eingang Leibnizstr. (zw. Bölsche- und Geißlerstr.)



Stadtbibliothek Magdeburg
gegründet 1525

Zentralbibliothek	stadtbibliothek@magdeburg.de
Stadtbibliothek im Flora-Park	florabibo@web.de
Stadtbibliothek Reform	bibliothek.reform@web.de
Stadtbibliothek Sudenburg	bibliothek.sudenburg@web.de
Fahrbibliothek	fahrbibliothek@stadtbibliothek.magdeburg.de

Holen Sie sich die Literatur und die Medien für Ihre Kurse bei uns!

Bücher + Zeitschriften + CDs + DVDs + Blu-Ray-Discs + Hörbücher + Noten + Musikpädagogik +
Gesellschaftsspiele + Sprach- und Reiseführer + fremdsprachige Medien +
Digitale Bibliothek: Brockhaus, E-Learning, Onleihe, OverDrive, PressReader, Rosetta Stone



www.magdeburg-stadtbibliothek.de



Jan Stechbarth

Gesundheitsbildung
Organisatorischer Mitarbeiter

Telefon:
0391 53547718

E-Mail:
Jan.Stechbarth@
vhs.magdeburg.de

Pilates

Pilates

Pilates verbindet in einzigartiger Weise Kräftigungs-, Dehnungs- und Mobilisierungsübungen. Es ist kein isoliertes Trainingsprogramm - Körper und Geist arbeiten zusammen. Der Körper wird ausbalanciert, stabilisiert und gedehnt. Pilatesübungen wirken auf die Zentrierung der Körpermitte - «Powerhouse» genannt. Im Pilateskurs wird die Fähigkeit zur kraftvollen Stärkung der tiefer liegenden Muskelschichten im Bauch- und Rückenbereich,

eine gute Beweglichkeit der Wirbelsäule, ein verbessertes Gleichgewicht und eine präzise Körperhaltung erworben. Lockere Sportbekleidung, warme Socken, eine Matte und ein Handtuch sind zu allen Pilateskursen mitzubringen.

Die Kurse finden in der VHS, Leibnizstraße 23, statt. Davon abweichende Orte sind im Kurs ausgewiesen.

Leitung: Bennet Vogel

☛ T3A401

Mo., 31.08.2026, 18.15 bis 19.15 Uhr
14mal montags | 19 Ustd. | 116,20 EUR

Leitung: Cornelia Zimmer

☛ T3A404

Mi., 26.08.2026, 17.30 bis 18.30 Uhr
12mal mittwochs | 16 Ustd. | 98,80 EUR

Pilates für Schultern, Rücken und Körperhaltung

Ein Pilateskurs mit fließenden Übungsabläufen und einem harmonischen Rückentraining zur Stabilisierung des Stütz- und Bewegungsapparates und als Prophylaxe gegen Rückenschmerzen, Haltungsschwäche und Stress. Sie erlernen für mehr Rückenkraft gezielte Bewegungen und erleben aktive Entspannung zur Verbesserung von Gleichgewicht und Körperhaltung sowie Lockerungs- und Dehnungsübungen, um Verspannungen im Schulter-Nackengebiet zu lösen.

Leitung: Cornelia Schröter

☛ T3A402

Mo., 24.08.2026, 17.30 bis 18.30 Uhr
15mal montags | 20 Ustd. | 112,00 EUR
Sporthalle Grundschule, Annastr. 17

☛ T3A403

Do., 27.08.2026, 16.45 bis 17.45 Uhr
15mal donnerstags | 20 Ustd. | 112,00 EUR
Fitness-Treff, Nicolaistraße 5, Magdeburg

Pilates zum Wochenausklang

Dieser schwungvolle Kurs dient der Verbesserung und Stabilisierung des Stütz- und Bewegungsapparates. Es erfolgen kräftigende und tiefenwirksame Pilatesübungen, teils im Flow-Stil, teils mit statischen Dehnübungen zur Stärkung der Wirbelsäule von innen sowie der Tiefenmuskulatur in Armen und Beinen für gezielte Balanceübungen. Zum Ende des Kurses werden Entspannungstechniken, z. B. PMR, angewendet.

Lockere Sportbekleidung, warme Socken, eine Matte und ein großes Handtuch sind zu allen Pilateskursen mitzubringen.

Leitung: Cornelia Schröter

☛ T3A405

Fr., 04.09.2026, 17.45 bis 18.45 Uhr
13mal freitags | 18 Ustd. | 110,40 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Weitere Informationen:



Sprachen

Heike Kosmider

Programmbereichsleiterin

Deutsch als Fremdsprache und Englisch

Telefon: 0391 53547716

Mail: Heike.Kosmider@stadt.magdeburg.de



Dörte Neßler

Programmbereichsleiterin

Fremdsprachen

Telefon: 0391 53547715

Mail: Doerte.Nessler@vhs.magdeburg.de

Annemarie Söhnel

Pädagogische Mitarbeiterin

Deutsch als Fremdsprache

Telefon: 0391 53547722

Mail: Annemarie.Soehnel@vhs.magdeburg.de



Spanisch
Französisch
Italienisch **Englisch**
Schwedisch Dänisch
Deutsch als Fremdsprache
Niederländisch Russisch
Japanisch **Arabisch**
Türkisch Koreanisch
Mongolisch

Deutsch als Fremdsprache

Deutsch Mittelstufe (B1)

Dieser Kurs ist für Teilnehmende geeignet, die ihre Deutschkenntnisse auf B1-Niveau ausbauen möchten. Interessierte für diesen Kurs sollten über Kenntnisse auf Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens oder aus 400 Unterrichtsstunden verfügen.

Dieser Kurs wird in einem hohem Lerntempo durchgeführt. Die Bereitschaft zu umfangreichem Selbststudium sowie Hausaufgaben ist Voraussetzung für eine erfolgreiche Teilnahme. Eine Prüfungsvorbereitung ist nicht vorgesehen. Eine Prüfung auf dem Niveau B1 kann beim Landesverband der Volkshochschulen Sachsen-Anhalt abgelegt werden.

Lehrbuch: Menschen B1 Kursbuch (Hueber) und Menschen hier B1 Arbeitsbuch (Hueber)

Leitung: Thomas Miller

☛ **T471100**

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr

Mi., 02.09.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr

17mal dienstags + 16mal mittwochs

132 Ustd. | 349,20 EUR

Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Deutsch lernen kompakt (B1+): Grammatik und Wortschatz im Fokus

Dieser Kompaktkurs richtet sich an Deutschlernende ab B1, die systematisch und intensiv Grammatik und Wortschatz verbessern möchten. Anhand vieler Alltagsbeispiele, insbesondere aus der Arbeitswelt, sollen Vokabular und grammatische Strukturen geübt und vertieft werden. Fragen und Lernbedürfnisse der Teilnehmenden stehen hierbei im Vordergrund.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Ruth Goebel-von Elsner

☛ **T471101**

Sa., 07.11., 14.11. und 21.11.2026, 10.00 bis 17.15 Uhr

3mal samstags | 24 Ustd. | 68,40 EUR

VHS, Leibnizstr. 23



Weitere Informationen:

Deutsch Aufbaustufe (B2)

Dieser Kurs ist für Teilnehmende geeignet, die Deutschkenntnisse auf B2-Niveau erwerben möchten und entweder ein B1-Zertifikat erworben haben oder Erfahrung aus 600 Unterrichtsstunden bzw. entsprechende Kenntnisse nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen mitbringen. Teilnehmende sollten sich im Alltag bereits mühelos verständigen können.

Wünsche für die genaue Themenabsprache nimmt die Dozentin gerne in der ersten Stunde entgegen.

Bitte beachten Sie, dass der Kurs an zwei verschiedenen Orten stattfindet: mittwochs im Hegelgymnasium, freitags in der Volkshochschule Magdeburg!

Lehrbuch: Kontext B2 Kursbuch und Übungsbuch (Klett)

Leitung: Dogsmaa Rieke

☛ **T471102**

Mi., 30.09.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr

Fr., 02.10.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr

13mal mittwochs + 14mal freitags

108 Ustd. | 308,40 EUR

Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13 und VHS, Leibnizstr. 23

Deutsch Oberstufe (C1.1) intensiv

Präsenz- und Online-Kurs

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit sicheren Deutschkenntnissen auf B2-Niveau, die ihre Sprachfähigkeiten weiter ausbauen möchten, um sie für Studium, Ausbildung oder Beruf wirksam und flexibel zu gebrauchen.

Die Dozentin bietet außerdem gezielte Prüfungsvorbereitung (z. B.: Goethe-Zertifikat) an.

Dieser Kurs ist auf zwei Semester ausgelegt und findet in hybrider Form statt: Montags und mittwochs in Präsenz, freitags vierstündig online.

Teilnehmende benötigen einen Laptop, Kamera und Mikro und sollten mit digitalen Lernplattformen sicher umgehen können.

Lehrbuch: Vielfalt C1.1 Kurs- und Arbeitsbuch
(Hueber)

Leitung: Elena Semenova

☛ **T471105**

Mo., 31.08.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

Mi., 02.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

Fr., 04.09.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr

17mal montags + 16mal mittwochs + 17mal freitags

134 Ustd. | 354,40 EUR

Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13 und
vhs.cloud

Deutsch Oberstufe (C1) Konversation

Der Kurs ist für alle Interessierten geöffnet, die bereits Kenntnisse auf C1-Niveau haben.

Fokussiert werden Situationen des beruflichen Alltags, Fachterminologie und Präsentationen, welche die Teilnehmenden anhand eigener Beispiele üben sollen.

Wünsche für die genaue Themenabsprache nimmt die Dozentin gerne in der ersten Stunde entgegen.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Dogsmaa Rieke

☛ **T471106**

Mo., 28.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

14mal montags | 28 Ustd. | 84,40 EUR

Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13



Annemarie Söhnel

Pädagogische

Mitarbeiterin

Telefon:

0391 53547722

E-Mail:

Annemarie.Soehnel@
vhs.magdeburg.de

INTEGRATIONSKURSE

Deutsch Integrationskurs

Der allgemeine Integrationskurs besteht aus insgesamt 700 Unterrichtsstunden (UE): 600 UE Sprachunterricht und 100 UE Orientierungskurs. Der Sprachunterricht ist in 6 Module (A1.1 - B1.2) untergliedert und wird mit einer Abschlussprüfung (Deutschtest für Zuwanderer) beendet. Der Orientierungskurs vermittelt Wissen über die Rechtsordnung, die Kultur und die jüngere Geschichte Deutschlands und schließt mit einem Test ab.

Bitte beachten Sie die Kurszeiten:

☛ **T471-117**

Mo., 17.08.2026 bis Mo., 07.04.2027

140mal | 700 Ustd. | VHS, Leibnizstr. 23

montags und freitags, 08.00 bis 12.05 Uhr

Ab dem 06.07.2026 um 10.00 Uhr ist eine Terminvereinbarung für die Anmeldung persönlich vor Ort in Raum 110 möglich.

Weitere Integrationskurse und berufsbezogene Sprachkurse Basismodul B2 werden im Laufe des Semesters im Internet veröffentlicht.



Die Städtische Volkshochschule ist zugelassener Träger des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge.

ENGLISCH

Einstiegskurse und Grundstufe Niveau A1-A2

In den Kursen der Grundstufe lernen Sie, einfache Gespräche zu führen. Kurse ohne Vorkenntnisse sind für Teilnehmende geeignet, die gern Englisch von Beginn an lernen möchten und keinerlei Vorkenntnisse mitbringen.

Sollten Sie bereits über Grundkenntnisse der englischen Sprache verfügen, auch wenn diese scheinbar sehr verschüttet sind, so empfehlen wir Ihnen, in einen Anfängerkurs mit geringen Vorkenntnissen, einen Kurs Englisch Grundstufe A1 oder einen Auffrischkurs einzusteigen. Bei der Kurswahl helfen Ihnen auch unser Onlinetest im Internet und ein Gespräch mit der Programmleiterin.



Heike Kosmider
Programmbereichsleiterin
Telefon:
0391 53547716
E-Mail:
Heike.Kosmider@stadt.magdeburg.de

Englisch Einstiegskurs - ohne Vorkenntnisse

Sie haben noch nie Englisch gelernt und möchten die ersten Grundlagen wie Alphabet, Zahlen und einfache Sätze wie "My name is..." erlernen? Dann bietet Ihnen dieser Kurs mit abwechslungsreichen Methoden einen fundierten Einstieg.

Lehrmaterial: wird bekannt gegeben

Leitung: Alexandra Vogler

☛ T472000

Do., 03.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

17mal donnerstags | 34 Ustd. | 142,00 EUR

Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Englisch Einstiegskurs - mit geringen Vorkenntnissen

Dieser Kurs ist für Interessierte mit ersten einfachen Englischkenntnissen aus 30 Unterrichtsstunden konzipiert und knüpft an einfachen Kenntnissen wie Zahlen, Alphabet und Wendungen wie "My name is...?" an. Er ist dem Grundkurs A1 noch vorgeschaltet.

Lehrbuch: Easy English Upgrade A1.1 (Cornelsen)

Leitung: Alexandra Vogler

☛ T472011

Mi., 02.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

16mal mittwochs | 32 Ustd. | 134,00 EUR

Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Englisch Grundstufe A1.1

Dieser Kurs baut auf den ersten Fähigkeiten der Einstiegskurse auf, ist aber auch für alle anderen begeisterten Anfänger*innen geeignet. Ziel ist es, sich in ersten Alltagssituationen auf Englisch verständigen zu können.

Lehrbuch: Easy English Upgrade A1.1 (Cornelsen)

Leitung: Alexandra Vogler

☛ T472031

Di., 01.09.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr

17mal dienstags | 34 Ustd. | 142,00 EUR

VHS, Leibnizstr. 23

Englisch Grundstufe A2

Der Kurs ist für Teilnehmende geeignet, die solide A1-Kenntnisse mitbringen und bereits über sich selbst Auskunft geben können (Name, Herkunft, Wohnort, Familie).

Lehrmaterial: wird bekannt gegeben

Leitung: Samantha Nisha Kothare

☛ T472035

Di., 08.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

17mal dienstags | 34 Ustd. | 142,00 EUR

Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Englisch Grundstufe A1.2

Dieser Kurs führt die Niveaustufe A1.2 fort und ist für Teilnehmende geeignet, die bereits erste A1-Kenntnisse mitbringen und Schritt für Schritt die Sprache erlernen möchten. Im Kurs wird zusätzlich die Lernplattform *vhs.cloud* genutzt.

Lehrbuch: Easy English Upgrade A1.2 (Cornelsen)

Leitung: Dr. Dr. Uwe Genetzke

☛ **T472045**

Mo., 14.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

12mal montags | 24 Ustd. | 102,00 EUR

Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Englisch Grundstufe A1.2

Dieser Kurs setzt erste, grundlegende Englischkenntnisse auf A1-Niveau voraus. Das Lehrbuch A1.2 wurde bereits angefangen und wird in diesem Semester weitergeführt.

Lehrbuch: Easy English Upgrade A1.2 (Cornelsen)

Leitung: Alexandra Vogler

☛ **T472051**

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

17mal dienstags | 34 Ustd. | 142,00 EUR

VHS, Leibnizstr. 23

Englisch Grundstufe A2

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf A1-Niveau geeignet. Sie sollten in der Lage sein, einfache Informationen über sich selbst zu geben (Name, Herkunft, Wohnort, Familie) und in vertrauten Situationen einfache, kurze Gespräche bewältigen können, wenn langsam gesprochen wird.

Lehrbuch: Easy English upgrade A2.1 (Cornelsen)

Leitung: Klaus Schneider

☛ **T472040**

Do., 27.08.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

18mal donnerstags | 36 Ustd. | 150,00 EUR

VHS, Leibnizstr. 23

Englisch Grundstufe A2.2

Dieser Kurs setzt erste Kenntnisse auf A2-Niveau voraus und arbeitet mit einem Lehrbuch und Zusatzmaterial.

Lehrbuch: Easy English upgrade A2.2 inkl. E-Book (Cornelsen)

Leitung: Fred Walter Allmand

☛ **T472091**

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

17mal dienstags | 34 Ustd. | 142,00 EUR

Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Mittelstufe Niveau B1

Die Kurse der Mittelstufe führen zum Niveau B1 des Europäischen Referenzrahmens. Am Ende dieser Stufe können Sie das Wesentliche von Unterhaltungen und Texten aus Alltags- und Berufsleben verstehen und wiedergeben sowie Erfahrungen und Ereignisse beschreiben. Voraussetzung für die Mittelstufe sind Englischkenntnisse auf A2-Niveau.

Englisch Mittelstufe B1.1

Im Kurs erweitern Sie Ihren Wortschatz und gewinnen mehr Sicherheit in allen kommunikativen Fähigkeiten. Sie lernen, sich zusammenhängend über vertraute Themen zu äußern, Erfahrungen zu beschreiben und Meinungen zu formulieren.

Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen.

Lehrbuch: Network Now B1.1 (Klett)

Leitung: Lee Cabot Schneider

☛ **T472100**

Mo., 31.08.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

17mal montags | 34 Ustd. | 142,00 EUR

Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Englisch Mittelstufe B1.1

Im Kurs erweitern Sie Ihren Wortschatz und gewinnen mehr Sicherheit in allen kommunikativen Fähigkeiten. Sie lernen, sich zusammenhängend über vertraute Themen zu äußern, Erfahrungen zu be-

Englisch

schreiben und Meinungen zu formulieren.
Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen.
Leitung: Lee Cabot Schneider

☛ **T472101**

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
17mal dienstags | 34 Ustd. | 142,00 EUR
Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Aufbaustufe Niveau B2

Voraussetzungen für die Aufbaustufe sind gute Englischkenntnisse auf B1-Niveau, was dem Sekundarschulabschluss (10. Klasse) entspricht. Die Aufbaustufe führt zum Niveau B2. Am Ende dieser Stufe können Sie sich so spontan und fließend unterhalten, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachler*innen ohne größere Schwierigkeiten möglich ist.

Englisch Aufbaustufe B2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die Englischkenntnisse auf B1-Niveau mitbringen. Grammatik und Kommunikation werden mithilfe des Lehrbuches verfeinert.
Lehrbuch: Great! B2 2nd edition, hybride Ausgabe (Klett)
Leitung: Marion Kohlfärber

☛ **T472200**

Mi., 02.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
14mal mittwochs | 28 Ustd. | 118,00 EUR
Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Englisch Aufbaustufe B2

Dieser Kurs arbeitet mit der neuen Ausgabe des Lehrbuchs für die Aufbaustufe. Er ist geeignet für Englischkundige, die ihr Wissen auf B2-Niveau auffrischen und dabei insbesondere ihre Sprechkompetenz ausbauen wollen.
Um unser Vokabular weiter zu bereichern, lesen wir die Kurzgeschichten aus dem Lektüreband "The

Skye's the Limit" von Dominic Butler (PONS GmbH Stuttgart).

Lehrbuch: Go for it! B2 (Hueber)

Leitung: Marion Kohlfärber

☛ **T472240**

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
14mal dienstags | 28 Ustd. | 118,00 EUR
Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Englisch Aufbaustufe B2

Dieser Kurs besteht bereits seit einigen Semestern, ist aber für alle Interessierten geöffnet, die erste B2-Kenntnisse ausbauen wollen.

Lehrmaterial: wird bekannt gegeben

Leitung: Lee Cabot Schneider

☛ **T472260**

Di., 01.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr
17mal dienstags | 34 Ustd. | 142,00 EUR
Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Englisch für Beruf und Reise

Verbessern Sie Ihre Englischkenntnisse für den Beruf und unterwegs: In diesen Kursformaten trainieren Sie praxisnah Kommunikation im typischen Situationen- von E- Mails schreiben und Präsentationen halten bis hin zu Bestellungen aufgeben im Restaurant. Das Angebot umfasst sowohl kompakte Formate als auch Bildungsurlaube.

Business English B1

Bildungsurlaub

Der Kurs richtet sich an Arbeitnehmende und Azubis, die über gute grundlegende Kenntnisse der englischen Sprache (z. B. aus 6 Jahren Schulenglisch) verfügen und in ihrem beruflichen Alltag mit englischsprachigen Kunden und Geschäftspartnern kommunizieren. Der Unterricht zielt auf die Verbesserung kommunikativer Fähigkeiten ab, besonders im gesellschaftlichen Umgang mit englischsprachigen Partnern. Die Teilnehmenden lernen, in ver-

schiedenen Arbeitsbereichen zu kommunizieren und Projekte zu präsentieren. Außerdem werden Fähigkeiten im Bereich Zeit- und Selbstmanagement behandelt.

Bei ausreichend hohem Interesse besteht die Möglichkeit, den Kurs als Online-Abendkurs fortzuführen. Für diesen Kurs ist in Sachsen-Anhalt und Niedersachsen die Anerkennung als Bildungsfreistellungsmaßnahme beantragt.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Svetlana Reiss

☛ T472500

Mo., 07.09.2026 bis Fr., 11.09.2026, 9.00 bis 16.30 Uhr
5mal | 40 Ustd. | 246,00 EUR

VHS, Leibnizstr. 23

Business English Communication für Wiedereinsteiger B1 - Präsenz- und Online-Kurs

Der Kurs ist für Teilnehmende mit "verschütteten" Abiturkenntnissen geeignet, die nun zum Beispiel aufgrund neuer beruflicher Herausforderungen einen sicheren Umgang mit Geschäftsendenglisch erlangen wollen. Sie werden interaktiv Ihre Sprachkenntnisse auffrischen und neuen Wortschatz und Redewendungen erarbeiten. In Gruppen- und Einzelarbeit werden Sie sich mit verschiedenen Themen (wie Kundenkontakt per Mail) beschäftigen und eigene kleine Präsentationen halten. Ein Fokus liegt auf der mündlichen Kommunikation, die Sie in einem entspannten Umfeld üben und sich so auf den Berufsalltag vorbereiten.

Bitte beachten Sie, dass der Kurs wechselnd in Präsenz in der VHS und online in der *vhs.cloud* stattfindet.

Lehrmaterial: wird bekannt gegeben

Leitung: Julia Gerbig

☛ T472501

Do., 03.09.2026, 15.30 bis 18.45 Uhr
16mal donnerstags | 64 Ustd. | 390,00 EUR

VHS, Leibnizstr. 23 und *vhs.cloud*

Business English A2

Dieser Kurs ist für Teilnehmende geeignet, die sehr verschüttete Englischkenntnisse aus vergangener Schulzeit besitzen oder solides Niveau auf A1-Niveau mitbringen und ihr Englisch für den Beruf ausbauen möchten. Sie lernen in dieser Gruppe unter Gleichgesinnten in einem angenehmen ruhigen Tempo, können durch gezielte Übungen Sprechhemmungen abbauen und lernen, sich in verschiedenen beruflichen Situationen einfach auszudrücken (erster Mailkontakt, Gespräche mit Kolleg*innen).

Lehrbuch: Business English for Beginners A2 (fifth edition)

Leitung: Samantha Nisha Kothare

☛ T472502

Do., 10.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
16mal donnerstags | 32 Ustd. | 134,00 EUR
Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Englisch für die Reise A1

Dieser Kurs ist für Teilnehmende gedacht, die kaum Englisch sprechen und nun die Sprache für Reisen ins englischsprachige Ausland erlernen möchten. Konkrete Wünsche werden in der ersten Sitzung besprochen.

Lehrbuch: Hooray for Holidays! (Hueber)

Leitung: Samantha Nisha Kothare

☛ T472503

Mo., 07.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
17mal montags | 34 Ustd. | 142,00 EUR
Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Weitere Informationen:



Conversation Courses

Diese Kurse eignen sich vor allem für Interessierte, die ihre erworbenen Sprachkenntnisse pflegen und anwenden wollen bzw. einfach Spaß am Austausch in der Fremdsprache mitbringen.

Bei Rückfragen steht Ihnen die Programmbereichsleiterin gern zur Verfügung.

English Conversation (A2)

In diesem Kurs wird Konversation auf einem fortgeschrittenen A2-Niveau geübt. Die Themen werden vorab mit der Dozentin abgesprochen. Teilnehmende, die in den laufenden Kurs einsteigen wollen, sind herzlich willkommen. Ein zügiges Lerntempo wird vorausgesetzt.

Lehrbuch: Easy English upgrade A2.1 (Cornelsen)

Leitung: Alexandra Vogler

☛ T472600

Mo., 31.08.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
17mal montags | 34 Ustd. | 142,00 EUR
Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

English Conversation (A2)

In diesem Kurs wird Konversation auf einem fortgeschrittenen A2-Niveau geübt. Die Themen werden vorab mit der Dozentin abgesprochen.

Leitung: Alexandra Vogler

☛ T472601

Mo., 31.08.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr
17mal montags | 34 Ustd. | 142,00 EUR
Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Refresh English Conversation A2

Die folgenden beiden Kurse sind für Teilnehmende mit Englischkenntnissen auf A2-Niveau geeignet, die ihre Kenntnisse vor allem im Bereich mündliche Kommunikation auffrischen und verbessern möchten, um sich auf die Stufe B1 vorzubereiten.

Das Lehrmaterial wird bekannt gegeben.

Leitung: M.A.Ed Prescilla Timmon

☛ T472602

Mo., 31.08.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr
16mal montags | 32 Ustd. | 166,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

☛ T472603

Di., 01.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr
16mal dienstags | 32 Ustd. | 166,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

English for Everyone B1

Die folgende Kursreihe "English for Everyone" wurde von der Dozentin aufgrund der hohen Nachfrage nach Konversationskursen auf B1-Niveau ins Leben gerufen. Die Kurse unterscheiden sich nur in den Wochentagen, um möglichst vielen Interessierten die Teilnahme zu ermöglichen.

This course will focus on spoken English training and is suitable for all learners wishing to enhance their English communication skills. A B1-level of English proficiency is required.

Leitung: M.A.Ed Prescilla Timmon

☛ T472604

Mo., 31.08.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
16mal montags | 32 Ustd. | 166,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

☛ T472605

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
16mal dienstags | 32 Ustd. | 166,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

☛ T472606

Do., 03.09.2026, 18.30 bis 20.00 Uhr
16mal donnerstags | 32 Ustd. | 166,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

In Conversation (B2)

This course will focus on spoken English training and is suitable for speakers with B2-level.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: M.A.Ed Prescilla Timmon

☛ **T472607**

Mi., 02.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr

15mal mittwochs | 30 Ustd. | 156,00 EUR

VHS, Leibnizstr. 23

English Conversation (C1)

Online-Kurs

This course addresses advanced speakers of a C1-level, who are open to discussion and wish to exchange about actual political topics.

It focuses on key features of American culture and explores historical, social and contemporary developments that have shaped the United States.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Awije Bahrami

☛ **T472608**

Di., 01.09.2026, 18.30 bis 20.00 Uhr

17mal dienstags | 34 Ustd. | 148,80 EUR | *vhs.cloud*

Kurse am Vormittag

Die Vormittagskurse zeichnen sich durch ein ruhigeres Lerntempo aus und bestehen bereits seit mehreren Semestern. Neueinsteigende mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Die Programmereichsleiterin berät dazu gern.

Englisch am Vormittag Grundstufe A2

Dieser Kurs setzt fortgeschrittene Kenntnisse auf A1-Niveau voraus. Er baut auf dem Kurs des vorigen Semesters auf, ist aber auch für Neueinsteiger geeignet, die gute A1-Kenntnisse im Englischen mitbringen.

Lehrbuch: Network Now A2.1 (Klett)

Leitung: Hans-Jörg Wiegand

☛ **T472700**

Mo., 31.08.2026, 9.00 bis 10.30 Uhr

17mal montags | 34 Ustd. | 142,00 EUR

VHS, Leibnizstr. 23

Englisch Grundstufe A2.2

Dieser Kurs setzt erste Kenntnisse auf dem Niveau A2.2 voraus und hat bereits mit dem neuen Lehrbuch begonnen. Er ist offen für Teilnehmende, die vorhandene A2-Kenntnisse ausbauen möchten.

Lehrbuch: Network Now A2.2 (Klett)

Leitung: Petra Thiele

☛ **T472701**

Di., 25.08.2026, 9.00 bis 10.30 Uhr

19mal dienstags | 34 Ustd. | 142,00 EUR

VHS, Leibnizstr. 23

Englisch Auffrischung am Vormittag (A2)

Frischen Sie Ihre Englischkenntnisse gezielt auf: Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die Grammatik, Wortschatz und Sprechpraxis wieder aktivieren möchten. In abwechslungsreichen Übungen gewinnen Sie Sicherheit im Verstehen und Sprechen und knüpfen an bereits Gelerntes an.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Fred Walter Allmand

☛ **T472702**

Do., 03.09.2026, 10.45 bis 12.15 Uhr

17mal donnerstags | 34 Ustd. | 142,00 EUR

VHS, Leibnizstr. 23

FRANZÖSISCH

Grundstufe Niveau A1 – A2



In den Kursen der Grundstufe lernen Sie, einfachen Gesprächen über vertraute Themen zu folgen und sich daran zu beteiligen. Das 1. Semester ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse konzipiert, die höheren Semester sind auch für Interessierte mit Vorkenntnissen geeignet. Die Programm-bereichsleiterin berät Sie dazu gern. Bei der Kursauswahl hilft Ihnen auch unser Selbsteinstufungstest. Die Kurse des 1. bis 3. Semesters führen zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.



Dörte Neßler
Programmbereichsleiterin
Telefon:
0391 53547715
E-Mail:
Doerte.Nessler@
vhs.magdeburg.de

Französisch Grundstufe A1, 1. Semester

Dieser Kurs ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse der französischen Sprache konzipiert.

Lehrbuch: Voyages neu A1 (Klett)

Leitung: Tim Schmidt

☛ **T473010**

Do., 03.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 14mal donnerstags
28 Ustd. | 118,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Französisch Einstiegskurs A1 intensiv - Bildungsurlaub

Dieser Intensivkurs ist für Teilnehmende konzipiert, die noch nie Französisch gelernt haben. Sie werden auf ganzheitliche Weise an die französische Sprache herangeführt. Neben Einblicken in die Struktur und Grammatik der Sprache steht vor allem die einfache Kommunikation für Beruf und Alltag im Vordergrund.

Der Kurs ist in Sachsen-Anhalt als Bildungsfreistellungsmaßnahme anerkannt. Er schafft die Grundlagen für den Einstieg in ein 2. Semester.

Lehrbuch: Voyages neu A1 (Klett)

Leitung: Jocelyne Cuenin

☛ **T473013**

Mo., 31.08.2026 bis Fr., 04.09.2026, 8.30 bis 14.45 Uhr
5mal | 35 Ustd. | 163,50 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Französisch Grundstufe A1, 2. Semester

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen der französischen Sprache aus einem Semesterkurs oder einer Intensivwoche konzipiert.

Lehrbuch: Voyages neu A1 (Klett)

Leitung: Jocelyne Cuenin

☛ **T473020**

Mi., 09.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 15mal mittwochs
30 Ustd. | 126,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Französisch Grundstufe A1, 3. Semester

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen der französischen Sprache (ca. 60 Unterrichtsstunden) konzipiert.

Lehrbuch: Voyages neu A1 (Klett)

Leitung: Jocelyne Cuenin

☛ **T473030**

Do., 10.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 16mal donnerstags
32 Ustd. | 134,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Französisch Grundstufe A1, Abschlusskurs A1 - online

Bonjour ! Vous parlez un peu français?

Dieser Online-Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf A1-Niveau konzipiert. Im Kurs wird das A1-Buch beendet. Sie treffen sich wöchentlich

zu einem festen Termin mit unserer Dozentin in der Konferenz der Lernplattform *vhs.cloud*, zu der Sie den Zugang vor Kursbeginn erhalten.

Lehrbuch: Voyages neu A1 (Klett)

Leitung: Sabine Mathiot

☛ T473050

Do., 03.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 16mal donnerstags
32 Ustd. | 143,60 EUR | *vhs.cloud*

Französisch Grundstufe A1, Einstiegskurs A2 - online

Bonjour! Vous parlez déjà un peu français? Vous voulez parler français, quand vous êtes en vacances en France?

Dieser Online-Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen der französischen Sprache auf A1-Niveau konzipiert. Er setzt mit dem gerade begonnenen Buch auf A2-Niveau fort. Neue Teilnehmende mit A1-Kenntnissen sind herzlich willkommen.

Sie treffen sich wöchentlich zu einem festen Termin mit unserer muttersprachlichen Dozentin in der Konferenz der Lernplattform *vhs.cloud*, zu der Sie den Zugang vor Kursbeginn erhalten.

Lehrbuch: Voyages neu A1 (Klett)

Leitung: Sabine Mathiot

☛ T473060

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 16mal dienstags
32 Ustd. | 143,60 EUR | *vhs.cloud*

Französisch Grundstufe, Fortsetzung A2 - online

Bonjour ! Vous avez déjà le niveau A1 en français. Bravo! On continue vers le niveau A2?

Sie haben erste Vorkenntnisse der französischen Sprache auf A2-Niveau und möchten diese festigen und erweitern? Dann sind Sie in diesem Kurs willkommen. Der Kurs arbeitet weiter mit dem Lehrbuch, das zum Niveau A2 führt.

Sie treffen sich wöchentlich zu einem festen Termin mit unserer Dozentin in der Konferenz der Lernplattform *vhs.cloud*, zu der Sie den Zugang vor Kursbeginn erhalten.

Lehrbuch: Voyages neu A2 (Klett)

Leitung: Sabine Mathiot

☛ T473070

Di., 01.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 16mal dienstags
32 Ustd. | 143,60 EUR | *vhs.cloud*

Französisch Grundstufe, Fortsetzungskurs A2

Präsenz- und Online-Kurs

Dieser Kurs ist für Teilnehmende konzipiert, die bereits erste Vorkenntnisse der französischen Sprache auf A2-Niveau haben und diese erweitern möchten. Der Kurs arbeitet weiter im Lehrbuch A2.

Zum Kurskonzept gehört die Nutzung der Lernplattform *vhs.cloud*. Neben den wöchentlichen Treffen in der Volkshochschule erhalten Sie online Material und Hausaufgaben für Selbststudium, Gruppenarbeiten sowie regelmäßiges Feedback der Dozentin. Der Kurs bietet zusätzlich als Selbstlernangebot den Zugriff auf die "QuizAcademy" per App, deren kursspezifische Inhalte von der Dozentin unterrichtsbegleitend koordiniert werden. Die Bereitschaft zum Selbststudium ist Voraussetzung für den Lernerfolg.

Lehrbuch: Voyages neu A2 (Klett)

Leitung: Connie Stroedicke

☛ T473091

Do., 01.10.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 13mal donnerstags
32 Ustd. | 134,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Französisch Grundstufe, Fortsetzungskurs A2

Präsenz- und Online-Kurs

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit A2.1-Kenntnissen konzipiert. Sie festigen und erweitern Ihr Wissen. Zum Kurskonzept gehört die Nutzung der Lernplattform *vhs.cloud*. Neben den wöchentlichen Treffen in der Volkshochschule erhalten Sie online Material und Hausaufgaben für Selbststudium, Gruppenarbeiten sowie regelmäßiges Feedback der Dozentin. Der Kurs bietet zusätzlich als Selbstlernangebot den Zugriff auf die "QuizAcademy" per App, deren kursspezifische Inhalte von der Dozentin

Französisch | Italienisch

unterrichtsbegleitend koordiniert werden. Die Bereitschaft zum Selbststudium ist Voraussetzung für den Lernerfolg.

Lehrbuch: Voyages neu A2 (Klett)

Leitung: Connie Stroedicke

☛ **T473097**

Do., 01.10.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 13mal donnerstags
32 Ustd. | 134,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Mittelstufe Niveau B1

Teilnehmende sollten über Kenntnisse auf Grundstufen-Niveau A2 verfügen. Am Ende der Mittelstufe können Sie das Wesentliche von Unterhaltungen und Texten aus Alltags- und Berufsleben verstehen und wiedergeben sowie Erfahrungen und Ereignisse beschreiben.

Französisch Fortsetzungskurs B1

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit ersten Kenntnissen auf B1-Niveau konzipiert, die ihre Kenntnisse der französischen Sprache erweitern wollen. Im Kurs wird zusätzlich die Lernplattform *vhs.cloud* genutzt.

Lehrbuch: Voyages neu B1 (Klett)

Leitung: Jocelyne Cuenin

☛ **T473140**

Mo., 07.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 16mal montags
32 Ustd. | 134,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Französisch am Vormittag, Fortsetzungskurs B1 Präsenz- und Online-Kurs

Dieser Vormittagskurs zeichnet sich durch ein geringeres Lerntempo aus. Er ist ein Angebot für Interessierte mit ersten Kenntnissen auf B1-Niveau. Zum Kurskonzept gehört die Nutzung der Lernplattform *vhs.cloud*. Neben den wöchentlichen Treffen in der Volkshochschule erhalten Sie online Material und Hausaufgaben für Selbststudium, Gruppenarbeiten sowie regelmäßiges Feedback der Dozentin. Dieser

Kurs bietet zusätzlich als Selbstlernangebot den Zugriff auf die "QuizAcademy" per App, deren kursspezifische Inhalte von der Dozentin unterrichtsbegleitend koordiniert werden. Die Bereitschaft zum Selbststudium ist Voraussetzung für den Lernerfolg.

Lehrbuch: wird bekannt gegeben

Leitung: Connie Stroedicke

☛ **T473141**

Fr., 02.10.2026, 9.30 bis 11.00 Uhr | 13mal freitags
32 Ustd. | 134,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

ITALIENISCH

Grundstufe Niveau A1 – A2

In den Kursen der Grundstufe lernen Sie, einfachen Gesprächen über vertraute Themen zu folgen und sich daran zu beteiligen. Das 1. Semester ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse konzipiert, die höheren Semester sind auch für Interessierte mit Vorkenntnissen geeignet. Die Programmleiterin berät Sie dazu gern. Bei der Kursauswahl hilft Ihnen auch unser Selbsteinstufungstest.

Die Kurse des 1. bis 3. Semesters führen zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

Italienisch Grundstufe A1, 1. Semester

Dieser neue Kurs ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse konzipiert.

Lehrbuch: Dieci A1 Kurs- und Arbeitsbuch (Hueber)

Leitung: Tim Schmidt

☛ **T474011**

Do., 03.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 14mal donnerstags
28 Ustd. | 118,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Italienisch für die Reise - Kurzkurs

Sie haben schon ein wenig Italienisch gelernt, z.B. in einem Semester- oder Reisekurs? Sie planen einen Urlaub in Italien oder haben erste Erfahrungen? Im zweimal wöchentlich stattfindenden Kurs erleben Sie Sprache und Kultur auf unterhaltsame Art, wiederholen und üben das notwendige Minimum an Grammatik sowie die wichtigsten Redewendungen für eine Reise. Unsere (fast) muttersprachliche Dozentin hat lange in Italien gelebt und bringt Ihnen in diesem Kurs in kompakter Form mit vielen Möglichkeiten zur Kommunikation und direkten Anwendung in typischen Situationen die Sprache und das Land näher. Erleben Sie Einkaufen auf dem Markt, Orientierung in der Stadt, Gesprächsmöglichkeiten mit Einheimischen und Tipps fürs Reisen im Land mit Bus, Bahn, Auto, Fahrrad oder zu Fuß. Den Abschluss bildet ein gemeinsamer Kochabend. Die Lebensmittelkosten werden vor Ort im Kurs abgerechnet.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Ruth Emmerich

☛ T474020

Di., 03.11.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 6mal dienstags und 6mal donnerstags
27 Ustd. | 127,50 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Italienisch Einstiegskurs A1 intensiv - Bildungsurlaub

In diesem Intensivkurs werden Lernende ohne Vorkenntnisse auf ganzheitliche Weise an die italienische Sprache herangeführt. Neben Einblicken in die Struktur und Grammatik der Sprache steht vor allem die einfache Kommunikation für Beruf und Alltag im Vordergrund. Der Kurs schafft bei Interesse die Grundlagen für einen Einstieg in ein 2. Semester. Der Kurs ist als Bildungsfreistellungsmaßnahme in Sachsen-Anhalt anerkannt.

Lehrbuch: Dieci A1 Kurs- und Arbeitsbuch (Hueber)
Leitung: Ruth Emmerich

☛ T474013

Mo., 24.08.2026 bis Fr., 28.08.2026, 8.30 bis 14.45 Uhr
5mal | 35 Ustd. | 163,50 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Italienisch Grundstufe A1, 2. Semester - online

Dieser Kurs ist ein reiner Online-Kurs für Interessenten mit geringen Vorkenntnissen (ca. 30 Unterrichtsstunden), die die italienische Sprache bequem von zu Hause aus erlernen möchten.

Unser Dozent hat nicht nur eine familiäre Bindung zum Land, sondern auch eine Zeit lang in Italien studiert und gelebt. Mit ihm lernen Sie nicht nur die Sprache, sondern auch viel über italienische Musik, Film und Gastronomie.

Sie treffen sich wöchentlich zu einem festen Termin mit unserem Dozenten in der Konferenz der Lernplattform *vhs.cloud*, zu der Sie den Zugang vor Kursbeginn erhalten.

Lehrbuch: Dieci A1 Kurs- und Arbeitsbuch (Hueber)

Leitung: Marco Pellegrino

☛ T474021

Do., 03.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 15mal donnerstags
30 Ustd. | 135,00 EUR | *vhs.cloud*

Italienisch Grundstufe A1, 3. Semester - online

Dieser Kurs ist ein reiner Online-Kurs für Anfänger mit ersten Vorkenntnissen aus ca. 60 Unterrichtsstunden. Können Sie sich bereits auf Italienisch vorstellen oder sogar eine Bestellung im Restaurant aufgeben? Dann sind Sie in diesem Kurs herzlich willkommen.

Unser Dozent hat nicht nur eine familiäre Bindung zum Land, sondern auch eine Zeit lang in Italien studiert und gelebt. Mit ihm lernen Sie nicht nur die Sprache, sondern auch viel über italienische Musik, Film und Gastronomie.

Sie treffen sich wöchentlich zu einem festen Termin mit unserem Dozenten in der Konferenz der Lernplattform *vhs.cloud*, zu der Sie den Zugang vor Kursbeginn erhalten.

Italienisch

Lehrbuch: Dieci A1 Kurs- und Arbeitsbuch (Hueber)
Leitung: Marco Pellegrino

☛ **T474030**

Di., 01.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 15mal dienstags
30 Ustd. | 135,00 EUR | *vhs.cloud*

Cucina e cultura italiana - ma non solo: Italienisch kochen und sprechen

Lernen Sie Italienisch mal anders: In diesem Kurs bereiten Sie typische regionale Gerichte der italienischen Küche nach Rezepten und Anleitung in italienischer Sprache zu. Beim gemeinsamen Zubereiten und Genießen wenden Sie Ihre Sprechkenntnisse auf A1-Niveau an.

Prepariamo piatti regionali tipici e abbiamo poi ogni volta una buona cena in compagnia, parlando in italiano ma ridendo in tutte le lingue!

Die Beteiligung an den Lebensmittelposten wird vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet (ca. 20,00 €). Das Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Ruth Emmerich

☛ **T474050**

Mo., 02.11.2026, 17.00 bis 20.45 Uhr | 4mal montags
20 Ustd. | 96,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Italienisch am Nachmittag, Grundstufe 5. Semester/ Einstieg A2

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus vier Semestern konzipiert.

Lehrbuch: Dieci A1 Kurs- und Arbeitsbuch (Hueber)

Leitung: Diana Meucci

☛ **T474051**

Di., 01.09.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr | 17mal dienstags
34 Ustd. | 148,80 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Italienisch Grundstufe, Fortsetzungskurs A2

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen der italienischen Sprache auf A2-Niveau konzipiert. Der Kurs setzt mit dem Buch für das A2-Niveau fort. Lehrbuch: Dieci A2 Kurs- und Arbeitsbuch (Hueber)
Leitung: Diana Meucci

☛ **T474070**

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
17mal dienstags | 34 Ustd. | 148,80 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Mittelstufe Niveau B1

Teilnehmende der Mittelstufe sollten über Kenntnisse der italienischen Sprache auf Grundstufenniveau (A2 des Europäischen Referenzrahmens) verfügen. Die Mittelstufe umfasst ca. 3 Semester. Am Ende dieser Stufe können Sie das Wesentliche von Unterhaltungen und Texten aus Alltags- und Berufsleben verstehen und wiedergeben sowie Erfahrungen und Ereignisse beschreiben.

Italienisch Fortsetzung B1 - online

Sie haben Kenntnisse auf B1.1-Niveau und möchten diese in einer kleinen Gruppe mit unserem muttersprachlichen Dozenten noch einmal festigen, anwenden und erweitern - bequem von zu Hause? Dann sind Sie in diesem Online-Kurs richtig. Der Kurs arbeitet im 2. Teil des Lehrbuchs auf B1-Niveau (ca. ab Kapitel 7).

Rechtzeitig vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugang zur Lernplattform.

Lehrbuch: Dieci B1 Kurs- und Arbeitsbuch (Hueber)
Leitung: Carmine Guzzo

☛ **T474130**

Mi., 02.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 16mal mittwochs
32 Ustd. | 143,60 EUR | *vhs.cloud*

Weitere Informationen:



SPANISCH

Grundstufe Niveau A1 - A2

In den Kursen der Grundstufe lernen Sie, einfachen Gesprächen über vertraute Themen zu folgen und sich daran zu beteiligen. Das 1. Semester ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse konzipiert, die höheren Semester sind auch für Interessierte mit Vorkenntnissen geeignet.

Die Programmbereichsleiterin berät Sie dazu gern. Bei der Kursauswahl hilft Ihnen unser Selbsteinstufungstest.

Spanisch Grundstufe A1, 1. Semester

Das 1. Semester ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse konzipiert.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1 (Klett) Hybride Ausgabe Allango

Leitung: Maria Teresa López Torres

☛ **T476010**

Di., 01.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 17mal dienstags
34 Ustd. | 159,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Spanisch am Vormittag, Einstiegskurs

Dieser Kurs ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse konzipiert, die einen sanften Einstieg in die Sprache suchen und in einem langsameren Tempo erste Grundlagen von Grammatik und Redewendungen erlernen möchten.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1 (Klett) Hybride Ausgabe Allango

Leitung: Maria Teresa López Torres

☛ **T476011**

Di., 01.09.2026, 10.00 bis 11.30 Uhr | 17mal dienstags
34 Ustd. | 159,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Spanisch für Kinder

Ihr wollt eine neue Sprache lernen? In unserem neuen Spanischkurs werdet ihr spielen, singen, experimentieren, basteln, Rollenspiele üben, malen und vor allem viel Spaß haben!

Der Kurs ist insbesondere für Kinder ab 10 Jahre (bis ca. 13 Jahre) gedacht, die in der Schule Spanisch lernen möchten. Er dient als Einführung in die Sprache und schafft spielerisch eine solide Grundlage. ¡Hablamos español!

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Pedro Javier Bernal Lucero

☛ **T476015**

Mi., 02.09.2026, 15.20 bis 16.20 Uhr | 14mal mittwochs
19 Ustd. | 101,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Spanisch Einstiegskurs A1 intensiv - Bildungsurlaub

Dieser Intensivkurs ist für Teilnehmende konzipiert, die noch nie Spanisch gelernt haben. Sie werden auf ganzheitliche Weise an die spanische Sprache herangeführt. Neben Einblicken in die Struktur und Grammatik der Sprache steht vor allem die einfache Kommunikation für Beruf und Alltag im Vordergrund. Der Kurs schafft die Grundlagen für den Einstieg in ein 2. Semester oder in den Intensivkurs 2. Teil. Der Kurs ist als Bildungsfreistellungsmaßnahme in Sachsen-Anhalt anerkannt.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1 (Klett) Hybride Ausgabe Allango

Leitung: Maria Teresa López Torres

☛ **T476018**

Mo., 24.08.2026 bis Fr., 28.08.2026, 8.30 bis 14.45 Uhr
5mal | 35 Ustd. | 163,50 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

☛ **U476018**

Mo., 25.01.2027 bis Fr., 29.01.2027, 8.30 bis 14.45 Uhr
5mal | 35 Ustd. | 163,50 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Weitere Informationen:



Spanisch

Spanisch Grundstufe A1, 2. Semester

Das 1. Semester ist für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen aus einem Semester- oder Intensivkurs (ca. 30 Unterrichtsstunden) konzipiert.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1 (Klett) Hybride Ausgabe Allango

Leitung: Pedro Javier Bernal Lucero

☛ T476020

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 15mal dienstags
30 Ustd. | 144,00 EUR

Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Intensivkurs Spanisch mit geringen Vorkenntnissen A1 - Bildungsurlaub

Dieser Intensivkurs richtet sich an Interessierte, die schon einmal einen Semesterkurs oder eine Intensivwoche Spanisch besucht haben oder erste Grundkenntnisse wiederholen und erweitern möchten. Hören, Lesen, Schreiben und vor allem Sprechen und Aussprache werden trainiert, um sich in verschiedenen Situationen auf dem Niveau A1.1 ausdrücken zu können.

Der Kurs schafft die Grundlagen für den Einstieg in ein drittes Semester. Er ist als Bildungsfreistellungsmaßnahme in Sachsen-Anhalt anerkannt.

Fortsetzung mit Lehrbuch: Con gusto nuevo A1 (Klett) Hybride Ausgabe Allango

Leitung: Maria Teresa López Torres

☛ U476027

Mo., 08.02.2027 bis Fr., 12.02.2027, 8.30 bis 14.45 Uhr
5mal | 35 Ustd. 163,50 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Spanisch Grundstufe A1, 3. Semester

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus ca. 60 Unterrichtsstunden konzipiert (z.B. zwei Semesterkurse) konzipiert.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1 (Klett) Hybride Ausgabe Allango

Leitung: Maria Teresa López Torres

☛ T476030

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 17mal dienstags
34 Ustd. | 159,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Spanisch Grundstufe A1, 3. Semester am Nachmittag

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus ca. 60 Unterrichtsstunden konzipiert.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1 (Klett) Hybride Ausgabe Allango

Leitung: Maria Teresa López Torres

☛ T476031

Mo., 31.08.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr | 17mal montags
34 Ustd. | 159,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Spanisch Grundstufe A1, 4. Semester

Das 4. Semester ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus drei Semestern (ca. 90 Unterrichtsstunden) konzipiert.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1 (Klett)

Leitung: Yanaida Cabilla-Sariego

☛ T476040

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 17mal dienstags
34 Ustd. | 142,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Spanisch Grundstufe A1, 5. Semester

Das 5. Semester ist für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen auf A1.2-Niveau konzipiert und führt zum Abschluss des Niveaus A1.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1 (Klett)

Leitung: Maria Teresa López Torres

☛ T476050

Mo., 31.08.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 17mal montags
34 Ustd. | 159,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Spanisch A1 - Auffrischung und Wiederholung

Dieser Kurs ist für Teilnehmende konzipiert, die ihre Grundkenntnisse auf Niveau A1 mit Spaß auffrischen und festigen möchten. Im Mittelpunkt stehen Wiederholung von Grammatik und mündliche Interaktion, abwechslungsreiche Aktivitäten und Themen.

Lehrmaterial: wird bekannt gegeben

Leitung: Yanaida Cabilla-Sariego

☛ **T476060**

Di., 01.09.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr | 17mal dienstags
34 Ustd. | 142,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Spanisch Grundstufe, Fortsetzung A2

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf guten Vorkenntnissen auf A2.1- Niveau geeignet, die ihr Wissen festigen und erweitern wollen. Der Kurs setzt mit dem Lehrbuch auf A2-Niveau fort. Lehrbuch: Con gusto nuevo A2 (Klett) Hybride Ausgabe Allango

Leitung: Maria Teresa López Torres

☛ **T476080**

Mo., 31.08.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 17mal montags
34 Ustd. | 159,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Spanisch am Nachmittag, Abschlusskurs A2

Dieser Kurs ist für Teilnehmende ersten A2.2-Kenntnissen konzipiert und arbeitet im Lehrbuch weiter. Ziel ist der Abschluss des Lehrbuchs auf A2-Niveau.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A2 (Klett)

Leitung: Tania Ruano Porras

☛ **T476090**

Mi., 02.09.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr | 16mal mittwochs
32 Ustd. | 134,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Spanisch Grundstufe, Einstiegskurs B1

Der Kurs ist für Teilnehmende mit guten A2-Kenntnissen konzipiert, die diese erweitern möchten. Der Kurs beginnt mit dem neuen Lehrbuch auf B1-Niveau. Im Kurs wird zusätzlich die Lernplattform *vhs.cloud* genutzt.

Lehrbuch: Con gusto nuevo B1 (Klett) - Hybride Ausgabe

Leitung: Wendie Hidalgo

☛ **T476100**

Mi., 02.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 15mal mittwochs
30 Ustd. | 132,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Aufbaustufe Niveau C1

Die Aufbaustufe setzt gute Kenntnisse auf B2-Niveau voraus und führt zum Niveau C1.

Am Ende dieser Stufe können Sie sich spontan, fließend und strukturiert zu komplexen Sachverhalten äußern. Sie können die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Kontext oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel anwenden.

Spanisch, Aufbaustufe C1

Dieser Kurs richtet sich an Lernende, die bereits Kenntnisse auf C1-Niveau erworben haben und diese erweitern und festigen möchten. Er ist auch für neue Interessierte mit entsprechenden Vorkenntnissen geeignet.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Pedro Javier Bernal Lucero

☛ **T476180**

Di., 01.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 15mal dienstags
30 Ustd. | 144,00 EUR
Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

RUSSISCH

Russisch Grundstufe, 1. Semester

Dieser Russischkurs gibt Ihnen einen ersten Einblick in den Aufbau der russischen Sprache. Er vermittelt notwendige grammatische Strukturen und nützliche Wendungen.

Der Kurs ist für Teilnehmende ohne Kenntnisse oder mit sehr geringen Vorkenntnissen konzipiert. Das russische Alphabet wird vermittelt. Im Kurs wird zusätzlich die Lernplattform *vhs.cloud* genutzt.

Der Kurs findet alle zwei Wochen statt.

Lehrbuch: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber)

Leitung: Esther Unglaub

☛ **T475010**

Mo., 31.08.2026, 17.00 bis 19.00 Uhr | 9mal montags
24 Ustd. | 102,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Eine Reise mit der Transsib - Russisch mal anders

Möchten Sie auf einer virtuellen Zugfahrt Ihre Russischkenntnisse anwenden und verbessern? Mit diesem Kurs begeben Sie sich mit einem besonderen Lehrbuch auf eine Reise mit der Transsibirischen Eisenbahn. Sie begleiten einen deutschsprachigen Reisenden, der sich mit den Mitreisenden über alltägliche und besondere Themen austauscht. Dabei vertiefen, trainieren und erweitern Sie vorhandene Grammatikkenntnisse und erfahren Wissenswertes über Land und Leute. Die Fahrkarte für die Teilnahme sind Ihre guten Russischkenntnisse auf A2-Niveau. Im Kurs wird zusätzlich die Lernplattform *vhs.cloud* genutzt.

Der Kurs findet alle zwei Wochen statt.

Lehrbuch: Transsib (Buske)

Leitung: Esther Unglaub.

☛ **T475090**

Mo., 07.09.2026, 17.00 bis 19.00 Uhr | 9mal montags
24 Ustd. | 102,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Russisch Konversation und Auffrischung A2

In diesem Kurs treffen sich die Teilnehmenden in einer kleinen Gruppe einmal wöchentlich zum mündlichen Austausch in russischer Sprache. Dabei festigen sie ihren Wortschatz auf gutem A2-Niveau und wiederholen nebenbei grammatische Schwerpunkte.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Irina Ostrovskaja

☛ **T475541**

Mi., 02.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 14mal mittwochs
28 Ustd. | 126,40 EUR | VHS, Leibnizstr. 233

ARABISCH

Arabisch Einstiegskurs

In diesem Kurs erlernen Sie die arabischen Schriftzeichen und erwerben nützliche Wendungen und erste notwendige grammatische Strukturen der arabischen Sprache.

Der Kurs ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse konzipiert.

Lehrbuch: wird bekannt gegeben

Leitung: Moawia Al-Hamid

☛ **T477010**

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 16mal dienstags
32 Ustd. | 134,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Arabisch Intensivkurs - Bildungsurlaub

In diesem Kurs erlernen Sie in kompakter Form die arabischen Schriftzeichen und erwerben nützliche Wendungen und erste notwendige grammatische Strukturen der arabischen Sprache. Kulturelle Hintergrundinformationen werden ebenso vermittelt. Der Kurs ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse konzipiert. Er vermittelt die Grundlagen für den Einstieg in den Fortsetzungskurs.

Die Anerkennung des Kurses als Bildungsfreistellungsmaßnahme in Sachsen-Anhalt ist beantragt.

Lehrbuch: wird bekannt gegeben

Leitung: Moawia Al-Hamid

☛ **T477011**

Mo., 24.08.2026 bis Fr., 28.08.2026, 09.00 bis 15.05 Uhr
5mal | 34 Ustd. | 159,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Arabisch Fortsetzungskurs

In diesem Kurs erweitern Sie Ihre ersten Kenntnisse der arabischen Sprache (aus einem Semester- oder Intensivkurs) Sie erwerben weitere nützliche Wendungen und grammatische Strukturen. Das arabische Alphabet sollte bekannt sein

Lehrbuch: wird bekannt gegeben

Leitung: Moawia Al-Hamid

☛ **T477020**

Mo., 31.08.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 16mal montags
32 Ustd. | 134,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Weitere Informationen:



JAPANISCH

Japanisch, 1. Semester

In diesem Kurs erlernen Sie die Grundlagen der japanischen Sprache. Sie erhalten eine Einführung in die einfache Grammatik, wichtige Redewendungen und die Silbenschriften Hiragana und Katagana. Der Fokus liegt auf dem praktischen Sprachgebrauch, sodass Sie schnell erste Gespräche führen können. Der Kurs ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse geeignet, die Japanisch von Grund auf lernen möchten.

Lehrbuch: Genki 1: An Integrated Course in Elementary Japanese I Textbook [third Edition]

Leitung: Miyuki Komizo

☛ **T47B010**

Do., 03.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 17mal donnerstags
34 Ustd. | 159,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Japanisch für die Reise

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Japanisch zum ersten Mal lernen und eine Reise nach Japan planen. Sie lernen, japanische Schriftzeichen (Hiragana und Katakana) zu lesen und zu schreiben, sowie wichtige Wörter und Redewendungen für typische Reisesituationen anzuwenden. Außerdem üben Sie einfache Grammatik, um über sich selbst zu sprechen und Fragen zu stellen. Der Unterricht mit der Muttersprachlerin Erika Leuschner bietet authentische Aussprache, kulturelle Einblicke und Hinweise zu angemessenem Verhalten im Alltag. Ein besonderes Highlight ist ein gemeinsamer Abend zum Thema japanisches Essen – mit einfacher Kochpraxis und Einführung in die Benutzung von Essstäbchen.

Ein ausgewogener Mix aus Lernen und Üben sorgt für schnellen Lernerfolg und Spaß am Unterricht. Arbeitsblätter und kleine Zusatzmaterialien werden zur Verfügung gestellt. Für den Kochabend bringen Sie bitte eigene Stäbchen mit, Lebensmittelkosten in Höhe von ca. 10,00 EUR werden vor Ort abgerechnet. Das Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Erika Leuschner

☛ **T47B011**

Mi., 02.09.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr | 14mal mittwochs
30 Ustd. | 141,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Japanisch, 2. Semester

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte mit geringen Vorkenntnissen der japanischen Sprache (ca. 30 Unterrichtsstunden). Unsere muttersprachliche Dozentin führt weitere japanische Schriftzeichen ein und vermittelt Grundlagen von Grammatik und Vokabular. Der Kurs gibt einen Einblick in die japanische Sprache und Kultur.

Lehrbuch: Genki 1: An Integrated Course in Elementary Japanese I Textbook [third Edition]

Leitung: Miyuki Komizo

Japanisch

☛ T47B020

Mo., 31.08.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 16mal montags
32 Ustd. | 150,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Japanisch, 3. Semester

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte mit Vorkenntnissen der japanischen Sprache (ca. 60 Unterrichtsstunden). Unsere muttersprachliche Dozentin führt weitere japanische Schriftzeichen ein und vermittelt Grundlagen von Grammatik und Vokabular. Der Kurs gibt einen Einblick in die japanische Sprache und Kultur.

Lehrbuch: Genki 1: An Integrated Course in Elementary Japanese I Textbook [third Edition]

Leitung: Miyuki Komizo

☛ T47B030

Fr., 04.09.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr | 16mal freitags
32 Ustd. | 150,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Japanisch, 5. Semester

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte mit Vorkenntnissen der japanischen Sprache (ca. 120 Unterrichtsstunden). Unsere muttersprachliche Dozentin führt weitere japanische Schriftzeichen ein und vermittelt Grundlagen von Grammatik und Vokabular. Der Kurs gibt einen Einblick in die japanische Sprache und Kultur.

Lehrbuch: Marugoto: Elementary 1 A2 Katsudoo (The Japan Foundation)

Leitung: Miyuki Komizo

☛ T47B050

Di., 01.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 16mal dienstags
32 Ustd. | 150,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Japanisch, Vorbereitungskurs JLPT Level N5

Der Kurs bereitet auf die Sprachprüfung JLPT N5 vor. Grundlegende Kenntnisse in Grammatik, Wortschatz sowie Hör- und Leseverstehen werden wiederholt und vertieft. Die Teilnehmenden lernen die typischen Prüfungsformate kennen und bereiten sich damit systematisch auf die Prüfung vor. Ergänzend werden prüfungsrelevante Inhalte wie Kanji-Lesungen behandelt. Die Anmeldung zur Prüfung erfolgt eigenständig, da die VHS diese nicht durchführt.

Lehrbuch: wird bekannt gegeben

Leitung: Miyuki Komizo

☛ T47B055

Mi., 02.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 16mal mittwochs
32 Ustd. | 150,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Japanisch Übung und Konversation (A1 - A2)

In diesem Kurs können Sie einfache Japanischkenntnisse praktisch anwenden. Mit der muttersprachlichen Kursleiterin üben Sie Gespräche, kleine Spiele und Rollenspiele, um Japanisch im Alltag zu benutzen – mit viel Spaß! Themen sind z. B. Selbstvorstellung, Freizeit, Essen, Reisen und die japanische Kultur. Am Ende des Kurses halten Sie eine kleine Präsentation auf Japanisch.

Dieser Kurs richtet sich an Lernende, die bereits Hiragana und Katakana lesen können und einfache Gespräche auf Japanisch führen möchten. Er ist für Anfänger bis Grundstufe (JLPT N5 – N4) geeignet. Arbeitsblätter und kleine Zusatzmaterialien werden zur Verfügung gestellt.

Leitung: Erika Leuschner

☛ T47B060

Mi., 02.09.2026, 17.45 bis 19.15 Uhr | 13mal mittwochs
26 Ustd. | 123,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Weitere Informationen:



KOREANISCH

Koreanisch Einstiegskurs - Präsenz oder online

Dieser Kurs soll Ihnen einen ersten Einblick in die koreanische Sprache und Kultur geben. Sie erlernen im Kurs in den ersten Stunden das koreanische Alphabet und einen Basiswortschatz. Am Ende des Kurses können Sie koreanische Schriftzeichen und erste Sätze lesen und sich verständigen. Informationen zum Erwerb des Lehrbuchs erhalten Sie in der ersten Unterrichtsstunde.

Der Kurs findet in der Volkshochschule statt, eine Online-Teilnahme über die vhs.cloud ist ebenfalls möglich.

Lehrbuch: Sejong Korean Student Book 1A

Leitung: Je Heon Kang

☛ **T47M300**

Mo., 31.08.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 17mal montags
34 Ustd. | 152,20 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Mit K-Pop lernen! - Koreanisch für Jugendliche mit Vorkenntnissen

Du liebst K-Pop und möchtest Koreanisch lernen? Du hast schon erste Vorkenntnisse oder unseren Kurs im vergangenen Semester besucht?

In diesem Kurs lernst du mit Liedtexten, Videos und typischen Ausdrücken aus der K-Pop-Welt erste Wörter, Sätze und die koreanische Schrift Hangul kennen. Außerdem erfährst du Spannendes über die koreanische Kultur – von Sprache und Musik bis zu Alltagsgewohnheiten. Der Kurs richtet sich an Jugendliche zwischen 13 und 16 Jahren.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Je Heon Kang

☛ **T47M302**

Fr., 04.09.2026, 15.00 bis 16.00 Uhr | 15mal freitags
20 Ustd. | 106,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Koreanisch A1+ - mit Vorkenntnissen - Präsenz oder online

Dieses Kursangebot ist ein Kurs für Interessenten, die erste Kenntnisse der koreanischen Sprache aus ca. 90 Unterrichtsstunden haben und Hangul, das koreanische Alphabet, sowie Grundlagen der koreanischen Sprache kennen. Sie erwerben weitere grammatische Strukturen, Wendungen und Wortschatz. Wenn Sie nicht sicher sind, ob Ihre Vorkenntnisse ausreichend sind, empfehlen wir eine Einstufung durch unsere Dozentin. Den Test erhalten Sie von der Programmbereichsleiterin.

Der Kurs findet in der Volkshochschule statt, eine online Teilnahme über die vhs.cloud ist ebenfalls möglich.

Lehrbuch: Sejong Korean Student Book 1B

Leitung: Je Heon Kang

☛ **T47M330**

Mo., 31.08.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 17mal montags
34 Ustd. | 152,20 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Koreanisch Topik 1 Vorbereitungskurs - online

Der koreanische Sprachtest TOPIK 1 wird in Deutschland jedes Jahr im April und Oktober angeboten. Der Test ist für Lernende gedacht, die Koreanischkenntnisse in ca. 250 - 300 Unterrichtsstunden erworben haben (ca. Niveau A2). Dieser Kurs richtet sich an Interessenten, die sich auf diese Prüfung, die zukünftig auch online abgelegt werden kann, vorbereiten möchten. Er findet über die vhs.cloud statt. Den Zugang erhalten Sie rechtzeitig.

Lehrmaterial: wird bekannt gegeben

Leitung: Je Heon Kang

☛ **T47M350**

Di., 01.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 17mal dienstags
34 Ustd. | 152,20 EUR | vhs.cloud

NIEDERLÄNDISCH

Niederländisch Grundkurs - 1. Semester

In diesem Kurs erwerben Teilnehmenden ohne Vorkenntnisse oder mit geringen Vorkenntnissen aus einem Kurzkurs Grundkenntnisse der niederländischen Sprache und erfahren Wissenswertes über Land und Leute. Am 06. und 13.11. findet kein Unterricht statt. Im Kurs wird zusätzlich die Lernplattform vhs.cloud genutzt.

Lehrbuch: Taal vitaal Kurs- u. Arbeitsbuch (Hueber)
Leitung: Dr. Dr. Uwe Genetzke

☛ T47F010

Do., 17.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 12mal donnerstags
24 Ustd. | 102,00 EUR | Hegel-Gymnasium, Eingang
Harnackstr. 13

Niederländisch Grundkurs - 3. Semester

In diesem Kurs erwerben Teilnehmenden mit Vorkenntnissen (z.B. aus zwei Semesterkursen) Grundkenntnisse der niederländischen Sprache und erfahren Wissenswertes über Land und Leute. Im Kurs wird zusätzlich die Lernplattform vhs.cloud genutzt.
Lehrbuch: Taal vitaal Kurs- u. Arbeitsbuch (Hueber)
Leitung: Dr. Dr. Uwe Genetzke

☛ T47F030

Do., 17.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 12mal donnerstags
24 Ustd. | 102,00 EUR | Hegel-Gymnasium, Eingang
Harnackstr. 13

Weitere Informationen:



Niederländisch Grundkurs - 6. Semester

In diesem Kurs erweitern Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen aus ca. 150 Unterrichtsstunden ihre Kenntnisse der niederländischen Sprache und erfahren Wissenswertes über Land und Leute. Im Kurs wird zusätzlich die Lernplattform vhs.cloud genutzt.

Lehrbuch: Taal vitaal Kurs- u. Arbeitsbuch (Hueber)
Leitung: Dr. Dr. Uwe Genetzke

☛ T47F070

Mo., 14.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 12mal montags
24 Ustd. | 118,08 EUR | Hegel-Gymnasium, Eingang
Harnackstr. 13

DÄNISCH

Dänisch am Wochenende - Kompaktkurs für den Urlaub

Sie planen einen Urlaub in Dänemark? Dann sind Sie in diesem Kompaktkurs genau richtig. Sie erwerben nützliche Wendungen und grundlegende grammatische Strukturen, die Ihnen die Verständigung mit unseren nördlichen Nachbarn erleichtern. Gleichzeitig erfahren Sie Wissenswertes über Land und Leute und lernen "Rødgrød med fløde" zu bestellen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: David Hübner

☛ T47M100

Fr., 09.10.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr
Sa., 10.10.2026, 10.00 bis 15.30 Uhr
So., 11.10.2026, 10.00 bis 13.15 Uhr
3mal | 14 Ustd. | 66,20 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Dänisch – Anfängerkurs

Sie haben noch keine oder nur geringe Grundkenntnisse der dänischen Sprache, z. B. aus einem Reisekurs?

Dann ist dieser Kurs eine gute Möglichkeit, die Grundlagen von Grammatik und Wortschatz systematisch mit einem Lehrbuch zu erlernen. Gleichzeitig erfahren Sie Wissenswertes über Land und Leute

Lehrbuch: Dansk for dig neu A1-A2 Kursbuch (Klett)

Leitung: David Hübner

☛ **T47M110**

Di., 01.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 15mal dienstags
30 Ustd. | 132,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Dänisch - Fortsetzungskurs (Niveau B1)

Sie haben bereits erste Kenntnisse der dänischen Sprache auf B1-Niveau?

Dann ist dieser Kurs eine gute Möglichkeit, die Grundlagen von Grammatik und Wortschatz systematisch zu erweitern. Gleichzeitig erfahren Sie Wissenswertes über Land und Leute.

Lehrbuch: Pæredansk B1 Kurs- und Übungsbuch mit Audios (Gyldendal)

Leitung: David Hübner

☛ **T47M150**

Do., 03.09.2026, 18.45 bis 20.15 Uhr | 15mal donnerstags
30 Ustd. | 132,00 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

SCHWEDISCH

Schwedisch am Wochenende - Einstiegskurs

An diesem Intensivwochenende erwerben Sie Grundkenntnisse der schwedischen Sprache und erfahren Wissenswertes über Land und Leute. Sie lernen, wie Sie sich in Alltagssituationen und auf Reisen verständigen können. Der Kurs ist für Interessierte ohne Vorkenntnisse konzipiert.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Christian Hennig

☛ **T47J010**

Fr., 09.10.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr
Sa., 10.10.2026, 10.00 bis 15.30 Uhr
So., 11.10.2026, 10.00 bis 13.15 Uhr
3mal | 14 Ustd. | 70,40 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Schwedisch am Wochenende - Auffrischung von geringen Vorkenntnissen

An diesem Intensivwochenende frischen Sie Ihre ersten Kenntnisse der schwedischen Sprache auf, die Sie z.B. in einem Wochenendkurs oder vor längerer Zeit erworben haben, und erweitern diese. Sie lernen, wie Sie sich in Alltagssituationen und auf Reisen verständigen können und erfahren Wissenswertes über Land und Leute. Der Kurs ist für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen konzipiert.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Christian Hennig

☛ **T47J020**

Fr., 20.11.2026, 17.00 bis 20.15 Uhr
Sa., 21.11.2026, 10.00 bis 15.30 Uhr
So., 22.11.2026, 10.00 bis 13.15 Uhr
3mal | 14 Ustd. | 70,40 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Schwedisch | Türkisch | Mongolisch

Schwedisch online - Auffrischung von Vorkenntnissen

In diesem online-Kurs frischen Sie Ihre Kenntnisse der schwedischen Sprache auf, die Sie z.B. in zwei Wochenendkursen oder vor längerer Zeit erworben haben, und erweitern diese. Gleichzeitig erfahren Sie Wissenswertes über Land und Leute.

Vor Beginn des Kurses erhalten Sie den Zugang zur Lernplattform *vhs.cloud*.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Christian Hennig

☛ **T47J030**

Mo., 14.09.2026, 17.15 bis 18.45 Uhr | 10mal montags
20 Ustd. | 98,00 EUR | *vhs.cloud*

TÜRKISCH

Türkisch für die Reise - Kurzkurs

Erlernen Sie in unserem Kurs die Grundlagen der türkischen Sprache. Sie erwerben nützliche Wendungen und die wichtigsten grammatischen Strukturen, die den Zugang zur Kultur und die Verständigung erleichtern. Unser Dozent ist Muttersprachler und Reiseleiter und gibt im Kurs Tipps und wertvolle Informationen zu Land und Leuten. Bei Interesse kann ein Fortsetzungskurs organisiert werden. Am letzten Kurstag wird gemeinsam gekocht. Die Lebensmittelkosten werden vor Ort abgerechnet.

Unser Tipp: Entdecken Sie mit Ihrem Kursleiter orientalische Spuren in Magdeburg auf einem Stadtrundgang. Der Termin wird bekannt gegeben.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Mehmet Humayunoglu

☛ **T47M500**

Mo., 14.09.2026, 17.00 bis 19.30 Uhr | 5mal montags
15 Ustd. | 70,50 EUR | VHS, Leibnizstr. 23

Weitere Informationen:



MONGOLISCH

Mongolisch und die Mongolei - Kurzkurs

Entdecken Sie die faszinierende Welt der Mongolei! Mit unserer muttersprachlichen Dozentin erlernen Sie die Grundlagen der mongolischen Sprache – Aussprache, einfache Redewendungen und kurze Dialoge – und erhalten zugleich spannende Einblicke in Geschichte, Traditionen und die Mongolei heute.

Der Kurs richtet sich an alle, die sich für ferne Kulturen und Sprachen interessieren oder eine Reise in die Mongolei planen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Am letzten Kursabend wird gemeinsam mongolisch gekocht und erste Sprachkenntnisse können beim Zubereiten und Genießen angewendet werden. Die Lebensmittelkosten werden vor Ort abgerechnet.

Lehrmaterial: wird zur Verfügung gestellt

Leitung: Dogsmaa Rieke

☛ **T47M600**

Di., 17.11.2026, 17.00 bis 19.30 Uhr | 4mal dienstags
13 Ustd. | 61,49 EUR | Hegel-Gymnasium, Eingang Harnackstr. 13

Weitere Informationen:



... **übernachten im Herzen**
der Landeshauptstadt Magdeburg ...

in der Jugendherberge Magdeburg
Leiterstraße 10 • 39104 Magdeburg
Tel.: (0391) 532 10 - 10 • Fax: (0391) 532 10 - 20
E-Mail: JH-Magdeburg@djh-sachsen-anhalt.de

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

www.jugendherberge-in-magdeburg.de

Gemeinschaft erleben
Die Jugendherbergen
in Sachsen-Anhalt

Rund um Magdeburg

Dörte Neßler

Programmbereichsleiterin

Telefon: 0391 53547715

Mail: Doerte.Nessler@vhs.magdeburg.de

Internet: www.vhs.magdeburg.de



Erzählcafé

Magdeburger Recht

Spurensuche

Magdeburg und Umgebung

Vorträge und Führungen

Jüdisches Leben

Stadtteilrundgänge

Erzählcafé

Erzählcafé Altstadt

Am letzten Donnerstag des Monats lädt die Volkshochschule in das Erzählcafé zur Geschichte der Magdeburger Altstadt ein. In mehr als 220 Veranstaltungen wurden seitdem Geschichten erzählt, in denen an Gebäude, Einrichtungen, Geschäfte und Menschen erinnert wurde, die die Altstadt in der Vergangenheit geprägt haben. Die Veranstaltungen finden in der Regel in der Jugendherberge, Leiterstraße 10, statt. Ein Fahrstuhl ist vorhanden. Beginn ist jeweils 15.00 Uhr. Der Eintritt kostet 8,00 EUR pro Veranstaltung. Wir empfehlen eine vorherige Reservierung.

Do., 27.08.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr

Erzählcafé Altstadt: Die Johanniskirche als Station der Telegraphenlinie

Die Königlich Preußische Telegraphenlinie verband von 1833 bis 1849 in 62 Stationen Berlin und Koblenz. An einem hohen Mast auf vorhandenen oder neue errichteten Bauten waren schwenkbare Signalbalken angebracht, womit je nach Position anhand eines Codes unterschiedliche Buchstaben und Worte signalisiert werden konnten. In Magdeburg war die 14. Station auf dem Dach der Johanniskirche eingerichtet. Diese Station wird der Gästeführer Thorsten Schubert vorstellen und dabei Einblicke in die Arbeit der Telegraphisten geben.

Do., 24.09.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr

Erzählcafé Altstadt: Technische Sehens- und Merkwürdigkeiten - 2. Teil

Die Stadt Magdeburg hat eine lange Geschichte von technischen Traditionen, Erfindungen und Neuerungen. Wer mit offenen Augen durch die Stadt geht, kann eine ganze Menge Zeichen dieser und anderer interessanter Sehenswürdigkeiten entdecken.

Nach seinem ersten Vortrag im Herbst stellt Gästeführer Hans Deckwirth weitere interessante technische, vielleicht auch unbekannt Details vor.

Do., 29.10.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr

Erzählcafé Altstadt: Der Breite Weg - vom Wiederaufbau bis zur Wende

Der Gästeführer Siegfried K. Lorenz wird mit neuen Fotos und Dokumenten die Geschichte des Breiten Wegs von der Zerstörung 1944/45 über die Aufräumarbeiten und den Wiederaufbau bis zur politischen Wende 1989/90 darstellen.

Do., 26.11.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr

Erzählcafé Altstadt: Neues aus dem Knattergebirge

Das Knattergebirge ist seit dem letzten Jahr weit über Magdeburgs Grenzen hinaus bekannt geworden durch den Roman „Schwebende Lasten“ von Annett Gröschner und als Heimat von dessen Heldin Hanna Krause. Im Erzählcafé wird Nadja Gröschner das historische Gebiet zwischen Jakobstraße und Elbe vorstellen und Neuentdecktes zum Knattergebirge präsentieren.

Familiennamen - Geschichte und Erforschung

Was bedeutet mein Familienname und wie kann ich das herausfinden?

Im Vortrag erfahren die Teilnehmenden, wodurch Namen sich vom übrigen deutschen Wortschatz unterscheiden und was ihren besonderen Status ausmacht. Das besondere Augenmerk liegt hierbei auf den Familiennamen und deren Entwicklung. Zusätzlich erhalten Sie eine Einführung in die Möglichkeiten, sich die ursprüngliche Bedeutung eines Familiennamens zu erschließen.

Der Vortrag wird geleitet von den Germanistinnen Dr. Ursula Föllner und Dr. Saskia Luther, die vielen bekannt sind durch ihre in der Magdeburger Volksstimme veröffentlichte Serie zu den Familiennamen.

☛ T64002

Di., 15.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 10,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Machdeburjisch - die Sprache unserer Stadt

Manche mögen das Machdeburjische - andere gar nicht. Der Vortrag der Germanistin Dr. Ursula Föllner befasst sich mit dieser besonderen Sprache, wie sie sich über die Jahrhunderte hinweg in Magdeburg entwickelt hat. Darf man überhaupt „machdeburjern“? Welche Merkmale lassen sich beschreiben, welche Wörter und Redewendungen machen die Schönheit und Ausdrucksstärke des Machdeburjischen aus?

☛ T64003

Di., 13.10.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 10,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Plattdeutsch in Sachsen-Anhalt: lebendige Sprache, kulturelles Erbe oder was?

Niederdeutsch, umgangssprachlich auch Plattdeutsch genannt, ist in acht Bundesländern zuhause, auch in Sachsen-Anhalt. Wie ist diese Sprache entstanden, wie hat sie sich entwickelt und hat sie eine Zukunft? Diese Fragen wird die Germanistin Dr. Saskia Luther mit vielen Sprachbeispielen aus den drei niederdeutschen Regionen unseres Bundeslandes Altmark, Börde und Harz thematisieren. Auch im Magdeburgischen finden sich plattdeutsche Spuren, lassen Sie sich überraschen!

☛ T64004

Di., 17.11.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 10,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Magdeburger Originale und andere skurrile Persönlichkeiten

Der Gästeführer Siegfried K. Lorenz beschäftigt sich seit Jahrzehnten mit der Geschichte Magdeburgs, darunter auch mit den Geschichten der „kleinen Leute“ sowie den Legenden, die um die Magdeburger Originale und andere skurrile Persönlichkeiten entstanden sind.

Bei seinen Nachforschungen im Stadtarchiv, in der Stadtbibliothek und in Augen- und Zeitzeugenberichten hat er Interessantes, Amüsantes, Erstaunliches und Nachdenkliches über bekannte, aber auch vergessene Magdeburger Originale herausgefunden und kennt teilweise ihre bürgerlichen Namen.

Dazu wird er manche überlieferte Geschichte zu den von Eberhard Roßdeutscher in Kalkstein gehauenen bekanntesten Originalen, wie Schlackaffe, Feuerkäwer auf den Prüfstand stellen. Dazu zeigt Siegfried K. Lorenz historische Fotografien und wiederentdeckte Zeichnungen und Karikaturen, u. a. vom Heimatmaler Gustav Adolf Wolff. Halten die

Weitere Informationen:



Führungen

bisherigen Überlieferungen den neuen Erkenntnissen stand? Lassen Sie sich überraschen und freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Abend!

☛ T64005

Do., 12.11.2026, 18.00 bis 19.30 Uhr | 10,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

900 Jahre Norbert von Xanten in Magdeburg

Im Jahr 1125 wurde Norbert von Xanten, Gründer des Prämonstratenserordens und bis dato Wanderprediger, von Kaiser und Papst im Alter von ca. 40 Jahren auf dem Hoftag in Speyer zum Erzbischof von Magdeburg berufen. Der Legende nach zog er am 18.07.1126 barfuß und in ärmlicher Kleidung in Magdeburg ein. Mit seinen strengen Regeln machte er sich bei den Chorherren und Priestern recht bald unbeliebt. 1129 ersetzte er den Orden der Benediktiner im Kloster Unser Lieben Frauen in Magdeburg durch Prämonstratenser. Im Kloster wurde Norbert von Xanten nach seinem Tod 1134 beigesetzt. 500 Jahre später wurden die Gebeine des nun heiliggesprochenen Norberts in das Strachow Kloster nach Prag überführt.

Der Dom- und Gästeführers Gotthard Demmel betrachtet die Stationen des wechselvollen Lebens, insbesondere die Magdeburger Zeit des Heiligen Norberts von Xanten und bringt den interessierten Gästen diese Persönlichkeit des Mittelalters in seinem reich bebilderten Vortrag näher.

☛ T64008

Mi., 02.12.2026, 18.00 bis 19.30 Uhr | 10,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Technische Denkmale in Magdeburg

Magdeburg, die Stadt an der Elbe, zeichnet sich durch eine lange und vielfältige Geschichte aus. Aus fast allen Zeitepochen sind interessante Relikte und Denkmäler im Stadtgebiet und der näheren Umgebung zu entdecken.

Besonders aus der Zeit, als sich Magdeburg zu einem der wichtigsten Industriezentren in Mitteleuropa entwickelt hat, sind spannende Zeitzeugen zu sehen. Gästeführer Hans Deckwirth zeigt diese von der Zeit des Mittelalters an bis in die Neuzeit in einem reichbebilderten Vortrag.

☛ T64011

Do., 22.10.2026, 18.00 bis 19.30 Uhr | 10,00 EUR
VHS, Leibnizstr. 23

Magdeburg und das Magdeburger Recht

Seit dem 17.12.2024 steht das Denkmal für das Magdeburger Recht zwischen Strolche und Zollebe und ist mit seinen 13 Säulen aus Cortenstahl nicht zu übersehen. Damit hat Magdeburg einen Ort bekommen, an dem sichtbar ist, dass seit mehr als 800 Jahren das Magdeburger Stadtrecht ein fester Bestandteil des europäischen Kulturerbes ist und ein Alleinstellungsmerkmal für Magdeburg darstellt. Das 1188 erstmals bezeugte Magdeburger Recht, das im wesentlichen Kaufmannsrecht war, bestimmte zusammen mit dem im 13. Jahrhundert entstandenen Sachsenspiegel die Rechtspraxis des mittel- und osteuropäischen Raumes und gab wichtige Impulse für das wirtschaftlich, kulturelle Leben. Zur Magdeburger Stadtrechtsfamilie gehörten über 1000 Orte in acht Ländern des heutigen Europas. Erst die katastrophale Zerstörung im Dreißigjährigen Krieg beendete die Rolle Magdeburgs als die Rechtsmetropole von europäischem Rang.

Erfahren Sie bei einer Begehung des Denkmals vor Ort von der Gästeführerin und Juristin Ursula Hartmann Wissenswertes zum Magdeburger Recht und zur Entstehung des Denkmals.

☛ T64012

Mi., 30.09.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr | 10,00 EUR
Treffpunkt: Straßenbahnhaltestelle Zollbrücke

Stadtteile entdeckt: Diesdorf - vom Dorf zur Stadt -100 Jahre Eingemeindung

Vor 100 Jahren wurde das alte Bördedorf Diesdorf mit seiner 100jährigen Geschichte ein Stadtteil Magdeburgs. Noch heute markiert es mit seiner markanten Feldsteinkirche den westlichen Ausgang der Stadt. War der Ort zu Beginn des 19. Jahrhunderts noch von Leinenweberei und Ackerbau geprägt, so bestand die Bevölkerung um 1900 zur Hälfte aus Industriearbeitern, die täglich nach Magdeburg-Buckau pendelten. Am 1.4.1926 wurde der Vereinigungsvertrag zwischen der Stadtgemeinde Magdeburg und der Landgemeinde Diesdorf abgeschlossen. Auf dem Rundgang schauen Jan Müller vom Bürger- und Heimatverein und Dörte Neßler von der Volkshochschule kritisch auf diesen Vertrag und prüfen mit einem Augenzwinkern, was umgesetzt wurde und wie trotzdem der dörfliche Charakter erhalten geblieben ist.

☛ T64037

Mo., 05.10.2026, 16.00 bis 18.15 Uhr | 14,00 EUR
Treffpunkt: Straßenbahnhaltestelle Hannoversche Straße

Führung durch die Hegelstraße

Um 1880 wurde die damalige Augustastraße, eine der attraktivsten Magdeburger Straßen, angelegt. Vor allem Wohnhäuser, aber auch zwei Schulen, das ehemalige Gebäude des Landeshauptarchivs und das Palais am Fürstenwall prägten ihr Bild. Nadja Gröschner und Dörte Neßler werden bei ihrer Führung auf die Geschichte der Straße und ausgewählte Gebäude und ihre Bewohner eingehen und einen Blick in einige Treppenhäuser werfen, die heute wieder in altem Glanz erstrahlen.

Die Führung endet an der Leibnizstraße 23 mit Informationen zum Gebäude der Volkshochschule. Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Feuerwache Unterwegs statt. Der Unkostenbeitrag in Höhe von 10,00 EUR wird vor Ort bezahlt.

☛ T64014

Mi., 21.10.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr
Treffpunkt: Hegelstraße/Ecke Danzstraße

Führung durch den Skulpturenpark

„Jedes Kunstwerk ist eigentlich eine Skizze, die erst durch unsere Fantasie vollendet wird.“ (Graff)
Erleben Sie auf einem Spaziergang, der die Fantasie beflügelt, den Skulpturenpark um das historische Bauwerk des Klosters Unser Lieben Frauen, des heutigen Kunstmuseums. Sie entdecken ausgewählte Kunstwerke aus der Mitte des 20. Jahrhunderts bis zur Gegenwart und erfahren nebenbei von der Gästeführerin Annette Sohnekind Geschichte(n) und Geschichten zu Menschen und Landschaften.

☛ T64019

Sa., 10.10.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr | 10,00 EUR
Treffpunkt: Kunstmuseum Kloster Unser Lieben Frauen

Führungen

Literarische Stadtführung durch Magdeburg

Dieser Rundgang verbindet Literatur mit Stadtgeschichte. Bei einem spannenden Gang mit der Gästeführerin Annette Sohnekind durch die Magdeburger Innenstadt sind Sie Literaten und Autorinnen, wie Rebecca Gable, Carl Leberecht Immermann oder den Gebrüdern Grimm auf der Spur, die mit Magdeburg in Verbindung stehen. Lassen Sie sich überraschen, wie viel Literatur in der Elbestadt entdeckt werden kann.

☛ **T64024**

Sa., 12.09.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr | 10,00 EUR
Treffpunkt: Dommuseum „Ottonianum“

Muslimisches Leben in Magdeburg - Besuch des islamischen Gemeindezentrums

An diesem Nachmittag haben Sie Gelegenheit, das islamische Gemeindezentrum in Magdeburg zu besuchen und mit dem Vorstand der islamischen Gemeinde ins Gespräch zu kommen. Nach einer Führung in der Moschee, die seit 2016 in einem ehemaligen Heizhaus in der Magdeburger Innenstadt ihren Sitz hat, erhalten Sie einen Einblick in den Islam und muslimisches Leben heute. Alle Fragen sind herzlich willkommen. Der Besuch ist kostenfrei, eine freiwillige Spende für das Gemeindezentrum können Sie gern leisten.

☛ **T64025**

Mi., 07.10.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | entgeltfrei
Islamische Gemeinde Magdeburg, Max-Otten-Str. 10A

Jüdisches Leben in Magdeburg heute - Besuch der Synagogengemeinde

Die Neue Synagoge Magdeburg wurde am 8.12.2023 feierlich geweiht und zwei Tage später offiziell eröffnet. Damit haben Magdeburger Jüdinnen und Juden wieder ein eigenes neues Gebäude nach der Zerstörung der Alten Synagoge im Jahr 1938. Am neuen Standort der Synagogen-Gemeinde bekommen Sie an diesem Nachmittag einen direkten Einblick in das jüdische Leben in Magdeburg. Sie werden durch die neuen Räumlichkeiten geführt, erhalten eine Einführung in das Judentum und können ins Gespräch kommen zu Fragen zur Religion und zum jüdischen Leben heute.

Die Veranstaltung wird geleitet von Maria Schubert (Mitarbeiterin der Synagogen-Gemeinde) und Eva-Maria Thiele (Judaistin).

Eine vorherige Anmeldung ist unbedingt erforderlich. Männliche Besucher werden gebeten, eine Kopfbedeckung zu tragen.

☛ **T64027**

Do., 15.10.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr | 10,00 EUR
Synagogengemeinde, Julius-Bremer-Str. 3

Führung zu Orten der jüdischen Geschichte in Magdeburg

Die Geschichte Magdeburgs im 19. und 20. Jahrhundert ist eng mit der Geschichte der Magdeburger Jüdinnen und Juden verknüpft. Obwohl zahlenmäßig eine kleine Gruppe, prägten sie das Stadtgeschehen und Stadtbild Magdeburgs mit und waren fester Bestandteil des städtischen Lebens.

Wenig erinnert heute daran. Ziel der Nationalsozialisten war es, nicht nur das jüdische Leben, sondern auch die Erinnerung daran zu vernichten. Hinzu kommen die Zerstörungen im Zweiten Weltkrieg.

Dennoch gibt es zahlreiche Orte in der Innenstadt,

die an vergangenes jüdisches Leben und an die Verfolgung während der NS-Zeit erinnern. Während dieser Führung mit dem Historiker Guido Skirlo wird auf diese heute meist unscheinbaren Orte aufmerksam gemacht.

☛ T64028

Di., 22.09.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 10,00 EUR
Treffpunkt: Springbrunnen Ulrichsplatz

Der Jüdische Friedhof in Magdeburg

An der Geschichte des Jüdischen Friedhofes lässt sich das Schicksal der Magdeburger Jüdischen Gemeinde anschaulich nachvollziehen. Nachdem der erste Friedhof, der sich in Elbnähe in Buckau befand, bereits im Jahr 1493 zerstört wurde, konnte der jetzige Friedhof im Stadtteil Sudenburg im Jahr 1816 eingeweiht werden. In den Folgejahren beständig erweitert, zählte er im Jahr 1938 über 2000 Grabstellen. Während des 2. Weltkrieges wurde der Jüdische Friedhof teilweise zerstört und in den folgenden Jahren schrittweise wiederhergerichtet. Bei einem Rundgang mit der Gästeführerin Annette Sohnekind über den Friedhof erfahren die Besucher Wissenswertes über jüdische Bräuche und die unter Denkmalschutz stehende Friedhofsanlage.

Eine vorherige Anmeldung ist unbedingt erforderlich. Männliche Besucher werden gebeten, eine Kopfbedeckung zu tragen.

Männliche Besucher werden gebeten, eine Kopfbedeckung zu tragen.

☛ T64029

Do., 17.09.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr | 10,00 EUR
Jüdischer Friedhof, Fermersleber Weg 46

Der gestrandete Zug von Farsleben - Ausstellungsbesuch

Am 13.04.1945 endete die Fahrt eines Zuges mit über 2500 jüdischen Häftlingen aus dem Konzentrationslager Bergen-Belsen auf dem Weg nach Theresienstadt in Farsleben bei Magdeburg. Die Befreiung und Versorgung der Zuginsassen durch US-amerikanische Truppen ist international durch Selbstzeugnisse, Bücher, Malerei und Forschung gut aufgearbeitet und bekannt, nur hier, in unserer Region und deutschlandweit nahezu vergessen. In intensiver Recherche haben Schüler*innen der Projektgruppe „Der gestrandete Zug“ am Kurfürst-Joachim-Friedrich-Gymnasium Wolmirstedt und die Mitarbeiterinnen des Museums Wolmirstedt seit 2018 Dokumente zusammengetragen und Zeitzeugen befragt. Die Ergebnisse sind in einer beeindruckenden Ausstellung im Museum Wolmirstedt zu sehen.

Wir laden Sie zu einem Vortrag und Film mit anschließender Führung durch die Ausstellung mit der Museumsleiterin Anette Pilz ein. Das Museum ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen (ca. 10 Minuten Fußweg vom Bahnhof).

Bitte melden Sie sich über die Volkshochschule an, die Führungsgebühr in Höhe von 5,00 Euro wird vor Ort bezahlt.

☛ T64026

Mo., 09.11.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr
Museum Wolmirstedt, Schlossdomäne 4

Führungen

Führung über den Südfriedhof

Friedhöfe sind grüne Oasen, Skulpturenparke und lebendige Geschichtsbücher. Die Friedhofskultur in Deutschland gehört seit 2020 zum immateriellen Kulturerbe der UNESCO.

Bei einem Rundgang über den Magdeburger Südfriedhof mit der Stadtführerin Marianne Kirchner erfahren Sie sowohl Wissenswertes über die Geschichte des Friedhofs als auch über ausgewählte Monumente, die an das Leben berühmter Magdeburger Persönlichkeiten, wie Gruson, Fahlberg oder Hasselbach erinnern.

☛ T64030

Mi., 09.09.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr | 10,00 EUR
Treffpunkt: Südfriedhof, Haupteingang, Leipziger Straße

Führung über den Westfriedhof

Der Magdeburger Westfriedhof wurde als dritter städtischer Friedhof im Jahr 1898 eingeweiht und ist heute der flächenmäßig größte der Stadt Magdeburg. Seit 1994 steht die parkähnliche Anlage mit ihren Monumenten, Grabanlagen und Gehölzen unter Denkmalschutz und ist ein Spiegel unserer Stadtgeschichte.

Erlaufen Sie mit der Gästeführerin Annette Sohnekind auf zwei thematischen Führungen dieses besondere Areal.

Die historischen Grabanlagen

Entdecken Sie den Westfriedhof als ein grünes Geschichtsbuch auf den Spuren von Magdeburger Persönlichkeiten, die hier ihre letzte Ruhestätte gefunden haben, wie Rudolf Wolff und Eberhard Rosse deutscher, und erfahren Sie Wissenswertes zu kunstgeschichtlich bemerkenswerten Denkmälern.

☛ T64031

Do., 03.09.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr | 10,00 EUR
Treffpunkt: Westfriedhof Haupteingang/Gr. Diesdorfer Straße

Licht und Schatten

Bei diesem Rundgang führt Annette Sohnekind zu verwitterten Steinen und Inschriften, die von der Geschichte der Stadt Magdeburg erzählen. Die Grabmale bewahren die Spuren tragischer Ereignisse, von Krieg und Vertreibung und von menschlichen Schicksalen.

☛ T64032

Do., 24.09.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr | 10,00 EUR
Treffpunkt: Westfriedhof Haupteingang/Gr. Diesdorfer Straße

Diebe, Schmuggler, Mörder: das düstere Magdeburg

Bekannte und unbekannte zwielichtige Gestalten trieben in den vergangenen Jahrhunderten ihr Unwesen - auch in Magdeburg. Auf einem thematischen Rundgang mit der Gästeführerin Anke Klapperstück erfahren Sie z. B. vom Ripper von Magdeburg, aber auch, warum der Festungsbaumeister Cornelius Walrave 25 Jahre in der von ihm errichteten Festung ohne Gerichtsverhandlung einsaß und andere das Gefängnis gar nicht mehr verlassen wollten. Das Schauspielhaus widmete der „Stadt der Fahrrad-diebe“ sogar ein eigenes Theaterstück. Im Laufe der Zeit sammelten sich ernste und kuriose Geschichten an, die Ihnen auf dem Rundgang durch die Stadt präsentiert werden.

☛ T64033

Sa., 07.11.2026, 15.00 bis 16.30 Uhr | 10,00 EUR
Treffpunkt: Bastion Cleve hinter dem Dom

Auf den Spuren des Magdeburger Bildhauers und Restaurators Heinrich Apel

Der Künstler, Bildhauer und Restaurator Heinrich Apel hat viele Jahre in Magdeburg gelebt und gewirkt. Die Werke des im Jahr 2020 verstorbenen Künstlers Heinrich Apel prägen maßgeblich das Magdeburger Stadtbild und sind darüber hinaus weit über die Landesgrenzen bekannt. Seine Arbeiten sind gestalterisch sehr unterschiedlich und thematisch sehr vielfältig. Vielfach beziehen sie sich auf Mythologie und Natur, häufig setzen sie sich mit Historie und biblischer Geschichte auseinander. Für seine außergewöhnlichen Verdienste wurde er 2019 mit dem Verdienstorden des Landes Sachsen-Anhalt geehrt. Entdecken Sie das Wirken von Heinrich Apel auf einem Spaziergang vom Dom bis zur Petrikerche mit der Stadtführerin Marianne Kirchner.

☛ T64035

Mo., 12.10.2026, 16.00 bis 17.30 Uhr | 10,00 EUR
Dom, Nordeingang, Domplatz, Magdeburg

Rundgang zu Kirchen und Klöstern in der Altstadt

An diesem Nachmittag führt der Kirchenhistoriker und Stadtführer Dr. Hans Seehase zu den Kirchen der Altstadt und erzählt deren wechselvolle Geschichte, die neben der Nutzung als Gotteshäuser ebenso durch Umnutzung wie Zusammenlegung geprägt war.

Die Führung beginnt an der Johanniskirche, in der Martin Luther 1524 predigte, führt am Gelände des ehemaligen Magdalenenklosters mit der Kapelle und an der Petrikerche mit dem neu entstehenden Prämonstratenserklöster vorbei und endet an der Wallonerkerche, die als Kirche des ehemaligen Augustinerklosters ebenso zahlreiche kirchliche und städtische Umnutzungen erfahren hat.

☛ T64036

Mi., 14.10.2026, 17.00 bis 18.30 Uhr | 10,00 EUR
Treffpunkt: Johanniskirche /Lutherdenkmal

Esprit français in Magdeburg

Eine Reise in die Vergangenheit auf französischen Spuren

Auf der Suche nach französischen Spuren in Magdeburg laden wir Sie zu einer Busfahrt ein. Dörte Neßler, verantwortlich für die Bereiche Fremdsprachen und Stadtgeschichte an der Volkshochschule, und Nadja Gröschner, Chefin des Kulturzentrums „Feuerwache“, begeben sich auf Geschichtstour.

Die Reise in die französische Vergangenheit Magdeburgs beginnt an der Wallonerkerche, die auf Befehl des Kurfürsten Friedrich Wilhelm 1690 an protestantische Glaubensflüchtlinge übergeben wurde. Zu Fuß geht es weiter in die Jakobstraße, an den ehemaligen Standort der Französisch-Reformierten Kirche. Im Anschluss beginnt die Fahrt mit dem Bus in Richtung Neustadt und Sudenburg, die Städte, die 1812 auf Befehl Napoleons niedergerissen wurden. Gespickt wird die Fahrt mit kleinen französischen Überraschungen. Die Reise endet am Fürstenwall. Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit FeuerwacheUnterwegs statt.

Vorbestellungen und Kartenverkauf (23,00 EUR) in der „Feuerwache“, Halberstädter Str. 140, Tel. 60 28 09. Die Karten müssen bis zum 24.10.2026 abgeholt bzw. bezahlt sein.

☛ T64042

So., 08.11.2026, 14.00 bis 16.15 Uhr



Führungen rund um Magdeburg

Magdeburger Parks und Gärten - Eine Erlebnis-tour per Fahrrad

Noch vor ca. 200 Jahren gab es in Magdeburg keinerlei nennenswerte Grünflächen. Magdeburg galt als triste Festungsstadt. Doch dank der Vision eines engagierten Oberbürgermeisters und dem Können einiger großer Gartenbaukünstler entwickelte sich Magdeburg über die Zeit zu einer der grünsten Städte Deutschlands.

Entdecken Sie mit dem Gästeführer Andreas Böcker auf einer geführten Fahrradtour nicht nur die Historie der Parks und Gärten von Magdeburg. Erfahren Sie auch allerlei andere interessante Dinge: Wo steht der älteste Baum der Stadt? In Magdeburg gibt es ausgestorbene Mammutbäume? Was haben ein Magdeburger Fahrradpionier mit dem Rotehornpark und die Fernsehserie „Lindenstraße“ mit dem Elbauenpark zu tun?

Die Tour startet im Nordpark und führt über vorwiegend flaches Terrain auf ca. 14 km zu folgenden Parks: Herrenkrugpark, Elbauenpark, Rotehornpark, Klosterberggarten, Park am Fürstenwall und Möllenvogteigarten. Genießen Sie eine entspannte Tour auf dem Fahrrad mit der Elbe als ständiger Begleiterin.

☛ **T64044**

So., 04.10.2026, 14.00 bis 16.15 Uhr | 14,00 EUR
Treffpunkt: Francke-Denkmal, Nordpark



Dörte Neßler

Programmbereichsleiterin

Telefon:
0391 53547715

E-Mail:
Doerte.Nessler@
vhs.magdeburg.de

Zwischen Klostergut und Tagebau

Exkursion nach Winnigen, Wilsleben und Neu Königsau

Die Exkursion führt nach Winnigen, Wilsleben und Neu Königsau – drei Orte im Raum Aschersleben mit über 1000-jähriger Geschichte und tiefgreifenden Veränderungen durch Klosterherrschaft, Braunkohletagebau und politische Umbrüche.

Winnigen entstand aus einem mittelalterlichen Klostergut des Zisterzienserklosters Michaelstein; die Kapelle von 1145 wurde vorbildlich saniert. Wilsleben, erstmals 983 erwähnt, besitzt eine spätmittelalterliche Dorfkirche, die seit den 1980er Jahren schrittweise erhalten wird. Neu-Königsau erinnert an die Folgen des Braunkohleabbaus: Das ursprüngliche Königsau wurde in den 1960er Jahren wegen des Tagebaus aufgegeben und neu gegründet. Heute erinnern die auf dem neuen Friedhof vereinten Glocken der zerstörten Kirchen an das alte Dorf.

Die Exkursion mit dem Kirchenhistoriker Hans Seehase zeigt die historische Entwicklung und enge Verknüpfung dieser Orte.

☛ **T64045**

Sa., 19.09.2026, 14.00 bis 17.30 Uhr | 22,00 EUR
Treffpunkt: wird bekannt gegeben

Das Börde-Museum Burg Ummendorf

Das Börde-Museum Burg Ummendorf, gegründet 1924 als Museum des „Heimatvereins im alten Holz-kreis“, blickt auf eine über 100jährige Geschichte zurück. Unter den Museen des Landkreises Börde hat es als besondere Arbeits- und Ausstellungsschwerpunkte die Aufgabe, das Leben im hiesigen ländlichen Raum, die Geschichte der Landwirtschaft und damit auch der Industrialisierung in der Region darzustellen. Hiermit in Zusammenhang steht die Kulturgeschichte und heutige Verwendung von Nutzpflanzen. Zentrales Beispiel hierfür ist die Zuckerrübe.

Führungen rund um Magdeburg

Auf einem geführten Rundgang durch die neugestaltete Dauerausstellung und über das Außengelände mit der Landtechnikausstellung, dem Kräutergarten und dem Skulpturenpark erfahren Sie, was die Region in Vergangenheit und Gegenwart so besonders macht. Nach der Führung können Sie das Museum noch individuell erkunden.

Bitte organisieren Sie Ihre Anreise individuell. Der Eintritt (inkl. Führungsgebühr) in Höhe von max. 9,00 EUR wird vor Ort bezahlt.

☛ T64046

Sa., 26.09.2026, 14.00 bis 15.30 Uhr | Börde-Museum Ummendorf

Von Westeregeln nach Egelu - von Ziegelei, Kloster und Burg

Dörte Neßler von der Volkshochschule und Nadja Gröschner vom Kulturzentrum „Feuerwache“ möchten Sie zu einer „Außer Haus Tour“ einladen - diesmal in die Börde.

Sie besuchen zunächst die Alte Ziegelei in Westeregeln, ein besonderes Bau- und Industriedenkmal aus dem späten 19. Jahrhundert. Im Anschluss geht es weiter in das kleine Bördestädtchen Egelu, das durch eine Reihe von Sehenswürdigkeiten überrascht. Dazu gehört die Klosterkirche Marienstuhl des ehemaligen Zisterzienserinnenkloster Marienstuhl, die heute neben den Gottesdiensten ein außergewöhnlicher Anziehungspunkt für Kunstinteressierte ist. Sie gehört zu den bedeutendsten und schönsten Barockkirchen in Mitteldeutschland. Lassen Sie sich durch ihre ungewöhnlich reiche Ausstattung auf einem Rundgang überraschen. Im Anschluss laufen Sie durch die kleine feine Innenstadt bis zur nahegelegenen Wasserburg, deren erste Spuren bis ins 10. Jahrhundert zurückreichen. Sie erleben auf der Führung Interessantes aus der Geschichte und der heutigen Nutzung.

Begleitet wird die Fahrt von einem kleinen Imbiss. Vorbestellungen und Kartenverkauf (43,00 EUR inkl. Verpflegung) in der „Feuerwache“, Halberstädter Str. 140, Tel. 60 28 09. Die Karten müssen bis zum 10.10.2026 abgeholt bzw. bezahlt sein.

☛ T64047

So., 25.10.2026, 10.00 bis 17.00 Uhr | Treffpunkt: Listemannstraße, Parkplatz

Die Zuckerfabrik Klein Wanzleben

Bereits 1838 wurde in Klein Wanzleben die erste Zuckerfabrik in Betrieb genommen. Der Standort markiert damit das Gründungsjahr der heutigen Nordzucker AG. Heute ist das Werk eine der modernsten Zuckerfabriken in Europa.

Bei einem kleinen kostenfreien Kaffeeangebot vor Ort erhalten Sie umfangreiche Informationen zur Zuckerherstellung und zur Geschichte.

Im Anschluss daran erleben Sie die Praxis im Rahmen einer kostenfreien Werksführung mit Marianne Kirchner.

☛ T64048

Di., 29.09.2026, 10.00 bis 12.15 Uhr | entgeltfrei

☛ T64049

Sa., 17.10.2026, 10.00 bis 12.15 Uhr | entgeltfrei
Zuckerfabrik Klein Wanzleben, Magdeburger Landstraße 1-5, 39165 Wanzleben

Sparkasse plus PAYBACK.



**Punkte sammeln leicht gemacht.
Jetzt Sparkassen-Card* verknüpfen und
clever punkten.**

Mehr Infos auf [s.de/PAYBACK](https://www.sparkasse.de/PAYBACK)

*Debitkarte



Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
MagdeBurg**

10-Finger-Tastschreiben..... 29

A

Acrylmalerei..... 41
 Adventsfloristik..... 44
 Alphabetisierung..... 19ff
 Android-Smartphone..... 30
 Aquarellmalerei..... 41
 Arabisch 80f
 Augengesundheit 55

B

Backen 49
 Berufliche Weiterbildung 25ff
 Bewegungstraining..... 58ff
 Bewerbung 24f
 Bilanzierung..... 34f
 Bildungsfreistellung 36
 Bundestag 8
 Burnoutprävention..... 26

C

Cha-Cha-Cha 45
 ChatGPT..... 30, 31
 Comics 40
 Computerkurse..... 29ff
 Controlling 34f

D

Dänisch..... 84f
 Darmgesundheit..... 52f
 DATEV..... 34f
 Deepfakes 31
 Design Thinking..... 26
 Deutsch als Fremdsprache 64f
 Digitale Grundbildung..... 21, 29f
 Digitaler Nachlass..... 14
 Digitalfotografie 47
 Digitalisierung 14f, 29ff

E

Ehrenamt 10

Einkommenssteuererklärung..... 16
 Einnahmen-Überschuss-Rechnung 34f
 Elektronische Patientenakte 15
 Englisch 66ff
 Entspannung 26, 54ff
 Ernährung 47ff, 52ff
 Erzählcafé..... 88
 Excel..... 32ff

F

Farbberatung..... 50
 Feldenkrais 52
 Feng Shui 52
 Finanzbuchhaltung 34f
 Finanzen 17
 Finanzwirtschaft 34f
 Fitness 60ff
 Floristik 44
 Fotografie 47
 Foxtrott..... 45
 Französisch 72ff
 Filmclub..... 38
 Fremdsprachen 63ff
 Führungen 90ff
 Future Skills..... 26, 30ff

G

Gebärdensprache..... 27
 Gehirn-Jogging 18
 Gesundheit 51ff
 Gesundheitsgymnastik..... 58f
 Gesundheitswissen 52ff
 Gitarre..... 46
 Glück 42
 Grundbildung..... 19ff

H

Handlettering 42
 Hatha-Yoga..... 55f
 Haustiere 18
 Herbstfloristik 44

I

Improvisationstheater..... 38
 Indische Küche..... 48f
 Integrationskurse..... 65
 Internet 30
 iPhone 30
 Islam 92
 Italienisch 74ff

J

Japanisch 81f
 Japanische Küche..... 48
 Jüdisches Leben 92f

K

Katastrophenschutz 8
 Keramik 43f
 Keyboard 46
 Klangentspannung 53, 55
 Klimaschutz 17f
 Kochen 47ff, 54
 Kommunikation 18, 27ff
 Konfliktmanagement 27f
 Koreanisch..... 83
 Kosten- und Leistungsrechnung... 34f
 Kräuterwanderung..... 18, 54
 Kreativität 26, 42f
 Künstliche Intelligenz..... 30f, 35
 Kursleiterfortbildung 35

L

Landschaftsfotografie 47
 Lateinamerikanische Tänze..... 45
 Lernwerkstatt 20f
 Leseförderung 10
 Lohn und Gehalt..... 34f

M

Magdeburg 87ff
 Malerei 41
 Manga 40

Stichwortverzeichnis

Mongolisch 86
Musizieren 46f

N

Nachhaltigkeit 17f
Nähen 21, 49f
Naturheilkunde 52f
Niederländisch 84

O

Online-Banking 15
Online-Kurse... 26, 31, 32, 33ff, 58,
64, 69, 71, 72f, 73, 75, 76, 83, 86
Origami 42
Outlook 32, 33

P

Pädagogik 10, 13f, 25
Patientenverfügung 14
Personalwirtschaft 34f
Pflegeberatung 16
Pilates 62
Pivot-Tabellen 33f
Politik 8f
PowerPoint 32, 33
Psychosen 12
Punktmalerei 42

Q

Qi Gong 57

R

Rechnungswesen 34f
Resilienz 54
Resilienz-Trainer*in 26
Rhetorik 29
Rückengesundheit 58ff
Russisch 80

S

Schreiben 38f
Schreibwerkstatt 39

Schwedisch 85f
Seife siedeln 43
Seniorenspport 59
SEO 32
Singen 45
Smartphone 30
Social Media 32
Songwriting 45
Spanisch 77ff
Speckstein 43
Sprachen 63ff
Sprechen und Zuhören 8f
Stadtgeschichte 87ff
Standardtänze 45
Steuerrecht 34f
Stilberatung 50
Stimmbildung 28
Stressbewältigung 26, 54ff

T

Tabellenkalkulation 32ff
Taijiquan 57f
Tango 45
Tanzen 45
Tastschreiben 29
TCM 53
Textverarbeitung 29, 32f
Theater 38
Tongestaltung 43f
Türkisch 86

U

Umwelt 17f

V

Verbraucherfragen 14ff
Vorsorgevollmacht 14

W

Wirbelsäulengymnastik 58f
Wissenschaft im Rathaus 11
Word 29, 32f

X

Xpert Business 34f

Y

Yin Yoga 56
Yoga 55ff

Z

Zeichnen 39f
Zivilschutz 8
Zumba 61