

Informatik

PC - Einsteiger					Aktiv
Ort: EH/ERK/FW	Termine erfragen	30 UE	167,40 €	erm. 118,08 €	
PC - Einsteiger - ruhig					
Ort: EH	05.11.2024	40 UE	112,60 €	erm. 79,72 €	
PC - Sprechstunde					Aktiv
Ort: BSK	02.09.2024	6 UE	35,88 €	erm. 26,02 €	
Übung macht den Meister - im Umgang mit dem PC					
Ort: BSK	23.09.2024	30 UE	85,20 €	erm. 60,54 €	
Übung macht den Meister - ruhig					
Ort: SCH	03.09.2024	30 UE	85,20 €	erm. 60,54 €	
Tablet/Smartphone - Schnupperkurs					
Ort: BSK/EH	Termine erfragen	3 UE	0,00 €	erm. 0,00 €	
Tablet/Smartphone - Einsteiger					Aktiv
Ort: BSK/EH/ERK/SCH	Termine erfragen	12 UE	68,76 €	erm. 49,03 €	
Tablet/Smartphone - Nutzung					Aktiv
Ort: BSK/EH/ERK/SCH	Termine erfragen	12 UE	68,76 €	erm. 49,03 €	
Tablet/Smartphone - Fortgeschrittene					Aktiv
Ort: ERK	09.01.2025	12 UE	68,76 €	erm. 49,03 €	
Smartphone - Einsteiger					Aktiv
Ort: FW	Termine erfragen	12 UE	68,76 €	erm. 49,03 €	
Smartphone - Nutzung					Aktiv
Ort: FW	Termine erfragen	12 UE	68,76 €	erm. 49,03 €	
iPad/iPhone - Einsteiger					Aktiv
Ort: EH	07.11.2024	12 UE	68,76 €	erm. 49,03 €	
iPad/iPhone - Nutzung					Aktiv
Ort: EH	09.01.2025	12 UE	68,76 €	erm. 49,03 €	
Sicherheit im Internet					Aktiv
Ort: FW	15.11.2024	4 UE	24,92 €	erm. 18,34 €	
Onlinebanking					Aktiv
Ort: FW	22.11.2024	6 UE	35,88 €	erm. 26,02 €	
Kaufen und Verkaufen im Internet					Aktiv
Ort: EH/ERK	Termine erfragen	8 UE	46,84 €	erm. 33,69 €	
Homepage mit WordPress					Online/Aktiv
Ort: Online	Termine erfragen	9 UE	52,32 €	erm. 37,52 €	
Facebook, Twitter, Instagram, Youtube					Aktiv
Ort: EH	Termine erfragen	9 UE	52,32 €	erm. 37,52 €	
Facebook, Twitter, Instagram, Youtube					Aktiv
Ort: FW	16.11.2024	6 UE	35,88 €	erm. 26,02 €	
Fotobuch erstellen					Aktiv
Ort: BSK/EH/FW	Termine erfragen	16 UE	90,68 €	erm. 64,38 €	
Bildbearbeitung - Einstieg					Aktiv
Ort: EH/FW	Termine erfragen	8 UE	46,84 €	erm. 33,69 €	
Bildbearbeitung - Nutzung					Aktiv
Ort: EH	Termine erfragen	8 UE	46,84 €	erm. 33,69 €	
Bildbearbeitung - Tablet/Smartphone					Aktiv
Ort: EH	Termine erfragen	4 UE	24,92 €	erm. 18,34 €	

Tests und Prüfungen

Prüfung - telc Zertifikat Deutsch B1 (Einbürgerung) und B2					
Ort: FW	Termine erfragen		148,00 €		
Prüfung - telc Zertifikat Deutsch C1					
Ort: FW	Termine erfragen		190,00 €		
Einbürgerungstest					
Ort: EH/ERK/FW	Termine erfragen		25,00 €		

Arbeitswelt

Fit fürs Büro - Textverarbeitung					Aktiv
Ort: EH	12.09.2024	21 UE	118,08 €	erm. 83,56 €	
Fit fürs Büro - Tabellenkalkulation					Aktiv
Ort: EH	10.09.2024	21 UE	118,08 €	erm. 83,56 €	
Selbstständig - was nun?					Aktiv
Ort: FW	16.11.2024	12 UE	68,76 €	erm. 49,03 €	
Steuererklärung am PC					
Ort: EH	Termine erfragen	5 UE	16,70 €	erm. 12,59 €	
Steuererklärung am PC - Rentner					
Ort: EH	Termine erfragen	5 UE	16,70 €	erm. 12,59 €	
Steuererklärung am PC - Softwarenutzung					
Ort: BSK/FW	Termine erfragen	5 UE	16,70 €	erm. 12,59 €	

Essen - Trinken

Cocktailvariationen					Aktiv
Ort: BSK	Termine erfragen	4 UE	24,92 €	erm. 18,34 €	
Kochen - Indische Küche					Aktiv
Ort: ERK	Termine erfragen	6 UE	35,88 €	erm. 26,02 €	
Kochen - Kapernklose und Beilagen					Aktiv
Ort: ERK	07.10.2024	5 UE	30,40 €	erm. 22,18 €	
Kochen - Dreierlei Kartoffelsalate					Aktiv
Ort: ERK	11.09.2024	5 UE	30,40 €	erm. 22,18 €	
Kochen - Ente mit Rotkohl und Klößen					Aktiv
Ort: ERK	04.12.2024	5 UE	30,40 €	erm. 22,18 €	
Kochen - Basiskurs Wild					Aktiv
Ort: ERK	11.01.2025	6 UE	35,88 €	erm. 26,02 €	
Kochen - Krönung Soße					Aktiv
Ort: ERK	07.09.2024	6 UE	35,88 €	erm. 26,02 €	
Backen - Tortenverzierungen					
Ort: FW	23.12.2024	4 UE	13,96 €	erm. 10,67 €	
Backen - Sonntagsbrötchen					auch Aktiv
Ort: BSK/EH	Termine erfragen	4 UE	Gebühren erfragen		
Backen - Natursauerteigbrot					auch Aktiv
Ort: BSK/EH	Termine erfragen	5 UE	Gebühren erfragen		
Pralinenherstellung					
Ort: FW	07.12.2024	4 UE	13,96 €	erm. 10,67 €	
Backen - Weihnachtsstollen					auch Aktiv
Ort: BSK/EH	Termine erfragen	4 UE	Gebühren erfragen		
Backen - Mohnstollen					auch Aktiv
Ort: BSK/EH	Termine erfragen	4 UE	Gebühren erfragen		

ZBW Zweiter Bildungsweg



Kofinanziert von der Europäischen Union

Sekundarstufe I	
Klasse 9	Berufsbildungsreife / Hauptschulabschluss
Klasse 10	Erweiterte Berufsbildungsreife / Erweiterter Hauptschulabschluss / Fachoberschulreife / Realschulabschluss
	Zugangsberechtigung zur Sekundarstufe II im ZBW
Sekundarstufe II	
Klasse 11 bis 12	Schulischer Teil der Fachhochschulreife
Klasse 11 bis 13	Allgemeine Hochschulreife (Abitur)
Gebühr	Gebührenfrei
	Kosten für Bücher und Lernmaterialien
Ort	Alle Lehrgänge in Fürstenwalde
Kontakt	Herr Tramm ☎ 03361 747 64 13 ✉ zbw@vhs-los.de
	Sprechzeit Dienstags 14:00 bis 16:00 Uhr

Landkreis Oder-Spree
Volkshochschule
Geschäftsstelle Fürstenwalde
Frankfurter Straße 70
15517 Fürstenwalde

☎ Di 09:00 – 12:00 & 13:00 – 18:00
Do 09:00 – 12:00 & 13:00 – 16:00
☎ 03361 747640
✉ fuerstenwalde@vhs-los.de
🌐 www.vhs-los.de

Regionalstelle Beeskow
Mauerstraße 28
15848 Beeskow

☎ Di 13:00 – 18:00
☎ 03366 204 18
✉ beeskow@vhs-los.de

Regionalstelle Eisenhüttenstadt
Waldstraße 10
15890 Eisenhüttenstadt

☎ Di 09:00 – 12:00 & 13:00 – 18:00
Do 09:00 – 12:00 & 13:00 – 16:00
☎ 03364 2807 34
✉ eisenhuettenstadt@vhs-los.de

Regionalstelle Erkner
Neu Zittauer Straße 1
15537 Erkner

☎ Di 09:00 – 12:00 & 13:00 – 18:00
Do 09:00 – 12:00 & 13:00 – 16:00
☎ 03362 257 67
✉ erkner@vhs-los.de

📌 Bitte beachten: Während der Schulferien sind unsere Sprechzeiten eingeschränkt!

Abkürzungen und Erklärungen
BSK = Beeskow EH = Eisenhüttenstadt ERK = Erkner
FW = Fürstenwalde SCH = Schöneiche
Aktiv = Kurse mit kleinen Gruppen (in der Regel mit 5 Teilnehmenden)

Eine ausführliche Beschreibung der Kurse
finden Sie im Internet unter www.vhs-los.de

Programm
Herbst 2024

Auszug

www.vhs-los.de



Gesellschaft

Familienforschung	Aktiv
Ort: BSK/ERK/FW	Termine erfragen
8 UE	46,84 € erm. 33,69 €
Gedächtnistraining - Fitness für den Kopf	Aktiv
Ort: BSK/FW	Termine erfragen
7 UE	41,36 € erm. 29,85 €
Zeitmanagement - Schlüssel zur Zufriedenheit	Aktiv
Ort: BSK/FW	Termine erfragen
7 UE	41,36 € erm. 29,85 €
Baum- und Strauchschnitt	
Ort: EH	13.11.2024
6 UE	19,44 € erm. 14,51 €
Ökologische Putzmittel	
Ort: EH	22.11.2024
4 UE	13,96 € erm. 10,67 €
Gesichter lesen und verstehen	Aktiv
Ort: ERK	08.11.2024
8 UE	46,84 € erm. 33,69 €
Berufliche (Neu-) Orientierung	Aktiv
Ort: ERK	14.09.2024
6 UE	35,88 € erm. 26,02 €
Meine perfekte Bewerbung	
Ort: ERK	15.11.2024
12 UE	35,88 € erm. 26,02 €
Nachhaltigkeit - Verkaufen statt wegwerfen	
Ort: ERK	16.11.2024
3 UE	11,22 € erm. 8,75 €
Anti-Ärger-Praxisseminar	
Ort: ERK	16.11.2024
7 UE	22,18 € erm. 16,43 €
Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung	
Ort: FW	08.10.2024
4 UE	13,96 € erm. 10,67 €
Letzte Hilfe Kurs®	
Ort: FW	17.08.2024
4 UE	13,96 € erm. 10,67 €
Mut zur Erziehung - Elterntraining	
Ort: FW	14.11.2024
3 UE	3,00 € erm. 3,00 €
Babysitting	
Ort: FW	21.10.2024
20 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Eltern-Kind „Papa, komm wir bauen was“	Aktiv
Ort: FW	16.11.2024
3 UE	19,44 € erm. 14,51 €
Geschichte des Fuchsbaus in Fürstenwalde	
Ort: FW	16.10.2024
2 UE	8,48 € erm. 6,84 €
Gartenreich Wörlitz	
Ort: FW	13.09.2024
8 UE	24,92 € erm. 18,34 €
Heizkostenabrechnung verstehen	
Ort: FW	04.12.2024
2 UE	8,48 € erm. 6,84 €
Daten- und Kostenfalle Online-Shopping	
Ort: FW	02.12.2024
2 UE	8,48 € erm. 6,84 €
Pflegebedürftig - was nun?	Aktiv
Ort: ERK	13.09.2024
9 UE	52,32 € erm. 37,52 €
Pflegebedürftig - was nun?	
Ort: FW	07.11.2024
2 UE	8,48 € erm. 6,84 €
Führerschein weg - was nun?	
Ort: FW	09.11.2024
2 UE	8,48 € erm. 6,84 €



Kultur

Altdeutsche Schrift - Sütterlin	Aktiv
Ort: BSK/ERK/FW	Termine erfragen
9 UE	52,32 € erm. 37,52 €
Altdeutsche Schrift - Sütterlin	
Ort: FW	15.01.2025
9 UE	27,66 € erm. 20,26 €
Bildnerisches Gestalten - alles ist erlaubt!	Aktiv
Ort: BSK/FW	Termine erfragen
7 UE	41,36 € erm. 29,85 €
Malen und Zeichnen - Stilleben	auch Aktiv
Ort: BSK/EH	Termine erfragen
20/30 UE	Gebühren erfragen
Malen und Zeichnen - Architektur und Raum	
Ort: EH	04.09.2024
30 UE	85,20 € erm. 60,54 €



Kultur

Malen und Zeichnen - Grundlagen	
Ort: ERK	11.09.2024
30 UE	85,20 € erm. 60,54 €
Malen und Zeichnen - Aquarellmalerei	
Ort: EH/ERK	Termine erfragen
30 UE	85,20 € erm. 60,54 €
Malen und Zeichnen - Aquarell für Anfänger	Aktiv
Ort: ERK	Termine erfragen
20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
Komposition im Bild - für alle, die Bilder machen	Aktiv
Ort: SCH	23.11.2024
14 UE	79,72 € erm. 56,70 €
Alles fließt - freies Aquarell	Aktiv
Ort: ERK	22.11.2024
10 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Acrylmalerei Stilleben Zitronen	Aktiv
Ort: FW	08.11.2024
8 UE	46,84 € erm. 33,69 €
Töpfern und Glasieren	Aktiv
Ort: BSK	Termine erfragen
6 UE	35,88 € erm. 26,02 €
Weihnachtskeramik	Aktiv
Ort: BSK	12.11.2024
6 UE	35,88 € erm. 26,02 €
Nähen - Erste Schritte	Aktiv
Ort: BSK/EH/ERK/FW	Termine erfragen
20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
Nähen - Lieblingsstücke	Aktiv
Ort: EH/ERK/FW	Termine erfragen
20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
Nähen - Lieblingsstücke - Wochenendkurs	Aktiv
Ort: FW	16.11.2024
6 UE	35,88 € erm. 26,02 €
Nähen mit Freude - Grundkurs	Aktiv
Ort: ERK	12.09.2024
20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
Nähen mit noch mehr Freude - Aufbaukurs	Aktiv
Ort: ERK	07.11.2024
20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
Nähen - Weihnachtsgeschenke	Aktiv
Ort: EH	13.11.2024
20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
Schnitt und Zuschnitt	Aktiv
Ort: ERK	Termine erfragen
7 UE	41,36 € erm. 29,85 €
Änderung macht Mode	Aktiv
Ort: ERK	13.09.2024
12 UE	68,76 € erm. 49,03 €
Stricken und Häkeln - Erste Schritte	Aktiv
Ort: FW	23.09.2024
10 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Kalligraphie - Die Kunst des Schreibens	auch Aktiv
Ort: EH/ERK	Termine erfragen
20/30 UE	Gebühren erfragen
Orientalischer Tanz	
Ort: EH/FW	Termine erfragen
16 UE	46,84 € erm. 33,69 €
Orientalischer Tanz - mit Grundkenntnissen	Aktiv
Ort: ERK	05.09.2024
20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
Orientalischer Tanz - Anfänger	Aktiv
Ort: ERK	05.09.2024
20 UE	112,60 € erm. 79,72 €
Fotografieren - Einfach & verständlich	Aktiv
Ort: EH/FW	Termine erfragen
9 UE	52,32 € erm. 37,52 €
Fotografieren - Sonnenuntergang	Aktiv
Ort: EH	17.10.2024
5 UE	30,40 € erm. 22,18 €
Kreatives Fotografieren mit Smartphone	Aktiv
Ort: EH/ERK/FW/SCH	Termine erfragen
4 UE	24,92 € erm. 18,34 €
Fotografieren - Aufbau & Komposition	Aktiv
Ort: FW	06.11.2024
9 UE	52,32 € erm. 37,52 €
Heimwerken für Frauen	Aktiv
Ort: EH	04.11.2024
9 UE	52,32 € erm. 37,52 €
Körpersprache mal anders	Aktiv
Ort: ERK	08.11.2024
10 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Erinnerungen - Mein Fotobuch	
Ort: ERK	21.09.2024
7 UE	22,18 € erm. 16,43 €
Stuhlflechten	Aktiv
Ort: ERK	06.11.2024
16 UE	90,68 € erm. 64,38 €



Kultur

Filzen - Erste Schritte	Aktiv
Ort: ERK/SCH	Termine erfragen
6/9 UE	Gebühren erfragen
Filzen - Weihnachtsdekoration & Geschenke	Aktiv
Ort: SCH	15.11.2024
9 UE	52,32 € erm. 37,52 €
Kreatives Schreiben	Aktiv
Ort: FW	17.09.2024
12 UE	68,76 € erm. 49,03 €
Kreatives Gestalten	Aktiv
Ort: FW	Termine erfragen
15 UE	85,20 € erm. 60,54 €
Gestalten mit verschiedenen Materialien	Aktiv
Ort: FW	11.10.2024
8 UE	46,84 € erm. 33,69 €
Kreatives Gestalten im Herbst	Aktiv
Ort: FW	13.09.2024
8 UE	46,84 € erm. 33,69 €
Kreatives Gestalten - Christmas Special	Aktiv
Ort: FW	22.11.2024
8 UE	46,84 € erm. 33,69 €
Gestaltung von Weihnachtsbaumkugeln	
Ort: FW	11.11.2024
16 UE	46,84 € erm. 33,69 €



Gesundheit

Augentraining - Stärkung der Sehkraft	Aktiv
Ort: EH/ERK	Termine erfragen
6 UE	35,88 € erm. 26,02 €
Atem als Kraftspender	Aktiv
Ort: EH/ERK	Termine erfragen
5/6 UE	Gebühren erfragen
Selbstverteidigung für Frauen	
Ort: EH	11.10.2024
20 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Selbstverteidigung - Schnupperkurs für Frauen	
Ort: BSK/EH	Termine erfragen
4 UE	13,96 € erm. 10,67 €
Cardio, Kickboxing und Selbstverteidigung	
Ort: FW	Termine erfragen
12/20 UE	Gebühren erfragen
Cardio, Kickboxing und Fitness für Frauen	
Ort: FW	30.09.2024
16 UE	46,84 € erm. 33,69 €
Lasses lachen	
Ort: ERK	09.09.2024
10 UE	30,40 € erm. 22,18 €
Fünf Tibeter®	
Ort: FW	16.09.2024
20 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Die Kraft des Malens	Aktiv
Ort: ERK	17.01.2025
10 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Entspannungskurs	Aktiv
Ort: ERK	06.09.2024
10 UE	57,80 € erm. 41,36 €
Autogenes Training zum Kennenlernen	Aktiv
Ort: ERK	17.10.2024
10 UE	57,80 € erm. 41,36 €
E-Motion = Energie in Bewegung	Aktiv
Ort: ERK	21.09.2024
8 UE	46,84 € erm. 33,69 €
Pilates für (Wieder-) Einsteiger	
Ort: FW	11.09.2024
30 UE	85,20 € erm. 60,54 €
Hatha-Yoga oder Hatha-Yoga für Senioren	
Ort: EH/ERK	Termine erfragen
30 UE	85,20 € erm. 60,54 €
Kundalini-Yoga oder Yoga zum Entspannen	
Ort: BSK/EH/ERK	Termine erfragen
30 UE	85,20 € erm. 60,54 €
Naturkosmetik	
Ort: EH	Termine erfragen
5 UE	16,70 € erm. 12,59 €
Kräuterwanderung - Herbstkräuter	
Ort: EH/ERK	Termine erfragen
4 UE	13,96 € erm. 10,67 €
Kräuter sammeln und verarbeiten	Aktiv
Ort: ERK	07.09.2024
6 UE	35,88 € erm. 26,02 €
Babyschwimmen	Aktiv
Ort: EH	Termine erfragen
6 UE	35,88 € erm. 26,02 €



Sprachen

(A1 - A2) Englisch Start- und Grundstufe	verschiedene Kurse / auch Online
Ort: BSK/EH/ERK/FW	30/45 UE
Gebühren erfragen	
(B1) Englisch Mittel- und Aufbaustufe	verschiedene Kurse
Ort: EH/FW	30/45 UE
Gebühren erfragen	
(B2 - C1) Englisch-Oberstufe und English Advanced	verschiedene Kurse
Ort: FW	30/45 UE
Gebühren erfragen	
(A1 - B2) English Refresher	verschiedene Kurse
Ort: BSK/ERK/FW	20/30/45 UE
Gebühren erfragen	
(A2 - B2) English Conversation	verschiedene Kurse
Ort: EH/ERK/FW/SCH	20/30/45 UE
Gebühren erfragen	
(A2) English Business	
Ort: EH	30 UE
85,20 € erm. 60,54 €	
(A1 - B1) Englisch am Tage	verschiedene Kurse
Ort: EH/ERK/FW/SCH	20/30 UE
Gebühren erfragen	
(A1 - A2) Polnisch Start-, Grund-, Mittelstufe und Auffrischung	verschiedene Kurse
Ort: EH/FW	30/45 UE
Gebühren erfragen	
(A1 - A2) Französisch Start- und Grundstufe, Auffrischung	verschiedene Kurse
Ort: EH/ERK/FW	30/45 UE
Gebühren erfragen	
(B1) Französisch Konversation und Auffrischung	verschiedene Kurse
Ort: ERK	10/30 UE
Gebühren erfragen	
(A1 - B1) Spanisch Startstufen, Konversation und Auffrischung	verschiedene Kurse
Ort: EH/ERK/FW	30/45 UE
Gebühren erfragen	
(A1 - B1) Italienisch Start-, Grund- und Mittelstufe	verschiedene Kurse
Ort: EH/ERK/FW	45 UE
126,30 € erm. 89,31 €	
(A1 - A2) Russisch Startstufe und Auffrischung	verschiedene Kurse/auch Aktiv
Ort: EH/FW	20/30 UE
Gebühren erfragen	
(A1) Schwedisch für die Reise - Grundlagen/Aufbau	Aktiv
Ort: FW	20 UE
112,60 € erm. 79,72 €	
(A1 - B1) Deutsch als Zweitsprache - Integrationskurs	verschiedene Module
Ort: FW	100 UE
Gebühren erfragen	
(A1 - A2) Deutsch als Zweitsprache - Start- und Grundstufen 1 und 2	
Ort: EH/ERK/FW	100 UE
277,00 € erm. 194,80 €	
(B1 - C1) Deutsch als Zweitsprache - Mittel-, Oberstufen und C1	
Ort: EH/ERK/FW	100 UE
277,00 € erm. 194,80 €	



Grundbildung



Kofinanziert von der Europäischen Union

Die Grundbildung vermittelt und erweitert Techniken und Fähigkeiten, die grundlegend für die Teilhabe an der Gesellschaft insbesondere am Arbeitsleben und für alles Lernen sind. In kleinen Kursgruppen wird Grundbildung vor allem in den Bereichen Lesen, Schreiben und Rechnen vermittelt - in zwangloser Atmosphäre, auf den Einzelnen abgestimmt und ohne Zeitdruck.

Aber auch andere grundlegende Kompetenzen muss der Mensch zur Bewältigung der Anforderungen des Alltagslebens beherrschen: Computer und Internet, soziale Fähigkeiten und Lernmethoden, Orientierungswissen Politik, Basiswissen Englisch, Grundwissen in den Bereichen Familie, Gesundheit und Soziales sowie Recht und Finanzen, aber auch Nachhaltige Entwicklung und Umwelt.

An den Standorten der Volkshochschule werden regelmäßig Grundbildungskurse angeboten. Die Kurse sind kostenfrei.

Persönliche Beratung erhalten Sie bei der Leitung des Grundbildungszentrums:
Frau Mentowski ☎ 0152 56 65 72 74 ✉ gbz@vhs-los.de

Gefördert durch das MBSJ und MDJEV aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Landes Brandenburg – Investition in Ihre Zukunft.