

srpski english
suomalainen svensk
português italiano
русский český
italiano español български
suomalainen svensk
deutsch ελληνικός
FRANÇAIS polski Türkçe český
POLSKI SRPSKI magyar dansk
norsk ελληνικός HRVATSKI español
български SLOVENSKI SUOMALAINEN
česky english italiano norsk svensk
PORTUGUÊS srpski POLSKI nederlands
suomalainen svensk русский
norsk magyar polski
česky español SRPSKI
français português
italiano



VHS BRIGITTENAU

Kursprogramm Herbst Teil 1

21. Sept. – 8. Nov. 2020



SPRACHEN 3

GESUNDHEIT | BEWEGUNG 9

KUNST | KREATIVITÄT | HANDWERK 13

PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG 14

POLITIK | GESELLSCHAFT | KULTUR 14

WIRTSCHAFT | MANAGEMENT 15

KINDER | ELTERN 16

Sofern nicht anders angegeben, finden die Kurse in der VHS Brigittenau, 1200, Raffaelgasse 11 statt!



BRIGITTENAU SO ERREICHEN SIE UNS:

Raffaelgasse 11–13, 1200 Wien
 T: +43 89 174–120 000
 F: +43 89 174–320 000
 E: brigittenau@vhs.at
 www.vhs.at/brigittenau

Öffnungszeiten Kund*innenservice:
 Mo–Fr 9:00–19:00



U-Bahn: U6
 Straßenbahn: 5, 33
 Autobus: 5A, 5B, 37A



Foto: Henisch



Foto: Perframer

Liebe Wienerinnen und Wiener, Bildung ist der Schlüssel, um auch in turbulenten Zeiten den eigenen Weg zu finden – das wurde in den letzten Monaten besonders deutlich. In Wien sorgen wir dafür, dass niemand zurückgelassen wird und gute, leistbare Bildung für alle zur Verfügung steht. Lebensbegleitendes Lernen ist in dieser Stadt keine leere Worthülse: Von der Gratis Lernhilfe der „Förderung 2.0“ über vielfältige Weiterbildungen bis hin zu speziellen Kursen für Senior*innen gibt es in Wien hochwertige Bildung für jedes Alter. Das legt den Grundstein für Chancengleichheit in allen Lebensbereichen.

Die Wiener Volkshochschulen haben auch während Corona ihr Kursprogramm weiterhin den Wiener*innen bereitgestellt und bewiesen, dass Offenheit für Neues und Mut zur Flexibilität entscheidend sind, um Krisen erfolgreich zu meistern.

Nützen auch Sie diese besondere Zeit, um sich weiterzuentwickeln, Talente und Leidenschaften an sich zu entdecken oder Fähigkeiten zu schulen, die Sie im Job voranbringen. Egal, ob Sie eine neue Sprache lernen wollen, Ihre Fitness verbessern, aktuelle Anwendungen im Computer- und Multimediabereich kennenlernen oder Ihre Kreativität entfalten wollen: Die Wiener Volkshochschulen bieten auch im Herbst „mit Abstand die beste Bildung“ und helfen bei der persönlichen Entwicklung oder dem beruflichen Weiterkommen.

Um flexibel zu bleiben und auf sich ändernde Rahmenbedingungen reagieren zu können, werden Semesterkurse zweigeteilt. Auch Kurse mit „Heimvorteil“, bei denen Sie bei Bedarf Einheiten von zuhause aus besuchen können, sind diesmal im Programm.

Lassen Sie sich von den Angeboten auf den folgenden Seiten inspirieren und finden Sie das Richtige für sich. Wir wünschen Ihnen viel Freude und Erfolg beim Besuch der Wiener Volkshochschulen!

Mag. Jürgen Czernohorszky
 Stadtrat für Bildung und Integration

Christian Deutsch
 Aufsichtsratsvorsitzender der Wiener Volkshochschulen

In diesem Programm finden Sie verschiedene Symbole neben den Kursbeschreibungen – hier eine kurze Erklärung dazu.

| | | | |
|--|--|---|--|
|  | Dieser Kurs findet zu fixen Zeiten online statt. Die eigene technische Ausrüstung ist dafür Voraussetzung. |  | Alle Kurse mit diesem Logo richten sich speziell an Menschen über 60 Jahre. |
|  | Eine Karte – großes Angebot: Mit der VHS Fitnesskarte (€ 160,00) können Sie eine Auswahl der gekennzeichneten Kurse besuchen. Details unter www.vhs.at/fitnesskarte . |  | Kurse mit diesem Logo werden in exklusiven Kleingruppen mit 4 bis 5 Personen veranstaltet. |
|  | Intensivkurs mit 3 Unterrichtseinheiten (UE) in der Woche |  | Für diesen Kurs gilt der AK Wien Bildungsgutschein. Weitere Infos am Servicetelefon unter 0800/311 311. |
|  | Ein Kurs für Kinder nur in Begleitung Erwachsener. |  | Heimvorteil: Dieser Kurs findet in der VHS statt, kann aber bei Bedarf auch online besucht werden. Die eigene technische Ausrüstung ist dafür Voraussetzung. |

IMPRESSUM

Kursprogramm Herbst 2020 Teil 1 der Wiener Volkshochschulen, Ausgabe VHS Brigittenau / Erscheinungsort: Wien / Herausgeber, Medieninhaber: Die Wiener Volkshochschulen GmbH, Lustkandlgasse 50, 1090 Wien / Für den Inhalt verantwortlich: Herbert Schweiger, Geschäftsführer; Karl Dwulit, Direktor VHS Brigittenau / Grafik: Michaela Adler | Cover: Michaela Adler; Foto: freepik.com / Fotos (wenn nicht anders angegeben): August Lechner, Johannes Zinner, Lena Horvath / Druck: Walstead Leykam Druck GmbH & Co KG, Bickfordstraße 21, 7201 Neudörfel, Austria / Änderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten.

AGBS

Die AGBs finden Sie unter www.vhs.at/agb



Deutschkurse

DEUTSCHKURSE (DAZ)

Deutsch A1



20.82369 € 368,00
21. Sep–5. Nov / Mo, Di, Mi, Do 18:00–21:00 80 UE / 27 x / 7–9 TN

Deutsch A1+



20.82371 € 368,00
21. Sep–5. Nov / Mo, Di, Mi, Do 18:00–21:00 80 UE / 27 x / 7–9 TN

Deutsch A2



20.68273 € 368,00
21. Sep–5. Nov / Mo, Di, Mi, Do 18:00–21:00 80 UE / 27 x / 7–9 TN

Deutsch A2



20.68275 € 368,00
21. Sep–5. Nov / Mo, Di, Mi, Do 09:00–12:00 80 UE / 27 x / 7–9 TN

Deutsch A2 Fokus Schreiben und Grammatik



20.68279 € 138,00
22. Sep–24. Nov / Di 18:00–21:00 30 UE / 10 x / 7–9 TN

Deutsch A2+



20.82373 € 368,00
21. Sep–5. Nov / Mo, Di, Mi, Do 18:00–21:00 80 UE / 27 x / 7–9 TN

Deutsch B1



20.68274 € 368,00
21. Sep–5. Nov / Mo, Di, Mi, Do 18:00–21:00 80 UE / 27 x / 7–9 TN

Deutsch B1



20.68276 € 368,00
21. Sep–5. Nov / Mo, Di, Mi, Do 09:00–12:00 80 UE / 27 x / 7–9 TN

Deutsch B1 Fokus Sprechen



20.68282 € 138,00
21. Sep–21. Okt / Mo, Mi 18:00–21:00 30 UE / 10 x / 7–9 TN

Kreatives Schreiben für Deutschlernende B1/B2



Finden Sie Ihre deutsche Sprache!

Ob Sie die deutsche Sprache gelegentlich belustigt, ärgert oder erstaut – zeigen Sie es ihr! Dieser Kurs folgt der Idee, dass niemand das Deutsche beherrscht, sondern wir es alle auf unsere individuelle Art verwenden. Was also hält Sie davon ab, ein Gedicht, eine Kurzgeschichte oder eine Theaterszene auf Deutsch zu schreiben?

Sie können Sprachregeln befolgen oder missachten, das Deutsche und Ihre Muttersprache zusammenbringen, Sie können reimen oder Sätze abbrechen lassen. Die Kursleiterin wird Ihnen wöchentlich mit kreativen Schreibaufgaben Impulse geben und Sie dabei unterstützen, Formen zu finden für das, was Sie sagen möchten. Ihre persönliche Geschichte erzählen – das können schließlich nur Sie selbst. Am Ende des Kurses wird eine freiwillige gemeinsame Aufführung stehen. Die Kursleiterin ist Autorin, Journalistin und DaZ-Trainerin.

20.82195 Mareike Boysen € 64,40
21. Sep–9. Nov / Mo 18:00–20:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

Deutsch B1 Schreiben und Grammatik



20.68281 € 138,00
24. Sep–26. Nov / Do 18:00–21:00 30 UE / 10 x / 7–9 TN

Deutsch B1+



20.68370 € 368,00
21. Sep–5. Nov / Mo, Di, Mi, Do 18:00–21:00 80 UE / 27 x / 7–9 TN

Deutsch B2



20.68371 € 368,00
21. Sep–5. Nov / Mo, Di, Mi, Do 18:00–21:00 80 UE / 27 x / 7–9 TN

Deutsch B2 Fokus Schreiben und Grammatik



20.68372 € 138,00
23. Sep–25. Nov / Mi 18:00–21:00 30 UE / 10 x / 7–9 TN

Deutsch C1



20.68369 € 432,00
22. Sep–7. Jan / Di, Do 18:00–21:00 80 UE / 27 x / 7–9 TN

Deutsch C1 Fokus Schreiben und Grammatik



20.68277 € 162,00
23. Sep–23. Okt / Mi, Fr 18:00–21:00 30 UE / 10 x / 7–9 TN

Deutsch C1/C2 Fokus Wirtschaftsdeutsch



20.68360 € 95,00
25.–27. Sep / Fr 18:00–21:00, Sa 14:00–17:00,
So 10:00–14:00 10 UE / 3 x / 4–5 TN

Wiener Dialekt

Geschichten, Lieder, Abgründiges im Wiener Dialekt in einem originalen Wiener Restaurant. Bestellungen à la Carte sind möglich, aber nicht inkludiert. Keine Konsumationspflicht.

Teilnahmevoraussetzung: Sie haben die Lernziele von B2 erreicht.

20.55353 Otto Luif € 54,00
7. Okt–10. Feb / Mi 19:00–21:00 10 UE / 5 x / 7–9 TN

Deutsch A2 ÖSD Integrationsprüfung

Zertifikat ÖSD A2 IP

20.75992 € 115,00
25. Sep / Fr 09:00–17:00 8 UE / 1 x / 5–8 TN

20.75995 € 115,00
23. Okt / Fr 09:00–17:00 8 UE / 1 x / 5–8 TN

Deutsch B1 ÖSD Integrationsprüfung

Zertifikat ÖSD B1 IP

20.76002 € 115,00
25. Sep / Fr 09:00–17:00 8 UE / 1 x / 5–8 TN

20.76003 € 115,00
23. Okt / Fr 09:00–17:00 8 UE / 1 x / 5–8 TN

Deutsch B2 ÖSD Prüfung

Zertifikat B2 (ÖSD ZB2)

20.76009 € 143,00
26. Sep / Sa 09:00–17:00 8 UE / 1 x / 5–9 TN

20.76013 € 143,00
24. Okt / Sa 09:00–17:00 8 UE / 1 x / 5–9 TN

Deutsch C1 ÖSD Prüfung

Zertifikat C1 (ÖSD ZC1)

20.76017 € 157,00
26. Sep / Sa 09:00–17:00 8 UE / 1 x / 5–9 TN

20.76018 € 157,00
24. Okt / Sa 09:00–17:00 8 UE / 1 x / 5–9 TN

Deutsch C2 ÖSD Prüfung

Zertifikat C2/Wirtschaftssprache Deutsch (ÖSD ZC2/WD)

20.76021 Georg Jurkovits € 169,00
26. Sep / Sa 09:00–17:00 8 UE / 1 x / 5–9 TN

20.76022 € 169,00
24. Okt / Sa 09:00–17:00 8 UE / 1 x / 5–9 TN

Fremdsprachen

AFRIKAANS

Afrikaans A1

20.82406 € 118,70
25. Sep–6. Nov / Fr 17:00–18:30 10,5 UE / 7 x / 4–5 TN



ALBANISCH

Albanisch A1 Teil 1

20.79031 Flonja Stadlbauer € 105,00
22. Sep–3. Nov / Di 18:30–20:30 14 UE / 7 x / 6–9 TN

AMHARISCH

Amharisch A1

20.79025 Dr. Desta Alemu € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

ARABISCH

Arabisch A1 Teil 1

20.79029 Hassaan Noseir, BA € 78,80
24. Sep–5. Nov / Do 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Arabisch A1+ Teil 1

20.79027 Hassaan Noseir, BA € 78,80
24. Sep–5. Nov / Do 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

BULGARISCH

Bulgarisch A1 Teil 1

20.79035 Aneta Geranlieva, BA € 78,80
6. Okt–17. Nov / Di 19:00–20:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Bulgarisch A1+ Teil 1

20.79036 Aneta Geranlieva, BA € 78,80
6. Okt–17. Nov / Di 17:30–19:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

CHINESISCH

Chinesisch A1 Teil 1

intensiv

20.78245 Liu Kuan-Hsien, MEd € 157,50
24. Sep–5. Nov / Do 18:00–21:00 21 UE / 7 x / 6–9 TN

Chinesisch A1+ Teil 1

intensiv

20.78348 Liu Kuan-Hsien, MEd € 157,50
23. Sep–4. Nov / Mi 18:00–21:00 21 UE / 7 x / 6–9 TN

DÄNISCH

Dänisch A1 Teil 1

20.80624 € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 17:00–18:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Dänisch A1+ Teil 1

20.80628 € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 19:00–20:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

ENGLISCH

Englisch Kursberatung

Im Rahmen unserer kostenlosen Sprachberatung und Einstufung erhalten Sie

- detaillierte Informationen zu unserem Sprachenangebot,
 - Tipps zum Sprachenlernen
 - und die Möglichkeit einer Einstufung Ihrer Sprachkenntnisse.
- Wir bitten um Voranmeldung!

20.82409 Brigitta Schwarzenberger kostenlos
18. Sep / Fr 16:30–18:30 2 UE / 1 x / 1–9 TN

20.82410 Brigitta Schwarzenberger kostenlos
25. Sep / Fr 16:30–18:30 2 UE / 1 x / 1–9 TN

Englisch A1/A1+ Teil 1

Für Wiedereinsteiger*innen

20.81018 Brigitta Schwarzenberger € 67,50
23. Sep–28. Okt / Mi 09:00–10:30 9 UE / 6 x / 6–9 TN

Englisch A1+ Teil 1

20.81013 Brigitta Schwarzenberger € 67,50
21. Sep–2. Nov / Mo 17:00–18:30 9 UE / 6 x / 6–9 TN

Englisch A2 Teil 1



20.68365 Brigitta Schwarzenberger € 90,00
22. Sep–27. Okt / Di 17:00–19:00 12 UE / 6 x / 6–9 TN

Englisch A2+

20.81019 Brigitta Schwarzenberger € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 10:30–12:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Englisch A2+ Teil 1

Easy Conversation

20.81030 Brigitta Schwarzenberger € 67,50
25. Sep–30. Okt / Fr 09:00–10:30 9 UE / 6 x / 6–9 TN

Englisch B1 Teil 1



für Alltag und Beruf

20.68366 Brigitta Schwarzenberger € 97,20
22. Sep–27. Okt / Di 19:00–21:00 12 UE / 6 x / 6–9 TN

Englisch B1 Teil 1

20.82058 Alexandra Kutschera € 78,80
22. Sep–3. Nov / Di 11:00–12:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Englisch B1 Teil 1

plus 60

60+

20.81017 Brigitta Schwarzenberger € 67,50
29. Sep–3. Nov / Di 10:30–12:00 9 UE / 6 x / 6–9 TN

Englisch B1/B1+ Teil 1

Get your grammar right

„Simple or Continuous?“, „Active or Passive?“, „Reported Speech“
This course aims to revise basic grammar concepts in relevant communicative contexts.

20.81029 Brigitta Schwarzenberger € 67,50
23. Sep–28. Okt / Mi 19:30–21:00 9 UE / 6 x / 6–9 TN

Englisch B1+

20.81015 Brigitta Schwarzenberger € 78,80
6. Okt–17. Nov / Di 09:00–10:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Englisch B1+ Teil 1

Konversation 60+

plus
60

20.81033 Brigitta Schwarzenberger € 78,80
25. Sep–6. Nov / Fr 10:30–12:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Englisch B1+/B2 Communication Skills Teil 1

für Alltag und Beruf

20.68367 Brigitta Schwarzenberger € 97,20
24. Sep–29. Okt / Do 17:30–19:30 12 UE / 6 x / 6–9 TN

Englisch B2 Teil 1

20.81014 Brigitta Schwarzenberger € 67,50
21. Sep–2. Nov / Mo 19:00–20:30 9 UE / 6 x / 6–9 TN

FINNISCH

Finnisch A1 Teil 1

20.80629 Ilona Anna Kaarina Sickl, BA € 118,70
5. Okt–23. Nov / Mo 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 4–5 TN

Finnisch A1+ Teil 1

20.80640 Ilona Anna Kaarina Sickl, BA € 118,70
6. Okt–17. Nov / Di 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 4–5 TN

Finnisch B1+ Teil 1

20.80643 Ilona Anna Kaarina Sickl, BA € 118,70
7. Okt–18. Nov / Mi 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 4–5 TN

FRANZÖSISCH

Französisch A1 Teil 1

20.82376 € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Französisch A1+ Teil 1

20.82378 € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Französisch A2 Onlinekurs

Frankreich & Kino

Nähern Sie sich der Filmkultur, sehen Sie sich interessante Filmausschnitte an und lernen Sie dabei Französisch!

20.82192 Olivier Garmy, MA € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–15 TN

Französisch in der Mittagspause A2

Onlinekurs

Refresh Express

Ein Kurs, bei dem in kurzen Unterrichtseinheiten die Grundlagen der französischen Sprache auf spielerische Art wiederholt und vertieft werden.

20.82183 Olivier Garmy, MA € 75,00
21. Sep–21. Okt / Mo, Mi 11:45–12:45 10 UE / 10 x / 6–15 TN

Petit déjeuner en français A2+/B1 Onlinekurs

Beginnen Sie den Tag mit einem Croissant, Kaffee und etwas Französisch! Erfrischen Sie Ihren Geist mit praktischen Übungen zur Konversation.

20.82191 Olivier Garmy, MA € 78,80
25. Sep–6. Nov / Fr 09:00–10:30 10,5 UE / 7 x / 6–15 TN

Französisch A2+ Teil 1

20.79051 Mag.^a Sabine Rothpüller € 78,80
24. Sep–5. Nov / Do 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Französisch B1 Teil 1

20.82380 € 78,80
21. Sep–9. Nov / Mo 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

GRIECHISCH

Griechisch A1 Teil 1

20.80616 Mag.^a Sofie Firtinidis € 118,70
24. Sep–5. Nov / Do 17:30–19:00 10,5 UE / 7 x / 4–5 TN

Griechisch A2+ Teil 1

20.80621 Mag.^a Sofie Firtinidis € 118,70
24. Sep–5. Nov / Do 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 4–5 TN

HINDI

Hindi A1

20.81041 Ramchandra Digwal, BA € 158,20
25. Sep–6. Nov / Fr 19:00–21:00 14 UE / 7 x / 4–5 TN

IRISCH

Irisch A1

20.82382 Mag.^a Theresa-Susanna Illes € 101,70
22. Sep–27. Okt / Di 18:00–19:30 9 UE / 6 x / 4–5 TN

ITALIENISCH

Italienisch Beratung und Einstufung

Im Rahmen unserer kostenlosen Sprachberatung und Einstufung erhalten Sie

- detaillierte Informationen zu unserem Sprachenangebot,
 - Tipps zum Sprachenlernen
 - und die Möglichkeit einer Einstufung Ihrer Sprachkenntnisse.
- Wir bitten um Voranmeldung!

20.82413 Irmgard Golemiec **kostenlos**
15. Sep / Di 16:00–17:30 1,5 UE / 1 x / 1–9 TN

Italienisch A1

20.78332 Mag. Gian Nicola Enna € 105,00
25. Sep–6. Nov / Fr 10:00–12:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

Italienisch A1 Teil 1

20.78336 Mag. Gian Nicola Enna € 78,80
24. Sep–5. Nov / Do 15:30–17:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Italienisch A1++

20.82391 Irmgard Golemiec € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 09:00–10:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

20.78343 Natascia Caltagirone-Kammerer € 78,80
21. Sep–9. Nov / Mo 11:00–12:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Italienisch A2

20.82392 € 78,80
24. Sep–5. Nov / Do 17:00–18:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Italienisch B1

20.78341 Mag.^a Roswitha Braun € 78,80
22. Sep–3. Nov / Di 10:30–12:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Italienisch B2 Teil 1

20.82411 Irmgard Golemiac € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 10:30–12:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Italienisch C1

20.78342 Natascia Caltagirone-Kammerer € 78,80
21. Sep–9. Nov / Mo 09:00–10:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

L'italiano per l'abbigliamento

Italienisch in der Welt der Mode. Alles, was Sie über Schuhe, Kleidung und Accessoires wissen müssen.

20.81656 Dr. Leonardo Mazzei € 105,00
23. Sep–2. Dez / Mi 17:30–21:00 14 UE / 4 x / 6–9 TN

JAPANISCH

Japanisch JLPT N1 Prüfungsvorbereitung
Japanese-Language Proficiency Test N1

20.73281 Mag. Akio Yokoyama € 91,40
16. Okt–27. Nov / Fr 17:30–19:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Japanisch JLPT N2 Prüfungsvorbereitung
Onlinekurs

Japanese-Language Proficiency Test N2

20.73284 Mag. Akio Yokoyama € 91,40
21. Okt–2. Dez / Mi 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–15 TN

Japanisch JLPT N3 Prüfungsvorbereitung
Onlinekurs

Japanese-Language Proficiency Test N3

20.73285 Mag. Akio Yokoyama € 91,40
22. Okt–3. Dez / Do 16:30–18:00 10,5 UE / 7 x / 6–15 TN

Japanisch JLPT N4 Prüfungsvorbereitung
Onlinekurs

Japanese-Language Proficiency Test N4

20.73289 Mag. Akio Yokoyama € 39,20
30. Okt–27. Nov / Fr 16:00–17:30 4,5 UE / 3 x / 6–15 TN

Japanisch JLPT N5 Prüfungsvorbereitung
Onlinekurs

Japanese-Language Proficiency Test N5

20.73287 Mag. Akio Yokoyama € 39,20
23. Okt–20. Nov / Fr 16:00–17:30 4,5 UE / 3 x / 6–15 TN

Japanisch A1

20.82023 Mag. Akio Yokoyama € 78,80
21. Sep–9. Nov / Mo 16:30–18:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

20.81886 Mag. Akio Yokoyama € 78,80
5. Okt–23. Nov / Mo 16:30–18:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Japanisch A1+

20.81888 Mag. Akio Yokoyama € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 16:30–18:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

20.81893 Mag. Akio Yokoyama € 78,80
28. Sep–16. Nov / Mo 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Japanisch A1+ / A1++ Onlinekurs

20.81806 Mag. Akio Yokoyama € 78,80
22. Sep–3. Nov / Di 16:30–18:00 10,5 UE / 7 x / 6–15 TN

Japanisch A1++ Onlinekurs

20.81817 Mag. Akio Yokoyama € 78,80
22. Sep–3. Nov / Di 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–15 TN

Japanisch A2 Onlinekurs

20.81807 Mag. Akio Yokoyama € 78,80
22. Sep–3. Nov / Di 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–15 TN

Japanisch A2+ / A2++ Onlinekurs

20.81814 Mag. Akio Yokoyama € 78,80
21. Sep–9. Nov / Mo 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–15 TN

Japanisch A2++

20.81813 Mag. Akio Yokoyama € 78,80
24. Sep–5. Nov / Do 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Japanisch B2+

20.81810 Mag. Akio Yokoyama € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Japanisch C1 Onlinekurs

20.81820 Mag. Akio Yokoyama € 78,80
24. Sep–5. Nov / Do 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–15 TN

日本語能力試験
JLPT Japanese-Language Proficiency Test

JAPANESE-LANGUAGE PROFICIENCY TEST (JLPT)

Der Japanese Language Proficiency Test (JLPT) ist ein offizieller Test zur Feststellung und zum Nachweis der Japanisch Sprachkenntnisse von Nicht-MuttersprachlerInnen. Die Prüfung kann je nach Kenntnisstand auf fünf verschiedenen Schwierigkeitsstufen absolviert werden.

N5 (niedrigstes Level) **N4 N3 N2 N1** (höchstes Level)

Nächster Prüfungstermin: Sonntag, 06.12.2020

Prüfungsgebühr für alle Niveaus: € 78,00
Genauere Informationen finden Sie auf unserer Homepage
<http://www.vhs.at/JLPT>

KOREANISCH

Koreanisch A1 Onlinekurs
Schnupperkurs

20.82290 **kostenlos**
17. Sep / Do 17:00–18:00 1 UE / 1 x / 6–15 TN

Koreanisch A1 Teil 1

20.81797 € 105,00
22. Sep–3. Nov / Di 18:00–20:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

Koreanisch A1+ Teil 1

20.81801 € 105,00
22. Sep–3. Nov / Di 18:00–20:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

KROATISCH
Bosnisch-Kroatisch-Serbisch (BKS) A1 Teil1

20.81787 € 78,80
22. Sep–3. Nov / Di 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Bosnisch-Kroatisch-Serbisch (BKS) A1+ Teil 1


20.81788 € 78,80
22. Sep–3. Nov / Di 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Bosnisch-Kroatisch-Serbisch (BKS) B1 Teil 1

20.81785 € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

MONGOLISCH
Mongolisch A1

20.79972 Otgonbayar Chuluunbaatar, MA € 78,80
29. Sep–10. Nov / Di 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Mongolisch A2/B1 Konversation 

20.79971 Otgonbayar Chuluunbaatar, MA € 118,70
28. Sep–16. Nov / Mo 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 4–5 TN

NEPALESISCH
Nepalesisch A1 

20.81042 Rudra Prasad Chudal, MA € 158,20
23. Sep–4. Nov / Mi 17:30–19:30 14 UE / 7 x / 4–5 TN

NIEDERLÄNDISCH
Niederländisch A1+

20.81804 € 105,00
23. Sep–4. Nov / Mi 17:00–19:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

Niederländisch A1

20.81802 € 105,00
23. Sep–4. Nov / Mi 19:00–21:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

NORWEGISCH
Norwegisch A1 Teil 1

20.81884 € 105,00
23. Sep–4. Nov / Mi 17:00–19:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

Norwegisch A1+ Teil 1

20.81882 € 105,00
23. Sep–4. Nov / Mi 19:00–21:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

PERSISCH
**Persisch A1 Onlinekurs
Schnupperkurs** 

20.82292 kostenlos
17. Sep / Do 17:00–18:00 1 UE / 1 x / 6–15 TN

Persisch (Farsi) A1

20.79973 Mohammadreza Mowlaei € 105,00
29. Sep–10. Nov / Di 16:30–18:30 14 UE / 7 x / 6–9 TN

Persisch (Farsi) A1+

20.79974 Mohammadreza Mowlaei € 105,00
6. Okt–17. Nov / Di 19:00–21:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

Persisch (Farsi) A2

20.79975 Mohammadreza Mowlaei € 105,00
30. Sep–11. Nov / Mi 17:00–19:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

PILIPINO/ FILIPINO
Filipino (Tagalog) A1 Teil 1

20.81790 € 105,00
24. Sep–5. Nov / Do 18:00–20:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

Filipino (Tagalog) A1+ Teil 1

20.81791 € 105,00
23. Sep–4. Nov / Mi 18:00–20:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

POLNISCH
Polnisch A1

20.81793 € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Polnisch A1+

20.81794 € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

PORTUGIESISCH (EUROPA)
**Portugiesisch A1 Onlinekurs
Schnupperkurs** 

20.82288 kostenlos
17. Sep / Do 18:00–19:00 1 UE / 1 x / 6–15 TN

Portugiesisch A1

20.78340 Mag. Gian Nicola Enna € 105,00
24. Sep–5. Nov / Do 17:00–19:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

RUSSISCH
**Russisch A1 Onlinekurs
Schnupperkurs** 

20.82289 kostenlos
17. Sep / Do 17:00–18:00 1 UE / 1 x / 6–15 TN

Russisch A1 Teil 1

20.82407 € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Russisch A1++

20.79044 Mag.ª Sabine Rothpuller € 78,80
22. Sep–3. Nov / Di 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Russisch A2

20.82065 Mag.ª Sabine Rothpuller € 105,00
21. Sep–9. Nov / Mo 18:00–20:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

Russisch A2+

20.79045 Mag.ª Sabine Rothpuller € 78,80
22. Sep–3. Nov / Di 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Russisch B1

20.79048 Mag.ª Sabine Rothpuller € 78,80
24. Sep–5. Nov / Do 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

SANSKRIT

Sanskrit A1

20.81039 Ramchandra Digwal, BA  € 158,20
25. Sep–6. Nov / Fr 16:30–18:30 14 UE / 7 x / 4–5 TN

SCHWEDISCH


Schwedisch A1 Teil 1

20.82393 Gabriele Skorupa, BA € 67,50
22. Sep–27. Okt / Di 19:00–20:30 9 UE / 6 x / 6–9 TN

Schwedisch A1+ Teil 1


20.82395 Gabriele Skorupa, BA € 67,50
22. Sep–27. Okt / Di 17:30–19:00 9 UE / 6 x / 6–9 TN

Schwedisch C1 Teil 1

20.82389 Britt-Marie Hämmerle  € 101,70
23. Sep–28. Okt / Mi 18:00–19:30 9 UE / 6 x / 4–5 TN

SLOWAKISCH

Slowakisch A1 Onlinekurs Schnupperkurs

20.82291  kostenlos
17. Sep / Do 17:00–18:00 1 UE / 1 x / 6–15 TN

Slowakisch A1


20.82374 Andrea Kozuchova € 78,80
21. Sep–9. Nov / Mo 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Slowakisch A1+

20.82375 Andrea Kozuchova € 78,80
21. Sep–9. Nov / Mo 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

SPANISCH

Spanisch A1 Onlinekurs Schnupperkurs

20.82287  kostenlos
17. Sep / Do 17:00–18:00 1 UE / 1 x / 6–15 TN

Spanisch A1

20.78327 Mag. Adrián Artacho, MA € 105,00
12. Okt–30. Nov / Mo 19:00–21:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

Spanisch A1+ Teil 1 Blended Learning

20.78312 Mag. Adrián Artacho, MA € 78,80
15. Okt–26. Nov / Do 17:30–19:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN




WIENER TAG DER BILDUNG!

Am 17.09.2020 finden folgende Schnupperkurse online statt


| | | |
|----------|------------------|-------------|
| 20.82287 | Spanisch A1 | 17:00–18:00 |
| 20.82291 | Slowakisch A1 | 17:00–18:00 |
| 20.82289 | Russisch A1 | 17:00–18:00 |
| 20.82288 | Portugiesisch A1 | 18:00–19:00 |
| 20.82292 | Persisch A1 | 17:00–18:00 |
| 20.82290 | Koreanisch A1 | 17:00–18:00 |

Anmeldungen bis 16.09.2020 per E-Mail an:
brigittenu@vhs.at


Spanisch A2 Onlinekurs

20.78318 Mag. Adrián Artacho, MA  € 78,80
13. Okt–24. Nov / Di 17:30–19:00 10,5 UE / 7 x / 6–15 TN


Spanisch A2+ Onlinekurs

20.78321 Mag. Adrián Artacho, MA  € 78,80
13. Okt–24. Nov / Di 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–15 TN

Spanisch B1/B1+ Onlinekurs

20.78323 Mag. Adrián Artacho, MA  € 78,80
12. Okt–30. Nov / Mo 17:00–18:30 10,5 UE / 7 x / 6–15 TN

¡Hablemos de Tango! B1/B2 Onlinekurs Konversation

20.82388 Jorge Ramiro Rodriguez Loayza  € 78,80
25. Sep–6. Nov / Fr 19:00–20:30 10,5 UE / 7 x / 6–15 TN

Spanisch B2 Blended Learning

20.78315 Mag. Adrián Artacho, MA € 78,80
15. Okt–26. Nov / Do 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

SUAHELI

Suaheli A1 Teil 1

20.82384 Alfred Sungi € 67,50
23. Sep–28. Okt / Mi 19:30–21:00 9 UE / 6 x / 6–9 TN

Suaheli A1+ Teil 1

20.82386 Alfred Sungi € 67,50
23. Sep–28. Okt / Mi 18:00–19:30 9 UE / 6 x / 6–9 TN

THAILÄNDISCH

Thailändisch A1

20.80191 Thanakon Tiwawong, MA € 105,00
24. Sep–5. Nov / Do 17:00–19:00 14 UE / 7 x / 6–9 TN

Thailändisch A1+

20.80197 Thanakon Tiwawong, MA € 105,00
25. Sep–6. Nov / Fr 17:30–19:30 14 UE / 7 x / 6–9 TN

Thailändisch A2

20.80195 Thanakon Tiwawong, MA € 78,80
24. Sep–5. Nov / Do 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

TSCHECHISCH

Tschechisch A1

20.82068 € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Tschechisch B2 Konversation

20.82072 € 78,80
21. Sep–9. Nov / Mo 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Tschechisch B2+ Konversation

20.82071 € 78,80
22. Sep–3. Nov / Di 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Tschechisch C2

20.82070 Mag. Jaroslav Valicek € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

TÜRKISCH

Türkisch A1

20.82405 Mag.^a Emel Hackermüller € 78,80
24. Sep–5. Nov / Do 17:30–19:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

UNGARISCH

Ungarisch A1

20.82402 € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Ungarisch A1+

20.82403 € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Ungarisch A2

20.82404 € 78,80
21. Sep–9. Nov / Mo 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Ungarisch C2 Teil 1


20.82400 € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 19:00–20:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

VIETNAMESISCH


Vietnamesisch A1

20.82397 Thi Huyen Nguyen € 118,70
7. Okt–18. Nov / Mi 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 4–5 TN 

Vietnamesisch A1+

20.82398 Thi Huyen Nguyen € 118,70
7. Okt–18. Nov / Mi 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 4–5 TN 

Vietnamesisch A2++

20.82399 Thi Huyen Nguyen € 158,20
6. Okt–17. Nov / Di 19:00–21:00 14 UE / 7 x / 4–5 TN 

GESUNDHEIT | BEWEGUNG | KOCHKURSE



GESUNDHEITSTHEMEN

Meine Zukunft selbstbestimmt:

Patient*innenverfügung

Offener Workshop: Unterstützung auf dem Weg zur Patient*innenverfügung

In unserer Gesellschaft besteht wenig Wissen über Patient*innenverfügung (=Willenserklärung für den Fall der eigenen Entscheidungsunfähigkeit im Krankheitsfall). Dadurch entstehen konfliktreiche Situationen für Angehörige, sowie behandelnde Ärzte und Ärztinnen. Bei diesem Treffen gibt es ausführliche Informationen und Arbeitsunterlagen.

20.80511 **Kostenlos**
30. Okt / Fr 17:00–19:00 2 UE / 1 x / 4–9 TN

ENTSPANNUNGSMETHODEN

Stress weg – Entspannungstechniken kennenlernen

Welche Form der Entspannung ist die richtige für mich und wie gehe ich mit Stress am besten um? Hier werden Sie verschiedene Entspannungstechniken ausprobieren, um herauszufinden, welche die passende für Sie ist. Nach dem Kurs kennen Sie verschiedene Basistechniken zur Verringerung körperlicher und geistiger Anspannung sowie zur Stärkung der Konzentrationsfähigkeit, darunter Elemente des Autogenen Trainings, progressive Muskelentspannung und Qi Gong. Sie sind in der Lage, die für Sie passenden Techniken bei Bedarf anzuwenden. Dieser Kurs ist besonders für Einsteiger*innen geeignet.

20.80222 Esther Kaiser-Lorenz € 80,40
23. Sep–28. Okt / Mi 18:00–20:00 12 UE / 6 x / 6–9 TN

MASSAGE

Klassische Massage – Grundkurs

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, zwei große Badetücher, Massageöl und Hausschuhe!

20.80849 Ingrid Frank € 80,40
26.–27. Sep / Sa, So 10:00–16:00 12 UE / 2 x / 6–9 TN


ASIATISCHE BEWEGUNGSKULTUREN

Lach-Yoga

Eine Lachyoga-Einheit setzt sich aus diversen Atem-, Dehn-, Lockerungs- und natürlich Lachübungen zusammen. Ziel der Übungen ist es, aus dem anfangs künstlich herbeigeführten Lachen nach und nach echtes Lachen aus dem Bauch heraus zu erzeugen, um anschließend mit einem inneren Lächeln aus der Stunde zu gehen.


20.81590 Sigrid Hopf € 58,60
8. Okt–12. Jan / Di 18:00–19:15 8,75 UE / 7 x / 4–5 TN

Yoga 60+ – Teil 1

In diesem Kurs speziell für die Generation 60+ werden viele Körperübungen auch auf dem Stuhl ausgeführt. Die vielen Variationen machen es Anfänger*innen und Rückenschmerzpatient*innen genauso möglich Yoga gesund auszuführen. 


20.81388 Janine Nutz € 70,40
24. Sep–5. Nov / Do 14:00–15:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Yoga für Anfänger*innen und mäßig Fortgeschrittene – Teil 1

20.79343 Mag. Dr. Donia Lasinger € 70,40
22. Sep–10. Nov / Di 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN 

FUNKTIONELLE GYMNASTIK, SANFT & SCHONEND

Ausgleichsgymnastik fürs Büro – Teil 1

Nach dem Kurs sind Ihre unbeweglich gewordenen Körperpartien mobilisiert, schwächere Muskelgruppen gekräftigt und verkürzte gedehnt. Sie können im und außerhalb des Büroalltags eine korrekte Körperhaltung einnehmen und Verspannungen lösen. 

20.68042 Mag.^a Simin Ahmadi-Pandjaki € 70,40
21. Sep–9. Nov / Mo 16:45–18:15 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN
Schule, Wien 20., Treustraße 55, Treustraße 55, 1200 Wien

Beckenbodengymnastik – Teil 1

Dieses Aufbau-Training zur Stärkung der Beckenbodenmuskulatur trägt zu mehr Spannkraft im Alltag bei. Ziel: Sie beherrschen ein Übungsprogramm, das die Beckenbodenmuskulatur gezielt stärkt und das harmonische Zusammenspiel mit anderen Muskeln fördert. Sie können bei regelmäßiger Anwendung vielen Beschwerden des Beckenbodenbereichs entgegenwirken.

20.69951 Ursula Schmidtbauer € 70,40
23. Sep–4. Nov / Mi 15:30–17:00 10,5 UE / 7 x / 1–9 TN



Pilates – Teil 1

Dieses von Joseph Hubert Pilates Anfang 20. Jahrhunderts entwickelte Trainingskonzept setzt auf die gezielte Kräftigung der Körpermitte („Powerhouse“). Zentrale Elemente sind Atmung, Konzentration, Bewegungsfluss und die präzise Ausführung der Übungen, welche vor allem auch die tief liegende Muskeln trainieren. Kraft und Beweglichkeit, Balance und Haltung sind die Ziele dieses wirkungsvollen Trainings.

Anfänger*innen

20.77382 Elisabeth Kvarda € 46,90
24. Sep–5. Nov / Do 19:30–20:30 7 UE / 7 x / 1–9 TN



Fortgeschrittene

20.77374 Elisabeth Kvarda € 70,40
24. Sep–5. Nov / Do 17:30–19:00 10,5 UE / 7 x / 1–9 TN

Pilates – Teil 1

20.76534 Elfriede Seidl € 70,40
30. Sep–11. Nov / Mi 17:30–19:00 10,5 UE / 7 x / 1–9 TN



Rückenfit – Teil 1

20.80249 Mag.ª Simin Ahmadi-Pandjaki € 46,90
23. Sep–4. Nov / Mi 19:00–20:00 7 UE / 7 x / 6–9 TN

Schule, 1200, Greiseneckergasse 31

Rückenfit mit Mobilisations Training – Teil 1

Bewegungsmangel und einseitige Belastungen führen oft zu Verspannungen und Rückenbeschwerden. Rückenfit ist ein schonendes, aber effektives Ausgleichstraining zur Vermeidung dieser Beschwerden. Die Kräftigungs-, Dehnungs- und Beweglichkeitsübungen stärken die Muskulatur, fördern die Beweglichkeit und führen zu einer besseren Körperhaltung.

20.81634 Katrin Lenitz € 46,90
25. Sep–6. Nov / Fr 14:00–15:00 7 UE / 7 x / 6–9 TN

Sitzgymnastik – Teil 1

Sitzgymnastik ist ein Bewegungstraining, das Sie auf einem Sessel bzw. einer Matte sitzend ausüben. Denn auch im Sitzen kann man sich im Rahmen der eigenen Möglichkeiten fit halten. Schonende Übungen zum Dehnen und Kräftigen der Muskulatur, Beweglichkeitsübungen und ein sanftes Training des Herz-Kreislauf-Systems sorgen für einen wirkungsvollen Ausgleich auch bei eingeschränkter Mobilität. Sie erlernen im Kurs Übungen, die Sie auch zu Hause durchführen können. Bitte bequeme Kleidung und ein Handtuch mitbringen.

20.80258 Mag.ª Simin Ahmadi-Pandjaki € 70,40
22. Sep–3. Nov / Di 14:00–15:30 10,5 UE / 7 x / 1–9 TN



Wirbelsäulengymnastik – Teil 1

Die Übungen der Wirbelsäulengymnastik mobilisieren unbewegliche Körperpartien und fördern eine korrekte Haltung. Sie kräftigen schwächere und dehnen verkürzte Muskelgruppen.

20.80802 Mag.ª Gyulka Slavcheva € 70,40
22. Sep–3. Nov / Di 11:00–12:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

20.80588 Mag.ª Gyulka Slavcheva € 46,90
23. Sep–4. Nov / Mi 11:00–12:00 7 UE / 7 x / 1–9 TN



Emotional Moves – Teil 1

Fettverbrennung, Muskeltraining und Entspannung Emotional Moves ist ein einzigartiges Trainingskonzept, das Fettverbrennung und sanftes Muskeltraining vereint. Westliche Gymnastikmethoden, verbunden mit Tanz und asiatischen Bewegungskünsten: Bodystyling für straffe Muskeln, Rückenschule gegen Verspannungen, Yoga für mehr Beweglichkeit, Ballett-Elemente für die Haltung und Taiji für seelische Ausgeglichenheit.

Bitte Fitnessbekleidung, Turnschuhe, Socken, Trinkflasche und Handtuch (für Matte) mitnehmen!

20.77868 Milena Milanova-Georgieva € 46,90
21. Sep–9. Nov / Mo 15:00–16:00 7 UE / 7 x / 1–9 TN

20.77873 Milena Milanova-Georgieva € 46,90
24. Sep–5. Nov / Do 17:00–18:00 7 UE / 7 x / 1–9 TN



Faszientraining – Teil 1

Faszien durchziehen unseren gesamten Körper und erfüllen wichtige Aufgaben. Bewegungsmangel, einseitige Belastung und Stress lassen dieses Gewebe verfilzen und verhärten. Die Folgen sind Verspannungen und eine ganze Reihe anderer Beschwerden, die sich durch regelmäßiges Training vermeiden lassen. Durch gezielte, weiche, dynamische Übungen werden die Faszien wieder fest, stark, elastisch und belastbar. Das führt zu besserer Beweglichkeit und steigert das Wohlbefinden.

20.77866 Milena Milanova-Georgieva € 46,90
21. Sep–9. Nov / Mo 13:30–14:30 7 UE / 7 x / 1–9 TN



Gesundheits- und Vitaltraining – Teil 1

Die Gesundheitsgymnastik mobilisiert sanft unbeweglich gewordene Körperpartien und kräftigt und dehnt vernachlässigte Muskelgruppen. Mit schonenden Übungen werden Haltung und Beweglichkeit verbessert. Tipps für gesunde Bewegung im Alltag ergänzen das Programm.

20.70043 Mag.ª Simin Ahmadi-Pandjaki € 70,40
23. Sep–4. Nov / Mi 11:00–12:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

VHS Brigittenau, Raffalgasse 11, 1200 Wien

20.80807 Mag.ª Gyulka Slavcheva € 46,90
22. Sep–3. Nov / Di 17:00–18:00 7 UE / 7 x / 1–9 TN

Schule, 1200, Treustraße 9

Osteoporosevorbeugung – Teil 1

Ein wichtiger Faktor bei der Vorbeugung von Osteoporose ist regelmäßige Bewegung. Kursziel: Sie beherrschen Übungen, die bei regelmäßigem Training die Stabilität und den Aufbau der Knochen und Gelenke stärken.

20.80779 Mag.ª Gyulka Slavcheva € 70,40
22. Sep–3. Nov / Di 09:00–10:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

20.81625 Mag.ª Eveline Anna Gruber € 70,40
28. Sep–16. Nov / Mo 10:45–12:15 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Wirbelsäulengymnastik – Teil 1

Das Ganzkörpertraining für mehr Fitness und bessere Beweglichkeit.

20.76523 **Elfriede Seidl** **€ 70,40**
 28. Sep–16. Nov / Mo 17:30–19:00 10,5 UE / 7 x / 1–9 TN
 Schule, 1200, Leipziger Platz 1-2

Wirbelsäulengymnastik – Teil 1

20.80811 **Mag.ª Gyulka Slavcheva** **€ 46,90**
 22. Sep–3. Nov / Di 18:30–19:30 7 UE / 7 x / 6–9 TN
 Schule, Wien 20., Treustr. 9, Treustraße 9, 1200 Wien

Yogalates – Teil 1

Yogalates vereint Prinzipien aus dem fernöstlichen Yoga mit dem europäischen Pilates. Beim Yoga arbeiten wir an der Atmung und Geschmeidigkeit, Pilates gibt Kraft und strafft den Körper. Ziel sind ein kraftvoller und beweglicher Körper, eine gute Haltung, Balance und Gelassenheit.

20.80242 **Mag.ª Simin Ahmadi-Pandjaki** **€ 46,90**
 23. Sep–4. Nov / Mi 18:00–19:00 7 UE / 7 x / 1–9 TN
 Schule, 1200, Greiseneckergasse 31

Gesundheits- und Ausgleichsgymnastik – Teil 1

Die Gesundheitsgymnastik mobilisiert sanft unbeweglich gewordene Körperpartien und kräftigt und dehnt vernachlässigte Muskelgruppen. Mit schonenden Übungen werden Haltung und Beweglichkeit verbessert. Tipps für gesunde Bewegung im Alltag ergänzen das Programm.

20.80582 **Mag.ª Gyulka Slavcheva** **€ 70,40**
 23. Sep–4. Nov / Mi 09:00–10:30 10,5 UE / 7 x / 1–9 TN

FITGYMNASTIK

Bauch-Bein-Po – Teil 1

Dieses Schwerpunkttraining für Bauch, Beine und Po bringt den Körper in Form und trägt zur Harmonisierung der Proportionen bei. Übungen zur Stärkung des Herz-Kreislauf Systems werden mit der gezielten Kräftigung und Dehnung der Bauch-, Po- und Oberschenkelmuskulatur kombiniert. Regelmäßiges Training strafft die Körperformen und verbessert die Kondition.

20.80007 **Markus Rodriguez Nevrkla, BA** **€ 46,90**
 25. Sep–6. Nov / Fr 09:00–10:00 7 UE / 7 x / 1–9 TN

Faszientraining & Stretching – Teil 1

Die bindegewebigen Strukturen der Faszien durchziehen als Netzwerk unseren gesamten Körper und erfüllen Aufgaben. Bewegungsmangel, einseitige Belastung, Stress und viel mehr lassen dieses Gewebe verfilzen und verhärten. Die Folgen sind Verspannungen und eine ganze Reihe anderer Beschwerden, die sich durch regelmäßiges Training vermeiden lassen. Durch gezielte weiche, dynamische Übungen werden die Faszien wieder fest, stark, elastisch und belastbar. Die positive Wirkung ist mehr Beweglichkeit und Wohlbefinden.

20.81627 **Katrin Lenitz** **€ 46,90**
 25. Sep–6. Nov / Fr 12:30–13:30 7 UE / 7 x / 1–9 TN

Fit in den Morgen – Teil 1

Mit einem abwechslungsreichen Programm starten wir gemeinsam in eine neue Woche! Wir beginnen langsam, indem wir die Energie vom Wochenende mitnehmen, in der Bewegung ankommen und uns aufwärmen. Dabei fließen u.a. auch Yoga und QiGong Übungen mit ein. Im Hauptteil führen wir Gymnastik- und Kräftigungsübungen, auch mit verschiedenen Geräten, durch. Die Einheit lassen wir entspannt - aber aktiv und fit - ausklingen

20.79334 **Mag. Dr. Donia Lasinger** **€ 70,40**
 21. Sep–9. Nov / Mo 08:30–10:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Gesunde Gymnastik – Teil 1

Umfassendes Ganzkörper- und Konditionstraining der konditionellen Fähigkeiten mit unterschiedlichen Geräten. Nach dem einleitenden Aufwärmen werden die Muskeln an verschiedenen Stationen im Kreisbetrieb gestärkt und die Kondition verbessert. Abschließend entspanntes Dehnen.

20.80017 **Markus Rodriguez Nevrkla, BA** **€ 46,90**
 25. Sep–6. Nov / Fr 10:30–11:30 7 UE / 7 x / 1–9 TN

Power Bodywork mit Zusatzgeräten – Teil 1

Das Ganzkörpertraining für mehr Fitness und bessere Beweglichkeit.

20.76536 **Elfriede Seidl** **€ 70,40**
 30. Sep–11. Nov / Mi 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 1–9 TN

Power Bodywork mit Zusatzgeräten – Teil 1

20.76532 **Elfriede Seidl** **€ 70,40**
 28. Sep–16. Nov / Mo 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 1–9 TN
 Schule, 1200, Leipziger Platz 1-2

SELBSTVERTEIDIGUNG

Aikido – Teil 1

Aikido ist eine japanische Kampfkunst, bei der die Persönlichkeitsbildung im Vordergrund steht. Aikido ist näher am japanischen Original als die meisten anderen Kampfkünste und sportarten. Schwert- und Stocktechniken werden in dieser Budo-Disziplin ebenso gelehrt wie die Abwehr unbewaffneter Angreifer*innen. Bitte Sportkleidung oder Judo-Anzug mitbringen!

20.80897 **Mag. Joachim Beck** **€ 70,40**
 21. Sep–9. Nov / Mo 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN
 Schule, 1200, Allerheiligenplatz 7

Kochkurse

Unsere Kursgebühren enthalten keine Materialkosten. Diese werden, wenn nicht anders angegeben, direkt mit den KursleiterInnen verrechnet (pro Termin ca. € 15,00). Zu allen Kochkursen bitte Schürze und eventuell Speisebehälter (für's „zuviel Gekochte“) mitbringen.

Aperitivo in Italiano

Preparando insieme stuzzichini appetitosi tipici del „tradizionale aperitivo italiano“ sfateremo qualche mito e troveremo interessanti argomenti di conversazione per praticare insieme l'italiano orale in modo informale e naturale. Chiaramente tutto in italiano! Unterrichts auf Italienisch!

20.78058 **Dr. Leonardo Mazzei** **€ 30,80**
 7. Okt / Mi 17:00–21:00 4 UE / 1 x / 6–8 TN

Chinesische Küche: Frühlingsrollen und Nudelsuppe

Frühlingsrollen gehören zu den beliebtesten Vorspeisen der südchinesischen Küche. Frisch gebraten mit einer knusprigen Hülle aus speziellen Teigblättern, gefüllt mit herzhafter Gemüse- oder Fleischmischung dürfen sie auch bei feierlichen Anlässen nicht fehlen. Mit einigen Tipps und Tricks gelingt das Selbermachen von Frühlingsrollen und Wan Tan-Nudelsuppe jedoch kinderleicht.

20.76095 Claire Le **€ 30,80**
8. Okt / Do 17:00–21:00 4 UE / 1 x / 6–8 TN

Culture Cooking

Frauen unterschiedlicher Herkunft kochen und essen gemeinsam

Ein Materialbeitrag von € 5,00 wird von der Kursleiterin eingehoben.

20.81390 Hannelore Romfeld **Kostenlos**
13. Okt / Di 17:00–21:00 4 UE / 1 x / 6–8 TN

Französische Küche – Croûte Forestière

Die „Croûte Forestière“ ist eine Spezialität mit Schwammerl. Genau passend für die Herbstsaison!

20.69942 Elisabeth Monamy, MA **€ 23,10**
5. Okt / Mo 18:00–21:00 3 UE / 1 x / 6–8 TN

Indische Currys

Curry nicht nur das Gewürz, sondern Hühner Fleisch mit sämiger Soße. Ob scharf oder mild – jeder entscheidet für sich selbst. In diesem Kurs werden verschiedene Currys zusammen gekocht und gegessen.

20.76508 Sangita Nebel **€ 30,80**
16. Okt / Fr 17:00–21:00 4 UE / 1 x / 6–8 TN

Indische Picknick Gerichte

Aus der Indischen Küche – Picknick bringt Freude! Unterwegs gut essen, egal ob bei der Bergwanderung oder beim Badeausflug. Selber kochen für das Picknick ist wieder in!

20.76506 Sangita Nebel **€ 30,80**
25. Sep / Fr 17:00–21:00 4 UE / 1 x / 6–8 TN

Kochen wie die Römer

Lukullische Genüsse, Orgien oder doch bodenständiges Essen? Was kam bei den Römern auf den Tisch? Wir lesen überlieferte Rezepte und kochen ein Menü nach!

20.69941 Elisabeth Monamy, MA **€ 23,10**
21. Sep / Mo 18:00–21:00 3 UE / 1 x / 6–8 TN

L'italiano della cucina

Kochkurs auf Italienisch

Italienisch für die Küche. Italienisch über Thema Küche und Kochen ganz entspannt lernen

20.81654 Dr. Leonardo Mazzei **€ 80,90**
14.–28. Okt / Mi 17:30–21:00 10,5 UE / 3 x / 6–8 TN

Mahlzeit Steinzeit!

Was haben unsere Vorfahren in der Steinzeit gegessen? Haben sie sich an die Paläo-Diät gehalten? Wir erkunden die Essgewohnheiten der ersten Menschen und kochen wohlschmeckende und einfache Gerichte nach.

20.69943 Elisabeth Monamy, MA **€ 23,10**
19. Okt / Mo 18:00–21:00 3 UE / 1 x / 6–8 TN

Sommerrollen und vietnamesische Udon-Nudelsuppe

Ausgewogen, aromatisch und frisch schmecken sie, die international bekannten Sommerrollen. Gemeinsam bereiten wir vietnamesische Sommerrollen und Udon-Nudelsuppen nach vietnamesischen Originalrezepten zu.

20.76094 Claire Le **€ 30,80**
28. Sep / Mo 17:00–21:00 4 UE / 1 x / 6–8 TN

Bún bò nam bo

Bún bò nam bo ist ein vietnamesischer Nudelsalat mit Rindfleisch in Zitronengras. Diese Spezialität ist nicht nur ein sehr beliebtes und klassisches Gericht der vietnamesischen Küche, sondern auch gesund und einfach zum Nachkochen.

20.76097 Claire Le **€ 30,80**
23. Okt / Fr 17:00–21:00 4 UE / 1 x / 6–8 TN

Vietnamesische Straßenküche

In Vietnam ist Street Food schon immer ein wichtiger Bestandteil des (kulinarischen) Lebens: An jeder Ecke wird gekocht, gedämpft oder gebraten. So duftet es überall nach frischen und herzhaft zubereiteten Schnellgerichten wie den beliebten Suppen, belegten Sandwiches und vieles mehr. Zusammen bereiten wir in diesem Kurs einige der bekannten Street Food-Gerichte aus Vietnam zu.

20.76093 Claire Le **€ 30,80**
24. Sep / Do 17:00–21:00 4 UE / 1 x / 6–8 TN

WOK Gerichte

Asiatische Pfannengerichte wie die beliebten Breitreis- oder Bratnudelgerichte lassen sich schnell und einfach zubereiten. Miteinander kochen wir authentische Wok Gerichte aus Thailand und Vietnam.

20.76096 Claire Le **€ 30,80**
15. Okt / Do 17:00–21:00 4 UE / 1 x / 6–8 TN



Bleiben Sie fit!

Besuchen Sie mit der VHS Fitnesskarte für nur 160,- Euro fünf Gesundheits- und Bewegungskurse Ihrer Wahl!

Eine Karte für alle VHS Standorte – gültig von 1. Sept. 2020 – 31. Jän. 2021





MALEREI/ZEICHNEN

Öl- und Acrylmalerei – Teil 1

Mitzubringen am ersten Kurstag: Pinsel, Malgründe (z.B. Leinwand auf Keilrahmen, Malkarton), div. Malmittel für Ölmalerei und eventuell Verzögerer für Acrylmalerei. Einige Blätter Kopierpapier und Bleistift für Notizen, Malfetzen.

20.77368 Dr.ⁱⁿ Astrid Esterlus € 86,30
8. Okt–5. Nov / Do 10:00–12:30 12,5 UE / 5 x / 6–9 TN

WERKEN & DEKORIEREN

Ikebana – japanische Blumensteckkunst – Teil 1 Fortgeschrittene I

Nach dem Kurs können Sie die Regeln und Gestaltungsformen von Ikebana anwenden und Ihr persönliches Arrangement ausführen.

20.80512 Herbert Grünsteidl € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 18:00–19:30 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

Fortgeschrittene II

20.80513 Herbert Grünsteidl € 78,80
23. Sep–4. Nov / Mi 19:30–21:00 10,5 UE / 7 x / 6–9 TN

MUSIK

Klavier (25 min) – Teil 1

Einzelunterricht für Erwachsene u. Kinder ab 4 Jahren

20.80889 Prof.ⁱⁿ Kazuko Jankowsky € 136,50
(Kinderpreis € 123,90)
21. Sep–9. Nov / Mo 15:00–18:00 3,5 UE / 7 x / 1–4 TN

20.80894 Prof.ⁱⁿ Kazuko Jankowsky € 136,50
(Kinderpreis € 123,90)
22. Sep–3. Nov / Di 15:00–18:00 3,5 UE / 7 x / 1–4 TN

Gitarre (25 Min) – Teil 1

Einzelunterricht für Erwachsene u. Kinder ab 6 Jahren Unterrichtssprache: Deutsch, Englisch, Spanisch oder Italienisch

20.79995 Sebastian Neumaier € 136,50
(Kinderpreis € 123,90)
21. Sep–9. Nov / Mo 15:00–19:00 3,5 UE / 7 x / 1–10 TN

Unterrichtssprache: Deutsch, Italienisch oder Spanisch

20.80918 Mag.^a Dr.ⁱⁿ Tullia Cartoni € 117,00
(Kinderpreis € 106,20)
30. Sep–4. Nov / Mi 17:00–18:30 3 UE / 6 x / 1–3 TN

Einzelunterricht für Erwachsene u. Kinder ab 4 Jahren

20.81158 Gabriele Johanna Fall € 136,50
(Kinderpreis € 123,90)
6. Okt–17. Nov / Di 14:00–19:00 3,5 UE / 7 x / 1–8 TN

Gesang und Stimmbildung (50 min) – Teil 1

Einzelunterricht

20.81098 Mag.^a Christine Wagner € 195,00
28. Sep–9. Nov / Mo 18:10–20:40 5 UE / 5 x / 1–3 TN

20.81151 Mag.^a Christine Wagner € 195,00
1.–29. Okt / Do 14:00–16:30 5 UE / 5 x / 1–3 TN

Klavier, Gesang, Stimm- und Gehörbildung (25 min) – Teil 1

Einzelunterricht für Erwachsene u. Kinder ab 4 Jahren

20.76615 Makvala Zwiebler € 136,50
(Kinderpreis € 123,90)
24. Sep–5. Nov / Do 17:00–20:00 3,5 UE / 7 x / 1–6 TN

20.76621 Makvala Zwiebler € 136,50
(Kinderpreis € 123,90)
25. Sep–6. Nov / Fr 17:00–20:00 3,5 UE / 7 x / 1–6 TN

Stimmbildung zum Kennenlernen (50 min)

Einzelunterricht

Anfänger*innen bekommen einen Einblick in Inhalt und Ablauf einer Gesangsstunde, Fortgeschrittene erhalten ein Feedback sowie eine Stimmbildung für die weitere Ausbildung.

20.81081 Mag.^a Christine Wagner € 39,00
21. Sep / Mo 17:00–19:30 1 UE / 1 x / 1–3 TN

MUSIKTHEORIE

Komposition und Musiktheorie (25 min) – Teil 1

Einzelunterricht. Unterrichtssprache: Deutsch, Englisch, Französisch oder Spanisch

Der Unterricht ist praxisnah und individuell auf die Bedürfnisse und Interessen der Teilnehmer*innen abgestimmt. Der Musiktheorie-Unterricht richtet sich nicht nur an angehende Musiker*innen, sondern an alle, die mehr über Musik erfahren wollen: vom Notenlesen bis zum Komponieren eigener Songs. Eine Vorbereitung auf die Zulassungsprüfung an Musikuniversitäten ist möglich.

20.80735 Mag. Adrián Artacho, MA € 117,00
6. Okt–10. Nov / Di 15:30–17:30 3 UE / 6 x / 1–4 TN

LITERATUR

Schreib deine Geschichte! Onlinekurs Textwerkstatt für Jugendliche



Wir alle haben Geschichten zu erzählen. Manche sind komisch oder absurd, andere traurig, einige drehen sich um uns selbst, andere um Bekannte, Nachbar*innen oder Personen, die uns noch nie begegnet sind. In welchen unterschiedlichen Formen diese Geschichten aufs Papier gelangen können, werden wir in diesem Kurs gemeinsam ausprobieren.

Mithilfe von kreativen Schreibübungen nähern wir uns Figuren, Stimmungen und Orten an. Wir überlegen, wie Kurzgeschichten funktionieren, was Gedichte können und wie szenische Dialoge Töne anschlagen. Dabei entscheidet jeder für sich selbst, welche Formen er weiterverfolgt.

Der Kurs richtet sich an alle im Alter zwischen 12 und 16 Jahren, die gern schreiben oder gern schreiben würden.

20.82193 Mareike Boysen € 84,00
23. Sep–4. Nov / Mi 18:00–20:00 14 UE / 7 x / 6–15 TN

Aus organisatorischen Gründen werden in diesem Herbst unsere Semesterkurse in zwei Teile geteilt. Sie sehen hier den ersten Teil, der zweite Teil beginnt im Anschluss. Tag, Zeit und Gebühr bleiben wie im ersten Teil. Nähere Informationen erhalten Sie an Ihrem Standort.



SPRECHTECHNIK

Sprech- und Stimmtraining Einzelunterricht (125 min)

Sie möchten sich Gehör verschaffen, klar und deutlich sprechen? Ihre Inhalte und Anliegen mit sicherer Stimme und selbstbewusst vorbringen? In diesem Kurs lernen Sie einfache Atem- und Resonanzübungen kennen, die leicht in den Alltag integrierbar sind. Sie erfahren, welche Körperhaltung für eine tragende, gut sitzende Stimme förderlich ist, arbeiten an Aussprache und Lautbildung und gestalten so ihre Stimme und Sprechweise als persönliche klingende Visitenkarte. Weitere Kursinhalte sind der gezielte Einsatz stimmlicher Stilmittel wie Betonung, Sprechtempo und Modulation. Die vermittelten Techniken, Impulse und Praxistipps stärken das Vertrauen in die eigene Stimme und helfen Ihnen, sich in unterschiedlichen Sprechsituationen wohl und sicher zu fühlen.

20.80215 Susanne Öller € 225,00
25.-26. Sep / Fr, Sa 14:00–16:30 5 UE / 2 x / 1–1 TN

Einzelunterricht (50 min)

20.80212 Susanne Öller € 270,00
6. Okt–10. Nov / Di 15:00–19:00 6 UE / 6 x / 1–4 TN

Schnupperstunde Sprech- und Stimmtraining Einzelunterricht (50 min) – Schnupperkurs

20.80211 Susanne Öller € 45,00
22. Sep / Di 15:00–19:00 1 UE / 1 x / 1–4 TN

KOMMUNIKATION, RHETORIK & PRÄSENTATION

Gewaltfreie Kommunikation Einführung kompakt



Wie können Konflikte friedlich und nachhaltig gelöst werden? Dieser Workshop bietet eine kurze, kompakte Einführung in die Theorie und einige Übungen zur Umsetzung dieser Herangehensweise. Vom amerikanischen Psychologen M. Rosenberg wurde eine wirkungsvolle Methode entwickelt, die eine konstruktive Gesprächsführung ermöglicht und auf einvernehmliche Lösungen abzielt.

Inhalte:

- Ihre Anliegen wirkungsvoll kommunizieren
- mit Ärger und Aggression umgehen
- Handlungsmotivationen erkennen
- Gefühle und Bedürfnisse ansprechen
- Eskalationen vorbeugen
- dauerhafte Lösungen entwickeln

20.66138 Mag.^a Dominique Kerschbaumer-de Valon € 89,10
16. Okt / Fr 09:00–18:00 9 UE / 1 x / 6–9 TN

POLITIK | GESELLSCHAFT | KULTUR



GESCHICHTE

Anker und heilige Zunge 120 Jahre Brigittenau

Das Wappen der Brigittenau ist zweigeteilt und repräsentiert die beiden ursprünglichen Ortschaften: Der Anker steht für die Ankerplätzen der Donauschiffer (Brigittenau) und die rote Zunge mit fünf-sternigem Heiligenschein für den Brückenheiligen Johannes Nepomuk und die Donaubrücken (Zwischenbrücken). Die wichtigsten Entwicklungslinien führen über die Donauregulierung und die Loslösung vom 2. Bezirk am 24.3.1900 als 20. Wiener Gemeindebezirk bis hin zum Stadtentwicklungsgebiet Nordwestbahnhof.

20.81617 Franz Seper **Kostenlos**
5. Okt / Mo 18:00–20:00 2 UE / 1 x / 1–10 TN

Bezirksrundgänge: Die Brigittenau im Brennpunkt gesellschaftlicher Veränderungen

Die Bevölkerung der Brigittenau im Kampf um Demokratie und ein gutes Leben. 1848 vom Fürst Windisch-Graetz und seinen Truppen noch blutig niedergeschlagen konnte die Arbeiterbewegung nach dem Ersten Weltkrieg mit neu errichteten Gemeindebauten und Gesundheitseinrichtungen neue Hoffnung geben. Wir erforschen gemeinsam die Geschichte unserer Großväter und Großmütter und deren Vorfahren. In welchen Betrieben haben sie gearbeitet? Woher kamen sie? Wohin mussten sie fliehen vor dem Austrofaschismus und den Nazis? Wer wurde verfolgt und in die Todeslager abtransportiert? Wer hat hier in der Brigittenau Widerstand geleistet und die Demokratie verteidigt? Wer opferte sein Leben im Widerstand gegen den Nationalsozialismus.

Mit den Spaziergängen sammeln wir Erfahrungen von über 120 Jahren Geschichte Brigittenau, um unseren Blick für die Gegenwart zu schärfen. Denn wer die Geschichte der Menschen kennt – kann bei der Gestaltung der Zukunft für die Menschen mitwirken.

20.81618 Rote Spuren **Kostenlos**
– Verein Zur Förderung der Arbeiter*innengeschichte
3. Okt / Sa 14:00–17:00 3 UE / 1 x / 1–10 TN

Aus organisatorischen Gründen werden in diesem Herbst unsere Semesterkurse in zwei Teile geteilt. Sie sehen hier den ersten Teil, der zweite Teil beginnt im Anschluss. Tag, Zeit und Gebühr bleiben wie im ersten Teil. Nähere Informationen erhalten Sie an Ihrem Standort.

Leopoldstadt

Riesenrad, jüdische Viertel, Johann Strauß und mehr: Leopoldstadt

1850 wurden Brigittenau, Zwischenbrücken, Kaisermühlen, Jägerzeile und namensgebend Leopoldstadt Teil von Wien. In vielerlei Hinsicht war dieser 2. Bezirk der Erste: Ältestes noch bestehendes Krankenhaus Wiens (Barmherzige Brüder, 1614), 1819 Gründung der Ersten österreichischen Spar-Casse, bis 1918 größter Bahnhof Wiens (1838 Nordbahnhof, abgerissen), erste Kaserne Wiens (1723 Leopoldstädter Kaserne, abgerissen), bis zur Verselbstständigung der Brigittenau häuserreichster, auch danach noch lange einwohnerstärkster Bezirk Wiens! Hervorzuheben sind die Bedeutung für das jüdische Leben in Wien, die Theater- und Musikszene des 19. Jhdts, das Bildungswesen und die Freizeitindustrie Wiens.

20.81619 Franz Seper € 6,00
12. Okt / Mo 18:00–19:30 1,5 UE / 1 x / 1–10 TN

Von Erdarbeiterinnen und Märtyrern.

Die Revolution von 1848

120 Jahre Brigittenau

In der „guten, alten Kaiserzeit“ war das Elend groß und die Gedanken unfrei. Österreich galt als das „China Europas“. In der Revolution von 1848 wurde Wien Schauplatz einer Revolution für bürgerliche Freiheiten, Demokratie – und für soziale Rechte. Die Brigittenau war damals erst im Entstehen, die damaligen Baustellen auf dem Gebiet des heutigen 20. Bezirks können jedoch als eine der Geburtsstätten der Wiener Arbeiter(innen)bewegung angesehen werden. Was Karl Marx bei seinem Wienbesuch 1848 als erstes sah, und warum ein Gemeindebau nach dem deutschen Parlamentarier Robert Blum benannt ist, ist auch Teil dieser in Vergessenheit geratenen Geschichte.

20.81616 Gernot Günter Trausmuth **Kostenlos**
31. Okt / Sa 14:00–17:00 3 UE / 1 x / 1–10 TN

PHILOSOPHIE UND ETHIK

Kant und der ewige Frieden

Etwas, das uns heute von der Zeit Kants trennt, ist die Existenz der Atomwaffen. Ausgehend von diesem Umstand ist die Frage nach der Möglichkeit eines dauerhaften Friedens mehr als berechtigt. Doch wer hat diesen zu sichern, und wie? Welche Rolle kommt der Politik zu? In diesem Kurs gilt das Augenmerk Kants Schrift Zum ewigen Frieden. Durch Analyse und Kommentar soll ihre Bedeutung für uns heute schrittweise in der Diskussion mit den Teilnehmenden hervorgehoben und erarbeitet werden.

20.79294 DDr.ⁱⁿ Cornelia Esianu € 6,00
14. Okt / Mi 19:00–20:30 1,5 UE / 1 x / 1–9 TN

Religiöse Ideen und Metamorphosen: die Kreuzzüge.

Mittels Texten und Bildern werden Entwicklungen und Wandlungen religiöser Ideen im jeweiligen historischen und kulturellen Kontext anschaulich gemacht. Zentrales Thema sind die Kreuzzüge. Dabei geht es weniger um die systematische Geschichte der Kreuzzüge, sondern einerseits, um das religiöse Phänomen der bewaffneten Pilgerfahrt zum Heiligen Grab und andererseits das islamische Heiligtum auf dem Tempelberg. Der Kurs beschäftigt sich mit dem „Alten Jerusalem“, das 70 n. Chr. untergegangen ist, der politischen Geschichte des Orients, religiösen Strömungen im christlichen Abendland, dem Mythos vom „Heiligen Kreuz“, der Himmelfahrt Mohammed's und dem Ritterorden vom Tempel Salomon's.

20.81623 Privat-Dozent Gerhard Böhm € 46,00
2. Okt–27. Nov / Fr 18:00–20:00 10 UE / 5 x / 6–9 TN

WIRTSCHAFT | MANAGEMENT



GENDER- & DIVERSITÄTSMANAGEMENT

Gender & Gender Mainstreaming – Grundlagen



Ein Gendertraining nach den Kriterien des AMS

Einführung in Gender und Gender Mainstreaming. Ziel ist, die eigene Genderkompetenz zu vertiefen und im eigenen Arbeitsfeld einsetzen zu können. Dieses Seminar ist als Gendertraining nach den Kriterien des AMS zertifizierbar.

20.67458 Dr.ⁱⁿ Brigitte Krupitza € 59,40
2. Okt / Fr 14:00–20:00 6 UE / 1 x / 6–9 TN

Managing Diversity – Grundlagen



Ein Diversitätstraining nach den Kriterien des AMS

Nach dem Kurs sind Sie mit den Grundlagen und den zentralen Themen von Managing Diversity vertraut und können diese im Alltag anwenden. Damit können Sie die Vielfalt im beruflichen wie im privaten Umfeld nutzen, Störfaktoren zu Potenzialen machen sowie kreative Impulse und neue Gestaltungsspielräume zulassen. Zahlreiche Übungen und Beispiele aus der Praxis zeigen auf, wie Managing Diversity im privaten wie beruflichen Alltag eingesetzt werden kann.

20.67447 Dr.ⁱⁿ Brigitte Krupitza € 158,40
25.–26. Sep / Fr, Sa 10:00–18:00 16 UE / 2 x / 6–9 TN



Englisch für Kinder

In diesem Kurs werden auf spielerische Weise englische Sprachkenntnisse aufgebaut und verbessert. Die Kinder werden mit Freude Englisch erlernen, wobei auf alle Lerntypen (visuelle, akustische, kinästhetische) eingegangen wird. Da Kinder grundsätzlich neugierig sind und lernen wollen, werden sie rasch Fortschritte in allen Fertigkeiten erzielen.

4-6 Jahre

20.82061 Alexandra Kutschera € 52,50
25. Sep-6. Nov / Fr 15:00-16:00 7 UE / 7 x / 6-9 TN

7-10 Jahre

20.82063 Alexandra Kutschera € 52,50
25. Sep-6. Nov / Fr 16:00-17:00 7 UE / 7 x / 6-9 TN

Spielraum nach Emmi Pikler (mit Kindern von 7-16 Monaten)



Begleitete Mutter-/Vater-Kind-Gruppen nach den pädagogischen Vorstellungen Emmi Piklers

Ein Pikler SpielRaum nach den pädagogischen Vorstellungen Emmi Piklers ist ein SpielRaum für Kinder – und für Eltern die Möglichkeit, die kindliche Eigenaktivität beobachten zu lernen: Durch aufmerksame Anwesenheit und Interesse für das Tun der Kinder wollen wir Erwachsene versuchen, den Kindern Zeit und Raum zum freien Spiel zu lassen und sie beim selbstständigen Erkunden, Ausprobieren und Handhaben geeigneter Materialien zu beobachten.

ElternRaum-Gesprächsrunden für Eltern bieten die Möglichkeit den Vormittag nachzubesprechen und die Pikler Pädagogik zu vertiefen. Natürlich haben dabei alle Fragen Vorrang, die Sie als Eltern aus Ihrem Alltag mit den Kindern mitbringen. Jeder Kurs besteht aus sieben SpielRaum-Terminen am Vormittag und einer ElternRaum-Gesprächsrunde an einem Abend.

20.81183 Eva Soustal € 84,00
24. Sep-12. Nov / Do 09:45-18:00 8 UE / 8 x / 6-6 TN

Spielraum nach Emmi Pikler (mit Kindern von 15-26 Monaten)



20.81223 Eva Soustal € 84,00
24. Sep-12. Nov / Do 11:15-18:00 8 UE / 8 x / 6-6 TN

Ballett für Kinder (4-10 Jahre) – Teil 1

20.77870 Milena Milanova-Georgieva € 46,90
21. Sep-9. Nov / Mo 16:30-17:30 7 UE / 7 x / 6-8 TN

Violine (50 min, Einzelunterricht für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren) – Teil 1

Unterrichtssprache: Deutsch, Englisch, Polnisch, Russisch und Ukrainisch

20.81597 MMag.^a Anna Schlagenhauen € 195,00
22. Sep-20. Okt / Di 18:00-20:00 5 UE / 5 x / 1-2 TN

Keyboard (25 min, Einzelunterricht für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren)

Unterrichtssprache: Deutsch, Englisch, Französisch oder Spanisch

20.80741 Mag. Adrián Artacho, MA € 117,00
5. Okt-16. Nov / Mo 15:30-17:30 3 UE / 6 x / 1-4 TN

MUSIKTHEATER

Musical-Jahreskurs für Kinder – Teil 1

Kinder und Jugendliche singen, tanzen und spielen und erarbeiten zusammen mit Profis innerhalb eines Jahres eine Musicalproduktion. Im Mai und Juni 2021 gibt es dann wunderbare Bühnenvorstellungen.

Alle Kurse sind nur für Kinder, die noch keine oder nur wenige Vorkenntnisse haben und ab 10 Jahre alt sind.

Ein Materialbeitrag von € 40,00 wird von teatro im Kurs eingehoben.

Leitung: Norberto Bertassi

Aus organisatorischen Gründen werden in diesem Jahr unsere Semesterkurse in zwei Teile geteilt. Sie sehen hier den ersten Teil, der zweite, dritte & vierte Teil beginnt im Anschluss. Tag, Zeit und Gebühr bleiben wie im ersten Teil. Dieser Kurs kann nur als Jahreskurs (alle 4 Teile) gebucht werden. Nähere Informationen erhalten Sie an Ihrem Standort.

Musical-Jahreskurs 1 für Kinder:

Tom Sawyer und Huckleberry Finn – Teil 1 Ohne Casting, ab 10 Jahren

20.81569 Mag. Norberto Bertassi € 90,00
30. Sep-11. Nov / Mi 15:20-17:00 14 UE / 7 x / 6-12 TN

Musical-Jahreskurs 2 für Kinder:

Tom Sawyer und Huckleberry Finn – Teil 1 Hauptrollen mit Casting, ab 10 Jahren

20.81573 Mag. Norberto Bertassi € 90,00
30. Sep-11. Nov / Mi 17:20-19:00 14 UE / 7 x / 6-12 TN

Musical-Jahreskurs 3 für Kinder:

rote Geggis – Teil 1 Ohne Casting, von 6-9 Jahren

20.81575 Mag. Norberto Bertassi € 90,00
1. Okt-12. Nov / Do 15:20-17:00 14 UE / 7 x / 6-12 TN

Musical-Jahreskurs 4 für Kinder:

Tom Sawyer und Huckleberry Finn – Teil 1 Ohne Casting, ab 10 Jahren

20.81577 Mag. Norberto Bertassi € 90,00
1. Okt-12. Nov / Do 17:20-19:00 14 UE / 7 x / 6-12 TN

Musical-Jahreskurs 5 für Kinder:

grüne Geggis – Teil 1 Ohne Casting, 6-9 Jahren

20.81579 Mag. Norberto Bertassi € 90,00
2. Okt-13. Nov / Fr 15:20-17:00 14 UE / 7 x / 6-12 TN

Musical-Jahreskurs 6 für Kinder: Geggis – Teil 1

Hauptrollen, von 6-12 Jahren

20.81581 Mag. Norberto Bertassi € 90,00
2. Okt-13. Nov / Fr 17:20-19:00 14 UE / 7 x / 6-12 TN