



**Regionalversammlung  
Südlicher Oberrhein**

**Fortbildung und  
Qualifizierung  
für Seminar-  
und Kursleitende**

**Frühjahr / Sommer 2018**

**Volksbildungswerk Bötzingen  
VHS Dreisamtal  
VHS Freiburg  
VHS Gundelfingen  
VHS Hochschwarzwald  
VHS Lahr  
VHS March  
VHS Markgräflerland  
VHS Neuenburg  
VHS Nördlicher Breisgau  
VHS Offenburg  
VHS Ortenau  
VHS Südlicher Breisgau  
VHS Umkirch  
VHS Waldkirch  
VHS Westlicher Kaiserstuhl-Tuniberg**

<b>Allgemeine Informationen</b>	4
---------------------------------	---

## **Einführungsseminare**

Einführungsseminar für neue Kursleitende VHS Freiburg	7
--	---

Einführungsseminar für neue Kursleitende VHS Offenburg	8
---	---

## **Fachübergreifende Seminare**

Fortbildungstag für Kursleitende VHS Freiburg	9
--	---

Hochsensible Kursteilnehmer unterrichten VHS Freiburg	10
--	----

Gut gebrüllt Löwe – Sinnvoll laut werden VHS Freiburg	11
--	----

Ich atme, also bin ich VHS Freiburg	12
--	----

Steuerrecht und Sozialversicherung für VHS-Leitende. VHS Offenburg	13
---	----

Simplicity: Weniger Stress durch mehr Einfachheit VHS Offenburg	14
--	----

Moodle, Lernplattform für den Unterrichtsalltag VHS March	15
--	----

Interkulturelle Kommunikation VHS Offenburg	16
--	----

Aktive Stressbewältigung durch Resilienz VHS Freiburg	17
--	----

Lampenfiebertraining VHS Freiburg	18
--------------------------------------	----

Erste Hilfe – Basisausbildung VHS Offenburg	19
--	----

## **Fachliche Seminare**

### **Gesundheitsbildung**

Achtsamkeit – Konzentration – Ruhe VHS Offenburg	20
Hygiene in Kochkursen VHS Lahr	21
Lachyoga VHS Offenburg	22
Ich kann kochen! VHS Offenburg	23
Fundament Füße - mittels Body-Alignment® VHS Freiburg	24

### **Sprachen**

Planung und Vorbereitung von Kursen VHS Offenburg	25
Die Quadratur des Kreises? Binnendifferenzierung im DaZ-Unterricht. VHS Markgräflerland	26
Wie klingt Deutsch? Phonetik im DaZ-Unterricht trainieren. VHS Offenburg	27
Einführung in die Nutzung des A1-Deutschkurses VHS Lahr	28

### **Seminare für die Verwaltung**

Hat der Kunde immer Recht? Modernes Beschwerdemanagement. VHS Offenburg	29
--	----

<b>Anmeldeformular</b>	30
------------------------	----

### **Kontaktdaten der Volkshochschulen Südlicher Oberrhein**

## Fortbildungen für Kursleitende

### Ziele

Die Fortbildung der Kursleitenden ist ein wesentliches Element der Qualitätssicherung und -entwicklung der Volkshochschulen. Neben der fachlichen Qualifikation sind die erwachsenenpädagogischen, didaktischen, methodischen, kommunikativen und persönlichen Kompetenzen der Kursleitenden zentrale Faktoren für das Gelingen von Lernprozessen. Diese Kompetenzen können Sie in den Seminaren der Regionalversammlung erwerben bzw. erweitern.

### Grundqualifikation und Fachqualifikation

Die Grundqualifikation Erwachsenenbildung richtet sich an Kursleitende aller Fachbereiche und vermittelt übergreifende Kompetenzen zum Leiten von Gruppen, Lehren und Lernen etc.. Kursleitende in den Bereichen Gesundheit und Sprachen können alternativ die Fachqualifikation Gesundheit bzw. Sprachen erwerben.

Die Fachqualifikation baut nicht auf der Grundqualifikation auf, sondern ist ein separates Fortbildungskonzept. Es wird empfohlen, die beiden Qualifikationen nicht gleichzeitig anzustreben.

### Aufbau der Grundqualifikation

Die Grundqualifikation Erwachsenenbildung soll innerhalb eines Zeitraums von drei Jahren absolviert werden und umfasst insgesamt 80 Unterrichtseinheiten (in der Regel zehn Fortbildungen à 8 UE). Die Fortbildungen können aus folgenden Bereichen gewählt werden:

- Mindestens acht Fortbildungen (64 UE) aus den gekennzeichneten Angeboten zu den Themenfeldern Lehren & Lernen, Kursmanagement, Persönlichkeit, Gruppen leiten, Kommunikation
- Die besuchten Fortbildungen sollten mehrere dieser Themenfelder abdecken. Das Einführungsseminar wird als eine Fortbildung anerkannt.
- Maximal zwei Fortbildungen (16 UE) können aus dem unterrichteten Fachgebiet kommen.

Fortbildungen zu diesen Themen werden beim vhs-Verband in Form von kompakten Tagesseminaren angeboten; weitere Fortbildungen finden im Rahmen der regionalen Fortbildung an Volkshochschulen statt.

### **Abschluss**

Nach der Teilnahme an mindestens 80 Unterrichtsstunden (i. d. R. zehn Fortbildungen à 8 UE) innerhalb eines Zeitraumes von maximal drei Jahren stellt der vhs-Verband Baden-Württemberg nach Vorlage der Einzelteilnahmebescheinigungen eine Gesamtbescheinigung „Grundqualifikation Erwachsenenbildung“ aus.

### **Weitere Informationen**

Weitere Informationen zur Grundqualifikation Erwachsenenbildung sind erhältlich bei den regionalen Fortbildungsbeauftragten sowie bei den Mitarbeiter/innen des Volkshochschulverbandes Baden-Württemberg. Eine entsprechende Übersicht mit Namen und Telefonnummern findet sich in der Broschüre „vhs-info“ des vhs-Verbandes.

Neben der allgemeinen „Grundqualifikation Erwachsenenbildung“ gibt es die Möglichkeit, eine spezielle Fachqualifikation (FQ) in den Bereichen Gesundheit und Sprachen zu erwerben. Näheres dazu in der Broschüre „vhs-info“ des vhs-Verbandes.

### **Anmeldung**

Bitte melden Sie sich vor Anmeldeschluss mit dem Anmeldeformular (S. 30) bei der VHS an, die als Veranstalter angegeben ist, und lassen Sie sich daraufhin von „Ihrer“ VHS bescheinigen, dass Sie Kursleiter/in sind. Es wird Ihnen dann nur das ermäßigte Entgelt in Rechnung gestellt. Fällt ein Seminar aufgrund zu geringer Anmeldezahlen aus, werden Sie informiert.

### **Teilnahmeentgelt und Kostenerstattung**

Mit der Anmeldung wird das Entgelt fällig. Die Volkshochschulen der Region Südlicher Oberrhein haben sich verpflichtet, für ihre Kursleiter/innen das Teilnahmeentgelt zu übernehmen. Die veranstaltende VHS erstattet Ihnen das Teilnahmeentgelt, wenn die Bestätigung Ihrer VHS vorliegt. Andernfalls werden Ihnen die Kosten für Externe in Rechnung gestellt.

### **Teilnahmebescheinigung**

Sie erhalten zum Abschluss der Fortbildung eine Teilnahmebescheinigung.

### **Rücktritt**

Wenn Sie von einer Anmeldung zurücktreten müssen, bitten wir um möglichst umgehende schriftliche Abmeldung. Ein kostenfreier Rücktritt ist nur bis zum Anmeldeschluss möglich; danach fällt das Teilnahmeentgelt in voller Höhe an, es sei denn, es rückt jemand nach bzw. Sie benennen eine geeignete Ersatzperson.

### **Impressum:**

Regionalversammlung Südlicher Oberrhein  
Fortbildungsbeauftragte: Elisabeth M. Asche,  
VHS Offenburg

Redaktion: Elisabeth M. Asche, Sarah Frank

Auflage: 2.000

Diese Broschüre und die vollständigen Kontaktdaten aller beteiligten Volkshochschulen finden Sie auch unter: <https://www.vhs-bw.de/fortbildung/regionale-fortbildung.html>

## **Einführungsseminar für neue Kursleitende (GQ)**

Das Seminar richtet sich an Kursleitende, die eine Dozententätigkeit bei einer Volkshochschule aufnehmen werden oder vor kurzem aufgenommen haben. Ihnen wird damit die Möglichkeit geboten, wichtige Merkmale der Erwachsenenbildung an einer Einrichtung wie der Volkshochschule kennen zu lernen.

- Einführung in die institutionellen Rahmenbedingungen und organisatorischen Besonderheiten der Volkshochschule
- Die Rolle als Kursleitende(r)
- Das erwachsenenpädagogische Profil von Volkshochschulen im Unterschied zu anderen (erwachsenen-)pädagogischen Arbeitsbereichen
- Ergebnisse neuer Lehr- und Lernforschung
- Aktivierende Methoden in der Erwachsenenbildung

Das Einführungsseminar bildet den Basisbaustein der Grundqualifikation Erwachsenenbildung des VHS-Verbandes Baden-Württemberg.

<b>Veranstaltung</b>	<b>993.001</b>
<b>Leitung</b>	<b>Karlheinz Müller Stellv. Leiter der VHS Freiburg</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 24.02.2018, 09:30 - 16:30 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Freiburg Rotteckring 12 79098 Freiburg VHS im Schwarzen Kloster, Raum 204</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>16.02.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Freiburg 0761 36895-10 info@vhs-freiburg.de</b>

## Einführungsseminar für neue Kursleitende (GQ)

Das Seminar richtet sich an Kursleitende, die eine Dozententätigkeit bei der Volkshochschule Offenburg aufnehmen werden oder vor kurzem aufgenommen haben. Ihnen wird damit die Möglichkeit geboten, wichtige Merkmale der Erwachsenenbildung an einer Einrichtung wie der Volkshochschule kennen zu lernen.

- Einführung in die institutionellen Rahmenbedingungen und organisatorischen Besonderheiten der Volkshochschule
- Die Rolle und Selbstverständnis von Kursleitenden  
Erwartungen und Motivation der Teilnehmenden
- Kursplanung und Methodeneinsatz

Das Einführungsseminar bildet den Basisbaustein der Grundqualifikation Erwachsenenbildung des VHS-Verbandes Baden-Württemberg.

<b>Veranstaltung</b>	<b>599101</b>
<b>Leitung</b>	<b>Ulrike Bossmann, Elisabeth M. Asche</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 03.03.2018, 09:15 – 16:30 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Offenburg Amand-Goegg-Str. 2 – 4 Raum 101</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>23.02.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Offenburg 0781 9364-200 anmeldung@vhs-offenburg.de</b>

## Fortbildungstag für Kursleitende (GQ)

Die Volkshochschule Freiburg lädt Kursleitende in der Erwachsenenbildung zum Fortbildungstag ein, an denen Workshops fachbereichsübergreifend und für die unterschiedlichen Fachbereiche angeboten werden. Neben methodischen und didaktischen Tipps und Anregungen zu Unterrichtssituationen soll auch der Austausch mit Kolleginnen und Kollegen gefördert werden.

Eine Anmeldung zu den einzelnen Workshops ist erforderlich. Das vollständige Programm ist bei der Volkshochschule erhältlich.

<b>Leitung</b>	<b>Team der VHS</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 03.02.2018, 09:30 – 17:00 Uhr</b>
<b>Ort</b>	<b>VHS Freiburg Rotteckring 12 79098 Freiburg</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>00,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>30.01.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Freiburg 0761 36895-10 info@vhs-freiburg.de</b>

## **Hochsensible Kursteilnehmer/innen unterrichten (Modul 1 – Fortbildungstag für Kursleitende)**

Hochsensibilität ist längst keine Modeerscheinung mehr. Ca. 20 Prozent aller Menschen sind hochsensibel und verfügen über besondere Persönlichkeitsmerkmale und ein feinsinniges Reizaufnahmesystem. In diesem Kurs lernen Sie hochsensible Menschen zu erkennen und ihr Informationsaufnahme und –verarbeitungspotential zu verstehen. Außerdem schauen wir, welche Methoden sensible Menschen begeistern und welche für sie eine Herausforderung

<b>Veranstaltung</b>	<b>993.030 (vormittags) oder 993.031 (nachmittags)</b>
<b>Leitung</b>	<b>Annette Graf-Winkler, Begabungs- psychologische Beraterin</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 03.02.2018, 09:30 - 12:30 Uhr oder 14:00 – 17:00 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Freiburg Rotteckring 12 79098 Freiburg VHS im Schwarzen Kloster, Raum 109</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>4</b>
<b>Gebühr</b>	<b>00,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>30.01.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Freiburg 0761 36895-10 info@vhs-freiburg.de</b>

## **Gut gebrüllt, Löwe! - Sinnvoll laut werden (Modul 2 – Fortbildungstag für Kursleitende)**

Viele Berufssprecher, wie Dozent/innen, Erzieher/innen, Lehrer/innen, Trainer/innen, sowie Angehörige von Handwerks- und Pflegeberufen haben in der Ausübung ihrer Tätigkeiten einen hohen Redeanteil. Am Ende eines Arbeitstages tritt häufig eine stimmliche und körperliche Ermüdung ein, die nicht selten auf einen unökonomischen Stimmgebrauch zurückzuführen ist. Neben der Überwindung von Störgeräuschen oder ungünstigen akustischen Rahmenbedingungen fehlt das nötige Bewusstsein und Know how die Stimme so einzusetzen, dass mit möglichst wenig Kraftaufwand ein ausdrucksstarkes Ergebnis erzielt werden kann. In diesem Kurs machen Sie Erfahrungen mit diversen Techniken, die es Ihnen ermöglichen, Ihre Lautstärke dynamisch zu regeln und dabei den Anschluss an Ihren Körper nicht zu verlieren.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Tuch für Matte, Notizbuch.

<b>Veranstaltung</b>	<b>993.032</b>
<b>Leitung</b>	<b>Nisma Bux-Cherrat, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 3.2.2018, 09:30 – 12:30 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Freiburg Rotteckring 12 79098 Freiburg VHS im Schwarzen Kloster Theatersaal</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>4</b>
<b>Gebühr</b>	<b>00,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>30.01.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Freiburg 0761 36895-10 info@vhs-freiburg.de</b>

## **Ich atme, also bin ich (Modul 3 – Fortbildungstag für Kursleitende)**

Vom ersten Atemzug an erobern wir uns die Welt in einer Einheit aus Seele, Geist und Körper. Wir atmen ohne Unterlass, es geschieht automatisch, jedoch machen wir uns nur selten bewusst wie.

Aufmerksamkeit schenken wir unserem Atem erst, wenn uns in bestimmten Situationen die Luft ausgeht, wir kurzatmig werden oder der Atem stockt. Oft sind beruflicher und privater Stress dafür verantwortlich. Die Folge können ungünstige Atemmuster sein, die uns in unserer Leistungsfähigkeit einschränken und davon abhalten in unsere volle Kraft zu kommen. Denn letztlich dient das Atemsystem nicht nur der Aufnahme von Sauerstoff und der Versorgung der Muskulatur, sondern trägt entscheidend zu unserem seelischen Wohlbefinden bei. In diesem Kurs lernen Sie Ihren natürlichen, individuellen Atemrhythmus und die Erweiterung Ihrer Atemräume kennen. Mithilfe vielfältiger Übungen wird die Atemmuskulatur flexibilisiert, gekräftigt und entspannt, mit dem Ziel die erlebten Atemqualitäten in Ihren Alltag zu integrieren. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Tuch für Matte, Notizbuch.

<b>Veranstaltung</b>	<b>993.033</b>
<b>Leitung</b>	<b>Nisma Bux-Cherrat, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 03.02.2018, 14:00-17:00 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Freiburg Rotteckring 12 79098 Freiburg, VHS im Schwarzen Kloster Theatersaal</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>4</b>
<b>Gebühr</b>	<b>00,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>30.01.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Freiburg 0761 36895-10 info@vhs-freiburg.de</b>

## Steuerrecht und Sozialversicherung für VHS-Kursleitende

Steuerrecht und die Regelungen zur Sozialversicherung sind für viele VHS-Kursleitende schwer durchschaubar. In diesem Seminar erhalten Sie einen Überblick zur geltenden Rechtslage. Folgende Fragen werden beantwortet:

- Welche Einkünfte aus Dozententätigkeit müssen versteuert werden?
- Was ist die so genannte Übungsleiterpauschale?
- Für wen lohnt sich eine Einnahmen-Überschuss-Rechnung?
- Was kann alles von der Steuer abgesetzt werden?
- Welche Regelungen gelten für Spendenbescheinigungen?
- Wer ist umsatzsteuerpflichtig?
- Wann sind Einnahmen aus Dozententätigkeit sozialversicherungspflichtig?

Nach einer kurzen Darstellung der Grundlagen des Steuer- und Sozialversicherungsrechts haben Sie Gelegenheit für Nachfragen und zur Diskussion konkreter Fälle.

<b>Veranstaltung</b>	<b>509200</b>
<b>Leitung</b>	<b>Detlef Dietrich</b>
<b>Termin</b>	<b>Fr, 23.02.2018, 17:00 – 20:00 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Offenburg Amand-Goegg-Str. 2 – 4 Raum 113</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>4</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>16.02.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Offenburg 0781 9364-200 anmeldung@vhs-offenburg.de</b>

## **Simplicity: Weniger Stress durch mehr Einfachheit (GQ)**

„Man muss die Dinge so tief sehen, dass sie einfach werden.“ Konrad Adenauer wies bereits vor über 50 Jahren darauf hin, dass komplizierte und vielschichtige Prozesse uns den (Arbeits-)Alltag oft schwerer als nötig machen. Wie wäre es, wenn Sie mit geringem Aufwand diese Prozesse identifizieren und für die Zukunft einfacher gestalten und erheblich dazu beitragen, Stress zu reduzieren? Einfache Prozesse reduzieren Aufwand, sparen Kosten, erleichtern den Alltag und erhöhen die eigene Zufriedenheit. Dies wirkt sich positiv auf das persönliche Umfeld, die Kolleginnen und Kollegen, das Team usw. aus. Sie entdecken verschiedene Strategien zur Vereinfachung komplexer Anforderungen in Ihrem Alltag und lernen, diese in Ihre Arbeitsorganisation oder in Ihr Team zu integrieren.

- Genaue Ziele definieren
- Konzentration auf das Wesentliche
- Prioritäten richtig setzen
- Ressourcen für die Arbeitsorganisation erkennen und sinnvoll einsetzen
- Kreativitätstechniken
- Kraftquellen im Alltag entdecken

<b>Veranstaltung</b>	<b>599 310</b>
<b>Leitung</b>	<b>Sonja Afflerbach</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 17.03.2018, 09:00 – 16:30 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Offenburg Amand-Goegg-Str. 2 – 4 Raum 301</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>09.03.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Offenburg 0781 9364-200 anmeldung@vhs-offenburg.de</b>

## Moodle, die Lernplattform für den Unterrichtsaltag

Moodle ist eine Online-Lernplattform, die virtuelle Kursräume zur Verfügung stellt. In Moodle-Kursen können Sie als Kursleitende online Lerninhalte und Arbeitsmaterialien für Ihre Kursteilnehmenden einstellen, die diese dann bearbeiten sollen. Arbeitsmaterialien können Texte, Links und Dateien sein. Sie können auch feste Zeiten vereinbaren, in denen sich alle Teilnehmer/innen im virtuellen Kursraum treffen und austauschen. Die Kursteilnehmenden/Schüler haben so den Vorteil eines interaktiven eLearnings von zuhause aus. Wie Sie Moodle als Begleitplattform Ihres (Präsenz-)Kurses einbinden können, soll in dieser Fortbildung gezeigt und erklärt werden. Werden Sie fit für Moodle!

Inhalte:

- Einführung in die Software
- Einsatzmöglichkeiten im VHS-Kurs – In vier Schritten zur Kurserstellung
- Wichtige Moodle-Funktionen (z.B. Dateien hochladen, verlinken, Einbinden von Wikis oder externen Lernpaketen, Tests, ...)
- Anwendungsbeispiele
- Datenschutz-Aspekte

<b>Veranstaltung</b>	<b>503.100</b>
<b>Leitung</b>	<b>Dipl.-Ing. Hans-Peter Merkel</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa. 07.04.2018, 09:30 – 16:00 Uhr, mit Mittagspause</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>Bürgerhaus March 79232 March (Ortsteil Buchheim) Sportplatzstr. 14 EDV-Raum EG</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>22.03.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS March 07665 911-111 anmeldung@vhsmarch.de</b>

## Interkulturelle Kommunikation

Der Kurs enthält eine kurze und allgemeine Einführung zur interkulturellen Kompetenz, um auf das große Thema "Interkulturelle Kommunikation im Kursraum der VHS" vorzubereiten. Für den effektiven Umgang mit Kursteilnehmenden, die einen anderen kulturellen Hintergrund haben, sind "interkulturelle Kompetenz und Kommunikation" gefordert - eine Kombination aus sozialen Fertigkeiten und einschlägigem Fachwissen. Die Forschungen Geert Hofstedes ermöglichen uns, Handlungstipps und Handlungsalternativen zu entwickeln, die unseren Unterricht ansprechend und herausfordernd für Teilnehmerinnen und Teilnehmer gestalten können.

<b>Veranstaltung</b>	<b>599060</b>
<b>Leitung</b>	<b>Holger Witzenleiter</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 14.04.2018, 09:00 – 16:30 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Offenburg Amand-Goegg-Str. 2 – 4 Raum 302</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>06.04.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Offenburg 0781 9364-200 anmeldung@vhs-offenburg.de</b>

## Aktive Stressbewältigung durch Resilienz: Die Kraft der Steh-Auf-Menschen

Mit „Resilienz“ wird die innere Stärke eines Menschen bezeichnet, die befähigt, Herausforderungen oder Krisen im beruflichen oder privaten Umfeld nicht nur unbeschadet zu überstehen, sondern manchmal sogar gestärkt aus ihnen hervorzugehen. Wie die Spielzeugfigur des Stehaufmännchens, das aus jeder Lage seine aufrechte Haltung wieder einnehmen kann, schaffen es resiliente Menschen auch in schwierigen Situationen wieder in einen Zustand des inneren Gleichgewichtes zurückzufinden. Sie haben Handlungsmuster zur Krisenbewältigung entwickelt, durch die sie auch in widrigen Lebensumständen kreativ und flexibel reagieren können. Diese Fähigkeit lässt sich trainieren und das ganze Leben lang weiterentwickeln. Resilienz dient der aktiven Stressbewältigung und Burn-out-Prophylaxe, und hilft uns, leistungsfähig und körperlich gesund zu bleiben. In diesem Seminar lernen Sie die Resilienzfaktoren der Gesundheitserhaltungskraft näher kennen und bekommen einen ersten Eindruck davon, wie Sie Ihre eigenen Ressourcen aktivieren und Ihre individuelle Widerstandskraft stärken können.

Inhalte: Das Resilienz-Modell; Einschätzung der eigenen Resilienz-Ressourcen; sieben trainierbare Schlüsselstärken

Zielgruppe: Kursleitende und hauptamtlich Mitarbeitende

<b>Veranstaltung</b>	<b>933.003</b>
<b>Leitung</b>	<b>Margit Amon</b>
<b>Termin</b>	<b>Fr, 20.4.2018, 10:00 – 17:00 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Freiburg, Rotteckring 12, 79098 Freiburg, Raum</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>13.04.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Freiburg 0761 36895-10 info@vhs-freiburg.de</b>

## Lampenfiebertraining: Bestimmt auftreten und souverän bleiben

Als Lehrende, Vortragende oder Präsentierende stehen wir in einer exponierten Situation. Dies verlangt nicht nur ein hohes Maß an inhaltlicher Struktur, sondern konfrontiert uns teilweise auch mit Gefühlen wie Aufregung und Lampenfieber. In diesem Kurs lernen Sie grundlegende Übungen zur Verbesserung Ihrer Auftrittskompetenz: Wie kann ich das Ungleichgewicht von Spannungszuständen in meinem Körper ausgleichen? Wie kann ich den Raum und die Zuhörenden für mich einnehmen? Wie kann ich meine Stimme kraftvoll und tragfähig einsetzen? Wie schaffe ich es meine Nervosität in den Griff zu kriegen?

Praxisorientierte Atem-, Stimm-, Sprech- und Konzentrationsübungen eröffnen Ihnen Möglichkeiten, sich auf Auftrittssituationen vorzubereiten und sich auszuprobieren. Exemplarisch werden kreative Lösungen gefunden, Ihre individuellen Stärken so einzusetzen, dass Sie letztlich zu mehr Leichtigkeit in der Interaktion mit dem Publikum finden.

<b>Veranstaltung</b>	<b>933.002</b>
<b>Leitung</b>	<b>Nisma Bux-Cherrat</b> <b>Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 16.6.2018, 10:00 – 17:00 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Freiburg</b> <b>Rotteckring 12</b> <b>79098 Freiburg</b> <b>VHS im Schwarzen Kloster</b> <b>Theatersaal</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende)</b> <b>85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>08.06.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Freiburg</b> <b>0761 36895-10</b> <b>info@vhs-freiburg.de</b>

## Erste Hilfe – Basisausbildung

Kursleitende sollten über die notwendige Ausbildung verfügen, um als Ersthelfer agieren zu können. Neben "lebensrettenden Sofortmaßnahmen" beinhaltet der Lehrgang die Themen Wundversorgung, Umgang mit Knochenbrüchen, Verbrennungen, Hitze-/Kälteschäden, Verätzungen, Vergiftungen und zahlreiche praktische Übungsmöglichkeiten. "Richtig helfen können - ein gutes Gefühl!" Dieser Lehrgang des DRK liefert Ihnen die Handlungssicherheit in Erster Hilfe bei nahezu jedem Notfall in Freizeit und Beruf und ggf. auch in Ihrem Kurs. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Die Erste Hilfe Basisausbildung richtet sich an alle Übungsleiter im Sportverein und betriebliche Ersthelfer (Führerscheine Kl. A, B, C).

<b>Veranstaltung</b>	<b>599304</b>
<b>Leitung</b>	<b>Team der VHS</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa,05.05.2018, 08:00 – 16:30 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Offenburg Amand-Goegg-Str. 2 – 4 Raum 301</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende) 35,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>19.04.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Offenburg 0781 9364-200 anmeldung@vhs-offenburg.de</b>

## **Achtsamkeit – Konzentration – Ruhe: Praxisworkshop für Kursleitende**

Impulse der Stille, Möglichkeiten in die Achtsamkeit zu kommen sowie die Umsetzung in Ihren Kursen sind Elemente der Fortbildung. Sie lernen Ruheübungen für bewusste Pausen im Arbeitsalltag sowie Achtsamkeitsübungen aus verschiedenen Bereichen wie Qigong, Meditation, Atmung und Konzentration kennen. Sie erhalten Anregungen, die Sie in Ihre Kurseinheiten oder Seminare zur Entspannung, zur Konzentration, als Achtsamkeitselement oder als kleine Pause integrieren können.

<b>Veranstaltung</b>	<b>599302</b>
<b>Leitung</b>	<b>Ellen Vennemann</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 03.03.2018, 09:00 – 16:30 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Offenburg Amand-Goegg-Str. 2 – 4 Raum 113</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>23.02.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Offenburg 0781 9364-200 anmeldung@vhs-offenburg.de</b>

## Hygiene in Kochkursen

Hygiene ist unerlässlich und wird vom Gesetzgeber gefordert. Immer wieder liest man in der Presse von Magenverstimmungen und Vergiftungen - auch im Zusammenhang mit Kochkursen. Manchmal ist mangelnde Hygiene der Grund, manchmal Unwissen. Dem wollen wir vorbeugen. Bevor Sie Ihren ersten Kochkurs im Ernährungsbereich geben, wird eine Bescheinigung gemäß §43 Abs. 1 Infektionsschutzgesetz benötigt. Erfahrene Kursleiter/innen können ihr Wissen auffrischen und Erfahrungen austauschen. Dieses Seminar ersetzt nicht die Ersts Schulung an einem Gesundheitsamt. Sie erhalten ein Zertifikat mit dem Sie die gesetzliche Nachschulung nachweisen können. Die Hygiene-schulung richtet sich nach der EU-Verordnung EG Nr. 852/2004 und Infektionsschutzgesetz § 43.

<b>Veranstaltung</b>	<b>100002</b>
<b>Leitung</b>	<b>Gerlind Single</b>
<b>Termin</b>	<b>Do, 08.03.2018, 18:00 – 20:15 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Lahr Kaiserstr. 41 Raum 1.07</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>3</b>
<b>Gebühr</b>	<b>15,00 € (VHS-Kursleitende) 30,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>01.03.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Lahr 07821 918-0 vhslahr@lahr.de</b>

## Lachyoga: Mit Lachen abschalten und die Gesundheit stärken (FQ)

Beim Lachen werden körpereigene Abwehrstoffe aktiviert, Lachen stärkt das Immunsystem und beugt Krankheiten vor. Es werden Glückshormone aktiviert, während chronischer Stress langfristig reduziert werden kann. Menschen, die regelmäßig Lachyoga machen, sind stressresistenter und nehmen die Dinge gelassener. Sie können Probleme besser bewältigen und leichter auf andere Menschen zugehen. Lachen ohne Grund ist gar nicht so schwer, wie alle denken! Sie lernen Lachübungen kennen, die sie in Ihren Kurs und Ihren Alltag integrieren können. Sie erleben die positiven Auswirkungen des Lachens und können sie selbst ausprobieren.

Bitte mitbringen: warme Socken, kleines Handtuch, Getränk.

Mitmachen und mitlachen:

- Entstehung der Lachtherapie
- aktuelle Erkenntnisse der Lachforschung (Gelotologie)
- gesundheitliche Wirkungen des Lachens
- praktische Lachübungen und Humorspiele
- Atem-, Dehn- und Entspannungsübungen

<b>Veranstaltung</b>	<b>599306</b>
<b>Leitung</b>	<b>Cornelia Müsseemann</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 14.04.2018, 09:00 – 16:30 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Offenburg Amand-Goegg-Str. 2 – 4 Raum 113</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>06.04.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Offenburg 0781 9364200 anmeldung@vhs-offenburg.de</b>

## Ich kann kochen!

Sie arbeiten in der Kita, in der Grundschule oder an außerschulischen Lernorten? Wir möchten Sie dabei unterstützen, Kinder und Jugendliche auf den Geschmack gesunder Ernährung zu bringen und für frische Lebensmittel zu begeistern.

In einer kostenfreien, eintägigen Fortbildung können Sie saisonale Rezepte ausprobieren, Grundsätze einer ausgewogenen Ernährung, wichtige Warengruppen und Küchentechniken kennenlernen und Tipps zur Umsetzung eines Koch- und Ernährungskurses an ihrer Einrichtung erhalten. Daneben erhalten Sie praxisnahe Materialien für Kita-Alltag und Schule.

Das Angebot ist Teil der bundesweiten Ernährungsbildungsinitiative Ich kann kochen! der Sarah Wiener Stiftung und der BARMER. Mehr zu Ich kann kochen! finden Sie unter [www.ichkannkochen.de](http://www.ichkannkochen.de)

<b>Veranstaltung</b>	<b>599 300</b>
<b>Leitung</b>	<b>Stephanie Lehmann</b>
<b>Termin</b>	<b>Fr, 13.07.2018, 09:00 – 17:00 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Offenburg Amand-Goegg-Str. 2-4 Raum 201</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>00,00 € (VHS-Kursleitende) 00,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>06.07.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>Ichkannkochen.de</b>

**Partner 2017  
der Sarah Wiener Stiftung  
und der BARMER**



## **Fundament Füße - mittels Body-Alignment® (FQ)**

Eine Zentrierung und Aufrichtung von "Fuß bis Kopf" ist der Schlüssel zu einem gesunden Körper und einem ökonomischen Körpergebrauch. In Schuhe verpackt und auf Asphalt laufend sind die Füße meist unterfordert, was sich in Erschlaffung und Verhärtung der Strukturen zeigt. In dieser Fortbildung wird vermittelt wie ein abwechslungsreicher und mehr fordernder Gebrauch den Füßen zu neuer Geschmeidigkeit und einem jugendlich- federnden Gang verhilft. Body-Alignment® - eine Art lebendige Anatomie - arbeitet im Sinne der Ideokinese mit der wissenschaftlichen Erkenntnis darüber, dass unsere Vorstellungen und Gedanken einen direkten Einfluss auf unseren Körperzustand und - gebrauch haben. Mittel sind: ein klares Verständnis der Anatomie, Dehn- und Bewegungsübungen, freies Tanzen mit Musik, Körperarbeit, Einführung in die Methode der "Konstruktiven Ruhe" sowie das Kennenlernen verschiedener Fantasie-Bilder und Metaphern für den Körper.

Bitte mitbringen: bequeme Bewegungskleidung, warme Socken und etwas zum Schreiben. Angesprochen sind Kursleiter/ innen aller Fachbereiche.

<b>Veranstaltung</b>	<b>993.004</b>
<b>Leitung</b>	<b>Renate Müller-Procyk, Diplom-Tänzerin, Tanzpädagogin</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 30.06.2018, 10:00 – 17:00 Uhr So, 01.07.2018, 10:00 – 14:30 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Freiburg, VHS im Colombi-Eck Friedrichstr. 52 Gelber Raum</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>14</b>
<b>Gebühr</b>	<b>60,00 € (VHS-Kursleitende) 140,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>22.06.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Freiburg 0761 – 3689510 info@vhs-freiburg.de</b>

## Planung und Vorbereitung von Sprachkursen (FQ)

Die Ansprüche der Teilnehmer/innen an Seminare werden immer höher, daher sollte ein größeres Augenmerk auf die Vorbereitung gelegt werden.

In dieser Fortbildung erhalten Sie einen Überblick über die Merkmale der Erwachsenenbildung und die notwendigen Lernvoraussetzungen. Es werden Maßnahmen zur effektiven Kursplanung und Hilfen zur Teilnehmermotivation vermittelt. Bitte bringen Sie die Lehrbücher, mit denen Sie arbeiten, mit.

<b>Veranstaltung</b>	<b>599406</b>
<b>Leitung</b>	<b>Chantal Ruiz</b>
<b>Termin</b>	<b>Fr, 16.03.2018, 10:00 – 17:00 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Offenburg Amand-Goegg-Str. 2 – 4 Raum 203</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>09.03.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Offenburg 0781 9364200 anmeldung@vhs-offenburg.de</b>

## Die Quadratur des Kreises? Binnendifferenzierung im DaZ-Unterricht (FQ)

Die zunehmende Diversität und Heterogenität der Lerngruppen in DaZ-Kursen, insbesondere Integrationskursen, stellt Kursleiter vor neue Herausforderungen. Wenn Sie das als eine Chance für einen lebendigen und interkulturell-kommunikativ effektiven Unterricht begreifen, können Sie Ihr methodisch-didaktisches Werkzeug in dieser Fortbildung erweitern. Die Referentin zeigt Wege, wie ein binnendifferenzierter Unterricht zu mehr Lernerfolg führen kann. Binnendifferenzierung erfordert aber von den Kursleitern eine hohe didaktische Kompetenz. Sie machen sich der Komplexität des didaktischen Settings bewusst und erarbeiten methodisch-didaktische Lösungsansätze. Anhand zahlreicher Beispiele aus der Unterrichtspraxis der Referentin und Ihrer Kollegen reflektieren Sie, wie Sie eine Balance zwischen Individualisierung der Lernprozesse und Kooperation der Kursteilnehmer finden. Selbstverständlich steht der Austausch nicht nur mit der Referentin, sondern auch mit Ihren Kollegen im Vordergrund.

Wenn Sie mit einem bestimmten Lehrwerk arbeiten, können Sie es gerne mitbringen.

<b>Veranstaltung</b>	<b>G40490</b>
<b>Leitung</b>	<b>Anna De Jonghe</b> <b>DaZ-Dozentin, Fortbildnerin</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 17.03.2018, 09:30 – 15:00 Uhr,</b> <b>mit Pause</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS-Haus Müllheim</b> <b>Gerbergasse. 8</b> <b>Raum 11</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende)</b> <b>85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>12.03.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Markgräflerland</b> <b>07631 16686</b> <b>info@vhs-markgraeflerland.de</b>

## Wie klingt Deutsch? Phonetik im DaZ-Unterricht trainieren (FQ)

„Verständlich sprechen ist viel wert, gesprochenes Wort nicht wiederkehrt.“ Nicht nur Grammatik und Wortschatz sind entscheidend dafür, dass eine Sprache gut beherrscht wird. Genauso wichtig ist die gute Aussprache von typisch deutschen, für unsere Lernenden ungewohnten Lauten und Lautfolgen. Fast alle Lernenden benötigen dafür Hilfe und Zeit, um Ohr und Zunge an unsere Sprache zu gewöhnen.

Sie erhalten in diesem Seminar einen Überblick über die Laute und Lautfolgen, die besondere Schwierigkeiten machen, und Übungsmaterial für wichtige phonetische Themen des Deutschen, wie Artikulation, Akzent, Rhythmus und Prosodie.

<b>Veranstaltung</b>	<b>599401</b>
<b>Leitung</b>	<b>Doris Gagnol</b>
<b>Termin</b>	<b>Sa, 21.04.2018, 10:00 – 17:00 Uhr</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Offenburg Amand-Goegg-Str. 2-4 Raum 203</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Kursleitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>13.04.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Offenburg 0781 9364-200 anmeldung@vhs-offenburg.de</b>

## Einführung in die Nutzung des A1-Deutschkurses (DVV)

Sie möchten im Rahmen Ihres Deutschunterrichts den A1-Deutschkurs einsetzen? Das Lernportal ist orientiert am Rahmencurriculum für Integrationskurse und bietet Ihnen unterschiedlichste Übungstypen online, die Sie auf vielfältige Art in Ihren Unterricht integrieren können. In der Schulung lernen Sie neben den Funktionen, die den Lernenden zur Verfügung stehen, auch die Tutorenplattform kennen, über die Sie Ihre Lerngruppe betreuen können.

Teilnahmevoraussetzungen:

Die Teilnehmenden sind geübt im Umgang mit dem Computer (Mouse, Tastatur, Internet, E-Mail, Registrierungsprozesse online). Es werden keine Kenntnisse des Lernportals vorausgesetzt. Die Teilnehmenden sind aufgefordert, zur Schulung ein eigenes Smartphone mitzubringen, sofern vorhanden.

Inhalte der Schulung:

Inhalte und didaktisches Konzept des A1-Lernportals, Anmeldung von Lernenden, Funktionen der Tutoren- und Lernerplattform, Zusammenspiel Lerner/Kursleiter (Tutor), Lernbereiche und Übungen im Portal, weitere Funktionen des Portals, Einsatzkonzepte/didaktische Einbindung des Portals in den Unterricht

<b>Veranstaltung</b>	<b>100003</b>
<b>Leitung</b>	<b>N. N.</b>
<b>Termin</b>	<b>Siehe <a href="http://www.vhs.lahr.de">www.vhs.lahr.de</a></b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Lahr Kaiserstr. 41 EDV-Raum</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>6</b>
<b>Gebühr</b>	<b>00,00 € (VHS-Kursleitende) 69,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>Bitte bei VHS Lahr nachfragen.</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Lahr 07821 918-0 <a href="mailto:vhslehr@lahr.de">vhslehr@lahr.de</a></b>

## Hat der Kunde immer Recht? Modernes Beschwerdemanagement

Jede Unzufriedenheit mit den Leistungen einer Firma oder öffentlichen Einrichtung wird im Durchschnitt 13 Mal weitererzählt. Gut behandelte Reklamationen hingegen erhöhen nicht nur unser positives Image nach außen, sondern helfen der Einrichtung, die Schwachstellen zu sehen und lösungsorientiert zu verändern. Deshalb gehört modernes Beschwerdemanagement zu den Wettbewerbsvorteilen, durch die wir uns von anderen Weiterbildungsdienstleistern positiv unterscheiden können.

In diesem Seminar lernen Sie:

- eine andere Einstellung zu Fehlern und Reklamationen kennen;
- sprachlich kompetent mit Beschwerden und emotional gelassen mit schwierigen Situationen umzugehen;
- durch geschicktes Fragen die sachliche und emotionale Ebenen zu trennen;
- Stresssituationen zu entschärfen;
- lösungsorientiert mit unzufriedenen Kunden umzugehen;
- Beschwerden als positiven Lernfaktor für die Gesamteinrichtung aufzunehmen und als Instrument des Qualitätsmanagements zu nutzen.

Diese Fortbildungsveranstaltung richtet sich an  
Verwaltungsmitarbeiter/innen.

<b>Veranstaltung</b>	<b>599200</b>
<b>Leitung</b>	<b>Margit Amon</b>
<b>Termin</b>	<b>Mi, 14.03.2018, 09:00 – 17:00 Uhr,</b>
<b>Ort/Anschrift</b>	<b>VHS Offenburg Amand-Goegg-Str. 2 – 4 Raum 203</b>
<b>UE gesamt</b>	<b>8</b>
<b>Gebühr</b>	<b>35,00 € (VHS-Mitarbeitende) 85,00 € (Externe)</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	<b>07.03.2018</b>
<b>Informationen</b>	<b>VHS Offenburg 0781 9364-200 anmeldung@vhs-offenburg.de</b>

(Bitte senden Sie Ihre Anmeldung an die durchführende Volkshochschule)

## **Anmeldung zur Regionalen Fortbildung**

.....  
Name, Vorname

.....  
Straße

.....  
PLZ / Ort

.....  
Telefon (tagsüber)

.....  
Mobilfunk

.....  
E-Mail

.....  
Meine Bankverbindung

.....  
KursleiterIn der VHS

.....  
Geburtsdatum

### **Hiermit melde ich mich an zur Regionalen Fortbildung**

.....  
Nummer

.....  
Titel

.....  
Veranstaltungsdatum

.....  
Veranstaltungsort

.....  
Datum, Unterschrift

.....  
Stempel und Unterschrift „Ihrer“ VHS

## Kontaktdaten der Volkshochschulen Südlicher Oberrhein

**Volksbildungswerk  
Bötzingen**  
07663 931020  
[www.vbwboetzingen.de](http://www.vbwboetzingen.de)

**VHS Hochschwarzwald**  
07651 1363  
[www.vhs-hochschwarzwald.de](http://www.vhs-hochschwarzwald.de)

**VHS Nördlicher Breisgau**  
07641 9225-25  
[www.vhs-em.de](http://www.vhs-em.de)

**VHS Umkirch**  
07665 50516  
[www.vhsumkirch.de](http://www.vhsumkirch.de)

**VHS Dreisamtal**  
07661 5821  
[www.vhs-dreisamtal.de](http://www.vhs-dreisamtal.de)

**VHS Lahr**  
07821 918-0  
[www.vhs.lahr.de](http://www.vhs.lahr.de)

**VHS Offenburg e.V.**  
0781 9364-200  
[www.vhs-offenburg.de](http://www.vhs-offenburg.de)

**VHS Neuenburg**  
07631 7489-721  
[www.vhs.neuenburg.de](http://www.vhs.neuenburg.de)

**VHS Freiburg**  
0761 36895-10  
[vhs-freiburg.de](http://vhs-freiburg.de)

**VHS Waldkirch**  
07681 474149  
[www.vhs-waldkirch.de](http://www.vhs-waldkirch.de)

**VHS Ortenaukreis**  
07841 4005  
[www.vhs-ortenau.de](http://www.vhs-ortenau.de)

**VHS March**  
07665 91111-1  
[www.vhsmarch.de](http://www.vhsmarch.de)

**VHS Gundelfingen**  
0761 5911-300  
[www.gundelfingen.de](http://www.gundelfingen.de)

**VHS Westl. Kaiserstuhl-  
Tuniberg**  
07667 261  
[www.vhs-breisach.de](http://www.vhs-breisach.de)

**VHS Südlicher Breisgau**  
07633 9265-0  
[www.vhs-bad-krozingen.de](http://www.vhs-bad-krozingen.de)

**VHS Markgräflerland**  
07631 16686  
[www.vhs-markgraeflerland.de](http://www.vhs-markgraeflerland.de)

