

Künstliche Intelligenz verstehen und nutzen

Künstliche Intelligenz verändert zunehmend Alltag, Schule und Arbeitswelt. Die Kurse zeigen praxisnah, wie moderne KI-Werkzeuge sinnvoll, sicher und gewinnbringend eingesetzt werden können.

ChatGPT zeit- und gewinnbringend im Büroalltag nutzen – Online | 26G05160
Do, 05.11. | 2 Termine | ab 17:00 | online

KI praktisch erleben: Einstieg in Alltag & Büro | 26W05102K0
Di, 08.12. | 1 Termin | ab 17:00 | online

Medienkompetenz für Eltern: Wie KI den Alltag unserer Kinder verändert | 27W051V114
Mi, 17.03. | 1 Termin | ab 17:00 | online

Yoga, Tai Chi und Qi Gong

Sanfte Bewegungen, bewusste Atmung und Achtsamkeit fördern Beweglichkeit, Ausgeglichenheit und innere Ruhe. Die Kurse unterstützen dabei, neue Kraft für Alltag und Beruf zu schöpfen.

Yoga Aerial – Schweben im Tuch | 26W03103
Sa, 07.11. | 1 Termin | ab 09:00 | Wurzen-Nemt

Yoga Aerial – Schweben im Tuch | 26W03105
So, 08.11. | 1 Termin | ab 09:00 | Wurzen-Nemt

Yoga-Wochenende zur Prävention & Regeneration | 26G03132 | Fr, 13.11. | 3 Termine | ab 18:00 | Grimma, VHS

Tai Chi Chuan Basisübungen – Kompakt | 26W03153
Fr, 04.12. | 2 Termine | ab 17:00 | Wurzen, VHS

Yoga-Wochenende zur Prävention & Regeneration | 26W03133
Fr, 18.12. | 3 Termine | ab 18:00 | Wurzen, VHS

Hatha-Yoga | 27W23110
Di, 05.01. | 10 Termine | ab 10:00 | Brandis

Ausgeglichenheit und Entspannung mit Qi Gong | 27W43160
Di, 05.01. | 10 Termine | ab 17:45 | Thammehain

Smartphone, Computer und digitale Anwendungen für Alltag und Beruf

Digitale Anwendungen gehören längst zum Alltag. Die Kurse vermitteln Grundlagen, bauen Berührungängste ab und helfen dabei, technische Möglichkeiten sicher und sinnvoll zu nutzen.

Computer-Workshop für aktive Senioren | 26W051S210 |
Mo, 02.11. | 5 Termine | ab 16:30 | Wurzen, VHS

Digitale Apps als Alltagshelfer | 26G05114
Mi, 04.11. | 4 Termine | ab 09:00 | Grimma, VHS

Fit durch Übung an Laptop und PC | 26G05113 | Mo, 02.11. | 2 Termine | ab 09:00 | Grimma, VHS
27G05115 | Mi, 13.01. | 2 Termine | ab 09:00 | Grimma, VHS

Finanzbuchführung 2 mit Xpert Business-Zertifikat | 26G05451
Mo, 02.11. | 22 Termine | ab 18:30 | Xpert Business Cloud

Finanzbuchführung 3 DATEV mit Xpert Business Zertifikat | 26G05452
Di, 03.11. | 16 Termine | ab 18:30 | Xpert Business Cloud

Finanzbuchführung – Grundkurs | 26G05402
Do, 05.11. | 10 Termine | ab 18:00 | Grimma, VHS

Sicher im digitalen Alltag | 26G05131
Mo, 09.11. | 2 Termine | ab 17:00 | Grimma, VHS

Nutzung von Smartphone und Tablet | 26G05124 | Mo, 23.11. | 3 Termine | ab 09:00 | Grimma, VHS
26W051S200 | Mi, 25.11. | 3 Termine | ab 15:15 | Wurzen, VHS

Excel Einführungskurs | 26W0510220
Mo, 23.11. | 4 Termine | ab 17:00 | Wurzen, VHS

Digitale Dienste im Alltag nutzen | 26W0510200
Mi, 25.11. | 4 Termine | ab 15:00 | Wurzen, VHS

Der digitale Nachlass | 26G05132
Di, 01.12. | 2 Termine | ab 09:00 | Grimma, VHS

Excel - effizientes Arbeiten im Büroalltag | 27G05150
Di, 12.01. | 1 Termin | ab 09:00 | Grimma, VHS

Sprachen lernen – fit für Alltag, Reisen und Beruf

Sprachen öffnen Türen zu neuen Kulturen, Begegnungen und beruflichen Möglichkeiten. Ob Englisch, Spanisch, Italienisch, Französisch oder Japanisch – verbessern Sie Ihre Sprachkenntnisse und erhalten Sie spannende Einblicke in Kultur und Lebensweise anderer Länder.

Weitere Angebote auf: www.vhs-ikl.de/sprachen

Italienisch für Anfänger - Neustart | 26W3491010
Do, 05.11. | 10 Termine | ab 17:00 | Borsdorf

Italienisch für Anfänger mit Vorkenntnissen | 26G0491050
Mi, 25.11. | 10 Termine | ab 18:45 | Grimma, VHS

Spanisch für Anfänger - Neustart | 26W04M1011
Mo, 09.11. | 10 Termine | ab 17:30 | Wurzen, VHS

Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen | 26W04M1043
Mi, 25.11. | 10 Termine | ab 18:15 | Wurzen, VHS

Englisch von Anfang an | 26G0461010
Di, 10.11. | 10 Termine | ab 17:30 | Grimma, VHS

Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen | 26W0461030
Do, 26.11. | 10 Termine | ab 18:15 | Wurzen, VHS

Französisch für Anfänger - Neustart | 26W0481011
Di, 17.11. | 10 Termine | ab 18:00 | Wurzen, VHS

Malen, Zeichnen und Gestalten

Farben, Formen und verschiedene Materialien eröffnen vielfältige Möglichkeiten, eigene Ideen umzusetzen. Die Kurse laden zum Ausprobieren, Experimentieren und kreativen Gestalten ein.

Aquarellmalerei-Grundkurs | 26W02710
Fr, 27.11. | 2 Termine | ab 17:00 | Wurzen, VHS

Dot Painting – Workshop | 26G02946 | Mi, 18.11. | ab 17:00 | Grimma, VHS
26W02797 | Sa, 5.12. | 2 Termine | ab 9:30 | Wurzen, VHS

Zeichnung und Malerei | 27W32700
Di, 19.01. | 8 Termine | ab 18:30 | Borsdorf, Freies Gymn.

Momente mit Marker und Pigmentstift festhalten | 27W02700
Fr, 22.01. | 2 Termine | ab 17:00 | Wurzen, VHS

Comics zeichnen – Kreativität für jedes Alter | 27W02701
Mo, 15.02. | 5 Termine | ab 16:00 | Wurzen, VHS

Medienkompetenz für Eltern

Kinder und Jugendliche wachsen mit digitalen Medien auf, was mit Chancen aber vor allem auch mit Risiken verbunden ist. Die Vortragsreihe unterstützt Eltern dabei diese besser einzuordnen und ihre Kinder sicher durch die digitale Welt zu begleiten.

Das erste Smartphone | 27W051V111
So, 17.01. | 1 Termin | ab 10:00 | online

Faszination oder Mediensucht? | 27W051V112
So, 24.01. | 1 Termin | ab 10:00 | online

Konfliktfall Klassenchat | 27W051V113
So, 21.02. | 1 Termin | ab 10:00 | online

Wie KI den Alltag unserer Kinder verändert | 27W051V114
Mi, 17.03. | 1 Termin | ab 17:00 | online

Schutz vor Manipulation und Fake News | 27W051V115
Mi, 24.03. | 1 Termin | ab 17:00 | online

Naturkosmetik und natürliche Pflege

Natürliche Zutaten bieten vielfältige Möglichkeiten für die Herstellung von Pflegeprodukten und Wohlfühl-anwendungen. Lernen Sie traditionelle Rezepturen und die Kraft heimischer Pflanzen kennen.

Seifen, Salbe und Tee – Geschenke der Natur | 26G03401 | Do, 12.11. | ab 17:00 | Grimma, VHS

Einführung in die Aromapflege – Wohltuende Düfte | 26W03406 | Fr, 27.11. | ab 17:00 | Wurzen, VHS

Keramik und Arbeiten mit Ton

Ton bietet unzählige Möglichkeiten, eigene Ideen in Form zu bringen. Vom Modellieren über technische Grundlagen bis hin zum Brand lernen Sie die vielfältige Welt der Keramik kennen.

Gießen und Gestalten mit Relief-Gießpulver | 26G02801 | Sa, 07.11. | ab 09:00 | Grimma, VHS

Keramik Grundwissen: Formen und Bauen mit dem Werkstoff Ton | 26W0283A | Sa, 28.11. | ab 10:00 | Wurzen, VHS

Keramik Grundwissen-Keramischer Brand | 26W0283B | Sa, 19.12. | ab 10:00 | Wurzen, VHS

Keramik | 27W02800
Mo, 04.01. | 6 Termine | ab 17:00 | Wurzen, VHS

Grafikdesign mit Canva

Mit modernen Gestaltungsprogrammen lassen sich Präsentationen, Kalender, Bewerbungen und Social-Media-Beiträge professionell und kreativ umsetzen. Die Kurse vermitteln praxisnahe Gestaltungskompetenzen für Alltag und Beruf.

Kalender gestalten mit Canva –
Schöne Erinnerungen festhalten | 26G05141
Di, 03.11. | 3 Termine | ab 17:00 | Grimma, VHS

Social Media Beiträge gestalten mit Canva | 26G05143 | Do, 12.11. | 2 Termine | ab 17:00 | Grimma, VHS

Canva 2.1 – Mein eigenes Fotoprojekt | 26W0510247
Do, 03.12. | 2 Termine | ab 17:00 | Wurzen, VHS

Canva 3.1 – Präsentieren in Schule oder Beruf | 26W051024C
Di, 10.11. | 2 Termine | ab 18:00 | Wurzen, VHS

Canva 3.2 – Professionelle Bewerbungsunterlagen | 26W051024F
Di, 01.12. | 2 Termine | ab 18:00 | Wurzen, VHS

Fitness und Bewegung

Regelmäßige Bewegung stärkt Ausdauer, Kraft und Wohlbefinden. Die Kurse bieten abwechslungsreiche Möglichkeiten, aktiv zu bleiben und etwas für die eigene Gesundheit zu tun.

ZUMBA Fitness® | 27G33255
Do, 21.01. | 10 Termine | ab 18:30 | Mutzschen

AquaFit für mehr Ausdauer | 26W032C7
Fr, 27.11. | 10 Termine | ab 12:30 | Wurzen, Schwimmhalle

Gesellschaft, Nachhaltigkeit & Zukunft

Die Wie wir leben, wirtschaften und zusammenleben, prägt unsere Zukunft. Die Veranstaltungen geben Impulse zu Demokratie, Nachhaltigkeit und einem bewussten Umgang mit Geld.

Jungsein in Demokratie & Diktatur | 26W0110000 | Di, 10.11. | ab 18:00 | online

Nachhaltiger Leben – Geld sparen, Ressourcen schonen | 27W01401
Do, 14.01. | 6 Termine | ab 18:00 | Wurzen, VHS

Geld im Griff: Finanzielle Kompetenz für Alltag und Zukunft | 27W01304 | Di, 19.01. | ab 09:00 | Wurzen, VHS

Kochen im Herbst

Entdecken Sie die Vielfalt der Kürbisküche und bereiten Sie ein kleines herbstliches Menü gemeinsam zu. Besondere Kürbisse können gern mitgebracht werden.

Kürbis schaut aus dem Topf | 26W03502 | Do, 05.11. | ab 18:00 | Wurzen, Schule Nord

Winter- und Weihnachtsangebote

AN DER VOLKSHOCHSCHULE

Jetzt den passenden Kurs finden!

Alle Kurse, Informationen und Anmeldung unter:
www.vhs-ikl.de

Tel.: 03425-90470
Mail: info@vhs-ikl.de

Weihnachtsangebote – kreativ, genussvoll und unterhaltsam

Wenn die Vorfreude auf die Advents- und Weihnachtszeit wächst, laden unsere Weihnachtskurse dazu ein, besondere Dekorationen, individuelle Geschenke und kulinarische Köstlichkeiten selbst zu gestalten. Keramik, Filzen, Floristik, Backen, interessante Vorträge und vieles mehr – entdecken Sie schöne Ideen für eine stimmungsvolle Winterzeit.

Keramik für Weihnachten | 26W02841
Sa, 14.11. | 2 Termine | ab 14:00 | Wurzen, VHS

Floristische Dekoration für den Advent | 26W02A2A
Fr, 20.11. | ab 16:30 | Wurzen, VHS

Fr, 11.12. | ab 16:30 | Wurzen, VHS

Backen für den Advent | 26W03506
Do, 19.11. | ab 18:00 | Wurzen, Schule Nord

Filzen für die Weihnachtszeit | 26G02940
Sa, 28.11. | ab 10:30 | Grimma, VHS

Aquarellmalerei-Grundkurs | 26W02710
Fr, 27.11. | 2 Termine | ab 17:00 | Wurzen, VHS

Entspannung in der Weihnachtszeit mit tibetischen Klangschalen | 26W03173 | So, 13.12. | ab 14:00 | Wurzen, VHS

Unterhaltsame Vorlesung: Mathematik in der Weihnachtszeit | 26W072V200 | Di, 08.12. | ab 17:30 | Wurzen, VHS

Nähen, Filzen und textile Gestaltung

Mit Stoff, Wolle und kreativen Materialien entstehen individuelle Lieblingsstücke, Dekorationen und Geschenkideen. Die Kurse verbinden handwerkliches Können mit der Freude am Selbermachen.

Kreativer Strickkurs für Anfänger und Fortgeschrittene | 26G02920
Do, 05.11. | 6 Termine | ab 17:00 | Grimma, VHS

Filzen für die Weihnachtszeit | 26G02940
Sa, 28.11. | 1 Termin | ab 10:30 | Grimma, VHS

Nähen mit der Nähmaschine | 27G42900
Mo, 11.01. | 10 Termine | ab 18:00 | Naunhof

Gesundheit, Entspannung und mentale Stärke

Bewusste Auszeiten fördern Gesundheit, Gelassenheit und Wohlbefinden. Die Kurse vermitteln praktische Anregungen für Entspannung, mentale Gesundheit, Stressbewältigung und achtsamen Umgang mit den Herausforderungen des Alltags.

Fußreflexzonen-Massage kennenlernen und üben | 26W03192
Fr, 13.11. | 2 Termine | ab 18:00 | Wurzen, VHS

Feierabendrituale - Besser abschalten nach dem Arbeitstag | 26W03171 | Sa, 14.11. | 1 Termin | ab 11:00 | Wurzen, VHS

Entspannung in der Weihnachtszeit mit tibetischen Klangschalen | 26W03173
So, 13.12. | 1 Termin | ab 14:00 | Wurzen, VHS

Ersthelfer Mentale Gesundheit | 27G03600
Mo, 01.02. | 1 Termin | ab 09:00 | Grimma, VHS

Verständigung und Teilhabe

Kommunikation schafft Verständnis und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe. Die Angebote vermitteln praktische Werkzeuge, um Informationen zugänglicher zu gestalten und neue Formen der Verständigung kennenzulernen.

Leichte Sprache anwenden und nutzen | 26W02261 | Di, 27.10. | ab 09:00 | Wurzen, VHS

Deutsche Gebärdensprache (DGS), Teil 1 | 26G04T1010 | Do, 05.11. | 10 Termine | ab 17:20 | Grimma, VHS

Musik und Theater zum Mitmachen

Diese Kurse fördern Kreativität, Konzentration, Ausdruckskraft und Gemeinschaft. Ganz gleich, ob Sie ein Instrument erlernen oder erste Bühnenerfahrungen sammeln möchten – hier stehen Freude und persönliches Erleben im Mittelpunkt.

Musizieren mit dem Keyboard | 27G02D20
Mo, 22.02. | 10 Termine | ab 17:00 | Grimma, VHS

Jetzt mache ich Theater - Vorhang auf für Junggebliebene | 26W02301 | Do, 05.11. | 5 Termine | ab 10:00 | Wurzen, VHS