vhs Kreisvolkshochschule Alzey-Worms

FUTURE SKILLS

Kompetenzen für morgen

Programm

01. September 2025 bis 01. Februar 2026

www.vhs-alzey-worms.de

#zukunftsort_vhs

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

nun liegt schon wieder ein „Teil der Zukunft“ hinter uns…

Das Jahr der vhs als Zukunftsort 2025 ist gut gestartet. Wer hätte gedacht, dass Future Skills eine derart große Relevanz bekommen, angesichts der gesellschaftlichen und weltweiten Entwicklungen.

Unsichere Zeiten brauchen verlässliche Strukturen, um angstfrei Haltungen und Bindungen entwickeln zu können. Dies ist die Voraussetzung, für Menschen und Organisationen handlungsfähig zu bleiben. Die Kreisvolkshochschule sorgt mit ihrem regelmäßigen zeitgemäßen Programm für Sicherheit. Auf die Kreisvolkshochschule ist Verlass!

Im Rahmen des jährlichen „Come together“ haben sich die Kursleitungen mit der Frage beschäftigt, was genau zu den Future Skills zählt, die Teilnehmende bei der kvhs erwerben können. Interessanterweise wurden vor allem überfachliche Themen genannt: Selbstsicherheit, Selbstliebe, Resilienz, Disziplin, Eigenverantwortung, Gesundheit und eine positive Grundhaltung.

Auf dieser Basis entsteht ein Kursprogramm, das behutsam neue Medien integriert und neue Themen aufgreift. Dazu gehören im vorliegenden Programm die Webinarreihe „Welche Kompetenzen brauchen Frauen von morgen?“, sowie die „kleine Forscherwerkstatt“ in der jungen vhs bis zu dem immer breiteren Angebot an Gesundheitskursen. Allerdings ist Vielfalt des Angebots insgesamt wie ein Kaleidoskop an Trends und Entwicklungen.

Volkshochschule ist Veränderung. Wir reagieren immer wieder neu auf aktuelle Entwicklungen und erreichen erfreulicherweise auch immer mehr Menschen im Landkreis. So nahmen 2024 an 553 Kursen mit 19.453 Unterrichtseinheiten 6663 Personen teil. Darüber freuen wir uns sehr und bemühen uns immer neue Zielgruppen anzusprechen. So hat die Kreisvolkshochschule inzwischen den Bereich Fort- und Weiterbildung für Mitarbeitende der Kreisverwaltung und Beschäftige in den Kindertagesstätten im Landkreis auf- und ausgebaut. Denn auch hier zeigt sich die Entwicklungsfähigkeit der Einrichtung: Kooperation und Kollaboration sind wichtige Standbeine moderner Erwachsenenbildung.

Die Kreisvolkshochschule sorgt darüber hinaus für ein stabiles Angebot mit Sprachkursen, Prüfungen und Einbürgerungstests zur nachhaltigen Integration zugewanderter Menschen. Dies wird nun Schritt für Schritt um Programme zur beruflichen Integration im Landkreis erweitert. So werden wir im Herbst erstmals den Kurs „Fit für Ausbildung und Umschulung“ – gefördert durch das Jobcenter und die Agentur für Arbeit – anbieten.

Die Kreisvolkshochschule ist dabei selbst in einem „Change- Prozess“ und passt nicht nur ihr Angebot an ihre Bedürfnisse und Interessen an. So hat sich das Team der Volkshochschule im Januar intensiv damit befasst, wie dieser Prozess sich an den einzelnen Arbeitsplätzen auswirkt. Es hat sich gezeigt, dass Ordnung und Beweglichkeit als Ganzes nur möglich sind, wenn die zu Beginn formulierten Future Skills weiterentwickelt werden und Fehler als Chance begriffen werden.

In diesem Sinne ermutigen wir Sie, an Fehlern zu wachsen.
Sie sind nicht allein!

Viel Freude mit dem neuen Programm der Kreisvolkshochschule.

Ihr

Heiko Sippel
Landrat

KONTAKT, ANMELDUNG & INFORMATION

Geschäftsstelle der kvhs
Kulturzentrum
Theodor-Heuss-Ring 2 | 55232 Alzey
✆ 06731 408-6740
🖷 06731 408-84444
✉ kvhs@alzey-worms.de
www.vhs-alzey-worms.de
www.facebook.com/kvhsalzeyworms
www.instagram.com/vhs.alzey.worms/

Öffnungszeiten

Montag - Freitag	08.00 – 12.00 Uhr
Montag & Dienstag	14.00 – 16.00 Uhr
Donnerstag	14.00 – 18.00 Uhr

Anmeldung
Soweit nichts anderes angegeben, beträgt der Anmeldeschluss i. d. R. 5 Werktage vor Kursbeginn (Tag des Kursbeginns nicht mitgerechnet).

DEUTSCH ALS ZWEITSPRACHE

Beratungszeiten: dienstags & mittwochs vormittags nach Terminvereinbarung
✉ fachbereich-deutsch@alzey-worms.de | ✆ 06731 408-6747 oder 06731 408-6746

UNSER TEAM

Balz-Zimmermann, Petra Honorare & Gebührenbescheide	✆ 06731 408-6744	✉ balz-zimmermann.petra@alzey-worms.de
Botheroyd, Brendan Öffentlichkeitsarbeit & Marketing	✆ 06731 408-6756	✉ botheroyd.brendan@alzey-worms.de
Brovina, Anna Deutsch & Integration	✆ 06731 408-6747	✉ brovina.anna@alzey-worms.de
Busch, Stefanie Anmeldung	✆ 06731 408-6740	✉ busch.stefanie@alzey-worms.de
Clavijo-Michel, Kelly Stv. Leitung kvhs, Pädag. Bereichsleitung Sprachen	✆ 06731 408-6743	✉ clavijo-michel.kelly@alzey-worms.de
Janz, Natjana Anmeldung, BfG, ZPP	✆ 06731 408-6748	✉ janz.natjana@alzey-worms.de
Lang, Anja Service Deutsch & Integration	✆ 06731 408-6745	✉ lang.anja@alzey-worms.de
M'Barki, Najat Deutsch, Integration, Einbürgerung	✆ 06731 408-6746	✉ mbarki.najat@alzey-worms.de
Schröder, Julia Finanzen und Grundsatzsachbearbeitung	✆ 06731 408-6752	✉ schroeder.julia@alzey-worms.de
Schwarz, Steffanie Anmeldung	✆ 06731 408-6749	✉ schwarz.steffanie@alzey-worms.de
Silies, Elke Pädag. Bereichsleitung junge vhs und Beruf	✆ 06731 408-6754	✉ silies.elke@alzey-worms.de
Zendel, Stefanie Leitung kvhs	✆ 06731 408-6753	✉ zendel.stefanie@alzey-.worms.de

AUSSENSTELLEN

VHS Alzey, Saulheim & Wörrstadt Brendan Botheroyd	✆ 06731 408-6756	✉ kvhs-woerrstadt@alzey-worms.de
VHS Alzey-Land Geschäftsstelle der kvhs	✆ 06731 408-6740	✉ kvhs@alzey-worms.de
VHS Eich Gabriele Ortigosa	✆ 0178 4487180	✉ kvhs-eich@alzey-worms.de
VHS Monsheim Karl-Christian Prinz	✆ 06243 905383	✉ kvhs-monsheim@alzey-worms.de
VHS Wonnegau Daniela Pfeiffer	✆ 0155-63692370 (donnerstags von 14:30 - 18:00 Uhr)	✉ kvhs-wonnegau@alzey-worms.de
VHS Wöllstein Christine Breswald	✆ 06358 9892626	✉ kvhs-woellstein@alzey-worms.de

Impressum
Kreisverwaltung Alzey-Worms
Kulturzentrum
Ernst-Ludwig-Straße 36, 55232 Alzey
Postanschrift: Postfach 1360, 55232 Alzey
Zentrale Telefoneinwahl: +49 6731 408-0
E-Mail: info@alzey-worms.de

Der Landkreis Alzey-Worms ist eine Gebietskörperschaft (Körperschaft des Öffentlichen Rechts). Sie wird vertreten durch den Landrat Heiko Sippel
Inhaltlich Verantwortlicher gemäß § 55 Abs.2 RStV: Landrat Heiko Sippel

Satz und Design: Gudrun Leickert
Bildnachweis:
Titel u. Rückseite: Deutscher Volkshochschul-Verband e. V.
Innenseiten: kvhs Alzey-Worms, Freepik, Unsplash und Deutscher Volkshochschulverband e. V.

DIE DOZENTINNEN UND DOZENTEN DER KREISVOLKSHOCHSCHULE ALZEY-WORMS

Alle unsere Dozentinnen und Dozenten verfügen über hohe fachliche Kompetenzen, die meist durch ein entsprechendes Hochschulstudium, eine berufliche Qualifikation oder eine besondere Fortbildung nachgewiesen werden.

A | Abada, Fateh A. | Albrecht, Martin | Alvan, Victor | Angermann, Terrance | **B** | Bartnek, Daniel | Baumeister, Harald | Benz, Sabrina | Bickel, Wilfried | Bindault-Knappe, Géraldine | Bingenheimer, Jutta | Böhm, Kevin | Bohrmann, Tanja | Boiselle, Stephanie | Bollheimer, Antje | Botheroyd, Brendan | Bott, Ursula | Boyrazli, Hüseyin | Breier, Sabine | Breswald, Christine | Britz, Reiner | Buendia-Rodriguez, Elvira | Buhlmann-Reschke, Tanja | **C** | **D** | David, Christiane | Deilami, Zahra | Diconne, Claire | Dieter-Meuser, Eva | Dittler, Olivia | Drumm, Jens Uwe | **E** | Eckart, Sigrid | Eifinger, Anita | Emrath, Carsten | **F** | Faller, Daniela | Fausten, Simone | Fischer, Annika | Fischer, Susanne | Föckeler-Seidel, Anne | Fuchs-Franke, Rianne | **G** | Gansert, Frederike | Gashi, Miriam | Geffert-Ang, Sharnon | Gerdes, Michael | Göttel-Becker, Jutta | Gugumus, Gitta | Gutknecht, Evelyn | **H** |Hahn-Dietrich, Gabriele | Heller-Karneth, Eva Dr. | Henn, Jasmin | Henninger, Christina | Henrichs, Ellen | Hermann, Kurt | Hiller, Michael | **J** | Jacob, Margit | Jacobs, Ingeborg | Jung, Matthias | Jungk, Karl-Heinz | **K** | Karneth, Dr. Rainer | Kasemir-Sattler, Ina | Kinast, Karin | Klemmer, Yvonne | Krämer, Andreas | Kraus-Krämer, Ulrike | Krecker, Lucia A. | **L** | Lahr, Clenda Sabrina | Larro-Jacob, Anke | Lattschar, Birgit | Lepherc, Andrea | Leser, Dennis | Link, Jasmin | López Jiménez, Angeles | **M** | Mai, Martina | Meitzler, Johanna | Menninger-Kübler, Silvia | Meyer, Julia | Mohraz, Schirin | Museum Alzey | **O** | Oesterwinter, Maria | Ortigosa, Gabriele | **P** | Papstein, Jolanta | Pfeiffer, Daniela | Prinz, Karl-Christian | **Q** | Quade, Sylvia | **R** | Rahm, Siegrid | Reuter, Karin | Rohde, Stefanie | Röhrig, Birgit | Rompf, Margareta | Rose, Stefan | Roth, Heike | Rupprecht, Gina | **S** | Schindler, Steffen | Schlenk, Frederik | Schmitz, Maria | Schnabel, Daniela | Seck, Moulaye | Seel, Natalja | Siemund, Kai | Stampp, Christoph | Steitz, Torsten | Sterz, Melanie | Stöhr, Katharina | Stoycheva, Desislava | Sula, Alev Nur | **T** | Thiel, Barbara | Thomasky, Anke | Tuttas, Sheila | **U** | Ullrich, Ernita | **W** | Weber, Brigitte | Weigel, Franziska | Weimert, Christian | Weisbach, Stefan | Wengenroth-Dittewig, Betina | Wilde, Angelika | Wolf, Kirsten | Wrage, Marikka | **Z** | Zimmermann, Gabriele | Zimmermann, Patricia Maria | Zschernig, Rainer

UNSERE AUSSENSTELLENLEITUNGEN STELLEN SICH VOR

Wir freuen uns, zwei neue Außenstellenleiterinnen in unserem Team der Volkshochschule begrüßen zu dürfen:

Gabriele Ortigosa übernimmt ab sofort die Leitung der Außenstelle in Eich. Sie bringt langjährige Erfahrung im Bildungsbereich mit und freut sich darauf, neue Impulse zu setzen.

„Die Außenstelle der Volkshochschule Eich arbeitet an der Erweiterung ihres Kursangebots, um eine lebendige und offene Lernumgebung zu schaffen. Neue Themen und Formate sollen den Bedürfnissen der Teilnehmer gerecht werden.

Bei Fragen oder Anregungen können Sie mich jederzeit unter KVHS-Eich@Alzey-Worms.de erreichen. Ich freue mich auf den Austausch mit Ihnen! Ich freue mich darauf, von Ihnen zu hören und gemeinsam mit Ihnen neue Bildungswege zu gestalten!“

Ebenfalls neu dabei ist **Daniela Pfeiffer,** die die Verantwortung für die Außenstelle in Osthofen und Westhofen übernimmt. Mit ihrem Engagement und ihrer Begeisterung für lebenslanges Lernen ist sie eine wertvolle Bereicherung für unser Team.

„Ich finde es wichtig, dass es Orte gibt wie die VHS, in der Menschen zusammen kommen, um gemeinsam Zeit miteinander zu verbringen im gemeinsamen Tun.

Hier Ansprechpartnerin zu sein freut mich sehr.

Erreichbar bin ich per Mail oder per Handy.“

Weiterhin mit großem Einsatz und viel Erfahrung für die VHS tätig sind unsere drei bewährten Außenstellenleiter:

Karl-Christian Prinz (Außenstelle Monsheim), **Christine Breswald** (Außenstelle Wöllstein) und **Brendan Botheroyd** (Außenstelle Alzey, Saulheim und Wörrstadt). Sie stehen seit vielen Jahren für ein vielfältiges und qualitätsvolles Kursangebot in ihren Regionen.

Gemeinsam setzen sich unsere Außenstellenleitungen dafür ein, Bildung vor Ort erlebbar zu machen und die VHS als offenen Lernort für alle zu gestalten.

KLICK MICH

LEITBILD DER KREISVOLKS-HOCHSCHULE ALZEY-WORMS

Wir stehen für gelungenes Lernen bei der Kreisvolks-hochschule!

Die Kreisvolkshochschule Alzey-Worms (kvhs) in Trägerschaft des Landkreises Alzey-Worms ist gemäß rheinland-pfälzischem Weiterbildungs-gesetz (WBG) staatlich anerkannt.

Die kvhs versteht sich im Weiterbil-dungsbereich als kommunaler Dienst-leister des Landkreises.

Sie hat die Aufgabe, Erwachsenen den Erhalt, den Erwerb und die Vertiefung von Kompetenzen zu ermöglichen. Hierdurch trägt sie zugleich zum Abbau von Bildungs-benachteiligungen und zur Gewährleistung von Chancengleichheit sowie zur Integration bei. Unsere Programmangebote für Kinder und Jugendliche und die Kooperationsmaßnahmen mit allgemeinbildenden Schulen stellen eine sinnvolle Ergänzung unseres Veranstal-tungsangebots dar.

Die kvhs ist für die Menschen, für Unternehmen, Verwaltungen und andere Institutionen in der Region ein kompetenter Partner, wenn es um Fragen der Weiterbildung geht. Die individuelle und kompetente Beratungstätigkeit ist ein elementarer Baustein unseres Dienstleistungsangebots.

Unter gelungenem Lernen verstehen wir, durch das Angebot eines am persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Lebensumfeld der Menschen orientierten Weiterbildungsprogramms einen Beitrag zum Erwerb, zur Erweiterung und Vertiefung von Kompetenzen zu leisten.

Der Zugewinn an Kenntnissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten, der aus der Teilhabe an Weiterbildung in Gemeinschaft mit anderen Menschen resultiert, soll auch als Chance und (lebens-) bereichernde Erfahrung verstanden werden. Neue Perspektiven werden eröffnet und die nachhaltige Ausein-andersetzung mit dem lebensbegleitenden Lernen wird angeregt.

Das vollständige Leitbild finden Sie auf unserer Homepage!

WIR STEHEN FÜR QUALITÄT IN DER WEITERBILDUNG UND...

- sind qualitätstestiert nach LQW
- sind nach AZAV zertifiziert
- sind nach dem rheinland-pfälzischen Weiterbildungs-gesetz staatlich anerkannt
- sind anerkannte telc-Prüfungsinstitution für Europäische Sprachenzertifikate
- führen als zugelassener Träger des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge Integrationssprachkurse durch
- sind zugelassene Prüfstelle des g.a.s.t. e.V. für den Deutsch-Test für Zuwanderer
- sind zugelassene Prüfstelle für den Einbürgerungstest
- sind zertifiziertes Testcenter für Xpert Europäischer Computer Pass

LQW conflex Qualitätstestiert bis 26.09.2027

Trägerzulassung GZQ CERTIFICATION AZAV

Zulassungszeitraum: vom 21.10.2024 bis 20.10.2029

„COME TOGETHER 2025“ – AUSTAUSCH, IMPULSE UND JEDE MENGE ZUKUNFT

Was für ein gelungener Samstag! Das diesjährige „Come Together 2025“-Treffen der kvhs Alzey-Worms bot einen inspirierenden Rahmen für Austausch, neue Ideen und gemeinsames Lernen. Zahlreiche Lehrkräfte aus unterschiedlichen Fachbereichen starteten mit einem entspannten Brunch in einen Tag voller Impulse rund um das Thema Future Skills.

Im Mittelpunkt stand die Frage: Welche Fähigkeiten brauchen wir für ein gutes Leben, den Beruf und das Miteinander? Schnell wurde klar: Neben technischem Know-how geht es vor allem um Haltung, Selbstvertrauen, Neugier und innere Stärke.

Im Work-Café diskutierten die Teilnehmenden, welche Kompetenzen künftig besonders wichtig sind – und wie Lehrkräfte diese vermitteln können. Die kreative Ideenwand zeigte: Zukunft braucht Austausch und Vernetzung.

Auch die Lernenden sollen gestärkt werden – mit Mut, Resilienz, Eigenverantwortung, Kreativität und Selbstreflexion. Neue Kursideen verbinden Wissen mit Persönlichkeit: von KI-Workshops über Kommunikationstrainings bis zu Achtsamkeit und sozialem Lernen in Präsenzkursen.

Was brauchen Lehrkräfte? Zeit, Raum, Fortbildung und Austausch. Genannt wurden Workshops zu Resilienz, kollegiale Vernetzung, geeignete Lernräume und Materialien zur Selbstreflexion.

Unsere Vision: Future Skills sind kein Extra – sie sind zentral. Sie bereiten nicht nur auf den Beruf, sondern auf ein erfülltes, selbstbestimmtes Leben vor. Oder wie eine Teilnehmerin sagte: „Future Skills sind das, was bleibt – auch wenn sich alles andere ändert.“

MIT DER VHS LERNEN, WORAUF ES ANKOMMT.

Soziale Kompetenz

Gute Ideen durchsetzen und durchlassen: Daran hängt die Zukunft des Planeten. Dafür braucht es Konfliktfähigkeit, Belastbarkeit und einen respektvollen Führungsstil.

- In ihren Angeboten zur Politischen Jugendbildung stärken die vhs mit Workshops und Planspielen den Mut zur eigenen Meinung und die Fähigkeit, Konflikte in gegenseitigem Respekt zu lösen.
- Als Orte des Austauschs wirken die vhs der Abkapselung und Isolation gesellschaftlicher Gruppen und Milieus entgegen.
- Angebote der vhs bieten einen Ausgleich zu Belastungen im Berufsalltag und bilden dabei weiter.

Jede Kursanmeldung zählt!

Wenn die Mindestteilnehmendenzahl von 8 Personen erreicht ist, steht dem Kursstart nichts mehr im Wege. Seien Sie dabei.

Kommunikationskompetenz

Darstellen, Diskutieren, Überzeugen sind unverzichtbar für effiziente Teamarbeit und für gelebte Demokratie. Das erfordert Kommunikationskultur, den sicheren Umgang mit der eigenen Sprache und die Kenntnis anderer Sprachen.

- Die Volkshochschulen sind Europas größte Sprachschule.
- Die vhs bieten Lese- und Schreibkurse für Erwachsene auf unterschiedlichen Niveaus und für Personen unterschiedlichsten Profils an.
- Jugendliche und Erwachsene erwerben in der vhs rhetorische Fähigkeiten und lernen, wie sie ihre Ideen wirkungsvoll präsentieren.

vhs

SAVE THE DATE: SOMMERFEST IM KUZ

Am 30. August 2025 wird's bunt, lebendig und lecker! Die Kreisvolkshochschule und die Kreismusikschule laden herzlich zum Sommerfest unter dem Motto „Treff der Sinne" ein. Von 11:00 bis 16:00 Uhr erwartet Sie ein fröhliches Fest mit viel Musik, Kreativaktionen, kleinen Überraschungen – und natürlich Spaß für die ganze Familie!

Mitmachen und Mitgestalten

Sie haben

- besondere Qualifikationen,
- pädagogische Fähigkeiten,
- Fachkenntnisse,
- Freude im Umgang mit Menschen
- oder besondere Erfahrungen?

Sie möchten diese gerne an andere Menschen weitergeben?

Sie können Menschen motivieren, sind zuverlässig, arbeiten selbständig und können auch improvisieren?

Dann sind Sie als Kursleiter*in an der Kreisvolkshochschule Alzey-Worms genau richtig.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Wir freuen uns über einen Anruf oder eine E-Mail.

Online-Lernen

Ergänzend zum Präsenzprogramm bietet Ihnen die kvhs Alzey-Worms ein umfangreiches Online Kursangebot an. Wenn Sie einen Online-Kurs in der Kreisvolkshochschule besuchen, müssen Sie nicht vor die Tür und können den jeweiligen Kurs von zuhause aus genießen. Untenstehend finden Sie unsere Online-Angebote, es sind Kurse aus allen Fachbereichen. Unsere Kurse finden entweder per ZOOM oder in der vhs.cloud statt, der Lernplattform der Volkshochschulen.

KLICK MICH

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Online-Kurse							
Gesellschaft							
NEU Klimawandel und Klimapolitik aus der Genderperspektive	Alber, Gotelind	Do 11.09.25	1 x	20:00 - 21:30	Online	0 €	252-10201
NEU Der Finanzkompass	Böhm, Kevin	Mo 06.10.25	1 x	18:00 - 20:00	vhs.cloud	15 €	252-10302
NEU Em-pawer-ment mit Mallow	Fischer, Annika	Mi 08.10.25	1 x	18:30 - 20:45	Online	15 €	252-10409
NEU Worte, Wirkung, Wandel	Welkenbach, Renate	Mi 08.10.25	1 x	19:00 - 21:15	Online	0 €	252-10202
NEU Mit KI den Alltag meistern - künstliche Intelligenz für Frauen	Bezold, Anja Katharina	Sa 08.11.25	1 x	20:00 - 21:30	Online	0 €	252-10203
NEU Em-pawer-ment mit Mallow	Fischer, Annika	Mi 26.11.25	1 x	18:30 . 20:45	Online	15 €	252-10411
NEU Grenzen setzen & blinde Flecken erhellen – Für eine Zukunft ohne Sexismus	Arps-Roelle, Verena	Do 04.12.25	1 x	20:00 - 21:30	Online	0 €	252-10204
Gesundheit							
Aktive Mittagspause leichter Rücken – Online	Seel, Natalja	Mo 22.09.25	10 x	12:15 - 12:30	Online	12 €	252-30159
Faszien-Yoga – Online	Seel, Natalja	Mo 22.09.25	10 x	19:00 - 19:45	Online	35 €	252-30157
Rückenfit – Online	Seel, Natalja	Di 23.09.25	10 x	19:00 - 19:45	Online	35 €	252-30156
Pilates & Yoga – Online	Seel, Natalja	Mi 24.09.25	10 x	18:00 - 19:15	Online	58 €	252-30158
Schüsslersalze/Lebenssalze 1 - 12 + Antlitzdiagnose online	Fausten, Simone	Fr 30.01.26	1 x	18:30 - 21:00	Online	13 €	252-30304
Sprachen							
Spanisch A2-B1.1 – Auffrischung und Konversationskurs Online	López Jiménez, Angeles	Mi 17.09.25	10 x	16:15 - 17:45	vhs.cloud	85 €	252-42213
Spanisch A1.2 - A2 – Auffrischung und Konversationskurs Online	López Jiménez, Angeles	Mi 17.09.25	10 x	18:00 - 19:30	vhs.cloud	85 €	252-42203
Beruf							
Canva für Einsteiger	Klemmer, Yvonne	Sa 13.09.25	2 x	10:00 - 12:00	vhs.cloud	40 €	252-50105
Social Media Marketing – Grundlagen Seminar	Klemmer, Yvonne	Sa 11.10.25	1 x	10:00 - 14:00	vhs.cloud	40 €	252-50106
NEU Kuscheln, Fühlen, Sich-Erkunden – Sexualentwicklung kindgerecht begleiten	Faller, Daniela	Di 04.11.25	2 x	09:00 - 16:00	Online	110 €	252-50805
NEU Cybercrime ade: Sicher im Alltag und Beruf	Leser, Dennis	Sa 08.11.25	2 x	10:00 - 11:30	Online	30 €	252-50103
Blended Learning							
NEU Excel Power-Wochenende	Leser, Dennis	Sa 06.12.25	2 x	10:00 - 14:30	Alzey/ Online	75 €	252-50102
Junge VHS							
vhs.KinderUni: Warum kann man mit Bildern im Kopf super Vokabeln lernen?	Vhs Böblingen-Sindelfingen e.V.	So 14.09.25	1 x	11:00 - 12:00	Online	5 €	252-10505
vhs.KinderUni: Warum fallen Steine aus dem Weltraum auf die Erde?	Vhs Böblingen-Sindelfingen e.V.	So 12.10.25	1 x	11:00 - 12:00	Online	5 €	252-10506
vhs.KinderUni: Warum gibt es Betrug, Mord und Täuschung bei Tieren?	Vhs Böblingen-Sindelfingen e.V.	So 09.11.25	1 x	11:00 - 12:00	Online	5 €	252-10507
vhs.KinderUni: Warum essen wir eigentlich so viel Zucker, ohne es zu wissen?	Vhs Böblingen-Sindelfingen e.V.	So 07.12.25	1 x	11:00 - 12:00	Online	5 €	252-10508
vhs.KinderUni: Warum werden wir gemobbt?	Vhs Böblingen-Sindelfingen e.V.	So 04.01.26	1 x	11:00 - 12:00	Online	5 €	252-10509

Gesellschaft

„vhs: Demokratische Orte des Lernens“ – Seit ihrer Gründung verstehen sich Volkshochschulen als Orte des sozialen und politischen Lernens. Hier werden Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenz gefördert. Mit einem breiten Angebot zu nachhaltiger Entwicklung, Umweltbildung und globalem Lernen leisten sie einen wichtigen Beitrag zu gesellschaftlicher Bildung und aktivem Handeln.

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Integration | Einbürgerung							
Einbürgerungstest (KLICK MICH)	BAMF	Mo 29.09.25	1 x	15:00 - 16:00	Alzey	25 €	252-10001
Einbürgerungstest	BAMF	Mo 06.10.25	1 x	15:00 - 16:00	Alzey	25 €	252-10002
Einbürgerungstest	BAMF	Mo 03.11.25	1 x	15:00 - 16:00	Alzey	25 €	252-10003
Einbürgerungstest	BAMF	Mo 15.12.25	1 x	15:00 - 16:00	Alzey	25 €	252-10004
Geschichte | Zeitgeschichte							
Museum Reinhard Ernst: Farbe ist alles! und Architektur	Wengenroth-Dittewig, Betina	Sa 27.09.25	1 x	9:00 - 18:00	Alzey Bahnhof	0 €	252-10103
Die Highlights des Historischen Museums Frankfurt	Wengenroth-Dittewig, Betina	Sa 29.11.25	1 x	9:00 - 18:00	Alzey Bahnhof	0 €	252-10104
Ökonomie | Recht | Finanzen							
Vortrag: Vorsorgevollmacht, Patienten- und Betreuungsverfügung	Rose, Stefan	Di 23.09.25	1 x	17:30 - 19:00	Alzey	0 €	252-10301
NEU Der Finanzkompass	Böhm, Kevin	Mo 06.10.25	1 x	18:00 - 20:00	vhs.cloud	15 €	252-10302
Patientenverfügung selbst erstellen	Angermann, Terrance	Di 07.10.25	1 x	19:30 - 21:00	Wöllstein	13 €	252-10303
Übersicht über das Erbrecht	Rohde, Stefanie	Mi 12.11.25	1 x	19:00 - 21:00	Alzey	0 €	252-10300
Globales Lernent | Bildung für nachhaltige Entwicklung | Umweltbildung und Verbraucherfragen							
Alzeys vielfältige Stadtnatur entdecken: "Der Alzeyer Badeweg"	Breswald, Christine	Mo 01.09.25	1 x	18:00 - 20:00	Alzey	11 €	252-10902
NEU Klimawandel und Klimapolitik aus der Genderperspektive	Alber, Gotelind	Do 11.09.25	1 x	20:00 - 21:30	Online	0 €	252-10201
NEU Der Finanzkompass	Böhm, Kevin	Mo 06.10.25	1 x	18:00 - 20:00	vhs.cloud	15 €	252-10302
NEU Worte, Wirkung, Wandel	Welkenbach, Renate	Mi 08.10.25	1 x	19:00 - 21:15	Online	0 €	252-10202
NEU Mit KI den Alltag meistern – künstliche Intelligenz für Frauen	Bezold, Anja Katharina	Sa 08.11.25	1 x	20:00 - 21:30	Online	0 €	252-10203
Quizabend für Amateure	Schindler, Steffen	So 16.11.25	1 x	18:00 - 21:00	Alzey	11 €	252-10410
NEU Grenzen setzen & blinde Flecken erhellen – Für eine Zukunft ohne Sexismus	Arps-Roelle, Verena	Do 04.12.25	1 x	20:00 - 21:30	Online	0 €	252-10204
Rund ums (Haus-)Tier							
Trainingskurs: Erst der Kurs – dann der Hund	Weisbach, Stefan	Do 04.09.25	5 x	19:30 - 21:00	Alzey	53 €	252-10401
Trainingskurs: Erst der Kurs – dann der Hund	Weisbach, Stefan	Do 27.11.25	5 x	19:30 - 21:00	Alzey	53 €	252-10402
Trainingskurs: Erst der Kurs – dann der Hund	Weisbach, Stefan	Do 15.01.26	5 x	19:30 - 21:00	Alzey	53 €	252-10403

INFO
Unser ausführliches Programm finden Sie auf unserer Homepage.
In gewohnter Weise erreichen Sie uns telefonisch und persönlich für nähere Infos und Beratung.

KLICK MICH

Zahra Deilami | Kursleitung für Persönlichkeitsentwicklung und Psychologie

„Ich gestalte Lernräume mit Empathie, Klarheit und interkultureller Sensibilität. Mit langjähriger Erfahrung im kreativen, expressiven und biografischen Schreiben fördere ich persönliche Entwicklung, kulturelle Verständigung und kreative Ausdruckskraft. Meine Kurse verbinden fachliche Tiefe mit einem diskriminierungskritischen Blick und einem wertschätzenden Miteinander.

Dabei stehen meine Kurse unter folgendem Motto: Schreiben. Verstehen. Verändern. — Räume für Vielfalt und persönliche Entfaltung gestalten.“

KLICK MICH

	TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Persönlichkeitsentwicklung | Psychologie								
NEU	Führen auf 4 Pfoten – Entdecke die Kraft tiergestützter Selbstentwicklung	Fischer, Annika	Mo 01.09.25	1 x	18:30 - 20:00	Alzey	11 €	252-10400
NEU	Mamma + Milch – der erfolgreiche Weg zum Stillen	Rupprecht, Gina	Fr 05.09.25	4 x	19:00 - 20:30	Alzey	56 €	252-10512
NEU	Der Tag, an dem ich meinem Krebs begegnete	Deilami, Zahra	Fr 12.09.25	5 x	16:30 - 19:30	Kettenheim	181 €	252-30601
NEU	Schreib Dich frei! Kreatives Schreiben als Brücke zu eigenen inneren Kräften	Deilami, Zahra	Sa 13.09.25	1 x	09:30 - 17:00	Kettenheim	72 €	252-10610
NEU	Sesam öffne Dich – Kommunizieren will gekonnt sein	Deilami, Zahra	So 14.09.25	1 x	09:30 - 17:00	Kettenheim	72 €	252-10609
	Nachhaltig mit Stil: Eine Shopping-Tour durch den eigenen Kleiderschrank	Link, Jasmin	Mo 15.09.25	1 x	17:30 - 20:30	Alzey	25 €	252-10602
	Farbberatung – Welche Farbenpassen zu mir?	Link, Jasmin	Mi 24.09.25	1 x	17:30 - 20:30	Alzey	25 €	252-10611
	Wie Sie durch Klarheit Ihre Alltagsrollen mit Leichtigkeit meistern	Fischer, Annika	So 28.09.25	1 x	14:30 - 17:30	Alzey	21 €	252-10404
	Typgerechtes Make-up	Röhrig, Birgit	Mi 01.10.25	1 x	18:00 - 21:00	Alzey	25 €	252-10600
NEU	Führen auf 4 Pfoten – Entdecke die Kraft tiergestützter Selbstentwicklung	Fischer, Annika	Mo 06.10.25	1 x	18:30 - 20:00	Alzey	11 €	252-10405
NEU	Em-pawer-ment mit Mallow	Fischer, Annika	Mi 08.10.25	1 x	18:30 - 20:45	Online	15 €	252-10409
NEU	Von der Feder zur Welt!	Deilami, Zahra	Sa 25.10.25	1 x	09:30 - 17:00	Kettenheim	72 €	252-10608
NEU	Ich, Zeit, Raum	Deilami, Zahra	So 26.10.25	1 x	09:30 - 17:00	Kettenheim	72 €	252-10607
	Minimalismus trifft Stil: Mode clever kombiniert	Röhrig, Birgit	Mo 27.10.25	1 x	18:00 - 21:00	Alzey	25 €	252-10601
NEU	Kraftquellen: Aus der Tiefe unserer Weiblichkeit Kraft schöpfen	Deilami, Zahra	Sa 22.11.25	1 x	09:30 - 17:00	Kettenheim	72 €	252-10606
NEU	Interkulturelle (Handlungs)Kompetenz	Deilami, Zahra	So 23.11.25	1 x	09:30 - 17:00	Kettenheim	72 €	252-10605
	Wie Sie durch Klarheit Ihre Alltagsrollen mit Leichtigkeit meistern	Fischer, Annika	So 23.11.25	1 x	14:30 - 17:30	Alzey	21 €	252-10407
	Wie Sie durch Klarheit Ihre Alltagsrollen mit Leichtigkeit meistern	Fischer, Annika	Mo 01.12.25	1 x	15:00 - 18:00	Alzey	21 €	252-10408
NEU	Nacht der (eigenen) Geschichten:	Deilami, Zahra	Sa 13.12.25	1 x	19:00 - 22:00	Kettenheim	36 €	252-10604
NEU	Sprachlabor Traum	Deilami, Zahra	Sa 24.01.26	1 x	09:30 - 17:00	Kettenheim	72 €	252-10603
NEU	Führen auf 4 Pfoten – Entdecke die Kraft tiergestützter Selbstentwicklung	Fischer, Annika	Mo 26.01.26	1 x	18:30 - 20:00	Alzey	11 €	252-10406
NEU	Em-pawer-ment mit Mallow	Fischer, Annika	Mi 26.11.25	1 x	18:30 - 20:45	Online	15 €	252-10411
Länder- und Heimatkunde								
	Tanzen zu afrikanischer Musik	Seck, Moulaye	So 28.09.25	1 x	15:00 - 17:15	Alzey	38 €	252-20501
	Tanzen zu afrikanischer Musik	Seck, Moulaye	So 30.11,25	1 x	15:00 - 17:15	Alzey	38 €	252-20502

Kultur

„Kultur macht stark“ – In unseren Kreativkursen entwickeln Sie wichtige Kompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Problemlösungsfähigkeit und Teamarbeit. Sie erweitern Ihre Lern- und Erfahrungsräume und verbinden persönliche und berufliche Interessen.

Kulturelle Bildung schafft Zugang zur Kultur, fördert gesellschaftliche Teilhabe sowie Integration und Inklusion.

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Museumsveranstaltungen							
Europäischer Tag der jüdischen Geschichte	Museum	So 07.09.25	1 x	10:00 - 11:30	Alzey	0 €	252-10905
"Waldt-Verglich" – Alzey bekommt seinen Stadtwald	Museum	Di 09.09.25	1 x	13:00 - 14:30	Alzey	0 €	252-10903
Gesprächsthema: Tradwifes	Museum	Mi 24.09.25	1 x	15:00 - 16:30	Alzey	0 €	252-10906
Stadthistorischer Rundgang – Gasthäuser in Alzey	Heller-Karneth, Dr. Eva (Museum)	Fr 26.09.25	1 x	17:00 - 19:15	Alzey	0 €	252-10910
Unser Beitrag zum Weltposttag: Buntes zur Grauen Maus	Museum	Do 09.10.25	1 x	13:00 - 13:45	Alzey	0 €	252-10907
Martins Gans	Museum	Di 11.11.25	1 x	13:00 - 13:45	Alzey	0 €	252-10908
Der Flug der Zikade – Vom bronzezeitlichen China ins moderne Alzey	Museum	Di 16.12.25	1 x	13:00 - 13:45	Alzey	0 €	252-10904
Literarische Praxis | Theorie							
NEU Kinder sind was Schönes, haben sie gesagt… – vom Trotzalter bis zur Pubertät	Jung, Matthias	Mi 24.09.25	1 x	19:00 - 22:00	Alzey	12 €	252-10511
Das Leben schreibt die besten Geschichten	Schmitz, Maria	Mo 22.09.25	8 x	16:30 - 18:30	Eich	113 €	252-20201
Film im O-Ton							
Film im O-Ton (Englisch)	Botheroyd, Brendan	Mi 17.09.25	1 x	19:45 - 21:45	Alzey	9,50 €	252-40691
Film im O-Ton (Französisch)	Bindault-Knappe, Géraldine	Mi 01.10.25	1 x	19:45 - 21:45	Alzey	9,50 €	252-40891
Film im O-Ton (Englisch)	Botheroyd, Brendan	Mi 05.11.25	1 x	19:45 - 21:45	Alzey	9,50 €	252-40692
Film im O-Ton (Englisch)	Botheroyd, Brendan	Mi 03.12.25	1 x	19:45 - 21:45	Alzey	9,50 €	252-40693
Film im O-Ton (Französisch)	Bindault-Knappe, Géraldine	Mi 10.12.25	1 x	19:45 - 21:45	Alzey	9,50 €	252-40892
Film im O-Ton (Englisch)	Botheroyd, Brendan	Mi 21.01.26	1 x	19:45 - 21:45	Alzey	9,50 €	252-40694
Literatur und Weinkultur							
Rheinhessen liest: Alles Carl? Erzählungen	Landschreiber	Do 06.11.25	1 x	19:00 - 20:30	Alzey	7 €	252-20100
Rheinhessen liest: Die toxischen Papiere	Bartsch, Ingo	Do 20.11.25	1 x	19:00 - 20:30	Flonheim	7 €	252-20102
Rheinhessen liest: Carola Cernavin-Haupt liest aus dem Roman „Das Hungerjahr“ von Heinrich Bechtolsheimer	Carola, Cernavin-Haupt	So 23.11.25	1 x	17:00 - 18:30	Wonsheim	7 €	252-20103
Rheinhessen liest: Eine Frau muss schweigen können – historischer Kriminalroman	Schraut, Sylvia	Do 27.11.25	1 x	19:00 - 20:30	Wörrstadt	7 €	252-20101
Rheinhessen liest: Von der rheinhessischsten aller rheinhessischen Tugenden	Manuela Rimbach-Sator, Uwe Baatsch-Glaser, Fritz Stock	Fr 28.11.25	1 x	19:00 - 20:30	Alsheim	7 €	252-20104

KLICK MICH

Martin Albrecht | Kursleitung Musik

Zusammen im Takt – Spaß am Beat!

Im gemeinsamen Groove erleben wir, wie kraftvoll Musik ohne Worte sein kann – direkt, ehrlich und verbindend.“

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Malen | Zeichnen | Design							
Der geheime Garten – Gartenträume als Motive	Schnabel, Daniela	Di 02.09.25	10 x	18:30 - 20:30	Alzey	107 €	252-20704
Stadtansichten und Gassen im südlichem Ambiente. Mal- und Zeichentechnik frei	Gerdes, Michael	Fr 05.09.25	3 x	18:30 - 20:30	Wörrstadt	105 €	252-20701
Nebelstimmungen in der Landschaft-Wochenendkurs	Gerdes, Michael	Fr 28.11.25	3 x	18:30 - 20:30	Wörrstadt	105 €	252-20703
Die colorierte Federzeichnung – Wochenendkurs	Gerdes, Michael	Fr 17.10.25	3 x	18:30 - 20:30	Wörrstadt	105 €	252-20702
Töpfern | Plastisches Gestalten							
Gestalten mit Ton KLICK MICH	Ullrich, Ernita	Mo 01.09.25	12 x	19:00 - 21:00	Saulheim	148 €	252-20800
Gestalten mit Ton	Ullrich, Ernita	Mi 03.09.25	12 x	19:00 - 21:00	Saulheim	148 €	252-20803
Töpferkurs für Erwachsene	Zimmermann, Gabriele	Mo 27.10.25	8 x	19:00 - 21:30	Sulzheim	107 €	252-20804
Töpferkurs für Erwachsene	Zimmermann, Gabriele	Do 30.10.25	8 x	19:00 - 21:30	Sulzheim	107 €	252-20802
Patchwork							
Freie Gestaltung Häuser	Roth, Heike	Sa 13.09.25	1 x	10:00 - 16:30	Alzey	40 €	252-20902
Paper Piecing Kaleidoskop	Roth, Heike	Sa 11.10.25	1 x	10:00 - 16:30	Alzey	40 €	252-20901
Weihnachtliche Kleinigkeiten	Roth, Heike	Sa 08.11.25	1 x	10:00 - 16:30	Alzey	40 €	252-20903
Zauberschachteln selbst genäht	Roth, Heike	Sa 06.12.25	2 x	10:00 - 16:30	Alzey	80 €	252-20904
Fotografieren							
Makrofotografie	Stampp, Christoph	Sa 06.09.25	1 x	09:00 - 16:15	Alzey	37 €	252-21103
Grundlagen der digitalen Fotografie	Steitz, Torsten	Sa 27.09.25	1 x	10:00 - 16:00	Alzey	35 €	252-21101
Die Kunst des bewussten Sehens	Bartnek, Daniel	So 09.11.25	1 x	10:00 - 12:15	Wonsheim	20 €	252-21106
Knipst Du noch oder fotografierst Du schon?	Baumeister, Harald	Fr 14.11.25	3 x	18:00 - 21:00	Alzey	73 €	252-21105
Einstieg in die Fotografie	Stampp, Christoph	Sa 15.11.25	1 x	09:00 - 18:00	Alzey	48 €	252-21104
Grundlagen der digitalen Fotografie	Steitz, Torsten	Sa 15.11.25	1 x	10:00 - 16:00	Alzey	35 €	252-21102
Musikalische Praxis							
NEU BEAT IT-Trommeln verbindet Generationen und Kulturen	Albrecht, Martin	So 01.09.25	17 x	14:00 - 15:30	Alzey	15 €	252-21304
Djembe – Trommeln wie im Senegal	Seck, Moulaye	So 14.09.25	1 x	15:00 - 18:00	Alzey	38 €	252-21301
Djembe – Trommeln wie im Senegal	Seck, Moulaye	So 02.11.25	1 x	15:00 - 18:00	Alzey	38 €	252-21302
Djembe – Trommeln wie im Senegal	Seck, Moulaye	So 18.01.26	1 x	15:00 - 18:00	Alzey	38 €	252-21303

Gesundheit

Ob Autogenes Training, Yoga, Tai Chi, Qi Gong, Pilates oder Progressive Muskelentspannung – eine bundesweite Analyse zeigt: Entspannungs- und Stressbewältigungskurse an Volkshochschulen fördern nachweislich Gesundheit und Wohlbefinden. Sie stärken Körper und Psyche und helfen, den Alltag besser zu meistern. Die Inhalte werden praxisnah und zielgruppengerecht vermittelt.

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Gesundheitswissen							
Homöopathie: Refresher 24	Krecker, Lucia A.	Di 16.09.25	4 x	19:30 - 21:00	Alzey	35 €	252-30001
Future Skills: Resilienz und Achtsamkeit in Alltag und Beruf	Jacob, Margit	Mi 05.11.25	1 x	18:30 - 20:00	Alzey	8 €	252-30119
Herzstillstand – Was tun?	Bingenheimer, Jutta	Do 13.11.25	1 x	18:00 - 19:00	Alzey	0 €	252-30400
Schüsslersalze/Lebenssalze 1 - 12 + Antlitzdiagnose	Fausten, Simone	Fr 14.11.25	1 x	18:30 - 21:00	Wöllstein	15 €	252-30300
NEU Workshop für Frauen: Wir stärken unsere Resilienz in Alltag und Beruf	Jacob, Margit	Sa 17.01.26	1 x	10:00 - 17:00	Alzey	37 €	252-30120
Entspannung | Stressbewältigung							
Klangschalenmedtitation	Gugumus, Gitta	Mo 01.09.25	12 x	17:00 - 18:30	Alzey	115 €	252-30107
Klangschalenmeditation KLICK MICH	Gugumus, Gitta	Mo 01.09.25	12 x	18:45 - 20:15	Alzey	115 €	252-30108
Progressive Muskelentspannung	Drumm, Jens Uwe	Mi 03.09.25	5 x	10:00 - 11:30	Alzey	52 €	252-30112
NEU Der unsichtbare Kompass: Mit Achtsamkeit navigieren	Bartnek, Daniel	So 07.09.25	8 x	10:00 - 11:30	Wöllstein	71 €	252-30109
NEU Workshop: Klangmeditation und Atemübungen für den Vagusnerv	Stoycheva, Desislava	Sa 25.10.25	1 x	11:00 - 12:30	Alzey	8 €	252-30110
Autogenes Training	Drumm, Jens Uwe	Mi 05.11.25	5 x	10:00 - 11:30	Alzey	52 €	252-30111

TEAM-TAGE

Die Kreisvolkshochschule bleibt dran – mit voller Energie und neuen Ideen!

In einem spannenden zweitägigen Workshop im Dorfgemeinschaftshaus Ensheim hat das Team der kvhs Alzey-Worms erneut an seiner Struktur und Organisation gearbeitet. Unter der Leitung der Trainerin Lisa Freitag wurde mit Lego-Steinen die Volkshochschule der Zukunft gebaut – eine kreative Methode, um Visionen greifbar zu machen.

Mit Design-Thinking-Methoden entstand eine erste Prozesslandkarte zur Planung eines neuen Italienischkurses. Post-Its halfen dabei, Ideen sichtbar zu machen und Aufgaben zu strukturieren. Dieser Ansatz knüpft an den Workshop im Mai 2023 mit Tanja Hoch an. Künftig sollen Prozesse und Aufgaben regelmäßig überprüft und bei Bedarf neu gedacht werden.

Die kvhs wird auch weiterhin ihr vielfältiges Kursprogramm, Integrationskurse und Weiterbildungen für KiTas und die Kreisverwaltung anbieten – mit frischem Schwung und dem klaren Ziel, als moderne Bildungseinrichtung im Landkreis zukunftsfähig zu bleiben.

KLICK MICH

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Qigong							
Qigong: gesunde und bewegliche Gelenke	Britz, Reiner	Sa 13.09.25	1 x	09:30 - 12:30	Alzey	16 €	252-30130
Herbst-Qigong für Fortgeschrittene	Britz, Reiner	Sa 13.09.25	1 x	14:00 - 17:00	Alzey	16 €	252-30132
Qigong: Grund- und Aufbaukurs – Kurs A	Britz, Reiner	Sa 27.09.25	1 x	09:30 - 12:30	Alzey	16 €	252-30140
Qigong: Harmonisierung von Lunge und Dickdarm – Fortgeschrittene	Britz, Reiner	Sa 27.09.25	1 x	14:00 - 17:00	Alzey	16 €	252-30127
Schnupperkurs stilles Qigong	Britz, Reiner	Mi 08.10.25	1 x	16:00 - 17:15	Alzey	7 €	252-30103
Qigong Anleitung zum Üben	Britz, Reiner	Mi 08.10.25	1 x	17:30 - 19:00	Alzey	8 €	252-30149
Qigong Anleitung zum Üben	Britz, Reiner	Mi 08.10.25	1 x	19:15 - 20:45	Alzey	8 €	252-30171
Qigong Anleitung zum Üben	Britz, Reiner	Mi 29.10.25	1 x	16:00 - 17:15	Alzey	7 €	252-30173
Qigong Anleitung zum Üben	Britz, Reiner	Mi 29.10.25	1 x	17:30 - 19:00	Alzey	8 €	252-30170
Qigong Anleitung zum Üben	Britz, Reiner	Mi 29.10.25	1 x	19:15 - 20:45	Alzey	8 €	252-30167
Qigong bei Nacken- und Schulterverspannungen	Britz, Reiner	Sa 08.11.25	1 x	09:30 - 12:30	Alzey	16 €	252-30141
Qigong: Winterübungen für Fortgeschrittene	Britz, Reiner	Sa 08.11.25	1 x	14:00 - 17:00	Alzey	16 €	252-30129
NEU Qigong: "Die 8 Brokate" und "Qigong-Gehen"	Drumm, Jens Uwe	Do 20.11.25	5 x	10:00 - 11:30	Alzey	52 €	252-30115
Qigong: Grund- und Aufbaukurs – Kurs B	Britz, Reiner	Sa 29.11.25	1 x	09:30 - 12:30	Alzey	16 €	252-30139
Qiführung in den Unterbauch und in die Geschlechtsorgane – Fortgeschrittene	Britz, Reiner	Sa 29.11.25	1 x	14:00 - 17:00	Alzey	16 €	252-30128
Qigong für einen gesunden und entspannten Rücken	Britz, Reiner	Sa 13.12.25	1 x	09:30 - 12:30	Alzey	16 €	252-30136
Nieren-Qigong für Fortgeschrittene	Britz, Reiner	Sa 13.12.25	1 x	14:00 - 17:00	Alzey	16 €	252-30137
Schnupperkurs stilles Qigong	Britz, Reiner	Mi 17.12.25	1 x	16:00 - 17:15	Alzey	7 €	252-30104
Qigong Anleitung zum Üben	Britz, Reiner	Mi 17.12.25	1 x	17:30 - 19:00	Alzey	8 €	252-30155
Qigong Anleitung zum Üben	Britz, Reiner	Mi 17.12.25	1 x	19:15 - 20:45	Alzey	8 €	252-30172
Qigong: Grund- und Aufbaukurs – Kurs C	Britz, Reiner	Sa 24.01.26	1 x	09:30 - 12:30	Alzey	16 €	252-30134
Qigong: Lotusatmung für Fortgeschrittene	Britz, Reiner	Sa 24.01.26	1 x	14:00 - 17:00	Alzey	16 €	252-30148

vhs

Gutschein

für eine Veranstaltung in Ihrer Volkshochschule

Ein Blick ins aktuelle Programm lohnt sich. Hier finden Sie zahlreiche Veranstaltungen, u.a. Workshops und Vorträge, Bewegungs- und Entspannungskurse, Sprachkurse, Kreativkurse sowie kulinarische Leckerbissen. Schenken Sie Freude an Bildung.

- Gutscheine erhalten Sie in der Geschäftsstelle in Alzey
- Vorbestellung möglich über die Hotline 06731 408-6740 oder Mail kvhs@alzey-worms.de
- Betrag frei wählbar, oder schenken Sie die Teilnahme an einem ausgewählten Kurs
- 3 Jahre ab Ausstellungsdatum gültig
- für jeden Kurs einlösbar
- Gutschein im Original bei Anmeldung vorlegen oder per Post einreichen
- Barauszahlung ist ausgeschlossen

Stephanie Boiselle | Kursleitung Yin-Yoga Kurse

„Finde was dich glücklich macht“

„Mein Herzensprojekt ist es, Teilnehmende auf eine Reise durch Körper und Geist einzuladen. Dabei liebe ich, verschiedene Facetten des Yoga erfahrbar zu machen, um Energie freizusetzen, Harmonie zu schaffen und sich einfach gut zu fühlen. Yoga-Unterricht ist „mein Baby“ und ich lebe den Grundsatz: „Teach what you practice and practice what you teach!“

KLICK MICH

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Tai Chi							
Tai Chi Chuan – Wudang Stil, 18er Form: Grund- und Aufbaukurs	Hiller, Michael	Do 04.09.25	15 x	19:00 - 20:00	Alzey	98 €	252-30142
Tai Chi Chuan – Yang-Stil, 24er-Form (Pekingform): Grund- und Aufbaukurs	Hiller, Michael	Fr 05.09.25	15 x	19:30 - 20:30	Alzey	98 €	252-30143
Stärke deine Resilienz im Berufsalltag mit Achtsamkeit und Tai Chi (BfG)	Jacob, Margit Hiller, Michael	Mo 17.11.25	5 x	09:00 - 16:30	Ensheim	181 €	252-30118
Pilates | Yoga							
Hatha-Yoga (ZPP)	Oesterwinter, Maria	Mo 01.09.25	8 x	10:00 - 11:30	Saulheim	119 €	252-30152
Hatha-Yoga für eine starke Mitte und inneres Gleichgewicht	Papstein, Jolanta	Mo 01.09.25	8 x	19:30 - 21:00	Wörrstadt	94 €	252-30161
NEU After-Work-Yoga	Boiselle, Stephanie	Di 02.09.25	12 x	18:00 - 19:00	Alzey	71 €	252-30302
Yoga und Achtsamkeit	Papstein, Jolanta	Di 02.09.25	8 x	18:00 - 19:30	Ensheim	115 €	252-30162
NEU Yin-Yoga	Boiselle, Stephanie	Di 02.09.25	12 x	19:15 - 20:15	Alzey	71 €	252-30301
Yoga sanft für Anfänger und Geübte	Papstein, Jolanta	Di 02.09.25	8 x	19:45 - 20:45	Ensheim	90 €	252-30163
Hatha-Yoga (ZPP)	Oesterwinter, Maria	Mi 03.09.25	8 x	10:00 - 11:30	Saulheim	119 €	252-30153
Pilates und Entspannung (ZPP-Anerkennung)	Ortigosa, Gabriele	Mi 03.09.25	12 x	18:15 - 19:45	Eich	103 €	252-30202
Hatha Yoga (ZPP-Anerkannt)	Ortigosa, Gabriele	Mi 03.09.25	8 x	20:00 - 21:00	Eich	48 €	252-30208
Yoga sanft für Anfänger und Geübte	Papstein, Jolanta	Do 04.09.25	8 x	17:15 - 18:15	Alzey	73 €	252-30164
Yoga intensiv	Papstein, Jolanta	Mo 04.09.25	8 x	18:30 - 19:30	Alzey	73 €	252-30165
Yoga für Senioren	Papstein, Jolanta	Fr 05.09.25	8 x	15:00 - 16:30	Wörrstadt	94 €	252-30166
Hatha-Yoga (ZPP)	Oesterwinter, Maria	Fr 05.09.25	8 x	18:00 - 19:30	Saulheim	119 €	252-30154
NEU Basis – Kurs: Gesundes und ganzheitliches Yoga	Stoycheva, Desislava	Sa 06.09.25	10 x	10:00 - 11:00	Alzey	56 €	252-30168
NEU Kraft und Ruhe: Yoga für Krebspatient*innen	Papstein, Jolanta	Di 16.09.25	5 x	16:30 - 18:00	Ensheim	72 €	252-30174
Aktive Mittagspause leichter Rücken – Online	Seel, Natalja	Mo 22.09.25	10 x	12:15 - 12:30	Online	12 €	252-30159
Faszien-Yoga – Online	Seel, Natalja	Mo 22.09.25	10 x	19:00 - 19:45	Online	35 €	252-30157
Pilates & Yoga – Online	Seel, Natalja	Mi 24.09.25	10 x	18:00 - 19:15	Online	58 €	252-30158
Lachyoga für alle die Entspannung suchen	Drumm, Jens Uwe	Sa 27.09.25	1 x	14:00 - 16:15	Alzey	14 €	252-30114
Yoga für die Wirbelsäule	Eckart, Sigrid	Sa 04.10.25	1 x	14:00 - 17:00	Alzey	42 €	252-30160
NEU Lachyoga für alle die Entspannung suchen	Drumm, Jens Uwe	Sa 15.11.25	1 x	14:00 - 16:15	Alzey	14 €	252-30113
Yoga für Menschen mit besonderen Herausforderungen	Ortigosa, Gabriele	Mi 26.11.25	8 x	20:00 - 21:15	Eich	58 €	252-30203

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Fitness | Beweglichkeit							
Rhythmische Gymnastik mit Handgeräten	Kinast, Karin	Mo 01.09.25	15 x	18:45 - 19:45	Alzey	179 €	252-30201
Energy Dance® und Muskelschwung zur Verbesserung der Körperhaltung	Kinast, Karin	Mo 01.09.25	15 x	20:00 - 21:00	Alzey	115 €	252-30204
Wassergymnastik	Thiel, Barbara	Mi 03.09.25	10 x	17:30 - 18:30	Eich	58 €	252-30206
Step-Aerobic und Bodyworkout	Bohrmann, Tanja	Mi 03.09.25	12 x	18:15 - 19:45	Alzey	110 €	252-30209
Wassergymnastik	Thiel, Barbara	Mi 03.09.25	10 x	18:30 - 19:30	Eich	58 €	252-30207
Fit für den Alltag: Den Rücken stärken	Eifinger, Anita	Mi 03.09.25	15 x	20:00 - 21:30	Alzey	129 €	252-30212
Gymnastik am Vormittag – Beckenboden- und Rumpfmuskulatur – Kurs A	Kinast, Karin	Do 04.09.25	15 x	08:45 - 09:45	Alzey	127 €	252-30218
Gymnastik am Vormittag – Beckenboden- und Rumpfmuskulatur – Kurs B	Kinast, Karin	Do 04.09.25	15 x	10:00 - 11:00	Alzey	127 €	252-30219
Bodyforming: Fitnesstraining an der Ballettstange – Körperhaltung u. Balance	Kinast, Karin	Fr 05.09.25	13 x	19:00 - 20:00	Alzey	100 €	252-30225
Selbstbehauptung | Selbstverteidigung							
Krav Maga: Selbstverteidigung (Fortgeschrittene)	Siemund, Kai	Di 02.09.25	10 x	18:00 - 19:30	Alzey	183 €	252-30236
Krav Maga: Selbstverteidigung (Grundkurs)	Siemund, Kai	Di 02.09.25	10 x	19:45 - 21:15	Alzey	183 €	252-30230
Wendo: Selbstbehauptung / Selbstverteidigung für Frauen ab 16 Jahre	Thomasky, Anke	Do 23.10.25	2 x	14:00 - 18:30	Osthofen	143 €	252-30260
Wirbelsäulengymnastik | Rückenschule							
Rückenfit-Gesund und fit bei jedem Schritt	Quade, Sylvia	Mo 01.09.25	12 x	19:00 - 20:00	Alzey	77 €	252-30210
Rücken-Aktiv-Bewegen statt schonen	Mai, Martina	Di 02.09.25	13 x	19:30 - 20:30	Gau-Odernheim	69 €	252-30205
Rückenfit – Online	Seel, Natalja	Di 23.09.25	10 x	19:00 - 19:45	Online	35 €	252-30156
Gelöste Schultern – entspannter Nacken	Bott, Ursula	Sa 11.10.25	2 x	10:00 - 13:00	Alzey	32 €	252-30232
Gelöste Schultern – entspannter Nacken	Bott, Ursula	Sa 15.11.25	2 x	10:00 -13:00	Alzey	32 €	252-30233
Tanz							
Bauchtanz – Fortgeschritten	Gashi, Miriam	Do 04.09.25	11 x	20:00 - 21:00	Alzey	93 €	252-30226
Ballett für Erwachsene mit Vorkenntnissen	Gansert, Frederike	Do 11.09.25	14 x	18:00 - 19:00	Alzey	90 €	252-30223
Contemporary Dance für Erwachsene mit Vorkenntnissen	Gansert, Frederike	Do 11.09.25	14 x	19:00 - 20:00	Alzey	90 €	252-30222
Meet Line Dance – Workshop für Anfänger	Weigel, Franziska	So 30.11.25	1 x	14:00 - 17:00	Saulheim	29 €	252-30227
Nordic Walking							
Nordic Walking II – Verspannungen lösen	Bott, Ursula	Mo 01.09.25	8 x	17:30 - 19:00	Alzey	64 €	252-30235
Vital und aktiv: Nordic Walking für Senioren und Seniorinnen	Bott, Ursula	Di 02.09.25	8 x	14:45 - 16:00	Gau-Odernheim	59 €	252-30231
Nordic Walking I – Gelenke fit halten	Bott, Ursula	Fr 05.09.25	8 x	10:30 - 11:45	Alzey	53 €	252-30234

KLICK MICH

INFO
Unser ausführliches Programm finden Sie auf unserer Homepage.
In gewohnter Weise erreichen Sie uns telefonisch und persönlich für nähere Infos und Beratung.

KLICK MICH

Desislava Stoycheva | Kursleitung Yogakurse

„Mein Motto: Atme achtsam ein und aus, sei stets im Einklang mit dir selbst.

Mein Leben ist geprägt von Neugier, innerer Ruhe und der Liebe zur Natur, die ich durch Yoga, Meditation und den Klang von Crystal-Schalen finde und gern mit anderen Menschen teile.

Reisen, der wertfreie Blick auf fremde Kulturen und der Austausch mit Menschen – besonders als Erzieherin – ermöglichen mir persönliches Wachstum und inspirieren mich, Glück und Verständnis weiterzugeben.“

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Essen und Trinken | Ernährung							
Kulinarische Reise durch den Orient	Wilde, Angelika	Fr 12.09.25	1 x	18:00 - 21:45	Alzey	42 €	252-30521
Brot backen – Nachhaltig, gesund und preiswert	Wolf, Kirsten	Di 30.09.25	1 x	18:00 - 21:00	Alzey	31 €	252-30532
Weine und Wissen rund um Scheu	Emrath, Carsten	Sa 11.10.25	1 x	14:00 - 17:00	Alzey	31 €	252-30513
NEU Brot backen mit Sauerteig	Weimert, Christian	Mi 29.10.25	2 x	17:30 - 19:45	Alzey	43 €	252-30507
Afrikanisch kochen wie im Senegal	Seck, Moulaye	So 16.11.25	1 x	11:00 - 14:00	Alzey	38 €	252-30501
Vegetarisch kochen, nachhaltig und gesund	Wolf, Kirsten	Di 18.11.25	2 x	18:00 - 21:00	Alzey	56 €	252-30530
Wir backen Plätzchen	Stöhr, Katharina	Sa 22.11.25	1 x	10:00 - 13:00	Alzey	22 €	252-30504
Knödel – eine runde Sache	Wilde, Angelika	Fr 05.12.25	1 x	18:00 - 21:45	Alzey	42 €	252-30522
Raffinierte Ideen für´s Weihnachts-menü für Gourmets	Wolf, Kirsten	Fr 12.12.25	1 x	18:00 - 21:00	Alzey	28 €	252-30531
Bowls – der neue Trend	Wilde, Angelika	Sa 17.01.26	1 x	18:00 - 21:45	Alzey	43 €	252-30523
Brotbackkurs	Stöhr, Katharina	Di 20.01.26	1 x	18:00 - 21:30	Alzey	29 €	252-30505
NEU Krebs und Ernährung	Wolf, Kirsten	Mo 09.02.26	3 x	18:00 - 19:30	Alzey	67 €	252-30533

MEHR LEBENSQUALITÄT

Eine kleine Auswahl an Kursen richtet sich in diesem Semester besonders an Menschen mit und nach einer Krebserkrankung. In unseren liebevoll begleiteten Angeboten finden Sie Raum zum Austausch, zur Stärkung und zur Selbstfürsorge. In einem Gesprächskreis (Kursnr.: 252-30601), einem Kochkurs (Kursnr.: 252-30633) oder einem Yogaangebot (Kursnr.: 252-30174 und 252-30203) erlernen und erleben Sie gemeinsam mit erfahrenen Kursleitungen Wege der Selbstfürsorge.

Freuen Sie sich darauf,
zusammen mit anderen Quellen
für mehr Lebensqualität zu finden.

© freepik.com

Sprachen

„Sprache ist der Schlüssel zur Welt“, sagte Wilhelm von Humboldt.
Der Programmbereich Fremdsprachen bietet Ihnen vielfältige Zugänge – gegliedert nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER). Die Kurse fördern interkulturelles Verständnis und Offenheit sowie Integration – ein zentraler Bildungsauftrag der Volkshochschule.

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Einstufungsberatungen							
Einstufungsberatung – Italienisch	Weber, Brigitte	Mi 13.08.25	1 x	18:00 - 19:00	Alzey	0 €	252-40013
Einstufungsberatung – Englisch	Tuttas, Sheila	Fr 15.08.25	1 x	18:00 - 19:00	Alzey	0 €	252-40011
Einstufungsberatung – Französisch	Bindault-Knappe, Géraldine	Fr 15.08.25	1 x	18:00 - 19:00	Alzey	0 €	252-40012
Einstufungsberatung – Spanisch	Buendia-Rodriguez, Elvira	Mo 18.08.25	1 x	18:00 - 19:00	Alzey	0 €	252-40014
Englisch							
Englisch Niveau A2.2 KLICK MICH	Tuttas, Sheila	Mo 01.09.25	15 x	18:30 - 20:00	Alzey	120 €	252-40604
Englisch Auffrischungskurs Niveau B1+/B2	Tuttas, Sheila	Di 02.09.25	15 x	09:00 - 10:30	Alzey	120 €	252-40624
Englisch für Anfänger*innen A1 Teil 3	Bickel, Wilfried	Mi 03.09.25	15 x	17:00 - 18:00	Alzey	80 €	252-40600
Englisch Anfänger*innen A1	Bickel, Wilfried	Mi 03.09.25	15 x	18:00 - 19:00	Alzey	80 €	252-40601
English Conversation B1	Föckeler-Seidel, Anne	Mi 03.09.25	10 x	18:00 - 19:30	Alsheim	80 €	252-40627
English Advanced – Conversation Hour – Niveau B2/C1	Tuttas, Sheila	Mi 03.09.25	12 x	19:00 - 20:00	Alzey	64 €	252-40642
Englisch für Fortgeschrittene Niveau B1.2	Zschernig, Rainer	Mi 03.09.25	15 x	19:00 - 20:30	Alzey	120 €	252-40620
Englisch Niveau B1.2	Tuttas, Sheila	Do 04.09.25	15 x	18:00 - 19:30	Alzey	120 €	252-40610
Englisch Niveau B1+	Botheroyd, Brendan	Mo 08.09.25	15 x	18:30 - 20:00	Alzey	120 €	252-40622
Englisch für Anfänger*innen A2.1	Rahm, Sigrid	Di 09.09.25	15 x	17:00 - 18:30	Alzey	120 €	252-40608
Englisch Niveau B1+	Botheroyd, Brendan	Di 09.09.25	15 x	18:00 - 19:30	Alzey	120 €	252-40625
Englisch Niveau B1+	Botheroyd, Brendan	Mi 10.09.25	15 x	09:00 - 10:30	Wörrstadt	120 €	252-40623
Konversationskurs Englisch Niveau B2/C1	Botheroyd, Brendan	Mi 10.09.25	10 x	10:45 - 12:15	Wörrstadt	80 €	252-40626
Traveling in English-speaking countries (part 2)	Rahm, Sigrid	Mi 10.09.25	10 x	17:00 - 18:30	Alzey	80 €	252-40609
Englisch Niveau C1	Botheroyd, Brendan	Mi 10.09.25	10 x	19:00 - 20:30	Alzey	80 €	252-40643
Englisch Niveau C1	Botheroyd, Brendan	Do 11.09.25	15 x	19:00 - 20:30	Alzey	120 €	252-40630
Englisch Niveau A2.2	Botheroyd, Brendan	Fr 12.09.25	15 x	18:00 - 19:30	Alzey	120 €	252-40603
English Intermediate – Story Time Niveau B1/B2	Tuttas, Sheila	Fr 12.09.25	12 x	18:00 - 19:30	Alzey	96 €	252-40632
Gesprächskreis für Freunde der englischen Sprache	Tuttas, Sheila	Fr 12.09.25	5 x	19:30 - 22:00	Alzey	0 €	252-40645
Englische Konversation für Fortgeschrittene B1	Fischer, Susanne	Di 16.09.25	10 x	19:00 - 20:30	Gau-Odernheim	84 €	252-40621

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Französisch							
Französisch Niveau B2.2	Bindault-Knappe, Géraldine	Di 02.09.25	9 x	16:00 - 17:30	Wörrstadt	77 €	252-40818
Französisch Niveau A1 Teil 4	Bindault-Knappe, Géraldine	Di 02.09.25	9 x	17:45 - 19:15	Wörrstadt	77 €	252-40817
Französisch Niveau A1.1	Bindault-Knappe, Géraldine	Mo 08.09.25	9 x	16:30 - 18:00	Alzey	77 €	252-40816
Französisch Niveau A2 Teil 5	Bindault-Knappe, Géraldine	Mo 08.09.25	9 x	18:00 - 19:30	Alzey	77 €	252-40819
Französisch Niveau A1 - Teil 3	Abada, Fateh A.	Mi 17.09.25	12 x	10:00 - 11:30	Alzey	103 €	252-40804
Französisch Niveau A1.1	Abada, Fateh A.	Mi 17.09.25	12 x	11:40 - 13:10	Alzey	103 €	252-40805
Französisch Niveau A2.1	Abada, Fateh A.	Mi 17.09.25	12 x	13:20 - 14:50	Alzey	103 €	252-40806
Gesprächskreis "Stammtisch" für Freunde der französischen Sprache	Gutknecht, Evelyn	Do 25.09.25	4 x	19:30 - 21:30	Alzey	0 €	252-40830
NEU Französisch Niveau B1.1	Reuter, Karin	Mi 01.10.25	10 x	17:30 - 19:00	Alzey	85 €	252-40801
Französisch Niveau A1.1	Gutknecht, Evelyn	Mo 06.10.25	9 x	17:30 - 19:00	Alzey	72 €	252-40809
Französisch Niveau A2.2	Gutknecht, Evelyn	Mo 06.10.25	9 x	19:00 - 20:30	Alzey	72 €	252-40808
Italienisch							
Italienisch Anfänger*innen Niveau A1.1	Weber, Brigitte	Di 02.09.25	13 x	18:30 - 20:00	Alzey	125 €	252-40901
Italienisch Niveau A2.1 KLICK MICH	Weber, Brigitte	Mi 03.09.25	13 x	18:30 - 20:00	Alzey	125 €	252-40902
NEU Italienisch Niveau A1.2	Reuter, Karin	Di 30.09.25	10 x	17:30 - 19:00	Alzey	85 €	252-40903
Niederländisch							
Niederländisch Niveau B1.1	Fuchs-Franke, Rianne	Di 02.09.25	12 x	18:30 - 20:00	Alzey	96 €	252-41401

FINDEN SIE DEN PASSENDEN SPRACHKURS – MIT UNSERER KOSTENLOSEN EINSTUFUNGSBERATUNG

Sie möchten eine Sprache neu lernen oder auffrischen, wissen aber nicht, welcher Kurs passt? Unsere kostenlose, unverbindliche Einstufungsberatung hilft Ihnen, den richtigen Kurs für Ihr Niveau und Ihre Ziele zu finden – ob für Urlaub, Alltag oder Beruf.

Alternativ haben Sie folgende Möglichkeiten:
Führen Sie selbstständig einen Online-Einstufungstest auf der Webseite www.klett-sprachen.de/einstufungstests durch. Anschließend können Sie uns das Ergebnis ganz einfach per E-Mail an kvhs@alzey-worms.de zusenden.

So erhalten wir eine genaue Einschätzung Ihres Sprachniveaus, um Sie bestmöglich beraten und passende Kurse für Sie auswählen zu können.

Antworten Sie auf unsere kurze Umfrage zu Ihren Lernzielen:
https://survey.lamapoll.de/Meine-Lernziele-im-Sprachunterricht

Anhand Ihrer Angaben finden wir eine Lerngruppe, die optimal zu Ihrem Sprachniveau und Ihren Zielen passt – für einen erfolgreichen und motivierenden Start.

© glenn-carstens-peters | unsplash.com

KLICK MICH

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Spanisch							
Spanisch Niveau B1 + / B2.1	Zimmermann, Patricia Maria	Mo 01.09.25	15 x	10:30 - 12:00	Wörrstadt	120 €	252-42216
Spanisch Niveau A1 – Teil 3	Hahn-Dietrich, Gabriele	Di 02.09.25	12 x	17:00 - 18:30	Alzey	103 €	252-42202
Spanischkenntnisse bewegen und erhalten B2 – C1	Hahn-Dietrich, Gabriele	Di 02.09.25	12 x	19:00 - 20:30	Alzey	103 €	252-42220
Spanisch für die Reise	Dittler, Olivia	Mi 03.09.25	15 x	18:30 - 20:00	Eich	120 €	252-42210
Spanisch Niveau A1.1 Teil 2	Buendia-Rodriguez, Elvira	Do 04.09.25	8 x	18:00 - 19:30	Alzey	64 €	252-42204
Spanisch für die Reise	Dittler, Olivia	Do 04.09.25	16 x	18:30 - 20:00	Westhofen	128 €	252-42212
Spanisch Niveau A2.1	Buendia-Rodriguez, Elvira	Do 11.09.25	8 x	18:00 - 19:30	Alzey	64 €	252-42205
Spanisch A2-B1.1 – Auffrischung und Konversationskurs online	López, Jiménez Angeles	Mi 17.09.25	10 x	16:15 - 17:45	vhs.cloud	85 €	252-42213
Spanisch A1.2 – A2 – Auffrischung und Konversationskurs Online	López Jiménez, Angeles	Mi 17.09.25	10 x	18:00 - 19:30	vhs.cloud	85 €	252-42203
Spanisch A1.1	Alvan, Victor	Mi 01.10.25	12 x	17:00 - 18:30	Alzey	96 €	252-42206
Spanisch A2.1	Alvan, Victor	Mi 01.10.25	12 x	18:30 - 20:00	Alzey	96 €	252-42208
Info-Veranstaltung zur Reise: „Málaga und die Höhepunkte der Costa del Sol“	Vivahola	Do 09.10.25	1 x	17:30 - 20:00	Alzey	0 €	252-10900
NEU Spanisch Niveau A2.1 (Bildungsfreistellung)	Buendia-Rodriguez, Elvira	Mo 20.10.25	5 x	08:00 - 13:00	Alzey	123 €	252-42217

Mach dich bereit für den erfolgreichen Einstieg in Ausbildung oder Umschulung! Unser viermonatiger Kurs „Fit für Ausbildung oder Umschulung“ richtet sich speziell an junge Erwachsene nach dem Schulabschluss sowie an Menschen, die einen beruflichen Neuanfang wagen möchten.

Dieser Kurs bietet dir eine umfassende Vorbereitung und umfasst wichtige Themen wie Berufsorientierung, Bewerbungstraining, Entwicklung von Soft Skills sowie ein integriertes Praktikum, das dir wertvolle praktische Einblicke und Erfahrungen vermittelt. So wirst du optimal auf die Anforderungen des Arbeitsmarktes vorbereitet und kannst selbstbewusst in deine berufliche Zukunft starten.

Der Kurs kann von der Arbeitsagentur und dem Jobcenter gefördert, sodass dir eine kostengünstige Teilnahme möglich ist. Interessiert? Dann zögere nicht und vereinbare einen Beratungstermin mit Elke Silies unter der Telefonnummer 06731 408-6754. Nutze diese Chance, um deine Karriere gezielt voranzubringen und den ersten Schritt in eine erfolgreiche berufliche Laufbahn zu machen!

Beruf

„Fit für den Beruf – Weiterkommen mit der vhs“
Berufliche Weiterbildung ist zentral für persönliche Entwicklung und gesellschaftliche Teilhabe. Die vhs unterstützt Sie dabei – von Grundkompetenzen wie Sprache und Lernfähigkeit bis zu abschlussbezogenen Qualifikationen. Ein Schwerpunkt liegt auf dem souveränen Umgang mit IT und neuen Medien.

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Berufliche Bildung | Kommunikationstraining | Rhetorik							
Perspektive Berufsbetreuer*in	Henninger, Christina	Mi 10.09.25	1 x	16:30 - 18:00	Alzey	0 €	252-50121
Fit fürs Büro	Leser, Dennis	Sa 18.10.25	2 x	10:00 - 14:45	Alzey	80 €	252-50101
NEU Wertschätzende Kommunikation und Gesprächsführung	Bollheimer, Antje	Mi 29.10.25	5 x	17:30 - 19:00	Alzey	51 €	252-50601
Infoveranstaltung: Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson	Sterz, Melanie	Mi 26.11.25	1 x	18:00 - 20:15	Alzey	0 €	252-50500
NEU Konfliktmanagement – Souverän in schwierigen Situationen	Bollheimer, Antje	Mi 21.01.26	2 x	17:30 - 20:30	Alzey	39 €	252-50602
Bildungsfreistellung							
Spanisch Niveau A2.1 (Bildungsfreistellung)	Buendia-Rodriguez, Elvira	Mo 20.10.25	5 x	08:00 - 13:00	Alzey	123 €	252-42217
Stärke deine Resilienz im Berufsalltag mit Achtsamkeit und Tai Chi (BfG)	Jacob, Margit Hiller, Michael	Mo 17.11.25	5 x	09:00 - 16:30	Ensheim	181 €	252-30118
MS-Office | Windows							
Excel Kompakt	Jungk, Karl-Heinz	Mo 08.09.25	4 x	18:00 - 21:00	Alzey	83 €	252-50107
NEU Cybercrime ade: Sicher im Alltag und Beruf KLICK MICH	Leser, Dennis	Sa 08.11.25	2 x	10:00 - 11:30	Online	30 €	252-50103
Word Kompakt	Jungk, Karl-Heinz	Mo 10.11.25	4 x	18:00 - 21:00	Alzey	83 €	252-50109
NEU MS PowerPoint für Einsteiger: Kreative Präsentationen leicht gemacht	Leser, Dennis	Do 13.11.25	3 x	18:00 - 20:15	Alzey	67 €	252-50110
NEU Excel Power-Wochenende	Leser, Dennis	Sa 06.12.25	2 x	10:00 - 14:30	Alzey	75 €	252-50102
Excel Kompakt	Jungk, Karl-Heinz	Mo 12.01.26	4 x	18:00 - 21:00	Alzey	83 €	252-50108
Soziale Medien | Unterhaltungselektronik							
Canva für Einsteiger	Klemmer, Yvonne	Sa 13.09.25	2 x	10:00 -12:00	vhs.cloud	40 €	252-50105
Social Media Marketing – Grundlagen Seminar	Klemmer, Yvonne	Sa 11.10.25	1 x	10:00 - 14:00	vhs.cloud	40 €	252-50106

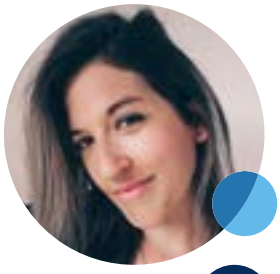
Dennis Leser | Kursleitung PC Sicherheit und Anwendung

„Meine Stärken als Kursleiter sehe ich in der praxisnahen, individuellen und manchmal auch etwas unkonventionellen Vermittlung von Wissen.“

Dabei stehen meine Kurse unter folgendem Motto: „Verstehen, anwenden, weiterdenken – Lernen bedeutet nicht, Fakten auswendig zu lernen, sondern Zusammenhänge zu begreifen, Wissen gezielt einzusetzen und eigenständig Lösungen zu entwickeln.“

Wussten Sie schon, dass Beschäftigte für Weiterbildung vom Arbeitgeber freigestellt werden können? Das **Bildungsfreistellungsgesetz** des Landes Rheinland-Pfalz (§7) regelt, dass zur Erweiterung der Fähigkeiten und Kompetenzen, um beispielweise Karrierechancen zu verbessern oder sich persönlich weiterzuentwickeln jährlich maximal 5 Tage bzw. 10 Tage für 2 Jahre genutzt werden können. Auch die kvhs Alzey-Worms ist anerkannter Träger für Bildungsurlaube.

Weitere Informationen unter: https://www.kreis-alzey-worms.eu/volkshochschule/info-service/bildungsfreistellung



Clenda Sabrina Lahr | Lehrkraft für Coaching & Kreativität

„Mir ist es einfach wichtig, dich in deinem kreativen Schaffen zu unterstützten. Dich zu ermutigen, dein Ding zu finden und umzusetzen. Weil deine Stimme wichtig ist.

➔ Das ist mein Motto bzw. meine Intention für den Workshop und macht meine Stärke ohne weitere Worte klar: ich bin gut darin, Menschen zu empowern. Finde es fast schon nicht nötig, das nochmal auszuformulieren. Aber wenn es gewünscht ist, könnte ein ergänzender Satz sein:
Darin liegt auch meine Stärke: In dir die Freude und die Motivation zu wecken, direkt loslegen zu wollen.“

KLICK MICH

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Existenzgründung							
NEU Starte deinen eigenen Podcast	Lahr, Clenda Sabrina	Fr 17.10.25	2 x	18:00 - 21:00	Alzey	48 €	252-50111
Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte							
NEU Bedürfnisorientierte Pädagogik	Breier, Sabine	Do 11.09.25	1 x	09:00 - 16:00	Ensheim	98 €	252-50801
NEU Die Kita als sicherer Ort – Kindeswohl und Kindeswohlgefährdung	Lattschar, Birgit	Di 30.09.25	1 x	09:00 - 16:00	Alzey	117 €	252-50802
Marte Meo – Grundlagenseminar	Mohraz, Schirin	Mi 08.10.25	2 x	09:00 - 16:00	Ensheim	248 €	252-50803
NEU Umgang mit herausforderndem Verhalten	Kraus-Krämer, Ulrike	Do 30.10.25	1 x	09:00 - 16:00	Alzey	109 €	252-50804
NEU Kuscheln, Fühlen, Sich-Erkunden – Sexualentwicklung kindgerecht begleiten	Faller, Daniela	Di 04.11.25	2 x	09:00 - 16:00	Online	110 €	252-50805
NEU Machtvolle Sprache – Adultismus im Kita-Alltag	Buhlmann-Reschke, Tanja	Mi 03.12.25	1 x	09:00 - 16:00	Alzey	112 €	252-50806

STARKE KITA – STARKE FACHKRÄFTE

© freepik.com

Das Fortbildungsprogramm für Fachkräfte in den Kindertagesstätten im Landkreis Alzey-Worms bietet Ihnen die Möglichkeit, neue Perspektiven, innovative Methoden und aktuelles Wissen in Ihre tägliche Arbeit einzubringen. Durch gezielte Weiterbildungen können Sie Ihre fachlichen und pädagogischen Kompetenzen als Fach- und Führungskraft in der frühkindlichen Bildung kontinuierlich erweitern und vertiefen.

Nutzen Sie die Gelegenheit, sich mit Kolleginnen und Kollegen aus der Region auszutauschen, voneinander zu lernen und gemeinsam neue Impulse für die Bildungsarbeit in Ihren Einrichtungen zu entwickeln. Das Programm umfasst ein vielfältiges Angebot an praxisnahen Kursen, Workshops und Seminaren, die sowohl fachliche Inhalte als auch Führungskompetenzen abdecken.

So bleiben Sie nicht nur auf dem neuesten Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse, sondern stärken auch Ihre Fähigkeit, Ihre Einrichtung zukunftsorientiert zu gestalten und auf die individuellen Bedürfnisse der Kinder einzugehen. Ob zu Themen wie Inklusion, Sprachförderung, Medienkompetenz oder Teamleitung – hier finden Sie für jede Herausforderung die passende Weiterbildung.

Eine Übersicht aller Kursangebote finden Sie hier, auf Seite 22.
Wir laden Sie herzlich ein, diese Chancen zu nutzen und sich aktiv weiterzubilden, um die Qualität der frühkindlichen Bildung im Landkreis Alzey-Worms nachhaltig zu sichern und weiterzuentwickeln.

Junge VHS

Die junge vhs fördert Kreativität, Medienkompetenz, interkulturelles Verständnis, berufliche Orientierung und soziale Fähigkeiten. In Kooperation mit Schulen und außerschulischen Partnern ergänzt sie das Bildungsangebot an verschiedenen Lernorten.

TITEL	KURSLEITUNG	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Kinder im Museum Alzey							
KIMA: Wer will fleißige Handwerker sehn, der muss zu uns Kindern gehn!	Göttel-Becker, Jutta	Mi 22.10.25	3 x	09:00 - 12:00	Alzey	0 €	252-10501
KIMA: Weihnachtsduft im ganzen Haus	Göttel-Becker, Jutta	Fr 28.11.25	1 x	14:30 - 16:30	Alzey	0 €	252-10502
KIMA: Wir warten auf´s Christkind.	Göttel-Becker, Jutta	Di 23.12.25	1 x	10:00 - 13:00	Alzey	0 €	252-10503
vhs.KinderUni							
Warum kann man mit Bildern im Kopf super Vokabeln lernen?	Vhs Böblingen-Sindelfingen e.V.	So 14.09.25	1 x	11:00 - 12:00	Online	5 €	252-10505
NEU Warum fallen Steine aus dem Weltraum auf die Erde?	Vhs Böblingen-Sindelfingen e.V.	So 12.10.25	1 x	11:00 - 12:00	Online	5 €	252-10506
NEU Warum gibt es Betrug, Mord und Täuschung bei Tieren?	Vhs Böblingen-Sindelfingen e.V.	So 09.11.25	1 x	11:00 - 12:00	Online	5 €	252-10507
NEU Warum essen wir eigentlich so viel Zucker, ohne es zu wissen?	Vhs Böblingen-Sindelfingen e.V.	So 07.12.25	1 x	11:00 - 12:00	Online	5 €	252-10508
NEU Warum werden wir gemobbt?	Vhs Böblingen-Sindelfingen e.V.	So 04.01.26	1 x	11:00 - 12:00	Online	5 €	252-10509
Selbstbehauptung | Selbstverteidigung							
Wendo: Selbstbehauptung I Selbstverteidigung für Mädchen (7 - 11 Jahre)	Thomasky, Anke	Do 23.10.25	2 x	09:00 - 13:30	Osthofen	75 €	252-30250
Kochen und Backen							
Wir backen Plätzchen	Stöhr, Katharina	Sa 22.11.25	1 x	10:00 - 13:00	Alzey	22 €	252-30504
Globales Lernen | Bildung für nachhaltige Entwicklung | Umweltbildung und Verbraucherfragen							
NEU Abstrakte Unterwasserwelten in 3 D	Pfeiffer, Daniela	Do 04.09.25	6x	15:00 - 16:30	Osthofen	82 €	252-20710
NEU Die kleine Forscherwerkstatt – Forscherworkshop für Kinder	Weimert, Christian	Sa 27.09.25	4x	10:00 - 13:00	Alzey	96 €	252-10504
Entspannung | Stressbewältigung							
NEU Kinder-Yoga	Stoycheva, Desislava	Do 30.10.25	4x	16:30 - 17:30	Alzey	22 €	252-10510

KLICK MICH

vhs Kreisvolkshochschule Alzey-Worms

Die Volkshochschule

Vielleicht der Beginn von etwas ganz Großem.

Wir bilden die digitale Gesellschaft. Denn wir nehmen die Angst vor Bits und Bytes, Chips und KI. Stattdessen machen wir Lust auf die digitale Zukunft. Egal, ob sie im Metaversum oder bei Oma Ilse stattfindet.

GESCHÄFTSSTELLE

Theodor-Heuss-Ring 2
55232 Alzey

✆ 06731 408-6740
🖷 06731 408-84444
✉ kvhs@alzey-worms.de

AUSSENSTELLEN

VHS Alzey-Land
Geschäftsstelle der kvhs

VHS Alzey | VHS Saulheim
VHS Wörrstadt
Brendan Botheroyd
✆ 06731 408-6756
✉ kvhs-woerrstadt@alzey-worms.de

VHS Eich
Gabriele Ortigosa
✆ 0178 4487180
✉ kvhs-eich@alzey-worms.de

VHS Monsheim
Karl-Christian Prinz
✆ 06243 905383
✉ kvhs-monsheim@alzey-worms.de

VHS Wonnegau
Daniela Pfeiffer
✆ 0155 63692370
✉ kvhs-wonnegau@alzey-worms.de

VHS Wöllstein
Christine Breswald
✆ 06358 9892626
✉ kvhs-woellstein@alzey-worms.de

www.vhs-alzey-worms.de
www.facebook.com/kvhsalzeyworms
www.instagram.com/vhs.alzey.worms/

#zukunftsort_vhs