



Kreisvolkshochschule
Alzey-Worms

Programm

04. September 2023
bis 04. Februar 2024

Gemeinsam digital. Aktiv verbunden.



www.vhs-alzey-worms.de

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

ich freue mich, Ihnen das neue Semesterprogramm der kvhs präsentieren zu dürfen.

Die kvhs Alzey-Worms hat nach einigen schwierigen Jahren wieder Fahrt aufgenommen. „Gemeinsam digital vernetzt“ ist das Thema für den Herbst und Winter. Gemeinsam mit neuen und bekannten Gesichtern im Team, gemeinsam mit Kursleitungen und Kursteilnehmenden starten wir in ein neues Semester, das uns wieder alle Möglichkeiten gibt, zusammen zu lernen.

Das Angebot umfasst mehr als 228 Kurse und Veranstaltungen im ganzen Kreisgebiet. Wieder neu aufgelegt werden Flyer, die über die Programmauswahl in den Außenstellen informieren, damit Sie sich vor Ort schneller über Ihre wohnortnahen Kurse informieren können.

Wir freuen uns sehr, dass wir wieder vor Ort und weiterhin auch digital Weiterbildung für alle realisieren können.

Lassen Sie sich inspirieren von der bunten Vielfalt an neuen und bewährten Kursangeboten. Wir hoffen, dass wir Ihre Neugier wecken, Ihnen neue Perspektiven eröffnen und Sie zum Mitmachen anregen können.

Alle aktuellen Informationen erhalten Sie auf der Webseite der kvhs sowie auf Facebook. Ausführliche Kursbeschreibungen zu allen Kursen finden Sie auf unserer Homepage.

Für Rückfragen aber auch Anregungen steht Ihnen das Team der kvhs zur Verfügung.

Ich bedanke mich bei allen, die an dem Programm mitgewirkt haben und wünsche Ihnen viel Vergnügen beim Stöbern im Kursangebot der kvhs.



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

Öffnungszeiten

Montag - Freitag 08.00 – 12.00 Uhr
Montag & Dienstag 14.00 – 16.00 Uhr
Donnerstag 14.00 – 18.00 Uhr
Beratungszeiten für Integrationskurse
und andere Deutschkurse nach
Terminvereinbarung.

Anmeldung

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

UNSER TEAM

Balz-Zimmermann, Petra

Honorare ☎ 06731 408-6744 ✉ balz-zimmermann.petra@alzey-worms.de

Botheroyd, Brendan

Außenstellenbeauftragter ☎ 06732 9321917 ✉ 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

Pädag. Bereichsleitung Sprachen ☎ 06731 408-6743 ✉ clavijo-michel.kelly@alzey-worms.de

De Michele, Elisa

Deutsch & Integration ☎ 06731 408-6745 ✉ demichele.elisa@alzey-worms.de

Hinkel, Sandra

Verwaltungsleitung ☎ 06731 408-6749 ✉ hinkel.sandra@alzey-worms.de

Janz, Natjana

Anmeldung ☎ 06731 408-6748 ✉ janz.natjana@alzey-worms.de

M'Barki, Najat

Deutsch & Integration ☎ 06731 408-6746 ✉ mbarki.najat@alzey-worms.de

Stumpf, Tanja

Gebühren & Qualitätsmanagement ☎ 06731 408-6742 ✉ stumpf.tanja@alzey-worms.de

Zendel, Stefanie

Leitung KVHS ☎ 06731 408-6753 ✉ zendel.stefanie@alzey-worms.de

AUSSENSTELLEN

VHS Alzey, Saulheim & Wörrstadt

Brendan Botheroyd ☎ 06732 9321917 ✉ kvhs-woerrstadt@alzey-worms.de

VHS Alzey-Land, Eich & Wonnegau

Geschäftsstelle der KVHS ☎ 06731 408-6740 ✉ kvhs@alzey-worms.de

VHS Monsheim

Karl-Christian Prinz ☎ 06243 905383 ✉ kvhs-monsheim@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 Gebiets-
körperschaft (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: ©Mediterraneo | stock.adobe.com

LEITBILD DER KREISVOLKSHOCHSCHULE ALZEY-WORMS

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

Die kvhs versteht sich im Weiterbildungsbereich als kommunaler Dienstleister 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 Bildungsbenachteiligungen 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 Veranstaltungsangebots 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.

Als anerkanntes Prüfungszentrum organisieren wir wichtige Prüfungen und führen diese fachgerecht durch.

Weiterbildung dient nach unserem Verständnis dem ganzen Menschen mit seinen persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Bedürfnissen. Unser Weiterbildungsprogramm umfasst Kurse und Veranstaltungen zu den Themenbereichen:

- Beruf
- Gesundheit
- Kultur
- Junge VHS
- Gesellschaft
- Grundbildung
- Sprachen
- Online

Wir arbeiten ständig daran, neuen Herausforderungen in der Bildungsarbeit mit adäquaten Programmangeboten gerecht zu werden. Orientiert an gesellschaftlichen Trends und Veränderungen entwickeln wir unser Programm permanent weiter, z.B. mit Online- und Hybridformaten, aber auch durch Angebote, die zur nachhaltigen Entwicklung beitragen.

In der Volkshochschule kommen Menschen zusammen, um in einer Atmosphäre gegenseitiger Achtung und respektvollen Umgangs gemeinsam zu lernen. Die Programmangebote der KVHS sind offen für alle Menschen, unabhängig von Vorbildung, gesellschaftlicher Stellung, Beruf, Nationalität, Religion, Geschlecht, Alter, sexueller Orientierung oder Weltanschauung. Die Teilnehmenden an unseren Veranstaltungen werden seriös, fachkundig und differenziert informiert bzw. angeleitet.

Unser Weiterbildungsangebot zeichnet sich aus durch:

- ein breitgefächertes und qualitativ hochwertiges Kurs- und Veranstaltungsprogramm,
- passgenaue Angebote vor Ort, digital oder hybrid,
- ein faires „Preis-Leistungs-Verhältnis“.

Die Bildungsarbeit der kvhs wird ermöglicht und gewährleistet durch:

- ein engagiertes und kompetentes Team von haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern,
- qualifizierte und engagierte Lehrkräfte sowie Außenstellenleitungen,
- die fachliche Unterstützung des Landesverbands der Volkshochschulen,
- die finanzielle Unterstützung durch den Landkreis und das Land Rheinland-Pfalz,
- die Unterstützung durch die Kommunen, die insbesondere durch die Bereitstellung von Räumlichkeiten dazu beitragen, dass unsere Arbeit den Menschen in der Region zugutekommen kann,
- die Kooperation mit anderen Bildungseinrichtungen, mit Vereinen, ehrenamtlichen Initiativen und mit Landes-, Bundes- und EU-Behörden.

Unter gelungenem Lernen verstehen wir, durch das Angebot eines am persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Lebensumfeld der Menschen orientierten Weiterbildungsprogramms einen Beitrag zum Erwerb bzw. 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 Auseinandersetzung mit dem lebensbegleitenden Lernen wird angeregt.

WIR STEHEN FÜR
QUALITÄT IN DER
WEITERBILDUNG
UND...

- sind nach dem rheinland-pfälzischen Weiterbildungsgesetz staatlich anerkannt
- sind qualitätstestiert nach LQW
- sind anerkannte telc-Prüfungsinstitution für Europäische Sprachenzertifikate
- führen als zugelassener Träger des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge Integrations Sprachkurse 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





Online-Kurse | Webseminare | Blended Learning

TITEL	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Literatur						
NEU Litera-Tour - Webinarreihe: Losing Voice	Do 21.09.23	1 x	20:00 - 21:30	Online	0 €	232-20100
NEU Litera-Tour - Webinarreihe: Lügen über meine Mutter	Do 12.10.23	1 x	20:00 - 21:30	Online	0 €	232-20102
NEU Litera-Tour - Webinarreihe: Mami, liest du mir was vor?	Do 16.11.23	1 x	20:00 - 21:30	Online	0 €	232-20103
NEU Litera-Tour - Webinarreihe: Mit geballter Faust	Do 14.12.23	1 x	20:00 - 21:30	Online	0 €	232-20104
Sprachen						
Französisch Niveau A1.1 - Online	Fr 08.09.23	12 x	18:30 - 20:00	vhs.cloud	96 €*	232-40801
NEU Spanisch Niveau A1.1 - Online	Do 02.11.23	10 x	18:00 - 19:30	vhs.cloud	85 €*	232-42202
Spanisch Niveau A1.2 - Online	Do 21.09.23	10 x	18:00 - 19:30	vhs.cloud	85 €*	232-42208
Spanische Konversation Niveau A2-B1 - Online	Mo 04.09.23	10 x	17:00 - 18:30	vhs.cloud	85 €*	232-42213



Gesellschaft

TITEL	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Integration Einbürgerung						
Einbürgerungstest	Fr 08.09.23	1 x	15:00 - 16:00	Alzey	25 €	232-10001
Einbürgerungstest	Fr 10.11.23	1 x	15:00 - 16:00	Alzey	25 €	232-10002
Einbürgerungstest	Fr 08.12.23	1 x	15:00 - 16:00	Alzey	25 €	232-10003
Ökonomie Recht Finanzen						
Vortrag: Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung	Di 19.09.23	1 x	17:30 - 19:00	Alzey	0 €	232-10301
Patientenverfügung selbst erstellen	Mi 04.10.23	1 x	19:30 - 21:00	Wöllstein	13 €	232-10303
Überblick über das Erbrecht	Mi 08.11.23	1 x	19:30 - 21:30	Alzey	0 €	232-10305
Globales Lernen Bildung für nachhaltige Entwicklung Umweltbildung und Verbraucherfragen						
Naturspaziergang in Alzey: Vom Viadukt zum Stausee	Mo 04.09.23	1 x	18:00 - 20:00	Alzey	10 €	232-10401
Schimmel und Feuchtschäden	Do 26.10.23	1 x	18:30 - 20:30	Alzey	26 €*	232-10410
Rund ums (Haus-)Tier						
Erst der Kurs - dann der Hund	Do 02.11.23	4 x	19:00 - 20:30	Alzey	42 €*	232-10424
Persönlichkeitsentwicklung Psychologie						
Schulstress zu Hause - Resilienz für Eltern und Kinder	Do 09.11.23	3 x	18:00 - 21:00	Ensheim	60 €*	232-10606
Achtsamkeit lernen - für mehr Resilienz im Alltag	Di 28.11.23	1 x	18:00 - 21:00	Ensheim	20 €*	232-10612
Stilberatung						
Minimal Fashion - Kleidung clever kombinieren	Mi 11.10.23	1 x	18:00 - 21:00	Alzey	25 €*	232-10602
Typgerechtes Make-up	Mi 08.11.23	1 x	18:00 - 21:00	Alzey	25 €*	232-10604
Eine Shopping-Tour durch den Kleiderschrank	Do 09.11.23	1 x	18:30 - 21:30	Alzey	25 €*	232-10608
Farbberatung - Welche Farben passen zu mir?	Do 16.11.23	1 x	18:30 - 21:30	Alzey	25 €*	232-10610

*Gebührenstaffelung siehe Homepage



Kultur

TITEL	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Museumsveranstaltungen						
Rundgang: Die Alzeier Stadtbefestigung	Fr 04.08.23	1 x	17:00 - 19:00	Alzey	kostenpflichtig	232-10901
Zum Nachtisch - Museum: Des Kaisers Kopf	Di 15.08.23	1 x	13:00 - 13:20	Alzey	0 €	232-10902
Exkursion: Rheinhessen: Eich	Sa 09.09.23	1 x	14:30 - 17:00	Eich	kostenpflichtig	232-10904
Zum Nachtisch - Museum: Römische Götterwelt	Di 12.09.23	1 x	13:00 - 13:20	Alzey	0 €	232-10905
Museumsabend: Holzbauten und Gefäße der Bauern	Mo 25.09.23	1 x	19:30 - 21:00	Alzey	0 €	232-10906
Museumsabend: Römisches Bad und seine Götterwelt	Mo 09.10.23	1 x	19:30 - 21:00	Alzey	0 €	232-10908
Zum Nachtisch - Museum: Max, der Roßmarktsteher	Di 17.10.23	1 x	13:00 - 13:20	Alzey	0 €	232-10909
Museumsabend: Die Anfänge der Landwirtschaft	Mo 23.10.23	1 x	19:30 - 21:00	Alzey	0 €	232-10910
Museumsabend: Der Alzeier Nymphenaltar	Mo 06.11.23	1 x	19:30 - 21:00	Alzey	0 €	232-10912
Zum Nachtisch - Die Hyperinflation 1923	Di 14.11.23	1 x	13:00 - 13:20	Alzey	0 €	232-10913
Museumscafé: Geschlechterrollen	Mi 29.11.23	1 x	14:30 - 16:30	Alzey	0 €	232-10914
NEU Puppentheater: Quellnymphe Sirona	Sa 02.12.23	2 x	11:00 - 15:00	Alzey	kostenpflichtig	232-10916
Zum Nachtisch - Museum: Bestattungen der Römer	Di 12.12.23	1 x	13:00 - 13:20	Alzey	0 €	232-10917
Literarische Praxis Theorie						
Das Leben schreibt die besten Geschichten	Mo 18.09.23	6 x	16:30 - 18:30	Eich	83 €*	232-20202
2000 Jahre Literaturgeschichte Rheinhessens	Fr 06.10.23	1 x	19:00 - 20:30	Alzey	8 €	232-20101
Filme im O-Ton						
Film im O-Ton (Englisch)	Mi 04.10.23	1 x	19:45 - 21:45	Alzey	9,50 €	232-40690
Film im O-Ton (Französisch)	Mi 11.10.23	1 x	19:45 - 21:45	Alzey	9,50 €	232-40890
Film im O-Ton (Englisch)	Mi 06.12.23	1 x	19:45 - 21:45	Alzey	9,50 €	232-40691
Film im O-Ton (Französisch)	Mi 13.12.23	1 x	19:45 - 21:45	Alzey	9,50 €	232-40891
Film im O-Ton (Englisch)	Mi 17.01.24	1 x	19:45 - 21:45	Alzey	9,50 €	232-40692
Handwerk						
NEU Vom Papier zum Buch	Fr 22.09.23	10 x	19:00 - 20:30	Alzey	90 €*	232-21000
Malen Zeichnen Design						
Traditionelle Techniken: Alte Meister	Di 05.09.23	8 x	18:30 - 20:30	Alzey	85 €*	232-20700
Bleistiftzeichnung: Bäume und Gehölze	Fr 22.09.23	3 x	18:30 - 20:30	Wörrstadt	105 €*	232-20701
Aquarell/Acryl: Früchte und andere Objekte	Fr 13.10.23	3 x	18:30 - 20:30	Wörrstadt	105 €*	232-20702
Aquarell/Acryl: Blüten, Blumen und Pflanzen	Fr 01.12.23	3 x	18:30 - 20:30	Wörrstadt	105 €*	232-20703
Töpfern Plastisches Gestalten						
Plastisches Gestalten und Modellieren mit Ton	Mo 04.09.23	10 x	19:00 - 21:00	Saulheim	126 €*	232-20801
NEU Plastisches Gestalten mit Ton	Do 14.09.23	12 x	19:00 - 21:15	Sulzheim	169 €*	232-20802
Plastisches Gestalten	Mi 04.10.23	8 x	18:00 - 21:00	Alzey	201 €*	232-20804
Nähen Klöppeln Patchwork						
Patchwork: Paper Piecing - nähen über Papier	Sa 09.09.23	1 x	10:00 - 16:30	Saulheim	40 €*	232-20902
Nähkurs	Mi 04.10.23	6 x	19:00 - 21:30	Ensheim	105 €*	232-20904
Patchwork für Einsteiger: Log Cabin Kissen	Sa 07.10.23	1 x	10:00 - 16:30	Saulheim	40 €*	232-20913
Patchwork: Textile Collage	Sa 11.11.23	1 x	10:00 - 16:30	Saulheim	40 €*	232-20914

*Gebührenstaffelung siehe Homepage



Fotografieren

	Bildgestaltung in der Fotografie	So 10.09.23	1 x	09:30 - 12:00	Wöllstein	22 €	232-21101
NEU	Motiv Natur - Theorie Praxis und Feedback	So 24.09.23	1 x	09:00 - 18:00	Alzey	57 €* KLICK MICH	232-21102
	Bildgestaltung in der Fotografie	So 08.10.23	1 x	09:30 - 12:00	Wöllstein	22 €	232-21104
	Fototechnik 1 - die eigene Kamera verstehen	Sa 14.10.23	2 x	09:00 - 18:00	Alzey	114 €* NEU	232-21105
	Kleine Motive - Theorie Praxis und Feedback	So 05.11.23	1 x	09:00 - 18:00	Alzey	57 €* NEU	232-21107

Musikalische Praxis

	Djembe - Trommeln wie im Senegal	So 17.09.23	1 x	15:00 - 18:00	Alzey	38 €* NEU	232-21301
	Djembe - Trommeln wie im Senegal	So 12.11.23	1 x	15:00 - 18:00	Alzey	38 €* NEU	232-21302
	Djembe - Trommeln wie im Senegal	So 14.01.24	1 x	15:00 - 18:00	Alzey	38 €* NEU	232-21303



cloud

Lernraum der Zukunft zum Mitgestalten

vielseitig und modular

www.vhs.cloud

Gesundheit

TITEL	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
-------	-------	-------	---------	-----	--------	--------

Gesundheitswissen

NEU	Herzdruckmassage und Anlegen des Defibrillators	Di 05.09.23	1 x	18:00 - 19:00	Alzey	0 €	232-30400
	Homöopathie: Refresher 20	Di 26.09.23	4 x	19:30 - 21:00	Alzey	35 €* NEU	232-30001
	Schüsslersalze / Lebenssalze 1-12 + Antlitzdiagnose	Fr 10.11.23	1 x	18:30 - 21:00	Wöllstein	15 €* NEU	232-30300

Entspannung | Stressbewältigung

	Achtsamkeit und Meditation mit Klangschalen	Mo 11.09.23	12 x	17:00 - 18:30	Alzey	103 €	232-30101
	Achtsamkeit und Meditation mit Klangschalen	Mo 11.09.23	12 x	18:45 - 20:15	Alzey	103 €	232-30102
NEU	Progressive Muskelentspannung Senior*Innen	Mo 16.10.23	4 x	10:00 - 11:30	Alzey	41 €* NEU	232-30107
NEU	Autogenes Training Frauen	Mi 18.10.23	4 x	10:00 - 11:30	Alzey	41 €* NEU	232-30108
	Progressive Muskelentspannung	Di 31.10.23	8 x	18:45 - 19:45	Alzey	55 €* NEU	232-30109
	Autogenes Training	Di 31.10.23	8 x	19:45 - 21:00	Alzey	65 €* NEU	232-30110
	Workshop: Achtsamer leben & Ressourcen aktivieren	Sa 18.11.23	1 x	10:00 - 17:00	Alzey	37 €* NEU	232-30116

*Gebührenstaffelung siehe Homepage



TITEL	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Qigong						
Qigong: Ferienkurs - Teil II	Mi 16.08.23	3 x	18:00 - 20:00	Alzey	32 €*	231-30140
Qigong: Grund- und Aufbaukurs - Kurs D	Mi 06.09.23	6 x	15:15 - 16:15	Alzey	32 €*	232-30123
Qigong: Grund- und Aufbaukurs - Kurs A	Mi 06.09.23	6 x	16:30 - 17:30	Alzey	32 €*	232-30120
Qigong: Grund- und Aufbaukurs - Kurs B	Mi 06.09.23	6 x	17:45 - 19:00	Alzey	40 €*	232-30121
Qigong: Grund- und Aufbaukurs - Kurs C	Mi 06.09.23	6 x	19:15 - 20:30	Alzey	40 €*	232-30122
Qigong: bei Nacken- und Schulterverspannungen	Sa 09.09.23	1 x	09:30 - 12:30	Alzey	16 €*	232-30124
Qigong: für einen gesunden und entspannten Rücken	Sa 30.09.23	1 x	09:30 - 12:30	Alzey	16 €*	232-30125
Qigong: Grund- und Aufbaukurs - Kurs D	Mi 08.11.23	6 x	15:15 - 16:15	Alzey	32 €*	232-30127
Qigong: Grund- und Aufbaukurs - Kurs A	Mi 08.11.23	6 x	16:30 - 17:30	Alzey	32 €*	232-30128
Qigong: Grund- und Aufbaukurs - Kurs B	Mi 08.11.23	6 x	17:45 - 19:00	Alzey	40 €*	232-30129
Qigong: Grund- und Aufbaukurs - Kurs C	Mi 08.11.23	6 x	19:15 - 20:30	Alzey	40 €*	232-30130
Qigong: Lungen- und Atemübungen	Sa 18.11.23	1 x	14:00 - 17:00	Alzey	16 €*	232-30131
Qigong: Gesunde und bewegliche Gelenke	Sa 02.12.23	1 x	09:30 - 12:30	Alzey	16 €*	232-30133
Qigong: mit Winterübungen der Kälte trotzen	Sa 06.01.24	1 x	14:00 - 17:00	Alzey	16 €*	232-30135
Qigong: Grund- und Aufbaukurs - Kurs D	Mi 10.01.24	4 x	15:15 - 16:15	Alzey	21 €*	232-30136
Qigong: Grund- und Aufbaukurs - Kurs A	Mi 10.01.24	4 x	16:30 - 17:30	Alzey	21 €*	232-30137
Qigong: Grund- und Aufbaukurs - Kurs B	Mi 10.01.24	4 x	17:45 - 19:00	Alzey	27 €*	232-30138
Qigong: Grund- und Aufbaukurs - Kurs C	Mi 10.01.24	4 x	19:15 - 20:30	Alzey	27 €*	232-30139
Tai Chi						
Wudang Stil, 18er Form: Grund- und Aufbaukurs	Do 07.09.23	15 x	19:00 - 20:00	Alzey	98 €*	232-30142
Yang Stil, 24er Form: Grund- und Aufbaukurs	Fr 15.09.23	15 x	19:30 - 20:30	Alzey	98 €*	232-30143
Pilates Yoga						
NEU Hatha Yoga soft	Sa 02.09.23	10 x	09:00 - 10:30	Alzey	99 €*	232-30152
Hatha Yoga: Entspannung für Körper, Geist und Seele	Mo 04.09.23	12 x	10:00 - 11:30	Saulheim	124 €*	232-30153
Pilates und Entspannung	Mi 06.09.23	12 x	18:15 - 19:45	Eich	103 €*	232-30209
Hatha Yoga: Entspannung für Körper, Geist und Seele	Fr 08.09.23	12 x	18:00 - 19:30	Saulheim	124 €*	232-30155
Yoga für Unterleibsorgane, Beckenboden und Rücken	Sa 09.09.23	1 x	14:00 - 17:00	Alzey	42 €*	232-30157
NEU Lachyoga "Lachen ohne Grund"	Sa 16.09.23	1 x	14:00 - 16:15	Alzey	14 €*	232-30159
Hatha-Yoga: starke Mitte und inneres Gleichgewicht	Mo 18.09.23	10 x	19:30 - 21:00	Wörrstadt	133 €*	232-30161
Yoga und Achtsamkeit	Di 19.09.23	10 x	18:00 - 19:30	Ensheim	130 €*	232-30162
Yoga sanft	Di 19.09.23	10 x	19:45 - 20:45	Ensheim	103 €*	232-30163
Yoga sanft für Anfänger und Geübte	Do 21.09.23	10 x	17:15 - 18:15	Alzey	82 €*	232-30164
Yoga intensiv	Do 21.09.23	10 x	18:30 - 19:30	Alzey	82 €*	232-30165
Yoga für Senior*Innen	Fr 22.09.23	10 x	15:00 - 16:30	Wörrstadt	133 €*	232-30166
NEU Regenerierender Yoga/Yin Yoga	Sa 18.11.23	10 x	09:00 - 10:30	Alzey	99 €*	232-30170
NEU Lachyoga "Lachen ohne Grund"	Sa 16.12.23	1 x	14:00 - 16:15	Alzey	14 €*	232-30180

INFO

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

*Gebührenstaffelung siehe Homepage



TITEL	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Fitness Beweglichkeit						
Nordic Walking: Aufbaukurs	Mo 21.08.23	5 x	18:00 - 20:00	Alzey	59 €*	231-30258
Rhythmische Gymnastik mit Handgeräten	Mo 04.09.23	15 x	19:00 - 19:45	Alzey	139 €*	232-30201
Energy Dance® und Muskelschwung	Mo 04.09.23	15 x	20:00 - 21:00	Alzey	115 €*	232-30204
Wassergymnastik	Mi 06.09.23	10 x	17:30 - 18:30	Eich	58 €*	232-30206
Step-Aerobic und Bodyworkout	Mi 06.09.23	15 x	18:15 - 19:45	Alzey	135 €*	232-30208
Wassergymnastik	Mi 06.09.23	10 x	18:30 - 19:30	Eich	58 €*	232-30211
Gymnastik: Mobilisierung und Dehnung - Kurs A	Do 07.09.23	15 x	08:45 - 09:45	Alzey	127 €*	232-30218
Gymnastik: Mobilisierung und Dehnung - Kurs B	Do 07.09.23	15 x	10:00 - 11:00	Alzey	127 €*	232-30219
Bodyforming: Training an der Ballettstange - Kurs A	Fr 08.09.23	15 x	18:15 - 19:15	Alzey	115 €*	232-30225
Bodyforming: Training an der Ballettstange - Kurs B	Fr 08.09.23	15 x	19:30 - 20:30	Alzey	115 €*	232-30226
NEU HulaHoop: Basiskurs	Mo 18.09.23	1 x	17:30 - 18:30	Alzey	22 €*	232-30235
NEU HulaHoop und Hoopdance Trainings-Jam	Mo 18.09.23	8 x	18:30 - 19:30	Alzey	98 €*	232-30236
HulaHoop: Basiskurs	Mo 09.10.23	1 x	17:30 - 18:30	Alzey	22 €*	232-30240
Hoopdance: Schnupperkurs	Mo 30.10.23	1 x	17:30 - 18:30	Alzey	22 €*	232-30241
Hoopdance Anfänger	Mo 13.11.23	5 x	17:30 - 18:30	Alzey	63 €*	232-30242
Selbstbehauptung Selbstverteidigung						
Krav Maga: Grundkurs	Mo 11.09.23	10 x	20:15 - 21:45	Alzey	137 €*	232-30230
Krav Maga: Aufbaukurs - Panantukan Basics	Di 12.09.23	10 x	20:00 - 21:30	Alzey	137 €*	232-30231
Wendo: Selbstbehauptung Selbstverteidigung	Mi 18.10.23	3 x	18:00 - 21:00	Ensheim	141 €*	232-30261
Tanz Zumba						
Bauchtanz Aufbaukurs	Do 07.09.23	12 x	19:00 - 20:00	Alzey	69 €*	232-30222
Bauchtanz - Fortgeschrittene II	Do 07.09.23	12 x	20:00 - 21:00	Alzey	69 €*	232-30223
Workshop: Afrotanz	So 03.12.23	1 x	15:00 - 17:00	Alzey	38 €*	232-20502
Workshop: Afrotanz	So 28.01.24	1 x	15:00 - 17:00	Alzey	38 €*	232-20503
Wirbelsäulengymnastik Rückenschule						
Rückenfit bei jedem Schritt	Mo 04.09.23	12 x	19:00 - 20:00	Alzey	64 €*	232-30202
Rücken-Aktiv - bewegen statt schonen	Di 05.09.23	10 x	19:30 - 20:30	Gau-Odernheim	53 €*	232-30205
Fit für den Alltag: starker Rücken	Mi 06.09.23	15 x	20:00 - 21:30	Alzey	129 €*	232-30212
Rückenschule: schmerzfrei, mobil & beweglich bleiben!	Mi 20.09.23	10 x	09:30 - 10:30	Ensheim	100 €*	232-30238
Rückenschule: schmerzfrei, mobil & beweglich bleiben!	Do 16.11.23	10 x	08:45 - 09:45	Ensheim	100 €*	232-30245
Rückenschule: schmerzfrei, mobil & beweglich bleiben!	Do 16.11.23	10 x	10:00 - 11:00	Ensheim	100 €*	232-30246

Lerne
klimafreundlich
zu handeln.

vhs

Schärfe dein
politisches
Bewusstsein.

Erweitere
deine digitale
Kompetenz.

**Finde
deinen
Kurs**

*Gebührenstaffelung siehe Homepage



TITEL	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Essen und Trinken Ernährung						
Kulinarische Reisen: Kochen mit Freunden	Mi 06.09.23	1 x	18:00 - 22:00	Alzey	39 €*	232-30501
Dinners for one - Single-Kochkurs	Fr 08.09.23	1 x	18:00 - 21:45	Alzey	38 €*	232-30502
Kulinarische Reisen: Kochen von Anfang an	Mo 18.09.23	4 x	18:00 - 22:00	Alzey	186 €*	232-30503
Kulinarische Reisen: Männer kochen	Mi 20.09.23	1 x	18:00 - 22:00	Alzey	49 €*	232-30504
Brotbacken und süßes Hefengebäck	Di 10.10.23	1 x	18:00 - 21:30	Alzey	29 €*	232-30507
Kulinarische Reisen: Grüne Proteine	Mi 11.10.23	1 x	18:00 - 22:00	Alzey	39 €*	232-30508
Pralinen und Plätzchen	Di 07.11.23	1 x	18:00 - 21:30	Alzey	34 €*	232-30510
Kulinarische Reisen: Wintergemüse	Mi 08.11.23	1 x	18:00 - 22:00	Alzey	39 €*	232-30512
Herbstliche Köstlichkeiten mit Brotteig	Fr 10.11.23	1 x	18:00 - 21:45	Alzey	37 €*	232-30514
Kulinarische Reisen: Ingwer	Di 14.11.23	1 x	18:00 - 22:00	Alzey	39 €*	232-30515
Kulinarische Reisen: So kocht Rheinhessen	Mi 15.11.23	1 x	18:00 - 22:00	Alzey	42 €*	232-30517
Asiatisch kochen, aber einfach	Fr 17.11.23	1 x	18:00 - 21:45	Alzey	38 €*	232-30518
Kulinarische Reisen: 20. Pralinenfestival	Di 05.12.23	1 x	18:00 - 22:00	Alzey	49 €*	232-30522
Last Minute Backen für Weihnachten	Fr 08.12.23	1 x	18:00 - 21:45	Alzey	38 €*	232-30523
Fiesta Mexicana	Fr 12.01.24	1 x	18:00 - 21:45	Alzey	38 €*	232-30526



Sprachen

TITEL	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Einstufungsberatungen						
Einstufungsberatung - Englisch	Mo 21.08.23	1 x	18:00 - 19:00	Alzey	0 €	232-40011
Einstufungsberatung - Französisch	Mo 28.08.23	1 x	18:00 - 19:00	Alzey	0 €	232-40012
Einstufungsberatung - Italienisch	Mo 21.08.23	1 x	18:00 - 19:00	Alzey	0 €	232-40013
Einstufungsberatung - Spanisch	Mo 23.08.23	1 x	18:00 - 19:00	Alzey	0 €	232-40014



GESCHENKGUTSCHEINE

... immer eine gute Wahl!

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

*Gebührenstaffelung siehe Homepage



TITEL	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Englisch						
Englisch Niveau A1.1	Mo 04.09.23	15 x	18:00 - 19:30	Alzey	120 €*	232-40601
Englisch Niveau A1.1	Fr 08.09.23	15 x	18:00 - 19:30	Alzey	120 €*	232-40603
Englisch Niveau A1.1	Mo 11.09.23	15 x	19:00 - 20:30	Alzey	120 €*	232-40604
Englisch Niveau A2.2	Do 14.09.23	15 x	18:00 - 19:30	Alzey	120 €*	232-40610
Englisch Fortgeschrittene Niveau B1.1	Mi 06.09.23	15 x	19:00 - 20:30	Alzey	120 €*	232-40620
Englische Konversation Niveau B1	Di 12.09.23	10 x	19:30 - 21:00	Gau-Odernheim	84 €*	232-40621
Pep up your English - Niveau B1	Mi 13.09.23	15 x	09:30 - 11:00	Wörrstadt	120 €*	232-40622
Englisch für Wiedereinsteiger - Niveau B1.2	Mo 11.09.23	15 x	19:00 - 20:30	Alzey	120 €*	232-40623
Englisch Auffrischkurs Niveau B1.2	Di 12.09.23	15 x	09:00 - 10:30	Alzey	120 €*	232-40624
Englisch Niveau B1+	Di 05.09.23	15 x	18:00 - 19:30	Alzey	120 €*	232-40625
Konversationskurs Englisch Niveau B1+	Di 12.09.23	15 x	09:15 - 10:45	Wörrstadt	120 €*	232-40626
English Conversation - Niveau B1/B2	Mi 13.09.23	10 x	18:00 - 19:30	Alsheim	80 €*	232-40627
American English - Konversation B1-B2	Mo 04.09.23	15 x	18:00 - 19:30	Alzey	120 €*	232-40628
Englisch Niveau B2	Do 07.09.23	15 x	19:00 - 20:30	Alzey	120 €*	232-40630
English intermediate - Story time Niveau B2	Fr 15.09.23	12 x	18:00 - 19:30	Alzey	96 €*	232-40632
English Advanced - Conversation Hour - Niveau B2/C1	Mi 13.09.23	12 x	18:45 - 20:15	Alzey	96 €*	232-40642
Englisch Advanced - Niveau C1	Mi 06.09.23	14 x	19:00 - 20:30	Alzey	120 €*	232-40643
Gesprächskreis für Freunde der englischen Sprache	Fr 08.09.23	5 x	19:30 - 22:00	Alzey	0 €	232-40645
Französisch						
Französisch Niveau A1.1	Mi 06.09.23	14 x	11:00 - 12:00	Wörrstadt	75 €*	232-40802
Französisch À la carte A1.1 - Einsteigerkurs Reisende	Do 07.09.23	12 x	18:30 - 20:00	Alzey	96 €*	232-40804
Französisch Niveau A1.2	Mi 06.09.23	12 x	18:00 - 19:30	Alzey	96 €*	232-40803
Französisch Niveau A2.1	Mo 11.09.23	7 x	19:10 - 20:40	Alzey	56 €*	232-40806
Französisch Niveau A2.2	Mo 09.10.23	9 x	19:00 - 20:30	Alzey	72 €*	232-40808
Französisch Niveau B1.1	Fr 08.09.23	7 x	16:00 - 17:30	Alzey	56 €*	232-40811
Französisch Niveau B1.1	Do 21.09.23	10 x	17:30 - 19:00	Westhofen	97 €*	232-40815
Französisch Niveau B2.1	Mo 11.09.23	7 x	17:30 - 19:00	Alzey	56 €*	232-40816
Französisch Niveau B2.1	Di 05.09.23	7 x	16:00 - 17:30	Wörrstadt	56 €*	232-40819
Italienisch						
Italienisch Niveau A1.2	Mi 06.09.23	15 x	18:30 - 20:00	Alzey	120 €*	232-40902
Italienisch Niveau A2.1	Di 05.09.23	15 x	18:30 - 20:00	Alzey	120 €*	232-40905
Niederländisch						
Niederländisch Niveau A2.2/B1	Di 05.09.23	12 x	18:30 - 20:00	Alzey	96 €*	232-41401
Spanisch						
NEU Spanisch Niveau A1.1	Di 12.09.23	15 x	17:00 - 18:30	Alzey	120 €*	232-42201
Spanisch Niveau A1.2	Di 05.09.23	15 x	19:30 - 21:00	Alzey	120 €*	232-42205
Spanisch Niveau A1.2	Mi 06.09.23	15 x	18:30 - 20:00	Alzey	120 €*	232-42207
Spanisch Niveau A2.1	Di 05.09.23	15 x	18:00 - 19:30	Alzey	120 €*	232-42210
Spanisch für die Reise	Do 07.09.23	15 x	19:00 - 20:30	Westhofen	120 €*	232-42209

*Gebührenstaffelung siehe Homepage



TITEL	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
NEU Spanisch Niveau B1.1	Di 12.09.23	15 x	18:45 - 20:15	Alzey	120 €*	232-42215
Spanisch Niveau B1.2	Mo 04.09.23	16 x	10:30 - 12:00	Wörrstadt	128 €*	232-42216
Spanisch Aktiv Niveau B2	Di 12.09.23	12 x	19:00 - 20:30	Alzey	96 €*	232-42220



Beruf

TITEL	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Berufliche Bildung 🔗						
Business English for beginners Niveau A1.1	Mi 06.09.23	15 x	18:00 - 19:30	Alzey	120 €*	232-40602
Xpert ECP Praxis - Fit im Büroalltag	Mo 02.10.23	13 x	18:00 - 20:15	Alzey	182 €* KLICK MICH	232-50104
Chancen und Risiken der Selbstständigkeit	Sa 04.11.23	1 x	09:00 - 16:00	Alzey	41 €* KLICK MICH	232-70400
Bildungsfreistellung 🔗						
Spanisch Niveau A1.1 (Bildungsfreistellung)	Mo 23.10.23	5 x	08:00 - 13:00	Alzey	120 €* KLICK MICH	232-42204
MS-Office Windows 🔗						
Excel: Grundkurs kompakt	Di 05.09.23	4 x	18:00 - 21:00	Flonheim	75 €	232-50101
Word	Di 19.09.23	4 x	18:00 - 21:00	Flonheim	75 €	232-50103
Excel: Aufbaukurs	Di 07.11.23	4 x	18:00 - 21:00	Flonheim	75 €	232-50110
Windows & sicher ins Internet: Grundkurs	Di 05.12.23	6 x	18:00 - 20:00	Flonheim	75 €	232-50114
Excel: Grundkurs kompakt	Di 09.01.24	4 x	18:00 - 21:00	Flonheim	75 €	232-50120
Excel: Aufbaukurs	Di 23.01.24	4 x	18:00 - 21:00	Flonheim	75 €	232-50122
Soziale Medien Unterhaltungselektronik 🔗						
Videokonferenzen mit Jitsi	Mo 18.09.23	2 x	18:00 - 20:15	Alzey	28 €* KLICK MICH	232-50102
Android Smartphone Schritt für Schritt kennenlernen	Di 21.11.23	4 x	18:00 - 21:00	Flonheim	75 €	232-50111



Junge VHS

TITEL	DATUM	DAUER	UHRZEIT	ORT	GEBÜHR	NUMMER
Kinder im Museum Alzey 🔗						
KIMA: Erste Bauern - Jungsteinzeit in unserer Region	Fr 01.09.23	1 x	10:00 - 13:00	Alzey	5 €	232-10501
KIMA: Alzey und die Römer	Fr 06.10.23	1 x	15:00 - 16:30	Alzey	1 €	232-10502
KIMA: Das Leben der Menschen mit den Jahreszeiten	Mi 25.10.23	3 x	09:00 - 12:00	Alzey	5 €	232-10503
KIMA: Ein Stein für die Wassergöttinnen	Fr 24.11.23	1 x	15:00 - 16:30	Alzey	1 €	232-10504
KIMA: Wir warten auf's Christkind	Sa 23.12.23	1 x	10:00 - 13:00	Alzey	2 €	232-10505
Entspannung Stressbewältigung 🔗						
Entspannungskurs Kinder Jugendliche	Di 07.11.23	6 x	17:30 - 18:30	Alzey	41 €* KLICK MICH	232-30112
Selbstbehauptung Selbstverteidigung 🔗						
Wendo: Selbstbehauptung Selbstverteidigung	Mi 03.01.24	3 x	09:00 - 12:00	Osthofen	122 €* KLICK MICH	232-30259
Wendo: Selbstbehauptung Selbstverteidigung	Mi 03.01.24	3 x	12:30 - 15:30	Osthofen	122 €* KLICK MICH	232-30260

*Gebührenstaffelung siehe Homepage