



# Bildungsforum 2020/21

---

Weiterbildung für Mitarbeiter\*innen und  
Kursleiter\*innen der oberösterreichischen  
Volkshochschulen

---



## Veranstaltungsübersicht 2020/21

Datum	Titel / Seminarnummer	Seite
<b>September 2020</b>		
Fr, 11.09.	Theoretische und praktische Grundlagen für den erfolgreichen Sprachunterricht – Teil 1 (3WA)	16
Fr, 18.09.	Theoretische und praktische Grundlagen für den erfolgreichen Sprachunterricht – Teil 2 (3WA)	16
Fr, 18.09.	Outdoor Fitness (4WP)	23
Fr, 25.09.	Theoretische und praktische Grundlagen für den erfolgreichen Sprachunterricht – Teil 3 (3WA)	16
<b>Oktober 2020</b>		
Sa, 24.10.	Einblicke in den Nahen Osten – Migration und Integration in Österreich (2WN)	8
Sa, 03.10.	Kollegiale Unterrichtsbeobachtung – Teil 1	19
Sa, 10.10.	Kollegiale Unterrichtsbeobachtung – Teil 2	19
Fr, 23.10.	Digital lernen und unterrichten – einfach gut! (Ernst Klett Sprachen Verlag (3WE)	17
Fr, 30.10.	Demokratie lernen (2WM)	9
<b>November 2020</b>		
Di, 03.11.	Yogalates (4WZ)	24
Sa, 07.11.	Schwierigen Kurssituationen professionell begegnen – und daran wachsen (2WZ)	10
Sa, 14.11.	Was tun, wenn anspruchsvolle Inhalte beim Sprachenlernen zum Motivationsverlust führen? (3WX)	18
Sa, 28.11.	Das Leben ist meine Bühne (2WK)	11
<b>Jänner 2021</b>		
Do, 21.01.	Go for future! Zukunftskompetenz Gender – Teil 1 (2WG)	12
Sa, 23.01.	Kurze abwechslungsreiche Aktivitäten für den Sprachunterricht (3WT)	20
Do, 21.01.	Go for future! Zukunftskompetenz Gender – Teil 2 (2WG)	12
<b>Februar 2021</b>		
Sa, 13.02.	Argumentationstraining gegen Stammtischparolen (2WE)	13
Fr, 26.02.	Die Stimme zum Klingen bringen (2WY)	14
Sa, 27.02.	CORE-Training (4WG)	25
<b>März 2021</b>		
Sa, 06.03.	Konversation im Sprachunterricht – reloaded (3WL)	21
Fr, 12.03.	Sozialversicherungsfragen von VHS Kursleiter*innen (8WB)	6
Fr, 12.03.	Steuerfragen von VHS Kursleiter*innen (8WD)	7
Sa, 20.03.	Starker Rücken – Part. II	26

# Inhalt

Allgemeine Geschäftsbedingungen	3
<b>Organisation, Institution, Administration</b>	
Sozialversicherungsfragen von VHS-Kursleiter*innen	6
Steuerfragen von VHS-Kursleiter*innen	7
<b>Grundlagenseminare</b>	
Einblicke in den Nahen Osten – Migration und Integration in Österreich	8
Demokratie lernen	9
Schwierigen Kurssituationen professionell begegnen – und daran wachsen	10
Das Leben ist meine Bühne	11
Gender for future! Zukunftskompetenz Gender	12
Argumentationstraining gegen Stammtischparolen	13
Die Stimme zum Klingen bringen	14
Neuro-Stimulatives Lernen	15
<b>Sprachen</b>	
SMART an den START - Theoretische und praktische Grundlagen für den erfolgreichen Sprachunterricht	16
Digital lernen und unterrichten – einfach gut! (Ernst Klett Sprachen Verlag)	17
Was tun, wenn anspruchsvolle Inhalte beim Sprachenlernen zum Motivationsverlust führen?	18
Kollegiale Unterrichtsbeobachtung – ein Workshop in drei Teilen	19
Kurze abwechslungsreiche Aktivitäten für den Sprachunterricht	20
Konversation im Fremdsprachenunterricht – reloaded	21
<b>Gesundheit / Bewegung</b>	
Erste Hilfe - Auffrischkurs (8 Stunden)	22
Outdoor Fitness	23
Yogalates	24
CORE-Training	25
Starker Rücken – Part. II	26
Trainer*innen	27
Anmeldeformular	28

## **Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)**

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde!

Durch die Abgabe einer Kursanmeldung schließen Sie einen Vertrag mit dem Verband OÖ Volkshochschulen (VOÖV) und erklären sich mit den AGB einverstanden.

### **1. Anmeldung**

- 1.1. Die Anmeldung kann persönlich, telefonisch, per E-Mail oder über die Website ([www.vhs-verband-ooe.at](http://www.vhs-verband-ooe.at)) erfolgen. Wir bitten Sie um die korrekte Angabe von Vor- und Zuname, Geburtsdatum, Geschlecht, Wohnadresse, Telefonnummer und E-Mail.
- 1.2. Das Weiterbildungsangebot des VOÖV steht allen VHS Kursleiter\*innen und VHS Mitarbeiter\*innen zur Verfügung. Von der Weiterbildungsakademie akkreditierte Kurse können auch von externen Erwachsenenbildner\*innen besucht werden.
- 1.3. Der Anmeldeschluss ist individuell festgelegt und im Programm ersichtlich.
- 1.4. Die Anmeldungen sind verbindlich und werden nach Datum des Einlangens gereiht. Berücksichtigt werden dabei, die vom VOÖV festgelegten Teilnehmer\*innenkontingente für die Volkshochschulen OÖ, Linz und Wels.
- 1.5. Die Anmeldungen werden bestätigt, die endgültige Zusage erhalten Sie nach dem jeweiligen Anmeldeschluss – spätestens 10 Tage vor Beginn der Veranstaltung. Die Zusage ist in jedem Fall ein verbindlicher Vertragsabschluss.

### **2. Kursgebühren – VHS Mitarbeiter\*innen und VHS Kursleiter\*innen**

- 2.1 Die Kurskosten für Mitarbeiter\*innen und aktive Kursleiter\*innen der oö. Volkshochschulen werden zur Gänze vom VOÖV übernommen.
- 2.2. Die Kosten für etwaige Unterkunft und Verpflegung sowie die Fahrtkosten sind von den Teilnehmer\*innen selbst zu tragen.
- 2.3. Im Falle von sehr kurzfristigen Kursabsagen gebührt kein Ersatz der Fahrtkosten.

### **3. Kursgebühren – Externe Erwachsenenbildner\*innen**

- 3.1. Die Kurskosten für externe Erwachsenenbildner\*innen sind im Kursprogramm ausgewiesen.
- 3.2. Die angegebenen Kursbeiträge sind mehrwertsteuerfrei gem. § 6 Abs. 1 Z 12 UStG 1994.
- 3.3. Die Bezahlung kann per Onlinebanking oder per Zahlschein vorgenommen werden. Der Zahlungseingang der Kursgebühr hat spätestens 4 Tage vor Kursbeginn zu erfolgen.
- 3.4. Bei Absage eines Kurses wird die Kursgebühr in voller Höhe vom VOÖV rückerstattet.
- 3.5. Im Falle von sehr kurzfristigen Kursabsagen gebührt kein Ersatz der Fahrtkosten.

## **4. Kursbedingungen**

- 4.1. Eine Unterrichtseinheit (UE) dauert 45 Minuten.
- 4.2. Der VOÖV behält sich vor, Kurse, bei welchen die angegebene Mindestzahl an Kursteilnehmer\*innen nicht erreicht wird, abzusagen.
- 4.3. Eine Teilnahmebestätigung erhalten Sie gerne bei einer Anwesenheit von mindestens 75% der Kursdauer.

## **5. Stornierung**

- 5.1. Sollten Sie wider Erwarten an einem Kurs, für den Sie sich angemeldet haben, nicht teilnehmen können, bitten wir Sie um sofortige schriftliche oder telefonische Benachrichtigung.
- 5.2. Im Falle Ihres Rücktritts ist eine Stornierung bis zum 6. Tag vor Kursbeginn kostenlos. Bei Stornierung innerhalb von 5 Tagen vor Kursbeginn sehen wir uns veranlasst, eine Stornogebühr in der Höhe der Kursgebühr einzuheben. Die Nominierung einer Ersatzteilnehmer\*in, die der ausgeschriebenen Zielgruppe entspricht, ist jedoch möglich.
- 5.3. Bei Nichterscheinen am Kursort wird eine Gebühr in der Höhe der Kursgebühr zur Zahlung fällig.

## **6. Haftung**

Eine Haftung im Rahmen der gesetzlichen Möglichkeiten ist ausgeschlossen. Der/Die Kursteilnehmer\*in ist grundsätzlich eigenverantwortlich. Für persönliche Schäden und Sachschäden in Zusammenhang mit der Durchführung der Schulungsmaßnahme haftet der VOÖV nicht.

## **7. Datenschutz**

- 7.1. Jede Kursbuchung ist ein Vertragsabschluss. Mit ihr stimmen die Teilnehmer\*innen den AGB zu und erteilen die datenschutzrechtliche Zustimmung zur elektronischen Erfassung und Verarbeitung Ihrer Daten.
- 7.2. Sämtliche persönlichen Angaben der Teilnehmer\*innen dienen ausschließlich dem Betriebszweck des VOÖV und werden vertraulich behandelt. Sie werden nur in dem für den VOÖV unbedingt erforderlichen Umfang verarbeitet und solange gespeichert, wie dies für die Erfüllung der Verwaltungsaufgaben erforderlich ist.
- 7.3. Ohne ausdrückliche Zustimmung erfolgt keine Weitergabe der Daten an Dritte. Personenbezogene Auswertungen werden nicht erstellt.

## **8. Urheberrecht**

Die Inhalte der zur Verfügung gestellten Skripten, Unterlagen und Materialien sind urheberrechtlich geschützt und sind ausschließlich für die persönliche Verwendung der Teilnehmer\*innen bestimmt. Jede weitergehende Nutzung, insbesondere die Speicherung, Vervielfältigung, Übersetzung, Verarbeitung und jede Form von gewerblicher Nutzung sowie Weitergabe an andere Personen – auch in Teilen oder in überarbeiteter Form – ohne Zustimmung der Urheber\*innen ist untersagt.

## **7. Ton-, Film-und Fotoaufnahmen**

Der VOÖV weist darauf hin, dass in den Kursräumlichkeiten Ton-, Film-und Fotoaufnahmen gemacht werden können, die zur Veröffentlichung bestimmt sind. Die Kursteilnehmer\*innen erklären sich damit einverstanden, dass die von ihnen während oder im Zusammenhang mit dem Besuch der Angebote des VOÖV gemachten Aufnahmen entschädigungslos ohne zeitliche oder räumliche Einschränkung mittels jedes derzeitigen oder zukünftigen technischen Verfahrens ausgewertet und veröffentlicht werden dürfen.

## **8. Hausordnung**

Wir ersuchen Sie, die geltende Hausordnung des jeweiligen Kursortes zu beachten.

## **9. Rechtsform**

Der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen ist ein Verein nach dem österreichischen Recht mit dem Sitz in Linz und der Geschäftsanschrift – Bulgariplatz 12/4, 4020 Linz – eingetragen im Zentralen Vereinsregister unter 345820566.

## **10. Gerichtsstand**

Für allfällige Streitigkeiten aus diesen AGB gilt als Gerichtsstand das sachlich zuständige Gericht in Linz als vereinbart.

## **11. In eigener Sache**

Qualitätssicherung ist uns sehr wichtig. Haben Sie Wünsche, Anregungen oder Beschwerden, wenden Sie sich gerne an Mag.a Barbara Natschläger, telefonisch unter 0732 / 66 60 01 oder senden eine Mail an: [office@vhs-verband-ooe.at](mailto:office@vhs-verband-ooe.at).

---

## Sozialversicherungsfragen von VHS-Kursleiter\*innen

---

In diesem Seminar erhalten Sie einen Überblick über die sozialversicherungsrechtlichen Regelungen, die für Vortragende in der Erwachsenenbildung gelten.

**Zielgruppe:** VHS-Kursleiter\*innen und VHS-Mitarbeiter\*innen, Zweig- und Nebenstellenleiter\*innen

**Teilnehmer\*innen:** max. 19

### **Seminar Nr. 8WB**

**Termin:** Fr, 12. März 2021, 13:30 – 14:30 Uhr

**Ort:** BFI OÖ, Bulgariplatz 12, 4020 Linz

**Seminarleitung:** Mag.<sup>a</sup> Christa Mülleder

**Anmeldeschluss:** Fr, 26. Februar 2021

1,3 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 15,-

Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

---

## Steuerfragen von VHS-Kursleiter\*innen

---

In diesem Seminar erhalten Sie einen Überblick über relevante steuerrechtliche Fragen, die sich aus Ihrer Tätigkeit als Kursleiter\*in ergeben.

### Inhalte:

- Einkommens- und Umsatzsteuerrecht
- Verschiedene Formen der Gewinnermittlung (Ein- und Ausgabenrechnung, Pauschalierung)
- Steuerliche Freibeträge
- Welche Steuererklärungen sind jährlich abzugeben?
- Tipps für den Kontakt mit der Finanzbehörde

**Zielgruppe:** VHS-Kursleiter\*innen und VHS-Mitarbeiter\*innen, Zweig- und Nebenstellenleiter\*innen

**Teilnehmer\*innen:** max. 19

### Seminar Nr. 8WD

**Termin:** Fr, 12. März 2021, 14:45 – 18:15 Uhr

**Ort:** BFI OÖ, Bulgariplatz 12, 4020 Linz

**Seminarleitung:** Mag.<sup>a</sup> Martina Spindler – Steuerberaterin.

**Anmeldeschluss:** Fr, 26. Februar 21

4,3 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 40,-

Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

---

## Einblicke in den Nahen Osten

### Migration und Integration in Österreich

---

#### Einblicke in den Nahen Osten

Dieses Modul befähigt die Teilnehmer\*innen einen Überblick zur religiösen, sprachlichen und kulturellen Diversität des Nahen Ostens zu haben und vielfältige Lebensentwürfe wahrzunehmen.

- Einblick in das nahöstliche Alltagsleben
- Überblick zur religiösen, sprachlichen und kulturellen Diversität des Nahen Ostens
- Sozialstruktur und wirtschaftliche Situation
- Kultur- und Bildungspolitik im Iran und Afghanistan

#### Migration und Integration

Wer ist eigentlich ein Migrant? Aus welchen Gründen verlassen die Migrant\*innen ihre Heimat? Wie beeinflusst die Migration/Integration die soziale, wirtschaftliche und kulturelle Zusammensetzung der Gesellschaft.

- Begriffsklärungen: Ausländer/Migrant\*innen/Flüchtlinge
- Push/Pull Faktoren für Migration
- Kulturschock: Flitterwochen-Phase, Ablehnungsphase, Anpassungsphase
- Migration und Identität
- Migration und Gesellschaft

#### Migranten aus dem Nahen Osten in Österreich

Wo unterscheiden/treffen sich die nahöstliche und österreichische Mentalität? Mit welchen Schwierigkeiten und Missverständnisse sind Migrant\*innen in der österreichischen Gesellschaft konfrontiert?

- Ankommen in Österreich
- Schwierigkeiten der Migrant\*innen in der österreichischen Gesellschaft
- Unterschiedliche Erwartungshaltungen und Missverständnisse / Sprachprobleme
- Bedeutung der österreichischen Normen und Werte für Migranten
- Fremdenfeindlichkeit oder Akzeptanz / Social Engineering
- Erfahrungsaustausch

**Zielgruppe:** VHS-Kursleiter\*innen, VHS-Mitarbeiter\*innen, Trainer\*innen der EB

**Teilnehmer\*innen:** max. 18

#### Seminar Nr. 2WN

**Termin:** Sa, 24. Oktober 2020, 9:00 – 16:00 Uhr

**Ort:** BFI OÖ, Bulgariplatz, Linz

**Seminarleitung:** Mohammad Javaheri

8 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 130,-

Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

*Dieses Seminar ist bei der Weiterbildungsakademie zur Akkreditierung eingereicht.*



---

## Demokratie lernen

---

*„Demokratie und Volksbildung sind Begriffe, die einander ergänzen, denn weder wird sich die Demokratie jemals vollständig auswirken können, es sei denn auf der Grundlage allgemeiner Volksbildung, noch wird eine wirkliche Volksbildung jemals durchgeführt werden, außer auf dem Boden der Demokratie.“*  
(Ludo Moritz Hartmann 1920)

Muss Demokratie gelernt werden und wenn ja, wie? Was bedeutet demokratische Praxis? Und wie sieht eine demokratische Praxis in der Erwachsenenbildung aus?

Anhand historischer und aktueller Beispiele wird demokratische Bildung erläutert und erforscht. Demokratische Bildung meint mehr als Bildung über Demokratie. Im zweiten Teil der Weiterbildung wird der Demokratie-MOOC (DeMOOC), ein Programm zur Demokratiebildung, vorgestellt.

**Zielgruppe:** VHS-Kursleiter\*innen, VHS-Mitarbeiter\*innen, Trainer\*innen der EB  
**Teilnehmer\*innen:** max. 18

### Seminar Nr. 2WM

**Termin:** Fr, 30. Oktober 2020, 9:30 – 13:00 Uhr

**Ort:** VHS Linz - Wissensturm, Kärntnerstraße 26, 4020 Linz

**Seminarleitung:** Mag.<sup>a</sup> Christin Reisenhofer MA, Dr. Stefan Vater

5 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 15,-

Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.



Der DeMOOC richtet sich an Lehrende und an Programmplaner\*innen und VHS-Leiter\*innen, die ihr Wissen über Demokratie, Politik und gesellschaftsrelevante Themengebiete erweitern wollen und/oder dieses Wissen an Ihre Kursteilnehmer\*innen weitergeben möchten.

Der DeMOOC stellt vollständige Lehr- und Lernmaterialien sowie Methoden zur Aufbereitung der Inhalte als Offene Bildungsressource zur Verfügung. Der DeMOOC beinhaltet Lesematerial, Videos, Audiofiles, Grafiken, Rätsel und Problemstellungen. Diese eignen sich für den Einsatz in den Programmen der Initiative Erwachsenenbildung. Das Ziel des DeMOOC ist es, die Politische Bildung zu stärken und einen positiven Zugang zu Politik und zu politischen Engagement zu fördern.

Der DeMOOC ist kostenlos. Ein Start ist jederzeit möglich. Dauer: 4 Wochen / 4 Stunden pro Woche. Die Module des DeMOOC sind von der Weiterbildungsakademie Österreich (wba) anerkannt.

Information und Anmeldung: <https://imoox.at/mooc/go/demooc>

---

## Schwierigen Kurssituationen professionell begegnen – und daran wachsen

---

Kennen Sie jene Situationen, wo Sie als Trainer\*in gefordert sind in heiklen Konstellationen im Seminar/ Kurs entsprechend zu handeln? Sei dies, dass sich eine neue Teilnehmer\*in schwer in die „alte“ Lerngruppe eingliedern kann, oder auffälliges Verhalten von einzelnen Lernenden den Kursablauf irritiert. Woran erkennen Sie Konflikte und welche Interventionsmöglichkeiten haben Sie dabei als Kursleitung? Wie gehen Sie mit unterschiedlichen Persönlichkeitsmerkmalen der Teilnehmer\*innen um, und welche Rolle und Aufgaben übernehmen Sie - neben der pädagogischen Vermittlung des Lerninhaltes - dabei?

In diesem Seminar widmen wir uns den herausfordernden Situationen in Kursen, sozusagen, „dem Salz in der Suppe“ an welchen wir Trainerinnen und Trainer wachsen dürfen.

Sie erhalten die Gelegenheit, praktische Beispiele ihres Kursgeschehens analytisch zu betrachten, tragfähige Lösungen für den Alltag zu gestalten und dadurch mit einem gestärkten Selbstvertrauen diesen künftig zu begegnen.

Gemäß dem Spruch von Johann Wolfgang von Goethe: „Auch aus Steinen die in den Weg gelegt werden, kann man Schönes bauen.“

### Inhalte:

- Herausfordernden Situationen professionell begegnen
- Konflikte rechtzeitig erkennen - Konfliktlösungsstrategien erarbeiten
- Interaktionsmöglichkeiten als Trainer\*in
- Meine Rolle / Selbstbild / Aufgabe als Trainer\*in in herausfordernden Situationen

**Zielgruppe:** VHS-Kursleiter\*innen aller Fachbereiche, Trainer\*innen der EB

**Teilnehmer\*innen:** max. 16

### Seminar Nr. 2WZ

**Termin:** Sa, 07. November 2020, 9:00 – 16:30 Uhr

**Ort:** BFI OÖ, Bulgariplatz 12, 4020 Linz

**Seminarleitung:** Dagmar Rudel-Steinbauer, MBA

**Anmeldeschluss:** Sa, 24. Oktober 2020

8 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 150,-

Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

*Dieses Seminar ist bei der Weiterbildungsakademie zur Akkreditierung eingereicht.*



Kompetenz braucht Anerkennung

---

## Das Leben ist meine Bühne

---

Wie gewinne ich mit Leichtigkeit, Charme und Bühnenpräsenz meine Zuhörer\*innen?

Ob im beruflichen Alltag, auf der echten Bühne oder einfach auf der Bühne des Lebens - spielerisch werden mit den Methoden aus Schauspiel und Coaching die Stärken und das Potenzial Ihrer Persönlichkeit zum Ausdruck gebracht und gleichzeitig jedes Lampenfieber bewältigt.

### Methoden:

- Übungen aus Rollenspiel, Improvisation, Stimm- und Atemtechnik.

**Zielgruppe:** VHS-Kursleiter\*innen, VHS-Mitarbeiter\*innen, Trainer\*innen der EB  
**Teilnehmer\*innen:** max. 12

### Seminar Nr. 2WK

**Termin:** Sa, 28. November 2020, 9:00 – 17:00 Uhr

**Ort:** VHS Linz - Wissensturm

**Seminarleitung:** Regina Fischer

**Anmeldeschluss:** Sa, 14. Oktober 2020

9 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 130,-  
Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

*Dieses Seminar ist bei der Weiterbildungsakademie zur Akkreditierung eingereicht.*



---

## Gender for future! Zukunftskompetenz Gender

---

Gerade jetzt - mitten in der Krise - zeigen sich Schief lagen und Problemstellungen deutlicher als je zuvor und damit stellt sich zwischen Home Office, Home Schooling und ganz offensichtlichen Ungleichheiten die Frage nach konstruktiven Lösungen und guten Ideen, von denen alle Menschen profitieren.

Genderkompetenzen sind dabei eine zukunftsweisende Kernkompetenz, die Teilhabe und Chancengleichheit für alle fördert.

Der Workshop bietet dabei eine Einführung in theoretische Grundlagen mit aktuellen Bezügen und praktische Umsetzungsstrategien für den eigenen Arbeitsalltag in der Arbeit mit Menschen.

**Zielgruppe:** VHS-Kursleiter\*innen und VHS-Mitarbeiter\*innen, Trainer\*innen in der Erwachsenenbildung

**Teilnehmer\*innen:** max. 15 Personen

### **Seminar Nr. 2WG**

**Termine:** Do, 21. und Do, 28. Jänner 2021, jeweils 17:00-19:45 Uhr

**Ort:** Online – ZOOM Meeting (Sie erhalten als Teilnehmer\*in dieses Onlinekurses einen Link zum Kurs zugeschickt. Mit diesem Link gelangen Sie zum Kurstermin in den virtuellen Kursraum.)

**Seminarleitung:** GenderWerkstätte Graz

**Anmeldeschluss:** Do, 07. Jänner 2021

Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich einverstanden, dass wir Ihre E-Mail Adresse an die Trainerinnen weitergeben.

7 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: 150,-

Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

*Dieses Seminar ist bei der Weiterbildungsakademie zur Akkreditierung eingereicht.*



---

## Argumentationstraining gegen Stammtischparolen

---

Die Formate der Argumentationstrainings gegen Stammtischparolen, die sich in der politischen Erwachsenenbildung in den letzten Jahren bewährt haben, sind durch die unabwägbaren, gesellschaftlichen und politischen Folgen der Corona-Pandemie verstärkt zu einem wichtigen Instrument der Bildungsarbeit geworden.

Die temporäre Einschränkung der Grundrechte, die enorme Rezession und hohe Arbeitslosigkeit, und die in den sozialen Netzwerken und Medien kommunizierten mitunter autoritären und menschenfeindlichen Haltungen, sind eine Herausforderung für die Demokratie und ihre Instanzen. Für das politische Klima ist zu erwarten, dass sich demokratiefeindliche Diskurse und Feindbilder etablieren. Umso wichtiger ist es, dagegen mit guten Argumenten - und rhetorisch geübt - aufzutreten.

**Zielgruppe:** VHS-Kursleiter\*innen, VHS-Mitarbeiter\*innen, Trainer\*innen der EB  
**Teilnehmer\*innen:** max. 18

### **Seminar Nr. 2WE**

**Termin:** Sa, 13. Februar 2021, 9:00 – 16:00 Uhr

**Ort:** BFI OÖ, Bulgariplatz 12, 4020 Linz

**Seminarleitung:** Dr.<sup>in</sup> Marion Wisinger

**Anmeldeschluss:** Sa, 30. Jänner 2021

8 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 130,-

Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

*Dieses Seminar ist bei der Weiterbildungsakademie zur Akkreditierung eingereicht.*



---

## Die Stimme zum Klingen bringen

---

### Stimmhygiene und Stimmgesundheit im Kursalltag

Die Teilnehmer\*innen werden mit den wichtigsten Grundlagen für die Erhaltung und Entfaltung einer gesunden Sprechstimme vertraut gemacht. Sie bekommen Rückmeldung über das eigene Stimm- und Sprechverhalten.

#### Inhalte:

- Wesentliche Aspekte einer gesunden Sprechstimme - Stimmhygiene
- Was bringt unsere Stimme zum Klingen
- Einüben von Atem- und Sprechtechniken
- Schulung von Ausdruck und Artikulation
- Konstruktive Rückmeldung bezüglich der eigenen Stimmlage
- Stimme und Körpersprache
- Gesundheits- und Ernährungstipps
- Tipps und Übungen gegen Heiserkeit

**Zielgruppe:** VHS-Kursleiter\*innen und VHS-Mitarbeiter\*innen

Dieses Seminar wendet sich an alle, die die Kraft ihrer Stimme entfalten und Heiserkeit vorbeugen wollen. Denn: Stimme schafft Stimmung.

**Teilnehmer\*innen:** max. 10

#### **Seminar Nr. 2WY**

**Termin:** Fr, 26. Februar 2021, 15:00 – 19:30 Uhr

**Ort:** VHS Linz - Wissensturm, Kärntnerstraße 26, 4020 Linz

**Seminarleitung:** Dr.<sup>in</sup> Petra Strobl

**Anmeldeschluss:** Fr, 12. Februar 2021

5 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 60,-

Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

---

## Neuro-Stimulatives Lernen

---

Menschen wollen sich lebenslang weiterentwickeln und lernen - dies liegt in unserer Natur. Wie aber funktioniert „Lernen“ und vor allem, wie können wir uns Inhalte gezielt merken und wieder aus unserem Gedächtnis abrufen? Welche Rolle spielt dabei unser Körper und unsere Emotionen?

In diesem Workshop werden Erkenntnisse aus Pädagogik und den Neurowissenschaften auf eindrucksvolle Weise kombiniert und sowohl theoretisch als auch praktisch vermittelt.

### Inhalte:

- Gehirn, Lernen und Gedächtnisbildung
- Kognitive Funktionen
- Stress im System und andere „Lernverhinderer“
- Adäquate Stimuli für die unterschiedlichen Lerntypen
- Die Bedeutung von Bewegung, Schlaf und Entspannung für die Gehirnleistung
- Freude und Motivation beim Lernen
- Emotionen und der bewusste Umgang mit ihnen
- Integration neuer Lerninhalte
- Gehirnaktivierung anhand praktischer Beispiele
- Entspannung und Stressabbau anhand praktischer Beispiele

**Zielgruppe:** VHS-Kursleiter\*innen aller Fachbereiche

**Teilnehmer\*innen:** max. 18

### Seminar Nr. 2WV

**Termin:** wird bekannt gegeben - Frühjahr 2021

**Ort:** VHS Linz - Wissensturm, Kärntnerstraße 26, 4020 Linz

**Seminarleitung:** Mag.a Gerda Delaunay

**Anmeldeschluss:** -

Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

---

## **SMART an den START –**

### **Theoretische und praktische Grundlagen für den erfolgreichen Sprachunterricht**

---

Dieser dreiteilige Online Workshop bietet Ihnen eine Einführung in die Didaktik und Methodik des Fremd- und Zweitsprachenunterrichts. Sie beschäftigen sich mit der Frage, was guten Unterricht ausmacht, reflektieren Ihre Rolle als Kursleitende/r, planen eigene Unterrichtsaktivitäten und bekommen einen kurzen Einblick in den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen.

#### **Lernergebnisse:**

- Die Teilnehmer\*innen sind sich ihrer eigenen Vorstellung von gutem Unterricht bewusst und können diese hinterfragen und ggf. ändern.
- Sie verfügen über theoretische Basiskenntnisse und praktische Kompetenzen im Bereich Didaktik/Methodik und Unterrichtsplanung.
- Sie kennen Ihre Rolle als Sprachkursleitende/r.

**Zielgruppe:** (VHS-) SPRACH-Kursleiter\*innen mit digitalen Grundkenntnissen

Für die Teilnahme benötigen Sie einen Computer mit Kamera, ein Tablet oder ein Smartphone und idealerweise auch Kopfhörer mit Mikrofon.

**Teilnehmer\*innen:** max. 15 Personen

#### **Seminar Nr. 3WA**

**Termin:** Fr, 11., Fr, 18. u. Fr, 25. September 2020, jeweils 15:00 – 18:15 Uhr

**Ort:** Online – ZOOM Meeting (Sie erhalten als Teilnehmer\*in dieses Onlinekurses einen Link zum Kurs zugeschickt. Mit diesem Link gelangen Sie zum Kurstermin in den virtuellen Kursraum.)

**Leitung:** Monika Posadas

**Anmeldeschluss:** Fr, 04. September 2020

Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich einverstanden, dass wir Ihre E-Mail Adresse an die Trainerin weitergeben.

12 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: 200,-

Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

*Dieses Seminar ist bei der Weiterbildungsakademie zur Akkreditierung eingereicht.*



---

## Digital lernen und unterrichten - einfach gut!

---

### Ein Digital-Überblick mit Fokus auf Augmented und Kahoot.

In dem Workshop erhalten Sie einen allgemeinen Überblick über das digitale Angebot von Ernst Klett Sprachen.

Ein Fokus liegt auf den Apps: Klett Augmented und Kahoot, die wir Ihnen sowohl in technischer, als auch in anwendungsbezogener Hinsicht detailliert zeigen und vorführen werden. Bitte laden Sie sich deshalb vorab die Apps auf Ihr Smartphone herunter und bringen Sie es zum Workshop mit.

Anleitungsvideos finden Sie unter: [www.klett-sprachen.de/augmented](http://www.klett-sprachen.de/augmented) und [www.klett-sprachen.de/kahoot](http://www.klett-sprachen.de/kahoot).

**Zielgruppe:** VHS- Sprachkursleiter\*innen

**Teilnehmer\*innen:** max. 25

### **Seminar Nr. 3WE**

**Termin:** Fr, 23. Oktober 2020, 14:00 – 17:00 Uhr

**Ort:** VHS Linz - Wissensturm, Kärntnerstraße 26, 4020 Linz

**Seminarleitung:** Estefania Ballbé-Lopez (Leitung elebe Wien)

4 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 30,-

Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

---

## Was tun, wenn anspruchsvolle Inhalte beim Sprachenlernen zum Motivationsverlust führen?

---

Viele selbst hochmotivierte Kursleiter\*innen kennen das Phänomen, dass sich bei ihren anfangs stark motivierten Teilnehmer\*innen im Laufe des Spracherwerbs mehr Frust als Lust einstellt.

In diesem Workshop erfahren und erarbeiten Sie, wie sich die Motivationskurve der Kursteilnehmer\*innen nachhaltig wieder nach oben bewegen kann. Mit Hilfe von Motivationstheorien und viel praxisnahen Beispielen werden Sie motiviert und mit neuen Ideen Ihre persönlichen Unterrichtsmethoden erweitern.

### Inhalte:

- Welche Rolle spielen die Begriffe Motiv und Motivation hinsichtlich der zu erreichenden Lernziele in der Erwachsenenbildung?
- Welche Motivationsmodelle sind in Sprachkursen und für mich als Kursleiter\*in relevant und wie bringe ich Lernprozesse in Gang?
- Welche Faktoren (interne, externe) haben Einfluss auf die Motivation und wie sind ihre Wechselwirkungen in Bezug auf den Lernfortschritt/Lernerfolg?
- Wie kommt es zu einer nachhaltigen Motivationssteigerung?
- Welche Unterstützung/Rückmeldung kann ich als Unterrichtende meinen Teilnehmer\*innen mitgeben, wenn sich die Fortschrittskurve verlangsamt?

**Zielgruppe:** VHS- Kursleiter\*innen **aller** Sprachen

**Teilnehmer\*innen:** 10-18

### Seminar Nr. 3WX

**Termin:** Sa, 14. November 2020, 9:00 – 12:00 Uhr

**Ort:** VHS Linz – Wissensturm, Kärntnerstraße 26, 4020 Linz

**Seminarleitung:** Mag.<sup>a</sup> Claudia Buchinger

**Anmeldeschluss:** Fr, 30. Oktober 2020

4 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 60,-

Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

---

## Kollegiale Unterrichtsbeobachtung – ein Workshop in drei Teilen

---

### Einführung und praktische Vorbereitung

Als Kursleiter\*innen in der Erwachsenenbildung sind wir oft isoliert und schmoren im eigenen Saft. Ein kollegialer Unterrichtsbesuch bietet die Gelegenheit, sowohl neue „Rezepte“ kennenzulernen als auch auf den Geschmack zu kommen, diese dem eigenen „Unterrichtsmenüplan“ hinzuzufügen. Durch den sprachübergreifenden Austausch über die verschiedenen Ideen und Herangehensweisen reflektieren wir das eigene Handeln, lernen voneinander und vergrößern unseren Methodenschatz.

### Durchführung einer selbstorganisierten Unterrichtsbeobachtung

Besuch jeweils einer Unterrichtszusammenkunft bei einem Sprachkurs von Seminarkolleg\*innen.

### Erfahrungsaustausch und Reflexion

Abschließender Austausch über gewonnene Erfahrungen während der Hospitationsphase und Reflexion derselben bzw. des Seminars.

#### Inhalte:

- Einführung in die Grundlagen der kollegialen Unterrichtsbeobachtung
- Kriterien „guten“ Unterrichts
- Umgang mit dem Beobachtungsbogen
- Feedback-Regeln
- Vertraulichkeitsvereinbarung
- Zahlreiche praktische Übungen
- Erfahrungsaustausch über die durchgeführte Hospitation
- Transferüberlegungen

**Methoden:** Impulsreferate, Gruppenarbeit, Diskussion, Feedback, Reflexion, Zoom

**Zielgruppe:** (VHS-) Kursleiter\*innen aller Sprachen

**Teilnehmer\*innen:** 8-12

**Der Workshop findet nach Möglichkeit als Präsenzseminar statt – mindestens ein Termin aber jedenfalls als Zoomveranstaltung.**

### Seminar Nr. 3WD

#### Termine:

**1. Teil:** Sa, 3.10.2020, 9:00-16:00 Uhr und Sa, 10.10.2020, 9:00-16:00 Uhr (16 UE)

**2. Teil:** Hospitationsphase

**3. Teil:** Sa, 6.2.2021, 9:00-16:00 Uhr (8 UE)

**Ort:** VHS Linz – Wissensturm, Kärntnerstraße 26, 4020 Linz

**Seminarleitung:** Mária Engelputzer MA, Karl Pammesberger, BEd

**Anmeldeschluss:** Fr, 18. September 2020

32 UE (2 ECTS) / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: 300,-

Für Kursleiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die gesamte Seminargebühr.

*Dieses Seminar ist bei der Weiterbildungsakademie zur Akkreditierung eingereicht.*



---

## Einstieg-Ausstieg-Zwischendurch

### Kurze abwechslungsreiche Aktivitäten für den Sprachunterricht

---

Eine Einheit im Sprachkurs dauert meistens zwischen 90 und 100 Minuten. Was braucht es, um diese Zeit als effiziente Lernzeit zu nutzen, ohne dabei die Teilnehmer\*innen zu langweilen? Welche Elemente können Abwechslung bringen und die Lernenden dadurch motivieren? Wie kann ich erfahren, welche Stimmungen die Teilnehmenden in den Kurs mitbringen und wie sich diese während des Lernens entwickelt?

In diesem Seminar werden vielfältige Aktivitäten für Kursbeginn, Kursabschluss und Zwischendurch präsentiert und deren didaktische Hintergründe reflektiert. Dabei werden auch digitale Aktivitäten, Apps und Tools nicht zu kurz kommen.

Das Ziel des Seminars ist es, praktische Werkzeuge für einen gut strukturierten und dennoch aufgelockerten Unterricht mitzugeben, in dessen Mittelpunkt die Lernenden stehen.

**Methoden:** Praktische Übungen in diversen Sozialformen, kurze Inputs, Erfahrungsaustausch

**Zielgruppe:** (VHS-) Kursleiter\*innen **aller** Sprachen und Grundbildung  
**Teilnehmer\*innen:** 10-18

#### Seminar Nr. 3WT

**Termin:** Sa, 23. Jänner 2021, 9:00 bis 16:00 Uhr

**Ort:** VHS Linz – Wissensturm, Kärntnerstraße 26, 4020 Linz

**Seminarleitung:** Mag.<sup>a</sup> Christine Andel

**Anmeldeschluss:** Fr, 08. Jänner 2021

8 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 130,-

Für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

*Dieses Seminar ist bei der Weiterbildungsakademie zur Akkreditierung eingereicht.*



---

## Konversation im Sprachunterricht - reloaded

---

Würden Sie Ihre Kursteilnehmer\*innen gerne zum Sprechen aktivieren, aber Sie wissen nicht wie? Sind Sie oft unzufrieden mit den Sprechanschlüssen, die in Ihrem Lehrbuch zu finden sind? Haben Sie keine Lust, stundenlang selbst im Internet nach entsprechenden Übungen zu suchen?

In diesem Seminar stellen wir Ihnen kreative und bewährte Sprechaktivitäten aus der Praxis vor, sprachenübergreifend für die Niveaus A1 bis B2. Präsentiert werden neue Aktivitäten sowie das Beste aus unseren früheren Seminaren.

### Inhalte:

- Sprechanschlüsse für freie bzw. handlungsorientierte Kommunikation sowie Interaktion
- Unterschiedliche Sprechimpulse (Bilder/Fotos, Filmausschnitte, Cartoons, Impulstexte usw.)
- Bewegung im Raum als Unterstützung für freies Sprechen und Improvisation

**Zielgruppe:** VHS Sprach-Kursleiter\*innen

**Teilnehmer\*innen:** 8-18

### Seminar Nr. 3WL

**Termin:** Sa, 06. März 2021, 10:00 – 15:00 Uhr

**Ort:** VHS Linz - Wissensturm, Kärntnerstraße 26, 4020 Linz

**Seminarleitung:** Mag.<sup>a</sup> Alexandra Eggendorfer, Nicolas Sadry, M.A.

**Anmeldeschluss:** Sa, 20. Februar 2021

6 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 80,-

Für Kursleiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

---

## **Erste Hilfe Auffrischkurs (8 Stunden)**

---

Wir alle vergessen schnell, was wir nicht täglich anwenden.  
Das gilt auch für ERSTE HILFE.

Deshalb ist es wichtig, die ERSTE HILFE Kenntnisse regelmäßig aufzufrischen.  
Dieser Kurs vermittelt alle neuesten Informationen aus dem gesamten Bereich der Ersten Hilfe in Theorie und Praxis.

### **Inhalte:**

- Richtig Erste Hilfe leisten
- Überprüfung der Lebensfunktion
- Seitenlage
- Herz – Lunge – Wiederbelebung
- Blutstillung
- Schockbekämpfungsmaßnahmen
- Defibrillator

**Zielgruppe:** VHS-Kursleiter\*innen aller Bereiche, VHS Mitarbeiter\*innen

**Teilnehmer\*innen:** max. 24

### **Seminar Nr. 4WV**

**Termine:** siehe <https://www.asb.or.at/seite136.aspx>

**Ort:** Samariterbund Linz

**Seminarleitung:** Samariterbund Linz

8 Stunden / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 52,-

Nach erfolgreicher Teilnahme übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

Information und Förderansuchen:

Frau Natschläger: 0732/ 66 60 01 – [office@vhs-verband-ooe.at](mailto:office@vhs-verband-ooe.at)

---

## Outdoor Fitness für Bewegungskursleiter\*innen

---

Bewegungskurse im Freien liegen voll im Trend. Damit diese aber auch sinnvoll gestaltet werden bedarf es einer genauen Planung und viel Kreativität. Mit dem Einklang in der Natur verändert sich nicht nur der Geist. Es wird auch die Persönlichkeit positiv beeinflusst.

Durch einen Mix aus Theorie und Praxis können wertvolle Tipps gleich umgesetzt und ausprobiert werden.

### Inhalte:

- Outdoor Fitness ohne Geräte
- Vorteile von Outdoor Kursen
- Was gilt es speziell bei Outdoor Kursen zu beachten?
- Tipps & Tricks für eine abwechslungsreiche Gestaltung
- Die natürlichen Gegebenheiten in die Bewegung einbauen
- Welchen Einfluss hat Bewegung in der Natur auf die eigene Persönlichkeit?

**Zielgruppe:** VHS Kursleiter\*innen aus dem Bewegungsbereich

**Teilnehmer\*innen:** 10 - 16

### Seminar Nr. 4WP

**Termin:** Fr, 18. September 2020, 14:00 – 19:00 Uhr

**Ort:** VHS Linz – Wissensturm, Bauernpark

**Seminarleitung:** Mag.<sup>a</sup> Manuela Klaushofer (frischluft outdoor fitness world)

**Anmeldeschluss:** Fr, 11. September 2020

6 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 60,-

Für Kursleiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

---

## Yogalates

---

Die gesunde Kombination aus Yoga-Elementen und Pilates-Übungen für eine bessere Körperwahrnehmung.

Jede Bewegungseinheit wird so gestaltet, dass jede/r mitmachen kann.

Die jeweiligen Bewegungen lassen sich sanft, aber auch kräftigend ausführen.

Jede/r bewegt sich in dem Umfang, der gerade möglich ist.

**Zielgruppe:** VHS Kursleiter\*innen aus dem Bewegungsbereich

Für die Teilnahme benötigen Sie einen Computer mit Kamera, ein Tablet oder ein Smartphone.

**Teilnehmer\*innen:** 10 - 15

### **Seminar Nr. 4WZ**

**Termine:** 3., 10. und 17. November 2020, jeweils 9:00 – 10:00 Uhr

**Ort:** Online – ZOOM Meeting (Sie erhalten als Teilnehmer\*in dieses Onlinekurses einen Link zum Kurs zugeschickt. Mit diesem Link gelangen Sie zum Kurstermin in den virtuellen Kursraum.)

**Seminarleitung:** Dr.<sup>in</sup> Elisabeth Barta-Winkler, [www.gesundheitscoach-linz.at](http://www.gesundheitscoach-linz.at)

**Anmeldeschluss:** Di, 20. Oktober 2020

4 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 50,-

Für Kursleiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

---

## CORE Training

---

„CORE“ – Deine Körpermitte ist dein Fundament - Kraft, Stabilität, Beweglichkeit.

Die goldene Mitte deines Körpers, die dich als Mensch zusammenhält von Scheitel bis zur Sohle. Dein Rücken, dein Schultergürtel, dein Bauch, dein Becken.

### Inhalt:

- Theorie: Was ist Core Training? Warum ist es so wichtig? Welche Wirkung hat eine starke Mitte auf dein Training?
- Kraft, Stabilität und Beweglichkeit – Ideen für deine Bewegungs-Stunden
- 1-2 Masterclasses

**Zielgruppe:** VHS Kursleiter\*innen aus dem Bewegungsbereich

**Teilnehmer\*innen:** 10 - 16

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Trinkflasche, Handtuch

### Seminar Nr. 4WG

**Termin:** Sa, 27. Februar 2021, 9:00 – 13:00 Uhr

**Ort:** VHS Linz - Wissensturm

**Seminarleitung:** Tamara Aistleitner

**Anmeldeschluss:** Fr, 12. Februar 2021

5 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 50,-

Für Kursleiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

---

## Starker Rücken – Part. II

---

„Nur ein Starker Rücken, kann entzücken“. Wir gehen in die 2te Runde. Da ein starker Rücken, besonders in der heutigen Zeit das A und O ist, möchte ich dir in einer weiteren Ausbildung, noch mehr Information und Ideen für dich und deine Teilnehmer mitgeben.

### Inhalt:

- Theorie: Anatomie/Pathologie zum Thema Rücken
- Warm up, neue Ideen mit und ohne Geräte
- 1-2 Masterclasses

**Zielgruppe:** VHS Kursleiter\*innen aus dem Bewegungsbereich  
**Teilnehmer\*innen:** 10 - 16

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung, Trinkflasche, Handtuch

### Seminar Nr. 4WQ

**Termin:** Sa, 20. März 2021, 9:00 – 13:00 Uhr

**Ort:** VHS Linz - Wissensturm

**Seminarleitung:** Tamara Aistleitner

**Anmeldeschluss:** Fr, 5. März 2021

5 UE / Seminargebühr je Teilnehmer\*in: € 50,-

Für Kursleiter\*innen der oberösterreichischen Volkshochschulen übernimmt der Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen die Seminargebühr.

## Trainer\*innen

**Mag.<sup>a</sup> Christine Andel:** Diplomstudium Germanistik/Theaterwissenschaft mit Schwerpunkt Deutsch als Fremd-/Zweitsprache an der Universität Wien, Unterrichtstätigkeit in den Bereichen 2. Bildungsweg und DaF/DaZ seit 1989, Fachgruppenleiterin für Sprachen der VHS Korneuburg, zertifizierte Weiterbildnerin (u.a. im Auftrag von VÖV, BFI, ÖDaF, VHS-Landesverbänden, ORS, privaten Sprachinstituten).

**Dr.<sup>in</sup> Elisabeth Barta-Winkler:** [www.gesundheitscoach-linz.at](http://www.gesundheitscoach-linz.at).

**Tamara Aistleitner:** Group Fitness Trainer, Ernährungs- und Wellnesscoach, Masseurin, Heilmasseurin (iA).

**Mag.<sup>a</sup> Gerda Delaunay:** Unterrichtstätigkeit an BAfEP Steyr (Bundesbildungsanstalt für Elementarpädagogik), an der Altenbetreuungsschule des Landes Oberösterreich, Dozentin an verschiedenen Aus- und Weiterbildungsinstituten in ganz Europa (neuroBILDUNG, FBZ-Klagenfurt, IFEAS Stadthagen, Akademie De La Tour, etc.).

**Mag.<sup>a</sup> Alexandra Eggendorfer, MAS:** Buchhändlerin, Studium Slawistik/Russisch in Wien, PÄDAK-Lehrgang DaF/DaZ, Universitätslehrgang Migrationsmanagement (MAS) in Salzburg, zertifizierter Lerncoach, ÖSD Prüferin; Lektorin für DaF an der Johannes Kepler Universität Linz, Sprach- und Lernberaterin sowie Kursleiterin an der VHS Linz.

**Regina Fischer:** Schauspielerin bei Film- und Theaterproduktionen im deutschsprachigen Raum, Dozentin an der Linzer Schauspielakademie und der Welser Schauspielplattform World Performance, Seminarleiterin an der VHS Linz, diplomierte Coach.

**Mohammad Javaheri:** Dolmetscher und Übersetzer für die Sprache Farsi/Persisch.

**Mag.<sup>a</sup> Manuela Klaushofer:** frischluft outdoor fitness world - Franchise-Nehmerin Linz-Stadt - Seminare – Training – Coaching.

**Mag.<sup>a</sup> Christa Mülleider:** Betriebswirtin, Leitung Finanz- und Personalverwaltung der Volkshochschule Oberösterreich.

**Monika Posadas Saucedo:** VHS-Dozentin für Spanisch, mehrjährige Koordination des Fachbereichs Spanisch an der VHS Graz; seit 2009 Weiterbildnerin in der Erwachsenenbildung; Organisation und Durchführung von zahlreichen Seminaren und Fortbildungen für Sprachkursleiter\*innen.

**Mag.<sup>a</sup> Christin Reisenhofer MA:** Demokratiezentrum Wien.

**Nicolas Sadry, M.A.:** Studium Germanistik und Französisch als Fremdsprache in Frankreich und Deutschland, VHS-Kursleiter für Französisch von 2008-2019, zertifizierter Aus- und Weiterbildner für Sprachkursleiter\*innen (SAPA Zertifikat).

**Mag.<sup>a</sup> Martina Spindler:** Steuerberaterin.

**Dagmar Rudel-Steinbauer, MBA:** Unternehmensberaterin, Coach, Erwachsenenpädagogin, Autorin, [www.training-steinbauer.at](http://www.training-steinbauer.at).

**Dr.<sup>in</sup> Petra Strobl:** Trainerin für Stimmhygiene und Sprechtechnik, Sprachpädagogin - HNO-Zentrum Linz.

**Dr. Stefan Vater:** Verband Österreichischer Volkshochschulen.

## Anmeldeformular

(BITTE IN BLOCKSCHRIFT AUSFÜLLEN und an den Verband OÖ Volkshochschulen,  
Bulgariplatz 12/4, 4020 Linz senden)

Name \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Ich melde mich für folgende(s) Seminar(e) an:

Seminar Nr. \_\_\_\_\_

Seminartitel: \_\_\_\_\_

Seminar Nr. \_\_\_\_\_

Seminartitel: \_\_\_\_\_

Meine Tätigkeit an der VHS \_\_\_\_\_ (*Ort bitte ergänzen*):

- VHS Kursleiter\*in für \_\_\_\_\_
- VHS Neben- bzw. Zweigstellenleiter\*in
- VHS Mitarbeiter\*in (Pädagogische Tätigkeit)
- VHS Mitarbeiter\*in (adm.-org. Tätigkeit)

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

Ich habe die Anmeldemodalitäten zur Kenntnis genommen und erkläre mich mit den  
Stornobedingungen einverstanden. Die personenbezogenen Daten werden ausschließlich zu  
statistischen Zwecken benützt und unterliegendem Datenschutz.

---

## **Impressum**

Medieninhaber:

Verband Oberösterreichischer Volkshochschulen, Bulgariplatz 12/4.Stock, 4020 Linz

Tel: 0732/666001, Fax: 0732 / 666001 – 95

E-mail: [office@vhs-verband-ooe.at](mailto:office@vhs-verband-ooe.at); [www.vhs-verband-ooe.at](http://www.vhs-verband-ooe.at)

ZVR: 345820566, DVR: 0671908

Bankverbindung: BAWAG Linz – BLZ 14000 – IBAN: AT02 1400 0466 1066 2161

Programmkonzeption: Pädagogischer Ausschuss der Verbandes OÖ Volkshochschulen

Foto: Tirachard Kumtanom von Pexels

---