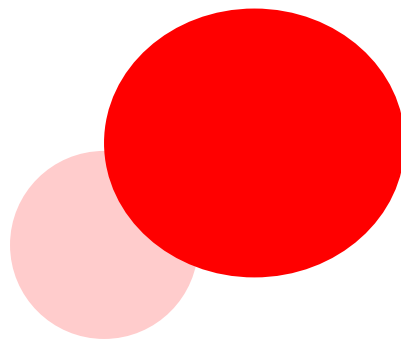


Region Heilbronn-Franken



Fortbildungen
für VHS-Kursleiterinnen und VHS-Kursleiter
Herbst/Winter 2026/2027

Fortbildungen für Kursleitende

Ziele

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

Grundqualifikation und Fachqualifikation

Die Grundqualifikation Erwachsenenbildung richtet sich an Kursleitende aller Fachbereiche und vermittelt übergreifende Kompetenzen zum Leiten von Gruppen, Lehren und Lernen etc.

Kursleitende in den Bereichen Gesundheit und Sprachen können alternativ die Fachqualifikation Gesundheit bzw. Sprachen erwerben. Die Fachqualifikation baut nicht auf der Grundqualifikation auf, sondern folgt einem eigenen Fortbildungskonzept. Es wird empfohlen, die beiden Qualifikationen nicht gleichzeitig anzustreben.

Aufbau der Grundqualifikation

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

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

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

Abschluss

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

Weitere Informationen

Weitere Informationen zur Grundqualifikation Erwachsenenbildung sind erhältlich bei den regionalen Fortbildungsbeauftragten sowie bei den Mitarbeitenden des Volkshochschulverbandes Baden-Württemberg. Eine entsprechende Übersicht mit Namen und Telefonnummern findet sich in der Broschüre „vhs-info“ des vhs-Verbandes. Neben der allgemeinen „Grundqualifikation Erwachsenenbildung“ gibt es die Möglichkeit, eine spezielle Fachqualifikation (FQ) in den Bereichen Gesundheit und Sprachen zu erwerben. Näheres dazu in der Broschüre „vhs-info“ des vhs-Verbands.

Teilnahmebescheinigung

Sie erhalten zum Abschluss der Fortbildung eine Teilnahmebescheinigung.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich frühzeitig direkt bei der VHS an, die die Fortbildung durchführt; die Kontaktdaten sind für jede Fortbildung angegeben. Die Anmeldung ist telefonisch, per E-Mail und online möglich. Bitte geben Sie bei der Anmeldung im Bemerkungsfeld die VHS an, für die Sie tätig sind.

Bitte füllen Sie das SEPA-Lastschriftmandat vollständig aus und schicken Sie es an die veranstaltende VHS.

Sie erhalten eine Anmeldebestätigung per E-Mail.

Bis spätestens eine Woche vor der Veranstaltung können Sie Ihre Anmeldung kostenfrei stornieren. Bei einer späteren Abmeldung wird die Anmeldegebühr fällig.

Impressum:

Herausgeber: Regionalversammlung Heilbronn-Franken
Fortbildungsbeauftragte: Roswitha Keicher, VHS Unterland
Gestaltung: Rose Wolz, Auflage: 2000, Druck: Print24

Einführungsseminar

Einführungsseminar

für neue Dozent/-innen aller Fachbereiche (GQ)

Dieses Seminar richtet sich an Kursleitende, die erstmals oder erst seit kurzem an einer VHS unterrichten. Im Zentrum stehen

- Informationen zur Institution Volkshochschule (Struktur, Aufbau, Leitbild, gesetzliche Grundlagen)
- methodisch-didaktische Anregungen zur Planung und Durchführung von Kursen (meine Rolle als Kursleitung, Umgang mit Kursteilnehmenden und heterogenen Gruppen, wie gelingt ein erfolgreicher Start und ein motivierender Abschluss der Unterrichtseinheit)
- rechtliche Fragen rund um die Tätigkeit als freiberufliche Dozent/-innen (steuer- und versicherungsrechtliche Aspekte)
- Einführung in die digitale Lernplattform vhs.cloud und das vhs.Dozenten-Tool

Daneben wird genügend Zeit zum Austausch mit der VHS und anderen Kursleitenden sein.

Veranstalter: VHS Heilbronn

Kursnummer: A106A600

Referent/-innen: Dozententeam der VHS Heilbronn

Termin: Samstag, 26. September 2026, 10:00-17:00 Uhr, 8 UE (1 Std. Mittagspause)

Kursort: VHS Heilbronn, Kirchbrunnenstr. 12

Gebührenfrei für VHS-Kursleitende, für externe Teilnehmende 60 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131/9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

Allgemeine Bildung/Grundqualifikation

Urheberrecht und freie Materialien an der VHS

für Dozent*innen (online)

In unserer digitalen Welt werden Inhalte kopiert, verändert, geteilt und veröffentlicht. Manchmal machen wir uns wenig Gedanken darüber, inwieweit die Weitergabe von Medien (Texte, Bilder, Filme, Musik usw.) rechtlich zulässig ist – schnell kann dies jedoch zu juristischen Konsequenzen sowohl für die Kursleitung als auch für die Volkshochschule als Institution führen. Um dies zu vermeiden, ist es wichtig, Kursleitungen und Mitarbeitende zu rechtlich einwandfreier Mediennutzung zu schulen. Es stehen zahlreiche Materialien zur freien Nutzung im Internet zur Verfügung – doch woher weiß ich, welche ich im vhs-Kurs verwenden darf? Welche darf ich weitergeben, welche nur zeigen?

Häufig sind in öffentlichen Schulungen ganz andere rechtliche Regelungen zu beachten als an Volkshochschulen, die grundsätzlich als kommerzielle Anbieter gelten. Für Kursleitungen, die auch an öffentlichen Schulen unterrichten, ist daher besondere Vorsicht bei der Verwendung von Materialien geboten!

In dieser Veranstaltung erhalten Sie einen Überblick über die relevanten Punkte des Urheberrechts an Volkshochschulen, um digitale Inhalte rechtssicher einsetzen zu können. Es besteht am Ende die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Veranstalter: VHS Unterland

Kursnummer: 262VV10480

Referentin: Susanne Bennewitz

Termin: Freitag, 25. September 2026, 16:30-18:00 Uhr, 2 UE

Kursort: online

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 5 €, für externe Teilnehmende 13 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Unterland

<https://www.vhs-unterland.de/fortbildungen-fuer-dozentinnen>

Maria Schmid, Tel. 07131 5940-110, schmid@vhs-unterland.de

Bitte melden Sie sich bis 18. September 2026 an.

Smartphone-Fotografie-Workshop

Blickschulung und Bildgestaltung

Mit dem Smartphone lassen sich besondere Momente schnell und wirkungsvoll festhalten: im Alltag, im Kursgeschehen oder für Social Media, Websites und Printprojekte. Bei dieser Fortbildung schulst Du Deinen fotografischen Blick und lernst, das Wesentliche eines Motivs zu erkennen und gekonnt ins Bild zu setzen. Im Mittelpunkt stehen Blickschulung, Bildgestaltung und Bildaufbau sowie die praktische Umsetzung nach dem Prinzip Learning-by-doing.

Anhand abwechslungsreicher Übungen entdeckst Du, wie auch aus Handysfotos ausdrucksstarke und wirkungsvolle Bilder entstehen können. Eyecatcher für Deinen eigenen Content. Du entwickelst ein Gespür dafür, wie Bilder Aufmerksamkeit wecken und Geschichten erzählen.

Simone V. Weis-Heigold, langjährige Dozentin für Fotografie und Software sowie erfahrene Trainerin von ArteFACT Grafik | Fotografie | Training, begleitet Dich fachkundig und mit viel Einfühlungsvermögen. Der Workshop findet bei jedem Wetter statt.

Veranstalter: VHS Schwäbisch Hall

Kursnummer: 6288081

Referent: Simone Weis-Heigold

Termin: Freitag, 09. Oktober 2026, 15:30-18:30 Uhr, 4 UE

Kursort: Salinenstr. 6-10, 74523 Schwäbisch Hall

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 15 €, für externe Teilnehmende 30 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Schwäbisch Hall

Tel. 0791/97066-18, info@vhs-sha.de, www.vhssha.de

Künstliche Intelligenz in der Kursvorbereitung – praktische Unterstützung für Dozierende

Künstliche Intelligenz eröffnet vielfältige Möglichkeiten die Vorbereitung von Kursen zu erleichtern. In dieser Fortbildung erhalten Dozierende einen praxisnahen Einblick in den sinnvollen Einsatz von KI für die Kursvorbereitung und -planung. Anhand konkreter Beispiele und eigener Erprobung lernen die Teilnehmenden ausgewählte Werkzeuge kennen und reflektieren, wie diese die eigene Lehrpraxis sinnvoll unterstützen können. Neben den praktischen Einsatzmöglichkeiten werden auch die Grenzen der Nutzung thematisiert. Das Ziel besteht darin, KI in der eigenen Lehrpraxis reflektiert und alltagstauglich einzusetzen.

Inhalte:

- Geeignete KI-Tools für die Kursvorbereitung kennenlernen
- Kurse und Unterrichtseinheiten mit KI planen und strukturieren
- Materialien und Aufgaben mit KI entwickeln
- Eigene Fragestellungen aus der Lehrpraxis mit KI erproben

Voraussetzungen: Grundkenntnisse im Umgang mit PC und Internet. Ein eigener Laptop sowie eine eigene E-Mail-Adresse werden für die Nutzung der KI-Tools benötigt.

Veranstalter: VHS Künzelsau

Kursnummer: 26250616

Termin: Mittwoch, 21. Oktober 2026, 9:30-16:30 Uhr, 8 UE

Referenten: Thorben Heinrichs, Daniela Albaner

Kursort: Hermann-Lenz-Haus Künzelsau

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 30 €, für externe Teilnehmende 60 €

Auskunft und Anmeldung: Volkshochschule Künzelsau

Tel. 07940/92190, info@vhs-kuen.de

ChatGPT & KI im Unterricht (online)

Materialien, Aufgaben und Präsentationen effizient erstellen

Mit KI schneller zu guten Unterrichtsmaterialien: In diesem Kurs entdecken Sie, wie ChatGPT & Co. die Unterrichtsvorbereitung erleichtern können. Ob Präsentationen, Arbeitsblätter, kreative Aufgaben oder vereinfachte Texte – moderne KI-Tools unterstützen Lehrkräfte dabei, Materialien effizient zu erstellen und den Unterricht abwechslungsreicher zu gestalten.

Nach einer kurzen Einführung in die Möglichkeiten von Sprachmodellen steht vor allem die Praxis im Mittelpunkt: Gemeinsam testen wir Prompts, entwickeln Inhalte live und erstellen Materialien für Ihre eigenen Kurse. Der Workshop richtet sich an Lehrkräfte und Kursleitende aller Fachrichtungen, die KI praxisnah kennenlernen und direkt im Unterricht einsetzen möchten.

Veranstalter: VHS Unterland

Kursnummer: 262VV50155

Referent: Werner Feuchtnner

Termin: Donnerstag, 17. November 2026, 18:00-21:00 Uhr, 4 UE

Kursort: online

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 15 €, für externe Teilnehmende 30 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Unterland

<https://www.vhs-unterland.de/fortbildungen-fuer-dozentinnen>

Viola Feulner, Tel. 07131/5940-150, feulner@vhs-unterland.de

Bitte melden Sie sich bis 10. November 2026 an.

Gewaltfreie Kommunikation nach M.B. Rosenberg (GQ) Zwischen Reiz und Reaktion liegt meine Freiheit

Die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) kann uns zunächst als „Werkzeugkasten“ in Auseinandersetzungen dienen. Elemente der GfK sorgen für mehr Klarheit, Souveränität und gegenseitiges Verständnis, und damit insgesamt für eine gesteigerte Effektivität in der Kommunikation. Nachhaltig in unser Leben integriert betreiben wir damit Psychohygiene, entwickeln uns stetig weiter. Treue zur eigenen Person, innere Geschmeidigkeit und heitere Gelassenheit können daraus erwachsen. Im Seminar begeben wir uns auf eine Forschungsreise in die eigene Welt des Denkens, Fühlens

und Handelns. Je bewusster uns die eigenen Muster sind, desto flexibler sind wir in der Gestaltung unserer Kommunikation, nach innen und nach außen.

Wir positionieren uns mit unseren gegenwärtigen Gefühlen und Bedürfnissen. Diese „Giraffensprache“ zu üben bringt uns herzlichen Verbindungen auf Augenhöhe näher, in Abgrenzung zur „Wolfssprache“, die eine hierarchische Kommunikation manifestiert. „Die Sprache des Friedens sprechen in einer konfliktreichen Welt“, so der Untertitel eines der Bücher von M.B. Rosenberg. Input-Phasen, Praktische Übungen, Erfahrungsaustausch und spielerische (Körper) -Übungen wechseln sich im Verlauf des Seminars ab. Bitte Schreibzeug mitbringen.

Dieses Seminar richtet sich an vhs-Dozent/-innen der Region Franken. Im Rahmen freier Kursplätze können externe Interessenten gerne teilnehmen. Bitte wenden Sie sich für weitere Informationen an unsere Mitarbeiterinnen im Anmeldebüro.

Veranstalter: VHS Bad Mergentheim

Kursnummer: 111003

Referentin: Gertraud M. Hell

Termin: Samstag, 21. November 2026, 10:00-17:00 Uhr, 8 UE

Kursort: Volkshochschule, 1 Termin

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 30 €, für externe Teilnehmende 60 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Bad Mergentheim

Tel. 07931/57-4300, vhs@bad-mergentheim.de

Stürmische Zeiten, stabiles Ich

Resilienz ist inzwischen zu einer Kernkompetenz im Arbeitsleben geworden. Wir benötigen sie, um in stürmischen Zeiten im Gleichgewicht zu bleiben. Sie unterstützt darin, an Herausforderungen zu wachsen.

Wir beleuchten, was Resilienz beinhaltet und wo sie bereits resilient denken und handeln.

Sie entdecken, welche Stolperfallen beachtet werden sollten.

Sie bekommen Impulse und erleben Klärung und Stärkung - nicht nur - für Ihren Kursleiter-Alltag.

Wie immer steht der interaktive Charakter im Fokus, eingebettet in theoretisches Hintergrundwissen und ergänzt durch bewährte Methoden der Gruppenarbeit. Eigene Themenstellungen sind willkommen.

Veranstalter: VHS Heilbronn

Kursnummer: A106A604

Referentin: Lisa Brand

Termin: Samstag, 16. Januar 2027, 10:00-17:00 Uhr, 8 UE

Kursort: vhs Heilbronn, Kirchbrunnenstr. 12

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 40 €, für externe Teilnehmende 70 €

Auskunft und Anmeldung: vhs Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131/9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

Kultur und Gestalten

Leporello selbst herstellen

Wir stellen ein Leporello (Faltbuch) her, aus Graupappe, Papierstreifen und schönem Einbandpapier. Aus einem langen Papierstreifen falzen wir eine Ziehharmonika in der Größe 14,5 x 14,5 cm. Individuell und kreativ beschreiben, bemalen, bedrucken wir den Papierstreifen. Anschließend werden wir die Faltbuchdeckel bekleben und mit den Papierstreifen zu einem Leporello verbinden.

Leporellos eignen sich ausgezeichnet als Unterrichtsmethode, um Kursergebnisse zu präsentieren, aber natürlich auch für ein sehr persönliches Geschenk. (Pappe, Papierstreifen, Einband und Kleber wird gestellt.) Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: Schneidematte (falls vorhanden), Cutter, Wasser-, Aqua-rellfarben, Wasserglas, Lappen. Schere, Pinsel, Palette, Stifte aller Art. Fotos evtl. ausgedruckt sollten max. 14 x 14 cm sein, Lieblingstexte oder Sprüche. Wer schönes Einbandpapier hat, kann dieses gerne mitbringen.

Veranstalter: VHS Öhringen

Kursnummer: 26259993

Referent: Gert Scherer

Termin: Samstag, 10. Oktober 2026, 10:00-13:00 Uhr, 4 UE

Kursort: Alte Schule Cappel, Schulstraße 6, Raum "Hohenlohe"

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 15 €, für externe Teilnehmende 30 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Öhringen

Tel. 07941/684250, volkshochschule-oehringen.de

Die mit GQ versehenen Angebote werden im Rahmen der Grundqualifikation des VHS-Verbandes anerkannt. Nähere Infos erhalten Sie bei der veranstaltenden VHS.

Einführung in verschiedene Entspannungstechniken Entspannter Stundenabschluss

In dieser Fortbildung wollen wir uns in Praxis und Theorie mit verschiedenen Entspannungstechniken beschäftigen um einen Einblick in die unterschiedlichen Herangehensweisen zu bekommen. Diese können sehr gut als Stundenausklang oder als extra Stunde Anwendung finden.

Themen sind die Einführung in folgende Entspannungstechniken:

Progressive Muskelentspannung (PMR), Atemübungen, Körperreisen, Qi-gong und Klopfübungen (Körper abklopfen).

Um das Ganze abzurunden, werden wir uns auch mit dem Thema Stressbelastung und was alltagstaugliche Gegenmaßnahmen sein können beschäftigen.

Veranstalter: VHS Unterland

Kursnummer: 262VV30120

Referentin: Gabriele Klein-Streicher

Termin: Samstag, 17. Oktober 2026, 09:30-14:00 Uhr, 6 UE

Kursort: Happenbach, Bürgerhaus Alte Schule,
Hauptstraße 9, kleiner Saal, 2. OG

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 28 €, für externe Teilnehmende 56 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Unterland

<https://www.vhs-unterland.de/fortbildungen-fuer-dozentinnen>

Sabine Bauer, Tel. 07131/5940-130, bauer@vhs-unterland.de

Bitte melden Sie sich bis 13. Oktober 2026 an.

Atemtag nach Buteyko mit Yoga-Elementen

Durch ungünstige Atemmuster müssen vor allem Mundatmer auf die Dauer mit gesundheitlichen Einschränkungen wie höhere Infektanfälligkeit und geringere Konzentrationsfähigkeit rechnen. Die Nase als Filter führt der Einatemluft auch Stickstoffmonoxid zum Abtöten von Keimen zu, wärmt die Luft an und befeuchtet sie. Durch Stress und Informationsflut sowie durch die verbreitete Annahme, viel Atmen bringe viel Sauerstoff in den Körper, kann ein unnötig beschleunigtes Atemtempo entstehen. Dadurch geht viel Kohlendioxid verloren, sodass ein Ungleichgewicht von Kohlendioxid und Sauerstoff im Blut entstehen kann. Kohlendioxid ist jedoch wichtig für den Transport des Sauerstoffs vom Blut in die Zellen.

Ziel der Buteyko-Methode ist die Wiederherstellung eines ruhigen, gleichmäßigen Atemflusses durch die Nase. Dr. Konstantin P. Buteyko entwickelte ein einfaches Übungssystem, mit dessen Hilfe sich Beschwerden wie Asthma, Schnarchen, Schlafapnoe, Einschlafstörungen und Konzentrationsstörungen deutlich verbessern lassen - und das ganz ohne Medikamente. Dr. Buteyko griff bei seiner Atem-Methode auch Elemente aus der Atemlehre des Yoga auf und verband sie mit seinen eigenen Beobachtungen und Erkenntnissen.

Der Kursleiter Daniel Laub praktiziert seit 20 Jahren Yoga in der Vini-Tradition und ist seit vielen Jahren Yogalehrer (BDY). 2020 stieß er auf die Buteyko-Methode und war schnell begeistert, da sie alten Yoga-Prinzipien entspricht. Seit seiner Ausbildung zum Buteyko-Trainer bei Volker Schmitz arbeitet er auch als Coach und unterrichtet diese Methode.

Bitte mitbringen: Stoppuhr (in jedem Smartphone installiert), Yoga-Matte, bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibsachen für Notizen.

Veranstalter: VHS Crailsheim

Kursnummer: A 301000RF

Referent: Daniel Laub, Yogalehrer BDY/EYU

Termin: Samstag, 7. November 2026, 10:00-17:00 Uhr, 8 UE

Kursort: vhs Crailsheim, Spitalstraße 2a, 74564 Crailsheim, Konvent

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 30 €, für externe Teilnehmende 60 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Crailsheim

Tel. 07951/403-3800, vhs@crailsheim.de

Vom tänzerischen Bewegungsspiel zur Improkunst

Wir finden spielerisch einen leichten Zugang zu unserem Körper. Über Wahrnehmungsübungen erspüren wir die vielseitigen Möglichkeiten unseres Körpers. In diesem Workshop wird ein Einblick in Tanzform, Tanzgestaltung und Tanzimprovisation gegeben und selbst erfahren. Fragen über die Methodik-Didaktik des Unterrichtsaufbaus werden beantwortet.

Vielseitige Musik verschiedenster Stilrichtungen - energievoll und entspannend - begleitet unsere entdeckten Bewegungen. Koordinations- und Atemübungen runden unsere gemeinsame Bewegungszeit ab.

Veranstalter: VHS Heilbronn

Kursnummer: A106A602

Referentin: Daniela Stotz

Termin: Samstag, 14. November 2026, 10:00- 13:30 Uhr, 4 UE

Kursort: VHS Heilbronn, Kirchbrunnenstr. 12

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 20 €, für externe Teilnehmende 35 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131/9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

Yoga erleben

Fokus auf Kopf, Herz, Hand und Fuß

In dieser Fortbildung werden ausgewählte Yogaübungen zur Anregung der Gehirnfunktion, zur besseren Verknüpfung von rechter und linker Gehirnhälfte, zur Durchblutung der Sinnesorgane, Gesichts- und Kopfhaut sowie mimische Übungen für einen freundlichen gesunden Teint und zum Trainieren und Entspannen der rund 50 Gesichtsmuskeln vorgestellt. Die Teilnehmenden erfahren und besprechen zudem die Wirkung von Yogaübungen auf das Herz.

Eine sinnvolle Auswahl an Übungen kräftigt und mobilisiert Hände, Handgelenke und Finger. Auch das Entlasten der Hände und Handgelenke wird thematisiert.

Mit Fuß- und Zehenübungen und dem Fokus auf der korrekten Ausrichtung und Gewichtsverteilung der Füße in den Asanas, welche die Fußgesundheit fördern, wird der Kurs abgerundet.

Veranstalter: VHS Unterland

Kursnummer: 262VV30145

Referentin: Viola Keller-Sögüt

Termin: Samstag, 14. November 2026, 09:30-14:00 Uhr, 6 UE

Kursort: Abstatt, Vereinszentrum, Goldschmiedstr. 14

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 25 €, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Unterland

<https://www.vhs-unterland.de/fortbildungen-fuer-dozentinnen>

Sabine Bauer, Tel. 07131/5940-130, bauer@vhs-unterland.de

Bitte melden Sie sich bis 11. November 2026 an.

Aufbau einer Yoga/Pilates/Meditations-Stunde was macht eine Kursstunde aus?

Dieses Schema bei dem Aufbau einer Yoga/Pilates/Meditations-Stunde kennen wir Dozenten sehr gut: kurzer Einstieg, Aufwärmphase, der dynamische Hauptteil, der ruhigere Abschlussteil, und vielleicht eine kurze Abschlussmeditation. Aber was macht wirklich eine gute Kursstunde aus?

Diese Frage werden wir in dieser Fortbildung beantworten. Es wird eine Reise in deine eigene Welt als Dozent sein, damit deine Ausstrahlung und deine Authentizität für deine Schüler spürbar werden können. Im Seminar bekommst du konkrete Tools, die dir dabei helfen deine innere Lehrperson bewusst zu machen und einen positiven Kreislauf des Selbstvertrauens in Gang zu setzen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte und eine Decke.

Veranstalter: VHS Künzelsau

Kursnummer: 26230030

Referentin: Cinzia Faraci

Termin: Samstag, 21. November 2026, 09:00-14:00 Uhr, 6 UE

Kursort: Hermann-Lenz-Haus Künzelsau

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 25 €, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: Volkshochschule Künzelsau

Tel. 07940/92190, info@vhskuen.de

Organyoga -Teil 5: Niere und Blase

Unser Zentrum von Urvertrauen, Loslassen und tiefer Regeneration

Organyoga ist die faszinierende Verbindung von traditionellen Hatha Yogaübungen und einem tiefen Verständnis für unsere Organe. Sie bietet Yogalehrenden die Möglichkeit, ihre fachliche Kompetenz bezüglich der inneren Funktionen des Körpers zu erweitern und gezielte Übungen kennen zu lernen, mit denen die natürliche Balance der inneren Organe unterstützt und verbessert wird.

Unter dem Vorzeichen einer ganzheitlichen Hatha Yogapraxis wenden wir uns an diesem Tag der Niere und Blase zu. Dies ist ein multifunktionelles Organpaar, das den Flüssigkeits- und Elektrolythaushalt im Körper reguliert, einen maßgeblichen Einfluss auf unseren Blutdruck hat und tief in unser Hormonsystem eingreift. Im ganzheitlichen Sinn stehen Niere und Blase für Urvertrauen, Loslassen und tiefe Regeneration.

Besonders die kalte Jahreszeit, in welcher sich die Energie nach Innen wendet und wir mit stiller Stärke und Würde in uns ruhen, eignet sich dazu, die Nieren- und Blasenenergie bewusst zu stärken.

Diese Fortbildung lädt dazu ein, Übungen kennenzulernen, welche gezielt auf die Regulation, Entlastung und Harmonisierung der Niere und Blase ausgerichtet sind. Wir greifen auf die reiche Methodenlandschaft des Hatha Yoga zurück und beziehen klassische Körper-, Atem-, Entspannungs- und Meditationsmethoden ebenso mit ein wie Impulse aus der Yogaphilosophie und dem Ayurveda.

Veranstalter: VHS Heilbronn

Kursnummer: A106A603

Referentin: Tanja Sailer

Termin: Samstag, 28. November 2026, 9:00-17:30 Uhr, 11 UE

Kursort: vhs Heilbronn, Kirchbrunnenstr. 12

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 40 €, für externe Teilnehmende 80 €

Auskunft und Anmeldung: vhs Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131/9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

Im Atem zur Balance

Balance, Fokus und Wohlbefinden durch bewusste Atmung

Diese Fortbildung verbindet fundiertes Wissen über die Wirkung der Atmung mit praxisnahen Übungen für den Alltag. Die Teilnehmenden erhalten einen verständlichen Einblick in die physiologischen Zusammenhänge zwischen Atmung, Nervensystem, Stressreaktion und emotionaler Regulation. Dabei wird deutlich, wie bewusst eingesetzte Atemtechniken Resilienz stärken, das Wohlbefinden fördern und die Konzentrationsfähigkeit nachhaltig unterstützen können.

Im praktischen Teil lernen die Teilnehmenden alltagstaugliche Atemübungen kennen, die sich ohne großen Zeitaufwand in den Unterricht integrieren lassen. Die Übungen reichen von kurzen Atemimpulsen zur Aktivierung über beruhigende Sequenzen zur Stressreduktion bis hin zu Ritualen, die Struktur und Stabilität im Unterrichtsraum fördern.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Selbstfürsorge von Lehrkräften:

- Wie kann die eigene Atmung genutzt werden, um in herausfordernden Situationen handlungsfähig und präsent zu bleiben?
- Wie lassen sich Atempausen bewusst in den Unterrichtsaltag einbauen?

Ziel der Fortbildung ist es, die Atmung als einfaches, wirkungsvolles und wissenschaftlich fundiertes Instrument zur Gesundheitsförderung für Lehrende und Lernende nutzbar zu machen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte und eine Decke.

Veranstalter: VHS Künzelsau

Kursnummer: 26230028

Referentin: Cinzia Faraci

Termin: Samstag, 30. Januar 2027, 10:00-15:00 Uhr, 6 UE

Kursort: Hermann-Lenz-Haus Künzelsau

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 25 €, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: Volkshochschule Künzelsau

Tel. 07940/9219-0, info@vhskuen.de

Rund um Rücken (Faszien) und deep stretch

Dieser Lehrgang richtet sich an alle, die ihre Kenntnisse im Bereich der Rückengesundheit durch gezieltes Workout und Stretching vertiefen möchten.

Veranstalter: VHS Heilbronn

Kursnummer: A106A605

Referentin: Katja Willnauer-Merz

Termin: Samstag, 30. Januar 2027, 10:00-17:00 Uhr, 8 UE

Kursort: VHS Heilbronn, Kirchbrunnenstr. 12

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 30 €, für externe Teilnehmende 60 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131 9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

Fit mit Step, Workout & Mobility

Ein bunter Tag mit vielen Ideen für deine Kurse. Wir starten mit easy Step in den Tag. Du erhältst Ideen für deine Rücken- & Workoutstunden und mit Mobility & Stretch runden wir den Lehrgangstag ab. Herz-Kreislauftraining, Kraft und Beweglichkeit ist das, was wir brauchen.

Veranstalter: VHS Heilbronn

Kursnummer: A106A606

Referentin: Heike Meidinger

Termin: Samstag, 20. Februar 2027, 10:00-17:00 Uhr, 8 UE

Kursort: vhs Heilbronn, Kirchbrunnenstr. 12

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 30 €, für externe Teilnehmende 60 €

Auskunft und Anmeldung: vhs Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131-9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

Sprachen

Das methodische 1x1 des kommunikativen Sprachunterrichts

Diese Fortbildung richtet sich an neue Sprachkursleitende in der Erwachsenenbildung, aber auch an erfahrene Dozent/-innen der modernen Fremdsprachen.

Wir werden uns nach einem kurzen theoretischen Input mit konkreten Ideen und Umsetzungsmöglichkeiten für kommunikativen Sprachunterricht beschäftigen:

- Einstiege und Warm-ups: Unsere Teilnehmenden aus ihrem Alltag abholen und in der Sprache ankommen lassen
- Bilder als ideale Sprechimpulse
- Kommunikative Wortschatzarbeit
- Textarbeit als Kommunikationsanlass und kreative Arbeit mit unseren Lehrwerken
- Unsere Teilnehmenden korrigieren ohne sie zu demotivieren

Veranstalter: VHS Heilbronn

Kursnummer: A106A601

Referentin: Melanie Röhl

Termin: Samstag, 17. Oktober 2026, 9:00-13:30 Uhr, 6 UE

Kursort: vhs Heilbronn, Kirchbrunnenstr. 12

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 25 €, für externe Teilnehmende 50 €

Auskunft und Anmeldung: vhs Heilbronn gGmbH

Beatrice Eberl, Tel. 07131 9965-49, eberl@vhs-heilbronn.de

DTZ-Schreibtraining für Kursleitende in Integrationskursen

Das Verfassen einer E-Mail oder eines Briefs stellt viele Integrationskurs Teilnehmer*innen vor große Herausforderungen. Wie können wir unsere Teilnehmer*innen unterstützen und sie gezielt auf den Prüfungsteil "Schreiben" des DTZ vorbereiten?

Wir beginnen die Veranstaltung mit einer kurzen Wiederholung der mündlichen und vor allem schriftlichen Indikatoren des Referenzrahmens und setzen uns mit den prüfungsrelevanten Aufgabentypen auseinander. Wir besprechen die Bewertungskriterien des schriftlichen Prüfungsteils und bewerten DTZ-Schreibleistungen. Zum Abschluss besprechen wir Strategien für die erfolgreiche Vorbereitung der Teilnehmer*innen auf die schriftliche Prüfung.

Der Kursleiter führt Trainingsmaßnahmen im Auftrag von vhs-Landesverbänden, telc und des g.a.s.t.-Instituts durch, entwickelt Sprachprüfungen und ist Trainer in verschiedenen DaF-ZQs.

Veranstalter: VHS Crailsheim

Kursnummer: A 40490RF

Referentin: Dezső Konyá

Termin: Freitag, 23. Oktober 2026, 14:00-18:30 Uhr, 6 UE

Kursort: vhs Crailsheim, Spitalstraße 2a, 74564 Crailsheim, Raum 01, EG, links

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 35 €, für externe Teilnehmende 60 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Crailsheim

Tel. 07951/403-3800, vhs@crailsheim.de

Phonetik/Ausspracheschulung im Deutschunterricht

Lehrende (und Lernende!) wissen um die große Bedeutung der Ausspracheschulung. Dennoch wird diese im fremdsprachlichen Deutschunterricht oft vernachlässigt – sei es aus Zeitmangel, aus Unsicherheit oder aus Resignation. Zwar mögen aussprachebedingte Verständnisprobleme nicht sehr häufig sein, doch eine schlechte Aussprache führt oft zu Sprechhemmungen und - als ständig hörbare ‚Visitenkarte‘ - zu sozialer Abwertung beim muttersprachlichen Gegenüber.

In einer kollegialen Fortbildung sollen gemeinsam Ausspracheprobleme des Deutschen diskutiert und praktikable Wege zur Ausspracheschulung im Deutschunterricht gesucht werden.

Veranstalter: VHS Schwäbisch Hall

Kursnummer: 6271000

Referent: Dr. Hans Werner Schmidt

Termin: 14. November 2026, 10-13:15 Uhr, 4 UE

Kursort: Salinenstr. 6-10, 74523 Schwäbisch Hall

Anmeldegebühr für VHS-Kursleitende 15 €, für externe Teilnehmende 30 €

Auskunft und Anmeldung: VHS Schwäbisch Hall

Tel.: 079197066-23, info@vhs-sha.de, www.vhssha.de

Achtung

Anmeldungen sind verbindlich. Bitte melden Sie sich direkt bei der angegebenen VHS an.

Anmeldung:

- Bitte melden Sie sich frühzeitig direkt bei der VHS an, die die Fortbildung durchführt; die Kontaktdaten sind bei den Veranstaltungen jeweils vermerkt.
- Die Anmeldung ist telefonisch oder per E-Mail möglich. Das SEPA-Lastschriftmandat schicken Sie der VHS zu.
- Bitte geben Sie bei der Anmeldung im Bemerkungsfeld die VHS an, für die Sie tätig sind.
- Sie erhalten per Mail eine Anmeldebestätigung.
- Bis spätestens eine Woche vor der Veranstaltung können Sie gebührenfrei von der Teilnahme zurücktreten.

SEPA-Lastschriftmandat für Anmeldegebühren der Regionalversammlung Franken

Ich ermächtige die VHS _____ zum einmaligen Einzug der Anmeldegebühr _____

für das Seminar _____ am _____

Bank _____ IBAN _____

Name/Vorname _____ Kursleiter*in der VHS _____

Anschrift _____

Mobiltelefon (für kurzfristige organisatorische Informationen) _____

E-Mail _____ Datum / Unterschrift _____

Anschriften der Volkshochschulen in der VHS-Region Heilbronn-Franken

VHS Bad Mergentheim

Marktplatz 1, 97980 Bad Mergentheim
Tel. 07931 57-4300
E-Mail: vhs@bad-mergentheim.de
www.vhsmgh.de

VHS Crailsheim (Stadt)

Spitalstr. 2a, 74564 Crailsheim
Tel. 07951 403-3800
E-Mail: vhs@crailsheim.de
www.vhs-crailsheim.de

VHS Crailsheim-Land e.V.

Schlossstraße 10, 74592 Kirchberg/Jagst
Tel. 07954 9801-32, Fax 07954 9801-19
E-Mail: info@vhs-crailsheim-land.de
www.vhs-crailsheim-land.de

VHS Eppingen

Kaiserstraße 1/1, 75031 Eppingen
Tel. 07262 2069517, Fax 07262 2069519
E-Mail: vhs@eppingen.de
www.vhs-eppingen.de

VHS Heilbronn gGmbH

Kirchbrunnenstraße 12, 74072 Heilbronn
Tel. 07131 9965-0, Fax 07131 9965-65
E-Mail: info@vhs-heilbronn.de
www.vhs-heilbronn.de

Zweckverband VHS Künzelsau

Kirchplatz 9, 74653 Künzelsau
Tel. 07940 9219-0, Fax 07940 9219-29
E-Mail: info@vhskuen.de
www.vhs-kuen.de

VHS Mittleres Taubertal e.V.

Struwepfad 2, 97941 Tauberbischofsheim
Tel. 09341 89680-0, Fax 09341 89680-29
E-Mail: vhs-mittleres-taubertal@t-online.de
www.volkshochschule-aktuell.de

VHS Neckarsulm

Seestraße 15, 74172 Neckarsulm
Tel. 07132 35-3500, Fax 07132 35-3599
E-Mail: vhs@neckarsulm.de
www.vhs-neckarsulm.de

VHS Öhringen

Schulstr. 6, 74613 Öhringen
Tel. 07941 68-4250, Fax 07941 68-4260
E-Mail: volkshochschule@oehringen.de
www.volkshochschule-oehringen.de

VHS Schwäbisch Hall e.V.

Salinenstr. 6-10, 74523 Schwäbisch Hall
Tel. 0791 97066-0, Fax 0791 97066-29
E-Mail: info@vhs-sha.de
www.vhs-sha.de

VHS Unterland im Landkreis Heilbronn

Geschäftsstelle: Allee 40, 74072 Heilbronn
Tel. 07131 5940-0, Fax 07131 5940-199
E-Mail: info@vhs-unterland.de
www.vhs-unterland.de

VHS Wertheim e.V.

Mühlenstraße 10, 97877 Wertheim
Tel. 09342 857-3521, Fax 09342 857-3522
E-Mail: info@vhs-wertheim.de
www.vhs-wertheim.de