

Fit für den Beruf

Weiterkommen
mit der
vhs Schrobenhausen



Arbeit und Beruf sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil des Volkshochschul-Angebots.



B-861 Konfliktmanagement (Basis-Seminar)

Patricia Mauritz-Fuchs

Konflikte gehören im Beruf zum Alltag. Meinungsverschiedenheiten, Missverständnisse oder emotionale Beziehungsgeflechte (Antipathien) lassen leicht Streit entstehen. Lernen Sie in diesem Seminar, wie eine gesunde Konfliktkultur Ihr Unternehmen bereichert, welche Eskalationsstufen es gibt und wie Sie Konflikte effektiv lösen. Anhand Praxisfällen üben Sie das Führen von Konfliktgesprächen umso Konflikte zu entschärfen. Erfahren Sie, wie destruktive Konflikte in konstruktive verwandelt werden können und wie Sie daraus neue Möglichkeiten für Ihr Unternehmen finden. Eine positive Konfliktkultur ist Bestandteil der Unternehmenskultur! Skript pro Teilnehmer (21,40 €) ist im Preis inbegriffen. **Termin:** Dienstag, 12.01.2021 bis 26.01.2021, 18 - 21.15 Uhr, 3 Abende, **Ort:** wird bekanntgegeben **Gebühr:** 120,00 €

B-862 Selbst- und Zeitmanagement

Patricia Mauritz-Fuchs

Ein Berg an Aufgaben stapelt sich auf Ihrem Schreibtisch und am Ende des Tages bleibt für nichts Zeit. Wir alle haben die gleiche Zeit - es kommt darauf an wie Sie sie nutzen. Nehmen Sie Ihren Alltag bewusst in die Hand: Planung, Organisation, Motivation, Zielsetzung. Lernen Sie in diesem Seminar wie Sie Ihre Ziele mit Ihrer zur Verfügung stehenden Zeit umsetzen, wie Sie Ihren Planer gestalten um Privat und Geschäftliches zu trennen und wie Sie Ihre freie Zeit sinnvoll nutzen um sodann wieder voller Power und Elan Ihre Aufgaben managen können. Zudem bekommen Sie viele Zeitmanagement Systeme an die Hand, die Sie einfach und effektiv im Alltag ein und umsetzen können. Skript pro Teilnehmer (25 €) ist im Preis inbegriffen. **Termin:** Donnerstag, 14.01.2021 bis 04.02.2021, 18 - 21.15 Uhr, 4 Abende, **Ort:** wird bekanntgegeben **Gebühr:** 150,00 €

F-200 NEU: Deutsch als Zweitsprache - für Arbeit oder Studium, Ludwig-Paul Forchhammer

Ob für die Arbeit oder das Studium, bei uns können Sie Ihren Deutschunterricht zu dem Zeitpunkt buchen, der Ihnen am Besten passt. Ob Intensivkurs mit bis zu 3 h, Einzel- oder Kleingruppenunterricht, alles ist möglich. Vereinbaren Sie einen Beratungstermin. **Termin:** individuelle Vereinbarung **Gebühr:** 36 € pro 60 Minuten

Fragen zu den Kursen?

Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine Mail – wir beraten Sie gerne. Nähere Informationen zu den Dozenten*inne finden Sie auf unserer Homepage www.vhs-sob.de. Starten Sie mit uns durch. Ihre Volkshochschule Schrobenhausen

diesen Erfolgsparametern existieren, können mit Work-Life-Balance reduziert, evtl. sogar vermieden werden. Durch den Einsatz unsere Ressourcen und Kompetenzen können persönliche Ziele und deren Planung sinnvoll und kreativ gestaltet werden. **Termin:** Montag, 05.10.2020 bis 12.10.2020, 18 - 21.30 Uhr, 2 Abende, **Ort:** von zu Hause live im Internet teilnehmen, **Gebühr:** 84,00 €

B-030 Kanäle und Benimmregeln digitaler Kommunikation Stefanie Lindl-Fischer:

Die Digitalisierung verändert nicht nur die technischen Grundlagen von Kommunikation, sondern auch die Anzahl der Kanäle. Verbunden ist das oftmals mit dem Vorbehalt, der direkte Austausch von Mensch zu Mensch würde darüber vernachlässigt. Doch wer weiß, welcher Kanal wann und warum der jeweils richtige ist, wird auch in Zukunft das richtige Maß finden. Dieses Seminar vermittelt einen Überblick über die gängigsten Kommunikationskanäle, ihre Betreiber sowie ihre technischen und sozialen Besonderheiten. Nicht fehlen darf natürlich auch die Netiquette, die angemessenen Umgangsformen im digitalen Raum. **Termin:** Mittwoch, 30.09.2020, 18 - 21 Uhr; **Ort:** vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), **Gebühr:** 29,00 €

B-031 Zusammenarbeit im Beruf, Stefanie Lindl-Fischer

Dieses Seminar betrachtet Kollaborationstools und Social Working in Unternehmen. Denn die neuen Technologien verändern das Verständnis von Zusammenarbeit und bringen Chancen und Risiken. Digitale Tools, Strukturen und Prozesse fürs berufliche Miteinander kennenzulernen und souverän nutzen zu können, ist Ziel dieses Seminars. Kenntnis von Kanälen und Regeln der digitalen Kommunikation werden vorausgesetzt, der Besuch des Kurses „Kanäle und Benimmregeln der Kommunikation“ bereitet Sie ideal auf diesen Abend vor. **Termin:** Donnerstag, 01.10.2020, 18 - 21 Uhr, **Ort:** vhs-Haus, Zimmer 101, **Gebühr:** 29,00 €

B-055 Sind Ihre Daten sicher? – Onlinekurs Dr. Alexander Krammer

Die zunehmende Digitalisierung und Durchdringung des Privatlebens mit Technik bringt neben vielen Vorteilen auch zahlreiche Gefahren mit sich. Die Daten befinden sich nicht mehr nur auf dem heimischen PC, sondern auch auf Tablets, Mobiltelefonen oder sogar der smarten Uhr mit Gesundheitssensoren. Eine Verbindung aller Geräte zum Internet ist dabei obligatorisch und bildet zugleich ein Einfallstor für Diebstahl, Veränderung oder Zerstörung von Daten. Typische im Abendseminar behandelte Punkte sind dabei: IT im Alltag, Identifikation schützenswerter Daten (z.B. Passwörter, Bilder, Gesundheitsdaten), Bedrohungen für den Privatanwender, Gegenstrategien wie Backup-Konzepte und angepasste Verhaltensweisen. Teil der Veranstaltung ist eine Live-Hacking-Vorführung. Hier können Sie sich in die Lage eines Angreifers versetzen. **Voraussetzung: eine stabile Internetverbindung und die Registrierung in der vhs cloud.** Die Anleitung dazu erhalten Sie von der vhs. **Termin:** Dienstag, 06.10.2020, 19.30 - 21.30 Uhr **Ort:** von zu Hause live im Internet teilnehmen; **Gebühr:** 19,00 €

B-850 AdA - Ausbildung der Ausbilder (mit IHK Zertifizierung), Patricia Mauritz-Fuchs

Mit der Ausbildung zur Ausbilderin / zum Ausbilder erhalten Sie die fachliche sowie pädagogische Qualifikation um in Ihrem Unternehmen ausbilden zu dürfen.

Inhalte:

Handlungsfeld 1: Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und die Ausbildung planen.

Handlungsfeld 2: Die Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Auszubildenden mitwirken.

Handlungsfeld 3: Die Ausbildung durchführen.

Handlungsfeld 4: Die Ausbildung abschließen.

Zeitmodell: Vollzeit (Intensivkurs) incl. vollumfänglicher Prüfungsvorbereitung

Schriftliche Prüfung: 01.12.2020

Abschluss: Anerkannter IHK-Abschluss AdA gemäß AEVO

Im Kurs enthalten: komplette Vorbereitung mit allen Inhalten und gesetzlichen Grundlagen, intensive Prüfungsvorbereitung für alle Prüfungsbereiche. Skript pro Teilnehmer (32,60 €) und dtv-Gesetz Arbeitsgesetz (10,90 €) sind im Preis inbegriffen. Zuzügl. IHK Prüfungsgebühren! **Auch für Meisterkurse möglich!**

Termin: 1. Block: 02.11. - 05.11.2020 und 2. Block: 24.11. - 27.11.2020 8.00 - 16.30 Uhr, 8 Tage, **Ort:** wird bekanntgegeben

Gebühr: 650,00 €

B-851 AdA - Ausbildung der Ausbilder (mit IHK Zertifizierung), Patricia Mauritz-Fuchs

Inhaltlich gleich mit B-850 – nur ein anderes Zeitmodell.

Zeitmodell: Teilzeit (Abendkurs, immer montags bis donnerstags) incl. vollumfänglicher Prüfungsvorbereitung

Schriftliche Prüfung: 01.12.2020

Termin: Montag, 21.09.2020 bis 22.10.2020, 18 - 21.15 Uhr, 20

Abende, **Ort:** wird bekanntgegeben

Gebühr: 650,00 €

P-057 Aus der Krise in die Kraft!

Brigitte Behrendt

Nach der Krise ist vor der Krise. Wir haben die Auswirkungen der Corona Krise erlebt und erleben sie momentan immer noch. Jeder geht damit auf seine Weise um. Sorgen, Zweifel, Fragen und Bedenken werfen sich auf. Manchen fällt es leichter, damit umzugehen, andere geraten in Anspannung und Stress. Das ist ein ganz normaler Zustand in einer Krisensituation. Wichtig ist jetzt, wie Du die Kraft wiederfindest, die Weichen für Deine Zukunft zu stellen. So, dass Du souverän die richtigen Entscheidungen triffst und mit einem guten Gefühl zielstrebig handeln kannst. Welche Wege wählst Du, um gestärkt aus der Krise hervorzugehen? Mache den ersten Schritt! **Bitte mitbringen:** Schreibmaterial, **Termin:** Dienstag, 27.10.2020, 17.30 - 20.30 Uhr, **Ort:** Praxis Brigitte Behrendt, Lenbachstr. 58 (Eingang Rückseite: Am Hofgraben 18) **Gebühr:** 19,00 €

F-205 Englisch für die Arbeit

Ludwig-Paul Forchhammer

Sie brauchen Englisch bei der Arbeit, sind sich aber oft unsicher im Gebrauch? Bei uns können Sie Ihren Englischunterricht zu dem Zeitpunkt buchen, der Ihnen am Besten passt. Ob Intensivkurs mit bis zu 3 h, Einzel- oder Kleingruppenunterricht, alles ist möglich. Vereinbaren Sie einen Beratungstermin. **Termin:** individuelle Vereinbarung, **Gebühr:** 36 € pro 60 Minuten

B-900 Onlinekurs: Kleine Schreibwerkstatt für Print und Online, Stefanie Lindl-Fischer

Angebote, Anträge, Beschreibungen, Briefe, Mails oder gar Presstexte – Schreiben bestimmt einen großen Teil unseres Berufsalltags. Viel Zeit und mitunter auch Nerven spart, wer weiß, wie er seine Botschaften auf den Punkt bringt und die richtigen Worte findet. Und das lässt sich lernen: Gemeinsam erarbeiten wir Schritt für Schritt die einzelnen Bestandteile, die Texte leicht lesbar und verständlich machen. Beim ersten Termin widmen wir uns dem gedruckten Wort. Im zweiten Teil geht es um die Besonderheiten für Mails, Webseiten oder soziale Medien. Mit Beispielen aus der Praxis üben wir Aufbau, Satzstruktur und lebendiges wie zeitgemäßes Formulieren. **Bitte mitbringen:** Für die Übungen: Eigene berufliche Texte, Schreibzeug oder ein Notebook. **Termin:** Dienstag, 19.01. und Donnerstag, 21.01.2021, jeweils 18 - 21 Uhr, 2 Abende. **Ort:** live im Internet von zu Hause aus teilnehmen, **Gebühr:** 45,00 €

B-800 "Führen - Entscheiden - Kommunizieren" - Kompaktseminar für junge Führungskräfte

Wilhelm Lang

Sie übernehmen eine Führungsaufgabe und sitzen damit von einem Tag auf den anderen „auf der anderen Seite des Tisches“. Ihr Bemühen, von Anfang an alles richtig zu machen, ist natürlich groß und sie machen sich Gedanken über Themen wie Autorität, Beteiligung, Fairness, Durchsetzungsvermögen, Sachlichkeit vs Emotionalität u.v.a.m. In diesem Kompaktseminar wird thematisiert, was Führung wirklich ausmacht, wie man zu „guten Entscheidungen“ kommt und welche Bedeutung dabei der professionellen Kommunikation mit Mitarbeiter*innen zuwächst. Am Ende des Seminars verfügen Sie über einen theoretisch fundierten und in der Praxis erprobten übersichtlichen Werkzeugkasten und können diesen individuell anwenden. **Termin:** Samstag, 30.01.2021, 10 - 16 Uhr, **Ort:** vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), **Gebühr:** 52,00 €

P-019 NEU: Online-Seminar - "Work-Life-Balance - Selbstmanagement", Helmut Lange

Wir leben in einer Zeit der Beschleunigung, in der wir in immer kürzerer Zeit immer mehr erreichen möchten und hierfür oft unsere gesamte Energie investieren. Daher ist es kein Wunder, dass viele von uns unter Dauerstress leiden, sich ausgebrannt und aus dem Gleichgewicht geworfen fühlen. Um beruflich erfolgreich und leistungsfähig zu bleiben, müssen wir unser Leben ganzheitlich zwischen den vier zentralen Erfolgsparametern Arbeit, Gesundheit, Familie und Sinnhaftigkeit ausbalancieren. Konflikte, die zwischen

Wachsen Sie mit uns über sich hinaus.
Ihre Volkshochschule Schrobenhausen



B-905 10-Finger-Blindschreiben auf der Computer-Tastatur, Renate Büchl

Verabschieden Sie sich vom "Zwei-Finger-Hacksystem". Leichtes Einprägen durch farbenorientiertes Lehrsystem. Bereits nach zwei Stunden beherrschen Sie die Buchstaben der Grundstellung oder sogar schon die Buchstaben der Grundreihe. Wir arbeiten ohne Buch. Mit jedem Buchstaben mehr, ergeben sich neue Wörter. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie Ihr eigenes Laptop mitbringen. **Bitte mitbringen:** Laptop falls vorhanden, Kugelschreiber, **Termin:** Freitag, 16.10. und 23.10.2020, 16:30 - 18:30 Uhr, Samstag, 17.10. und 24.10.2020, 10 - 12 Uhr, Sonntag, 18.10. und 25.10.2020, 10 - 12 Uhr, **Ort:** vhs-Haus, Zimmer 003 **Gebühr:** 66,00 €

P-056 Kommunikation im Arbeitsalltag

Brigitte Behrendt, Ruth Hollederer

Kommunikation kann eine Beziehung stärken oder schwächen. Ganz egal, ob es um Mitarbeiter, Chefs, Kunden oder Lieferanten geht. Wie kann ich also meinen Standpunkt vertreten, ohne ins Fettnäpfchen zu treten? Wie agiere und kommuniziere ich - auch in Stress- und Konflikt-Situationen - höflich, respektvoll und wertschätzend und wie fühle mich noch dazu gut dabei? **Bitte mitbringen:** Schreibmaterial, **Termin:** Dienstag, 20.10.2020, 18 - 21 Uhr, **Ort:** Praxis Brigitte Behrendt, Lenbachstr. 58 (Eingang Rückseite: Am Hofgraben 18), **Gebühr:** 35,00 €

B-370 Word: Tabellen in Dokumenten (in der Kleingruppe); Rita Maria Kaindl

Sie arbeiten mit Word und wollen Ihre Kenntnisse ausbauen? In diesem Workshop mit unserer Word-Spezialistin Rita-Maria Kaindl geht es um folgende Themen: Tabellen erstellen, verändern und bearbeiten, Excel-Tabellen einbinden, Dateninhalte sortieren und das Layout gestalten. Die Kosten für Kopien in Höhe von ca. 3 € sind in der Kursgebühr enthalten. **Erforderliche Vorkenntnisse: Windows- und Word-Grundlagen.** **Bitte mitbringen:** USB-Stick (falls vorhanden), **Termin:** Montag, 19.10.2020, 18 - 21 Uhr **Ort:** vhs-Haus, Zimmer 104, **Gebühr:** 32,00 €

B-380 Word: Serienbriefe, Etiketten und Umschläge (in der Kleingruppe), Rita Maria Kaindl

Sie arbeiten bereits mit Word (oder haben an dem Einsteigerkurs B-350 "Einführung in Word teilgenommen) und wollen nun Ihre Kenntnisse ausbauen? In diesem Workshop mit unserer Word-Spezialistin Rita-Maria Kaindl geht es um folgende Themen: Seriendruckfunktionen wie Serienbriefe, Visitenkarten, Kuvertdruck, Etikettendruck, Kopf- und Fußzeilen und Seitenlayout. Die Kosten für Kopien in Höhe von ca. 3 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Erforderliche Vorkenntnisse: Word Grundlagen.

Bitte mitbringen: USB-Stick (falls vorhanden), **Termin:** Dienstag, 20.10.2020, 18 - 21 Uhr, **Ort:** vhs-Haus, Zimmer 101 **Gebühr:** 32,00 €

B-032 Digitales Lernen - Formate, Plattformen und Anforderungen, Stefanie Lindl-Fischer

Dieses Seminar macht die TeilnehmerInnen mit neuen Lernformaten (z.B. Blended Learning, Online-Seminare, Flipped Classroom, MOOC etc.) vertraut. Mit dem Lernen in der Digitalisierung eng verbunden sind technische Plattformen (z.B. Webinar- und Konferenzsysteme) und spezielle gesellschaftliche Anforderungen (z.B. Urheberrecht, OER). Empfehlenswert ist dieser Abend insbesondere zur Vorbereitung auf das Seminar „Onlinekurse planen und durchführen“.

Termin: Donnerstag, 22.10.2020, 18 - 21 Uhr **Ort:** vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103) **Gebühr:** 29,00 €

B-033 Onlinekurse planen und durchführen

Stefanie Lindl-Fischer

Onlinekurse sind eine Form der Kommunikation (z.B. Webkonferenzen), aber auch der Zusammenarbeit (Teamaufgaben) und des Lernens. Trotz seiner verhältnismäßig einfachen technischen Zugänglichkeit entstehen je nach Zielgruppe und zu vermittelnden Inhalten unterschiedliche Anforderungen an die Planung, Vorbereitung, inhaltliche Ausgestaltung und Durchführung. Dieses Seminar baut auf den Inhalten des Bausteins „Digitales Lernen: Formate, Plattformen und Anforderungen“ auf und besteht aus einer Präsenzveranstaltung mit anschließender Übungsphase und einem Abschluss-Online-Termin.

Bitte mitbringen: Internetzugang und Bereitschaft, sich in virtuelle Kursräume einzuloggen, **Termin:** Freitag, 23.10.2020 bis 19.11.2020, 18 - 21 Uhr, 2 Abende, **Ort:** vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), **Gebühr:** 58,00 €

B-058 EU-Datenschutz-Grundverordnung - Ist Ihr Unternehmen gerüstet? – Onlinekurs, Dr. Alexander Kramer

In der Veranstaltung erhalten Sie einen grundlegenden Überblick über allgemeine Anforderungen im Bereich Datenschutz. Weiterhin werden die wesentlichen Änderungen durch die EU-DSGVO kompakt dargestellt. Darauf aufbauend stellen wir praxisorientiert eine Vorgehensweise zur Erarbeitung eines minimalen Datenschutzniveaus vor. Dies beinhaltet auch die geforderte Dokumentation im Rahmen eines Datenschutz- Managementsystems (DSMS). Die Anleitung dazu erhalten Sie von der vhs. **Voraussetzung: eine stabile Internetverbindung und die Registrierung in der vhs cloud.**, **Termin:** Donnerstag, 29.10.2020, 19.30 - 21.30 Uhr, **Ort:** von zu Hause live im Internet teilnehmen, **Gebühr:** 19,00 €

B-820 Ideen umsetzen - "Dein erstes Startup" (für Jugendliche und junge Erwachsene) – Ferienkurs Michael Fischer

Be a Changemaker: Verbessere die Welt mit deiner Idee! Hast auch du durch die Friday-For-Future Demos erkannt, dass „Impact leisten“ nicht notwendigerweise von Lebenserfahrung und Alter abhängt? Und willst auch du nicht mehr länger auf ein Umdenken der älteren Generationen warten? Schwirren dir schon lange Ideen durch den Kopf, wie du die Welt um Dich herum zu einem besseren Fleck werden lässt? Wenn du wissen willst, wie du mit deiner Idee etwas bewegst und nebenbei Geld verdienst, dann ist dieses Seminar genau das Richtige für dich. Hier lernst du unter anderem, wie du aus einem Hirngespinnst eine Geschäftsidee generierst, wie du Kunden akquirierst, und wie du dein Startup selbstbewusst und erfolgversprechend pitchst. Michael Fischer ist Co-Autor des Start-

Up und Emerging Technology Buchs „One plus One equals Eleven“ (2020) und Co-Founder von Climate Connect. Mehr dazu findest du unter vhs-sob.de und unter #aresingyouthacademy.

Bitte mitbringen: Enthusiasmus und den Spirit, etwas verändern zu wollen, Schreibsachen, **Termin:** Freitag, 30.10., 17-20 Uhr, Samstag, 31.10., 8.30-17 Uhr, Montag, 02.11., 17-21 Uhr, Mittwoch, 04.11., Onlinekurs 20-21 Uhr und Samstag 07.11.2020, 15-21 Uhr, **Ort:** vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103) **Gebühr:** 12,00 €

B-810 Vorbereitung für Bewerbungsgespräche - Mit Storytelling zu mehr Individualität (für Schüler*innen und Jugendliche) – Ferienkurs, Michael Fischer

Kindern erzählen wir Geschichten, damit sie einschlafen. Erwachsenen, damit sie aufwachen. Du willst andere aufhorchen lassen, wenn sie deine Geschichte hören? Du willst deine Chancen beim nächsten Jobinterview signifikant erhöhen? Du willst herausfinden, was dich ausmacht und was deine Passion ist? Dein Leben – deine Story – selbstbewusst verkaufen? Dann erlebe in diesem Seminar die Macht magischer Worte hautnah. Erlebe, wie du andere mit emotionalen Geschichten in deinen Bann ziehst. Deine Zunge vibriert, dein Kopf raucht und deine Finger kribbeln. Gemeinsam fühlen und trainieren wir, wie du zeitgemäß Geschichten erzählst. Mit Bildern, die ihre volle Wirkung entfalten. Forme aus Zahlen und Fakten deine expressive Erfolgsstory. Michael Fischer beschäftigt sich seit mehr als drei Jahren intensiv mit Rhetorik und Storytelling, und verzichtet natürlich in keinem seiner Seminare, Vorträge und Lehrtätigkeiten auf ihre besondere Wirkung. Mehr dazu findest du unter vhs-sob.de und unter #aresingyouthacademy. **Bitte mitbringen:** Enthusiasmus und den Spirit, etwas verändern zu wollen, Schreibsachen, **Termin:** Montag, 02.11.2020, 8:30 - 16 Uhr (Mittagspause 11 - 12Uhr) und Dienstag, 03.11.2020, 8:30 - 13 Uhr, **Ort:** vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), **Gebühr:** 7,00 €

B-830 "In Erinnerung bleiben" - Präsentationsrhetorik und Kommunikation (für Schüler*innen und Jugendliche) – Ferienkurs, Michael Fischer

Du möchtest selbstbewusst und gelassen auftreten und dabei frei und lebendig sprechen – auch in Situationen, die Stress verursachen? Du willst wissen, wie du dich professionell auf deinen Redebeitrag oder dein Gespräch vorbereitest? Wie du Mimik, Gestik und Stimme unterstützend einsetzt, deine Inhalte systematisch aufbaust und mit Lampenfieber umgehst? Wie du deine Wortgewandtheit und Schlagfertigkeit verbesserst und die Zuhörer in deinen Bann ziehst? Dann erlerne mit den anderen Kursteilnehmern Schritt für Schritt, wie du dich und deinen Präsentationsinhalt gekonnt in den Köpfen und Herzen deiner Zuhörer verankerst. Zudem kannst du deinen Lernerfolg mit einer Videoaufnahme selbst beobachten und erhältst ein ausführliches, professionelles Feedback. **Bitte mitbringen:** Enthusiasmus und den Spirit, etwas verändern zu wollen, Schreibsachen, **Termin:** Mittwoch, 04.11.2020, 8:30-16:00 Uhr (Mittagspause 11 - 12Uhr) und Donnerstag, 05.11.2020, 8:30-13 Uhr, **Ort:** vhs-Haus, Großer Kursraum (Zimmer 103), **Gebühr:** 7,00 €

B-702 Computer am Vormittag: Einstieg in den PC-Alltag mit Excel, Silvia Kaltenegger

Modul 2: Mit Excel führen Sie Berechnungen durch, erstellen Tabellen mit einfachen Funktionen, stellen diese grafisch und als Diagramme dar. Die Module können auch einzeln gebucht werden. **PC-Grundkenntnisse erforderlich!** Die Kosten für das Lehrbuch in Höhe von 18 € sind in der Kursgebühr enthalten. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie Ihr eigenes Laptop mit installiertem Excel mitbringen. Die Kosten für evtl. anfallende Kopien sind in der Kursgebühr nicht enthalten. **Bitte mitbringen:** USB-Stick, wenn möglich eigenes Laptop mit installiertem Excel, **Termin:** Dienstag, 10.11.2020 bis 24.11.2020, 09 - 12 Uhr, 3 Vormittage **Ort:** vhs-Haus, Zimmer 104, **Gebühr:** 102,00 €

B-050 Onlinekurs zu "Teams" von Microsoft (einführende Basisschulung) - Effiziente Zusammenarbeit im Unternehmen, Dr. Alexander Kramer

Microsoft Teams ist ein Werkzeug, welches Ihnen ermöglicht auf eine einfache Weise mit Ihren Kollegen im Unternehmen zu kommunizieren und die Zusammenarbeit zu verbessern. Dieses Werkzeug ist vollständig in die Microsoft 365 Suite integriert und ist der Nachfolger von Skype for Business. Mit der Software bekommen Sie alle Mitarbeiter, sowie externe Gäste, an einen virtuellen Tisch. Videotelefonie und -konferenzen, Chat, Telefonie, Teilen von Bildschirmhalten, digitales Whiteboard sind nur einige der Funktionen des Produktes. **Voraussetzung: eine stabile Internetverbindung und die Registrierung in der vhs cloud.** **Termin:** Mittwoch, 11.11.2020, 19.30 - 20.30 Uhr, **Ort:** von zu Hause live im Internet teilnehmen, **Gebühr:** 15,00 €

B-011 Schritt für Schritt mit iOS auf dem iPhone und iPad, Raimund Kaindl

Folgende Themen werden für das Betriebssystem iOS behandelt: Benutzeroberfläche, Grundeinstellungen, E-Mail-Konto einrichten, Surfen im Internet, Home-Bildschirm-Programme, WLAN einrichten und Bluetooth nutzen. Die Kosten für Kursunterlagen in Höhe von 10 € sind in der Kursgebühr enthalten. **Achtung: Dieser Kurs ist NUR für iPhone und iPad geeignet!** **Bitte mitbringen:** iPhone oder iPad mit aufgeladenem Akku und ggf. Ladegerät, **Termin:** Montag, 30.11.2020, 18 - 21 Uhr, Mittwoch, 02.12.2020, 18 - 21 Uhr, **Ort:** vhs-Haus, Zimmer 104, **Gebühr:** 69,00 €

P-063 NEU: Online-Seminar: „Verhalten und Kommunikation in schwierigen Situationen“

Bewusstes Verhalten in Stresssituationen ohne Werteverlust **Thomas Süper**

Der Umgang der Menschen untereinander ist heutzutage in allen Bereichen rauer geworden. Das Gespräch beginnt nicht selten völlig normal und im weiteren Verlauf entwickelt sich die Situation zunehmend angespannter und ein Unwohlsein macht sich breit. Nicht selten sind auch einzelne, unerwartete Angriffe, Beleidigungen und Provokationen bis hin zu systematischem Mobbing dabei. Alles das passiert heutzutage leider immer häufiger. Stress fegt unser Gehirn leer und raubt uns die Worte. Die richtigen Antworten und Argumente fallen uns erst hinterher wieder ein. Das Seminar bietet Reflexion und Techniken, um sich in Zukunft mit gutem Gefühl an solche Gespräche zu wagen. Wir

wollen vorbereitet sein und im Idealfall sollen sich beide Parteien in der Sache erfolgreich und mit einem guten Gefühl trennen. Die Kosten für das Skript in Höhe von 20 € sind in der Kursgebühr enthalten. **Termin:** Donnerstag, 19.11.2020 bis 20.11.2020, 9 - 16 Uhr, 2 Tage, **Ort:** von zu Hause live im Internet teilnehmen **Gebühr:** 95,00 €

B-002 Schritt für Schritt mit Android auf Tablet und Smartphone, Raimund Kaindl

In diesem Kurs gibt Raimund Kaindl einen Überblick über die vielfältigen Möglichkeiten des Betriebssystems Android. Folgende Themen werden behandelt: Benutzeroberfläche, Grundeinstellungen, E-Mail-Konto einrichten, Surfen im Internet, Home-Bildschirm-Programme, WLAN einrichten und Bluetooth nutzen. Die Kosten für die Kursunterlagen in Höhe von 5 € sind in der Kursgebühr enthalten. **Achtung: Dieser Kurs ist NICHT für iPhone und iPad geeignet!!!** **Bitte mitbringen:** Eigenes Tablet oder Smartphone mit dem Betriebssystem Android und geladenem Akku oder Ladegerät. **Termin:** Freitag, 20.11.2020, 18 - 21 Uhr und Samstag, 21.11.2020, 9 - 16 Uhr, 1 Stunde Mittagspause, 2 Tage **Ort:** vhs-Haus, Zimmer 003, **Gebühr:** 89,00 €

B-390 Einführung in Excel (in der Kleingruppe) Rita Maria Kaindl

Dieser Kurs wendet sich an TeilnehmerInnen, die in die Tabellenkalkulation Excel einsteigen möchten. Es werden Tabellen erstellt, Änderungen und Korrekturen durchgeführt, Berechnungen mit Formeln und den gebräuchlichsten Funktionen vorgenommen. Die Tabellen werden optisch aufbereitet (formatiert), grafisch ausgewertet und zum Druck vorbereitet. Die Kosten für Kopien in Höhe von 3 € sind in der Kursgebühr enthalten. Die Kosten für das Lehrbuch in Höhe von 12 € sind in der Kursgebühr nicht enthalten. **Bitte mitbringen:** USB-Stick, **Termin:** Freitag, 20.11.2020, 18 - 21 Uhr und Samstag, 21.11.2020, 9 - 16 Uhr, 1 Stunde Mittagspause, 2 Tage, **Gebühr:** 87,00 €

B-395 Excel Aufbaukurs (in der Kleingruppe) Rita Maria Kaindl

Weiter geht es mit Berechnungen, Formeln und Funktionen. Setzen Sie Ihre Zahlenergebnisse in Schaubilder, wie Säulendiagramme oder Tortendiagramme, die Umsatzentwicklungen, Verbrauchszahlen, Gewinne und Verluste anschaulich machen. Hilfreiche Formeln und Funktionen erleichtern die Arbeit im Büro: Mittelwert, Maximum, Minimum, Platzierung ermitteln, Automatisches Zählen, Logische Funktionen; WENN-Funktion, ODER-Verknüpfung, UND-Verknüpfung, Blatt- und arbeitsmappenübergreifende Berechnungen; **Notwendige Vorkenntnisse entsprechend Excel-Grundlagen.** Die Kosten für Kursunterlagen in Höhe von 3 € sind in der Kursgebühr enthalten. Die Kosten für das Lehrbuch in Höhe von 12 € sind in der Kursgebühr nicht enthalten. **Bitte mitbringen:** USB-Stick, **Termin:** Montag, 30.11.2020, 18 - 21 Uhr, Mittwoch, 02.12.2020, 18 - 21 Uhr, **Ort:** vhs-Haus, Zimmer 101, **Gebühr:** 87,00 €

B-703 Computer am Vormittag - Modul 3: Einstieg in den PC-Alltag mit Power Point, Silvia Kaltenegger

Modul 3: In PowerPoint erstellen Sie eine professionelle Präsentation. Sie erfahren, wie Sie Ihre Folien perfekt gestalten können mit Texten, Formen, Bildern, Tabellen. Dabei werden verschiedene Platzhalter, Diagramme und Organigramme eingefügt. PC-Grundkenntnisse erforderlich! Die Kosten für das Lehrbuch in Höhe von 18 € sind in der Kursgebühr enthalten. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie Ihr eigenes Laptop mit installiertem Power Point mitbringen. Die Kosten für evtl. anfallende Kopien sind in der Kursgebühr nicht enthalten. **Bitte mitbringen:** USB-Stick, wenn möglich eigenes Laptop mit installiertem Power Point, **Termin:** Dienstag, 01.12.2020 bis 08.12.2020, 09 - 12 Uhr, 2 Vormittage, **Ort:** vhs-Haus, Zimmer 104, **Gebühr:** 76,00 €

B-860 Kommunikationsmanagement (Basis-Seminar), Patricia Mauritz-Fuchs

Eine klare Kommunikation, widerspruchsfreie Aussagen und dazu der passende Ausdruck verleiht unserem Miteinander eine wertschätzende und zielführende Basis. Wie funktioniert Kommunikation? Was versteht man unter blockierender Kommunikation? Wann gilt eine Kommunikation als gestört? Woran erkennen wir erfolgreiche Kommunikation? Dieses Seminar bietet Ihnen Grundlagen rund um die Kommunikation. Sie erlernen in praktischen Übungen anhand Praxisfällen und erkennen so, welche Wichtigkeit der Aussprache zukommt. Zudem bekommen Sie theoretisches Basiswissen, welches Sie als Leitfaden, für erfolgreiche Kommunikation im Alltag und Beruf begleitet. Skript pro Teilnehmer (21,40 €) ist im Preis inbegriffen. **Termin:** Mittwoch, 02.12.2020 bis 16.12.2020, 18 - 21.15 Uhr, 3 Abende, **Ort:** wird noch bekanntgegeben, **Gebühr:** 120,00 €

B-044 Veranstaltungsreihe "Digitalisierung" - Facebook, Instagram und Tik Tok für Zweifler Stefanie Lindl-Fischer

Neueste Fotos und Erlebnisse teilen, zu Veranstaltungen einladen oder Hobbys filmisch in Szene setzen: Facebook, Instagram, TikTok und Co. sind längst in allen Altersgruppen angekommen. Was die einzelnen Medien unterscheidet und wo Nutzen und Risiken liegen, erfahren Sie im ersten Teil. Anschließend geht es dann an das Profil: Was passiert beim Kommentieren, Teilen, Posten etc. Natürlich sprechen wir Schritt für Schritt auch darüber, welche Einstellungen Nutzer zum Schutz ihrer Daten wählen sollten. Mitmachen können alle Interessierten, die eine funktionierende E-Mail-Adresse haben und sich bei einem der Netzwerke anmelden wollen. **Bitte mitbringen:** eigenes Notebook oder Tablet, falls bereits vorhanden: Zugangsdaten zu den sozialen Netzwerken und zur eigenen E-Mail-Adresse, **Termin:** Dienstag, 12.01.2021, 18 - 21 Uhr, **Ort:** vhs-Haus, Zimmer 104 **Gebühr:** 29,00 €

Fragen zu den Kursen?

Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine Mail – wir beraten Sie gerne. Nähere Informationen zu den Dozenten*innen finden Sie auf unserer Homepage www.vhs-sob.de. Anmeldungen können online erfolgen, telefonisch oder gerne auch persönlich.