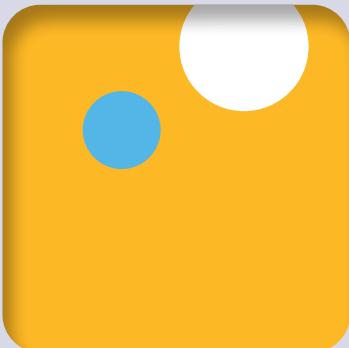
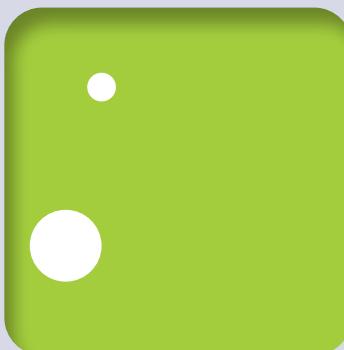


# Frühjahr 2026



## Wir sagen Danke

- 100 Dozentinnen und Dozenten
- 200 Kursangebote
- 6000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer
- in 20 Gebäuden in Burghausen, Burgkirchen und Kirchweidach pro Semester





Weil es Wichtigeres  
gibt als Geld.

Morgen  
kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Wir finden, die Welt braucht mehr Zuversicht.  
Deshalb unterstützen wir alle, die den Mut haben,  
ihre Zukunft selbst in die Hand zu nehmen.  
Anpacker und Frühaufsteher, die Familien oder  
Start-ups gründen, Hausbauer, Pläneschmieder  
– gemeinsam schauen wir nach vorn und sagen:  
Morgen kann kommen. Wir machen den Weg frei.

meine Volksbank  
Raiffeisenbank eG



# VORWORT

## Liebe Freunde der Volkshochschule,

ich freue mich sehr, Ihnen unser neues Bildungsprogramm für das kommende Semester vorstellen zu dürfen. Auch dieses Mal haben wir eine vielfältige Auswahl an Kursen, Vorträgen und Workshops zusammengestellt, die Ihnen nicht nur nützliches Wissen vermitteln, sondern auch Freude am Lernen bereiten sollen.

Eine besondere Neuheit in diesem Semester ist die Verbraucherbildung, die unser Angebot um aktuelle und alltagsnahe Themen erweitert. Ob es um nachhaltigen Konsum, digitale Sicherheit, finanzielle Bildung oder Vorsorge geht – unsere neuen Veranstaltungen bieten Ihnen die Möglichkeit, sich unabhängig und umfassend zu informieren. Denn gerade in einer Welt, die immer komplexer wird, ist es wichtig, sich bewusst und informiert zu entscheiden.



Veronika Alfranseder  
(städtisches Seniorenbüro), Alfred Danner (Bürgerinsel), Julia Grekova (vhs)

Wir sind stolz darauf, Teil eines starken Netzwerks vor Ort zu sein. Gemeinsam mit unseren Partnern, der Bürgerinsel Burghausen e.V. und dem Seniorenbüro, möchten wir die Menschen in unserer Region mit Angeboten unterstützen, die auf ihre Bedürfnisse zugeschnitten sind.

Ich lade Sie herzlich ein, einen Blick in unser neues Programm zu werfen. Lassen Sie sich inspirieren, entdecken Sie Neues und nutzen Sie die Gelegenheit, sich für einen Kurs oder eine Veranstaltung anzumelden. Wir freuen uns auf Sie!

Herzliche Grüße

*Julia Grekova*

Julia Grekova  
Geschäftsführung





**Vorsitzender des Beirats**  
Florian Schneider,  
Erster Bürgermeister  
Burghausen



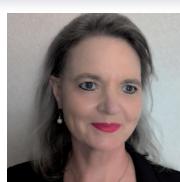
**stv. Vorsitzender des Beirats**  
Johann Krichenbauer,  
Erster Bürgermeister  
Burgkirchen a.d.Alz.



**1. Vorsitzender**  
Konrad Kammergruber, Tel.: 08677 2959  
[kk@vhs-burghausen.de](mailto:kk@vhs-burghausen.de)



**vhs-Geschäftsführerin**  
Julia Grekova, Tel.: 08677 98778-0  
[jg@vhs-burghausen.de](mailto:jg@vhs-burghausen.de)



**Sachbearbeitung**  
Christina Bichler, Tel.: 08677 98778-10  
[cb@vhs-burghausen.de](mailto:cb@vhs-burghausen.de)



**Programmmanagerin**  
Barbara Weis, Tel.: 98778-15  
[bw@vhs-burghausen.de](mailto:bw@vhs-burghausen.de)



**Sachbearbeitung** Stephanie Jändl  
Tel.: 08677 98778-20  
[sj@vhs-burghausen.de](mailto:sj@vhs-burghausen.de)



**Sachbearbeitung** Claudia Söldner  
Tel.: 08677 98778-30  
[cs@vhs-burghausen.de](mailto:cs@vhs-burghausen.de)



**vhs-Leitung Burgkirchen**  
Christian Trieflinger, Tel. 08679 309-221  
[christian.trieflinger@burgkirchen.de](mailto:christian.trieflinger@burgkirchen.de)



**vhs-Leitung Kirchweidach**  
Inge Heckmann, Tel. 08623 9886-24  
[inge.heckmann@vg-kirchweidach.de](mailto:inge.heckmann@vg-kirchweidach.de)

**stv. Vorsitzender:** Siegfried Floßmann, Tel.: 08679 302035  
[flossmann@sf-datenschutz.de](mailto:flossmann@sf-datenschutz.de)

**stv. Vorsitzende:** Maria Huber, [Maria.Huber87@hotmail.com](mailto:Maria.Huber87@hotmail.com)

**Dozentenvertreterin und -vertreter:** Yulia Michaelis, Wolfgang Hensel

**Vertreter der Mitglieder im Beirat:**  
Friedrich Wuitz, Burghausen und Hans-Georg Gerst, Burgkirchen

**Marktler Str. 16 · 84489 Burghausen · Telefon: 08677 98778 0**  
**info@vhs-burghausen.de · www.vhs-burghausen.de**

## **UNSER SELBSTVERSTÄNDNIS**

Bildung für alle Menschen – unabhängig von Alter, Bildungsabschluss, Einkommen, Geschlecht, sexueller Orientierung, Religion, Weltanschauung und Staatsangehörigkeit. Volkshochschulen bieten einen Raum für Wissensvermittlung, Information und Beteiligung an aktuellen Themen. Eine sozial verträgliche Preisbildung bei familiären Gruppen ist uns wichtig. Wir unterstützen Menschen, die sich stets weiterentwickeln, gesund bleiben und kreativ sein möchten. Wir tragen einen bedeutsamen Anteil im Bereich Integration in der Region.

## **Öffnungszeiten**

Montag: 08:30 – 12:30 Uhr und 13:00 – 16:00 Uhr  
Dienstag: 13:00 – 16:00 Uhr  
Mittwoch: 08:30 – 12:30 Uhr  
Donnerstag: 08:30 – 12:30 Uhr und 13:00 – 18:00 Uhr  
Freitag: 08:30 – 12:30 Uhr

## **Kursanmeldung**

Ein Stammhörer-Konto erspart Ihnen bei künftigen Kursbuchungen Zeit. Damit benötigen Sie nur wenige Klicks für Ihren zukünftigen Wunschkurs. Ausfälle, zeitliche und räumliche Veränderungen finden Sie immer aktuell auf unserer Homepage. Beachten Sie auch unsere Anmeldefristen, da viele Kurse bei Unterbelegung 3 Tage vor Kursbeginn abgesagt werden. Wir bitten deshalb um rechtzeitige Anmeldung.

## **Integrationskurse**

Beratung zum allgemeinen Integrationskurs finden montags bis donnerstags während der Öffnungszeiten statt.  
Ansprechpartnerin: Christina Bichler, Telefon: 08677 98778-10

## **vhs-Vereinsmitglied oder Unterstützer werden**

Sie möchten sich in der Erwachsenenbildung einbringen oder uns dabei unterstützen, die Preise weiterhin sozial verträglich zu gestalten? Für Privatpersonen beträgt unser Jahresmitgliedsbeitrag **EUR 20,-/Jahr**. Wir sind ein gemeinnütziger Verein und haben die Möglichkeit Spendenquittungen auszustellen.

## **vhs-Gutscheine**

Schenken Sie Ihren Freunden und Verwandten gemeinsame Zeit und Wissen. Gutscheine gibt es in der vhs-Geschäftsstelle oder über unsere Homepage.

**Dozenten und Dozentinnen gesucht.  
Setzen Sie sich mit uns in Verbindung.**

## **Bankverbindung**

Sparkasse Altötting-Mühldorf  
IBAN: DE87 71151020 0000 2512 98  
BIC: BYLADEM1MDF

**Aktuelle  
Informationen  
finden Sie auf  
unserer Home-  
page**

# Inhalt



## 1. Gesellschaft, Politik & Umwelt

Verbraucherbildung .....	10
Digitalisierung & Medienkompetenz.....	15
Politische Bildung.....	16
STUDIUM GENERALE .....	17
STUDIUM REGIONALE .....	22
Sommersonnwende .....	24
Senioren Spezial.....	25
Umwelt, Natur & Wissenschaft.....	26
Psychologie & Persönlichkeitsentwicklung .....	29



## 2. Sprachen

Englisch.....	33
Französisch .....	34
Italienisch .....	36
Spanisch .....	36
Weitere Sprachen.....	37
Deutsch als Fremdsprache .....	40



## 3. Gesundheit: Körper & Geist

Gesundes Wissen.....	42
Sportmentaltraining .....	43
Ernährungswissen & Kochkultur .....	44
Frauenwissen kompakt.....	47
Osteoporose .....	48
Gesunde Mitte – Gesunder Rücken .....	49
Pilates .....	50
Yoga .....	51
Tai Chi – Qigong – Lu Jong .....	54
Meditation.....	58
Tanzen ist gesund .....	58
Outdoor, Berg- & Schneeschuhwandern.....	60



## 4. Beruf & Schlüsselqualifikationen

Schlüsselqualifikationen & Soft Skills.....	62
---	----



## 5. Kultur & Gestalten

Malen & Zeichnen.....	66
Kreatives Handwerk .....	70
Kreative Begegnung .....	72
Musik .....	72
Farbtypberatung .....	73



## 6. Spezial

vhs Fotogruppe .....	74
----------------------	----

## 7. Sonstiges



Brettlspitzen  
LIVE



# Kabarett & Comedy im Forum

- 15.01. Malarina
- 04.02. Gerhard Polt – Well-Brüder
- 05.02. Addnfahrer
- 28.02. Petzenhauser & Wählt
- 18.04. Teresa Reichl
- 11.06. Martin Frank
- 27.11. Brettlspitzen

**Ich lach  
mich  
scheckig!**

[www.forumaltötting.de](http://www.forumaltötting.de)

**ABRISSE**  
Altötting

# Harder Louder Forum

2026

FR 30.01. **VOLBEAT**  
by Rebel Monster

Opening Act:  
Blues Aint Colorful

FR 13.03. **IRON MAIDEN**  
by 667

Opening Act:  
Wolfen Reloaded

FR 30.10. **RAGE AGAINST  
THE MACHINE**  
by Ragetrack

Opening Act:  
ROXTON



## Was ist die KinderUni?

Bei der KinderUni Burghausen der Volkshochschule Burghausen-Burgkirchen e.V. kannst du jedes Semester vier Vorlesungen in verschiedenen Fakultäten besuchen.

Eltern dürfen nicht an der KinderUni teilnehmen.

## Wie kann ich studieren?

Lernen dürfen bei uns alle Kinder zwischen 9 und 12 Jahren, die immatrikuliert sind. Die Semesterstudiengebühr beträgt 5 Euro. Damit du ganz sicher einen Platz bekommst, können dich deine Eltern vor Semesterbeginn auf unserer Website [www.vhs-burghausen.de](http://www.vhs-burghausen.de) anmelden. Bei der ersten Vorlesung bekommst du dein Studienbuch. Bitte nimm das Buch zu jeder Vorlesung mit und hole dir deinen Stempel ab. Hast du an drei von vier Vorlesungen teilgenommen, erhältst du am letzten Vorlesungstag ein KinderUni-Diplom.



## Wo finden die Vorlesungen statt?

Campus Burghausen der Technischen Hochschule Rosenheim,  
Audimax, Marktlstr. 48

## Wintersemester 2026

### Fakultät für Biologie

**Wer fliegt mit den Händen und sieht mit den Ohren?  
- Fledermäuse**

Dr. Dorothea Friemel, Biologin, Untere Naturschutzbehörde  
Freitag, 13.02.2026, 16:00-17:00 Uhr



### Fakultät für Musik

#### Kein Spaß ohne Bass

Claus Freudenstein, Leiter Musikschule Burghausen  
Freitag, 27.03.2026, 16:00-17:00 Uhr



### Fakultät für Wasserstofftechnologie

#### Woher kommt eigentlich der Strom?

Prof. Dr. Patrick Preuster, Professor für Wasserstofftechnologie  
am Campus Burghausen der TH Rosenheim  
Freitag, 24.04.26, 16:00-17:00 Uhr

### Fakultät für Biotechnologie

#### Diamant oder Staub? Warum Struktur alles verändert

Dr. Dorottya Kriechbaumer, Professorin für Technische Chemie  
am Campus Burghausen der TH Rosenheim  
Freitag, 08.05.26, 16:00-17:00 Uhr



## STUDIERE, WO DIE CHEMIE STIMMT: AM CAMPUS BURGHAUSEN

Jetzt  
Studienplatz  
sichern!

- Betriebswirtschaft (B.A.)
- Chemieingenieurwesen (B.Eng.)
- Prozessautomatisierungstechnik (B.Eng.)
- Umwelttechnologie (B.Eng.)
- Hydrogen Technology (M.Sc.)
- Circular Economy (M.Sc.), berufsbegleitend

Mehr Infos:



Bild: Nicolas Königsecker

# Verstehen, entscheiden, investieren.

## ETF Beratung inklusive

Foto: iStock

Unser **Depot Comfort**  
für alle, die professionelle  
Beratung auf Augenhöhe  
wünschen.



Sparkasse  
Altötting-Mühldorf

# Das Leitbild der vhs Burghausen-Burgkirchen e.V.

## Identität

Wir – die Volkshochschule Burghausen-Burgkirchen e.V. – stehen seit 1947 als Bildungsdienstleister in öffentlicher Verantwortung. Im Kultur- und Sozialleben der Region sind wir fest verankert. Wir sind heute ein gemeinnütziger Dienstleistungsbetrieb für Bildung, Qualifizierung und Kultur, der den Bürgerinnen und Bürgern aller sozialen Schichten offen steht.

Als elementarer Bestandteil des öffentlichen Lebens wollen wir zur Lebensqualität und zur Zukunftssicherung unseres Wirtschafts-, Bildungs- und Kulturreasms beitragen. In Zusammenarbeit und im Wettbewerb mit anderen Einrichtungen stellen wir ein Grundangebot zur Verfügung.

## Auftrag

Wir erfüllen unseren Auftrag durch

- eine kreative Verbindung von öffentlichem Bildungsauftrag mit kundenorientiertem Handeln und Beraten
- die Garantie eines Grundangebots an Weiterbildung,
- die Entwicklung neuer Bildungsangebote und -formen.

## Werte

Die Volkshochschule verpflichtet sich zu parteipolitischer und weltanschaulicher Neutralität in gesellschaftlicher und demokratischer Verantwortung. Unserem Handeln liegen Werte der sozialen Gerechtigkeit, der interkulturellen Integration, der Toleranz und der Chancengleichheit zu Grunde.

## Teilnehmende

Zu unseren Kunden zählen jetzige und zukünftige Teilnehmende sowie Auftraggeber aus Politik, Wirtschaft, Industrie und Verwaltung. Programm-inhalte, Kundenservice und Öffentlichkeitsarbeit werden so gestaltet, dass sie sowohl die bereits aktiven Teilnehmenden an die Einrichtung binden, als auch neue Interessenten zum Besuch der vhs anregen.

## Leistung und Qualität

Oberstes Qualitätsziel der Volkshochschule Burghausen-Burgkirchen sind zufriedene Teilnehmende. Wir überzeugen durch Qualität, Innovation und soziales Engagement. Wir verknüpfen pädagogische Arbeit und wirtschaftliches Handeln.

Die Lehrenden verstehen sich als motivierte Partner der Bildungssuchenden, deren Lernprozesse unterstützt und gefördert werden sollen.

## Unser Bildungsangebot ist offen, aktuell und Zielgruppen bezogen.

Bei uns können anerkannte Abschlüsse, Zeugnisse und Zertifikate erworben werden. Standardisierte Prüfungssysteme sichern vergleichbare und hohe Qualität. Unsere Leistungen vermitteln wir professionell und gezielt in verschiedenen Medien. Wir sorgen für effektive Verwaltungabläufe, kundenfreundliche Öffnungszeiten und qualifizierte Beratungen. Wir halten neben den inhaltlichen Leistungen eine angemessene Infrastruktur für gelungenes Lernen vor.

## Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Unser qualifiziertes vhs-Team denkt bildungspolitisch, handelt unternehmerisch und sichert mit seinen kompetenten Dozentinnen und Dozenten ein Bildungskonzept mit hohem Standard. Das vhs-Team sowie Dozentinnen und Dozenten bilden sich ständig fort, sind offen für die Rückmeldung der Teilnehmenden. Regelmäßige Weiterbildung, Vernetzung, Kollegialität und Kooperation sichern den Erfolg.



**Anglhuber** GmbH

Fliesen · Natursteine

Kompetenz in Beratung und Verlegung



84513 Töging · Traunsteiner Str. 62  
Tel. 08631/98870 · Fax 08631/95554  
[www.anglhuber.de](http://www.anglhuber.de)

Wir  
gehören  
dazu:

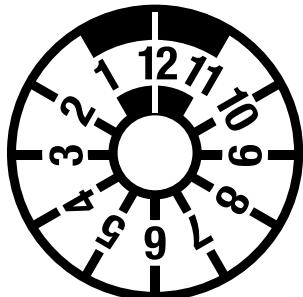
ALTÖTTING - MÜHLDORF - ROTTAL-INN  
**Die Hand-in-Hand-Werker**



**KFZ-PRÜFZENTRUM**  
Ingenieurbüro | JULIUS LEISSE

**kfz-pz.de**

Die besten Öffnungszeiten für Sie!



Montag - Freitag  
**8:00 - 20:00 Uhr**  
jeden Samstag  
**9:00 - 16:00 Uhr**

KFZ-Prüfzentrum • August-Unterholzner-Straße 10  
84543 Winhöring/Eisenfelden • Tel. 08671 / 887 821

**kfz-pz.de**  
**GTÜ**

A94 Ausfahrt Eisenfelden zw. Motorradsport Holzleitner und XXXLutz Hiendl

**Einfach sauber renovieren**

Alle Handwerksleistungen von 10 Fachbetrieben – aus einer Hand



Traunsteiner Str. 62 · 84513 Töging a. Inn · 0 86 31 / 16 80 30 · [www.hih-inntal.de](http://www.hih-inntal.de)

ALTÖTTING - MÜHLDORF - ROTTAL-INN



**Die Hand-in-Hand-Werker**

# 1. Gesellschaft, Politik & Umwelt

## Verbraucherbildung

**NEU**Verbraucherbildung  
BayernBayerisches Staatsministerium für  
Umwelt und VerbraucherschutzBURGHAUSEN  
WELT  
LÄNGSTE  
BURG

### Stützpunkt für Verbraucherbildung – Qualifizierte und neutrale Wissensvermittlung zu Verbraucherthemen

Seit 01.06.2025 ist die Volkshochschule Burghausen-Burgkirchen e.V. ein vom Bayerischen Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz (StMUV) ausgezeichneter Stützpunkt der Verbraucherbildung Bayern. Gemeinsam mit unseren Netzwerkpartnern Bürgerinsel Burghausen e.V., Seniorenbüro Burghausen und Quartiersmanagement Mehring bieten wir ab Anfang 2026 in den Themenbereichen **Digitales, Finanzen und Versicherung** sowie **nachhaltiger Konsum** ein umfangreiches Programm an.

Das Qualitätssiegel Verbraucherbildung Bayern steht für die Qualität und die Produkt- und Anbieterneutralität.

## Finanzbildung

160026

### Steuern sparen beim Verschenken und Erben (Kirchweidach)

Dr. Christian Mayerlechner, Diplom-Kaufmann und Steuerberater

Jede Privatperson und jeder Unternehmer muss Erwerbe, die der Erbschafts- und Schenkungsteuer unterliegen, binnen einer Frist von drei Monaten beim zuständigen Finanzamt schriftlich anzeigen. Der Vortrag beschäftigt sich mit den notwendigen steuerlichen Pflichten, den Steuersparmöglichkeiten, stellt die Freibeträge vor, zeigt auf, wie eine Immobilie steuerfrei übertragen werden kann und klärt auf, was ein steuerbefreites Familienheim ist. Einblicke in die (steuerlich motivierte) Nachfolgeplanung, Möglichkeiten einer Familiengesellschaft und steueroptimierte Ausschlagung bzw. Annahme runden das Themengebiet ab. Die Teilnehmenden können selbstverständlich Fragen stellen, eine individuelle Steuerberatung ist aber nicht möglich.

**Montag, 26.01.2026,**

**19:00 - 20:30 Uhr**

Kirchweidach, Kooperatorhaus, hinter dem Rathaus

EUR 12,00 (Nur mit Anmeldung!)

160226

### Steuern sparen beim Verschenken und Erben

Dr. Christian Mayerlechner, Diplom-Kaufmann und Steuerberater

Kursbeschreibung siehe Kursnummer 160026

**Montag, 09.02.2026,  
19:00 - 20:30 Uhr**

Burghausen, Campus, Gebäude B,  
Audimax

EUR 12,00 (Nur mit Anmeldung!)

## Das Einmaleins der Geldanlage

**Dr. Christian Mayerlechner**

**Das Ersparte gewinnbringend und mit kalkuliertem Risiko anzulegen, ist ein kompliziertes Thema. In der Vortragsreihe werden die Vor- und Nachteile der Anlagemöglichkeiten wie Zinsanlagen, ETFs, Immobilienfonds, Goldanlage usw. diskutiert, sowie wie Anlegerinnen und Anleger ihr Vermögen durch Diversifikation schützen können, wie Risiken gehandhabt und Kosten sowie Provisionen minimiert werden können. Ziel ist es, dass die Teilnehmenden befähigt werden, selbstständig ihre Geldanlage zu handhaben, in Anlageberatungen die richtigen Fragen zu stellen, Fallen zu erkennen und anschließend umsichtig bzw. der eigenen Risikobereitschaft entsprechend ihre bestehenden Finanzanlagen zu prüfen und neue zu tätigen.**

**Der Kursleiter ist Diplom-Kaufmann und Steuerberater.**





161026

## Modul 1: Grundlagen Geldanlage und persönlicher Finanzplan

Die Geldanlage und der Finanzplan sind individuell anzugehen. Welche Fragen müssen Sie sich stellen? Welche Risiken sind Sie bereit einzugehen? Wie viel Reserven sind für unvorhersehbare Ereignisse sinnvoll? Können oder wollen Sie vorhandene Schulden tilgen?

Diese Fragen lassen sich nur nach einer umfassenden Betrachtung individuell klären. Erlernen Sie die Techniken, die Sie durch diese Analyse führen. Was ist ein Finanzplan? Wie kann man ihn entwerfen?

**Montag, 04.05.2026,**

**19:00 - 20:30 Uhr**

Burghausen, Bürgerhaus

Gebührenfrei, nur mit Anmeldung!

161226

## Modul 2: Zinsanlagen

Zinssichere Produkte und Fonds sind ein Bestandteil der Geldanlage. Wir diskutieren Tagesgeld, Sparkonto und Festgeld. Bundesschatzbriefe können ebenfalls Elemente einer Anlagestrategie sein. Rentenfonds als bequeme und preiswerte Anlagemöglichkeit werden in ihren Eigenschaften ausführlich beleuchtet. Kann hier ein Renten-ETF sinnvoll sein?

**Montag, 11.05.2026,**

**19:00 - 20:30 Uhr**

Burghausen, Bürgerhaus

Gebührenfrei, nur mit Anmeldung!

161426

## Modul 3: Aktien

Ein wichtiger Aspekt der Geldanlage ist, wie viel Vermögen „relativ“ sicher angelegt werden kann. Zugleich ist die Suche nach Rendite ein wichtiger Aspekt. Das direkte Investment in Aktien kann die Rendite stark erhöhen. Benötige ich eine Strategie bei der Aktieninvestition? Wie wichtig sind Dividenden? Wo finde ich Rosinen? Fähnchen, Wimpel, Abwärtskanal und Trendbruch als gewinnbringende Signale? Hilft ein ETF?

**Montag, 18.05.2026,**

**19:00 - 20:30 Uhr**

Burghausen, Bürgerhaus

Gebührenfrei, nur mit Anmeldung!

## Vorsorge

162026A

### Vorsorge selbstbestimmt - Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung

Alfred Danninger, Diplom-Pädagoge (Univ.), Leiter Bürgerinsel Burghausen

In diesem Workshop werden die wichtigsten Punkte zum selbstbestimmten Altern werden besprochen. Die Themen sind Patientenverfügung – Vorsorgevollmacht – Betreuungsverfügung. Mithilfe einer Patientenverfügung wissen Angehörige und behandelnde Ärzte, wie nahestehende Menschen medizinisch behandelt werden möchten, wenn sie dies nicht mehr selbst zum Ausdruck bringen können. Für alle anderen Angelegenheiten, ob Wohnungsangelegenheiten, Vermögenssorge, Kündigungen von Verträgen oder auch der Vertretung vor Behörden ist eine Vorsorgevollmacht bzw. eine Betreuungsverfügung sinnvoll und notwendig. Dieser Workshop hilft Ihnen, die eigenen Wünsche und Vorstellungen so niederzuschreiben und zu hinterlegen, um eine weitgehende Rechtssicherheit zu erlangen.

**Dienstag, 03.02.2026,**

**18:00 - 19:30 Uhr**

Burghausen, Bürgerhaus

Gebührenfrei, nur mit Anmeldung! Um eine freiwillige Spende wird gebeten.

162026B

### Vorsorge selbstbestimmt - Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung

Alfred Danninger, Diplom-Pädagoge (Univ.), Leiter Bürgerinsel Burghausen

Inhalt siehe Kursnummer 162026A

**Dienstag, 17.03.2026,**

**18:00 - 19:30 Uhr**

Burghausen, Bürgerhaus

Gebührenfrei, nur mit Anmeldung! Um eine freiwillige Spende wird gebeten.

162226

## Elternunterhalt

Sebastian Huster, Rechtsanwalt

Der Vortrag wird die wichtigsten Punkte zum Elternunterhalt herausgreifen. Besprochen wird u.a. das Angehörigen-Entlastungsgesetz, welches zahlreiche Kinder pflegebedürftiger Eltern von Unterhaltszahlungen befreit. Zudem wird beleuchtet, inwieweit eine Haftungsgemeinschaft von Geschwistern für den Unterhalt für Ihre Eltern besteht und welchen Einfluss das Vermögen des Kindes oder das Einkommen des Schwiegerkindes auf den Elternunterhalt ha-

Anmeldung für alle Kurse online  
[www.vhs-burghausen.de](http://www.vhs-burghausen.de) oder  
bei der vhs-Geschäftsstelle



Eva Schönhoff

ben können. Der Informationsabend gibt schließlich einen Überblick darüber, wie der Elternunterhalt berechnet wird und welche Gestaltungsmöglichkeiten Kinder vor der Inanspruchnahme auf Unterhalt haben.

**Dienstag, 09.06.2026,  
19:00 - 20:30 Uhr**  
Burghausen, Bürgerhaus  
Gebührenfrei, nur mit Anmeldung!

## Medienbildung

163026

### Relevante Reiseapps für Planung und Navigation

Eva Schönhoff, Diplom-Physikerin, IT-Beraterin, qualifizierte SmartSurfer-Trainerin

Ob Städtereise, Wandertour oder Ausflug ins Grüne – das Smartphone ist heute ein praktischer Begleiter für unterwegs. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit kostenlosen Apps Ihre Reisen einfacher planen und sicher navigieren können. Gemeinsam entdecken wir nützliche Anwendungen wie Google Maps, Komoot, DB Navigator oder Booking.com. Sie erfahren, wie Sie Routen und Ausflüge planen, Karten offline speichern, Tickets kaufen und Unterkünfte buchen und sich unterwegs per GPS orientieren können.

**Dienstag, 24.03.2026,  
17:00 - 18:30 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
Gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

163226

### Smart Surfer – Fit im digitalen Alltag in Mehring

Kooperation mit dem Quartiersmanagement Mehring

Eva Schönhoff, Diplom-Physikerin, IT-Beraterin, qualifizierte SmartSurfer-Trainerin

**Die Schwerpunkte des Kurses und damit die genauen Module werden am ersten Kurstag gemeinsam mit den Angemeldeten festgelegt. Dauer 90 Minuten je Modul.**

„Digital gut unterwegs – die Seminarreihe Smart Surfer – Fit im digitalen Alltag ist speziell für die Generation 50plus konzipiert, die bereits Grundwerkzeuge wie E-Mail oder Suchmaschinen nutzen, ihre Medienkompetenz aber weiter ausbauen möchte und Interesse an technischen Hintergründen hat. In 11 übersichtlichen Modulen lernen Sie praxisnah die wichtigsten Aspekte des Internets kennen, entdecken neue Apps und Anwendungen. Ob Einstieg oder Auffris-

schung: Gemeinsam bauen wir Ihre digitalen Kompetenzen aus.“

### Modul 1 – Was ist Internet?

Nur wenige technische Entwicklungen haben unseren Alltag so stark verändert wie das Internet. Wir sind ständig online. Wir nutzen das Internet, um zu kommunizieren, uns zu informieren, uns abzulenken und auch, um uns zu präsentieren. Das Internet ist aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken. Erfahren Sie, was hinter dem Begriff „Internet“ steckt, wie das Netz entstanden ist und welche grundlegenden Techniken es antreiben.

### Modul 2 – Wie man das Internet nutzt

Kaum ein Medium bietet mehr Möglichkeiten in seiner Nutzung als das Internet. Jeden Tag steht man vor der Entscheidung, welches der vielen Angebote man nutzen möchte. Und das immer wieder aufs Neue, denn das Internet ist nicht statisch, sondern befindet sich in einem ständigen Wandel. Aber wie funktioniert ein Browser und wie ist dieser aufgebaut? Wie nutzen Sie eine Suchmaschine effektiv? Und wie besiegen Sie Datenspuren, die entstehen, während Sie im Netz unterwegs sind?

### Modul 3 – Unterhaltungsmöglichkeiten im Internet

Von Videos über Musik bis hin zu Online-Spielen: Sie lernen, wie Sie die vielfältigen Unterhaltungsangebote im Netz sicher und gezielt nutzen können. Wir besprechen Medien- und Unterhaltungsangebote, angefangen von Videoportalen über Mediatheken bis hin zu Online-Nachrichten und Bibliotheken, Online-Spiele und Browergames, Streaming, Musik und wie Sie diese sicher nutzen.

### Modul 4 – Wie man Risiken im Netz vermeidet

Phishing, Scams, Betrugsversuche, Abfallen – das Internet bietet auch Risiken. Lernen Sie, diese zu erkennen und sich effektiv davor zu schützen. Wir besprechen typische Fallen – damit Sie sich sicher im digitalen Alltag bewegen können.

### Modul 5 – Die Welt des mobilen Internets

Um in die Welt des mobilen Internets einzutauchen, stehen eine Vielzahl an internetfähigen mobilen Geräten zur



Martin  
Schneider M.A.

Auswahl - Apps erweitern Funktionen, Daten liegen in Clouds. Diese neuen Möglichkeiten bringen neben Annehmlichkeiten auch Herausforderungen für den Daten- und Verbraucherschutz mit sich. Welchen Stellenwert haben Benutzerkonten und wie organisieren Sie Ihre Datensicherung am besten? Das und mehr erfahren Sie im Modul 5.

#### **Modul 6 – Datenschutz im Internet**

Neue Technologien und die umfassende Nutzung des Internets machen es nahezu unvermeidbar, dass jeder von uns Datenspuren hinterlässt. Doch warum ist Datenschutz heute so wichtig? Welche Daten werden im Netz gesammelt und von wem zu welchem Zweck genutzt? Und was passiert eigentlich mit den Daten von Verstorbenen? Was bedeutet Datenschutz heute? Wir schauen uns Privatsphäre, Rechte und Möglichkeiten an, Ihre Daten im Netz zu schützen.

#### **Modul 7 – Kommunikation im Internet**

E-Mails mit Freunden und Familie austauschen, über Messenger kommunizieren und videotelefonieren. Digitale Teilhabe ist für alle Altersgruppen wichtig. Welche Kommunikationsmöglichkeiten bietet das Netz und welche passen am besten zu Ihnen? Was hat es mit Fake News auf sich? Und wie schützen Sie sich vor sogenanntem digitalem Stress?

#### **Modul 8 – Soziale Medien im Netz**

Soziale Netzwerke sind eine Art „virtueller Marktplatz“ um Neuigkeiten auszutauschen. Sie können jederzeit und von fast überall mithilfe sozialer Netzwerke in Kontakt mit anderen sein und Ereignisse digital miteinander teilen. Es wird gepostet, getwittert, gebloggt und kommentiert. Welche Konzerne stecken eigentlich hinter den sozialen Plattformen und wie verdienen sie ihr Geld? Welche Netzwerke gibt es und welche Möglichkeiten bieten diese? Wie erstellen Sie selbst Inhalte und was hat es mit dem Thema Hatespeech auf sich?

#### **Modul 9 – Blick in die Zukunft des Internets**

Smart-Technologien sollen das Leben der Verbraucher erleichtern – das birgt Chancen, aber auch einige Risiken. Welche smarten Endgeräte kennen wir heute? Was bedeutet „gläsern“ in diesem Zusammenhang? Und welche Rolle spielen Algorithmen und künstliche Intelligenz im Internet der Zukunft? Wir besprechen Themen wie „intelligente Endgeräte“, Internet der Dinge (IoT), Big Data und Vernetzung – nehmen Sie die Trends von morgen heute in den Blick.

#### **Modul 10 – Digitale Nachhaltigkeit**

Wie hängen Digitalisierung und Nachhaltigkeit zusammen? Wie schadet Digitalisierung der Umwelt? Was können wir tun, um nachhaltiger digital unterwegs

zu sein? Und an welchen Stellen unterstützt uns Digitalisierung bei einem nachhaltigeren Leben? Wir betrachten Ressourcen, Umweltwirkungen und verantwortungsbewusste Nutzung.

#### **Modul 11 – Digitale Gesundheit**

Die Digitalisierung nimmt in allen Lebensbereichen zu. Auch unsere Gesundheitsversorgung wird zunehmend digital. Das bietet neue Chancen, stellt aber auch Patienten, Ärzte und Apotheker vor große Herausforderungen. Gesundheits-Apps, elektronische Patientenakte, E-Rezept, Telemedizin, Gesundheitsdaten im Netz – dieses Modul zeigt, wie die Digitalisierung unser Gesundheitswesen verändert und wie Sie davon profitieren können.

**ab Mittwoch, 15.04.2026,  
11 Vormittage, 8:45 - 10:15 Uhr**

Sitzungssaal der Gemeinde Mehring  
Gebührenfrei, Anmeldung über Frau  
Ursula Sixt, Quartiersmanagement  
Mehring, Tel.: 08677/916909

163426

#### **Fake News und der Umgang mit der Wahrheit**

Martin Schneider M.A., Historiker und Politikwissenschaftler

Gezielt verbreitete Falschinformationen im Internet und in sozialen Medien prägen zunehmend den öffentlichen Diskurs. Begriffe wie „Fake News“ oder „Alternative Fakten“ fungieren dabei als politische Kampfbegriffe. Sie erheben Anspruch auf Wahrheit, erweisen sich jedoch bei genauerer Analyse häufig als irreführend, verkürzt und bewusst manipulativ. Der Vortrag zeigt, wie solche Mechanismen funktionieren, was sie bezeichnen, welche gesellschaftlichen und politischen Dynamiken dahinterstehen und wie man sich wirksam davor schützen kann, ihnen auf den Leim zu gehen. Zugleich wird die Frage gestellt, was wir in einem komplexen, digital geprägten Informationsumfeld eigentlich unter „Wahrheit“ verstehen können.

**Donnerstag, 21.05.2026,  
19:00 - 20:30 Uhr**

Burghausen, Bürgerhaus  
Gebührenfrei, Anmeldung erforderlich!



## Online-Vorträge der Verbraucherzentrale Bayern für Frühjahr/Sommer 2026

Weitere Online-Vorträge finden Sie unter



verbraucherzentrale



Energieberatung

### E-Mobilität – Elektrisiert in die Zukunft!

Online-Vortrag am 09. März 2026 von 19:00 bis 20:30 Uhr

„Mein nächstes Auto wird ein E-Auto.“ Diesen Satz hört man mittlerweile häufig. Vor der Anschaffung stellen sich aber noch einige Fragen. Worauf sollte man achten? Wo kann ich laden? Welche Förderungen gibt es? Und ist das E-Auto wirklich eine umweltfreundlichere Alternative? Der Vortrag klärt viele offene Fragen und gibt eine Einführung in die elektromobile Zukunft. Der Vortrag findet in Kooperation mit der Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern statt.

**Zielgruppe:** Alle interessierten Verbraucher

**Referent:** Daniel Eisel, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.

**Anmeldelink:** <https://h7.cl/1ks5u>

---

### Was bedeutet die kommunale Wärmeplanung für mich?

Online-Vortrag am 10. März 2026 von 12:30 bis 13:30 Uhr

Die kommunale Wärmeplanung ist die Erstellung eines Planes, wie die Wärmeversorgung in einer Stadt oder einer Gemeinde klimaneutral ausgestaltet werden kann. Sie gibt an, wo zukünftig welche Form der Heizung möglich sein wird. Was bedeutet das für die Bürger in der Praxis? Wann muss der Plan der Kommune fertig sein, was gilt in der Zwischenzeit und wie müssen Sie sich konkret daran halten? Der Vortrag findet in Kooperation mit der Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern statt.

**Zielgruppe:** Alle interessierten Verbraucher

**Referent:** Matthias Rösch, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.

**Anmeldelink:** <https://h7.cl/1fB5L>

---

### Gasheizung am Scheideweg: Mögliche Szenarien der zukünftigen Gasnutzung auch im Zusammenhang mit der kommunalen Wärmeplanung!

Online-Vortrag am 17. März 2026 von 12:30 bis 13:30 Uhr

Um den Klimaschutz durch die Energiewende voranzutreiben, müssen nicht-erneuerbare Energieträger wie z.B. Erdgas durch erneuerbare Energien ersetzt werden. Mit Gas zu heizen kann dementsprechend in Zukunft teuer werden! Zum Teil werden Gasnetze modernisiert, zum Teil aber auch stillgelegt. Die sogenannte CO2-Bespreisung ist ein weiterer wichtiger Aspekt beim Heizen zu Hause mit einer Gasheizung, der berücksichtigt werden muss. Wie teuer könnte Gas in Zukunft werden? Wird Gas weiterhin zur Verfügung stehen? Was hat die Energiewende und die Änderung an den Gasnetzen damit zu tun? Könnte Wasserstoff helfen? Welche weiteren Möglichkeiten stehen zur Verfügung? Über die bevorstehenden Veränderungen im Bereich der Erdgasnutzung und der Gasnetze, auch in Bezug zur Kommunalen Wärmeplanung, wird informiert. Dabei werden die wichtigsten Kosten und Risiken benannt. Der Vortrag findet in Kooperation mit der Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern statt.

**Zielgruppe:** Alle interessierten Verbraucher

**Referent:** Matthias Rösch, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.

**Anmeldelink:** <https://h7.cl/1fB5M>

---

### Sanierungspflicht bei Hauskauf und Erbe

Online-Vortrag am 17. März 2026 von 19:00 bis 20:30 Uhr

Was ist beim Eigentümerwechsel eines Hauses zu beachten? In diesem Impulsvortrag wird erläutert, wie die Übertragung von Wohnimmobilien - ob durch Erbschaft, Schenkung oder Verkauf - mit den Vorgaben des Gebäudeenergiegesetzes (GEG) in Einklang gebracht wird.

Dabei geht es insbesondere um die energetischen Pflichten, die beim Eigentümerwechsel entstehen: Welche Nachweise sind notwendig? Welche energetischen Stan-



dards müssen eingehalten werden? Was passiert, wenn das Gebäude diese nicht erfüllt? Der Vortrag findet in Kooperation mit der Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern statt.

**Zielgruppe:** Alle interessierten Verbraucher

**Referent:** Wolfgang Kuchler, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.

**Anmeldelink:** <https://h7.cl/1ks5P>

### **Sanierung und Heizung – Förderlandschaft im Überblick**

**Online-Vortrag am 06. Juli 2026 von 19:00 bis 20:00 Uhr**

Die Förderlandschaft im Hinblick auf die Sanierung und die Heizung ist aktuell sehr komplex. Der Vortrag erläutert, welche Möglichkeiten für die Förderung es gibt, wie Sie diese gegebenenfalls miteinander kombinieren können und wo Sie diese beantragen könnten. Wichtige Voraussetzung zum Erhalt der Förderungen werden ebenfalls aufgezeigt. Der Vortrag findet in Kooperation mit der Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern statt.

**Zielgruppe:** Ein- und Zweifamilienhausbesitzer

**Referent:** Thomas Bugert, Energieberater für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.

**Anmeldelink:** <https://h7.cl/1fBSX>

### **Tipps zum Hitzeschutz: Kühl Wohnräume auch an heißen Tagen**

**Online-Vortrag am 16. Juli 2026 von 19:00 bis 20:00 Uhr**

Kühler wohnen - aber wie? Außenrollo? Nachtlüftung? Ventilator oder Klimaanlage? Welche Maßnahmen sind am effizientesten, um an heißen Tagen die Wohnung kühlen zu können? Und was benötigt wie viel Strom? Der Vortrag findet in Kooperation mit der Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern statt.

**Zielgruppe:** Alle interessierten Verbraucher Eigentümerinnen und Eigentümer und interessierte Mieterinnen und Mieter. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

**Referent:** Dipl.-Ing. (FH) Architektin Gisela Kienzle, Energieberaterin für die Verbraucherzentrale Bayern e.V.

**Anmeldelink:** <https://h7.cl/1ks61>

## **Digitalisierung & Medienkompetenz**

Eine Kooperation mit dem AWO Mehrgenerationenhaus Altötting

Bayerisches Staatsministerium für Unterricht und Kultus



**165026A**

### **Gesundheit digital**

Natalia Laib / Edurne Moreno Garcia

Der Kurs spricht Personen an, die sich bisher noch nicht oder kaum mit den Veränderungen im digitalen Gesundheitswesen beschäftigt haben. Sie finden so einen Einstieg in die digitale Gesundheitswelt und bauen Ihre Ängste vor unbekannter Technik ab. Mithilfe der erworbenen digitalen Kompetenz können Sie besser mit Ihren eigenen Geräten Infos im Bereich Gesundheit nutzen, mit Ihrer elektronischen Gesundheitskarte (eGK) und Ihrer elektronischen Patientenakte (ePA) umgehen. Der Kurs mit drei Kursinheiten führt praxisorientiert an die Nutzung heran. Digitale Anwendungen wie das E-Rezept, die Optionen der digitalen Patientenakte, Apps auf Rezept und E-Rezept, Arztterminportale, Telemedizin, Online-Apotheken, Gesundheitsinformationen aus dem Netz u.v.m. werden im Kurs behandelt. Dies alles vereinfacht Ihren Alltag und Sie bleiben länger selbstständig.

**Tablets oder Laptop sind in begrenzter Anzahl vorhanden. Bringen Sie bitte, wenn möglich, die eigenen Geräte mit.**

**Voraussetzungen: Eine E-Mail-Adresse und Basics im Umgang mit digitalen Geräten (z.B. eigenes E-Mail-Postfach, den Browser benutzen).**

**ab Freitag, 23.01.2026,**

**3 Vormittage, 09:30 - 11:30 Uhr**

Treffpunkt zur Zeit der Drucklegung

noch nicht bekannt

max. 8 Teilnehmende

Gebührenfrei, Anmeldung direkt über

Mehrgenerationenhaus erforderlich  
(Tel.: 08671/9268750 oder [mehrgenerationenhaus@wo-altoetting.de](mailto:mehrgenerationenhaus@wo-altoetting.de))

**165026B**

### **Gesundheit digital (Burghausen)**

Natalia Laib / Edurne Moreno Garcia

Kursbeschreibung siehe Kursnummer 165026A.

**ab Freitag, 06.02.2026,**

**3 Vormittage, 09:30 - 11:30 Uhr**

Burghausen, Bürgerhaus

max. 8 Teilnehmende

Gebührenfrei, Anmeldung direkt über

Mehrgenerationenhaus erforderlich  
(Tel.: 08671/9268750 oder [mehrgenerationenhaus@wo-altoetting.de](mailto:mehrgenerationenhaus@wo-altoetting.de))



165026C

**Gesundheit digital**

Natalia Laib / Edurne Moreno Garcia  
Kursbeschreibung siehe Kursnummer  
165026A.

**ab Freitag, 27.02.2026****3 Vormittage, 09:30 - 11:30 Uhr**

Treffpunkt zur Zeit der Drucklegung  
noch nicht bekannt  
max. 8 Teilnehmende  
Gebührenfrei, Anmeldung direkt über  
Mehrgenerationenhaus erforderlich  
(Tel.: 08671/9268750 oder mehrgenera-  
tionenhaus@awo-altoetting.de)

(RSF) anführt. Nach Angaben der Vereinten Nationen hat der Konflikt inzwischen zehntausende Tote und Verletzte gefordert, beiden Seiten werden schwere Kriegsverbrechen vorgeworfen. Mehr als zwölf Millionen Menschen sind auf der Flucht, viele hungern. Die Vereinten Nationen sprechen von der größten humanitären Krise der Welt.

**Montag, 20.04.2026,****19:30 - 21:00 Uhr**

Hybrid-Kurs, Übertragung aus Ismaning,  
vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Müh-  
lenstr. 15  
(Den Zugang erhalten Sie vor Kursbe-  
ginn per Mail)  
EUR 8,00

**Politische Bildung (Hybrid)**

166026

**Der Bürgerkrieg im  
Sudan**

Joachim Willeitner M.A.

Im Sudan herrscht seit April 2023 Krieg.  
Damals eskalierte ein Machtkampf zwis-  
schen dem Armeechef Abdel Fattah Bur-  
han und seinem ehemaligen Vize Mo-  
hammed Hamdan Daglo, der die para-  
militärische Miliz Rapid Support Forces

166226

**250 Jahre Unabhän-  
gigkeitserklärung  
Was ist noch great an  
Amerika?**

Prof. Dr. Michael Hochgeschwender

Es fällt schwer mit dem Blick auf die aktu-  
elle Politik in den USA und ihrem irrlich-  
ternden Präsidenten noch allzu viel Gu-  
tes in und an der ältesten existierenden

**Die Welt  
wird immer digitaler-  
bleiben Sie am Ball!!****KOSTENLOS****Digital-Café**

Jeden 1. Montag im Monat  
09:00 Uhr  
Mensa am Campus  
Marktlerstr. 50, Burghausen

**Alltag Digital  
Einführungskurs in die Smartphone-Welt****Haus der Familie, Burghausen****Info und Anmeldung**

telefonisch: 08677 98778 0 | E-Mail: info@vhs-burghausen.de |  
persönlich in der Geschäftsstelle: vhs Burghausen-Burgkirchen, Marktlerstr. 16, 84489 Burghausen



Demokratie der Welt zu entdecken. Dieser Vortrag möchte den dystopischen Gegenwartsanalysen widerstehen und sich auf die Aspekte von Geschichte, Gesellschaft, Kultur und Politik konzentrieren, in denen die USA noch wirklich „great“ sind – und hoffentlich bleiben werden. Unmittelbar vor den Feierlichkeiten zu 250 Jahren Gründung der USA ist das vielleicht eine ermutigende Perspektive angesichts des real existierenden „MAGA“-Wahnsinns. Michael Hochgeschwender ist Professor für Nordamerikanische Kulturgeschichte, Empirische Kulturforschung und Kulturanthropologie im Amerika-Institut der LMU München.

**Donnerstag, 02.07.2026,  
19:30 - 21:00 Uhr**

Hybrid-Kurs, Übertragung aus Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Mühlenstr. 15  
(Den Zugang erhalten Sie vor Kursbeginn per Mail)  
EUR 6,00



Konrad Krumbachner

für geschichtliche Themen und die vielen Erzählungen aus der eigenen Familie über die dramatische Vergangenheit des Hofes erweckten bei ihm das Interesse, die frühe Familiengeschichte in Form eines Romans aufzubereiten. So entstand der Roman „Grundbach“, der das Schicksal der Familie im späten 19. Jahrhundert aufgreift und einen detaillierten Blick auf Land und Leute des bayrischen Bauernlandes zu jener Zeit wirft. Bei dem Heimatroman handelt es sich um kein Erstlingswerk. Begonnen hat Konrad Krumbachner mit dem Schreiben von Kriminalromanen, sein erster Titel „Geschenkte Tage“. Hauptfigur ist Simon Trepper, er wurde in den Wirren der Nachkriegszeit zum Kriminalkommissar. Als Mitglied der Mordkommission München durchlebt er die Zeit des Kalten Krieges. Die Krimis umfassen neben einem spannenden Mordfall immer auch die gesellschaftlichen und politischen Verhältnisse der „alten“ Bundesrepublik vor der Einheit (1948-1990), mit einem besonderen Blick auf München und seine Umgebung.

**Donnerstag, 26.02.2026,  
19:00 - 20:30 Uhr**

Kirchweidach, Kooperatorhaus, hinter dem Rathaus  
EUR 4,00

## STUDIUM GENERALE

### Literatur – Heimische Autoren stellen sich vor

170026

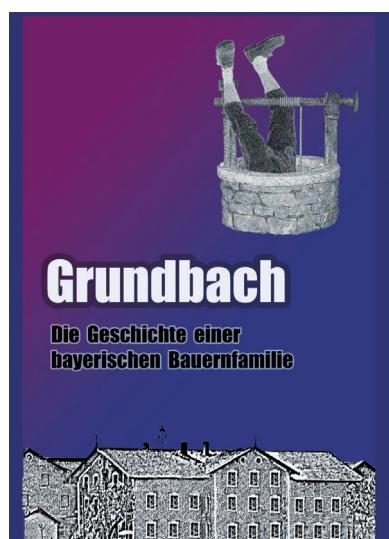
**Konrad Krumbachner  
„Grundbach“**

Konrad Krumbachner liest aus seinem Heimatroman „Grundbach“. Der freischaffende Autor von Kriminal- und Geschichtsromanen beschreibt darin ein Bauernschicksal im späten 19. Jahrhundert. Eine Fortsetzung ist bereits erschienen und befasst sich mit der Zeit von 1919 bis 1939 und sogar ein dritter Band ist in Arbeit und beleuchtet die Zeit von 1939 bis 1962. Konrad Krumbachner arbeitet als Ingenieur bei einem größeren Maschinenbauunternehmen und bewirtschaftet den heimatlichen Bauernhof im Nebenerwerb. Seine Leidenschaft

170226

**Timmy Stadler  
„Der erste Schatten“**

„Der erste Schatten“ – so heißt die erste Buchveröffentlichung von Timmy Stadler aus der Gemeinde Tyrlaching. In seinem Fantasy-Roman erzählt er die Geschichte eines jungen Formwandlers, der sich in jedes Lebewesen verwandeln kann, das er berührt. Unfreiwillig wird er hinaus in die große Welt geschickt und gerät dort mitten in eine gewaltige Verschwörung. Ganze 242 Seiten umfasst das Werk, das Stadler trotz seiner Legasthenie mit viel





Melanie Goldbrunner M.A.

Hingabe geschrieben hat. Der 31-Jährige lebt mit seiner Partnerin und seinen beiden Söhnen im Alter von zwei und vier Jahren in Tyrlaching. Beruflich ist er anerkannter Kinder-Heilerziehungspfleger, in seiner Freizeit spielt er Pen & Paper-Rollenspiele. Gerade dieses Hobby war der Auslöser für sein Buch: „Mein Spielleiter wollte eine ausführliche Hintergrundgeschichte zu den Charakteren jedes Mitspielers. Da mir das Schreiben so viel Freude bereitet hat, habe ich die Geschichte immer weiter ausgebaut. Am Ende entstand daraus „Der erste Schatten“, erzählt Stadler. Seit seinem sechsten Lebensjahr ist er mit Herz und Seele Dirlinger. Bis 2009 lebte er über der Metzgerei in Tyrlaching und hielt durch seine Tante stets engen Kontakt zur Heimat. 2017 ergab sich die Möglichkeit, wieder zurückzuziehen. Während der intensiven Schreibphase musste er seine Hobbys wie Fußball zurückstellen und widmete seine Zeit vor allem seiner Familie. Nun blickt Timmy Stadler gespannt auf die Meinungen der Besucher seiner Lesung: „Die Resonanz war bisher überaus erfreulich – und gleichzeitig erwarte ich voller Spannung die Eindrücke meiner Zuhörer.“

**Donnerstag, 26.03.2026,  
19:00 - 20:30 Uhr**

Kirchweidach, Kooperatorhaus, hinter dem Rathaus  
EUR 4,00

---

### „Kulturausflüge“ mit Melanie Goldbrunner M.A.

Vorträge mit Melanie Goldbrunner M.A., Kunsthistorikerin, Kulturwissenschaftlerin

171026

### Rom im Heiligen Jahr 2025/2026. Ein Reiseführer

Alle 25 Jahre ist es soweit: Die Heiligen Pforten werden geöffnet und Millionen Pilger besuchen die ewige Stadt.

Das Heilige Jahr 2025 in Rom steht un-



ter dem Leitwort „Pilger der Hoffnung“ und greift damit ein zentrales Thema des verstorbenen Papstes Franziskus auf. Es ist ein sogenanntes ordentliches Heiliges Jahr, das alle 25 Jahre stattfindet. Die Stadt Rom rechnete mit rund 45 Millionen Pilgerinnen und Pilgern, Besucherinnen und Besuchern. Das Jubeljahr 2025 hat mit der Öffnung der Heiligen Pforte im Petersdom in der Heiligen Nacht am 24. Dezember 2024 begonnen und endete am Dienstag, 6. Januar 2026. Grundlegende Elemente der Heiligen Jahre sind die Wallfahrt nach Rom und das Durchschreiten der Heiligen Pforten in den vier Patriarchalbasiliken (Petersdom, Santa Maria Maggiore, Sankt Paul vor den Mauern und Lateran). Der Vortrag reist durch die berühmtesten Kirchenbauten Roms und lädt alle ein, sich von diesem beeindruckenden Erlebnis inspirieren zu lassen. Vor allem für kommende Romreisen, ohne die zusätzlichen Menschenmassen in der gesamten Stadt.

**Donnerstag, 22.01.2026,**

**18:30 - 20:00 Uhr**

Burghausen, Campus, Gebäude B,  
Audimax  
EUR 11,00

171226

### Reiseführer Museen in Bayern

Beginnend mit dem ersten Nationalmuseum, dem Bayerischen Nationalmuseum in München, reist der Vortrag durch alle sieben bayerischen Regierungsbezirke und stellt pro Region ein bis zwei Häuser mit ihrer Entstehungsgeschichte, Sammlung, Highlights und versteckten Schätzen vor. Der Vortrag ist eine unterhaltsame kulturhistorische Zusammenfahrt durch die Museen des flächenmäßig größten deutschen Bundeslandes. Es werden Sammlungskonzepte vorgestellt, besondere Einzelstücke besprochen und die Hintergründe zur Entstehung beleuchtet. Unter anderem werden behandelt: die Residenz in Würzburg, das Germanische Nationalmuseum in Nürnberg, das Museum Georg-Schäfer in Schweinfurt, das Bayerische Armeemuseum in Ingolstadt, das Haus der Bayerischen Geschichte in Regensburg und das Glasmuseum Frauenau.

**Donnerstag, 29.01.2026,**

**18:30 - 20:00 Uhr**

Burghausen, Campus, Gebäude B,  
Audimax  
EUR 11,00

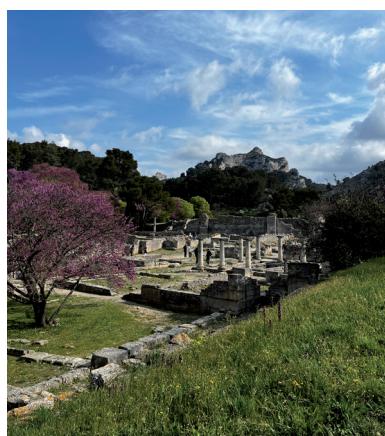
**Anmeldung für alle  
Vorträge erforderlich**



171426

## Die französischen Alpilles. Ein Kultur-Reiseführer in eine wenig besuchte Region

Die französischen Alpilles sind eine Region durch die oft nur hindurchgefahren wird. Diese Vorlesung lädt zu einer Entdeckungsreise durch die Alpilles ein, eine malerische Bergkette in der Provence, die für ihre landschaftliche Schönheit, historischen Stätten und kulinarischen Genüsse bekannt ist. Die Teilnehmenden werden in die Region eintauchen, ihre reiche Kultur und Kunst sowie die Auswirkungen der lokalen Terroirwirtschaft kennenlernen. Ein detaillierter Blick auf malerische Dörfer, die das Herz der Alpilles bilden, darunter Saint-Rémy-de-Provence, Les Baux-de-Provence, Eygalières und Fontvieille.



**Geografie und Landschaft:** Einblicke in die landschaftliche Struktur der Alpilles, einschließlich der höchsten Erhebung, Les Opies, und der Gesamtfläche des Massivs.

**Historische und kulturelle Schätze:** Vorstellung von historischen Orten wie der antiken Stadt Glanum und der Mühle von Alphonse Daudet, die einen tiefen Einblick in die Geschichte und Kultur der Region bieten.

**Donnerstag, 05.02.2026,**

**18:30 - 20:00 Uhr**

Burghausen, Campus, Gebäude B,

Audimax

EUR 11,00

171626

## 250 Jahre Amerika - Streifzug durch die amerikanische Kunst

Im Jubiläumsjahr lässt der amerikanische Präsident Donald Trump alle staatlichen Museen einer „Patriotismus-Kur“ unterziehen. Sämtliche Narrative der über 300-jährigen Kunstproduktion werden von seinen Kommissionen auf den Prüfstand gestellt. Wichtige Phasen und Künstler umfassen den historischen sowie amerikanischen Realismus und den abstrakten Expressionismus (z.B. Jackson Pollock), die sich mit Themen wie Geschichte, Stadtleben und der modernen Welt auseinandersetzen. Anlass genug, sich mit den Themen und Vertretern der amerikanischen Malerei zu beschäftigen. Die behandelten Werke sind von u.a. John Trumbull, Edward Hopper, Louise Nevelson, Jackson Pollock, Georgia O'Keefe, Jean-Michel Basquiat, Keith Haring, Lee Krasner und Jeff Koons



Dr. phil.  
Stefan Schmitt

**Donnerstag, 12.02.2026,**

**18:30 - 20:00 Uhr**

Burghausen, Campus, Gebäude B,

Audimax

EUR 11,00

## Kunstgeschichte mit Dr. Stefan Schmitt

Reihe von Einzelvorträgen mit  
Dr. phil. Stefan Schmitt, Kunsthistoriker  
und Philosoph

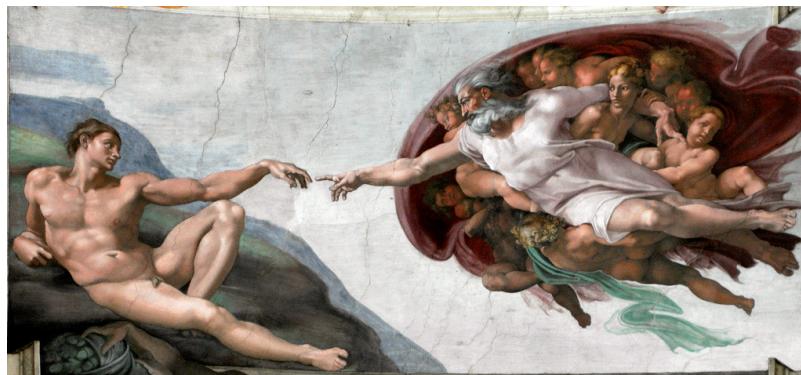
**Alle Vorträge finden im Audimax des  
Campus Burghausen statt**

**je 19:00 - 21:00 Uhr**

**je EUR 13,00**

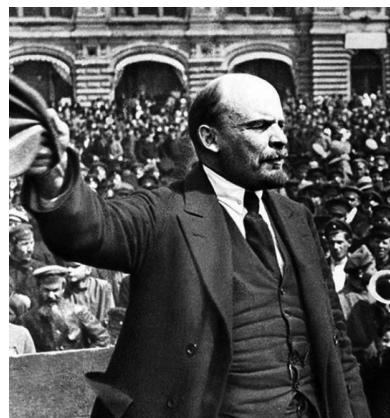
## Die Kunst der Neuzeit (1400 - 1770)

Ab Anfang des 15. Jahrhunderts widmeten sich humanistisch inspirierte Künstler der Frührenaissance der Antike, dem Studium des Menschen und der tatsächlichen Erscheinung der Natur. Zugleich entstand die humanistische Bildsprache der Neuzeit. In der Hochrenaissance (Klassik) schien es ab 1500 in der Kunst keine Grenzen mehr zu geben. Die Akademisierung der Kunst schritt wenig spä-



**Martin  
Schneider M.A.**

ter im Manierismus voran. Die Künstlervirtuosen arbeiteten immer subjektivistischer und entwickelten ihre eigenen Schönheitsideale. Das barocke Gesamtkunstwerk wiederum diente der Verherrlichung des absolutistischen Fürsten und der Themen der Gegenreformation. Im Rokoko entstand ab 1715 im Geiste der Aufklärung eine Kunst, die immer raffinierter, eleganter und sinnlicher wurde. Die glanzvolle Epoche der neuzeitlichen Kunst ging kurz vor der Französischen Revolution endgültig unter.

**172026  
*Kunst der Frührenaissance*  
Freitag, 27.02.2026****172226  
*Kunst der Hochrenaissance und  
des Manierismus*  
Freitag, 06.03.2026****172426  
*Kunst des Barock 1*  
Freitag, 13.03.2026****172626  
*Kunst des Barock 2*  
Freitag, 20.03.2026****172826  
*Kunst des Rokoko*  
Freitag, 27.03.2026****Philosophie****Die großen Philosophen mit  
Martin Schneider M.A.**

Reihe von Einzelvorträgen mit Martin Schneider M.A., Historiker und Politikwissenschaftler

**Alle Vorträge finden im Audimax des  
Campus Burghausen statt  
je 19:00 - 20:30 Uhr  
je EUR 11,00**

**173026  
*Lenin und die Oktoberrevolution***

Der Sturz des zaristischen Regimes in Russland und die Errichtung des weltweit ersten sozialistischen Staates sollten die folgenden Jahrzehnte entscheidend prägen. Maßgeblich an den Ereignissen beteiligt war der sozialistische Revolutionär Wladimir Iljitsch Ulianow (1870 – 1924), besser bekannt unter seinem Decknamen Lenin. Doch der Umsturz war mit vielen praktischen und theoretischen Schwierigkeiten verbunden: Lenin befand sich zunächst im Exil und musste mit Hilfe des Kriegsfeindes Deutschland während des 1. Weltkrieges nach Russland gebracht werden. Zum anderen

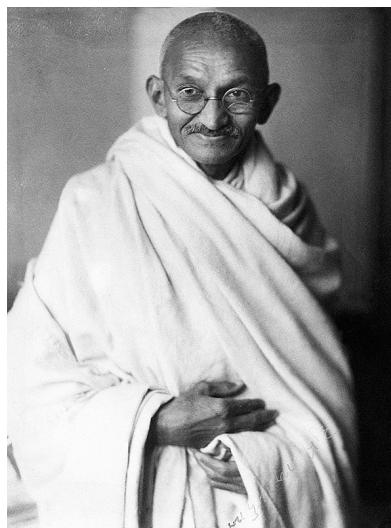
hätte es nach der marxistischen Gesellschaftstheorie in einem Agrarstaat wie Russland noch keine sozialistische Revolution geben können, weshalb Lenin die Theorie weiterentwickelte. Der Vortrag zeichnet die revolutionären Maßnahmen und theoretischen Entwicklungen Lenins nach, fragt nach den deutschen Interessen an der Revolution sowie nach ihren Folgen, zu denen sowohl eine „Neue Ökonomische Politik“ als auch der Aufstieg Stalins gehörten.

**Mittwoch, 06.05.2026****173226  
*Max Weber – „Politik als Beruf“***

Max Weber (1867 – 1920) gehört zu den bedeutendsten Nationalökonomen und Soziologen des beginnenden 20. Jahrhunderts. Zu seinen berühmtesten Schriften zählt sein 1919 erschienener Essay „Politik als Beruf“, der bis heute zu den Klassikern der Politikwissenschaft zählt. Darin widmet er sich der Staatsdefinition, der Legitimation staatlicher Gewalt sowie der Professionalisierung des Politikerberufs. Die Veranstaltung führt in die Biografie Max Webers sowie in den Inhalt und die Bedeutung des Essays ein.

**Mittwoch, 13.05.2026****173426  
*Mahatma Gandhi und der  
gewaltfreie Widerstand***

Mahatma Gandhi (1869 – 1948) kämpfte für die Rechte indischer Einwanderer in Südafrika und für die Unabhängigkeit seiner Heimat Indien von der Kolonialmacht Großbritannien. Seine Methode dazu – der gewaltlose Widerstand – erwies sich als äußerst erfolgreich. Sie war von der altindischen Lehre des Ahimsa (des „Nichtverletzens“) genauso beeinflusst, wie von der biblischen Bergpredigt. Die Unabhängigkeit Indiens erlebte Gandhi 1947 noch mit, ebenso die blutigen Konflikte zwischen Hindus und Muslimen, die er genauso wenig verhindern konnte, wie die Teilung des Subkontinents in einen indischen und einen pa-



## Die Entfremdung des modernen Menschen mit Dr. Stefan Schmitt

**Vortragsreihe (nicht einzeln buchbar)**  
Dr. phil. Stefan Schmitt, Kunsthistoriker und Philosoph



Dr. phil.  
Stefan Schmitt

173826

## Die Entfremdung des modernen Menschen - Von Rousseau bis heute

Der Begriff der „Entfremdung“ ist ein moderner Begriff, der wie folgt definiert wird: Entfremdung bezeichnet einen individuellen oder gesellschaftlichen Zustand, in dem eine ursprünglich natürliche Beziehung des Menschen aufgehoben, verkehrt, gestört oder zerstört wird. Dies kann die Beziehung eines Menschen zu sich selbst, zu seinem Mitmenschen, zur Natur, zu seiner Arbeit oder dem Produkt seiner Arbeit betreffen. Das Phänomen der Entfremdung wurde seit der Aufklärung bis heute immer intensiver beschrieben. Es lässt auch nicht nach, sondern steigert sich kontinuierlich. Die Moderne hat die Menschen verändert. Aus dem Gefühl der „Entfremdung“ entstand die moderne Zivilisations- und Kulturkritik. Bereits Rousseau und die Romantiker warnten vor den unvermeidlichen Begleiterscheinungen der Moderne, desgleichen Karl Marx, die Lebensphilosophie und der Kulturpessimismus im Fin de Siècle. Die Klage zieht sich weiter durch von Friedrich Wilhelm Nietzsche zur Frankfurter Schule (Adorno, Horkheimer, Marcuse etc.) bis heute. Wir sind in einer kapitalistisch organisierten Welt und deren Sachzwängen gefangen, die sich gleichermaßen fatal auf die Arbeitswelt wie auch das Private auswirken. Die Moderne brachte uns viel Fortschritt, aber offensichtlich auch neue Probleme. Die Angebote zu deren Bekämpfung sind geradezu inflationär und häufig fragwürdig.

kistanischen Staat. Im Januar 1948 wurde er von einem fanatischen hinduistischen Nationalisten ermordet. Die Veranstaltung skizziert Gandhis Biografie und führt in sein Denken ein.

**Mittwoch, 20.05.2026**

173626

## Oswald Spengler und „Der Untergang des Abendlandes“

Das Buch „Der Untergang des Abendlandes“ (1918/1922) gehört zu den einflussreichsten und umstrittensten Werken der deutschen Geistesgeschichte. Oswald Spengler (1880–1936) entwarf darin eine umfassende Theorie des geschichtlichen Zyklus von Kulturen – ein Werk, das in den Krisenjahren der Weimarer Republik zum Bestseller wurde und bis heute polarisiert. Der Vortrag stellt zunächst Spenglers Biografie im historischen Kontext des Kaiserreichs und der Zwischenkriegszeit vor und skizziert seine intellektuellen Einflüsse. Anschließend werden die zentralen Thesen seines Werks erläutert. Ebenso wird die Frage nach seiner politischen Deutung und Instrumentalisierung gestellt.

**Mittwoch, 10.06.2026**

**Anmeldung für alle  
Vorträge erforderlich**

**ab Freitag, 03.07.2026,  
5 Abende, 19:00 - 21:00 Uhr**  
Burghausen, Campus, Gebäude B,  
Audimax  
EUR 65,00





Dr. Tanja  
Kohwagner-Nikolai



Melanie Gold-  
brunner M.A.

174026

**„Zu Besuch im Frauenzimmer“  
Kuratorinnen-Führung durch die  
Ausstellung**

Dr. Tanja Kohwagner-Nikolai,  
Bayerische Verwaltung der staatlichen  
Gärten, Schlösser und Seen, zuständige  
Referentin für die Burg Burghausen

In der Studioausstellung „Frauenzimmer – Frauenhof“ findet auf der Burg Burghausen eine Kuratorinnen-Führung mit Dr. Tanja Kohwagner-Nikolai statt. Im 15. Jahrhundert diente Burghausen als Zweitresidenz der Herzöge von Bayern-Landshut und Wohnsitz ihrer fürstlichen Gemahlinnen. Was wissen wir über den weiblichen Alltag bei Hof und was waren die Aufgaben der Herzoginnen, die in Burghausen lebten? Diese wurden hierhin nicht abgeschoben, sondern führten ein standesgemäßes höfisches Leben. Bei einem Rundgang durch die Burg gibt es faszinierende Spuren zu entdecken. Dr. Tanja Kohwagner-Nikolai informiert unterhaltsam und für jeden verständlich über die neuesten Forschungsergebnisse. Lassen Sie sich in die mittelalterliche Welt der Fürstinnen ins „Frauenzimmer“ entführen.

**Freitag, 27.03.2026,  
16:30 - 18:00 Uhr**

Burg Burghausen, Treffpunkt ist an der  
Treppe zum Burgmuseum  
EUR 6,00  
kein zusätzlicher Museumseintritt



174226

**2 Kunsthistorikerinnen –  
1 Führung  
Wallfahrtskirche Maria Ach  
und Wanghausen**

Melanie Goldbrunner M.A., Kunsthistorikerin / Barbara Weis M.A., Kunsthistorikerin

Die Wallfahrtskirche Maria Ach in Wanghausen ist dem Fest Mariä Heimsuchung geweiht. Anlässlich des Patronats am 2. Juli wird am 3. Juli eine kunsthistorische Führung angeboten. Zur Zeit der Erbauung gehörte das Innviertel noch zu Bayern und Wanghausen zu Burghausen. So waren es Künstler mit der Burghauser Gerechtigkeit, die diese Kirche maßgeblich prägten. Die Burghauser Maler, Stukkateure und Bildhauer waren im ganzen Rentamt Burghausen aktiv. Im Hochmittelalter erbaut, erhielt die Kirche eine grandiose Umgestaltung und fiel kurz darauf mit der Landesteilung 1779 an die habsburgischen Nachbarn. Wie verhielt sich dieser ehemalige bayerische Ortsteil zu Burghausen, warum wurde die Kirche vor dem Frieden von Teschen erweitert und welche kunsthistorischen Köstlichkeiten verstecken sich in diesem Kleinod? Wie gut die Barockkünstler miteinander verwoben arbeiten mussten um dieses „Theatrum Sacrum“ zu arrangieren erfahren Sie von den beiden Kunsthistorikerinnen Melanie Goldbrunner und Barbara Weis. Sie werden auch erklären, warum in Wanghausen die Kirche nicht in der Mitte des Dorfes liegt und was es mit Maria Seestern auf sich hat.

**Freitag, 03.07.2026,  
16:00 - 18:00 Uhr**

Treffpunkt: Burghausen, Neue Grenze,  
Kunsthaus  
EUR 15,00





Robert Meisner



174426

**Brudermord und Pestilenz -  
Die Geheimnisse der Steinkreuze**  
Robert Meisner, Buchautor und  
Heimatforscher

Bayernweit gibt es zahlreiche religiöse Flurdenkmäler, Kapellen, Bildstöcke, Bet-säulen, Marterl, Totenbretter, Feld- oder Wegkreuze. Manche aus Holz, einige aus Gusseisen, Messing oder Blech und viele aus Stein. Denn der Stein hatte eine besondere Funktion: Er war ein Symbol des Lebens, der Wiederauferstehung und der Kraft. Zu den ältesten Denkmälern, die Zeugen einer Rechtsform darstellen, gehören die Sühnekreuze. Diese mittel-alterlichen Kultmale waren meist ein Erfüllungsteil von Sühneverträgen, welche zwischen zwei verfeindeten Parteien geschlossen wurden, um eine Blutfehde wegen eines begangenen Mordes oder Totschlags zu beenden. Der Vortrag zeigt einige dieser Flursignaturen, die unsere Volksfrömmigkeit, aber auch das Rechts-empfinden vergangener Zeiten wider-spiegeln.

**Donnerstag, 23.07.2026,  
18:30-20:00 Uhr**  
Burghausen, Campus, Audimax  
EUR 11,00

Robert S. Meisner

Band 1

**Steinkreuze,  
Kreuzsteine  
und Sühnemale  
zwischen  
Inn und  
Salzach**

Berchtesgadener Land  
Traunstein  
Rosenheim  
Altötting  
Mühldorf  
Salzburger Land  
Jenseits von Inn und Salzach

**Anmeldung für alle Kurse online  
[www.vhs-burghausen.de](http://www.vhs-burghausen.de) oder  
bei der vhs-Geschäftsstelle**



Dr. Michael A.  
Rappenglück

## SOMMERSONNENWENDE

175026

### Stonehenge – Spannende Funde und bleibende Rätsel

Dr. Michael A. Rappenglück M.A., Astronom, Wissenschaftshistoriker und Philosoph, Leiter der Sternwarten in Fürstenfeldbruck und Gilching

Stonehenge ist mehr als ein Steinkreis: Es ist der sichtbare Kern einer über Jahrtausende gewachsenen Ritual- und Erinnerungslandschaft. In diesem 90-minütigen Vortrag verbinden wir aktuelle Archäologie und Kulturastronomie zu einem neuen Gesamtbild. Ausgangspunkt sind die Bauphasen vom frühen Erdwerk bis zum Sarsen-Monument, eingebettet in die „Stonehenge Landscape“ mit Durrington Walls, Prozessionswegen und verborgenen Strukturen, die moderne Geophysik erst in den letzten Jahren sichtbar gemacht hat. Ein Schwerpunkt liegt auf dem Himmel: Mit Stellarium rekonstruieren wir die wichtigsten Himmelsanblicke über Stonehenge und suchen nach Antworten auf die Frage, welche astronomischen Bezüge belastbar sind – und wo spätere Überinterpretationen beginnen. Jüngste Forschungen zeigen zudem, dass der Altarstein wohl aus Schottland stammt. Das erweitert Stonehenge vom regionalen Heiligtum zu einem Monument weitreichender Netzwerke und überraschender Mobilität im Neolithikum. Gerade im Vorfeld der Sommersonnenwende stellt sich damit neu die Frage, warum dieser Ort bis heute als Schwelle zwischen Erde, Landschaft und kosmischem Rhythmus erlebt wird. So entsteht ein interdisziplinäres Panorama: Stonehenge als Ort, an dem Steine, Landschaft, Himmel und Gesellschaft zu einer „Architektur der Welt“ verschmelzen – im Kontext megalithischer Kulturen Europas und ihrer langen Nachwirkung bis in spätere Mythen und Erzähltraditionen.

**Dienstag, 16.06.2026,**

**18:30 - 20:00 Uhr**

Burghausen, Campus, Gebäude B,

Audimax

EUR 11,00



175226

### Auf den Spuren von König Artus

Kooperation mit dem Heimatverein

Burghausen

Patrick Charell, Museumsleitung Stadtmuseum Burghausen, Historiker

Ex LIBRIS



Artus – einstiger und zukünftiger König von Britannien, so soll es auf seinem Grabstein stehen. Kein Monarch war im Vereinigten Königreich je so populär wie der legendäre Herr der Tafelrunde. Er festigte und einte das Ins爾reich, besiegte die Sachsen und verbreitete das Christentum. Nur Verrat konnte Artus besiegen, die Lanze des Mordred verwundete ihn tödlich und zwang ihn in die magische Zwischenwelt von Avalon. So will es die Legende. Doch was ist fantastische Erzählung und was beruht auf historischen Tatsachen? Verbirgt sich hinter den jahrhundertealten Schleiern von Mythen, Märchen und Erzählungen eine reale Person? Was sind die Geheimnisse hinter dem Gral, der Tafelrunde, Merlin und dem mächtigen Camelot? Patrick Charell vom Stadtmuseum Burghausen zeigt uns mit seinem Vortrag eindrucksvoll, dass er nicht allein ein Kenner der regionalen Geschichte ist. Begleiten Sie ihn auf eine kurzweilige und spannende Reise, auf der Suche nach einem „keltischen“ Kriegerkönig im alten Britannien.





**Der Zauberer Merlin, Artus' Berater, wird in manchen Legenden mit dem Bau von Stonehenge in Verbindung gebracht – einem Ort, der zur Sommersonnenwende astronomisch ausgerichtet ist.**

**Sonntag, 21.06.2026,  
19:00 - 20:30 Uhr**

Burghausen, Bürgerhaus  
Gebührenfrei, um Anmeldung wird gebeten

**176226**

### **Reise zur Quelle des Ganges**

Dipl. Ing. (FH) Thomas Laubender, Wacker Academy, Herr Laubender hat weltweit Menschen in interkultureller Kommunikation ausgebildet. Er war 30 Jahre unterwegs und in vielen Kulturen und deren Religionen beheimatet.



Harald Rautter

Der Ganges – das ist einer jener Flüsse der Welt, bei dessen Nennung im Kopf vielfältige Bilder und Vorstellungen entstehen. Thomas Laubender wird in seinem Vortrag von seiner Indien-Reise ab Delhi über Haridwar, Rishikesh, Uttarkashi und Gangotri bis zur eisigen Quelle des wichtigsten Ganges-Quellflusses und darüber hinaus berichten. Er wird Bilder grandioser Landschaften, religiöser Feiern und Begegnungen mit einheimischen Menschen zeigen und diese Bilder mit Informationen ergänzen, die erklären, warum dieser Fluss so überaus wichtig und heilig für die Menschen in Indien ist. Lassen Sie sich von seiner Begeisterung dieser Reise anstecken und tauchen sie mit ihm ein in eine uns oft ferne, aber faszinierende Welt.



Thomas Laubender

## **SENIOREN SPEZIAL**

Die Vorträge werden unterstützt vom Seniorenreferat Burghausen und sind gebührenfrei, um Anmeldung wird gebeten.



**176026**

**vhs-Beamershow „Mit dem E-Bike Kulturen, Landschaften und Geschichte entdecken: Müritz-Harzvorland-Neusiedler See-Wachau-Gardasee-Südtiroler Weinstraße“**

Harald Rautter

Man erlebt Regionen intensiver und entdeckt viele auch weniger bekannte Attraktionen. Der Referent präsentiert in Kurzform 6 Regionen in Deutschland, Österreich und Italien und gibt viele Tipps und Infos für eigene Erkundungen in der kommenden Sommersaison. Z.B. die Höhlenwohnungen von Halberstadt, das Schliemann-Museum an der Müritz, Spitz, Dürnstein und die Stifte Melk und Göttweig in der Wachau, die wunderschöne Gartenanlage Sigurta nahe dem Gardasee und ein Sarkophag mit einer ganz besonderen Geschichte, den alle Südtiroler kennen.

**Mittwoch, 11.03.2026,  
15:00 - 17:00 Uhr**  
Burghausen, Bürgerhaus



**weiter denken!  
Volkshochschule**





Dr. Christian Hackl

Prof.Dr. Dominik  
PentlehnerBayerisches Staatsministerium für  
Umwelt und Verbraucherschutz**180026A****Neues vom H2-Reallabor**

Dr. Christian Hackl, Gesamtkoordinator des Projekts H2-Reallabor Burghausen – ChemDelta Bavaria, Geschäftsführer der Reallabor Burghausen ChemDelta Bavaria gGmbH

Im Projekt „H2-Reallabor Burghausen – ChemDelta Bavaria“ (H2 steht für Wasserstoff) werden Lösungen entwickelt, wie die chemische Industrie die klima-neutrale Transformation hin zu einer nachhaltigen Wirtschaftsweise umsetzen kann. Ziel ist es, den Einsatz fossiler Rohstoffe wie Erdgas zu reduzieren und stattdessen Wasserstoff als zentrale Ressource zu nutzen. Das Projekt unterstützt die chemischen Unternehmen der Region, den anspruchsvollen Wandel erfolgreich zu bewältigen und zugleich den Wohlstand in der Region zu sichern. Dr. Hackl, Geschäftsführer der gemeinnützigen Reallabor Burghausen – ChemDelta Bavaria gGmbH, wird in seinem Vortrag die neuesten Ergebnisse aus dem Projekt vorstellen.

**Dienstag, 24.03.2026,  
18:00 – 20:00 Uhr**

Burghausen, Campus, Gebäude B,  
Audimax  
Gebührenfrei, um Anmeldung wird  
gebeten

**180026B****Wasserstoffforschung in Burghausen inkl. Besichtigung der „Baustelle H2-Technikum“**

Prof. Dr. Dominik Pentlehner, Dekan Technische Hochschule Rosenheim; Dr. Christian Hackl, Gesamtkoordinator des Projekts H2-Reallabor Burghausen – ChemDelta Bavaria, Geschäftsführer der Reallabor Burghausen ChemDelta Bavaria gGmbH

Der Dekan der Technischen Hochschule am Campus Burghausen und Professor für chemische Technologie und Wirtschaft, Prof. Dr. Pentlehner und Dr. Christian Hackl, Geschäftsführer der Reallabor Burghausen – ChemDelta Bavaria gGmbH, informieren in diesem Vortrag über die aktuellen Entwicklungen in der Wasserstoffforschung in Burghausen und deren Bedeutung für die Region. Im Fokus stehen die Fortschritte bei der klimaneutralen Transformation der chemischen Industrie und die Rolle von Wasserstoff als Schlüsseltechnologie. Im Anschluss laden die Referenten dazu ein, den Baufortschritt des neuen H2-Technikums auf dem Salzachareal von einem Aussichtspunkt zu besichtigen und mehr über die geplanten Nutzungsmöglichkeiten zu erfahren.

**Dienstag, 05.05.2026,  
18:00 – 20:00 Uhr**

Burghausen, Campus, Gebäude B,  
Audimax  
Gebührenfrei, um Anmeldung wird  
gebeten

**Anmeldung erforderlich**





## Umweltreihe



Bayerisches Staatsministerium für  
Umwelt und Verbraucherschutz



Die Vortragsreihe ist eine Kooperation mit dem Umweltamt der Stadt Burghausen und dem Bund Naturschutz, Kreisgruppe Altötting. Das bayerische Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz (StMUV) fördert Maßnahmen der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) an bayerischen Volkshochschulen. Die Vorträge sind gebührenfrei, um Anmeldung wird gebeten.



**BURGHAUSEN**  
WELT  
LÄNGSTE  
BURG



**BUND**  
Naturschutz  
in Bayern e.V.



Roswitha Walter



Prof. Dr.  
Heike Timm-  
Zimmermann

181026

### Der Boden lebt – Nützlinge Regenwürmer

Roswitha Walter, Biologin, Wissenschaftlerin an der Bayerischen Landesanstalt für Landwirtschaft am Institut für Agrarökologie und Biologischen Landbau als Arbeitsgruppenleiterin für Bodentiere

Versteckt unter der Oberfläche sorgen Regenwürmer für einen biologisch aktiven und fruchtbaren Boden. Erfahren Sie mehr über das geheime Leben der Regenwürmer im Boden, über ihre Artenvielfalt und wie ihr Bestand durch eine bodenschonende Bewirtschaftung gefördert werden kann. Die Bayerische Landesanstalt für Landwirtschaft führt seit Jahrzehnten Untersuchungen zu Regenwürmern durch, z.B. auf Boden-Dauerbeobachtungsflächen. Erkenntnisse dazu werden vorgestellt.

**Zur Person:** Roswitha Walter ist Biologin und arbeitet seit Januar 2010 als Wissenschaftlerin an der Bayerischen Landesanstalt für Landwirtschaft am Institut für Agrarökologie und Biologischen Landbau als Arbeitsgruppenleiterin für Bodentiere. Arbeitsschwerpunkt: bodenfaunistische Untersuchungen (Feldversuche, Boden-Dauerbeobachtungsflächen) zum Einfluss verschiedener landwirtschaftlicher Bewirtschaftungsmaßnahmen auf Bodentiere wie Regenwürmer.

**Dienstag, 10.03.2026,  
18:00 - 20:00 Uhr**

Burghausen, Bürgerhaus  
Gebührenfrei, um Anmeldung wird gebeten



181226

### Seen im Wandel - Was verraten die Langzeitdaten zum Wörzsee?

Prof. Dr. Heike Zimmermann-Timm,  
Gewässerökologin, SRH University  
Heidelberg

Seen sind stehende Binnengewässer und ein zentraler Bestandteil des globalen Wasserkreislaufs. Der Wasserhaushalt von Seen wird durch Niederschlag, Verdunstung sowie Zu- und Abflüsse bestimmt. Obwohl Seen nur etwa 2,3% des kontinentalen Wassers ausmachen, sind sie ökologisch, gesellschaftlich und ökonomisch von großer Bedeutung.

Im Vortrag wird gezeigt, wie ein See „funktioniert“: Von der Schichtung des Wassers, über die Nährstoffdynamik bis hin zu den Lebensgemeinschaften aus Plankton, Pflanzen und Fischen. Kleine Veränderungen, wie steigende WasserTemperaturen oder invasive Arten, können Dominoeffekte auslösen, die Struktur, Funktion und Qualität eines Gewässers beeinflussen.

Langzeitdaten über mehr als 20 Jahre – wie die vom Wörzsee – liefern wertvolle Einblicke in ökologische Prozesse und zeigen, wie empfindlich Seen auf Umwelt- und Klimaveränderungen reagieren. Prof. Dr. Heike Zimmermann-Timm wird in ihrem Vortrag das komplexe, aber zugleich fragile System See verständlich machen und dabei in besonderem Maße, auf das den Zuhörerinnen und Zuhörern vertraute Ökosystem Wörzsee eingehen.





Walter Sage

Michaela  
Brummer**Zur Person:**

Heike Zimmermann-Timm begann ihre wissenschaftliche Laufbahn an der Universität Innsbruck, wo sie in den Hochgebirgsseen erste Erfahrungen in der Limnologie sammelte. Später führte sie ihre Forschung mit verschiedenen Forschungsschiffen auf die Weltmeere, um Plankton und marine Ökosysteme zu untersuchen. Schließlich wandte sie sich wieder den stehenden und fließenden Binnengewässern zu.

Ihre Zeit am Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung prägte ihren Blick auf die Folgen des Klimawandels und auf Fragen der Nachhaltigkeit. Heute lehrt und forscht sie als Professorin für Klimaschutz und Nachhaltigkeit an der SRH University Heidelberg und bildet Studierende praxisnah zu aktuellen Themen aus.

Zimmermann-Timm hat mehrere hundert wissenschaftliche Publikationen veröffentlicht, ist regelmäßig in Fernsehen und Rundfunk präsent und engagiert sich in zahlreichen Ehrenämtern – unter anderem im Earth System Science Board der Österreichischen Akademie der Wissenschaften.

**Dienstag, 17.03.2026,****18:00 - 20:00 Uhr**

Burghausen, Bürgerhaus  
Gebührenfrei, um Anmeldung wird gebeten.

---

**181426****Das Verschwinden der Insekten und was wir dagegen tun können**

Walter Sage, Artenschützer, Vorstand der Zoologischen Gesellschaft Braunau

Gibt es ein Insektensterben – und wie akut ist es? Welche Ergebnisse liefern verschiedene Untersuchungen? Was hat das Volksbegehr „Rettet die Bienen“ bewirkt?

Was sind die Hauptursachen für das Insektensterben? Welche weiteren Faktoren spielen dabei eine Rolle? Welche politischen Maßnahmen sind notwendig, um das Insektensterben zu stoppen? Was können wir als Gartenbesitzerinnen und Gartenbesitzer gegen das Insektensterben tun?

**Zur Person:** Walter Sage ist Vorstand der Zoologischen Gesellschaft Braunau

**Dienstag, 14.04.2026,****18:00 - 20:00 Uhr**

Burghausen, Bürgerhaus  
Gebührenfrei, um Anmeldung wird gebeten

---

**Natur zum Anfassen  
nach Wohllebens  
Waldakademie****182026****Lebendige Stille – Lebensraum  
Wald im Frühjahr**

Michaela Brummer, Waldführerin; ausgebildet an Wohllebens Waldakademie

Der Wald ist lebendig und still zugleich. Fern von Autolärm und sonstigen Geräuschen tauchen wir ein in die Stille des Waldes. Aber ist dieser wirklich still? Vogelgezwitscher, das Rauschen von Blättern und der Duft des Waldes empfangen uns und machen uns neugierig für das Leben des Waldes. Der Wald ist mehr als nur Bäume – er ist ein lebendiges Phänomen voller Geheimnisse! Ihr werdet erfahren wie Pflanzen, Tiere, Pilze und kleinste Lebewesen in diesem einzigartigen Lebensraum Wald miteinander verbunden sind. Weshalb benötigt der Hirschkäfer Totholz? Wie unterstützen sich Bäume gegenseitig? Wie riechen, schmecken und fühlen sich z. B. die Blätter und Früchte des Waldes an? Welches geheime Tier lebt im Moos?

Meine Führungen sind sehr abwechslungsreich. Wissensvermittlung, Spaß an gemeinsamen Aktionen und ruhige Elemente sind Bestandteil der Führung. Habe ich dich neugierig gemacht? Dann komm mit!

Sonstiges: bei schlechtem Wetter wird die Führung abgesagt und ein Ausweichtermin angeboten.

**Samstag, 02.05.2026,****14:30 - 17:30 Uhr**

Treffpunkt hier in der Region wird den Teilnehmenden bekannt gegeben  
EUR 18,00





# Psychologie und Persönlichkeitsentwicklung

190026

## Vom Wunsch zum Ziel - Ziele erreichen im Leben

Gudrun Köck, Dipl. LSB, Supervisorin, Trainerin Positive Psychologie EUPPA zertifiziert

Wie wichtig ist Erfolg im Leben? Was bedeutet Erfolg für DICH? Menschen, die ihre Wünsche klar benennen und sich dann Ziele setzen, die sie Schritt für Schritt erreichen, sind erfolgreich.

Welche Wünsche hast du in deinem Leben? Welche Ziele möchtest du erreichen? Wie kannst du Dir Deine persönlichen Ziele (im Beruf, im Privatleben, in deiner Freizeit...) so setzen, dass du sie mit Freude erreichen kannst? Sind sie mit deinen Wertvorstellungen im Einklang und dadurch gut umsetzbar? Wir erforschen, welche Lebenswünsche DU hast und lernen die WOOP Methode zur Zielerreichung kennen. Damit Dein Leben ein Erfolg ist, denn erfolgreiche Menschen sind gesünder, glücklicher und leben länger.

### Zur Person:

Gudrun Köck ist diplomierte Lebens- und Sozialberaterin, Positive Coachin, Supervisorin, Trainerin Positive Psychologie EUPPA zertifiziert. Schwerpunkt: Zukunftsgestaltung durch Denkansätze der Positiven Psychologie für mehr Lebenszufriedenheit und Leichtigkeit, Begleitung in Krisen. Sie arbeitet wachstumsorientiert – wertebasiert – lösungsorientiert – systemisch – zielorientiert – achtsam – ehrlich – begleitend. Sie hat seit 20 Jahren eine eigene Praxis im Mondseeland und ist geübte Seminarleiterin. Von 2009-2025 war sie im Leitungsteam der Telefonseelsorge Salzburg.

**Dienstag, 24.02.2026,**

**16:30 - 20:00 Uhr**

Kirchweidach, Kooperatorhaus, hinter dem Rathaus

EUR 69,00

190226

## Wie Leben gelingt.... Mit mehr Leichtigkeit durchs Leben gehen! Raus aus Erschöpfung, Lustlosigkeit, Frustration!

Gudrun Köck, Dipl. LSB, Supervisorin, Trainerin Positive Psychologie EUPPA zertifiziert



Gudrun Köck

Wie sich positive Gefühle und eine gute Lebenseinstellung auf unser Wohlbefinden auswirken und was wirklich wirkt – das erforscht die Gehirnforschung gemeinsam mit der Positiven Psychologie seit über 30 Jahren! Wie kannst du das in deinem Leben nutzen? Wünschst du dir auch wieder mehr Leichtigkeit, Ruhe und Freude in deinem Leben? Für dich selbst und damit du wieder gut für andere da sein kannst? Die 5 Säulen des PERMA Modell zeigen uns, was wir brauchen, damit unser Leben gelingt. Was lebst du schon, wo ist noch Luft nach oben, was ist wichtig für dich und für uns alle als Gesellschaft? Was uns in unserem Leben stärkt, verstärken wir. Noch nicht gelebte Potentiale erkennen und erweitern wir. Mit kleinen Veränderungen im Alltag kannst du mehr Zufriedenheit in dein Leben bringen. Dadurch stärkst du deine Resilienz genauso wie deine Gesundheit – das ist wissenschaftlich belegt. Im Seminar wird es einen Mix aus neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen, Selbstreflexion deines eigenen Verhaltens und praktischen Übungen geben.

**Donnerstag, 05.03.2026,**

**16:30 - 20:00 Uhr**

Burghausen, Mautnerschloss

EUR 69,00

190626

## Lebe, liebe, lache! Freudvoll leben statt überleben!!

Gudrun Köck, Dipl. LSB, Supervisorin, Trainerin Positive Psychologie EUPPA zertifiziert

Du hast das Gefühl im Hamsterrad festzustecken? Du bist mit deinen Gefühlen nicht mehr in Kontakt? Du willst dich wieder richtig spüren? In einer Gruppe Gleichgesinnter einfach einen schönen Vormittag verbringen, dabei etwas darüber lernen, wie ein gutes Leben gelingen kann. Und dein eigenes Leben überdenken, was läuft gut, wo würdest du gerne was Neues Positives probieren und in deinen Alltag einbauen. Lerne Ideen aus der Positiven Psycholo-



**Anmeldung für alle Kurse online  
[www.vhs-burghausen.de](http://www.vhs-burghausen.de) oder  
bei der vhs-Geschäftsstelle**



Katrin Fellinger

gie kennen, denn unsere guten Gefühle bewirken viel! Lebe, liebe, lache im gemeinsamen Miteinander. Ein Vormittag für mehr Leichtigkeit und Lebensfreude – und wie wir das dauerhaft in unser Leben bringen können. Eine Auszeit für dich!

**Dienstag, 05.05.2026,  
9:00 - 12:30 Uhr**  
Bürgerzentrum, Burgkirchen  
EUR 69,00

---

191026

**Gefühle verstehen, Frieden schaffen – der Starkmacherkurs**

Katrin Fellinger, Selbstbehauptungs- und Resilienz-Trainerin, Kinder-, Jugend- und Familien-Coachin

**Dieser Abend richtet sich an Menschen, die mit Kindern leben und arbeiten: Mütter und Väter, Pflege- und Bonuseltern, Pädagoginnen und Pädagogen, Tagespflegepersonen und Lernbegleiterinnen.**

Gemeinsam werfen wir einen verständlichen Blick auf starke Gefühle – beim Kind und bei Ihnen selbst. Sie erfahren, was hinter Wut, Angst oder Rückzug steckt und wie Sie in schwierigen Momenten Ruhe bewahren, Kinder ernst nehmen und gleichzeitig klar und respektvoll führen können. Mit gut erklärtem Hintergrund, einfachen Beispielen aus dem Alltag und praxistauglichen Formulierungen erhalten Sie Impulse, die sich sofort umsetzen lassen – ohne Perfektionsdruck und ohne Schulzuweisungen. Sie gehen mit mehr Sicherheit, mehr Gelassenheit und einigen Sätzen nach Hause, die im nächsten Sturm Halt geben.

**Donnerstag, 23.04.2026,  
19:00 - 20:30 Uhr**  
Bürgerzentrum, Burgkirchen  
EUR 18,00

---



**Bürgerinsel Burghausen**

Tel.: 08677 887561

Prießnitzstr. 1

Burghausen

E-Mail: [info@buergerinsel.de](mailto:info@buergerinsel.de)

**„Wenn ich ein Problem habe, möchte ich gerne mit jemandem darüber reden.“**

Die Bürgerinsel versteht sich als eine zentrale Anlauf-, Beratungs- und Vermittlungsstelle für alle rat- und hilfesuchende Bürgerinnen und Bürger und. Das bedeutet: Sie führen mit einem unserer pädagogischen MitarbeiterInnen die ersten Gespräche bei körperlichen, seelischen, materiellen oder bei anderen persönlichen Schwierigkeiten. In ausführlichen Gesprächen suchen wir gemeinsam mit Ihnen Wege aus der häufig aussichtslos erlebten Situation. Vertraulichkeit ist garantiert.

**Wir lassen Sie mit Ihren Schwierigkeiten nicht allein!**

Mo. 09:00 - 13:00 Uhr

Di. 09:00 - 13:00 Uhr und 14:00 - 16:00 Uhr

Mi. 09:00 - 13:00 Uhr

Do. 09:00 - 13:00 Uhr und 14:00 - 18:00 Uhr

Freitag geschlossen

# COPYSHOP PUR

ALLES RUND UMS KOPIEREN, DRUCKEN, INDIVIDUELLE GESCHENKE, STEMPEL, PLAKATE UND NOCH MEHR.

## TASSEN- UND KRUG-DRUCK T-SHIRT-DRUCK, KISSEN, TASCHEN

GANZ INDIVIDUELL, SCHON AB EINEM TEIL LEGEN WIR LOS MIT DRUCKEN  
SCHULABSCHLUSS, JGA, VEREIN, FIRMA, SPORT



## BAUPLAN – DRUCK, SCAN, KOPIEREN BINDUNGEN VON ABSCHLUSSARBEITEN

TERMOMBINDUNG, BUCH- ODER RINGBINDUNG



LAMINIEREN, KOPIEREN, AUSDRUCKEN  
EINLADUNGEN, KARTEN  
AUSDRUCKE VON EMAIL ODER  
USB-STICK USW.



**PUR**   
**COPYSHOP**

Robert-Koch-Str. 17D | **BURGHAUSEN**  
Mo-Fr 9-18 und Sa 9-13 Uhr  
Tel. 08677 915337  
grafik@werbeagentur-pur.de  
FB/INSTA: Copyshop PUR Burghausen

# DER LADEN

## DER GESCHENKELADEN



ROBERT-KOCH-STR. 17 D - BURGHAUSEN  
08677 915337 - FB/INSTA: DER LADEN BURGHAUSEN  
MO-FR 9 - 18 UHR - SA 9 - 13 UHR

## 2. Sprachen

**Standardgebühren bei Sprachen: 90 min/EUR 9,- pro Person.**  
**Kurse mit 6-16 Teilnehmenden, bei mehr als 16 Teilnehmenden werden die Kurse nach Möglichkeit geteilt. Lehrbücher werden in der ersten Stunde bekannt gegeben.**

GRUNDSTUFE	<b>Stufe A1</b> Ich kann mich mit Hilfe von einzelnen Wörtern, kurzen Sätzen, Mimik und Gestik auf einfachste Weise ausdrücken. Ich kann zum Beispiel:
	<input type="checkbox"/> jemanden begrüßen und mich vorstellen <input type="checkbox"/> einfache Fragen stellen und beantworten <input type="checkbox"/> Zahlen, Preisangaben und Uhrzeiten verstehen <input type="checkbox"/> eine kurze Notiz schreiben <input type="checkbox"/> auf Schildern, Plakaten und Wegweisern einiges verstehen
Stufe A2	Ich kann mich im Alltag zurechtfinden, obwohl ich noch viele Fehler mache. Ich kann zum Beispiel:
	<input type="checkbox"/> etwas zum Essen und zum Trinken bestellen <input type="checkbox"/> nach dem Weg fragen <input type="checkbox"/> eine kurze Postkarte schreiben <input type="checkbox"/> in einer Zeitung bestimmte Informationen finden (z.B. Ort und Preis einer Veranstaltung) <input type="checkbox"/> eine kurze Ansage, wie z.B. im Flughafen, verstehen
Stufe B1	Ich kann mich in den meisten Alltagssituationen ganz gut, aber noch mit Fehlern, verständigen. Ich kann zum Beispiel:
	<input type="checkbox"/> einfache Gespräche über vertraute Themen führen <input type="checkbox"/> eine Telefonaufnahme verstehen, wenn relativ langsam gesprochen wird <input type="checkbox"/> persönliche Briefe schreiben <input type="checkbox"/> einen einfachen Zeitungsartikel verstehen <input type="checkbox"/> mich in den meisten Situationen im Ausland verständigen
MITTELSTUFE	<b>Stufe B2</b> Ich kann in verschiedenen Situationen, ohne große Mühe, einfache Gespräche führen. Man versteht mich problemlos, jedoch mache ich noch einige Fehler. Ich kann zum Beispiel:
	<input type="checkbox"/> mich aktiv an längeren Gesprächen beteiligen <input type="checkbox"/> fachbezogene Korrespondenz lesen <input type="checkbox"/> einer Nachrichtensendung im Fernsehen folgen <input type="checkbox"/> gewöhnliche Geschäftsbriefe schreiben <input type="checkbox"/> in Diskussionen meine Ansichten begründen
OBERSTUFE	<b>Stufe C1</b> Ich kann mich in unerwarteten Situationen zurechtfinden und drücke mich fast immer deutlich und weitgehend korrekt aus. Ich kann zum Beispiel:
	<input type="checkbox"/> mit Muttersprachler/innen über anspruchsvolle Themen diskutieren <input type="checkbox"/> komplexe Sachverhalte darstellen <input type="checkbox"/> den meisten Fernsehsendungen problemlos folgen <input type="checkbox"/> Berichte und Briefe aller Art schreiben <input type="checkbox"/> Tageszeitungen, Fachzeitschriften und literarische Texte lesen
Stufe C2	Ich kann mich in allen Situationen annähernd wie ein/e Muttersprachler/in ausdrücken. Ich kann zum Beispiel:
	<input type="checkbox"/> fließend sprechen und auch feinere Bedeutungsnuancen genau ausdrücken <input type="checkbox"/> ohne Schwierigkeiten gesprochene Sprache verstehen, auch wenn schnell gesprochen wird <input type="checkbox"/> anspruchsvolle Texte aller Art schreiben <input type="checkbox"/> Literatur- und Sachbücher lesen <input type="checkbox"/> mich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen mit Muttersprachler/innen beteiligen

## **Europäischer Referenzrahmen**

**Für Ihre Selbsteinschätzung gibt es die Sprachniveau-Globalskala**

Die Volkshochschule Burghausen-Burgkirchen e.V. hat ihr Angebot im Sprachbereich an den Europäischen Referenzrahmen angepasst. Innerhalb dieser Levels gibt es eine weitere Niveau-Einteilung nach vhs Semestern, z.B. **A1/1 bedeutet erstes Semester im ersten Level**. Ihre eigenen Lernfortschritte können Sie an diesen 6 Stufen messen.

Weitere Informationen: [www.europaeischer-referenzrahmen.de](http://www.europaeischer-referenzrahmen.de)



## **Unsere Wertvorstellung**

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, wachsende Mobilität in Europa und verstärkte Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen.

Herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens. Sie sind wichtig für das Zusammenwachsen Europas und unverzichtbarer Bestandteil erfolgreicher Biografien.

Sprachkompetenzen ermöglichen das Verfolgen beruflicher Ziele, vermitteln interkulturelles Grundverständnis und fördern Offenheit für andere Kulturen. Sie sind ein Schlüssel der Integration und notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft.

Integration zu fördern ist zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule. Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen dabei den gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.

## **Englisch**

**Lehrbücher werden in der ersten Stunde bekannt gegeben und sind über die örtlichen Buchhandlungen erhältlich.**

### **Grundstufe A1**

250026

#### **A1/2 Englisch**

Caroline Grasse, Native Speaker mit Tefl Diploma Certificate

Dieser Kurs richtet sich an alle, die geringe Grundkenntnisse in Englisch haben. Wir sind eine kleine, herzliche Gruppe, die jede Woche viel Spaß im Unterricht hat. Wie bei allen meinen Kursen lege ich Wert auf eine entspannte, freundliche und offene Atmosphäre.

**ab Montag, 12.01.2026,  
12 Abende, 17:30 - 19:00 Uhr**  
Bürgerzentrum, Burgkirchen  
EUR 108,00

light discussions, read, write and much more.

**ab Montag, 12.01.2026,  
12 Abende, 19:30 - 21:00 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00



Caroline Grasse

### **Grundstufe B1**

252026

#### **B1 English Language and Conversation**

Caroline Grasse, Native Speaker, Tefl Diploma Certificate

This course is perfect for those who have an intermediate level of English. Our group is all about having fun while learning. You will find a great mix of activities that help you improve your grammar, reading, writing, and conversation skills using everyday English. Join us for a fun and supportive learning experience as we dive into the exciting world of B1 English together!

**ab Dienstag, 13.01.2026,  
12 Abende, 18:00 - 19:30 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00



### **Grundstufe A2**

251326

#### **A2 Pre-Intermediate Language and Conversation**

Caroline Grasse, Native Speaker, Tefl Diploma Certificate

This course is ideal for those who have good knowledge in English. Our group consists of enthusiastic people who enjoy learning in a fun and engaging environment! We are a supportive, relaxed and friendly group. We would love to welcome new members to join us as we explore new grammar topics, engage in



Claudia Zahn



Marc Bouvet



Brigitte Pautonnier

## Grundstufe B2

253026

### B2 Englisch: Conversation and literature in the morning

Claudia Zahn, Englisch-Dozentin

Wer hat Interesse, in gemütlicher Atmosphäre Englisch zu sprechen? Wir wollen unsere Kenntnisse über Land, Leute und Literatur anhand von Texten und persönlich Erlebtem vertiefen. Wortschatz und Grammatikübungen sowie Songs und Role Plays gehören selbstverständlich auch dazu.

**ab Dienstag, 27.01.2026,  
10 Vormittage, 09:00 - 10:30 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 90,00

253426

### B2 Englisch: conversation in the morning

Claudia Zahn, Englisch-Dozentin

In dieser Gruppe möchten wir behutsam unsere Kenntnisse aktivieren. Wer auf lockere Art und Weise geistig fit bleiben und sich in alltäglichen Situationen angemessen auf Englisch ausdrücken möchte, ist bei uns am richtigen Platz.

**ab Mittwoch, 28.01.2026,  
10 Vormittage, 09:00 - 10:30 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 90,00

254026

### B2 Englisch: Refresher and conversation in the morning

Brigitte Schweighofer, Englisch-Dozentin

You are fond of the English language and you'd like to reactivate some of your forgotten knowledge?

In this course you'll have the opportunity to have lively conversations in an open and relaxed atmosphere about - mostly - current topics and be able to widen your vocabulary systematically and to speak more fluently.

**ab Donnerstag, 22.01.2026,  
12 Vormittage, 09:00 - 10:30 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00

**3 Tage vor  
Kursbeginn  
anmelden**

## Französisch

Lehrbücher werden in der ersten Stunde bekannt gegeben und sind über die örtlichen Buchhandlungen erhältlich.

## Grundstufe A1

260026

### A1/3 Französisch

Marc Bouvet, Französisch-Dozent, locuteur natif

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen geeignet.

**ab Donnerstag, 22.01.2026,  
12 Abende, 19:45 - 20:45 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 72,00

## Grundstufe A2

260426

### A2/2 Französisch

Brigitte Pautonnier, Französisch-Dozentin, locutrice native

Der Kurs ist für Teilnehmende mit guten Grundkenntnissen geeignet.

**ab Dienstag, 13.01.2026,  
12 Vormittage, 10:00 - 11:30 Uhr**  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 108,00

260626

### A2/3 Französisch

Brigitte Pautonnier, Französisch-Dozentin, locutrice native

Der Kurs ist für Teilnehmende mit fortgeschrittenen Grundkenntnissen geeignet.

**ab Montag, 12.01.2026,  
12 Abende, 19:30 - 21:00 Uhr**  
Burghausen, Campus, Gebäude A, Denk-Werkstatt, Robert-Koch-Str. 28; EINGANG über den Innenhof  
EUR 108,00





Monique Wirges

## **Samstags-Auffrischung A2**

260626A

**Un café crème, s'il vous plaît !**  
Marc Bouvet, Französisch-Dozent,  
locuteur natif

Vous allez passer vos vacances en France, et avez besoin d'aide pour communiquer et vous intégrer ? Pour répondre à votre demande, je vous propose de jouer ensemble des scènes typiques de la vie quotidienne: au café, au marché, au restaurant, à l'office du tourisme, à l'hôtel, au camping...

**Samstag, 16.05.2026,  
10:00 - 13:00 Uhr**

Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 18,00

260626B

**Un café crème, s'il vous plaît !**  
Marc Bouvet, Französisch-Dozent,  
locuteur natif

Kursbeschreibung siehe 260626A

**Samstag, 18.07.2026,  
10:00 - 13:00 Uhr**

Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 18,00

## **Grundstufe B1**

262026

**B1 Französisch**

Marc Bouvet, Französisch-Dozent,  
locuteur natif

Für Teilnehmende mit sehr guten Kenntnissen geeignet.

**ab Donnerstag, 22.01.2026,  
12 Abende, 18:15 - 19:45 Uhr**

Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00



263226

**B2 Französisch:  
Conversation le matin**

Monique Wirges, Französisch-Dozentin,  
locatrice native

Un cours pour les personnes qui ont une bonne maîtrise de la langue, s'intéressent à l'actualité en France et ont envie d'en savoir plus. Une bonne occasion pour rafraîchir et approfondir ses connaissances dans un groupe ouvert et engagé.

**ab Donnerstag, 29.01.2026,  
10 Vormittage, 9:00 - 10:30 Uhr**  
Bürgerzentrum, Burgkirchen  
EUR 90,00

## **Grundstufe B2**

265026

**B2 Französisch**

Brigitte Pautonnier, Französisch-Dozentin, locutrice native

Ce cours de français s'adresse aux personnes qui favorisent l'expression libre et l'échange oral. Il est basé sur un travail de lectures diverses: articles de journaux, textes de chansons, livres simples etc., textes sur la culture française „C'est bien français!“ avec explications grammaticales. Je propose aussi un travail de préparation à un souhait de voyage en France. Donc: „A vos marques, prêts, partez!“

**ab Dienstag, 13.01.2026,  
12 Abende, 18:15 - 19:45 Uhr**  
Burghausen, Campus, Gebäude A, Denk-Werkstatt, Robert-Koch-Str. 28;  
EINGANG über den Innenhof  
EUR 108,00

**BÜRGERZENTRUM**  
BURGKIRCHEN a.d.ALZ

**Der Treffpunkt ...  
... begeistert!**

BURGKIRCHEN VERBINDET



Sonia Rivas-Dietl

## Italienisch

**Lehrbücher werden in der ersten Stunde bekannt gegeben und sind über die örtlichen Buchhandlungen erhältlich.**

### Grundstufe A1

270026

**A1/1-A1/2 Italienisch**

Raphaela Cavazzuti, Italienisch-Dozentin

Anfängerkurs mit Konversation. Für Anfängerinnen und Anfänger ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

**ab Donnerstag, 08.01.2026,  
10 Abende, 16:30 - 17:30 Uhr**

Bürgerzentrum, Burgkirchen

EUR 60,00

270126

**A1/4 Italienisch**

Marjolaine Weißenbach, Italienisch-Dozentin

Der Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen geeignet.

**ab Donnerstag, 08.01.2026,  
10 Abende, 19:30 - 21:00 Uhr**

Burghausen, Mautnerschloss

EUR 90,00

### Grundstufe A2

270226

**A2 Italienisch**

Marjolaine Weißenbach, Italienisch-Dozentin

Der Kurs ist für Teilnehmende mit guten Grundkenntnissen geeignet.

**ab Donnerstag, 08.01.2026,  
10 Abende, 18:15 - 19:15 Uhr**

Burghausen Mautnerschloss

EUR 60,00



## Mittelstufe B1

271026

**B1-B2 Italienisch**

Raphaela Cavazzuti, Italienisch-Dozentin

Geeignet für alle, die schon einmal italienisch gelernt haben und ihre Kenntnisse auffrischen wollen. In diesem Kurs wird unter anderem leichte italienische Lektüre gelesen und sehr viel gesprochen. Für alle, die Freude am Austausch in Italienisch haben, ist dieser Kurs genau richtig. Quereinsteiger sind gern willkommen. Lektüre B1, Niveau 2

**ab Donnerstag, 08.01.2026,  
10 Abende, 17:30 - 19:00 Uhr**

Bürgerzentrum, Burgkirchen

EUR 90,00

## Mittelstufe B2

272026

**B2-C1 Italienisch:****Conversazione e letture facili**

Kerstin Herrmann, Italienisch-Dozentin

Da alcuni anni imparate con passione l'italiano ma vorreste un'occasione in più per chiacchierare con altre persone? In questo corso ci dedichiamo soprattutto alla conversazione basata sulla lettura di storie divertenti adattate per studenti che hanno finito il primo libro. Se, inoltre, vi piace praticare l'italiano giocando e discutendo temi di attualità in una gradevole atmosfera: Allora benvenuti!

**ab Montag, 19.01.2026,  
12 Abende, 18:00 - 19:30 Uhr**

Burghausen, Mautnerschloss

EUR 108,00

## Spanisch

**Lehrbücher werden in der ersten Stunde bekannt gegeben und sind über die örtlichen Buchhandlungen erhältlich.**

### Grundstufe A1

280026

**A1/2 Spanisch**

Sonia Rivas-Dietl, Spanisch-Dozentin, hablante nativa

Der Kurs ist für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen geeignet.

**ab Donnerstag, 29.01.2026,  
12 Abende, 18:30 - 20:00 Uhr**

Burghausen, Haus der Familie

EUR 108,00



Ying Zarka

280226

**A1/3 Spanisch**

Sonia Rivas-Dietl, Spanisch-Dozentin, hablante nativa

Der Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen geeignet.

**ab Dienstag, 27.01.2026,  
12 Abende, 19:30 - 21:00 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00

280426

**A1/4 Spanisch**

Sonia Rivas-Dietl, Spanisch-Dozentin, hablante nativa

Der Kurs ist für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen geeignet.

**ab Mittwoch, 28.01.2026,  
12 Abende, 19:30 - 21:00 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00

280626

**A1/7 Spanisch**

Sonia Rivas-Dietl, Spanisch-Dozentin, hablante nativa

Für Teilnehmende mit sehr guten Grundkenntnissen.

**ab Dienstag, 27.01.2026,  
12 Abende, 18:00 - 19:30 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00

**Grundstufe A2**

281026

**A2 Spanisch**

Sonia Rivas-Dietl, Spanisch-Dozentin, hablante nativa

Für Teilnehmende mit sehr guten Grundkenntnissen.

**ab Montag, 26.01.2026,  
12 Vormittage, 10:00 - 11:30 Uhr**  
Burgkirchen, Bürgerzentrum  
EUR 108,00

281226

**A2 Spanisch**

Sonia Rivas-Dietl, Spanisch-Dozentin, hablante nativa

Für Teilnehmende mit sehr guten Grundkenntnissen.

**ab Montag, 26.01.2026,  
12 Abende, 19:00 - 20:30 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00

**Grundstufe B1**

282026

**B1 Spanisch**

Sonia Rivas-Dietl, Spanisch-Dozentin, hablante nativa

Für Teilnehmende mit guten Kenntnissen. Neue Teilnehmende sind gerne willkommen.

**ab Mittwoch, 28.01.2026,  
12 Abende, 18:00 - 19:30 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00

**WEITERE SPRACHEN**

**Lehrbücher werden in der ersten Stunde bekannt gegeben und sind über die örtlichen Buchhandlungen erhältlich.**

**Chinesisch**

**Grundstufe A1**

290026

**A1/1 Chinesisch  
ohne Vorkenntnisse**

Ying Zarka, Chinesisch-Dozentin, Muttersprachlerin

Sie planen eine Reise nach China oder interessieren sich einfach für die chinesische Sprache, Kultur und deren Umgangsformen? Jetzt suchen Sie einen raschen, praktischen Einstieg in das gesprochene Chinesisch? Sie werden anhand alltäglicher Themen wie „Begrüßung, Vorstellung, Uhrzeit, Einkauf und

**KFZ**

**Meisterbetrieb**

**Florian Daffner**

KFZ-Elektrik · Unfallreparatur · Lackiererei  
Reparaturen aller Art · Automatikgetriebeservice  
TÜV-Vorbereitung - AU · Klimaservice und -Wartung  
Windschutzscheibenservice · PKW-Anhängerservice



**Florian Daffner · Kfz-Meister**

Burgkirchener Str. 181 · 84489 Burghausen

**Tel.: 08677 66269** · Fax: 08677 877668

Mobil: 0170 2477395 · daffner.florian@web.de

Anmeldung für alle Kurse online  
[www.vhs-burghausen.de](http://www.vhs-burghausen.de)



Vlatka Stefanko

Chrisante  
Argirios

Essensbestellung“ lernen, sich auf Chinesisch auszudrücken. Die Schriftzeichen werden mit unterhaltsamen Eselsbrücken spielerisch vermittelt.

**ab Dienstag, 27.01.2026,  
12 Abende, 19:40 - 21:10 Uhr**  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 108,00

---

290226

### A2/1 Chinesisch

Ying Zarka, Chinesisch-Dozentin, Muttersprachlerin

Für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen.

**ab Dienstag, 27.01.2026,  
12 Abende, 18:00 - 19:30 Uhr**  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 108,00

---

## Kroatisch

### Grundstufe A1

291026

#### A1/1 Kroatisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Vlatka Stefanko, Kroatisch-Dozentin, Muttersprachlerin

Für die Kursteilnahme sind keine Vorkenntnisse notwendig. In kleinen Schritten führt der Kurs mit einem kommunikativen Ansatz in die kroatische Sprache ein. Sie lernen die Buchstaben und die Ausspracheregeln kennen. Neue Strukturen und Wörter werden in lebensnahen Situationen wie Begrüßung und erstes Kennenlernen geübt. Ein Kurs für alle, die sich auf Reisen nach Kroatien vorbereiten wollen oder kroatische Freunde und Verwandte haben.

**ab Mittwoch, 28.01.2026,  
8 Abende, 16:00 - 17:30 Uhr**  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 72,00

---

### Grundstufe A2-B1

291226

#### A2-B1 Kroatisch

Vlatka Stefanko, Kroatisch-Dozentin, Muttersprachlerin

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit grundlegenden Kroatischkenntnissen, die ihre Sprachfähigkeiten erweitern möchten. Schwerpunkt liegt auf flüssigem Sprechen, Verstehen komplexerer Texte und dem differenzierten Ausdruck eigener Meinungen.

Anhand praxisnaher Dialoge, Rollenspiele und landeskundlicher Einblicke vertiefen die Teilnehmenden ihr Vokabular und wenden grammatische Struk-

turen, wie Vergangenheitsformen und modale Ausdrücke, in realistischen Situationen an. Kleine Schreib- und Sprechaufgaben fördern die Ausdrucksfähigkeit.

**ab Mittwoch, 28.01.2026,  
8 Abende, 18:00 - 19:30 Uhr**  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 72,00

---

## Neugriechisch

**Adresse für alle Kurse:** Burghausen, Franz-Xaver-Gruber-Schule, Eingang Marienberger Str. beim Busparkplatz. Bitte nutzen Sie die Parkmöglichkeit Parkbucht Marienberger Straße.

### Grundstufe A1

292026

#### A1/4 Neugriechisch

Chrisante Argirios, Griechisch-Dozentin

Sie haben wenig Vorkenntnisse? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie.

**ab Montag, 26.01.2026,  
10 Abende, 19:00 - 20:30 Uhr**  
EUR 90,00

---

292226A

#### A1/5 Neugriechisch

Chrisante Argirios, Griechisch-Dozentin

Sie haben bereits geringe Grundkenntnisse in Schrift und Sprache? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie. Neue Teilnehmende sind gern willkommen.

**ab Mittwoch, 28.01.2026,  
12 Abende, 18:00 - 19:00 Uhr**  
EUR 72,00

---

### Grundstufe A2

292426

#### A2 Neugriechisch

Chrisante Argirios, Griechisch-Dozentin

Grundkenntnisse sind notwendig. Neue Teilnehmende sind gern willkommen.

**ab Montag, 26.01.2026,  
12 Abende, 18:00 - 19:00 Uhr**  
EUR 72,00





## Mittelstufe B1

293026

### B1-B2 Neugriechisch

Chrisante Argirios, Griechisch-Dozentin  
Griechisch für Fortgeschrittene. Neue Teilnehmende sind gerne willkommen.

**ab Mittwoch, 28.01.2026,  
12 Abende, 19:00 - 20:30 Uhr**  
EUR 108,00

mündliche Ausdrucksfähigkeit verbessern, ihren Wortschatz erweitern und ihr Sprachgefühl vertiefen möchten. Unter der Leitung von Eugenia Borchardt, Muttersprachlerin und erfahrene Kursleiterin, werden aktuelle Themen, alltägliche Situationen und kulturelle Besonderheiten behandelt, um die Kommunikation auf Russisch authentisch und praxisnah zu gestalten. Durch abwechslungsreiche Übungen und Diskussionen erhalten die Teilnehmenden die Möglichkeit, in einer unterstützenden Atmosphäre aktiv zu sprechen und ihre Sprachbarrieren abzubauen.

Kursinhalte:

- Alltagsthemen und Kultur in Russland
- Sprachtraining zu typischen Gesprächssituationen
- Wortschatz- und Ausspracheübungen
- Diskussionsrunden

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Russisch (entspricht Niveau A2-B1 oder höher)

Ziel: Selbstsicheres und flüssiges Sprechen im Alltag und in typischen Gesprächssituationen

**ab Mittwoch, 04.03.2026,  
12 Abende, 19:30 - 21:00 Uhr**

Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00



Eugenia Borchardt



Dr. Laszlo Fabry

## Russisch

### Grundstufe A1-A2

295026

### A1-A2 Russisch ohne Mühe

Eugenia Borchardt, Russisch-Dozentin, Muttersprachlerin

Russisch ohne Mühe ist der ideale Kurs für alle, die die russische Sprache auf eine unterhaltsame und effektive Weise erlernen möchten. Unter der kompetenten Anleitung von Frau Eugenia Borchardt, einer erfahrenen Russischlehrerin und Muttersprachlerin, werden Sie die Geheimnisse dieser faszinierenden Sprache entdecken.

Kursinhalte:

- Grundlagen der russischen Sprache: Alphabet, Aussprache, Grammatik und Satzbau
- Alltagssituationen: Einkaufen, Essengehen, Reisen, Vorstellen und mehr
- Kulturelle Einblicke: russische Traditionen, Bräuche und Lebensweise
- Praktische Konversation: Übungen zur Verbesserung Ihrer Kommunikationsfähigkeiten
- Leseverständnis und Schreibfähigkeiten: Lesen und Verfassen von einfachen Texten

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende jeder Erfahrungsstufe. Frau Borchardt passt den Unterricht individuell an die Bedürfnisse der Teilnehmenden an, sodass jeder von seinem persönlichen Lernfortschritt profitieren kann.

**ab Dienstag, 03.03.2026,  
12 Abende, 19:30 - 21:00 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00

## Ungarisch

296026

### A1-A2 Ungarisch für den Alltag

Dr. Laszlo Fabry, Ungarisch-Dozent, Muttersprachler

Für den Ungarisch-Kurs wenden Sie sich bitte an unsere Kolleginnen und Kollegen der vhs Simbach.

297026



## Grundstufe B1

295226

### Russisch Konversationskurs

Eugenia Borchardt, Russisch-Dozentin, Muttersprachlerin

In diesem Russisch-Konversationskurs steht das Sprechen und Verstehen der russischen Sprache im Mittelpunkt. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Grundkenntnissen in Russisch, die ihre

## Deutsch als Fremdsprache

### Deutsch als Fremdsprache – Allgemeiner Integrationskurs (BAMF-Kurs nach dem Zuwande- rungsgesetz)

Das Zuwanderungsgesetz regelt seit dem 01.01.2005 die Integrationsangebote für Zugewanderte. Insgesamt sind 700 Unterrichtseinheiten (UE) zu absolvieren. Die sprachliche Integration besteht aus einem Sprachkurs (6 Module à 100 UE) zur Vermittlung ausreichender Sprachkenntnisse. Ziel des Sprachkurses ist der Erwerb von Deutschkenntnissen auf dem Sprachniveau B1 nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER).

Der Sprachkurs wird mit dem „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) auf dem Niveau A2-B1 des GER abgeschlossen. Auf den Sprachkurs folgt der „Orientierungskurs“ (100 UE) zur Vermittlung von Wissen zur Rechtsordnung, Geschichte und Kultur in Deutschland. Der Orientierungskurs schließt mit dem Test „Leben in Deutschland“ (LiD) ab.

Das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) fördert für Berechtigte den allgemeinen Integrationskurs, so dass ein Kostenbeitrag von EUR 2,29 pro Unterrichtseinheit (EUR 1.603,00 für den gesamten Kurs bzw. EUR 229,00 pro Modul) erhoben wird. Bezieher von Leistungen nach SGB II (Bürgergeld), SGB III (Arbeitslosengeld) oder Leistungen nach SGB XII (Leistungen zum Lebensunterhalt) können einen Antrag auf Kostenbefreiung beim BAMF stellen.

Bei der Antragstellung helfen wir selbstverständlich gerne.

**Beratung zum allgemeinen Integrationskurs finden immer montags bis donnerstags während der Öffnungszeiten statt.**

**Telefon: 08677 98778-10. Ansprechpartnerin: Christina Bichler**

### Integrationskurs Deutsch DTZ A2-B1 (BAMF-Kurs nach dem Zuwanderungsgesetz)

Evgenia Görzen

**vorauss. Beginn**

**Montag, 13.04.2026,**

**140 Vormittage**

**8:15 - 12:15 Uhr**

**montags bis freitags**

Burghausen, Mautnerschloss

Selbstzahler: EUR 3.206,00 (keine Ermäßigung);

mit Berechtigung: EUR 1.603,00 (keine Ermäßigung);

mit Kostenbefreiung: EUR 0,00

### Einbürgerungstest

Seit dem 1. September 2008 ist für viele Einbürgerungsinteressenten ein entsprechender Test rechtlich verpflichtend. Die möglichen Testfragen beinhalten wichtige historische, politische, kulturelle und gesellschaftliche Aspekte Deutschlands.

Sie können interaktiv lernen, üben und testen unter  
[www.integration-in-deutschland.de](http://www.integration-in-deutschland.de)  
--> Information für Zugewanderte und Kursteilnehmende --> Einbürgerung in Deutschland (ganz unten finden Sie interaktive Übungen)

Voraussetzung: Sprachkenntnisse Deutsch auf dem Niveau B1.

**Bitte beachten Sie: die Anmeldung kann nur persönlich in der vhs erfolgen. Bitte bringen Sie Ihren gültigen Reisepass und die Gebühr in Höhe von 25 Euro passend in bar mit.**

298026

### Einbürgerungstest

**Dienstag, 10.03.2026,  
11:00 - 12:00 Uhr**

Burghausen, Mautnerschloss

EUR 25,00

Anmeldung bis 10.02.2026 erforderlich!

298226

### Einbürgerungstest

**Dienstag, 23.06.2026,  
11:00 - 12:00 Uhr**

Burghausen, Mautnerschloss

EUR 25,00, Die Gebühr ist bei Anmeldung zu entrichten. Bitte passend in bar mitbringen.

Anmeldung bis 20.05.2026 erforderlich!





IHR PARTNER IN BURGHAUSEN FÜR TECHNISCHES MATERIAL & ARBEITSSCHUTZ

IPS GMBH & CO. KG • GEWERBEPARK LINDACH D7A • D-84489 BURGHAUSEN • [WWW.IPS-KTS.COM](http://WWW.IPS-KTS.COM)

### 3. Gesundheit – Körper & Geist

#### **Unsere Wertvorstellung**

**Körperliches und psychisches Wohlbefinden** sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen in Beruf und Privatleben erfolgreich zu bewältigen. Gesundheitskompetenz ist unerlässlich für die eigenverantwortliche Stärkung der Gesundheit.

Unser Bildungsangebot vermittelt Wissen über **gesunde Lebensstile, Stressabbau, positive Körperwahrnehmung, ausgewogene Ernährung und Krisenbewältigung**. Ziel ist die nachhaltige Stärkung der psychischen und physischen Ressourcen für Alltag und Beruf und als Voraussetzung für das Gelingen von Lernprozessen. Eine handlungsorientierte und gruppenspezifische Vermittlung von Informationen ist uns sehr wichtig.

#### **Förderung durch Krankenkassen**

Als gemeinnützige Einrichtung bieten wir unsere Veranstaltungen zu sozialverträglichen Preisen an. Die vhs Burghausen-Burgkirchen e.V. orientiert sich am Qualitätsmanagement Gesundheitsbildung des Bayerischen Volkshochschulverbandes. Einige unserer Kursleiter haben auch eine ZPP-Zertifizierung gem. § 20 SGB V. Gerne stellen wir Ihnen auf Anfrage nach Abschluss Ihres Gesundheitskurses eine Teilnahmebescheinigung aus, wenn Sie mindestens 80% der Kursstunden besucht haben.

#### **Kurse zu Psychologie und Persönlichkeitsentwicklung finden Sie im Bereich 1. Gesellschaft**



Chourouk  
Karkoutly-Faller



Natalie Strasser

#### **GESUNDES WISSEN**

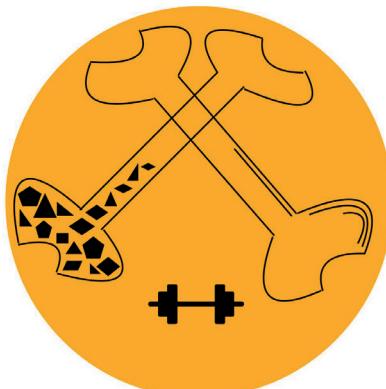
##### **Info-Abende im Bürgerzentrum Burgkirchen**

350026

##### **Infoabend mit praktischen Übungen zur Osteoporose-Prävention in Burgkirchen**

Chourouk Karkoutly-Faller, Geprüfte Fachtrainerin für Seniorensport inklusive Osteoporose und Wirbelsäulenlizenz, Apothekerin

Wir laden Sie herzlich zu unserer Informationsveranstaltung rund um die Osteoporose-Prävention ein. Um 18:00 Uhr erwartet Sie ein Vortrag zum Krankheitsbild Osteoporose, was Osteoporose macht und was wir dagegen tun können. Es folgt ein kurzweiliges Übungsprogramm zur Stärkung der Knochen und



der Balance.

**Bitte mitbringen:** Handtuch und zwei Kurzhanteln à 500-1000g (oder zwei kleine gefüllte Wasserflaschen)

**Mittwoch, 04.02.2026,  
18:00 - 19:30 Uhr**

Bürgerzentrum, Burgkirchen  
EUR 4,00

350126

##### **Infoabend**

##### **„Natürlich schlank – ein anderer Zugang zum Essverhalten“**

Natalie Strasser, Ernährungsberaterin A- & B-Lizenz

Wie würde dein Alltag aussehen, wenn du dich weniger mit der Frage beschäftigt, ob du zu viel gegessen hast oder ob du morgen Sport treiben solltest? Wenn du dich beim Essen stärker von deinem Appetit leiten lässt – und dein Körper dabei ein stabiles Gewicht hält? Darum geht es an diesem Abend. Du lernst, wie Menschen, die ihr Gewicht ohne Diäten regulieren, mit ihrem Körper in Kontakt stehen: Sie orientieren sich an körperlichen Signalen – nicht an starren Diätvorgaben oder Trainingsplänen. Diese Herangehensweise ist grundsätzlich erlernbar. Auch wenn du in deiner Familie andere Erfahrungen gemacht oder bereits viele Programme ausprobiert hast, kann ein bewusster Umgang mit Hunger und Sättigung neue Perspektiven eröffnen.



Ing. Christian Winterer

Intuitives Essen basiert nicht auf genetischen Voraussetzungen oder besonderer Willenskraft, sondern auf einem biologischen Mechanismus, der bei allen Menschen vorhanden ist. Diese Verbindung zum eigenen Körper kann durch äußere Einflüsse wie Diäten, Leistungsdruck oder gesellschaftliche Erwartungen gestört worden sein – sie lässt sich jedoch wieder stärken.

Der menschliche Körper verfügt über ein komplexes System aus Hormonen, Botenstoffen und Nervensignalen, das reguliert, wann wir Hunger verspüren, welche Nährstoffe wir benötigen und wann wir satt sind. Dieses System kann zuverlässig arbeiten – vorausgesetzt, wir nehmen seine Signale ernst und lernen, ihnen zu vertrauen. Es geht darum, diese innere Steuerung wieder bewusster wahrzunehmen und ein individuelles Wohlfühlgewicht zu erreichen – ohne rigide Vorgaben, Kalorienzählen oder psychischen Druck.

**Das Angebot richtet sich an gesunde Menschen und ersetzt keine ärztliche oder therapeutische Behandlung.**

**Mittwoch, 25.02.2026,**

**18:30 - 20:00 Uhr**

Bürgerzentrum, Burgkirchen

EUR 9,00

erläutert die Grundprinzipien der Kommunikation mit Menschen mit Demenz. Darüber hinaus erhalten Sie praktische Tipps für den Umgang mit Menschen mit Demenz. Mein Ziel ist es, die Hemmschwellen im Umgang mit den Betroffenen abzubauen und Ihnen ein umfassendes Verständnis für ihre Situation zu vermitteln. Zielgruppe: Angehörige, Ehrenamtliche und Interessierte aus unterschiedlichen Altersgruppen und beruflichen Positionen.

**Mittwoch, 17.06.2026,**

**18:00 - 19:30 Uhr**

Bürgerzentrum, Burgkirchen

EUR 9,00

### Sportmentaltraining mit Ing. Christian Winterer

Als erfolgreicher Sportler, mehrfacher WM- und EM-Teilnehmer und ehemaliges Mitglied des österreichischen Nationalkaders konnte er mehrere österreichische und über 100 Landesmeistertitel erringen. Das mentale Training begleitete und unterstützte ihn dabei. Sowohl als Unternehmer und auch als Sportler kann er das mentale Training aus der Praxis für die Praxis an Sie weitergeben.

**350226**

**Kommunikation und Umgang mit Menschen mit Demenz: Wie gelingt es? Was sollte man beachten? Wie kann man ihre Verhaltensweise besser verstehen?**

Chourouk Karkoutly-Faller, Geprüfte Fachtrainerin für Seniorensport inklusive Osteoporose und Wirbelsäulenlizenz, Apothekerin

Mittlerweile begegnet uns Demenz in unserem Alltag häufig. Menschen mit Demenz begegnen uns in der Familie, am Arbeitsplatz und im öffentlichen Leben. Die Diagnose Demenz verändert das Leben der Betroffenen und ihrer Angehörigen gewaltig und hat auch Auswirkungen auf das soziale Umfeld sowie auf alle Lebensbereiche. Dieser Vortrag bietet Ihnen einen Überblick über die Stadien der Demenz und ihre Symptome und

**351026**

**Mentaltraining für Sportlerinnen und Sportler an 4 Abenden**

Christian Winterer, Diplomierte Mentalcoach und Diplomierte Bewegungstrainer 50PLUS

Im Sport ist es inzwischen unmöglich geworden, ohne Sportmentaltraining Spitzeneleistungen zu erreichen. In manchen Sportarten beträgt der Anteil am Mentaltraining bereits über 50% vom gesamten Trainingsaufwand! Sowohl Hobby- als auch Spitzensportler nutzen die Techniken des Mentaltrainings um ihre Topleistungen punktgenau zum richtigen Zeitpunkt aktivieren und abrufen zu können.

**ab Dienstag, 03.03.2026,**

**4 Abende, 18:00 - 20:30 Uhr**

Bürgerzentrum, Burgkirchen

EUR 60,00

Cordula & Heiko Rippel  
Heilpraktiker | Heilpraktiker für Psychotherapie

#### Unser Angebot für Sie:

Die Jahreskurse für den allgemeinen Heilpraktiker und für den Heilpraktiker für Psychotherapie starten jeweils im März & Oktober.

Die Chrashkurse für die schriftliche Prüfung starten jeweils 3 Monate vorher.

Nach Bestehen der schriftlichen Prüfungen bieten wir Ihnen Chrash-Kurse für die mündliche Prüfung an.

Heilpraktikerschule Rippel  
Hauptstr. 18, 84547 Emmering  
Tel.: 0177 39 35 411  
[www.heilpraktikerschule-rippel.de](http://www.heilpraktikerschule-rippel.de)

## Ernährungswissen & Kochkultur

352026

### Detox und Fasten mit der Kraft der Natur

Manuela Madl, Aromatherapeutin und PTA

Wie ätherische Öle den Reinigungsprozess auf natürliche Weise fördern können. Sie unterstützen die Entgiftung, stärken das emotionale Gleichgewicht und schaffen Wohlbefinden während einer Fastenkur. In diesem Vortrag erfahren Sie, welche Öle besonders hilfreich sind und wie diese sicher und effektiv angewendet werden können.

**Donnerstag, 05.03.2026,  
19:00 - 20:30 Uhr**

Kirchweidach, Kooperatorhaus, hinter dem Rathaus

EUR 10,00

352126

### Der Weg zum Wohlfühlgewicht – aber dieses Mal anders Kurs mit 4 Vertiefungs-Einheiten

Nathalie Strasser, Ernährungsberaterin A- & B-Lizenz

Wie würde dein Alltag aussehen, wenn du dich weniger mit der Frage beschäftigst, ob du zu viel gegessen hast oder ob du morgen Sport treiben solltest? Wenn du dich beim Essen stärker von deinem Appetit leiten lässt – und dein Körper dabei ein stabiles Gewicht hält? Darum geht es in diesem Kurs. Du lernst, wie Menschen, die ihr Gewicht ohne Diäten regulieren, mit ihrem Körper in Kontakt stehen: Sie orientieren sich an körperlichen Signalen – nicht an starren Diätvorgaben oder Trainingsplänen. Diese Herangehensweise ist grundsätzlich erlernbar. Auch wenn du in deiner Familie andere Erfahrungen gemacht oder bereits viele Programme ausprobiert hast, kann ein bewusster Umgang mit Hunger und Sättigung neue Perspektiven eröffnen.

Intuitives Essen basiert nicht auf genetischen Voraussetzungen oder besonderer Willenskraft, sondern auf einem biologischen Mechanismus, der bei allen Menschen vorhanden ist. Diese Verbindung zum eigenen Körper kann durch äußere Einflüsse wie Diäten, Leistungsdruck oder gesellschaftliche Erwartungen gestört worden sein – sie lässt sich jedoch wieder stärken.

Der menschliche Körper verfügt über ein komplexes System aus Hormonen, Botenstoffen und Nervensignalen, das reguliert, wann wir Hunger verspüren, welche Nährstoffe wir benötigen und wann wir satt sind. Dieses System kann zuverlässig arbeiten – vorausgesetzt, wir neh-

men seine Signale ernst und lernen, ihnen zu vertrauen. Im Kurs geht es darum, diese innere Steuerung wieder bewusster wahrzunehmen und ein individuelles Wohlfühlgewicht zu erreichen – ohne rigide Vorgaben, Kalorienzählen oder psychischen Druck.

**Der Kurs richtet sich an gesunde Menschen und ersetzt keine ärztliche oder therapeutische Behandlung.**

**ab Mittwoch, 11.03.2026,  
4 Abende, 18:30 - 20:30 Uhr**

Bürgerzentrum, Burgkirchen

EUR 48,00

352226

### Asiatisch kochen - Vielfalt erleben

Undine Zemke

Sie lieben die exotische Küche und wollten schon immer einmal zu Hause kochen, was Sie sonst nur im Restaurant essen? Sehen Sie, wie einfach es sein kann, die asiatische Küche zu Hause selbst zuzubereiten. In diesem Kurs werden wir Gerichte aus verschiedenen asiatischen Ländern zubereiten. Nach einer kurzen Einführung mit den wichtigsten Unterschieden zur heimischen Küche, tasten wir uns an die ersten Gerichte heran. Von mild bis extra scharf ist alles dabei. Nach dem gemeinsamen Zubereiten der Speisen setzen wir uns gemütlich zusammen, um die „Früchte“ unserer Kochkünste mit unseren Gäumen zu erleben.

**Bitte mitbringen:** Speisebehälter für Kostproben, Schürze, eigene Getränke, scharfes Messer, Schneidebrett und Geschirrtuch.

**Bitte teilen Sie uns Lebensmittelunverträglichkeiten oder -aversionen im Vorfeld mit.**

**Freitag, 06.03.2026,  
18:00 - 22:00 Uhr**

Burghausen, Haus der Familie

EUR 59,00 (25,00 EUR für die frisch gekauften Lebensmittel sind in der Kursgebühr inklusive)





352426

## Thailändisch kochen für alle

Undine Zemke

Erleben Sie einen Abend voller thailändischer Köstlichkeiten! In unserem Kochkurs stehen 7-8 abwechslungsreiche Gerichte im Mittelpunkt – von frischem Salat über aromatische Suppe und knusprige Frühlingsrollen bis hin zu mehreren Hauptgerichten, die von mild bis extra scharf reichen. Nach einer kurzen Einführung in die Besonderheiten der thailändischen Küche tauchen wir direkt in die Zubereitung ein. Gemeinsam kochen wir Schritt für Schritt diese Vielfalt an Speisen und genießen anschließend in gemütlicher Runde die Ergebnisse unserer Kochkünste.

**Bitte mitbringen:** Speisebehälter für Kostproben, Schürze, eigene Getränke, scharfes Messer, Schneidebrett und Geschirrtuch

**Bitte teilen Sie uns Lebensmittelunverträglichkeiten oder -aversionen im Vorfeld mit.**

**Freitag, 15.05.2026,  
18:00 - 22:00 Uhr**

Burghausen, Haus der Familie  
EUR 59,00 (25,00 EUR für die frisch gekauften Lebensmittel sind in der Kursgebühr inklusive)



## Ayurveda

353026

### Neues Jahr – Neues Ich?

### Neujahrsvorsätze mal anders!

Bettina Maier, Ganzheitliche Ayurveda Ernährungs- und Gesundheitsberaterin

Abnehmen, mehr Sport machen, gesünder essen, entspannter sein? Mit dem ganzheitlichen Ansatz des Ayurveda werden deine Vorsätze Realität – alltagstauglich und typgerecht, mit der zu dir passenden Herangehensweise.

Das erwartet dich im Workshop:

- Take it easy: Gelassen und entspannt ins neue Jahr. Anti-Stress-Tipps, die du auch im vollen Alltag unterbringst
- Ayurveda-Küche: Einfache, gesunde Ernährung als Schlüssel zu Wunschgewicht, Gesundheit, Ausgeglichenheit und Lebensenergie
- Neujahrsvorsätze typgerecht: Wie du deine gesundheitlichen Ziele dieses Jahr tatsächlich erreichst, obwohl es bisher nie funktioniert hat

**Dienstag, 13.01.2026,**

**19:00 - 21:00 Uhr**

Burghausen, Haus der Familie  
EUR 37,00

353226

### Ayurveda Frühjahrs-Detox: „Mit neuer Leichtigkeit und frischer Energie in den Frühling“ Workshop & Kochkurs

Bettina Maier, Ganzheitliche Ayurveda Ernährungs- und Gesundheitsberaterin

Wir lernen die Grundlagen des Ayurveda kennen und wenden sie in praktischen Übungen und beim Kochen an. Mit der ayurvedischen Ernährungs- und Lebensweise kannst du die Schwere des Winters loslassen, entgiften, neu in Schwung kommen, körperlich und emotional Ballast abwerfen, Allergien vorbeugen und das Immunsystem stärken.

# ENTDECKE DEINE TRAUMKÜCHE!



Mit 550 m<sup>2</sup> Ausstellungsfläche, 16 Ausstellungsküchen und einer Funktionsküche sind sie bei uns genau richtig!



**ALZTAL**  
**KÜCHEN**

An der Straß 5  
84508 Burgkirchen  
Tel. 086 79 - 16 88  
[www.alztal-kuechen.de](http://www.alztal-kuechen.de)



**Bitte mitbringen:** Speisebehälter für Kostproben, Schürze, scharfes Messer

**Samstag, 28.02.2026,  
9:00 - 14:00 Uhr**

Burghausen, Haus der Familie  
EUR 50,00 inkl. Kursunterlagen mit Ayurveda Basics und Rezepten  
(Lebensmittelkosten von 25 - 30 Euro sind bitte vor Ort in bar zu entrichten.)

---

353626

### Ayurveda Frühjahrs-Detox-Woche 2026

Bettina Maier, Ganzheitliche Ayurveda Ernährungs- und Gesundheitsberaterin

Begleitete Entgiftungswöche für zuhause: Ballast abwerfen für Körper und Geist, mit leckeren ayurvedischen Rezepten und alltagstauglichen, reinigenden Routinen. Starte voller Leichtigkeit und neuer Energie in den Frühling! Die entschlackende, ayurvedische Ernährung entlastet dein Verdauungssystem, kann beim Abnehmen unterstützen, dein Immunsystem stärken und Wohlbefinden, erholsamen Schlaf und innere Balance fördern. Zum Auftakt treffen wir uns zu einem Workshop, in dem du alles Wichtige zur sanften Entgiftung erfährst. Du erhältst bereits im Vorfeld einen alltags-tauglichen Speiseplan mit leckeren ayurvedischen Rezepten, eine Einkaufsliste, kurze Morgen- und Abendroutinen sowie tägliche Impulse zur mentalen Entlastung. Während der Woche folgst du zuhause dem Speiseplan, suchst dir passende Routinen aus und wirst in einer begleitenden WhatsApp-Gruppe unterstützt – für tägliche Impulse zur geistig-mentalalen Entlastung, Motivation und Austausch. Zum Abschluss treffen wir uns erneut, reflektieren die Erfahrungen und lernen, wie du nach der Detox-Woche weitermachen kannst, um die neu gewonnene Energie und Leichtigkeit möglichst lange aufrechtzuerhalten.

Das erwartet dich:  
• Start-Workshop

- Speiseplan mit ayurvedischen, entlastenden Frühlings-Rezepten
- Tägliche Impulse zur geistig-mentalen Entlastung
- Kurze, reinigende Routinen für morgens und abends
- Austausch & Begleitung in einer WhatsApp Gruppe
- Abschluss-Workshop

**ab Sonntag, 08.03.2026,  
2 Vormittage, 10:00 - 12:00 Uhr**  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 197,00

---

353826

### Mit deinem Zyklus im Flow dank Ayurveda

Bettina Maier, Ganzheitliche Ayurveda Ernährungs- und Gesundheitsberaterin

Raus aus dem Zyklus-Chaos: Balance und Energie statt PMS und Co. durch ayurvedische Ernährung, Alltagsroutinen und Lebensstil.

Das erwartet dich im Workshop:

- Zykluswissen mal anders: dein Schlüssel zum gesunden Flow. Verstehe dich selbst und deinen Zyklus aus ayurvedischer Sicht
- Clevere Alltagsgestaltung: So nutzt du deine Zyklusphasen, um entspannt und energiegeladen durch die Monate zu gehen
- Ernährung für einen gesunden Zyklus – lecker und easy: So versorgst du dich richtig, um Schmerzen, PMS, Stimmungsschwankungen und Co. vorzu-beugen

**Dienstag, 21.04.2026,**

**19:00 - 21:00 Uhr**

Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 37,00

**Anmeldung für alle Kurse online  
[www.vhs-burghausen.de](http://www.vhs-burghausen.de) oder  
bei der vhs-Geschäftsstelle**





Verena Löber

353926

### Ayurveda Sommerküche – lecker, erfrischend und gesund durch die heiße Jahreszeit Workshop & Kochkurs

Bettina Maier, Ganzheitliche Ayurveda Ernährungs- und Gesundheitsberaterin

Lerne die Basics des Ayurveda kennen und finde heraus, wie du dir im Sommer mithilfe von ausgewählten Lebensmitteln und Gewürzen Abkühlung von innen verschaffen kannst. Gemeinsam kochen wir leichte, leckere Gerichte, die kühlend wirken und so den Körper in der Sommerhitze entlasten.

**Bitte mitbringen:** Speisebehälter für Kostproben, Schürze, scharfes Messer

**Samstag, 04.07.2026,**

**9:00 - 14:00 Uhr**

Burghausen, Haus der Familie

EUR 50,00 (inkl. Kursunterlagen mit Ayurveda Basics und Rezepten, Lebensmittelkosten von 25 - 30 Euro sind bitte vor Ort in bar zu entrichten.)

Gleich-Gewicht: körperlich, seelisch, mental. Doch manchmal fühlst du dich als Frau unwohl, hast keine Energie mehr oder es zeigen sich Symptome wie PMS, Kopfschmerzen, Energienlosigkeit, Schlafstörungen und auch Stimmungsschwankungen – neben Zyklusunregelmäßigkeiten, z.B. auch während oder nach hormoneller Verhütung („Post Pill“). All das kann auf eine hormonelle Dysbalance hinweisen. In dem Vortrag erfährst du, wie Schilddrüse, Stress und Zyklus zusammenhängen. Wie du ein hormonelles Gleichgewicht (wieder) herstellen kannst. Und auch, wie du in den verschiedenen Zyklusphasen in deiner Kraft bleibst – sowohl durch gezielte Zyklus-Ernährung als auch durch Entspannung und Bewegung.

**Freitag, 30.01.2026,**

**16:30 - 18:00 Uhr**

Bürgerzentrum, Burgkirchen

EUR 9,00

354226

### Hormonbalance: Entspannung & Ernährung in den Wechseljahren

Verena Löber, Heilpraktikerin & Ernährungswissenschaftlerin

Oft fühlen wir uns in den Wechseljahren nicht mehr wie wir selbst. Wir nehmen zu, haben Schlafstörungen und Stimmungsschwankungen oder auch Hitzeattacken. Wir sind nicht mehr in Balance. Wir sind im Wechsel. Ein Wechsel bedeutet Veränderung. Gleichzeitig ist es auch eine Chance. Platz für Neues. Wenn wir mit dem Wechsel gehen und nicht dagegen, tun sich neue Möglichkeiten für uns als Frau auf. Um wieder in unser Gleichgewicht zu kommen und zu verstehen, was in unserem Körper vor sich geht, erfährst du während des Vortrages, was

## Frauenwissen kompakt

354026

### Zyklusbalance: Ernährung, Bewegung & Entspannung im Einklang mit deinem Zyklus

Verena Löber, Heilpraktikerin & Ernährungswissenschaftlerin

Wie die Jahreszeiten so hat jede Phase des Menstruationszyklus etwas für sich: Ruhe, Aufblühen, Kraft & Strahlen sowie der langsame Rückzug. Erleb- und spürbar vor allem am Energieniveau, Hungergefühl, an der Stimmung oder Kontaktfreudigkeit. Wenn du gemäß deinem Zyklus und damit deiner Zyklus-Energie lebst, bleibst oder kommst du in dein



ROBERT-KOCH-STR. 65  
84489 BURGHAUSEN  
TELEFON: 0 86 77 / 22 46  
info@robert-koch-apotheke-burghausen.de



STADTPLATZ 40  
84489 BURGHAUSEN  
TELEFON: 0 86 77 / 45 94  
info@stadtapotheke-burghausen.de



MARKTLER STR. 36  
84489 BURGHAUSEN  
TELEFON: 0 86 77 / 23 34  
info@sonnenapotheke-burghausen.de



ihre\_apotheken\_in\_burghausen

hormonell in deinem Körper geschieht. Verena gibt dir Tipps, wie du weibliche Ernährung für dich und deine Hormonbalance nutzen kannst. Damit du hormonelle Schwankungen ausgleichen, besser schlafen und dein (vielleicht auch neues) Wohlfühl-Gewicht erreichen kannst. Zudem erhältst du praktische Tipps, um mit Stress umzugehen und ein gutes Gefühl für dich und deinen Körper im Wechsel zu bekommen. Für mehr Entspannung, Wohlbefinden und Leichtigkeit.

**Donnerstag, 12.03.2026,  
18:30 - 20:00 Uhr**

Kirchweidach, Kooperatorhaus, hinter dem Rathaus  
EUR 9,00

---

354426

**Kinderwunsch:  
Wie du dich & deinen Körper  
optimal vorbereitest**

Verena Löber, Heilpraktikerin &  
Ernährungswissenschaftlerin

Im Leben kommt meist ein Zeitpunkt, an dem wir uns Kinder wünschen. Manchmal klappt es sofort und manchmal lässt eine Schwangerschaft auf sich warten. In dem Vortrag erfährst du, was du konkret tun kannst, um deinen Körper optimal auf eine Schwangerschaft vorzubereiten. Du verstehst, was mögliche (hormonelle) Ursachen sind, wenn sich der Kinderwunsch nicht sofort erfüllt. Verena gibt dir Tipps, um deinen Körper zu entlasten: von Stress, von negativen Gedanken und von möglichen Schadstoffen. Du erfährst, welche Lebensmittel und welche Ernährungsweise diesen Lebensabschnitt unterstützen. Und auch, welche Nährstoffe besonders wichtig sind – für die Frau UND für den Mann. Mach den ersten Schritt auf deinem Weg!

**Freitag, 08.05.2026,**

**16:30 - 18:00 Uhr**

Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 12,00



## Osteoporose

360026A

**Osteoporose-Prävention in der  
Altstadt**

Chourouk Karkoutly-Faller, Geprüfte Fachtrainerin für Seniorensport inklusive Osteoporose und Wirbelsäulenlizenz, Apothekerin

Dass unsere Knochen im Laufe des Lebens an Festigkeit verlieren, ist normal. Aber leider gehen bei zahlreichen Menschen, vor allem bei Frauen ab 50, diese Abbauprozesse weit über das gewöhnliche Maß hinaus. Man spricht hier von Osteoporose. Die gute Nachricht ist, dass es möglich ist, Osteoporose effektiv vorzubeugen, den Abbau der Knochenmasse zu bremsen oder sogar die Knochendichte zu fördern. Das erreichen wir mit einem gezielten Training, in dem gilt: Belastung kräftigt den Knochenbau. Deshalb werden wir zusammen Kraft- und Beweglichkeitstraining mittels Zug- und Druckübungen durchführen, um in den Knochen Wachstumsreize auszulösen. Das Osteoporose Training wird durch Balancetraining begleitet. Damit lassen sich Stürze verhindern und Brüche vermeiden.

**Bitte mitbringen:** eigene Matte, Gymnastikband, zwei Kurzhanteln a 500-1000g (oder zwei kleine gefüllte Wasserflaschen), Handtuch

**ab Mittwoch, 14.01.2026,  
10 Abende, 18:00 - 19:30 Uhr**

Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 90,00

---

360026B

**Osteoporose-Prävention**

Chourouk Karkoutly-Faller, Geprüfte Fachtrainerin für Seniorensport inklusive Osteoporose und Wirbelsäulenlizenz, Apothekerin

Kursbeschreibung siehe Kursnummer  
360026A

**ab Freitag, 16.01.2026,  
10 Vormittage, 09:30 - 11:00 Uhr**

Burghausen, Haus der Familie  
EUR 90,00

---

360026C

**Osteoporose-Prävention in Burg-  
kirchen**

Chourouk Karkoutly-Faller, Geprüfte Fachtrainerin für Seniorensport inklusive Osteoporose und Wirbelsäulenlizenz, Apothekerin

Kursbeschreibung siehe Kursnummer  
360026A

**ab Donnerstag, 12.02.2026,  
5 Nachmittage, 14:00 - 15:30 Uhr**

Bürgerzentrum, Burgkirchen  
EUR 45,00



Yulia Michaelis

## Gesunde Mitte – Gesunder Rücken

360226

### BeckenbodenSchule mit dem Tanzberger-Konzept® Reaktive Kräftigung vitaler Beckenbodenfunktionen

Yulia Michaelis, Physiotherapeutin,  
Baccalaureus in Sport und Körperfunktion

Die BeckenbodenSchule mit dem Tanzberger-Konzept® fördert mithilfe fundierter Wissensvermittlung (in Theorie und Praxis) sowie praktischer Übungsanleitungen die Entwicklung und nachhaltige Stärkung der Selbstkompetenz der Kursteilnehmer. Das Tanzberger-Konzept® ist ein Konzept zur Prävention für Menschen aller Altersstufen. Ziel ist ein risikovorbeugendes Alltags- und Bewegungsverhalten sowie der gesunderhaltende Umgang mit den Speicher- und Entleerungsabläufen von Blase und Darm. Wahrnehmungsschulung, Atemspürarbeit und funktionelles Bewegungstraining für den Beckenboden sind Beispiele maßgeblicher Inhalte dieses Konzeptes. Ziel des Kursangebotes ist die Stärkung der körpereigenen Ressourcen zur Gesunderhaltung des Beckenboden-, Sphinkter- und Kontinenzsystems. Grundregeln des funktionellen Beckenboden-Sphinkter-Trainings nach dem Tanzberger-Konzept®: mithilfe der Konzentrationstechnik „Gerichtete Aufmerksamkeit“ wahrnehmen, ansteuern, kräftigen und trainieren. Ein starker Beckenboden ist die Voraussetzung für eine körperliche Balance.

**Zielgruppe:** Gesunde und an der Gesunderhaltung des Beckenboden- und Kontinenzsystems interessierte Frauen und Männer ohne behandlungsbedürftige Erkrankungen, Frauen nach Schwangerschaft und Geburt zum Gesunderhalt und zur Vermeidung persönlicher Risiken in dieser speziellen Lebenssituation. Voraussetzung ist: Kursteilnahme erst nach abgeschlossener Rückbildung für Frauen nach Schwangerschaft und Geburt.

**Bitte mitbringen:** Wechselsportschuhe, Handtuch für die Matte, bequeme Sportkleidung, eine Möglichkeit zum Umziehen gibt es im Haus der Familie, Getränk.

Dieser Kurs kann von Ihrer  
Krankenkasse bezuschusst werden.

ab **Mittwoch, 04.02.2026,**  
**10 Nachmittage, 13:30 - 15:00 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 100,00

360426

### Wirbelsäulengymnastik

Waltraud Kretschmer, Physiotherapeutin

Es werden rückenschonende Sitz-, Hebe-, Bück- und Tragetechniken vermittelt. Die Übungen für Rücken- und Bauchmuskulatur führen zu einer besseren Körperhaltung. Außerdem wird mit Dehn-, Lockerungs- und Entspannungsübungen das Wohlbefinden gefördert. Der Kurs dient der Vorsorge und ersetzt keine therapeutische Behandlung. Der Kurs ist auch für Männer geeignet.

**Bitte mitbringen:** warme Socken, Gymnastikmatte, ab dem 4. Kursabend einen großen Fitball, wenn vorhanden, danach jedes 2. Mal

**ab Mittwoch, 14.01.2026,**  
**10 Abende, 18:30 - 19:30 Uhr**  
Kirchweidach, Schule, Alte Turnhalle,  
Gymnastikraum  
EUR 60,00

360626

### RÜCKraft in der Evangelischen Freikirche

Yulia Michaelis, Physiotherapeutin,  
Baccalaureus in Sport und Körperfunktion

Ein starker Rücken kennt keine Schmerzen und Einschränkungen! RÜCKraft ist ein Indoor-Programm zum Kennenlernen verschiedener Möglichkeiten zur Kräftigung der wirbelsäulenstabilisierenden Muskulatur. Ziel ist das Kennenlernen verschiedener Möglichkeiten zur Stärkung der Rückenmuskulatur, die Fähigkeit, diese im Anschluss in Eigenverantwortung durchzusetzen, sowie erlernte Aktivitäten langfristig im Alltag zu



#### Praxis für

- Physiotherapie
- medizinische Fußpflege
- und Wellness

PRAXIS FÜR GESUNDHEIT

## Uwe und Cordula Fleger

84489 Burghausen • Robert-Koch-Straße 9  
Tel: 0 86 77/87 87 72 • Fax: 0 86 77/87 57 88  
[info@praxis-fleger.de](mailto:info@praxis-fleger.de) • [www.praxis-fleger.de](http://www.praxis-fleger.de)

Montag bis Freitag

8.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr  
oder nach Vereinbarung.

*Wir bitten um Voranmeldung.*

Kassenzulassung auch für die  
Oberösterreichische Gebietskrankenkasse

Anmeldung für alle Kurse online  
[www.vhs-burghausen.de](http://www.vhs-burghausen.de) oder  
bei der vhs-Geschäftsstelle



Olena Vorobieie

Karl-Heinz  
Altmann

integrieren. Präventionskurse, Rücken- und Faszienschule sind die Fachgebiete von Frau Michaelis.

**Bitte eigene Matte mitbringen**

**Dieser Kurs kann von Ihrer Krankenkasse bezuschusst werden.**

**ab Dienstag, 03.02.2026,  
10 Nachmittage, 16:00 - 17:30 Uhr**  
Burghausen, Evangelische Freikirche  
Burgkirchener Str. 139  
EUR 100,00

## Pilates

**362026A**

### **Pilates mit Olena**

Olena Vorobieie, zertifizierte Yoga- und Pilatestrainerin

Pilates ist ein ganzheitliches Training und zeichnet sich durch langsame, fließende und kontrollierte Bewegungen aus, die von einer ruhigen, tiefen Atmung begleitet werden. Die Urform dieser Trainingsmethode geht auf Joseph Hubert Pilates zurück, der sie Anfang des 20. Jahrhunderts unter der Bezeichnung „Contrology“ (= die Koordination von Körper und Geist) entwickelt hat. Der Unterschied zwischen Yoga und Pilates besteht vor allem darin, dass das Pilates-Training keinen spirituellen Hintergrund hat – auch wenn die Konzentration auf den eigenen Körper und die korrekte, kontrollierte Bewegung tatsächlich etwas Meditatives haben kann.

**ab Dienstag, 20.01.2026,  
12 Nachmittage, 16:30 - 17:45 Uhr**  
Burghausen, Johannes-Hess-Schule,  
Turnhalle  
Eingang über die Hauserbauernstraße  
EUR 90,00



**362026B**

### **Pilates mit Olena**

Olena Vorobieie, zertifizierte Yoga- und Pilatestrainerin

Kursbeschreibung siehe Kursnummer  
362026A

**ab Dienstag, 05.05.2026, 10  
Nachmittage, 16:30 - 17:45 Uhr**  
Burghausen, Johannes-Hess-Schule,  
Turnhalle  
Eingang über die Hauserbauernstraße  
EUR 75,00

**362426**

### **Pilates 50+ mit Margot**

Margot Köpll, DOSB Lizenz Übungsleiterin C, BLSV-Trainer Pilates, BLSV-Zertifikat Pilates

Pilates ist eine Erziehung zu Körperbewusstsein und wurde entwickelt, um die tiefliegenden Muskeln zu trainieren. Pilates verbessert die Haltung, dehnt die Muskulatur; Bewegungen werden geschmeidiger und anmutiger. Es schult sowohl den Körper als auch den Geist. Unterstützt durch die 6 Prinzipien von Joseph Pilates: Atmung, Konzentration, Kontrolle, Zentrum, Bewegungsfluss und Präzision.

**Bitte eigene Matte mitbringen**

**ab Montag, 26.01.2026,  
12 Abende, 17:30 - 19:00 Uhr**  
Burghausen, Evangelische Freikirche  
Burgkirchener Str. 139  
EUR 108,00

**362626A**

### **BodyBalancePilates.med® Mattenprogramm – Neulinge**

Karl-Heinz Altmann, Physiotherapeut, Heilpraktiker der Physiotherapie, BodyBalancePilates - Instructor

BodyBalancePilates.med® ist ein Übungssystem, das auf Gleichgewicht von Geist und Körper basiert und natürliche und somit normale Bewegungen wiederherstellt. Die Hauptbeanspruchungsform Kraft steht hier im Mittelpunkt und ist vorrangig auf die Stabilisatoren gerichtet. Dies geschieht mit Hilfe von Wahrnehmungs-, Haltungs- und Konzentrationstraining sowie Mobilisations-, Ko-





ordinations- und Muskelgleichgewichtsübungen. BodyBalancePilates.med® ist eine Selbstbeobachtung des eigenen Körpers mit kontrollierten und fließenden Bewegungen. Das Training der inneren Muskulatur ist schwierig in der Umsetzung - wird aber bei Regelmäßigkeit mit guter Haltung, einem kräftigeren, flexibleren und ausdauernden Körper belohnt. Man konzentriert sich auf die wichtigen Haltungsmuskeln und stabilisiert den Rumpf. Die Bewegungen werden mit entsprechender Atmung kombiniert. Die zu schwach gewordenen Muskeln werden gekräftigt, die verkürzten werden gedehnt. Das muskuläre Gleichgewicht wird wieder hergestellt.

#### **Bitte eigene Matte mitbringen**

**Dieser Kurs kann von Ihrer Krankenkasse bezuschusst werden.**

**ab Donnerstag, 08.01.2026,  
10 Abende, 18:00 - 19:00 Uhr**  
Burghausen, Evangelische Freikirche  
Burgkirchener Str. 139  
EUR 67,00

## **Yoga**

- Am besten tragen Sie bequeme Kleidung. Yoga wird barfuß oder in rutschfesten Socken geübt.
- Zum Üben wird eine rutschfeste Unterlage benötigt. Nicht in allen Kursräumen sind Matten vorhanden, nehmen Sie deshalb bitte Ihre eigene Matte mit.
- Kissen und Decken mitbringen und eventuell warme Socken für die Entspannung, falls benötigt (findet teilweise im Liegen statt).
- Es ist empfehlenswert 1-2 Stunden vorher nichts mehr oder nur eine leichte Mahlzeit zu sich zu nehmen und Trinken griffbereit zu haben.
- Bitte klären Sie vorab bei gesundheitlichen Beschwerden und besonderen Bedürfnissen mit Ihrem/Ihrer behandelnden Arzt/Ärztin ab, ob für Sie eine Teilnahme möglich ist. Bitte teilen Sie besondere Bedürfnisse vorab mit und kommen Sie nicht mit Fieber oder einem Infekt.

**362626B**

**BodyBalancePilates.med®  
Mattenprogramm –  
Fortgeschrittene**  
Karl-Heinz Altmann, Physiotherapeut,  
Heilpraktiker der Physiotherapie, Body-  
BalancePilates - Instructor  
  
Kursbeschreibung siehe Nummer  
362626A  
**Bitte eigene Matte mitbringen**

**Dieser Kurs kann von Ihrer  
Krankenkasse bezuschusst werden.**

**ab Donnerstag, 08.01.2026,  
10 Abende, 19:00 - 20:00 Uhr**  
Burghausen, Evangelische Freikirche  
Burgkirchener Str. 139  
EUR 67,00

**370026**

**Yogabasishaltungen (Altstadt)**  
Sandra Küster, Yogalehrerin BDY/EYU  
und Yogalehrerin VYM

Erlernen der Körperübungen (Asanas), Atembeobachtung, Entspannung, teilweise im Liegen. Jeweils 2 x 75 Minuten plus 15 Minuten Pause zwischen beiden Einheiten. Tradition Krishnamacharya.  
Teil 1: Kennenlernen erster Körperübungen (Asanas)  
Teil 2: Erweiterung der ersten Körperhaltungen (Asanas)  
Teil 3: Erweiterung und Wiederholung der Körperübungen (Asanas)  
Teil 4: Erweiterung und Wiederholung Körperhaltungen (Asanas)  
Teil 5: Erweiterung und Wiederholung Körperhaltungen (Asanas)

**362626C**

**BodyBalancePilates.med®  
Mattenprogramm - Neulinge**  
Karl-Heinz Altmann, Physiotherapeut,  
Heilpraktiker der Physiotherapie, Body-  
BalancePilates - Instructor  
  
Kursbeschreibung siehe Nummer  
362626A  
**Bitte eigene Matte mitbringen**

**Dieser Kurs kann von Ihrer  
Krankenkasse bezuschusst werden.**

**ab Donnerstag, 08.01.2026,  
10 Abende, 20:00 - 21:00 Uhr**  
Burghausen, Evangelische Freikirche  
Burgkirchener Str. 139  
EUR 67,00





Heidemarie Maier

**Bitte eigene Matte, Kissen, ggf. Decken und Getränke mitbringen**

**ab Samstag, 17.01.2026,  
5 Vormittage, 09:30 - 12:15 Uhr**  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 83,00

---

370226

**Yoga-Sonnentag für Fortgeschrittene (Altstadt)**

Sandra Küster, Yogalehrerin BDY/EYU und Yogalehrerin VYM

Yoga für Fortgeschrittene (ab 3-4 Kursen Vorerfahrung) mit Asanas, Pranayama, Meditation. Tradition Krishnamacharya. 2 x 90 Minuten plus 15 Minuten Pause zwischen beiden Einheiten. Schwerpunkt: Sonnengruß-Varianten auf Matte und Stuhl mit Mantra und spirituelle Aspekte des Sonnengrußes.

**Bitte eigene Matte, Kissen, ggf. Decken und Getränke mitbringen**

**Samstag, 14.03.2026,  
09:00 - 12:15 Uhr**  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 19,50

---

370626

**Sommer-Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene**

Sandra Küster, Yogalehrerin BDY/EYU und Yogalehrerin VYM

Yoga- und Atemübungen mit Entspannung. Tradition Krishnamacharya.

**ab Montag, 06.07.2026,  
4 Abende, 19:15 – 20:30 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 30,00

---

371026

**Hatha-Yoga**

Beate Friedlmeier, Yogalehrerin nach Yesudian-Haich

Gleichgewicht, Harmonie, Kraft und Ruhe zu erleben in Körper, Seele, Geist! Jeder dieser drei Komponenten, Körper-Seele-Geist, hat ihre Wichtigkeit für unser Leben. Wir beginnen mit einer Meditation dem königlichen Yoga, einer rein geistigen Übung. Danach folgt Yogi Atmung, verbunden mit positiven Gedanken, die unsere Seele beleben und ins Gleichgewicht bringen sollen. Im Anschluss praktizieren wir Hatha-Yoga, Asanas, Körperübungen. Diese erhalten unseren Körper, der unser Gefährt für dieses Leben ist, so lange wie möglich gesund und elastisch. Es gibt keine bessere Möglichkeit, Körper, Seele und Geist zu beleben und im Einklang mit sich selbst zu sein. „Jeden Tag sollten wir uns etwas Zeit für uns selbst nehmen“.

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, warme Socken, Decke (am besten aus Naturmaterial)

**ab Dienstag, 27.01.2026,  
10 Abende, 17:30 - 18:45 Uhr**  
Kirchweidach, Kooperatorhaus, hinter dem Rathaus  
EUR 90,00

---

371226A

**Hatha-Yoga (10 x 75 Min.)**

Sandra Küster, Yogalehrerin BDY/EYU und Yogalehrerin VYM

- Körperübungen und -haltungen (Asanas) zur Dehnung, Kräftigung und für mehr Beweglichkeit
- Körperwahrnehmung mit der Atmung bis zur (Tiefen-)Entspannung, Beruhigung des Geistes
- Stärkung der Gesundheitskompetenzen für die stressreduzierte Gestaltung des Alltags

Für Erwachsene jeder Altersstufe ohne akute oder kontraindizierte Erkrankungen, ob geübt oder ungeübt; keine körperlichen Voraussetzungen.

Für Menschen, die an der Prävention von Stressreaktionen, Erholung und Regeneration interessiert sind, die ein bewährtes Verfahren suchen, das sich in den Alltag integrieren lässt und die ihre Entspannungsfähigkeiten erweitern möchten.

**Dieser Kurs kann von Ihrer Krankenkasse bezuschusst werden.**

**ab Donnerstag, 29.01.2026,  
10 Abende, 17:30 - 18:45 Uhr**  
Burghausen, Johannes-Hess-Schule, Turnhalle

Eingang über die Hauserbauernstraße  
EUR 84,00

---

371226B

**Hatha-Yoga (8 x 75 Min.)**

Sandra Küster, Yogalehrerin BDY/EYU und Yogalehrerin VYM

Kursbeschreibung siehe Kursnummer 371226A

**Dieser Kurs kann von Ihrer Krankenkasse bezuschusst werden.**

**ab Donnerstag, 21.05.2026,  
8 Abende, 17:30 - 18:45 Uhr**  
Burghausen, Johannes-Hess-Schule, Turnhalle

Eingang über die Hauserbauernstraße  
EUR 67,00

**Anmeldung für alle Kurse online  
[www.vhs-burghausen.de](http://www.vhs-burghausen.de) oder  
bei der vhs-Geschäftsstelle**



371326

### Hatha-Yoga für Fortgeschrittene

Sandra Küster, Yogalehrerin BDY/EYU und Yogalehrerin VYM

Voraussetzung zur Teilnahme: mindestens 3-4 Yogakurse Vorerfahrung. Bereits bekannte Asanas, Pranayama und Meditationen werden wiederholt und langsam aufgebaut und erweitert.

**ab Montag, 02.02.2026,  
12 Abende, 19:15 - 20:45 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00

371426

### Hatha- und Raja-Yoga mit Meridianstretching und Hormonyoga

Heidemarie Maier, geprüfte Yogalehrerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Hypnosetherapeutin

Sanfte und gezielte Übungen aus dem Hatha-Yoga, kombiniert mit speziellen Übungen für die Meridiane (Energiebahnen des Körpers), lösen geistige und körperliche Blockaden. Die sanften Kräftigungs- und Dehnungsübungen aller Muskelgruppen und Mobilisation stärken das Bewusstsein für den eigenen Körper. So werden durch das erweiterte Atemvolumen Körper und Geist belebt. Das Bewusstsein wird durch Meditation erweitert.

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, Decke, Yoga-Gurt oder Bademantelgürtel

**ab Dienstag, 27.01.2026,  
12 Vormittage, 9:30 - 11:00 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00

371626

### Hatha- und Raja-Yoga mit Meridianstretching für leicht Fortgeschrittene

Heidemarie Maier, geprüfte Yogalehrerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Hypnosetherapeutin

Kursbeschreibung siehe Nummer 371426

**ab Dienstag, 27.01.2026,  
12 Abende, 19:00 - 20:30 Uhr**  
Burghausen, Liebfrauen Kindergarten  
EUR 108,00



371826

### Hatha- und Raja-Yoga mit Meridianstretching

Heidemarie Maier, geprüfte Yogalehrerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Hypnosetherapeutin

Kursbeschreibung siehe Nummer 371426

**ab Donnerstag, 29.01.2026,  
12 Abende, 18:15 - 19:45 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00

372026

### Vinyasa-Yoga für alle – dein Raum zum Ankommen und Auftanken

Carolin Wolfersberger, Yogalehrerin Vinyasa und Hatha, Yin-Yogalehrerin

In diesem Kurs sind alle willkommen – egal ob Anfängerinnen und Anfänger oder Fortgeschrittene. Die Stunden sind so aufgebaut, dass alle auf dem eigenen Level mitmachen können. Der Kurs bietet dir die Möglichkeit, Körper und Geist in Einklang zu bringen, neue Energie zu tanken und dir bewusst Zeit für dich selbst zu nehmen.

Wir verbinden verschiedene Elemente:

- Meditation für innere Ruhe und Klarheit
- Atemtechniken (Pranayama) zur Stärkung und Entspannung
- Yoga-Asanas (Körperhaltungen), die je nach Thema oder Körperregion unterschiedliche Wirkungen entfalten – mal kräftigend, mal dehnend, mal ausgleichend.

**Bitte mitbringen:** Yogamatte, Trinkflasche, ggf. Yogablock für die Schlussentspannung (Shavasana) gerne warme Kleidung und Socken, damit du es dir richtig gemütlich machen kannst

**ab Mittwoch, 28.01.2026,  
12 Nachmittage, 16:15 - 17:45 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 108,00





Maria Friedlhuber



Orsolya Märkl

## Tai Chi – Qigong – Lu Jong

373026

### Tai-Chi für Anfängerinnen und Anfänger mit und ohne Vorkenntnisse

Birgit Kalchgruber

In diesem Kurs wird besonderer Wert auf eine einfache und langsame Vermittlung leicht zu erlernender Bewegungen gelegt. Klare, bewusst ausgeführte Bewegungen in Kombination mit Eigenkörpermassage und einer gesunden Atmung helfen, die körpereigene Energie zu stärken und gleichmäßig zum Fließen zu bringen. Die Bewegungen lassen sich gut in den Alltag integrieren und helfen nachweislich, die Gesundheit zu stärken und Krankheiten vorzubeugen. Die Übungen im Kurs werden individuell an die vorhandenen Kenntnisse angepasst.

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, leichte Turnschuhe

**ab Dienstag, 27.01.2026,  
10 Abende, 19:00 - 20:30 Uhr**

Raitenhaslach, Gymnastikraum (Bitte beachten Sie, dass der Eingang zum Gymnastikraum über die Seite bei der Feuerwehr zu finden ist. Ein Foto des Eingangs finden Sie auf unserer Homepage)  
EUR 90,00

374026

### Qigong für Neulinge und Fortgeschrittene - Die 18 harmonischen Übungen

Maria Friedlhuber, zertifizierte Taijiquan und Qigong Lehrerin, BvTQ

Diese Übungsreihe bestehend aus 18 aufeinander abgestimmten Bewegungen, ist eine der modernen Formen des bewegten Qigong. Sie wurde in China nach der Kulturrevolution von alten Meistern in Zusammenarbeit mit Ärztinnen und Ärzten und Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern aus traditionellen Qi-

gong- und Tai-Chi-Formen entwickelt. Die sanften und fließenden Bewegungen sind für Anfängerinnen und Anfänger leicht zu erlernen und passen sich an die unterschiedlichen Bedürfnisse und Bewegungsmöglichkeiten der Übenden an. Geübt wird überwiegend im Stehen. Die Bewegungen können auch im Sitzen ausgeführt werden. Bei den „18 harmonischen Übungen“ ist die Aufmerksamkeit auf die jeweiligen Bewegungen des Übungsablaufes konzentriert. Körper und Geist können sich dabei entspannen und die Atmung vertiefen. Die sanften, fließenden Bewegungen verbessern die Vitalität, kräftigen die Muskeln und Gelenke und dienen der Anregung des Stoffwechsels, sowie der Stärkung von Herz und Kreislauf.

**ab Mittwoch, 28.01.2026,  
10 Abende, 18:00 - 19:30 Uhr**  
Kirchweidach, Kooperatorhaus, hinter dem Rathaus  
EUR 90,00

374226A

### Qigong für Neulinge und Fortgeschrittene - Dong Gong

Orsolya Märkl, Qigong-Trainerin und Master Consultantin Klangschalentherapie

Dong Gong Qigong ist eine Form des Qigong, die langsame, achtsame Bewegungen, gezielte Atmung und fokussierte Meditation miteinander verbindet. Der Fokus liegt auf der Harmonisierung von Geist, Körper und Atmung, dem Fluss von Qi und der Innenwahrnehmung. Die Übungen sind oft fließend, schonend und für unterschiedliche Fitnesslevels geeignet. Vorteile können sein: Stressabbau, verbesserte Körperwahrnehmung, erhöhter Energiefluss, bessere Entspannungs- und Schlafqualität, sowie gesteigerte Beweglichkeit und Balance. Die Praxis fördert Harmonisierung von Geist und Körper und kann unterstützend bei





Barbara Voß

Stress- und Schmerzmanagement sein. Anfängerinnen und Anfänger sowie Fortgeschrittene sind in unserem Kurs herzlich willkommen. Gemeinsam üben wir in einem respektvollen, unterstützenden Umfeld. Der Kurs bietet dir eine Reise zu mehr Entspannung und Vitalität. Mit sanften Bewegungen kannst du dein Körperbewusstsein vertiefen und dich mit deiner inneren Energie verbinden.

**Bitte mitbringen:** Bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder leichte Gymnastikschuhe, Getränk

**ab Freitag, 16.01.2026,  
8 Abende, 17:30 – 19:00 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 72,00

---

374326B

### **Qigong für Neulinge und Fortgeschrittene - Meridianübungen**

Orsolya Märkl, Qigong-Trainerin und Master Consultantin Klangschalentherapie

Qigong Meridian-Übungen sind eine sanfte Form der Qigong-Praxis, die den Energiefluss (Qi) entlang der traditionellen Leitbahnen (Meridiane) harmonisieren und stärken. Die Übungen helfen dabei, verstopfte Energien freizusetzen, die Organfunktionen zu unterstützen und Ruhe sowie Klarheit zu fördern. In sanften, fließenden Bewegungen, mit langsamer Atmung und fokussierter Aufmerksamkeit auf Meridiane und Akupunkturpunkte, entstehen Sequenzen, die Arm- und Beinbewegungen, Wirbelsäulenführung und Dehnung verbinden. Die Bewegungen erfolgen langsam, kontrolliert und rhythmisch im Atemfluss. Durch die Übungen verbessert sich die Durchblutung, Stress wird reduziert, die Beweglichkeit nimmt zu und Balance sowie Koordination stärken sich – zugleich wird der körpereigene Heilungsprozess unterstützt. Anfängerinnen und Anfänger sowie Fortgeschrittene sind in unse-

rem Kurs herzlich willkommen. Gemeinsam üben wir in einem respektvollen, unterstützenden Umfeld. Der Kurs bietet dir eine Reise zu mehr Entspannung und Vitalität. Mit sanften Bewegungen kannst du dein Körperbewusstsein vertiefen und dich mit deiner inneren Energie verbinden.

**Bitte mitbringen:** Bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder leichte Gymnastikschuhe, Getränk

**ab Freitag, 17.04.2026,  
10 Abende, 17:30 – 19:00 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 90,00

---

374426

### **Qigong für Ältere (Altstadt)**

Barbara Voß, geprüfte Qigong-Lehrerin

Sanfte Bewegungen im Stehen oder Sitzen können uns helfen, körperliche Einschränkungen im Alter auszugleichen und die Lebensenergie zu stärken. Funktionelle Störungen des Bewegungsapparats, des Herz-Kreislaufsystems, einzelner Organe und des Gehirns können gemildert und das Immunsystem unterstützt werden. Qigong gibt uns die Möglichkeit, aktiv an unserer Gesunderhaltung mitzuwirken. Die Übungsformen werden möglichst individuell auf die jeweiligen Teilnehmenden abgestimmt.

**Bitte mitbringen:** Bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder leichte Gymnastikschuhe, Getränk

**ab Mittwoch, 21.01.2026,  
8 Vormittage, 09:45 - 11:15 Uhr**  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 72,00

---

**Aktuelle  
Änderungen  
finden Sie auf  
unserer Home-  
page**



Manuela  
Auerbacher

374426A

**Schnupperangebot: Qigong auf dem Stuhl für Menschen mit besonderen körperlichen Bedürfnissen**

Barbara Voß, geprüfte Qigong-Lehrerin

Die Übungsformen werden möglichst individuell auf die jeweiligen Teilnehmenden abgestimmt – auch für Menschen mit besonderen körperlichen Bedürfnissen ist eine Teilnahme gut möglich. Das Haus der Familie ist barrierefrei. Sanfte Bewegungen im Stehen oder Sitzen können uns helfen, körperliche Einschränkungen im Alter auszugleichen und die Lebensenergie zu stärken. Funktionelle Störungen des Bewegungsapparats, des Herz-Kreislaufsystems, einzelner Organe und des Gehirns können gemildert und das Immunsystem unterstützt werden. Qigong gibt uns die Möglichkeit, aktiv an unserer Gesunderhaltung mitzuwirken.

**Bitte mitbringen:** Bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder leichte Gymnastikschuhe, Getränk

**ab Mittwoch, 28.01.2026,  
3 Vormittage, 11:45 - 12:45 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 18,00

375026

**Lu Jong - Tibetisches Heilyoga - Workshop zum Kennenlernen**

Manuela Auerbacher, zertifizierte Lu Jong Lehrerin und Shine Meditationslehrerin

Lu bedeutet Körper und Jong bedeutet Transformation und ist eine jahrtausendealte Bewegungslehre aus Tibet. In diesem Kurs lernen wir die 5 Elemente kennen – Raum, Erde, Luft, Feuer, Wasser – aus denen unser Körper besteht. Lt. tibetischer Medizin werden wir krank, wenn ein Element aus dem Gleichgewicht kommt. Zu jedem Element wird die entsprechende Bewegung gelernt und geübt sowie der Nutzen sowohl für unseren Körper als auch für unseren Geist erklärt. Mit

dem Reinigungsatem Lung Ro Sel werden Schlacken aus dem Körper entfernt. Generell arbeiten alle Bewegungen mit der Wirbelsäule – sie sind ruhig, fließend und werden von einem speziellen Atem getragen. Die ganzheitliche und wohlende Wirkung kann in Körper und Geist sofort gespürt werden. Geeignet für jedes Alter und jede Konstitution - es wird im Stehen oder auf einem Stuhl praktiziert. Der Workshop richtet sich an alle Menschen, die sowohl für ihre körperliche Gesundheit als auch für ihre emotionale Gelassenheit etwas tun möchten oder einfach mehr Energie haben wollen.

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder leichte Gymnastikschuhe, Getränk

**Samstag, 31.01.2026,**

**13:30 - 16:30 Uhr**

Burghausen, Zentrum Körper-Geist-Seele, Unghauser Str. 4  
EUR 25,00

375226

**Lu Jong - Tibetisches Heilyoga**

Manuela Auerbacher, zertifizierte Lu Jong Lehrerin und Shine Meditationslehrerin

Die insgesamt 23 ruhigen und fließenden Bewegungen von Lu Long sind eine Kombination aus Position, Bewegung und Atem und arbeiten mit der Wirbelsäule. Die ersten 5 Bewegungen bringen die Elemente Raum, Erde, Luft, Feuer, Wasser ins Gleichgewicht und bilden die Basis. Darauf aufbauend widmen wir uns zusätzlich einer weiteren Übung, um entweder ein bestimmtes Organ oder spezielle Körperteile zu stärken. Auf der körperlichen Ebene verbessert Lu Jong unseren Allgemeinzustand. Wir erhalten mehr Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit sowie ein gestärktes Immunsystem. Auf der emotionalen Ebene verhilft uns Lu Jong zu einem ruhigen Geist und innerer Gelassenheit. Den Abschluss bildet eine kurze Meditation. Der Kurs richtet sich an alle Menschen, die für ihre körperli-





che Gesundheit als auch für ihre emotionale Gelassenheit etwas tun möchten.  
**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder leichte Gymnastikschuhe, Getränk

**ab Donnerstag, 05.02.2026,  
10 Vormittage, 14:00 - 15:00 Uhr**  
Burghausen, Zentrum Körper-Geist-Seele, Unghauser Str. 4  
EUR 60,00

375426

### **Lu Jong - Tibetisches Heilyoga Die 5 Übungen für die 5 Körperteile**

Manuela Auerbacher, zertifizierte Lu Jong Lehrerin und Shine Meditationslehrerin

Lu bedeutet Körper und Jong bedeutet Transformation und ist eine jahrtausendealte Bewegungslehre aus Tibet. In diesem Kurs lernen wir die 5 Übungen für die 5 Körperteile. Diese Bewegungen unterstützen die Flexibilität unseres gesamten Bewegungsapparates, einschließlich der Wirbelsäule sowie unserer Gelenke. Diese Übungen können insbesondere bei Kopfschmerzen, Nackenproblemen, Problemen im Schulterbereich sowie im oberen und unteren Rücken helfen und sind nützlich für alle unsere Gelenke einschließlich Hüftgelenke. Durch die Bewegungen werden geheime Punkte stimuliert, damit sich energetische Blockaden sanft lösen können und die Energie wieder harmonisch in uns fließen kann. Die 5 Übungen werden im Sitzen praktiziert - gerne auch auf einem Stuhl. Die Bewegungen sind einfach, ruhig, fließend und werden von einem ganz speziellen Atem getragen. Wirklich geeignet für jedes Alter und jede Konstitution und die wohltuende Wirkung wird sofort gespürt.

**Nur für Teilnehmende, die bereits die 5 Bewegungen für die 5 Elemente kennen. Diese 5 Bewegungen bilden die Grundlage für alle Lu Jong Übungen und dürfen nicht übergangen werden.**

**Samstag, 21.02.2026,  
13:30 - 16:30 Uhr**  
Burghausen, Zentrum Körper-Geist-Seele, Unghauser Str. 4  
EUR 25,00

375626

### **Lu Jong - Tibetisches Heilyoga Die 5 Bewegungen für die 5 Vitalorgane**

Manuela Auerbacher, zertifizierte Lu Jong Lehrerin und Shine Meditationslehrerin

Lu bedeutet Körper und Jong bedeutet Transformation und ist eine jahrtausendealte Bewegungslehre aus Tibet. In diesem Kurs lernen wir die 5 Bewegungen für die 5 Vitalorgane. Diese Bewegungen unterstützen die Funktion unserer Nieren, sind nützlich für das Herz und die Lebenskanäle, kräftigen unsere Lunge und stärken unsere Milz und helfen unserer Leber. Unsere 5 Vitalorgane werden durch die Bewegungen in Harmonie gebracht und mit der notwendigen Energie versorgt, damit sie ihre Arbeit problemlos verrichten können. Wie bei allen Lu Jong Bewegungen wird unser Geist ruhig und klar. Zudem lernen wir den Lung Ro Sel Atem kennen. Diese Atemtechnik ist äußerst hilfreich, da sie uns von Schlacken befreit. Die Bewegungen sind einfach, ruhig, fließend und werden von einem ganz speziellen Atem getragen, der wie eine innere Massage wirkt. Die 5 Übungen werden sowohl im Stehen als auch im Sitzen praktiziert - gerne auch auf einem Stuhl - und sind geeignet für jedes Alter und jede Konstitution.

**Nur für Teilnehmende, die bereits die 5 Bewegungen für die 5 Elemente kennen. Die 5 Elemente Bewegungen bilden die Grundlage für alle anderen Lu Jong Bewegungen und dürfen nicht übersprungen werden.**

**Samstag, 21.03.2026,  
13:30 - 16:30 Uhr**  
Burghausen, Zentrum Körper-Geist-Seele, Unghauser Str. 4  
EUR 25,00

**3 Tage vor  
Kursbeginn  
anmelden**



## Meditation, Entspannung, Resilienz

376026

### Tibetische Shine Meditation - Ruhe und Gelassenheit finden

Manuela Auerbacher, zertifizierte Lu Jong Lehrerin und Shine Meditationslehrerin

Der Begriff Shine kommt aus dem Tibetischen und bedeutet „in Ruhe verweilen“. In diesem Workshop erfahren wir alle grundlegenden Techniken zur Meditation - wie die korrekte Sitzposition, Augenposition, Atmung, innere Haltung - und was Achtsamkeit tatsächlich bedeutet. Wir lernen die Position der Schildkröte für eine gute Haltung – die Position des Murmeltieres für eine gute Atmung – die Position des Kaninchens für eine gute Augenhaltung sowie die Position des Kindes für eine gute innere Haltung. Um in einen Zustand von „in Ruhe verweilen“ zu kommen, durchläuft unser Geist fünf verschiedene Stadien, die sowohl durch Erklärung verstanden als auch durch eigene Erfahrung erlebt werden. Es sind keine Meditationserfahrungen erforderlich, denn jeder Schritt wird angeleitet. Die Meditation findet auf einem Stuhl statt. Der Kurs richtet sich an Meditationsanfänger, die erfahren wollen, wie Meditation funktioniert – und an alle Meditierenden, die eine größere Tiefe in ihrer Meditationspraxis erfahren möchten.

**Bitte mitbringen:** Bequeme Kleidung, Socken, Papier und Stift, Getränk.

**Samstag, 07.03.2026,  
13:30 - 16:30 Uhr**  
Burghausen, Zentrum Körper-Geist-Seele, Unghauser Str. 4  
EUR 25,00

## Tanzen ist gesund

Tanzen ist sehr gesund. Es regt den Stoffwechsel an, trainiert den Herzmuskel und stärkt langfristig allgemein die Muskelkraft und das Immunsystem. Koordination und Motorik werden verbessert. Neben solchen körperlichen Effekten, die seit Langem bekannt sind, fördert es auch unser psychisches Wohlbefinden.

380026

### Tanz mit, bleib fit (nicht nur für Senioren)

Brigitte Koller, zertifizierte Tanzleiterin für Seniorentanz

Egal in welchem Alter: Tanzen macht Spaß, ist gesund und bringt Lebensfreude. Jeder kann bei uns mitmachen, ohne Vorkenntnisse, ohne einen Partner/eine Partnerin mitbringen zu müssen. Wir tanzen im Kreis, in der Reihe und auch in der Gasse, vom Walzer über die Rumba bis zum Tango. Die Nachmittage können einzeln besucht werden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, die Kursgebühr entrichten Sie bitte bei der Kursleitung.

**ab Montag, 12.01.2026,  
21 Nachmittage, 14:30 - 16:00 Uhr**  
Burghausen, Haus der Familie  
EUR 4,50 (je Nachmittag, vor Ort in bar zu entrichten)

380226

### Orientalischer Tanz für Fortgeschrittene

Mona Straußberger

Mitmachen können Frauen jeder Altersstufe. Die Teilnehmenden beginnen mit Gymnastik, die auf Entspannung und Elastizität ausgerichtet ist. Es folgen Tanzschritte, Bewegungen und Kombinatio-





nen zu ausgewählten Musikstücken. Dabei hilft die konzentrierte Arbeit an den Bewegungen und nicht zuletzt die Begeisterung, die durch die orientalische Rhythmisik beim Tanz ausgelöst werden kann.

**Bitte mitbringen:** leichte Kleidung, Gymnastikschuhe und ein Tuch, das um die Hüften gebunden wird

**ab Dienstag, 03.02.2026,  
12 Abende, 17:45 - 19:15 Uhr**  
Burgkirchen, Mittelschule Burgkirchen-Holzen, Empore, Wendelsteinstraße 33  
EUR 135,00

380426

#### Tanzkurs: Vom Wiener Walzer bis zum Discofox

Andrea Kraus, Tanztrainerin, Mitglied im deutschen und österreichischen Tanzlehrerverband

Grundschritte und bekannte Figurenkombinationen der wichtigsten Gesellschaftstänze (Foxtrott, Wiener Walzer, Langsamer Walzer, Cha-Cha-Cha, Jive und Discofox) werden in diesem Grundkurs gelernt. Am Ende des Kurses sind Sie in der Lage, die grundlegenden Tanzschritte und Rhythmen von verschiedenen Tänzen aus aller Welt auszuführen und besitzen ein Verständnis für die historischen, kulturellen und sozialen Kontexte der Tänze. Damen und Herren, die noch keinen Tanzpartner haben, melden sich bitte unter der Tel. Nr. 0171/3629882

**ab Mittwoch, 04.02.2026,  
8 Abende, 19:00 - 20:30 Uhr**  
Burghausen, Evangelische Freikirche Burgkirchener Str. 139  
EUR 155,00 (Die Kursgebühr ist in bar bei der Kursleitung zu entrichten)

#### Tanztreff Kirchweidach mit Gitti Haas

Der Tanztreff Kirchweidach findet einmal im Monat statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Kursort: Kirchweidach, Kooperatorhaus (Saal hinter dem Rathaus)

**19:30 - 21:30 Uhr**

EUR 8,00 (vor Ort in bar zu entrichten)

381026A-F

#### Tanztreff Kirchweidach: „Kommt zum Tanz ins Jahr 2026“

**Freitag, 16.01.2026:** „Kommt zum Tanz ins Jahr 2026“

**Dienstag, 17.02.2026 (Faschingsdienstag):** „Main Mixer und fröhliche Faschingstänze“

**Freitag, 13.03.2026:**

„Irish Lyrical - Tänze aus dem Norden“

**Freitag, 24.04.2026:** „Loli Rokla-Mixer, Kreis- und Gassentänze“

**Mai** muss ausfallen

**Freitag, 12.06.2026:** „To Tango tis Nefelis - Tänze für die Seele“

**Freitag, 17.07.2026:**

„Löwenzahn-, Ulmentanz und weitere Bachblütentänze“.

**Tanzschule  
Kraus**



seit 1975



[www.tanzschule-kraus.com](http://www.tanzschule-kraus.com)



Christian Pichler

## Wandern, Bergwandern, Schneeschuhwandern

**Eine Wanderung in  
heimische Wälder finden  
Sie im Bereich  
1. Gesellschaft**

### In die Berge mit dem Bergbua

A richtiger „Bergbua“ ist da Christian. Er wohnt zwar im Landkreis Altötting, aber seine Liebe zu seiner Geburtsregion und den Bergen ist geblieben. Deshalb sind seine Wanderungen auch so beliebt, denn diese Liebe spürt man. Christian ist ausgebildeter Bergwander- und Schneeschuhwanderführer, gestaltet seine Wanderungen und Touren aber immer so, dass ALLE mitkönnen.

Christian: „Ich war schon auf der ganzen Welt unterwegs, am liebsten komme ich aber immer wieder zurück in meine Heimat. Hier kenne ich mich aus, hier sind meine Wurzeln. Der Wechsel der Jahreszeiten, die sanften Chiemgauer Berge, die einzigartige bayrische Lebensart. All das fasziniert mich immer wieder aufs Neue. Und mit dieser Begeisterung will ich die Teilnehmenden anstecken.“

---

390026

### Schneeschuhwanderung im Mondschein „...weil's am Abend einfach no ruhiger und schöner is auf unsere Berg!“

Die Tour ist für jeden zu schaffen. Wenn ihr eine Stirnlampe habt, bringt die bitte mit.

#### Leistungen:

- Einweisung in die Technik des Schneeschuhwanderns, bergauf und bergab
- Professionelle Tourenführung durch ausgebildeten Bergwander- und Schneeschuhwanderführer



- Schneeschuhe für Damen und Herren mit Teleskopstöcken, ggf. Gamaschen, wenn gewünscht
- Kleine Stärkung und Getränk während der Tour
- Fackeln für jeden Teilnehmenden
- Viel Wissenswertes aus der Region, gute Laune und viel Spaß

**Eine detaillierte Beschreibung finden Sie auf unserer Homepage.**

**Freitag, 02.01.2026,  
15:30 - 20:30 Uhr**

**oder**

**Freitag, 27.02.2026  
(Kursnummer 390026A)**

**15:30 - 20:30 Uhr**

Ausgangspunkt: Chiemgau, Tirol (je nach Schneelage). Sie werden einige Tage vor der Wanderung direkt vom Bergbua per E-Mail über den genauen Treffpunkt informiert.

EUR 55,00 pro Person inkl. Leihausrüstung, Fackel oder Stirnlampe

EUR 49,00 pro Person, wenn eigene Ausrüstung vorhanden

EUR 39,00 Kinder bis einschließlich 15 Jahre

---

390026

### Schneeschuherlebnis für jedermann „...weil's einfach gmatlicher und stressfreier ist als Skifahren!“

Die Wanderung ist für jedermann geeignet, der es das erste Mal ausprobieren will oder aber auch schon erste Erfahrung mit Schneeschuhen gesammelt hat. Ihr Guide stellt sich auf die Anforderungen der Teilnehmenden ein.

#### Leistungen:

- Einweisung in die Technik des Schneeschuhwanderns, bergauf und bergab
- Professionelle Tourenführung durch ausgebildeten Bergwander- und Schneeschuhwanderführer



391026

## Kulinarische Bergwanderung mit kleiner Kräuterkunde

Eine gemütliche, informative Tour, die keine körperlichen Voraussetzungen erfordert. Alle, die sich für die heimische Natur interessieren, sind herzlich willkommen. Eine Sennerin und Kräuterpädagogin erklärt die heimische Kräuterwelt und kocht für uns. Wanderung inkl. kleiner Jause. Das Besondere an dieser Tour, bei der Bergwanderführer Christian Pichler euch die heimischen Gipfel und die Besonderheiten der Tiroler Bergwelt erklärt, ist der Zwischenstopp auf einer Alm. Hier gibt es eine fachkundige Führung durch die heimische Kräuterwelt. Wir erfahren viel über die nützlichen Wildkräuter auf der Almwiese und werden einige davon anschließend bei leckeren Speisen auf unserem Teller wiederfinden. Eine Sennerin und Hüttenwirtin, die mit Leib und Seele kocht, weicht uns in ihre Kochgeheimnisse ein.

**Bitte mitbringen:** gemütliche wetterfeste Bergwanderkleidung, festes Schuhwerk, bei Bedarf Stöcke, Getränke, Müsliriegel und gute Laune.

**Samstag, 04.07.2026,**

**12:30 - 17:00 Uhr**

**Sie werden einige Tage vor der Wanderung direkt vom Bergbau per E-Mail über den genauen Treffpunkt informiert.**

EUR 52,00 (EUR 13,00 für die Jause auf der Alm sind vor Ort in bar zu entrichten)  
EUR 35,00 Kinder bis einschließlich 15 Jahre (EUR 13,00 für die Jause auf der Alm sind vor Ort in bar zu entrichten)

**3 Tage vor Kursbeginn anmelden**



## 4. Beruf & Schlüsselqualifikationen



Alle Kurse sind  
Online-Kurse

Die vhs Burghausen-  
Burgkirchen ist  
trägerzertifiziert  
nach AZAV von  
der DQS



### Unsere Wertvorstellung

Arbeit und Beruf sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung der **persönlichen Identität** sowie für die **gesellschaftliche Teilhabe**. Deshalb ist berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil des vhs-Angebots. Berufliche Weiterbildung setzt an bei Kompetenzen wie **Lernfähigkeit und Sprachkenntnissen** und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit **Informationstechnologie** und den Neuen Medien ist ein wichtiger Schwerpunkt. Ebenfalls vertreten: Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen in kaufmännischen, betriebswirtschaftlichen und technischen Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Angebote zu Querschnitts-Themen, wie Rhetorik, Selbstmarketing und Kreativitätstraining stärken berufliche und persönliche Kompetenzen. Beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse finden sich auch in den Programmberächen Gesellschaft, Sprachen und Gesundheit.

**Themen zur Verbraucherbildung und zu Psychologie und Persönlichkeitsentwicklung finden Sie im Bereich 1. Gesellschaft**

**Betriebswissenschaftliche Kurse mit Michael Benna,  
Dipl.-Mathematiker und Steuerberater, finden Sie bei unseren  
Kollegen der vhs Alt-, Neuötting, Töging**



Matthias Dahms

### Online-Kurse mit Matthias Dahms

Dipl.-Ök. Matthias Dahms hat Wirtschaftswissenschaften in Wuppertal studiert und ein Zusatzstudium im Bereich Personalentwicklung absolviert. Er arbeitet seit 1990 als Führungs- und Kommunikationstrainer für Unternehmen, Verwaltungen und Stiftungen. Er ist Lehrbeauftragter der Hochschule Heilbronn.

443625

480026

### Neujahrseminar: Ziel- erreichungsstrategien für 2026

### Nebenberuflich selbstständig: Von der Idee zur Umsetzung

Neues Jahr – neue Möglichkeiten! Doch statt guter Vorsätze, die schon im Februar verpuffen, braucht es einen klaren Plan. In diesem motivierenden Neujahrseminar setzen Sie Ihre persönlichen und beruflichen Ziele für 2026 so, dass Sie sie auch wirklich erreichen.

Sie entwickeln Ihren individuellen Jahresfahrplan, schaffen messbare Etappenziele und lernen Methoden kennen, um motiviert zu bleiben – auch wenn es mal schwierig wird. Sie arbeiten aktiv an Ihren wichtigsten Vorhaben und gewinnen Klarheit, Fokus und Energie für ein erfolgreiches Jahr.

Der Traum von der Selbstständigkeit muss nicht gleich ein Sprung ins kalte Wasser sein – oft ist der Weg über die nebenberufliche Tätigkeit ideal. Sie testen Ihre Geschäftsidee, bauen Kunden auf und sichern sich gleichzeitig Ihr Einkommen aus dem Hauptberuf. In diesem praxisnahen Seminar erfahren Sie, wie Sie von der ersten Idee bis zur erfolgreichen Umsetzung strukturiert vorgehen. Wir betrachten Chancen und Risiken, prüfen Geschäftsideen auf Machbarkeit, klären rechtliche Rahmenbedingungen und erarbeiten Ihren persönlichen Fahrplan für die Umsetzung.

Das erwartet Sie:

- Geschäftsideen entwickeln und bewerten
- Markt- und Zielgruppenanalyse für Einsteiger
- Rechtliche Grundlagen und Genehmigungen

**Donnerstag, 01.01.2026,  
13:00 - 16:00 Uhr**

Anmeldung bis 18.12.2025 erforderlich!  
Online-Kurs, die Zugangsdaten erhalten  
Sie einige Tage vor Kursbeginn  
EUR 69,00



- Kalkulation, Finanzierung und Steuern
- Marketing und Kundenakquise im Nebenberuf
- Zeit- und Selbstmanagement für Doppelbelastung

**Mittwoch, 22.04.2026,**

**18:30 - 21:30 Uhr**

Online-Kurs, die Zugangsdaten erhalten  
Sie einige Tage vor Kursbeginn  
EUR 69,00

onen kommt es darauf an, standfest, verständlich und souverän zu argumentieren – ob im Gespräch mit Kolleginnen und Kollegen, Vorgesetzten oder im privaten Umfeld. Doch gute Argumente allein reichen oft nicht. Es braucht Struktur, Wirkung und die richtige Haltung.

In diesem Seminar lernen Sie:

- wie Sie Ihre Aussagen klar und überzeugend formulieren,
- wie Sie auch bei Gegenwind ruhig und souverän bleiben,
- wie Sie bildhafte Sprache und Körpersignale gezielt einsetzen,
- und wie Sie typische Einwände schlagfertig und respektvoll konttern.

Power-Argumentation heißt: Nicht lauter werden – sondern klarer, selbstsicherer, wirkungsvoller!

**Freitag, 13.03.2026,**

**18:30 - 21:30 Uhr**

Online-Kurs, die Zugangsdaten erhalten  
Sie einige Tage vor Kursbeginn  
EUR 69,00

483026

## **Moderation: sicher - überzeugend - effizient**

Ob Besprechung, Workshop oder Veranstaltung – eine gute Moderation ist der Schlüssel, um Ziele zu erreichen, Teilnehmende einzubinden und Ergebnisse sichtbar zu machen. Wer moderiert, muss sowohl den roten Faden halten als auch flexibel auf Dynamiken reagieren können. In diesem Seminar lernen Sie, Moderationen professionell vorzubereiten, sicher zu steuern und überzeugend abzuschließen. Sie trainieren, wie Sie unterschiedliche Persönlichkeiten einbeziehen, Diskussionen fokussieren und Ihre Rolle als Moderatorin und Moderator klar gestalten.

**Dienstag, 17.02.2026,**

**18:30 - 21:30 Uhr**

Online-Kurs, die Zugangsdaten erhalten  
Sie einige Tage vor Kursbeginn  
EUR 69,00

483226

## **Power-Argumentation: Klar argumentieren – souverän überzeugen**

Sie haben eine Meinung – aber manchmal fehlen die Worte? Sie wollen sich klarer ausdrücken – aber geraten in Diskussionen unter Druck? Dann ist dieses Seminar genau das Richtige für Sie!

In vielen beruflichen und privaten Situations

## **Online-Kurse: Mental-Training mit Helmut Lange**

Dipl. Päd. (Univ.) Helmut Lange ist leidenschaftlicher Pädagoge und seit 30 Jahren als Coach und Trainer tätig. Sein Wissen vermittelte der professionelle Gedächtnistrainer bereits in mehreren Büchern zum Thema: Gedächtnistraining und Lernen. Einige der Bücher schafften es sogar in die Top-10 der Bestsellerlisten. Sein jüngstes Buchprojekt zum Thema „Namen und Gesichter merken“ wurde erst vor Kurzem veröffentlicht.



Helmut Lange

492026

## **Superhirn - Namen und Gesichter merken**

Viele Menschen können sich zwar sehr gut an Gesichter erinnern, aber der dazugehörige Name ist in den meisten Fällen nicht mehr präsent. Damit Ihnen in Zukunft auch der dazugehörende Name einfällt, gibt es einfache und wirksame Methoden sich Gesichter und Namen einzuprägen. Mit dieser Methode schaffte es auch der Gedächtnissportler Boris Konrad ins Guinness-Buch der Rekorde: 201 Gesichter und die dazugehörigen Namen in nur 15 Minuten. Der Gedächtnistrainer und Buchautor Helmut Lange zeigt Ihnen anhand von Beispielen, wie Sie auch von dieser Methode profitieren können.

**Dienstag, 03.03.2026,**

**19:00 - 21:30 Uhr**

Online-Kurs, die Zugangsdaten erhalten  
Sie einige Tage vor Kursbeginn. Das Passwort schickt Herr Lange in einer separaten Mail während des Log-In-Vorgangs.  
EUR 25,00



492226

**Wege zu einem perfekten Gedächtnis – Ganztageskurs**

Denken und Lernen sind zu einem großen Teil durch die Schulzeit geprägt. Wenn Sie als Lernende an Fort- und Weiterbildungen teilnehmen, greifen Sie meist auf althergebrachtes Lernverhalten zurück und wundern sich, dass kaum etwas hängen bleibt. Dabei kann Lernen so einfach sein, wenn Sie nur ein paar Merktechniken anwenden. Wenn Sie also in Zukunft Zahlen, Daten, Fakten, Vokabeln, Namen und Gesichter schnell und sicher behalten möchten, dann lassen Sie sich von einem kreativen und einflussreichen Gedächtnistrainer inspirieren. Denn Ihr Gehirn kann viel mehr als Sie denken. Sie bekommen faszinierende Gedächtnistechniken von dem professionellen Andragogen Helmut Lange vermittelt. Schon während des Seminars kann Ihre Merkfähigkeit um 300% gesteigert werden. Danach werden Sie nicht mehr lernen, weil Sie müssen, sondern Sie werden lernen, weil Sie wollen! Just for fun! Der Onlinekurs spricht jeden an - ob Schüler, Studenten, Berufstätige oder Senioren - probieren Sie es gerne aus!

**Samstag, 28.03.2026,  
9:00 - 16:30 Uhr**

Online-Kurs, die Zugangsdaten erhalten Sie einige Tage vor Kursbeginn. Das Passwort schickt Herr Lange in einer separaten Mail während des Log-In-Vorgangs.  
EUR 62,50

Anmeldung für alle Kurse online  
[www.vhs-burghausen.de](http://www.vhs-burghausen.de) oder  
bei der vhs-Geschäftsstelle

492426

**Superhirn - Vokabeln lernen im Sekundentakt für Schülerinnen und Schüler**

Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabeln lernen können? Und dabei noch Spaß haben? Die Schlüsselwortmethode hilft dir dabei Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zigfache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Der Buchautor und Diplom Pädagoge Helmut Lange hat zum Thema „Vokabeln lernen“ mehrere Bücher geschrieben und zeigt dir anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen - schon während des Webinars. Helmut Lange zeigt dir die besten Vokabel-Lern-Tricks.

**Dienstag, 14.04.2026,  
16:00 - 18:00 Uhr**

Online-Kurs, die Zugangsdaten erhalten Sie einige Tage vor Kursbeginn. Das Passwort schickt Herr Lange in einer separaten Mail während des Log-In-Vorgangs.  
EUR 25,00



# COPYSHOP PUR

ALLES RUND UMS KOPIEREN, DRUCKEN, INDIVIDUELLE GESCHENKE, STEMPEL, PLAKATE UND NOCH MEHR.

## TASSEN- UND KRUG-DRUCK T-SHIRT-DRUCK, KISSEN, TASCHEN

GANZ INDIVIDUELL, SCHON AB EINEM TEIL LEGEN WIR LOS MIT DRUCKEN  
SCHULABSCHLUSS, JGA, VEREIN, FIRMA, SPORT



## BAUPLAN – DRUCK, SCAN, KOPIEREN BINDUNGEN VON ABSCHLUSSARBEITEN

THERMOBINDUNG, BUCH- ODER RINGBINDUNG



LAMINIEREN, KOPIEREN, AUSDRUCKEN  
EINLADUNGEN, KARTEN  
AUSDRUCKE VON EMAIL ODER  
USB-STICK USW.



**PUR**   
**COPYSHOP**

Robert-Koch-Str. 17D | **BURGHAUSEN**

Mo-Fr 9-18 und Sa 9-13 Uhr

Tel. 08677 915337

grafik@werbeagentur-pur.de

FB/INSTA: Copyshop PUR Burghausen



Flexibles  
Arbeiten



Firmenbonus  
sowie Weihnachts-  
& Urlaubsgeld



Bezuschusste  
ODU Betriebskantine



#woduzählst



30 Tage Urlaub  
& Sonderurlaub



Betriebliche  
Altersvorsorge



Gemeinsame  
Feiern und Events



Corporate Benefits &  
Mitarbeiterrabatte



Attraktive  
Weiterbildungen



Fahrradleasing &  
Firmensport

[karriere.odu.de](http://karriere.odu.de)

## 5. Kunst & Gestalten

### **Unsere Wertvorstellung**

Angebote der kulturellen Bildung dienen dem Erlernen, Erproben, Entwickeln und Erweitern der Kernkompetenzen **Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit**. Die kulturelle Bildung schafft Zugänge zur Kultur und ermöglicht darüber gesellschaftliche Teilhabe, **fördert Integration und Inklusion**. „Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont die Enquete-Kommission „Kultur in Deutschland“.

**Kultur macht stark**

### **Sauberkeit der Werkräume**

Sauberkeit ist Voraussetzung für gutes und ordentliches Arbeiten. Natürlich fällt bei den meisten Mal- und Werkkursen Schmutz an. Umso herzlicher bitten wir Sie, Ihren Arbeitsplatz gewissenhaft für die nächsten Kurse zu reinigen.

### **Werfen Sie auch einen Blick in den Programmbericht**

**2. Gesundheit. Dort finden Sie die Bereiche „Gesunde Ernährung“ und „Kreative Bewegung“**



Katherina  
Hubbauer

### **Zeichnen & Malen**

550226

#### **Einfach Zeichnen für Einsteiger**

Katherina Hubbauer, Alumni der Meisterklasse der Leonardo Kunsthakademie Salzburg

Du denkst, du kannst nicht zeichnen? Ich zeige dir, dass Zeichnen nur 1% Talent und 99% Übung und Wissen ist! Lerne in 6 Sessions, wie du mit einfachen Mitteln – Bleistift und Papier – die Realität naturgetreu auf Papier bringst. Im Fokus: Sehen lernen von Konturen, Perspektiven, Licht & Schatten – für lebendige, ausdrucksstarke Zeichnungen. Mit persönlicher Betreuung unterstütze ich dich Schritt für Schritt auf deinem Weg. Keine Vorkenntnisse nötig – nur Neugier & Freude am Lernen!

**Bitte mitbringen:** Bleistifte in 2B, 4B, und 7B, Knetradierer, weißer Plastikradierer, schwarzer Fineliner, wasserlöslicher Folienstift, Klemmbrett, Spitzer und Kopierpapier. Alle weiteren Materialien sind bereits im Kurspreis enthalten.

**ab Donnerstag, 29.01.2026,  
6 Abende, 19:00 - 21:00 Uhr**  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 154,00

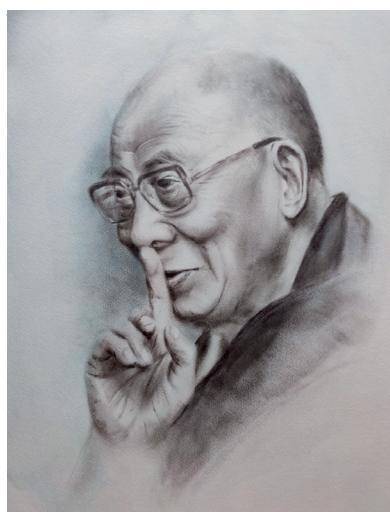
550226

#### **Einfach Zeichnen - Aufbaukurs**

Katherina Hubbauer, Alumni der Meisterklasse der Leonardo Kunsthakademie Salzburg

In diesem Kurs erweitern wir deine Grundlagen und widmen uns fortgeschrittenen Techniken wie dem Zeichnen mit Kohle. Du lernst, wie du Konturen, Perspektiven, Licht & Schatten mit einer ausdrucksstarken Komposition kombinierst, um deinen Zeichnungen noch mehr Tiefe und Wirkung zu verleihen.

**ab Donnerstag, 16.04.2026,  
6 Abende, 19:00 - 21:00 Uhr**  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 154,00



**Anmeldung für alle Kurse online  
[www.vhs-burghausen.de](http://www.vhs-burghausen.de) oder  
bei der vhs-Geschäftsstelle**



551026

**Aquarellkurs für Fortgeschrittene**

Gabriele Spes, Mitglied in der Deutschen Aquarell Gesellschaft

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die schon erste Erfahrungen mit der Aquarellmalerei gesammelt haben. Wir üben Techniken wie das Lasieren, die Verlaufs- und die Auswaschtechnik, das Arbeiten Nass-in-Nass und dem experimentellen Umgang mit verschiedenen Effekten, die Wirkung von Licht und Schatten, die Farbwahl.

Das Aquarellmalen ist für weich ineinanderfließende Effekte ebenso bekannt wie für klar umgrenzte Flächen und detailgetreue, fast zeichnerische Pinselaufträge. Sie bekommen einen Einblick in fortgeschrittene Maltechniken, können diese ausprobieren und eigene Motive umsetzen.

**Bitte mitbringen:** Aquarellblock mit Papier am besten 300 g, 30 x 40 cm, Skizzenblock: Zeichenblock A4, Aquarellkasten (z.B. Akademie Aquarellkasten 8 Farben z.B. von Schmincke), einige gute Aquarellpinsel unterschiedlicher Stärke, spitz und/oder breit (Nr. 4, 6, 12, 18), breiter Flachpinsel Nr. 30, zum Wasserauftrag (wichtig ist, dass es Aquarellpinsel sind, es können synthetische Haare sein oder Naturhaare), 1 Bleistift 2B, 1 Radiergummi, gerne ein Knetgummi, 2 Plastikbecher für Wasser, Lappen oder Küchenrolle

Für diesen Kurs sind Aquarellfarben einer Qualitätsmarke dringend zu empfehlen. Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an die vhs.

**ab Mittwoch, 25.02.2026,  
3 Abende, 19:00 - 21:00 Uhr  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 45,00**

551226

**Urban Sketching leicht gemacht**

Gabriele Spes, Mitglied in der Deutschen Aquarell Gesellschaft

Das Urban Sketching ist inzwischen eine globale Kunstbewegung, die sich vor einigen Jahren formiert hat. Wir bilden Orte und Szenen ab, die wir im Alltag erleben oder uns in unserer Heimatstadt bzw. auf Reisen begegnen. Die Szenen werden dabei zunächst skizziert und dann mit Aquarellfarben koloriert. Eine der Grundlagen, die das Urban Sketching so besonders macht, ist keine Fotografien als Vorlagen zu verwenden, sondern die Motive ausschließlich direkt vor Ort malerisch festzuhalten.

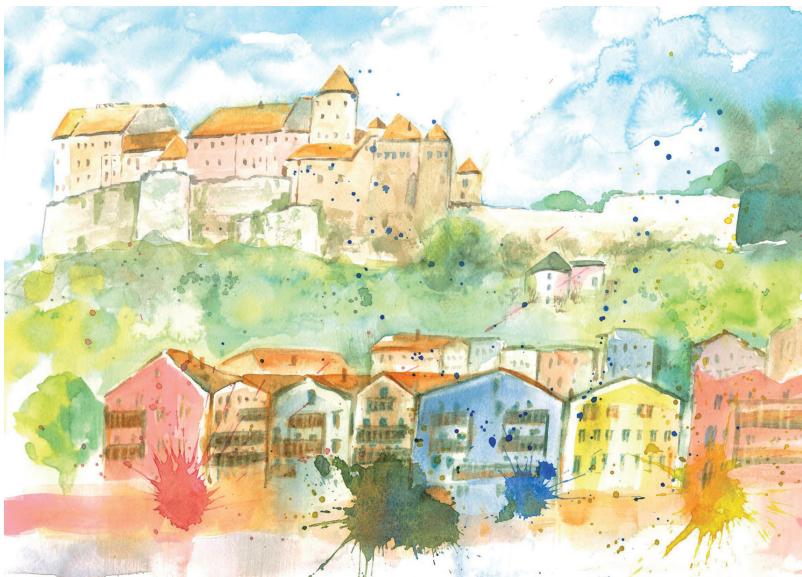
Urban Sketching erhebt keinerlei Anspruch auf Perfektion. Ganz im Gegen teil: Szenen und Motive sollen möglichst schnell und locker zu Papier gebracht werden, daher eignet es sich für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen. Wir verwenden ein Aquarell-Skizzenbuch, welches schließlich zu einem künstlerischen Tagebuch wird.

**Bitte mitbringen:** Aquarell-Skizzenbuch, mind. 200g Aquarell-Papier, z.B. von Hahnemühle oder Moleskine, Format A5 quer, Aquarell-Pinsel: einen dünnen Rundpinsel (0) oder Schlepper, weitere Rundpinsel (5, 14, 18), z.B. Da Vinci Casaneo, Cosmotop, Wassertank-Pinsel sind ebenfalls möglich. Aquarellfarben: vorhandene Farben können benutzt werden, praktikabel sind kleine, transportable Kästen (Empfehlung für Neuanschaf fung: z.B. Schmincke, Van Gogh)

**Mittwoch, 17.06.2026,  
19:00 - 21:00 Uhr und  
Samstag, 20.06.2026,  
10:00 bis 16:00 Uhr  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 59,00**



Gabriele Spes





Ilona Császár

## Malkurse in Burgkirchen

Mónika Ilona Császár, Kunstpädagogin  
MsC, Malerin

In diesem Kurs erwerben die Teilnehmenden die Grundlagen der Landschafts- und Stillleben-Malerei und lernen die Stile und Techniken weltbekannter Künstler kennen. In jedem Monat gibt es eine thematische Sitzung, die sich auf das Werk eines bestimmten Künstlers konzentriert. Dieser Kurs bietet den Teilnehmenden eine ausgezeichnete Gelegenheit, ihre malerischen Kenntnisse und ihre Kreativität durch verschiedene Techniken und künstlerische Ansätze weiterzuentwickeln. Es können eigene Mal- und Zeichengeräte mitgebracht werden, die Kursleiterin stellt jedoch Materialien gegen einen kleinen Aufpreis, der vor Ort in bar zu entrichten ist, zur Verfügung.

### 551626A

**Januar: Grundlagen der Farbtheorie und Komposition (Claude Monet)**

- Ziel: Verständnis der Farbfunktion und der Grundlagen der Komposition
- Künstler: Claude Monet
- Aktivitäten: Farbmischung, Kompositionsplanung, Analyse von Monet-Gemälden

**Samstag, 31.01.2026,**

**09:00 - 12:00 Uhr**

Burgkirchen, Bürgerzentrum

EUR 18,00

### 551626B

**Februar: Landschaftsmalerei – Natur und Licht (Vincent van Gogh)**

- Ziel: Vorstellung und Malen von Landschaften unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Lichteffekte
- Künstler: Vincent van Gogh
- Aktivitäten: Erstellung emotionaler Landschaftsbilder, Pinseltechniken im Stil von van Gogh

**Samstag, 28.02.2026,**

**09:00 - 12:00 Uhr**

Burgkirchen, Bürgerzentrum

EUR 18,00

### 551626C

**März: Stillleben - Pflanzen und Blumen (Paul Cézanne)**

- Ziel: das ewige Schönheitsbild der Natur festhalten
- Künstler: Paul Cézanne
- Aktivitäten: Anwendung der Methoden von Cézanne, Farbmischung mit Pflanzen

**Samstag, 21.03.2026,**

**09:00 - 12:00 Uhr**

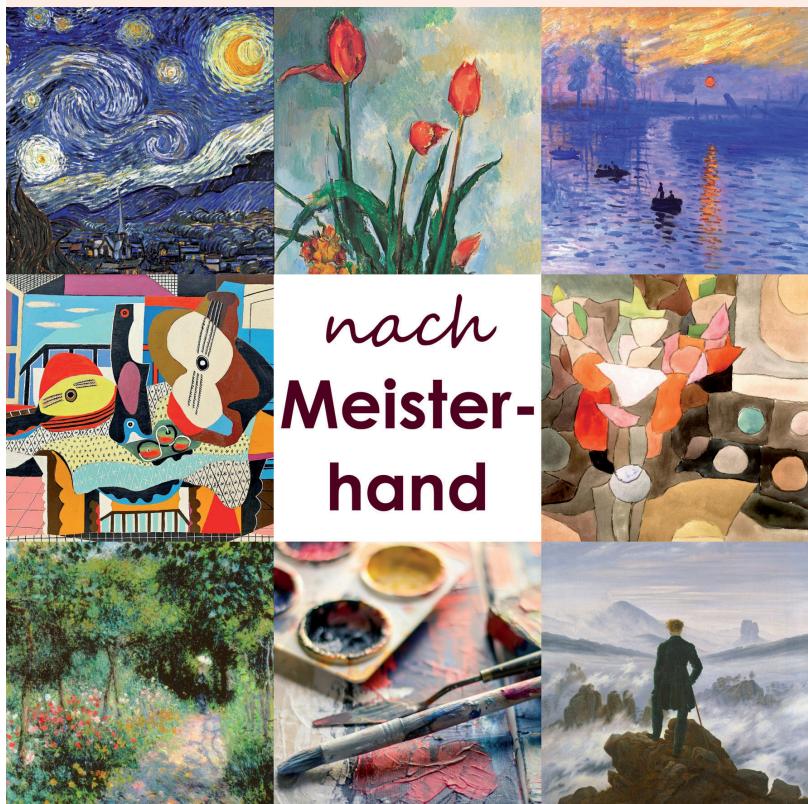
Burgkirchen, Bürgerzentrum

EUR 18,00

### 551626D

**April: Landschaftsmalerei - Wasser, Himmel und Erde (Caspar David Friedrich)**

- Ziel: Ausdruck der Elemente und Erlernen von Techniken



nach  
Meister-  
hand



Nicole Hartmann

- Künstler: Caspar David Friedrich
- Aktivitäten: Malen von Landschaften, Theorie und Praxis über natürliches Licht

**Samstag, 25.04.2026,  
09:00 - 12:00 Uhr**

Burgkirchen, Bürgerzentrum  
EUR 18,00

551626E

### **Mai: Stillleben - Abstraktion und Formen (Pablo Picasso)**

- Ziel: Entdeckungen der Spielerei mit Abstraktion und Formen
- Künstler: Pablo Picasso
- Aktivitäten: Studium des Stils von Picasso, Erstellung abstrakter Stillleben unter Verwendung verschiedener Formen und Farben

**Samstag, 16.05.2026,  
09:00 - 12:00 Uhr**

Burgkirchen, Bürgerzentrum  
EUR 18,00

551626F

### **Juni: Landschaftsmalerei - Jahreszeitenwechsel (Pierre-Auguste Renoir)**

- Ziel: Festhalten des Wechsels der Jahreszeiten
- Künstler: Pierre-Auguste Renoir
- Aktivitäten: Die Farbenspiele der Natur als Quelle von Kreativität, Anwendung von Renoirs Techniken

**Samstag, 27.06.2026,  
09:00 - 12:00 Uhr**

Burgkirchen, Bürgerzentrum  
EUR 18,00

551626G

### **Juli: Stillleben - Bunte und Spielerische Formen (Paul Klee)**

- Ziel: Ausdruck der bunten und spielerischen Aspekte der Abstraktion
- Künstler: Paul Klee
- Aktivitäten: Erkundung von Klees Stil, Integration der Farben- und Formenspiele in die Stillleben

**Samstag, 25.07.2026,  
09:00 - 12:00 Uhr**

Burgkirchen, Bürgerzentrum  
EUR 18,00

551826A

### **Nass-in-Nass Technik: Urwald mit Papageien**

Nicole Hartmann CRI, Malerin, zertifizierte Bob Ross® Lehrerin CRI

Die Nass-in-Nass Technik des bekannten Malers Bob Ross® ist eine sehr leichte und effektive Malmethode, die sich bestens für Anfänger und Fortgeschrittene eignet. Mit original Bob Ross® Pinseln und Ölfarben malen Sie ein komplettes Bild innerhalb eines Tages. Jedes Motiv wird Ihnen Schritt für Schritt erklärt von einer ausgebildeten Lehrerin dieser Technik auf einer Leinwand 40x50 cm. In jedem Kurs wird ein anderes Motiv gemalt. Alle Materialien werden zur Verfügung gestellt. Materialkosten sind in der Kursgebühr bereits enthalten.

**Bitte mitbringen:** Malkittel, bequeme Schuhe, Brotzeit, Getränk

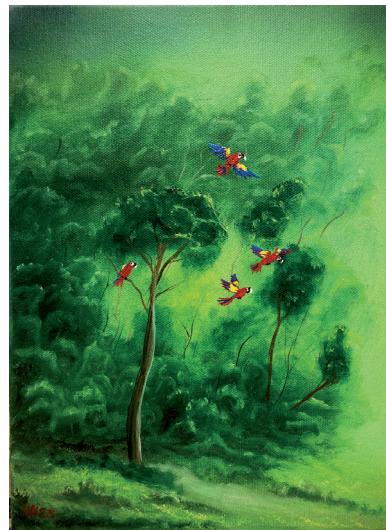
**Samstag, 14.03.2026,**

**10:00 - 17:00 Uhr**

**mit Mittagspause**

Burghausen, Mautnerschloss

EUR 92,50 inkl. Materialkosten



551826B

### **Nass-in-Nass Technik: Zitronenbaum**

Nicole Hartmann CRI, Malerin, zertifizierte Bob Ross® Lehrerin CRI

Die Nass-in-Nass Technik des bekannten Malers Bob Ross® ist eine sehr leichte und effektive Malmethode, die sich bestens für Neulinge und Fortgeschrittene eignet. Mit original Bob Ross® Pinseln und Ölfarben malen sie ein komplettes Landschaftsbild innerhalb eines Tages. Jedes Motiv wird Ihnen Schritt für Schritt erklärt von einer ausgebildeten Lehrerin dieser Technik auf einer Leinwand 40x50 cm. In jedem Kurs wird ein anderes Motiv gemalt. Alle Materialien werden zur Verfügung gestellt. Materialkosten sind in der Kursgebühr bereits

**3 Tage vor  
Kursbeginn  
anmelden**



Bettina Schranner

enthalten.

**Bitte mitbringen:** Malkittel, bequeme Schuhe, Brotzeit, Getränk**Sonntag, 15.03.2026,  
10:00 - 17:00 Uhr  
mit Mittagspause**Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 92,50 inkl. Materialkosten

---

552026**Workshop: KUNST-AUSDRUCK  
mit Kaffee**Blaženka Sommer, Textildesignerin,  
freischaffende Künstlerin

Im Malkurs werden künstlerisch spannende AKZENTE mit Hilfe von Mischtechniken gesetzt. Es wird gepinselt, gespachtelt, gekritzelt, gespritzt und mehr. Gemeinsam tauchen wir in den kreativen Prozess ein und lassen einzigartige Effekte entstehen.

**Bitte mitbringen:** Malkittel, Acrylfarben, Pinsel in verschiedenen Größen, Spachtel, Föhn, Collagenkleber, Wasserglas, alte Lappen, Schälchen zum Mischen von Farbe, sowie ein paar Malgründe nach eigener Wahl. Alles Weitere wird gestellt.**Samstag, 24.01.2026,  
14:00 - 17:00 Uhr**  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 18,00

---

552226**Workshop: KUNST-AUSDRUCK  
mit Spiritus**Blaženka Sommer, Textildesignerin,  
freischaffende KünstlerinKursbeschreibung siehe Kursnummer  
552026**Samstag, 14.03.2026,  
14:00 - 17:00 Uhr**  
Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 18,00

552626

**Workshop: Dot Painting**

Josefa Lamchaouri

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und gestalten Sie mit mir nach Übung der Grundlagen der Punktmalerei einen individuellen Mandalastein. Doting Tools und Acrylfarben stehen während des Kurses zur Verfügung.

**Bitte mitbringen:** Malschürze oder alte Kleidung tragen, Getränk**Donnerstag, 05.02.2026,  
18:00 - 21:00 Uhr**Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 18,00 zzgl. Materialkosten ab EUR  
8,00 (in bar bei der Kursleiterin zu entrichten)

---

**Kreatives Handwerk**

553026

**Glasfusing: Glasgestaltung und  
Glasverschmelzung**Bettina Schranner, Glasgestalterin,  
Kunstglaserin

Runde Kanten, interessante Bläschen, farbenfroh oder schlicht und klar - so könnte Ihr neues, selbst gestaltetes Schmelzglas aussehen. Ein Objekt für drinnen oder draußen, eine gebogene Schale, ein Hauschild oder ein kleines Schmuckstück: es gibt keine feste Vorgabe, aber viele Ideen und Möglichkeiten zum Probieren und Gestalten. Glasfusing (= Glasverschmelzung) bietet dazu vielfältige Möglichkeiten. Durch Gestalten mittels Farbpulver, Einarbeiten z.B. von Metallen auf mehreren Glasschichten und -stücken entstehen interessante Effekte und unendlich viele Designs. Diese werden später im Ofen im etwa 850° Grad heißen Schmelzbrand verschmolzen. In einer kleinen Gruppe von 4 - 7 Personen können Sie eine entspannende und kreative Zeit verbringen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich! In der Kursgebühr sind die Kosten für





Andreas Schlosser

Brand von ca. 30 x 30 cm Fläche enthalten. Nach Absprache können auch größere Elemente angefertigt werden. Für die kreative Pause zwischendurch steht Kaffee und Wasser bereit. Ihre fertigen Objekte können nach etwa 15 Tagen abgeholt bzw. zugeschickt werden. Bitte feste Schuhe und Arbeitskleidung tragen.

#### **Freitag, 19.06.2026,**

**09:00 - 13:00 Uhr**

Glasigart

Kinning 7, Niederbergkirchen

EUR 89,00 zzgl. Materialkosten ab EUR 15,00 (in bar bei der Kursleiterin zu entrichten)

554026

#### **Schmiedekurs „1 MESSER schmieden mit Griff“**

#### **Ganztageskurs für Erwachsene – Kleingruppe (3 - 5 Personen)**

Andreas Schlosser, Metallgestalter, Kunstschmied

Die Teilnahme an diesem Schmiedekurs ist ohne Schmiede-Vorkenntnisse und somit auch für Anfänger möglich. Der Schmiede-Kurs vermittelt den Teilnehmenden einen Eindruck der faszinierenden Welt des Schmiedehandwerks. Jeder Kursteilnehmer darf anschließend sein geschmiedetes Messer (mit Holzgriff) mit nach Hause nehmen und sich daran erfreuen.

Kursinhalt:

- kurze Einführung in die Grundlagen der Schmiedetechniken
- Erlernen von Schmiedetechniken am Schmiedefeuer und Amboss
- Schmieden von 1 Messer unter Anleitung von Andreas Schlosser
- Bereitstellung aller benötigten Werkzeuge, Materialien und Schutzausrüstungen

**Bitte mitbringen:** festes Schuhwerk aus Leder (wenn vorhanden mit Stahlkappe), Arbeitshandschuhe (bevorzugt aus Leder), lange Arbeitskleidung, die schmutzig werden darf, Brotzeit & Getränke.



**Bitte berücksichtigen Sie bei der Wahl der Arbeitskleidung, dass es im Kurs zu Funkenflug kommen kann und mit heißen Gegenständen gearbeitet wird. Tragen Sie bei der Arbeit im Kurs schwer entflammbar Kleidung (z.B. aus Baumwolle) und möglichst ein T-Shirt oder einen Pullover mit langen Ärmeln.**

#### **Samstag, 18.04.2026,**

**08:30 - 17:00 Uhr**

Kunstschmiede Andreas Schlosser

Bergfried 22, Fridolfing

EUR 210,00 zzgl. Materialkosten  
(Materialkosten von EUR 90,00 sind vor Ort beim Kursleiter in bar zu bezahlen)

555026A

#### **Drechseln für Neulinge ab 16 Jahren – Die hohe Kunst mit Holz zu arbeiten**

Marco Bruckner, staatl. geprüfter Holzbildhauer und Kunstdrechsler, Künstler

Der Kurs wird mit maximal zwei Personen in entspannter Atmosphäre durchgeführt. So kann individuell auf die Teilnehmenden eingegangen werden. Nach einer Sicherheitseinweisung und Informationen zur Holzkunde steigen wir in die verschiedenen Drechseltechniken ein und lernen alles rund ums Schleifen. Durch die richtig angewandte Technik entstehen an diesem Tag ein Kerzenständer und eine Holzschale.

**Bitte mitbringen:** Kleidung, die schmutzig werden darf, Getränk

**Für die Kursorganisation gelten die AGB der vhs Burghausen-Burgkirchen e.V., für die Kursdurchführung gelten die AGB der Werkstatt Marco Bruckner. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.**

#### **Sonntag, 11.01.2026,**

**9:00 - 12:00 Uhr**

Werkstatt Marco Bruckner

Nöstlbach 34, Pittenhart

EUR 115,00 (inkl. Bereitstellung von Maschinen, Werkzeug, Material u. Zubehör)





Katalin Harrer



Katharina Frieda Meier

555026B

### Drechseln für Neulinge ab 16 Jahren

Kursbeschreibung siehe 555026A

**Für die Kursorganisation gelten die AGB der vhs Burghausen-Burgkirchen e.V., für die Kursdurchführung gelten die AGB der Werkstatt Marco Bruckner. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.**

**Sonntag, 22.02.2026,  
09:00 - 12:00 Uhr**

Werkstatt Marco Bruckner  
Nöstlbach 34, Pittenhart  
EUR 115,00 (inkl. Bereitstellung von Maschinen, Werkzeug, Material und Zubehör)

EUR 50,00 Jahresgebühr (keine Ermäßigung), bitte in bar vor Ort entrichten, eine Anmeldung ist nicht erforderlich

## Musik

571026

### Jodel-Workshop für Frauen spielerisch & mit Spaß

Katharina Frieda Meier, Körperarbeit, Kunst & Musik

Lust auf's Jodeln ganz ohne Leistungsdruck? In diesem lockeren Workshop lernen wir spielerisch jodeln – authentisch, mit viel Freude und Charme. Einfach kommen, ausprobieren und gemeinsam losjodeln! Der Kurs findet ohne Noten statt. Am Ende bekommen die Teilnehmerinnen Audio-Aufnahmen der Jodler. Inklusive Körper- und Achtsamkeitsübungen.

**Samstag, 09.05.2026,  
09:30 - 11:15 Uhr**

Burghausen, Mautnerschloss  
EUR 33,00



571125B

### Keyboard - Einzelkurs für Erwachsene (Anfänger und Fortgeschrittene)

Edeltraud Brandl, Musikdozentin

Erwachsene und Senioren, mit oder ohne Vorkenntnisse, sind bei Frau Brandl zum Einzelunterricht willkommen. Im Vordergrund des Kurses steht die Begeisterung beim Lernen. Der Kurs wird laufend weitergeführt. Ein Leih-Keyboard kann gestellt werden.

**ab Montag, 12.01.2026,  
10 Vormittage, 9:00 - 9:30 Uhr**

Pirach

EUR 192,00, Einzelunterricht: 10 x 30 min.

**Der Kurs ist jederzeit buchbar, die Kurszeiten können telefonisch vereinbart werden.**

Die genaue Anschrift erhalten Sie nach der Anmeldung.

566226

### Kreativtreff Burgkirchen

Christa Tomzig

Malen Sie gerne? Haben Sie Freude am Gestalten oder ein anderes Hobby wie Stricken, Häkeln oder Basteln? Wir laden Sie herzlich ein zu einem offenen Treff und kreativen Austausch. Zum Ausprobieren von Aquarellmalerei sind Materialien vorhanden, ansonsten müssen diese selbst mitgebracht werden.

**Der Kreativtreff findet auch in den Ferien statt  
ab 14.01.2026, jeden Mittwoch,  
15:00 - ca. 17:00 Uhr  
Bürgerzentrum, Burgkirchen**



571226

### Akkordeon – Einzelkurs für Erwachsene (Anfänger und Fortgeschrittene)

Edeltraud Brandl, Musikdozentin

Erwachsene und Senioren, mit oder ohne Vorkenntnisse, sind bei Frau Brandl zum Einzelunterricht willkommen. Ein Instrument zu erlernen, fördert die Konzentration, im Vordergrund des Kurses steht aber die Begeisterung beim Lernen. Der Kurs wird laufend weitergeführt.

**ab Montag, 12.01.2026,  
10 Vormittage, 10:00 - 10:30 Uhr**

Pirach

EUR 192,00, Einzelunterricht: 10 x 30 min.  
**Der Kurs ist jederzeit buchbar, die Kurszeiten können telefonisch vereinbart werden.**

Die genaue Anschrift erhalten Sie nach der Anmeldung.

Authentizität. Unklarheiten über unnötig gewordene Farbexperimente, bezüglich Haarfarbe, Kleidung und Brillenwahl, werden getrost zur Seite geschoben und auf das Wesentliche reduziert. Ziel: Eine erheblich längere Lebensdauer und einen geschonten Geldbeutel in Kleidung und Accessoires. Ob in wichtigen beruflichen oder alltäglichen Situationen werden Sie ab dann optimal gekleidet sein. Abgerundet mit einem energetischen Farbtest, erfahren Sie einen ganzheitlichen neuen Schwung.

**Samstag, 28.03.2026,**

**12:00 - 15:30 Uhr**

Bürgerzentrum, Burgkirchen

EUR 200,00 (ein exklusiver Stoff-Farbpas-

### Farbtypberatung

590026

### Klassische Farbtypberatung nach 13 Farbtypen für Sie und Ihn

Stephie Anna Höltzel, studierte Mode-  
managerin, seit 2009 Garderobiere und  
Kostümbildnerin für Film, Kino und TV,  
seit 2014 Farbtypstylistin und Visagistik-  
beraterin

Erleben Sie die Farbtypberatung, differenziert nach 13 Farbtypen, in einem neuen und frischen Look! In meiner Farbberatung erlangen Sie das Wissen über die Farben, die Ihre persönliche Schönheit (wieder) bewusster erleben lassen und neu unterstreichen. Dadurch kann auch mehr Leichtigkeit, Lebendigkeit und Freude in Ihr Leben ziehen. Sie spendet Ihnen nicht nur ein natürliches „Lifting“, sondern führt Sie auch zu einem positiven Körpergefühl, gesund gesteigerter Selbstsicherheit, unaufdringlich strahlender Eleganz und



**3 Tage vor  
Kursbeginn  
anmelden**

*„Die Kunst ist nur ein Weg,  
nicht das Ziel.“*  
Rainer Maria Rilke

**Werde ganz einfach kreativ:**

Suche Dir eine Rohkeramik aus.



Bemalte sie nach Deinen Ideen.  
(in die Maltechniken wirst Du eingewiesen)



Die Keramik wird bei uns glasiert  
und gebrannt.



Hole Dein Kunstwerk nach  
7-14 Tagen ab

Freu Dich über Dein individuelles  
Kunstwerk für zu Hause.



*Jeder darf malen bei uns:  
Einzelpersonen, kleine Gruppen, Mädelsausflug,  
Firmenevent, Kindergeburtstag usw.*



**KERAMIK KUNST**

Dein Kreativerlebnis an der Burg

Stadtplatz 95/96 • Burghausen • 08677/ 6681427

Täglich geöffnet außer So & Mo

[www.keramikkunst-burghausen.de](http://www.keramikkunst-burghausen.de)

**PFINGSTFERIEN - ANGEBOT**  
**5% RABATT** 26.5.-6.6.2026  
**auf alle Keramikrohlinge**



# FOTOGRUPPE BURGHAUSEN



## vhs-Fotogruppe

680026

### vhs Fotogruppe – Aus Freude am gelungenen Bild

Fotoabend alle 14 Tage am Dienstag

**Beginn:**

**Dienstag, 13.01.2026**

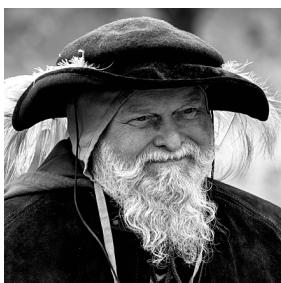
**19:00 Uhr**

Burghausen, Mautnerschloss

Ein Einstieg ist jederzeit möglich

EUR 25,00 Jahresgebühr

(keine Ermäßigung)



Die Fotogruppe der vhs Burghausen-Burgkirchen e.V. hat sich dem gelungenen Bild verschrieben. Die Mitglieder streben seit mehr als 60 Jahren Fotos an, die Aufmerksamkeit erregen, die zum Betrachten anregen. An die 50 Freunde der Fotografie haben sich in der Fotogruppe zusammengefunden und gehen gemeinsam auf diese spannende Reise.

Alle zwei Wochen treffen sich die Fotoenthusiasten in ihrem Gruppenraum in Burghausen, Mautnerschloss. Hier tauschen sie sich über Theorie und Praxis der Fotografie aus, besprechen Bilder, geben sich Tipps, verraten Tricks und messen sich bei in- und externen Wettbewerben. Die Teilnahme an Wettbewerben ist für die Mitglieder ein Mittel, um das eigene Schaffen immer wieder kritisch zu hinterfragen und weiterzuentwickeln. Erfolge sind ebenso Ansporn, Bestätigung und Lohn wie gute Kritiken oder Beiträge zu Ausstellungen.

Auch in Zeiten des Internets erweist sich die Fotogruppe als unverzichtbar. Hier treffen Fotoliebhaber persönlich aufeinander, diskutieren miteinander, tauschen ihre - teils sehr unterschiedlichen - Ansichten im persönlichen Gespräch aus. Das ist differenzierter, lehrreicher, lebendiger und spannender als jede Internetplattform. Davon profitieren gestandene Hasen ebenso wie ambitionierte Einsteiger, die in der Fotogruppe immer herzlich willkommen sind.

Daneben bietet die Gruppe ihren Mitgliedern auch vielfältige Möglichkeiten, ihre besten Fotos zu präsentieren: im Fotoschaufenster der Burghauser Apollo-Apotheke, im Gruppenraum, bei Sonderausstellungen und - als Höhepunkt - in der gemeinsamen Jahresausstellung, die mit rund 120 Werken Einblick in das breite Schaffen der Mitglieder der Fotogruppe gewährt.

Stammtische zur Ferienzeit und gemeinsame Fotoexkursionen runden das vielfältige Jahresprogramm ab.

#### *Unser Leitungsteam:*

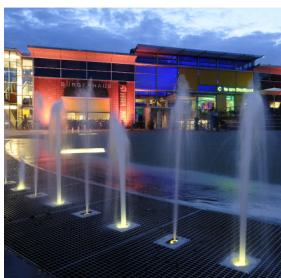
Hubert Hammer	<a href="mailto:hubert.hammer@gmx.de">hubert.hammer@gmx.de</a>
Reinhard Härschel	<a href="mailto:haerzschel-bgh@t-online.de">haerzschel-bgh@t-online.de</a>
Karin Kirst-Scholz	<a href="mailto:karin.kirst-scholz@web.de">karin.kirst-scholz@web.de</a>
Harald Rautter	<a href="mailto:haraldrautter@t-online.de">haraldrautter@t-online.de</a>
Michaela Wöss	<a href="mailto:michaela-woess@t-online.de">michaela-woess@t-online.de</a>

Aktuelle Informationen und Termine unter:

[www.vhs-fotogruppe-burghausen.de](http://www.vhs-fotogruppe-burghausen.de)

Sie möchten mit der vhs-Fotogruppe in Kontakt treten?

Schreiben Sie an [info@vhs-fotogruppe.de](mailto:info@vhs-fotogruppe.de)



Fotos von oben nach unten: Gerhard Kögler, Dagmar Koss, Guido Scholz, Bob Coulin, Gerhard Karl, Karin Kirst-Scholz, Reinhard Härschel





## Notizen

**AC Wassersport GmbH - Waging** Bootspatente seit 1979



## **Ständig Kursbeginn**

## Theoriekurse

Segelkurs Theorie	ab 95,-€
SBF Binnen Motor	145,-€
SBF See Küste	195,-€
Sprechfunkzeugnis	245,-€

[www.ac-wassersport.de](http://www.ac-wassersport.de)



Telefon 0171 - 2206080

**Wir bedanken uns für die Schaltung von Anzeigen ... Seite**

AC Wassersport GmbH .....	75
Alztal Küchen .....	45
Anglhuber, Fliesen und Natursteine, Töging .....	9
Apotheken Robert-Koch-/Sonnen-/Stadt-Apotheke .....	47
Bürgerinsel Burghausen .....	30
Campus Burghausen .....	7
Daffner KFZ-Meisterbetrieb .....	37
Fleger – Praxis für Gesundheit .....	49
Forum Altötting .....	5
Gemeinde Burgkirchen .....	35
Hand-in-Hand-Werker .....	9
IPS – Technisches Material und Arbeitsschutz .....	41
Keramikkunst Burghausen .....	73
Kfz-Prüfzentrum Leisse .....	9
Kraus Tanzschule .....	59
Kulturbüro Stadt Burghausen .....	U4
meine Volksbank Raiffeisenbank e.G. ....	U2
ODU .....	65
PUR Werbeagentur .....	31, 65
Rippel Heilpraktikerschule .....	43
Siltronic .....	U3
Sparkasse Altötting-Mühldorf .....	7

---

**Volkshochschulen in der Region**

Haben Sie ein Angebot gesucht und bei der vhs Burghausen-Burgkirchen nicht gefunden? Vielleicht haben Volkshochschulen in der Region das, was Sie suchen.

**Informieren Sie sich einfach über das Internet oder rufen Sie an!**

**vhs Alt-/Neuötting - Töging a. Inn e.V.,  
Neuöttinger Str. 32, 84503 Altötting**

Telefon: 08671-12077 · Telefax: 08671-842-40

eMail: vhs.alt-neuötting@t-online.de · Internet: [www.vhs-altoetting.de](http://www.vhs-altoetting.de)

**vhs Trostberg, Heinrich-Braun-Str. 6, 83308 Trostberg**

Telefon: 08621-64939-0 · Telefax: 08621-64939-20

eMail: anmeldung@vhs-trostberg.de · Internet: [www.vhs-trostberg.de](http://www.vhs-trostberg.de)

**vhs Waldkraiburg, Graslitzer Str. 17, 84478 Waldkraiburg**

Telefon: 08638-889370 · Telefax: 08638-889372

eMail: info@vhs-waldkraiburg.de · Internet: [www.vhs-waldkraiburg.de](http://www.vhs-waldkraiburg.de)

**vhs Mühldorf am Inn, Schlörstr. 1, 84453 Mühldorf a. Inn**

Telefon: 08631-9903-0 · Telefax: 08631-9903-28

eMail: info@vhs-muehldorf.de · Internet: [www.vhs-muehldorf.de](http://www.vhs-muehldorf.de)

**vhs Traunreut, Marienstr. 20, 83301 Traunreut**

Telefon: 08669-86480 · Telefax: 08669-864828

eMail: info@vhs-traunreut.de · Internet: [www.vhs-traunreut.de](http://www.vhs-traunreut.de)

**vhs Traunstein, Stadtplatz 38a, 83278 Traunstein**

Telefon: 0861-9097166-0 · Telefax: 0861-9097166-10

eMail: info@vhs-traunstein.de · Internet: [www.vhs-traunstein.de](http://www.vhs-traunstein.de)

## ANMELDUNG FÜR KURSE DER VHS BURGHAUSEN-BURGKIRCHEN

vhs Burghausen-Burgkirchen  
Marktler Str. 16 · 84489 Burghausen

Kurs-Nr.:	Kurstitel:	EUR
Gesamtbetrag EUR		

Adresse des Kursteilnehmers: bitte vollständig ausfüllen!

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_ Haus-Nr. \_\_\_\_\_

PLZ, Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon tagsüber und/oder Mobiltelefon \_\_\_\_\_

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

Geburtsdatum \_\_\_\_\_ Geschlecht \_\_\_\_\_

**Die Geschäftsbedingungen und die Datenschutzerklärung habe ich gelesen, verstanden und erkenne sie mit meiner Unterschrift an.**

Ort, Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift(en) \_\_\_\_\_

**Hinweis:**

**Anmeldebestätigungen werden nur per Mail verschickt!  
Ihre Anmeldung ist verbindlich.  
Wenn Sie nichts von uns hören, finden die Kurse statt. Wir melden uns nur, falls ein Kurs verschoben oder abgesagt werden muss.**

**> Bitte auch das SEPA-Lastschriftmandat (Rückseite) ausfüllen!**

**Volkshochschule Burghausen-Burgkirchen e.V.  
Marktler Str. 16 · 84489 Burghausen**

# **Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats**

## Ihre Mandatsreferenz

**Ihre Mandatsreferenznummer wird Ihnen mit der ersten Vorabankündigung zum tatsächlichen Lastschrifteinzug noch mitgeteilt.**

## **SEPA-Lastschriftmandat**

Ich ermächtige die Volkshochschule (vhs) Burghausen-Burgkirchen e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der vhs Burghausen-Burgkirchen e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

**Hinweis:** Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

---

**Vorname und Nachname (Kontoinhaber)**

---

### Straße und Hausnummer

---

### **Postleitzahl und Ort**

Kreditinstitut (Bezeichnung) nur für ausländische Konten

## IBAN

BIC (nur für ausländische Konten)

## Ort Datum

## Unterschrift

**Bitte senden Sie das ausgefüllte und unterschriebene Mandat im Original an die Volkshochschule Burghausen-Burgkirchen e.V. zurück.**

# Allgemeine Geschäftsbedingungen, Ermäßigungen und wichtige Hinweise

## 1. Anmeldung, Zustandekommen des Vertrags, Fälligkeit des Entgelts

1.1. Der Veranstaltungsbesuch ist in der Regel nur mit vorheriger Anmeldung möglich. Es ist notwendig, dass die Anmeldung 3 Arbeitstage vor Beginn der Veranstaltung eingeht. Somit können kursbezogene Änderungen vom Verwaltungspersonal verarbeitet werden. Eine Ausnahme bilden die kostenfreien Angebote der vhs. Für alle vhs-Veranstaltungen gilt die statistische Erfassung gem. Art. 13 BayEbfG, deshalb wird stets um Anmeldung gebeten.

1.2. Sie können sich für unsere Veranstaltungen persönlich, telefonisch, schriftlich oder online auf unserer Homepage anmelden. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung per E-Mail. Die Erstmeldung ist nur schriftlich oder online möglich.

1.3. Ihre Anmeldung zu einer Veranstaltung unserer vhs ist verbindlich und berechtigt uns zur Abbuchung der Gebühr nach dem Kursbeginn, auch wenn Sie nicht erscheinen oder sich nicht abgemeldet haben. Weitermeldelisten sind ebenfalls verbindlich.

1.4. Ausfallen und Nachholen von Kurstagen regeln die Kursleitenden mit den Teilnehmenden.

## 2. Gebühren und Ermäßigungen

2.1. Die Gebühren sind bei jeder Veranstaltung vermerkt. Bei unterbelegten Kursen kann in Absprache mit dem Kursleitenden und den Teilnehmenden eine Sonderlösung vereinbart werden.

2.2. Die Bezahlung erfolgt nach dem Kursbeginn per SEPA—Lastschrifteinzug. Die Pre-Notification (Fälligkeitstermin) entnehmen Sie dem vorgemerkten Umsatz in Ihrem Online-Banking. Eine Abendkasse ist nicht vorgesehen und eine Barzahlung nicht möglich. In Ausnahmefällen wird eine Überweisung akzeptiert. Wichtiger Hinweis: Die Gebühr muss spätestens 10 Tage nach Kursbeginn auf dem vhs-Konto eingegangen sein, andernfalls wird der Betrag gemahnt (Mahngebühr EUR 2,50). Es werden keine Rechnungen verschickt. Bei Rücklastschriften werden die anfallenden Gebühren des Geldinstitutes und zusätzlich eine Verwaltungsgebühr von EUR 3,00 erhoben.

2.3. Bei Kursen mit einer Laufzeit von mehr als 5 Kurstagen gewährt die vhs auf Antrag 25% Ermäßigung:

- bei Vorlage des FairTickets der Stadt Burghausen
- beim Leistungsbezug nach dem SGB II (Bürgergeld) oder SGB XII (Grundsicherung)
- beim Leistungsbezug nach dem Wohngeldgesetz/Kinderzuschlag
- beim Leistungsbezug nach dem Asylbewerberleistungsgesetz
- für Schüler\*innen, Studierende und Auszubildende
- für Schwerbehinderte ab einem Grad der Behinderung von 50 (Begleitperson frei bei Kennzeichen B)
- für Personen, die Bundesfreiwilligendienst, Freiwilliges Soziales Jahr und Freiwilliges Ökologisches Jahr leisten

Der Antrag auf Ermäßigung und ein aktueller Nachweis müssen spätestens 10 Tage nach Kursbeginn in der vhs-Geschäftsstelle vorgelegt werden.

## 3. Rücktrittsrecht

### 3.1. Rücktritt des Veranstalters

Veranstaltungen kommen nicht zustande und können von der vhs abgesagt werden, wenn a) die Lehrkraft ausfällt oder

- b) die Mindestteilnehmendenanzahl nicht erreicht wird oder
- c) wichtige Gründe, wie etwa höhere Gewalt, vorliegen

Kommt eine Veranstaltung nicht zustande, wird die vhs Sie i.d.R. per Mail informieren. Bei Veranstaltungsausfall wird keine Gebühr abgebucht.

### 3.2. Rücktritt des Teilnehmenden

Sollten Sie an der gebuchten Veranstaltung nicht teilnehmen können, ist ein Rücktritt nur möglich, wenn Sie

- a) bei Kursen mit mehr als fünf Terminen spätestens drei Arbeitstage nach dem ersten Kurstag
- b) bei allen gebührenpflichtigen Veranstaltungen mit bis zu fünf Terminen spätestens drei Arbeitstage vor dem ersten Termin schriftlich stornieren.

Bei Kursen mit Anmeldefrist ist bei Abmeldung nach Ablauf der Anmeldefrist sowie bei Nichterscheinen die volle Kursgebühr fällig. Eine Ersatzperson kann gestellt werden.

Ein Rücktritt aus anderen Gründen, z.B. Erkrankung oder Wechsel der Lehrkraft, ist nicht möglich.

3.3. Unberührt bleibt das außerordentliche Kündigungsrecht aus wichtigem Grund.

## 4. Integrationskurse und Prüfungen

Für Anmeldungen und Zahlmodalitäten bei den Integrationskursen und Prüfungen gelten abweichende Bestimmungen.

## 5. Hausordnung am Veranstaltungsort

Die vhs Burghausen-Burgkirchen e.V. ist mit ihren Dozierenden und Teilnehmenden Gast bzw. Mieter in den Räumlichkeiten anderer Institutionen. Es gilt die Hausordnung der Gastgeber/der Vermieter.

## 6. Nutzung von Computern und anderen digitalen Geräten der vhs

6.1. Bei allen Veranstaltungen, in denen digitale Geräte zum Einsatz kommen, gelten zusätzliche Bedingungen, die in einer gesonderten Vereinbarung geregelt werden. Diese Vereinbarung wird zu Beginn der Veranstaltung zwischen der vhs und den Teilnehmendem abgeschlossen.

6.2. Die Teilnehmenden sind für die Sicherung ihrer Daten selbst verantwortlich. Die vhs übernimmt keine Haftung für Datenverlust und keine Haftung für Schäden, die durch die Anwendung erworbener Kenntnisse, oder durch die Nutzung erstellter oder veränderter Programme, durch Computerviren oder andere destruktive Programme verursacht werden (Ausnahme: grobe Fahrlässigkeit unserer Dozierenden).

## 7. Reiseveranstaltungen

Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der vhs Burghausen-Burgkirchen e.V. Es gelten die jeweiligen AGB des Reiseveranstalters. In diesen Fällen entsteht kein Vertragsverhältnis zwischen der vhs und den Reisenden.

## 8. Datenschutz

Die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt ausschließlich für eigene Geschäftszwecke und gemäß des Datenschutzrechts. Unsere Datenschutzerklärung finden Sie unter [> Datenschutz](http://www.vhs-burghausen.de)

## 9. Haftung

Die Haftung der vhs für Schäden jeglicher Art, gleich aus welchem Rechtsgrund sie entstehen mögen, ist auf die Fälle beschränkt, in denen der vhs Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last vorgeworfen wird. Eine Haftung gemäß § 276 und § 278 BGB ist ausgeschlossen.

## 10. Urheberrecht

Fotografieren und Bandmitschnitte in den Veranstaltungen sind nicht gestattet. Eventuell ausgeteiltes bzw. verwendetes Lehrmaterial (Kopien, Bücher, EDV-Programme) darf auf keine Weise vervielfältigt werden. Mit der Anmeldung erkennen Sie dies an.

## 11. Schlussbestimmungen

Sollten einzelne Bestimmungen des Vertrags oder dieser Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise unwirksam sein, wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Vertragsteile nicht berührt. Die vhs behält sich vor, diese Geschäftsbedingungen mit Wirkung für die Zukunft zu ändern. Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren Fassungen ihre Gültigkeit.

---

## IMPRESSUM

V.i.S.d.P.: Julia Grekova – vhs Burghausen-Burgkirchen e.V.

Layout und Satz: Werbeagentur PUR GmbH – Burghausen

S. 10, 12, 13 Adobe Stock · S. 14, 16 dvv · S. 18 Porta Sancta, Rom, Melanie Goldbrunner  
S. 19 Französische Alpellen, Melanie Goldbrunner; Sixtinische Kapelle, Wikimedia Commons  
S. 20 Lenin, Wikimedia Commons · S. 21 Gandhi, Wikimedia Commons; Adorno – Fassadenmalerei Frankfurt, Wikimedia commons · S. 22 Stifterrelief in der äußeren Burgkapelle Burghausen, Brautpaar der Landshuter Hochzeit: Bayerische Verwaltung der staatlichen Schlösser, Gärten und Seen, [www.schloesser-bayern.de](http://www.schloesser-bayern.de); unten: Maria Ach, wikipedia commons · S. 23 o.: Maria Ach, B. Weis; u: Steinkreuz, R. Meisner · S. 24 Stonehenge, Wikimedia Commons; Arthur Statue in Cornwall, Wikimedia Commons · S. 25 Sirmione, Harald Rauter · S. 26 Entwurf Technikum, Hinterschwepfinger  
S. 27 li.: Regenwurmterraine, R. Walter; re.: Wöhrsee mit Vorsee, Bernd Zierlein · S. 28 Insektenzählung, Walter Sage; re.: Michaela Brummer · S. 29 Adobe Stock · S. 33-36 Adobe Stock  
S. 38-39 Adobe Stock · S. 41 vhs · S. 44-45 Adobe Stock · S. 45 Bettina Maier · S. 48 Verena Löber  
S. 50 Olena Vorobieji; bvv · S. 51 dvv · S. 52 Heidi Maier; Carolin Wolfersberger · S. 54 Adobe Stock  
S. 55 bvv · S. 56: Tulku Lobsang · S. 57: Wikipedia · S. 58: vhs · S. 60-61: Christian Pichler  
S. 63-64: Adobe Stock

Kunst & Gestalten: Alle Rechte bei den jeweiligen Dozentinnen und Dozenten

Porträts: Rechte bei den Dargestellten

Fotos im Bereich Kultur: Rechte bei den Dozentinnen und Dozenten

Kampagnenbilder „Weiter denken“: bvv - Agentur Kunst oder Reklame, München

**Das nächste Programm erscheint Anfang Juli online und Mitte Juli als Druckausgabe.**



Bei Siltronic arbeiten Sie an zukunftsweisenden Technologien. Erkunden Sie Ihre Möglichkeiten und kommen Sie noch heute ins #TeamSiltronic.



## Unsere Benefits



Weiter-  
bildung



Leasing-  
angebote



Gesundheits-  
programme



Alters-  
vorsorge



Kantine



Zusätzliche  
Urlaubstage



Erfolgs-  
beteiligung

Ihren neuen Job finden Sie unter:  
[www.siltronic.com/karriere](http://www.siltronic.com/karriere)



**LAURA LOOTENS, GITARRE**

**„DIABOLICO“**

3. Meisterkonzert 25/26

**Mo. 2.02.2026 · 20:00 Uhr**

Aula Kurfürst-Maximilian-Gymnasium

**PANZERBALLET**

Dean's Downbeat – Weird Wonderful Music

**Mi. 18.02.2026 · 20:00 Uhr**

Bürgersaal

**KITZLEIEN – DER TANZ DER WUT**

4. Theater 25/26

**Do. 26.03.2026 · 20:00 Uhr**

Stadtsaal

**HEINRICH WIMMER, ORGEL**

**MATTHIAS WOLF, BARITON**

Orgelkonzertreihe

**So. 31.05.2025 · 17:00 Uhr**

Kirche Heilig Kreuz

**2ONQ – ENOUNTERPOINT**

Musiksommer zwischen Inn und Salzach

**So. 21.06.2026 · 11:00 Uhr**

Aula maior Kloster Raitenhaslach

**D'BAVARESI**

Anarchisches Musikkabarett

**Fr. 10.04.2026 · 20:00 Uhr**

Ankersaal



Kulturbüro Burghausen  
[burghausen.de/kultur](http://burghausen.de/kultur)

3. Meisterkonzert © Laura Lootens



BURGHAUSEN  
KULTUR  
INTERNATIONAL  
JAZZ



**HIGHLIGHTS  
FRÜHJAHR  
SOMMER  
2026**

**LOOK  
INTO THE  
FUTURE  
FESTIVAL 7**  
**22.-24. MAI 2026**



MIT DEN KÜNSTLERN  
**NIK BÄRTSCH  
MOHAMMAD REZA MORTAZAVI  
ANDREAS KOLINSKI  
MONOKOMPATIBEL  
DARIO WILMINGTON  
ROLF BASTEN  
WILDE & VOGEL  
PC NACKT  
u. a.**

ankersaal



KULTUR im  
KLOSTER

**KARTENVERKAUF**

Bürgerhaus Burghausen, Tel. (0 86 77) 97 400,  
Burghausener Touristik, Tel. (0 86 77) 887-140,  
bei allen Reservix-Vorverkaufsstellen  
und an der Abendkasse  
Online-Verkauf: [burghausen.reservix.de](http://burghausen.reservix.de)

**KÜNSTLERISCHE LEITUNG**

Cornelius Claudio Kreusch & Johannes Tonio Kreusch

[lookintothefuture.burghausen.de](http://lookintothefuture.burghausen.de)

**BURGHAUSEN**