



**Bildung und
Inklusion**

**Programm
in einfacher
Sprache**

Auswahl von Kursen
der Volks-Hoch-Schule
Hofer Land



**Herbst/
Winter
2026/2027**

Titelseite

Das Titel-Bild hat Siggie Schmidt gemalt.

Das Bild heißt „Angekommen“.

Siggie Schmidt hat beim Malen an die vielen Menschen gedacht, die aus ihrer Heimat flüchten mussten.



Siggie Schmidt malt seit über 20 Jahren Bilder.

Sie hat an verschiedenen Kunst-Schulen viel über Kunst gelernt.

Sie gibt viele Mal-Kurse, auch in der VHS.

Ende 2026 schließt sie ihr Atelier.

Ein Atelier ist ein Arbeits-Raum für Künstlerinnen und Künstler.

Dort sind in den letzten Jahren viele ihrer Bilder entstanden.

Deshalb gibt es eine „Stille Auktion“.

Das bedeutet:

Alle Menschen können die Bilder anschauen.

Wenn Ihnen ein Bild gefällt, können Sie aufschreiben, wie viel Sie für das Bild bezahlen möchten.

Wer am meisten Geld bietet bekommt das Bild.

Sie können die Bilder vom 12. November bis 11. Dezember in der VHS anschauen.

Die Eröffnung der Ausstellung ist am 12. November um 17:30 Uhr.

Jeder Mensch gehört ganz natürlich dazu, auch in der Volks-Hoch-Schule.

Unser Projekt:

Die Volks-Hoch-Schule soll ein inklusiver Ort werden.

Ein Ort an dem alle Menschen gemeinsam Neues entdecken können.

Ein Ort der Begegnung.

Man kann in der Volks-Hoch-Schule etwas lernen und sich weiter-bilden.

Die Volks-Hoch-Schule wird VHS abgekürzt.

Die VHS ist eine Schule für alle Menschen.

An der VHS gibt es viele Kurse.

Jeder kann dort etwas Neues kennen-lernen.

Die Offenen Hilfen der Lebenshilfe unterstützen Sie bei VHS-Kursen mitzumachen.

Wir machen ein Programm in einfacher Sprache.

Sie brauchen Unterstützung bei der Anmeldung?

Wir helfen Ihnen.

Sie brauchen Unterstützung im Kurs?

Wir können Ihnen eine Begleit-Person suchen.

Sie brauchen Unterstützung für den Weg zum Kurs?

Wir beraten Sie gerne.

Vorwort

VHS-Vorsitzender

Dr. Oliver Bär

Liebe Leserinnen und Leser,

mein Name ist Dr. Oliver Bär.

Ich bin Landrat des Land-Kreises Hof und
Vorsitzender der Volks-Hoch-Schule.



Lernen ist wichtig.

Es begleitet uns ein Leben lang.

Jeder Mensch kann etwas Neues lernen.

Unsere Volks-Hoch-Schule ist ein Ort für alle.

Hier sind alle willkommen, jeder kann mitmachen.

Gemeinsam lernen macht Freude.

Jeder gehört dazu.

Es bringt Menschen zusammen.

Das ist uns wichtig.

Unser neues Programm bietet viele Kurse, auch mit Begleit-Person.

Sicher ist auch etwas für Sie dabei.

Melden Sie sich an.

Probieren Sie etwas Neues aus.

Ich freue mich auf viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lernen.

Vorwort

Lebenshilfe-Vorsitzender

Bernhard Wölfl

Grüß Gott,

ich heiße Bernhard Wölfl.

Ich bin 1. Vorsitzender der Lebens-Hilfe Hof.

Die VHS und die Lebens-Hilfe arbeiten
zusammen.

Darüber freue ich mich sehr.



Bei Volks-Hoch-Schule denken viele:

Meine Schul-Zeit ist doch schon vorbei.

Oder doch nicht?

Lernen kann man das ganze Leben lang.

Lernen kann Spaß machen.

Das neue Programm-Heft ist nun fertig.

Es gibt wieder viele tolle Kurse.

Man trifft sich mit anderen Menschen.

Man entdeckt Neues.

Man erlebt: ich kann noch viel mehr.

DANKE VHS und OHL, besonders auch dem VHS inklusiv Beirat!

Programm-Heft

Bei der VHS Hofer Land gibt es viele Kurse.

Deshalb wählen wir einige Kurse aus.

Diese schreiben wir in das Programm in einfacher Sprache.

Bei der VHS gibt es Kurse für verschiedene Themen.

Wir sagen dazu Bereiche.

Jeder Bereich hat ein Bild.

Das Bild sehen Sie neben der Kurs-Beschreibung.

Hier sehen Sie die Bilder.

Sie sehen auch:

was wird in dem Bereich gemacht.



Bereich Gesellschaft und Leben

In diesem Bereich geht es um die Gesellschaft und verschiedene Themen im Leben.

Hier finden Sie viele Vorträge oder Führungen.



Bereich Kultur und Gestalten

In diesem Bereich wird gemalt oder gebastelt.



Bereich Sprachen und Verständigung

Hier können Sie Sprachen lernen.

Zum Beispiel Englisch.



Bereich Gesundheit und Ernährung

In diesem Bereich geht es um die Gesundheit.

Zum Beispiel:

Sport-Kurse.

Oder Koch-Kurse.



Bereich Beruf und Karriere

Diese Kurse haben etwas mit der Arbeit zu tun.

Zum Beispiel:

Wie man am Computer arbeitet.

Wie man eine Bewerbung schreibt.



Spezial und mehr

In diesem Bereich gibt es besondere Angebote.

Zum Beispiel:

Kurse für Eltern.

Oder Kurse für Kinder.



Integration und Vielfalt

In diesem Bereich gibt es Kurse für Menschen die neu in Deutschland leben.

Es gibt Kurse in der Stadt Hof.

Es gibt Kurse im Land-Kreis Hof.

Im Programm gibt es Bilder zu den Kursen.

Die Bilder bedeuten:



An diesem Tag ist der Kurs



Die Uhr-Zeit vom Kurs.

Wann fängt der Kurs an.



Die Uhr-Zeit vom Kurs.

Wann ist der Kurs zu Ende.



Das kostet der Kurs.

Das Geld wird meistens von Ihrem Konto gebucht.



Der Ort vom Kurs.



Der Treff-Punkt.

Hier trifft man sich zu Kurs-Beginn.



Die Kurs-Leitung heißt so.



Der Ort vom Kurs ist barriere-frei.

Menschen mit Roll-Stuhl können teilnehmen.



Bitte mitbringen

Anmeldung

Sie wollen einen Kurs besuchen:

Melden Sie sich an.

Bitte füllen Sie den Anmelde-Bogen aus.

Der Anmelde-Bogen hat eine Vorder-Seite und eine Rück-Seite.

Die Anmeldung können Sie abgeben:

Bei den Offenen Hilfen der Lebenshilfe Hof.

Die Offenen Hilfen der Lebenshilfe werden OHL abgekürzt.

Das Büro der OHL ist in der Schaumberg-Straße 8 in Hof.

Bei der Volks-Hoch-Schule Hofer Land.

Das Büro der VHS ist in der Ludwigstraße 7 in Hof.

Sie haben Fragen oder brauchen Unterstützung bei der Anmeldung:

Die Offenen Hilfen der Lebenshilfe Hof helfen Ihnen.

Kommen Sie ins Büro oder rufen Sie bei den Offenen Hilfen der Lebenshilfe an:

Ansprechpartnerin:

Isabell Suckrau

09281 59 59 950

0151 42065659

isabell.suckrau@lebenshilfe-hof.de



Preise für die Kurse

Die VHS-Kurse kosten Geld.

Das nennen wir Kurs-Gebühr.

Sie bekommen Grund-Sicherung?

Sie haben einen Schwer-Behinderten-Ausweis?

Dann müssen Sie weniger bezahlen.

Das nennen wir Ermäßigung.

Bei den Kursen steht auch der ermäßigte Preis.

Für manche Kurse gibt es keine Ermäßigung.

Wenn Sie an einem Kurs doch nicht teilnehmen können:

Melden Sie sich eine Woche vorher ab.

Sonst müssen Sie den Preis trotzdem zahlen.

Zahlung der Kurs-Gebühr

Auf dem Anmelde-Bogen geben Sie Ihre Bank-Daten an.

Die VHS benutzt die Daten für die Bezahlung vom Kurs.

Mit Ihrer Unterschrift erlauben Sie:

Die VHS darf das Geld für den Kurs von Ihrem Bank-Konto buchen.

Das nennt man: SEPA-Mandat.

Sie können die Erlaubnis auch später zurück-nehmen.

Dann werden Ihre Bank-Daten wieder gelöscht.

Sie können auch eine Rechnung bekommen.

Dann müssen Sie das Geld an die VHS überweisen.

Manche Kurse bezahlt man auch im Kurs mit Bar-Geld.

Begleit-Personen



Sie möchten einen Kurs besuchen und brauchen Hilfe im Kurs?
Dann kann Ihnen eine Begleit-Person helfen.

Kreuzen Sie bei der Anmeldung an:

Ich brauche eine Begleit-Person.

Die Offenen Hilfen der Lebenshilfe suchen für Sie eine Begleit-Person.

Sie können die Begleit-Person vorher kennen lernen.

Die Begleit-Person kostet Geld.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten die Begleit-Person zu bezahlen.

Zum Beispiel:

Über die Pflege-Kasse.

Oder mit eigenem Geld.

Wir beraten Sie gerne zu den Kosten.

Der VHS-Beirat



Das ist der inklusive VHS-Beirat.

von links: Stefan Gebhardt, Martin Zschätzsch, Alexander Greßmann, Lena Klein, Isabell Suckrau, Michael Kranitzky.

Für das Projekt wurde ein inklusiver VHS-Beirat gegründet.

Der VHS-Beirat hat diese Aufgaben:

Über die VHS und die Kurse informieren.

Zum Mitmachen ermuntern.

Werbung machen.

Ansprech-Partner sein.

Kurse aus dem allgemeinen Programm-Heft der VHS aussuchen.

Das Programm-Heft in einfacher Sprache prüfen.

Sie haben Fragen oder wollen mehr wissen?

Bitte sprechen Sie den VHS- Beirat an!

Sie können im OHL-Büro vorbei-kommen oder Isabell Suckrau anrufen: 09281 5959950

Kursübersicht



Praktische Astronomie: Sonnen-Beobachtung	14
Vortrag Traditionen und Bräuche	21
Studium Generale: Hopfen und Malz – Gott erhalts	27
Vortrag Schottland	42
Besichtigung GEALAN Formteile GmbH	28
Besichtigung TVO-Fernsehen für Oberfranken	40
Verträge – Welche Rechte und Pflichten habe ich?	36



Gitarre spielend lernen.....	15
Inklusive Theatergruppe	25
Aquarell-Malkurs	24
Näh-Maschinen-Führerschein.....	26
Farben aus Pflanzen.....	49



Wie klingt (d)eine Religion?	19
Treffpunkt für Geselligkeit und mehr	44



Bal-Folk-Offener Tanz-Treff.....	17
Line-Dance	20
Tanz mit uns ins neue Jahr!	47
Energy Dance „Raus aus dem Kopf-rein in den Körper“ .	22
Autogenes Training	23
Pilates für Anfänger.....	16
Yoga auf dem Stuhl.....	34
Klang-Reise mit Klang-Schalen	39
Fitness mit dem Thera-Band.....	38
Bewegung für alle	48
Schmerz-frei durch Bewegung.....	35
Schmerz-Behandlung mit Hilfe von ätherischen Ölen	46
So können Sie Demenz vergessen.....	37
KI-Werkstatt-Gesundheit.....	41
Ab in die Pilze: Pilz-Tag	18
Herzhaft und traditionell - türkische Küche	43
Sauerteig-Brot backen	45
Kochen wie bei den Ernährungs-docs	50
Conversational Englisch	33



Praktische Astronomie: Sonnen-Beobachtung

Gesellschaft



Kurs-Nummer
31AH108121



Sie beobachten die Sonne mit besonderen Geräten.
Dadurch sehen Sie die Sonne ganz nah.
Sie können spannende Veränderungen auf der Sonne sehen.
Sie können dunkle Flecken auf der Sonne erkennen.
Sie können auch große leuchtende Bögen am Rand der Sonne sehen.
Für die Beobachtung werden besondere Geräte verwendet.
Diese Geräte schützen Ihre Augen.
Die Beobachtung ist sicher.
Sie können die Sonne auf eine besondere Weise erleben.



Samstag, 12. September 2026



ab 13.30 Uhr



Sternwarte Hof,
Egerländerweg 25



Astro-Team



kostenlos

Gitarre spielend lernen



Kultur



Kurs-Nummer
31OB601101

Der Kurs ist für Anfänger.

Sie lernen:

Wie kann ich bekannte Lieder mit der Gitarre begleiten?

Sie können sich eine Gitarre ausleihen.

Es gibt nicht genug Gitarren für alle Teilnehmer.

Wenn Sie eine Gitarre haben:

Bitte bringen Sie die Gitarre mit.



6 Termine dienstags, ab 22. September 2026



von 19.45 Uhr



Bürgerhaus,
Bahnhofstraße 2,
95145 Oberkotzau



bis 20.45 Uhr



Wolfgang Schroedter-
Aßmann



35 €

ermäßigt: 26,25 €



Eigene Gitarre, falls vorhanden

Pilates für Anfänger

Gesundheit



Kurs-Nummer
31MU502104



Dieser Kurs ist für Anfänger.

Der Kurs ist für Menschen die Pilates zum ersten Mal machen möchten.

Sie lernen die wichtigsten Grund-lagen von Pilates kennen.

Die Übungen helfen Ihnen kräftiger zu werden.

Die Übungen helfen Ihnen beweglicher zu werden.

Sie erfahren wie Sie bei den Bewegungen richtig atmen.



10 Termine dienstags, ab 22. September 2026



ab 19 Uhr



Lutherschule,
Kirchplatz 7,
95213 Münchberg



bis 20.15 Uhr



Sarah Walter



60 €

ermäßigt: 45€



Bitte mitbringen: Warme Socken, bequeme Kleidung,
Gymnastik-Matte, Decke

Bal-Folk-Offener Tanz-Treff



Gesundheit



Kurs-Nummer
31AH503151

Bal-Folk-Tanz-Abende sind Abende zum Tanzen für jeden.
Tanzen ist gut für die Gesundheit und macht glücklich.
Tanzen bringt Menschen zusammen.
Der Kurs ist eine gute Gelegenheit neue Tänze zu lernen.
Man braucht keine Erfahrung um mitzumachen.
Man kann Tänze aus verschiedenen Ländern kennen-lernen.
Die Tänze werden als Gruppen-Tanz, Kreis-Tanz, Ketten-Tanz
oder Paar-Tanz geübt.
Es gibt 6 Termine.
Sie können die Termine auch einzeln besuchen.



6 Termine donnerstags, ab 24. September 2026



ab 19 Uhr



VHS,
Ludwigstraße 7



bis 20.30 Uhr



Bal-Folk Initiative Hof



10€ pro Abend oder 60€ für alle Kurs-Termine

Ab in die Pilze: Pilz-Tag

Gesundheit



Kurs-Nummer
31AH507141



Entdecken Sie die Welt der Pilze.
Pilze wachsen im Wald.
Pilze sind wichtig für die Natur.
Manche Pilze kann man essen.
An diesem Tag lernen Sie die wichtigsten Dinge über Pilze.
Sie lernen wie Sie Pilze sicher sammeln.
Sie lernen wie Sie Pilze erkennen.
Sie lernen heimische Pilze kennen.
Der Kurs ist für Anfänger.
Sie brauchen keine Vorkenntnisse.



Samstag, 26. September 2026



von 10 Uhr



VHS,
Ludwigstraße 7



bis 16 Uhr

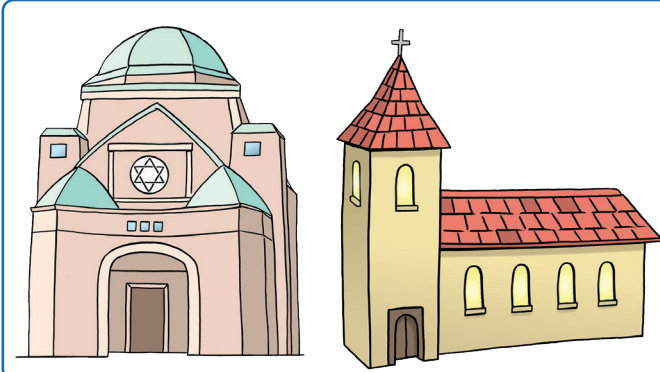


Oliver Frank



45€, ermäßigt: 33,75€

Wie klingt (d)eine Religion?



Spezial



Kurs-Nummer
31AA929135

In diesem Vortrag geht es um Musik in verschiedenen Religionen. Viele Menschen erleben Musik als etwas Besonderes. Deshalb spielt Musik in vielen Religionen eine wichtige Rolle. Sie hören wie Menschen in verschiedenen Religionen singen, musizieren oder beten.

Zum Beispiel geht es um:

das Christentum

den Islam

das Judentum

den Hinduismus

den Buddhismus.

Sie erfahren welche Bedeutung Musik dort hat.

Sie lernen verschiedene Klänge kennen.



Dienstag, 29. September 2026



von 18 Uhr



VHS,
Ludwigstraße 7



bis 20.30 Uhr



Milica Zivkovic



kostenlos

Line-Dance

Gesundheit



Kurs-Nummer
31NA503141



Der Tanz-Kurs ist für Anfänger.
Line-Dancing ist ein Tanz in der Gruppe.
Er wird in einer Reihe getanzt.
Sie tanzen im Kurs zu Schlager- und Pop-Musik.
Es geht im Kurs um die Freude an der Musik und am Tanzen.



10 Termine dienstags, ab 29. September 2026



von 18.30 Uhr



Forum Naila,
Bachstraße 1,
95119 Naila



bis 20 Uhr



Cornelia Resch



69 €

ermäßigt: 51,75 €



Bitte mitbringen: Schuhe mit glatter Sohle, auch Absatz-Schuhe sind ok

Traditionen und Bräuche



Gesellschaft



Kurs-Nummer
31SW101101

Der Kurs ist ein Vortrag.
In diesem Vortrag geht es um alte Bräuche.
Bräuche sind besondere alte Gewohnheiten.
Viele Menschen kennen diese Bräuche schon seit langer Zeit.
Im Frankenwald gibt es viele alte Bräuche.
Dieter Pfefferkorn stellt einige alte Bräuche vor.
Sie hören etwas über:
Bleigießen, Büßen, Stern-Singer, Johannis-Feuer, das erste
Oster-Paten-Geschenk, Hochzeits-Suppe und viele mehr.



Dienstag, 29. September 2026



ab 19 Uhr



Philipp-Wolfrum-Haus,
Marktplatz 17,
95131
Schwarzenbach/W.



Dieter Pfefferkorn



kostenlos

Energy Dance „Raus aus dem Kopf-rein in den Körper“

Gesundheit



Kurs-Nummer
31HE502301



In diesem Kurs bewegen Sie sich zu Musik.
Die Musik und die Bewegungen helfen Ihnen vom Alltag zu entspannen.
Sie können neue Energie sammeln.
Der Kurs verbindet Bewegung, Rhythmus und Gefühle.
Der Spaß an der Bewegung steht im Mittel-Punkt.
Sie lernen keine festen Tanz-Schritte.
Die Bewegungen werden langsam erklärt und aufgebaut.
Sie können einfach mitmachen und der Musik folgen.



2 Termine mittwochs, ab 30. September 2026



von 20 Uhr



bis 21 Uhr



Gisela Eckardt



12 €



Grundschule
Helmbrechts,
Aula
Eingang über
Ottengrüner-Straße.
Bitte klingeln!

Autogenes Training



Gesundheit



Kurs-Nummer
31BS501301

In diesem Kurs lernen Sie sich zu entspannen.
Sie machen einfache Übungen mit Ihrem Körper und Ihren Gedanken.
Dabei achten Sie bewusst auf Ihren Körper.
Die Übungen können Ihren Körper ruhiger machen.
Die Übungen können auch helfen, dass Sie sich innerlich wohler fühlen.
Der Kurs hilft Ihnen zur Ruhe zu kommen.
Sie nehmen sich Zeit für sich selbst.



3 Termine mittwochs, ab 30. September 2026



von 18.45 Uhr



bis 19.45 Uhr



Turn-Halle der
Volks-Schule,
Kellermann-Straße 2,
95138 Bad Steben



Angelika Rudolph



20 €

ermäßigt: 15 €



Bitte mitbringen: Gymnastik-Matte, Decke, kleines Kissen

Aquarell-Malerei

Kultur



Kurs-Nummer
31HE604101



Der Kurs ist für Anfänger.

Aquarell-Malerei ist Malen mit Wasser-Farben.

Sie lernen:

Wie benutze ich Aquarell-Farben?

Welche Pinsel und welches Papier passt zu den Aquarell-Farben?

Die Kurs-Leiterin zeigt Ihnen:

Wie gestalte ich ein Bild.

Wie setze ich die Farben richtig ein.

Sie können ein Bild von einer Vorlage ab-malen.



5 Termine donnerstags, ab 1. Oktober 2026



von 18.30 Uhr



bis 20.45 Uhr



Gabriele Bujak



56 €, ermäßigt: 42€



Grundschule
Helmbrechts,
Werk-Raum
Eingang über
Ottengrüner-Straße.
Bitte klingeln!



Wasser-Glas, Küchen-Rolle, Bleistift, Radier-Gummi,
Aquarell-Pinsel Größe 8 und 10, Aquarell-Farben, Mal-
Block Größe 30*40 cm

Inklusive Theater-Gruppe



Kultur



Kurs-Nummer
31AH603101

Der Kurs ist eine Zusammenarbeit zwischen Jungem Theater Hof, Offenen Hilfen der Lebenshilfe und VHS Hofer Land. Möchten Sie Teil einer neuen, inklusiven Theater-Gruppe sein? Jeder kann mitmachen, Sie brauchen keine Erfahrung!

Wir entwickeln gemeinsam eine Aufführung und erleben Theater. Ganz nach unserem Motto: Lebens-Freude inklusive!

Für alle von 16-99 Jahren



2 mal im Monat, ab Montag, 5. Oktober 2026



von 16.30 Uhr



In Hof,
unterschiedliche Orte



bis 18 Uhr



30 € für die Teilnahme
von Oktober 2026
bis Juli 2027

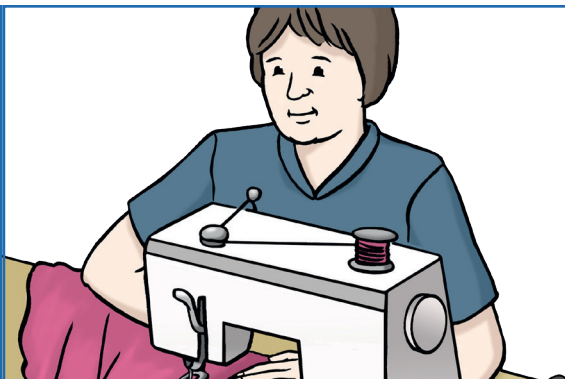
keine Ermäßigung

Näh-Maschinen-Führerschein

Kultur



Kurs-Nummer
31AH604151



Sie lernen im Kurs wie ihre Näh-Maschine funktioniert.
Sie lernen welche Stoffe und Materialien zum Nähen geeignet sind.

Sie erfahren was Sie bei Problemen mit der Näh-Maschine machen können.

Am Ende des Kurses nähen Sie ein kleines und praktisches Näh-Projekt.

Sie können Ihr Näh-Material selbst mitbringen (Stoff-Schere, Garn, Steck-Nadeln, Lineal, Ersatz-Nadeln).

Sie können das Material auch bei der Kursleiterin kaufen.



3 Termine dienstags, ab 6. Oktober 2026



von 18 Uhr



Hof,
Ludwigstraße 7,
VHS



bis 21 Uhr



Angela Hipp



65 €

ermäßigt: 48,75 €



Näh-Maschine mit Bedienungs-Anleitung; Näh-Material
falls vorhanden

Studium Generale: Hopfen und Malz – Gott erhalt's



Gesellschaft



Kurs-Nummer
31AH103202

Der Vortrag handelt von Bier und seiner Herstellung in unserer Region.

Oberfranken ist bekannt für sein Bier.

Dort gibt es besonders viele Brauereien.

In kaum einer anderen Region gibt es so viele Brauereien.

Im Vortrag erfahren Sie, wie Menschen früher Bier gebraut haben.

Früher wurde Bier in kleinen Betrieben hergestellt.

Später entstanden immer größere Betriebe.

Es wurden auch große Fabriken gebaut.

Herr Roßner erklärt wie sich das Bier-Brauen im Laufe der Zeit verändert hat.



Dienstag, 6. Oktober 2026



von 19.15 Uhr



bis 20.45 Uhr



Hof,
Ludwigstraße 7,
VHS



Dr. Adrian Roßner



9 €

Kunststoff-Verarbeitung: GEALAN Formteile GmbH

Gesellschaft



Kurs-Nummer
31OB105101



Der Kurs ist eine Besichtigung.

Bei dieser Besichtigung lernen Sie die Firma GEALAN Formteile GmbH kennen.

Sie erfahren was in der Firma gemacht wird.

Die Firma stellt Kunststoff-Teile her.

Die Kunststoff-Teile werden für viele verschiedene Zwecke genutzt.

Man findet sie zum Beispiel in Autos.

Man findet sie auch in Heizungs- und Warm-Wasser-Anlagen.

Die Produkte werden in vielen Ländern der Welt verwendet.



Mittwoch, 7. Oktober 2026



18 Uhr



Firma Gealan,
Hofer Straße 70-74,
Oberkotzau



kostenlos

☐ Ich erlaube der VHS Hofer Land Kurs-Gebühren von meinem Bank-Konto mit Last-Schrift ab zu buchen.

Ihre Daten:

Nach-Name, Vor-Name

Straße und Haus-Nummer

Post-Leit-Zahl und Ort

Name der Bank

BIC: _____ | _____

IBAN: DE __ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____

Datum, Ort und Unter-Schrift

Gläubiger-Identifikations-Nummer: DE 27VHS00000242856

☐ Ich möchte eine Rechnung erhalten und bezahle per Bank-Überweisung.

Bitte heraus-trennen

Anmeldung zu Kursen der Volks-Hoch-Schule Hofen
(Bitte Vorder-Seite und Rück-Seite ausfüllen

Nach-Name, Vor-Name

Straße und Haus-Nummer

Post-Leit-Zahl und Ort

Geburts-Datum

Telefon-Nummer E-Mail-Adresse

Sie möchten einen Kurs besuchen: Bitte Kurs-Nummer eintragen	Bitte Kurs-Name eintragen



r Land

Sie möchten einen Kurs bei der Volks-Hoch-Schule Hofer Land besuchen?

Dafür brauchen wir Ihre Daten.

Die Offenen Hilfen der Lebenshilfe geben Ihre Daten an die Volks-Hoch-Schule weiter.

Sie müssen das den Offenen Hilfen der Lebenshilfe erlauben.

☐ Ich möchte Unterstützung der Offenen Hilfen der Lebenshilfe bei der Anmeldung.
Die Offenen Hilfen der Lebenshilfe geben meine Daten an die Volks-Hoch-Schule
Hofer Land weiter.

Ich stimme freiwillig zu: Die Offenen Hilfen der Lebenshilfe dürfen meine Daten
erheben und verarbeiten.

Ich kann diese Zustimmung immer und mit Wirkung für die Zukunft zurück-
nehmen. Dafür muss ich keinen Grund sagen.

Ort, Datum und Unterschrift

Bitte Kurs-Gebühr eintragen	Ich brauche eine Begleit-Person:
	☐ Ja ☐ Nein
	☐ Ja ☐ Nein

Ich brauche eine Begleit-Person.

Wie soll die Begleitperson bezahlt werden?

- ☐ Ich habe einen Pflegegrad:
 - ☐ Bezahlung über Entlastungsleistungen
 - ☐ Bezahlung über UVP

- ☐ Ich habe keinen Pflegegrad:
 - ☐ Ich bezahle mit meinem eigenen Geld
 - ☐ Ich weiß es noch nicht - das bespreche ich mit Frau Suckrau

Mehr Informationen dazu finden Sie im Programm-Heft.

Die Kurse kosten Geld.

Die VHS bucht das Geld von Ihrem Bank-Konto.

Das müssen Sie der VHS erlauben.

Das nennt man SEPA-Mandat.

Das SEPA-Mandat gilt bis auf Wider-Ruf.

Bitte füllen Sie das SEPA-Mandat aus.

Dann müssen Sie unterschreiben.

Mit Ihrer Unterschrift stimmen Sie den AGB und den Datenschutzbestimmungen der Volks-Hoch-Schule zu.



Bei der Volk-Hoch-Schule gibt es günstigere Preise. Zum Beispiel, wenn Sie Grund-Sicherung bekommen oder einen Schwer-Behinderten-Ausweis (mindestens 50%) haben.

Bitte ankreuzen:

- ☐ Ich bekomme Grund-Sicherung. Ich lege eine Kopie vom Grund-Sicherungs-Bescheid dazu.
- ☐ Ich habe einen Schwer-Behinderten-Ausweis. Ich lege eine Kopie dazu.

Conversational English - einfach miteinander reden



Sprachen



Kurs-Nummer
31AH400610

In diesem Kurs sprechen wir Englisch.
Alle können mit machen - mit oder ohne Behinderung.
Sie müssen noch kein Englisch können.
Sie brauchen keine Vor-Kenntnisse.
Wichtig ist:
Sie haben Lust mit zu machen.
Sie sprechen gern mit anderen.
Wir lernen einfache Wörter und Sätze.
Wir sprechen über Dinge aus dem Alltag.
Der Kurs ist entspannt.
Alle lernen in ihrem eigenen Tempo.
Wir benutzen einfache Sprache und Bilder.
So macht das Lernen Spaß.



5 Termine samstags, ab 10. Oktober 2026



von 14 Uhr



VHS, Ludwigstraße 7



bis 16 Uhr



Peggy Arkenberg



90 €

nicht ermäßigbar

Yoga auf dem Stuhl

Gesundheit



Kurs-Nummer
31AH501111



In diesem Kurs machen Sie Yoga auf einem Stuhl.
Die Übungen helfen Ihnen beweglicher zu werden.
Sie üben auf dem Stuhl.
Sie üben mit dem Stuhl.
Sie lernen auf Ihren Körper zu achten.
Die Übungen wechseln sich mit Pausen zum Entspannen ab.
Sie können sich Zeit für sich selbst nehmen.
Sie können die Yoga-Stunden in Ruhe genießen.



8 Termine dienstags, ab 13. Oktober 2026



von 15.30 Uhr



Hof,
Ludwigstraße 7,
VHS



bis 17 Uhr



Ursula Vetter-Mohr



79 €

ermäßigt: 59,25 €



Bitte mitbringen: Dicke Socken und bequeme Kleidung

Schmerz-frei durch Bewegung



Gesundheit



Kurs-Nummer
31BE502261

In diesem Kurs lernen Sie Übungen nach Liebscher & Bracht kennen. Diese Übungen können helfen Schmerzen zu lindern. Die Übungen helfen dabei den Körper beweglicher zu machen. Sie lernen Verspannungen zu lösen. Die Bewegungen sind langsam und sanft. Sie machen Übungen für den ganzen Körper. Auch der Kiefer, Finger und Zehen werden bewegt. Die Übungen sind einfach und können auch zu Hause gemacht werden. Sie können dadurch mehr Freude an Bewegung bekommen. Sie können sich wohler fühlen.



3 Termine dienstags, ab 13. Oktober 2026



von 18 Uhr



bis 19.30 Uhr



Yoga-Schule,
Hofer Straße 9,
95180 Berg



Jutta Weber



45 €

ermäßigt: 33,75 €



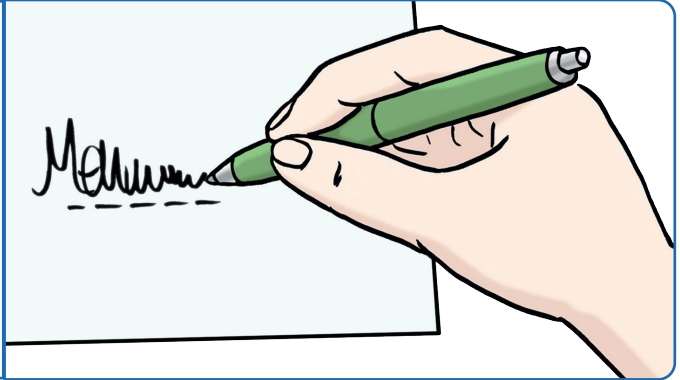
Bitte mitbringen: Gymnastik-Matte, ABS-Socken,
kleines Kissen

Verträge – Welche Rechte und Pflichten habe ich?

Gesellschaft



Kurs-Nummer
31AH107168



Achtung: Online-Kurs!

Der Vortrag ist in einfacher Sprache.

Der Vortrag wird von der Verbraucher-Zentrale Bayern angeboten.

Im Alltag schließen wir viele Verträge ab.

Kennen Sie Ihre Rechte und Pflichten bei Verträgen?

Sie hören in einfacher Sprache:

Wann habe ich einen Vertrag abgeschlossen?

Reicht ein „Ja“ am Telefon für einen Vertrag?

Kann ich eine Ware zurück-geben oder umtauschen?

Was muss ich tun wenn ich eine Mahnung erhalte?



Dienstag, 14. Oktober 2026



von 18 Uhr



online



bis 19 Uhr



Verbraucher-Zentrale
Bayern e.v.



kostenlos

Der Kurs ist online. Sie brauchen einen PC/Tablet mit Kamera und Mikrofon und Internet

So können Sie Demenz vergessen!



Gesundheit



Kurs-Nummer
31HE508101

In diesem Vortrag erfahren Sie mehr über Demenz.

Demenz ist eine Krankheit des Gehirns.

Sie lernen:

Woher kommt Demenz?

Kann ich etwas tun um gesund zu bleiben?

Sie lernen, was Sie selbst für Ihre Gesundheit tun können.

Dabei geht es nicht um strenge Regeln oder Verbote.

Es wird gezeigt wie gesunde Gewohnheiten Ihre Gesundheit schützen können.



Mittwoch, 28. Oktober 2026



von 19 Uhr



bis 21.15 Uhr



Klaus Reder



12 €



Grundschule
Helmbrechts, Aula
Eingang über
Ottengrüner-Straße.
Bitte klingeln!

Die 12€ sind vor Ort zu bezahlen!

Fitness mit dem Thera-Band

Gesundheit



Kurs-Nummer
31AH502270



In diesem Kurs stärken Sie den ganzen Körper.
Sie benutzen dafür ein Thera-Band und andere Widerstands-
Bänder.
Sie erfahren wie Sie zuhause üben können.
Es gibt auch Dehn-Übungen.
Sie machen Übungen zum Entspannen.



6 Termine dienstags, ab 3. November 2026



von 18 Uhr



bis 19 Uhr



Gerd Götz



34 €



Christiansreuther Straße
25, Hof
(Lieblings-Platz
Hospital-Stiftung)

ermäßigt: 25,50 €



Bitte mitbringen: Sport-Schuhe, bequeme Kleidung,
Sport-Matte und falls vorhanden ein Thera-Band

Klang-Reise mit Klang-Schalen



Gesundheit



Kurs-Nummer
31AH501626

Mit dem Klang der Klang-Schalen können Sie sich entspannen. Die Klänge und Schwingungen der Klang-Schalen können beruhigend wirken.

Sie können sich eine kleine Pause vom Alltag gönnen. Dabei können Sie Ruhe finden und neue Kraft sammeln. Sie entspannen Ihren Körper und Ihren Geist.



Sonntag, 8. November 2026



von 16 Uhr



VHS, Ludwigstraße 7



bis 17 Uhr



Anja Pippig, Dieter Lodde



8 €



Bitte mitbringen: Bitte bequeme Kleidung tragen, Decke und Kissen

TVO-Fernsehen für Oberfranken

Gesellschaft



Kurs-Nummer
31AH105102



WIR SIND OBERFRANKEN!

Sie besichtigen das Fernseh-Studio von TVO.
Dort werden Sendungen aufgenommen.
Sie erfahren wie Fernseh-Sendungen gemacht werden.
Sie dürfen auch Räume sehen, die Besucher sonst nicht sehen können.
Sie sehen wie die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter arbeiten.
Sie lernen, wie eine Fernseh-Sendung entsteht.
Sie können Fragen stellen.
Sie können alles fragen was Sie schon immer über das Fernsehen wissen wollten.



Dienstag, 10. November 2026



von 17.45 Uhr



TVO,
Pfarr 1,
Hof



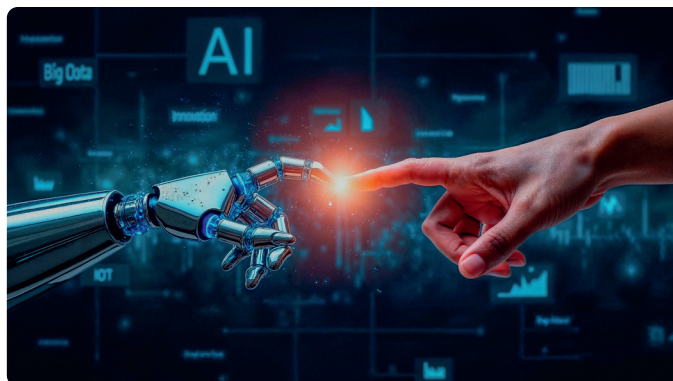
bis 19.15 Uhr



Anke Bogler



5 €



Gesellschaft



Kurs-Nummer
31AH102113

Achtung: Online-Kurs!

Nach diesem Kurs verstehen Sie Ihre Briefe vom Arzt besser.

Verstehen Sie viele Wörter in Briefen vom Arzt nicht?

Verstehen Sie den Beipack-Zettel zu Ihren Medikamenten nicht?

Die künstliche Intelligenz (KI) kann Ihnen helfen.

Sie kann schwierige Texte aus der Medizin einfach erklären.

Wichtig:

Die KI ersetzt keinen Arzt.

Bei Fragen zu Ihrer Gesundheit sollten Sie immer mit einem Arzt sprechen.



Montag, 16. November 2026



von 17.30 Uhr



online



bis 19 Uhr



Arno Schimmelpfennig



28 €

ermäßigt: 21 €

Der Kurs ist online. Sie brauchen einen PC/Tablet mit Kamera und Mikrofon und Internet

Schottland

Gesellschaft



Kurs-Nummer
31SW103103



Willkommen im Land von Nessi, Schotten-Rock und Whiskey
Der Kurs ist ein Vortrag mit Bildern.

Schottland ist bekannt für Dudel-Säcke und Männer in Schotten-Röcken.

Es ist auch bekannt für alte Burgen, Whiskey und das Ungeheuer von Loch Ness.

Schottland hat aber auch eine tolle Natur.

Die Landschaft ist beeindruckend.

Rainer Vogler stellt Schottland mit Bildern und einem Vortrag vor.
Er erzählt von seinen Reisen nach Schottland.

Es wird auch schottische Musik gehört.



Dienstag, 24. November 2026



19 Uhr



Rainer Vogler



Philipp-Wolfrum-Haus,
Marktplatz 17,
95131
Schwarzenbach/W.



3 €

Herzhaft und traditionell- türkische Küche



Gesundheit



Kurs-Nummer
31AH407104

Sie lernen ein bekanntes Gericht aus der türkischen Küche kennen.

Gemeinsam bereiten Sie Izmir Köfte zu.

Das sind gewürzte Fleisch-Bällchen mit Kartoffeln und Gemüse.

Alles wird in einer Tomaten-Soße im Ofen gegart.

Sie lernen auch wie man Bulgur Pilavi zubereitet.

Das ist ein Gericht aus gekochtem Getreide.

Sie bereiten außerdem einen frischen Salat zu.

Der Salat heißt Çoban Salatası.

Sie lernen auch wie man eingelegtes Gemüse macht.



Freitag, 4. Dezember 2026



von 18 Uhr



Hof,
Fabrikzeile 21



bis 20.15 Uhr



Bahattin-Halil Öcal



15 € + Kosten für Lebens-Mittel



Schürze, Geschirr-Tuch, Behälter für Reste, Küchen-
Rolle

Treffpunkt für Geselligkeit und mehr

Spezial



Kurs-Nummer
31AA904108



Advent-Advent-Advent: Geselliger Nachmittag mit Weihnachtsgeschichten

Möchten Sie neue Menschen kennen-lernen?

Dann sind Sie hier richtig.

Sie können gemeinsam mit anderen Zeit verbringen.

Es gibt verschiedene Angebote.

Sie können bei Kaffee und Kuchen zusammensitzen und sich unterhalten.

An diesem Nachmittag hören Sie Weihnachtsgeschichten.

Sie können Gesellschafts-Spiele spielen und gemeinsam Spaß haben.

Vielleicht lernen Sie neue Menschen kennen.

Genießen Sie einfach die gemeinsame Zeit!

Wir freuen uns auf Sie.



Montag, 7. Dezember 2026



von 15 Uhr



Siedler-Gemeinschaft
Hof-Silberberg



bis 17 Uhr



Anne Browa



kostenlos

Sauerteig-Brot backen



Gesundheit



Kurs-Nummer
31AH507103

Die Kurs-Leiterin zeigt Ihnen wie Sie Brot backen.
Sie backen gemeinsam mit anderen Teilnehmenden.
Sie üben das Backen direkt im Kurs.
Nach dem Kurs bekommen Sie einen Sauerteig zum Mit-nehmen.
So können Sie zu Hause selbst Brot backen.
Sie bekommen auch eine einfache Anleitung für zu Hause.



Freitag, 15. Januar 2027



von 16 Uhr



VHS,
Ludwigstraße 7



bis 19 Uhr



Irena Scepanek



19 € + Material-Kosten



Bitte mitbringen: Getränk und Tasche

Schmerz-Behandlung mit Hilfe von ätherischen Ölen

Gesundheit



Kurs-Nummer
31FT508101



In diesem Kurs lernen Sie:
bestimmte Pflanzen-Öle können bei Schmerzen helfen.
Diese Öle heißen ätherische Öle.
Sie erfahren:
warum empfinden Menschen Schmerzen unterschiedlich.
Sie erfahren:
wie können Düfte dabei helfen sich zu entspannen.
Der Kurs erklärt wichtige Informationen über ätherische Öle.
Sie lernen:
welche Öle können bei welchen Schmerzen helfen.
Sie erfahren welche Inhalts-Stoffe in den Ölen wirken.
Sie stellen gemeinsam ein Schmerz-Öl her.
Dieses Öl kann für verschiedene Beschwerden verwendet werden.



Montag, 18. Januar 2027



von 19 Uhr



Verbands-Schule
Feilitzsch



bis 20.30 Uhr



Rebecca Freimann



8€+Materialkosten (ca 8€)

Tanz mit uns ins Neue Jahr!



Gesundheit



Kurs-Nummer
31HE503142

Sie lernen Tänze im Kreis kennen.
Die Tänze kommen aus verschiedenen Ländern.
Es gibt schnelle und ruhige Tänze.
Die Tänze passen zum neuen Jahr und zur Natur.
Sie brauchen keine Erfahrung im Tanzen.
Sie müssen nicht besonders sportlich sein.
Jeder kann mit-machen.
Es geht um Freude an der Bewegung und das gemeinsame Tanzen.
Sie erleben Gemeinschaft mit anderen Menschen.
Die Tänze können Körper, Seele und Geist gut tun.



Montag, 18. Januar 2027



von 18.30 Uhr



bis 20.45 Uhr



Ute Schenk



13 €



Grundschule
Helmbrechts, Aula
Eingang über
Ottengrüner-Straße.
Bitte klingeln!

Bewegung für alle – leicht, wohltuend, ganzheitlich

Gesundheit



Kurs-Nummer
31AH502313



In diesem Kurs geht es um Bewegung.
Die Bewegung tut dem Körper gut.
Es ist ein leichtes Workout für den ganzen Körper.
Workout bedeutet: Körperliche Übungen machen.
Die Bewegung ist gut als Ausgleich zum Alltag.
Wir machen verschiedene Übungen.
Wir machen sanfte Gymnastik.
Wir machen Dehn-Übungen für die Muskeln.
Wir machen kleine Fantasie-Reisen.
Fantasie-Reisen sind kurze Geschichten zum Entspannen.



Samstag, 23. Januar 2026



von 9.30 Uhr



Hof,
Ludwigstraße 7,
VHS



bis 12 Uhr



Martina Meitner



17 €



Bitte mitbringen: Sport-Matte, Handtuch,
Sport-Kleidung

Farben aus Pflanzen



Kultur



Kurs-Nummer
31AH604143

Im Kurs werden Farben aus Pflanzen hergestellt.
Mit diesen Farben und Blüten und Blättern werden Lese-Zeichen
oder ähnliches gebastelt.
Sie lernen auch wie man Tinte selbst herstellt.



Samstag, 6. Februar 2027



von 9 Uhr



Bauernhof-Museum
Kleinlosnitz,
Zell



bis 16 Uhr



Marianna Haas



35€+ 15€ Material-Kosten ermäßigt: 26,25€



Bitte mitbringen: Brotzeit oder Geld für Verpflegung
vor Ort

Kochen wie bei den Ernährungs-docs

Gesundheit



Kurs-Nummer
31AH507106



Einfach, schmackhaft und gesund!

Die Ernährungs-docs ist eine Fernseh-Sendung.
Man kann sie auf dem Sender NDR sehen.
In der Fernseh-Sendung werden gesunde Gerichte gekocht.
Sie tun dem Körper gut und sind leicht zu kochen.
Im Kurs werden gemeinsam einige der Gerichte aus der
Fernseh-Sendung nach-gekocht.



Samstag, 20. Februar 2026



von 9.30 Uhr



Hof,
Fabrikzeile 21



bis 11.45 Uhr



Gabriele Kreil



19 €



Schürze, 2 Geschirr-Tücher

Unser Tipp:

REPAIR CAFE

Repair-Cafe

Repair ist englisch und wird „ripär“ gesprochen.

Es bedeutet reparieren.

Kaputte Gegenstände zu reparieren ist gut für die Umwelt.

Im Repair Cafe werden gemeinsam kaputte Gegenstände repariert.

Bitte bringen Sie Ihren kaputten Gegenstand mit.



Es gibt zwei Termine.

Sie können auch nur zu einem Termin kommen.

Sie müssen sich nicht vorher anmelden.

Das Repair Cafe findet am 26. September 2026 und am 21. November 2026 statt.

Die Uhrzeit ist 13 Uhr bis 16 Uhr.

Bitte kommen Sie in die VHS, Ludwigstraße 7 in Hof.

Blitz-Lichter aus der VHS inklusiv

Das Projekt VHS inklusiv gibt es in Hof seit Juni 2024.

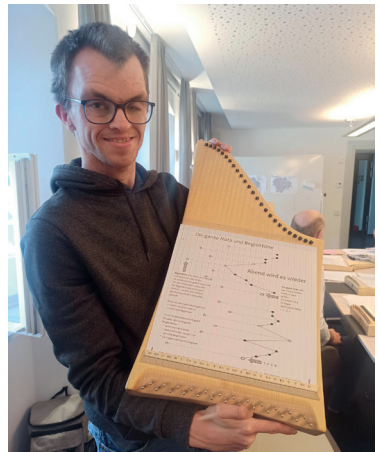
Dieses Heft ist das vierte Programm-Heft mit VHS Kursen in einfacher Sprache.

In den vier Programm-Heften wurden 107 Kurse in einfacher Sprache vorgestellt.

Insgesamt gab es durch das Projekt über 60 Anmeldungen zu VHS Kursen. Manche Teilnehmer hatten Unterstützung durch eine Begleit-Person. Neun Begleit-Personen unterstützen aktuell Menschen in VHS-Kursen.

Es sind durch die VHS inklusiv drei neue inklusiv geplante Kurse in der VHS Hofer Land entstanden:

Conversational English, Bewegung für alle und die inklusive Theater-Gruppe.



Die inklusive Theater-Gruppe hatte ihren ersten Auftritt beim Sommer-Fest für Kurs-Leiter und Kurs-Leiterinnen in der VHS.

Der VHS Beirat hat das Projekt bekannter gemacht.



Zum Beispiel mit einem Info-Stand beim Herbst-Fest der Hochfränkischen Werkstätten.

Oder bei der Eröffnung des Bücher-Regals in einfacher Sprache in der Stadt-Bücherei in Hof.

Unsere Tipps:

- Die inklusive Theater-Gruppe hat eine Aufführung: 13.09.2026 beim Theater-Sommer-Fest.
- Schauen Sie doch mal in der Stadt-Bücherei vorbei! Dort gibt es jetzt viele Bücher in einfacher Sprache. Sie können die Bücher ausleihen.

Regel-mäßige Beratungs-Termine

Sie möchten sich persönlich über das Programm in einfacher Sprache informieren?

Sie möchten eine persönliche Beratung?

Hier treffen Sie Isabell Suckrau persönlich an:

- Jeden Monat in den Hoch-fränkischen Werk-Stätten Hof:
 - in der HW Südring (Südring 100 in Hof)
 - in der HW Schaumberg (Schaumbergstraße 4 in Hof)
 - in der HW Oberkotzau (Ziegeleistraße 16 in Oberkotzau)
 - am Bio-Bauernhof der Lebenshilfe (Martinsreuth 3 in Konradsreuth).
-
- Die Beratungs-Zeit ist immer von 12 🕒 bis 13 🕒 Uhr.
 - Die genauen Termine finden Sie im Monats-Programm der Offenen Hilfen der Lebenshilfe Hof.
 - Sie können das Monats-Programm auch im Internet anschauen: 
-
- Jeden Donnerstag von 10 🕒 bis 14 🕒 Uhr in der VHS, Ludwigstraße 7.

Sie haben an den Terminen keine Zeit:

Rufen Sie mich an: 09281 5959950

Wir können einen anderen Termin aus-machen.

Ich freue mich darauf Sie kennen zu lernen!

Daten-Schutz-Erklärung der Volks-Hoch-Schule

1. Es gelten die Daten-Schutz-Bestimmungen der Volkshochschule Hofer Land.

Hier werden die Daten-Schutz-Bestimmungen erklärt.

2. Daten sind Informationen über Sie.

Ihre Daten sind für die Kurs-Anmeldung wichtig.

Zum Beispiel:

Ihr Name und Ihre Adresse.

Ihr Geburts-Jahr.

Ohne diese Daten kann keine Kurs-Anmeldung gemacht werden.

Manche Daten kann man freiwillig angeben.

Zum Beispiel die Telefon-Nummer. Die Volks-Hoch-Schule kann Sie dann anrufen, wenn sich etwas beim Kurs ändert.

Durch Ihre Bank-Daten kann die Volks-Hoch-Schule das Geld für den Kurs von Ihrem Konto ab-buchen.

Wenn Sie Ihre Bank-Daten nicht angeben, müssen Sie sich selbst um die Bezahlung kümmern.

Ihre Daten werden gespeichert.

Der Speicher-Ort heißt Daten-Bank.

Menschen, die in der Volks-Hoch-Schule arbeiten können die Daten sehen.

Oder Firmen, die sich um die Daten-Bank kümmern.

Sonst darf niemand diese Daten sehen.

3. Sie können eine E-Mail-Adresse angeben.

Die Volks-Hoch-Schule kann Ihnen Werbung als Email schicken.

Das müssen Sie der Volks-Hoch-Schule erlauben.

4. Die Volks-Hoch-Schule darf Ihre Daten weitergeben.

Zum Beispiel an die Kurs-Leitung.

Für manche Kurse gibt es ein Zeugnis.

Dann werden Ihre Daten weitergegeben.

An die Stelle, die das Zeugnis ausstellt.

Bei manchen Kursen müssen Daten an Behörden weitergegeben werden.

Wenn Sie einen Kurs nicht bezahlen darf die VHS Ihre Daten weitergeben.

Die Daten werden dann an ein Inkasso-Unternehmen gegeben.

Das Unternehmen fragt:

Warum haben Sie den Kurs nicht bezahlt?

5. Sie können der VHS eine Nachricht schicken.

Dann nutzt die VHS Ihre Daten um Ihnen zu antworten.

6. Ihr Kurs ist vorbei:

Ihre Daten werden gelöscht.

Es gibt Gesetze die sagen:

Manche Daten müssen länger gespeichert werden.

Nach 10 Jahren werden alle Daten gelöscht.

7. Die VHS muss Ihnen immer sagen, welche Daten von Ihnen gespeichert sind.

Manchmal sind Daten falsch gespeichert.

Dann muss die VHS das ändern.

Sie möchten nicht, dass Ihre Daten gespeichert werden:

Dann sagen Sie Bescheid. Die VHS muss die Daten löschen.

Sie können sich beschweren: bei der Daten-Schutz-Aufsichts-Behörde.

Es gibt eine Daten-Schutz-Beauftragte in der VHS.

Sie heißt Marion Herrmann.

Oder sie fragen bei den offenen Hilfen der Lebenshilfe nach.

Allgemeine Geschäfts-Bedingungen (AGB)

Es gelten die AGB der Volkshochschule Hofer Land.

Die AGB sind wichtig für Verträge.

Wenn Sie einen Kurs besuchen, machen Sie einen Vertrag mit der VHS.

Der Vertrag entsteht so:

Sie melden sich zum Kurs an.

Die VHS nimmt die Anmeldung an und bestätigt sie.

Dann müssen Sie das Geld für den Kurs bezahlen.

In den AGB stehen viele weitere Informationen.

Zum Beispiel zu Ihren Rechten bei einem Rücktritt vom Vertrag.

Sie können bis zum Anmelde-Schluss absagen.

Das müssen Sie schriftlich machen.

Dann müssen Sie kein Geld bezahlen.

Wenn Sie Fragen zu den AGB haben oder mehr Information möchten:

Fragen sie in der Volks-Hochschule nach. Oder bei den Offenen Hilfen der Lebenshilfe.

Mit Ihrer Unterschrift auf dem Anmelde-Blatt stimmen Sie den Datenschutz-Bestimmungen und den AGB zu.

Hier finden Sie uns



VHS Hofer Land
Ludwigstraße 7, 95028 Hof
Bushaltestelle Unteres Tor, Linien 1503, 1504, 1506, 1512



Offene Hilfen der Lebenshilfe Hof
Schaumbergstraße 8, 95032 Hof

Ansprech-Partnerin für das VHS-Programm in einfacher Sprache:



Isabell Suckrau

Telefon:

09281 5959950

Mobil-Telefon:

0151 420 65659

Email: isabell.suckrau@lebenshilfe-hof.de

Internet: www.lebenshilfe-hof.de/offene-hilfen



Offene Hilfen der Lebenshilfe Hof

Schaumbergstraße 8

95032 Hof

Telefon: 09281 7847055



Die Volks-Hoch-Schule:

www.vhshoferland.de

Telefon: 09281 7145 0

Impressum

Herausgeber: Offene Hilfen der Lebenshilfe Hof

Redaktion: Isabell Suckrau, VHS-Beirat

Auflage: 1250 Stück

Herstellung: Kirchmann-Medien, Hof

Bilder: pixabay, magnific, OHL Hof, OBA Bamberg, Theater Hof, TVO, VHS Hofer Land, Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers, Gealan Formteile GmbH

Gefördert durch die
Aktion
MENSCH