



VR SISy mobil



**Unsere Bankfiliale -
Von überall für Sie
erreichbar**

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Scannen und
verbinden



**VR-Bank
Südwestpfalz eG**





HERBSTSEMESTER 2026

Volkshochschule Pirmasens

Hans-Sachs-Straße 2, 66955 Pirmasens
Telefon: (0 63 31) 213-647
volkshochschule@pirmasens.de
www.vhs-pirmasens.de

Impressum

Herausgeber: vhs Pirmasens
Verantwortlicher: Stanislaw Bayer
Lektorat: BenScript – Sylvia Di Benedetto, Pirmasens

Öffnungszeiten des Sekretariats

Montag–Donnerstag 9:00–12:30 Uhr und 14:00–16:00 Uhr
Freitag 9:00–12:30 Uhr

In den Schulferien und außerhalb des Semesters gelten abweichende Öffnungszeiten.

Umschlagseite

Titelbild: mit Canva erstellt

LEITUNG



Stanislaw Bayer

SEKRETARIAT



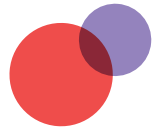
Anna Brunner



Désirée Germann



Ella Weimer



Kalender	6
Grußwort	8
Jubiläumsveranstaltung	9
Konzert zur Semestereröffnung	10
Konzert der vhs-Musikschule	10
vhs.thema	12-16
Exkursionen	17-18
Literatur im Gespräch	19
vhs.wissen live	20-23



Politik | Gesellschaft | Umwelt

Geschichte	25
Natur & Landschaft	25-26
Recht & Finanzen	26-30
Pädagogik, Erziehung & Familie	31
Persönlichkeitsentwicklung & Psychologie	31



Kultur | Kunst | Gestaltung

Literatur	33-35
Musik & Gesang	36
Malen & Zeichnen	36-41
Fotografie	41
Plastisches Gestalten	42
Nähen	43-45
Handwerken	45



Gesundheit | Bewegung | Ernährung

Entspannung, Prävention, Gesundheit	47-54
Bewegung & Fitness	54-57
Mentale Gesundheit	57
Selbstverteidigung für Frauen & Mädchen	58
Kulinarik & Ernährung	59-61



Sprache

GER	63
Deutsch als Fremdsprache	64-68
Fremdsprachen: Englisch	69-71
Fremdsprachen: Französisch	72-76
Fremdsprachen: Italienisch	77-79
Fremdsprachen: Spanisch	80



IT | Medien | Beruf

Sprechstunde – digital im Alltag	83
ONLEIHE für Einsteiger	84
Mediengrundlagen & allgemeine Anwendung	85-90
Microsoft Office	91-92

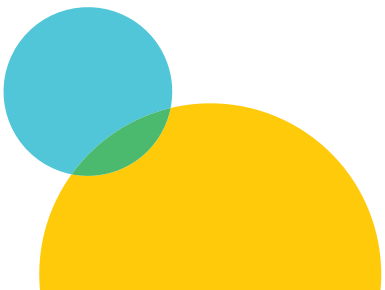


Musikschule

Übersicht	94-97
-----------	-------

Sonstiges

So finden Sie uns	98-99
Kursverzeichnis	100-101
Allg. Geschäftsbedingungen	102
Anmeldung	103-106
Datenschutzerklärung	107



Kurz und Gut – Termine Herbst 2026

Ferienzeiten und Feiertage

Tag der Deutschen Einheit:	03.10.2026
Herbstferien:	05.10.2026–16.10.2026
Allerheiligen:	01.11.2026
Weihnachtsferien:	23.12.2026–08.01.2027

Sprechstunde – digital im Alltag

24.08.2026, Montag, 16:30–19:30 Uhr
26.10.2026, Montag, 16:30–19:30 Uhr
16.11.2026, Montag, 16:30–19:30 Uhr
07.12.2026, Montag, 16:30–19:30 Uhr

Semestereröffnungskonzert

14. August 2026, Freitag, 18:00 Uhr
Forum ALTE POST Pirmasens, Eintritt frei

Konzert der vhs-Musikschule

28. November 2026, Samstag, 16:00 Uhr
Forum ALTE POST Pirmasens, Eintritt frei

Alle Veranstaltungen aus der Rubrik vhs.thema

- Von Moden, Megatrends und Mythen – Einblicke in die Zukunftsforschung
 - Heute schon an morgen denken – Der Blick auf die Zukunft aus der Perspektive der Psychologie
 - Die Zukunft der Arbeitswelt
 - Zukunftstechnologien verstehen. Künstliche Intelligenz heute und morgen – Ein Update
-

Alle Veranstaltungen aus der Rubrik vhs.wissen live

- Vertrauen in Wissenschaft – Zwischen Expertise und Skepsis
 - Künstliche Intelligenz und Bildung – Lernen mit und lernen trotz KI
 - Veränderungsstress. Warum tun sich Gesellschaften mit Veränderungen so schwer?
 - Konrad Adenauer. Kanzler nach der Katastrophe
-

Exkursionen

12.09.2026, Samstag, Freiburg
26.09.2026, Samstag, Freiburg
10.10.2026, Samstag, Frankfurter Buchmesse

Literatur im Gespräch

20.11.2026, Freitag
19:00–20:30 Uhr
VR-Bank Südwestpfalz eG,
Alleestraße 2, 66953 Pirmasens

Kalender

Juli

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9

August

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6

September

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11

Oktober

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8

November

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	1	2	3	4	5	6

Dezember

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
30	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10

Ferienübersicht

Herbstferien: 05.10.2026–16.10.2026
Weihnachtsferien: 23.12.2026–08.01.2027

Gesetzliche Feiertage

Tag der Deutschen Einheit: 03.10.2026
Allerheiligen: 01.11.2026

Sprechstunde – digital im Alltag

24.08.2026, Montag, 16:30–19:30 Uhr
26.10.2026, Montag, 16:30–19:30 Uhr
16.11.2026, Montag, 16:30–19:30 Uhr
07.12.2026, Montag, 16:30–19:30 Uhr

Semestereröffnungskonzert

14.08.2026, Freitag, 18:00 Uhr
Konzert der vhs-Musikschule
28.11.2026, Samstag, 16:00 Uhr

Exkursionen

12.09.2026, Samstag, 07:00–20:00 Uhr
26.09.2026, Samstag, 07:00–20:00 Uhr
10.10.2026, Samstag, 07:30–20:00 Uhr

Literatur im Gespräch

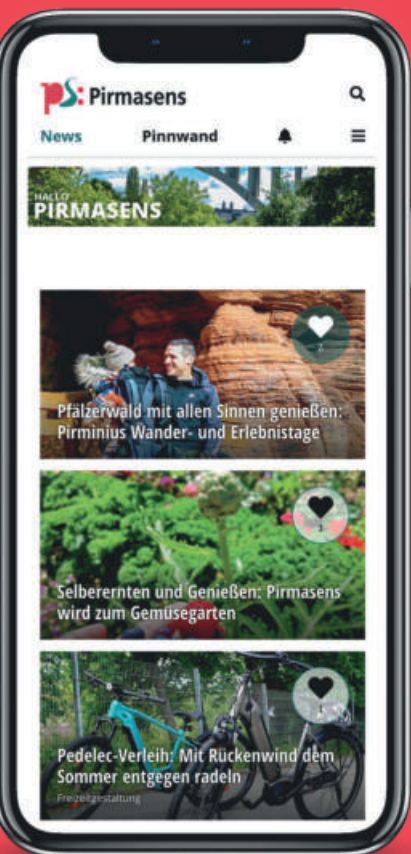
20.11.2026, Freitag, 19:00–21:00 Uhr

Alle Veranstaltungen aus der Rubrik vhs.thema

26.08.2026, Mittwoch, 18:30–20:00 Uhr
Von Moden, Megatrends und Mythen –
Einblicke in die Zukunftsforschung
16.09.2026, Mittwoch, 18:30–20:00 Uhr
Heute schon an morgen denken –
Der Blick auf die Zukunft aus der Perspektive der Psychologie
21.10.2026, Mittwoch, 18:30–20:00 Uhr
Die Zukunft der Arbeitswelt
02.12.2026, Mittwoch, 18:30–20:00 Uhr
Zukunftstechnologien verstehen.
Künstliche Intelligenz heute und morgen – Ein Update

Alle Veranstaltungen aus der Rubrik vhs.wissen live

06.10.2026, Dienstag, 19:30–20:30 Uhr
Vertrauen in Wissenschaft – Zwischen Expertise und Skepsis
28.10.2026, Mittwoch, 19:30–21:00 Uhr
Künstliche Intelligenz und Bildung – Lernen mit und lernen trotz KI
02.11.2026, Montag, 19:30–21:00 Uhr
Veränderungsstress. Warum tun sich Gesellschaften mit
Veränderungen so schwer?
24.11.2026, Dienstag, 19:30–21:00 Uhr
Konrad Adenauer. Kanzler nach der Katastrophe



Jetzt herunterladen: Die Pirmasens-App!

- kostenlos
- ohne Registrierung
- interaktiv



Ganz einfach installieren:
Als App auf dem Smartphone
nutzen oder über jeden Browser:
<https://pirmasens.orts.app>

Grußwort



Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

wir begrüßen Sie herzlich zum Herbstsemester 2026. Auch in diesem Semester möchten wir Ihnen ein vielfältiges und verlässliches Bildungsangebot präsentieren. Im Mittelpunkt steht diesmal das Schwerpunktthema „Zukunftsfragen“, das wir aus unterschiedlichen fachlichen und gesellschaftlichen Blickwinkeln betrachten wollen.

Die Auseinandersetzung mit Zukunftsthemen ist aktueller denn je: Technologische Entwicklungen, Veränderungen in der Arbeitswelt und gesellschaftliche Umbrüche stellen Kommunen, Organisationen sowie jede und jeden Einzelnen von uns vor neue Herausforderungen. Unsere geplante Vortragsreihe bietet hierzu fundierte Einblicke – von Zukunftsforschung über psychologische Perspektiven bis hin zu Trends in der Arbeitswelt und Künstlicher Intelligenz.

Auch literarisch nähern wir uns dem Thema: Das Texttaxi mit Kerstin Bachtler und Bodo Redner präsentiert Verse und Gedanken zu dem, was vor uns liegt. Mit zwei Exkursionen nach Freiburg und einem Besuch der Frankfurter Buchmesse bieten wir zudem Gelegenheiten, Zukunftsthemen vor Ort zu erleben.

Dank unserer engagierten Dozentinnen und Dozenten erwartet Sie erneut ein breites Kursangebot – von Alltags- und Allgemeinbildung über künstlerisches Gestalten und Gesundheit bis hin zu Sprachen und IT-Fähigkeiten. Unsere vhs-Musikschule ergänzt darüber hinaus mit Instrumentalunterricht und musikalischer Früherziehung.

Wir laden Sie ein, das neue Programm zu entdecken – vielleicht finden Sie darin genau den Impuls, der Ihren Blick auf die Zukunft erweitert.

Mit herzlichen Grüßen

Denis Clauer
Hauptamtlicher Beigeordneter

Stanislaw Bayer
Leiter der Volkshochschule



Jubiläums-
veranstaltung

80 JAHRE

Volkshochschule
Pirmasens

im Forum
ALTE POST

23. Oktober
2026
18:00 Uhr

Die Volkshochschule Pirmasens feiert in diesem Jahr ihren 80. Geburtstag – ein Anlass, der die lange Tradition der Weiterbildung in unserer Stadt sichtbar macht und zugleich den Blick nach vorn richtet. Seit acht Jahrzehnten begleitet die vhs Menschen in unterschiedlichen Lebensphasen, eröffnet neue Perspektiven und stärkt Bildung als gemeinschaftliche Aufgabe. Dieses Jubiläum möchten wir mit Ihnen feiern.

Am **23. Oktober 2026 um 18:00 Uhr** laden wir Sie herzlich zu einer festlichen Veranstaltung im **Forum ALTE POST** ein. Der Abend würdigt die Entwicklung der Volkshochschule von ihren Anfängen bis heute und zeigt, wie vielfältig und lebendig Erwachsenenbildung in Pirmasens geworden ist. Neben einem Rückblick auf prägende Etappen erwarten Sie musikalische Beiträge, kurze Impulse aus der aktuellen Bildungsarbeit und Begegnungen mit Menschen, die die vhs über viele Jahre geprägt haben.

Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist jedoch erforderlich, um die Platzvergabe zu koordinieren. Wir freuen uns über alle, die die Volkshochschule begleitet haben, aktuell begleiten oder neu kennenlernen möchten.

Feiern Sie mit uns 80 Jahre vhs Pirmasens – und lassen Sie uns gemeinsam einen Blick auf das werfen, was vor uns liegt.

Konzert zur Semestereröffnung

Liebe Freunde der vhs Pirmasens,

wir laden Sie herzlich zum Semestereröffnungskonzert der Volkshochschule Pirmasens ein!

14. August 2026, Freitag

18:00 Uhr

Forum ALTE POST Pirmasens

Eintritt frei



Gemeinsam wollen wir den Auftakt in das neue Semester gebührend feiern. Für den musikalischen Rahmen der Veranstaltung sorgen die talentierten Musikerinnen und Musiker vom „Orchester Pirmasens in der Volkshochschule und der Stadtmission“ unter der Leitung von Holger Vehling und Ralf Splittgerber sowie der vhs-Chor „Taktvoll“ unter der Leitung von Edith Burkhard.

Wir freuen uns auf einen musikalischen Abend in Ihrer Gesellschaft!

Konzert der vhs-Musikschule

Liebe Musikfreunde,

wir laden Sie herzlich zum Konzert der vhs-Musikschule Pirmasens ein. Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Programm, gestaltet von unseren Schülerinnen und Schülern sowie ihren Lehrkräften.

28. November 2026, Samstag

16:00 Uhr

Forum ALTE POST Pirmasens

Eintritt frei

Wir freuen uns auf einen musikalischen Nachmittag in ihrer Gesellschaft!



BEI UNS KANNST DU ALLES WERDEN!



**BEWIRB
DICH
JETZT!**



pirmasens.de/karriere

vhs.thema

Die Zukunft ist kein fernes Morgen, sondern ein Prozess, der bereits heute beginnt. Wissenschaftliche Modelle, gesellschaftliche Debatten und technologische Entwicklungen zeigen, wie stark sich unsere Welt wandelt. Megatrends weisen langfristige Richtungen, Menschen suchen Orientierung im Umgang mit Unsicherheit, Arbeitswelten verändern sich rasant und Künstliche Intelligenz bringt neue Möglichkeiten sowie große Herausforderungen mit sich. Auch die Literatur sucht nach Worten und Bildern für das, was vor uns liegt. Unser Schwerpunktthema lädt dazu ein, „Zukunftsfragen“ aus verschiedenen Blickwinkeln zu betrachten – und daraus Impulse zu gewinnen, um die Welt von morgen aktiv und verantwortungsvoll zu gestalten.



Einblicke in die Zukunftsforschung 13

Der Blick auf die Zukunft aus der Perspektive der Psychologie 14

Die Zukunft der Arbeitswelt 15

Zukunftstechnologien verstehen. Künstliche Intelligenz heute und morgen – Ein Update 16

Exkursionen 17-18

Literatur im Gespräch 19

NEU

Von Moden, Megatrends und Mythen – Einblicke in die Zukunftsforschung

Immer wieder hören wir von neuen „Trends“, die unser Leben beeinflussen werden. In den Medien scheinen sich die Diagnosen dabei rasch abzulösen: Waren es gestern noch „Globalisierung“, „Klimawandel“ oder „Überalterung“, so lesen wir heute etwa von „New Work“, „Künstlicher Intelligenz“, „Resilienz“, „hybrider Kriegsführung“, „Pro-Aging“... Doch woher wissen wir, was die Zukunft bringt? Wie werden Prognosen oder Szenarien erstellt – und was bedeuten sie für uns? Wie unterscheiden sich wirkungsstarke Megatrends von reinen Moden oder auch von Mythen? Der Vortrag stellt Varianten des „Trendscoutings“ vor, wirft auch einen Blick hinter die Kulissen der Zukunftsforschung und fragt nach ihren Potenzialen und ihren Grenzen.

Prof. Dr. Nicole Hoffmann hat seit 2009 eine Professur am Institut für Pädagogik der Universität in Koblenz inne. Dorthin führten sie akademische Stationen in Regensburg, Bamberg, Berlin und Flensburg. Neben ihren Schwerpunkten im Bereich der Forschung zu Methoden und Medien des Lernens in biografischen, organisationalen und gesellschaftlichen Perspektiven engagiert sich Prof. Dr. Hoffmann seit vielen Jahren in unterschiedlichen Sozial- und Bildungsprojekten.

Kurs: 100001

 Prof. Dr. Nicole Hoffmann
 Carolinensaal Pirmasens

 26.08.2026, Mittwoch
 18:30–20:00 Uhr

Eintritt frei



NEU

Kurs: 100002

Dr. Regina Osranek
Carolinsaal Pirmasens

16.09.2026, Mittwoch
18:30–20:00 Uhr

Eintritt frei

Heute schon an morgen denken – Der Blick auf die Zukunft aus der Perspektive der Psychologie

Wie denken wir über die Zukunft – und warum fällt es manchen Menschen leichter als anderen, zuversichtlich zu bleiben? Dieser Vortrag beleuchtet die psychologische Perspektive auf Zukunft und zeigt, wie Menschen mit Unsicherheit, Veränderungen und persönlichen Lebensübergängen umgehen. Im Mittelpunkt stehen wissenschaftliche Erkenntnisse aus der Psychologie zu Zukunftsdenken, Resilienz und Persönlichkeit: Welche inneren Einstellungen fördern Zuversicht? Wie entsteht Resilienz im Laufe des Lebens? Und welche Rolle spielt die Psychologie dabei, Orientierung und Handlungssicherheit zu geben? Der Vortrag richtet sich an eine breite Öffentlichkeit und verbindet verständliche wissenschaftliche Erkenntnisse mit alltagsnahen Beispielen.

Regina Osranek ist Diplom-Psychologin, promovierte zum Thema „Nachhaltiges Verhalten in Unternehmen“ und ist Systemische Beraterin (DGSF). Ihre Forschungsschwerpunkte liegen in den Themenfeldern Neue Arbeitsformen, digitale Teamarbeit, seelische Gesundheit in der Arbeitswelt und organisationale Resilienz. Schwerpunkte in der Beratung sind Personal-, Team- und Organisationsentwicklung. (Quelle: ITA)

NEU

Die Zukunft der Arbeitswelt

Künstliche Intelligenz, Fachkräftemangel, New Work: Die Diskussion über die Zukunft der Arbeitswelt wird von wenigen, aber mächtigen Erzählungen geprägt. Doch welche Entwicklungen sind tatsächlich empirisch belegt und bei welchen handelt es sich eher um sehr zuge-spitzte Zukunftsbilder? Der Vortrag ordnet die Entwicklungen der letzten Jahre ein und zeigt, wie sich Arbeit verändert. Dabei werden aktuelle Studien berücksichtigt, aber auch unterschiedliche Zukunftsszenarien gegenübergestellt und kritisch reflektiert. Der Vortrag verbindet empirische Analyse mit Ansätzen der strategischen Vorausschau und eröffnet damit eine differenzierte Perspektive auf mögliche Zukünfte der Arbeit – jenseits von Hype und einfachen Prognosen.

Andreas Weßner studierte Diplom-Sozialwissenschaften und absolvierte das verwaltungswissenschaftliche Aufbaustudium an der Deutschen Universität für Verwaltungswissenschaften Speyer. Er ist seit 2011 am Institut tätig und befasst sich derzeit vorrangig mit strategischen Herausforderungen in Unternehmen sowie in Organisationen im öffentlichen Sektor, organisationalem Wandel, Digitalisierung und Zukunftsforschung (Foresight). Daneben ist er u. a. Mitherausgeber der Zeitschrift für Zukunftsforschung sowie Mitglied des Steuerungs- und Entscheidungsboards des Netzwerks Zukunftsforschung. (Quelle: ITA)

Kurs: 100003

Andreas Weßner
Carolinsaal Pirmasens

21.10.2026, Mittwoch
18:30–20:00 Uhr

Eintritt frei

NEU

Kurs: 100004

Dr.-Ing.Tobias Krafft
Carolinensaal Pirmasens

02.12.2026, Mittwoch
18:30–20:00 Uhr

Eintritt frei

Zukunftstechnologien verstehen. Künstliche Intelligenz heute und morgen – Ein Update

Künstliche Intelligenz ist längst kein Zukunftsthema mehr: Sie steckt in Sprachassistenten, Empfehlungsalgorithmen, medizinischen Diagnosesystemen und Einstellungsverfahren – oft unsichtbar, aber wirksam. Der Vortrag gibt einen verständlichen Überblick über die wichtigsten KI-Entwicklungen und zeigt, wie lernende Systeme unseren Alltag, die Arbeitswelt und das gesellschaftliche Miteinander bereits heute verändern. Chancen wie effizientere Prozesse und neue Innovationsfelder werden dabei ebenso beleuchtet wie Risiken durch mangelnde Transparenz, mögliche Diskriminierung oder schwindende menschliche Kontrolle. Im Mittelpunkt steht die Frage: Welche Bedingungen brauchen wir, damit KI dem Menschen dient – und nicht umgekehrt?

Dr.-Ing. Tobias Krafft ist Geschäftsführer der Trusted AI GmbH und ausgewiesener Experte für die Analyse und Regulierung algorithmischer Systeme sowie für KI-Zertifizierung. Als Träger des Weizenbaumpreises 2017 verbindet er technische Tiefe mit einem klaren Blick für gesellschaftliche Verantwortung. Er berät seit Jahren öffentliche Institutionen beim verantwortungsvollen Einsatz von KI und beim Aufbau verlässlicher Prüfstrukturen.

Exkursionen

NEU

Exkursion nach Freiburg

Freiburg ist die südlichste und sonnenreichste Großstadt Deutschlands und sie hat den Ruf, eine der lebenswertesten Städte zu sein. Mit einer bezaubernden Altstadt, dem alles überragenden Münster, mit großzügigen grünen Oasen, schönen Plätzen, mit Kunst und Kultur, Märkten und badischer Küche begeistert sie sowohl Einheimische als auch die zahlreichen Gäste. Bei einem Spaziergang durch die Altstadt und zum Münster werden wir erfahren, wie das Leben in Freiburg früher war. Nachmittags informieren wir uns über das Leben und Wohnen in der Gegenwart. Ökologische Wohnkonzepte untermauern den Ruf Freiburgs als „Green City“, als Vorreiterin in Sachen Nachhaltigkeit, Umweltbewusstsein und Lebensqualität. Lassen Sie sich überraschen von den vielfältigen Ideen, mit denen Freiburg sich für die Zukunft rüstet und gleichzeitig seine Vergangenheit liebevoll lebendig erhält.

Das genaue Tagesprogramm erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung, spätestens eine Woche vor dem Termin.

Kurs: 109001

Helga Knerr

12.09.2026, Samstag
07:00–20:00 Uhr

80,00 €

Kurs: 109002

26.09.2026, Samstag
07:00–20:00 Uhr

80,00 €



NEU

Kurs: 109003

Helga Knerr,
Ulrike Weil,
Katja Faroß-Göller

10.10.2026, Samstag
07:30–20:00 Uhr

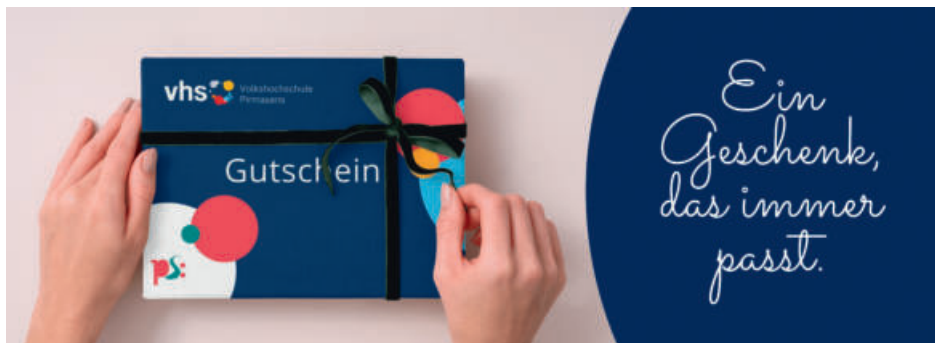
75,00 €

**Fahrt zur Frankfurter Buchmesse.
Sprache verbindet Welten**

Die Frankfurter Buchmesse ist der älteste und weltgrößte Treffpunkt der Buchbranche. Jährlich präsentieren Verlage ihre neuesten Publikationen, die längst nicht mehr ausschließlich Bücher, sondern auch E-Books, Audiobücher und andere digitale Formen umfassen.

Während der Fahrt informieren wir Sie über Tschechien, das Gastland 2026. Wir geben Ihnen nützliche Empfehlungen und Informationen für Ihren individuellen Rundgang über die Messe. Freuen Sie sich auf eine bunte Vielfalt an Veranstaltungen mit Autorinnen und Autoren, auf interessante Präsentationen der Verlage und überraschende Begegnungen. Sie haben während des ganztägigen Aufenthalts in Frankfurt Zeit dazu. Wir wünschen Ihnen viel Freude bei Ihrer Entdeckungsreise durch die Welt der Bücher!

Die Teilnahmegebühr beinhaltet sowohl die Fahrtkosten als auch den Eintrittspreis zur Buchmesse.



Literatur im Gespräch

NEU

Alles Gute für die Zukunft! Das Texttaxi präsentiert diverse Verse zu allem, was vor uns liegt.

Das Format „Literatur im Gespräch“ ist eine langjährige Kooperation zwischen der Volkshochschule Pirmasens und der VR-Bank Südwestpfalz eG Pirmasens-Zweibrücken, die auf eine über 30-jährige Tradition zurückblicken kann. Junge und erfahrene Autorinnen und Autoren begeistern seit Jahrzehnten das Publikum. Ihre Werke bringen Sie zum Lachen und regen zum Nachdenken an.

Zum Programm

Die Zukunft – was wird sie uns bringen? Wann fängt sie überhaupt an? In zehn Jahren, in hundert oder gar schon morgen? Egal, was auf uns zukommt, wir wissen es nicht. Aber wir können ahnen, hoffen, wünschen. Und wir haben auch Angst vor vielem, das wir nicht kennen. Damit sind wir nicht allein. Schon zu allen Zeiten haben sich Menschen über die Zukunft Gedanken gemacht. Dichterinnen und Dichter haben diese Gedanken in ihre Lyrik einfließen lassen, die uns zum Nachdenken anregen, uns begleiten und trösten können.

Die Moderatorin **Kerstin Bachtler** und der Schauspieler **Bodo Redner**, zusammen als „**Texttaxi**“ unterwegs, haben spannende, witzige und überraschende Gedichte zur Zukunft ausgesucht und präsentieren diese virtuos mit Temperament und viel Humor.

Die Veranstaltung findet in der VR-Bank Südwestpfalz eG, Alleestraße 2, 66953 Pirmasens statt

Kurs: 201VRB

VR-Bank Südwestpfalz eG
Alleestraße 2
66953 Pirmasens

20.11.2026, Freitag
19:00–20:30 Uhr

Eintritt frei

vhs.wissen live

Die Plattform „vhs.wissen live“ bietet ein breites Spektrum an hochwertigen Online-Vorträgen zu aktuellen gesellschaftlichen Themen. Alle Vorträge werden von renommierten Experten und Expertinnen gehalten und in Echtzeit übertragen. Dadurch haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, Fragen zu stellen und sich aktiv an der Diskussion zu beteiligen. Das Angebot von „vhs.wissen live“ orientiert sich an den Prinzipien des lebenslangen Lernens und der gesellschaftlichen Partizipation und richtet sich an alle interessierten Menschen, die ihr Wissen erweitern und über aktuelle Themen diskutieren möchten. Die Teilnahme an den Online-Vorträgen ist kostenfrei und denkbar einfach. Nach einer Anmeldung zur gewünschten Veranstaltung erhalten Sie spätestens drei Tage vor Veranstaltungsbeginn die erforderlichen Zugangsdaten per E-Mail.



**Vertrauen in Wissenschaft –
Zwischen Expertise und Skepsis** 21

**Künstliche Intelligenz und Bildung –
Lernen mit und lernen trotz KI** 21

**Veränderungsstress.
Warum tun sich Gesellschaften mit
Veränderungen so schwer?** 22

**Konrad Adenauer.
Kanzler nach der Katastrophe** 23

NEU

ONLINE

Vertrauen in Wissenschaft – Zwischen Expertise und Skepsis

Wissenschaft prägt unser Leben in hohem Maße – von Medizin und Klimaforschung bis hin zu Künstlicher Intelligenz. Zugleich ist Vertrauen in Wissenschaft heute keine Selbstverständlichkeit mehr. Während viele Menschen der Forschung weiterhin vertrauen, wachsen andernorts Skepsis, Distanz oder offener Widerspruch.

Der Vortrag stellt dar, warum Vertrauen in Wissenschaft relevant ist, worauf es beruht und warum es in manchen gesellschaftlichen Gruppen stabil bleibt und in anderen erodiert.

Mike S. Schäfer ist Professor für Wissenschaftskommunikation an der Universität Zürich. Er erforscht, wie wissenschaftliche Themen wie Klimawandel, Künstliche Intelligenz oder Biotechnologie in Öffentlichkeit, Medien und digitalen Plattformen verhandelt werden und was Bürgerinnen und Bürger über Wissenschaft denken.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech) statt.

Kurs: 102WL1

Prof. Dr. Mike S. Schäfer
online, Livestream

06.10.2026, Dienstag
19:30–21:00 Uhr

kostenfrei

Anmeldeschluss:
02.10.2026

NEU

ONLINE

Künstliche Intelligenz und Bildung – Lernen mit und lernen trotz KI

Künstliche Intelligenz wird zunehmend Teil von Alltag, Arbeitswelt und Schule. KI kann uns bei komplexen Aufgaben unterstützen, von Routine-tätigkeiten entlasten und Lernprozesse gezielt begleiten. Gleichzeitig birgt eine Überdelegation kognitiver Aufgaben an KI das Risiko, dass wesentliche Kompetenzen verloren gehen oder gar nicht erst erworben werden.

Der Vortrag zeigt auf, wie KI-Systeme und deren Nutzung gestaltet werden können, um Kompetenzverlust entgegenzuwirken.

Ute Schmid ist Mitglied im Direktorium und im Geschäftsleitenden Ausschuss des Bayerischen Forschungsinstitut für Digitale Transformation (bidt). Sie ist Professorin für Kognitive Systeme an der Universität Bamberg und lehrt und forscht seit vielen Jahren im Bereich Künstliche Intelligenz mit Fokus auf menschenähnliches maschinelles Lernen und Methoden für interaktives und erklärendes Lernen. Ute Schmid ist Mitglied im Bayerischen KI-Rat und EurAI Fellow.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem bidt statt.

Kurs: 102WL2

Prof. Dr. Ute Schmid
online, Livestream

28.10.2026, Mittwoch
19:30–21:00 Uhr

kostenfrei

Anmeldeschluss:
26.10.2026

NEU

ONLINE

Kurs: 102WL3

Prof. Dr. Steffen Mau
online, Livestream

02.11.2026, Montag
19:30–21:00 Uhr

kostenfrei

Anmeldeschluss:
29.10.2026

Veränderungsstress. Warum tun sich Gesellschaften mit Veränderungen so schwer?

Der Vortrag beschäftigt sich mit der Frage, wie Menschen Veränderungen wahrnehmen und wie unterschiedliche Gruppen auf sozialen Wandel reagieren. Es soll gezeigt werden, dass ein Teil unserer gegenwärtigen Konflikte mit der starken Dynamisierung der Gesellschaft zu tun haben. Es wird auch diskutiert, wie sich Kontinuitätsbedürfnisse und Veränderungsanforderungen miteinander kombinieren lassen.

Steffen Mau ist Professor für Makrosoziologie an der Humboldt-Universität zu Berlin und Direktor des Max-Planck-Instituts zur Erforschung multireligiöser und multiethnischer Gesellschaften in Göttingen. 2021 erhielt er den Leibniz-Preis der Deutschen Forschungsgemeinschaft. Seine Bücher „Ungleich Vereint. Warum der Osten anders bleibt“ (2024) sowie die gemeinsam mit Thomas Lux und Linus Westheuser verfasste Studie „Triggerpunkte. Konsens und Konflikt in der Gegenwartsgesellschaft“ (2023) standen monatelang auf der Sachbuch-Bestenliste und auf Platz 1 der Spiegel-Bestsellerliste. Für „Ungleich Vereint“ erhielt er außerdem den Bayrischen Buchpreis 2024 und stand auf der Shortlist für den Sachbuchpreis des Norddeutschen Rundfunks.

www.instagram.com/vhs_pirmasens

www.facebook.com/vhspirmasens

Folge uns!

NEU

ONLINE

Konrad Adenauer. Kanzler nach der Katastrophe

Unter den Kanzlern der Bundesrepublik Deutschland ragt Konrad Adenauer heraus. Er ist es, der nach NS-Diktatur, Zweitem Weltkrieg und Holocaust 1949 die erste Bundesregierung bilden kann und die von außen gestiftete Demokratie im Westen verankert. Damit legt er die Fundamente einer Erfolgsgeschichte, die den Westdeutschen auf Jahrzehnte hinaus Wohlstand und Frieden beschert. Aber Adenauer ist es auch, der die deutsche Teilung in Kauf nimmt und Millionen seiner Landsleute ein Beschweigen ihrer Vergangenheit ermöglicht.

Der renommierte Zeithistoriker Norbert Frei nimmt den 150. Geburtstag des Gründungskanzlers zum Anlass für ein unbestechliches Porträt des Mannes, der die deutsche Geschichte nach 1945 geprägt hat wie niemand sonst. Norbert Frei lehrte Neuere und Neueste Geschichte an der Friedrich-Schiller-Universität Jena. Davor forschte er u. a. am Institut für Zeitgeschichte, an der Harvard University, in Princeton, in Jerusalem und am Wissenschaftskolleg zu Berlin.

Kurs: 102WL4

Prof. Dr. Norbert Frei
online, Livestream

24.11.2026, Dienstag
19:30–21:00 Uhr

kostenfrei

Anmeldeschluss:
20.11.2026



Politik | Gesellschaft | Umwelt

Seit ihrer Gründung sind die Volkshochschulen geschützte Orte des sozialen und politischen Lernens. Ihr Ziel in der politischen Bildung ist die Förderung des Engagements für demokratische Werte und Menschenrechte. In diesem breit gefächerten Fachbereich finden Sie sowohl politische und geschichtliche als auch soziale und rechtliche Themen. Die Kursauswahl zu Pädagogik, Familie und Persönlichkeitsentwicklung bietet vielfältigen Raum, um ein verständnisvolles Miteinander zu stärken und das eigene Wohlbefinden zu verbessern.



Geschichte	25
Natur & Landschaft	25-26
Recht & Finanzen	26-30
Pädagogik, Erziehung & Familie	31
Persönlichkeitsentwicklung & Psychologie	31

GESCHICHTE

NEU

Arbeitskreis Geschichte: Das Zeitalter des Deutschen Ritterordens

Die Entwicklung des Deutschen Ordens beginnt im Heiligen Land, wo er um 1118 als Schutzgemeinschaft für deutsche Pilger entstand. Nach dem Verlust Jerusalems 1187 und der Aufgabe Akkons 1291 verlagerte sich sein Wirken nach Europa. Der Orden beteiligte sich an der Reconquista in Spanien und unterstützte ab 1224 den polnischen Herzog Konrad von Masowien im Kampf gegen die heidnischen Pruzen. Durch Missionierung und militärische Expansion entstand im Baltikum ein zusammenhängender Machtbereich, der sich bis 1390 bis zum Finnischen Meerbusen ausdehnte.

Im Arbeitskreis Geschichte erforschen Sie, wie die Beteiligung des Deutschen Ordens an den europäischen Bestrebungen zur Verteidigung des Christentums war.

Kurs: 101001

Dr. Wolfgang Friedrich Brendel
vhs, 2. OG – EDV-Raum

ab 19.08.2026, Mittwoch
14:30–16:00 Uhr

5 Termine
20,00 €

NATUR & LANDSCHAFT

NEU

Pilz-Schule

Sie sammeln im Wald nur Steinpilze, Maronenröhrlinge und Pfifferlinge? Oder essen Sie nur Pilze aus dem Supermarkt? Dieser Kurs vermittelt der ambitionierten Anfängerin und dem ambitionierten Anfänger Regeln zur Erweiterung des Pilzkorbs um neue Speisepilzarten. Sie lernen die wichtigsten Giftpilzarten und die Verwechslungspartner vermeintlich einfach zu bestimmender Steinpilze kennen. Dabei ist der Umgang mit Bestimmungsliteratur unverzichtbar. Auch auf die Qualität der Pilzbeute sollte geachtet werden. Nicht jeder sicher bestimmte Steinpilz eignet sich noch für den Kochtopf. Nützliche Tipps zum Umgang mit und der Weiterverarbeitung von Speisepilzen, dem Verhalten im Wald sowie naturschutzrechtliche Vorgaben runden diesen Pilzkurs ab. Eine gemeinsame Exkursion in ein nahegelegenes Waldgebiet steht ebenfalls auf dem Programm.

Kurs: 104003

Roland Peifer
vhs, 1. OG – Raum 3

ab 22.09.2026, Dienstag
17:30–19:00 Uhr

5 Termine
55,00 €



NEU

Kurs: 103008

Bettina Nierstrath
vhs, 2. OG – Raum 6

04.11.2026, Mittwoch
17:30–19:00 Uhr

10,00 €

Zukunft geht mit Klimaschutz – Gemeinsam schaffen wir die Klimawende

Zukunft geht mit Klimaschutz: Ein Impulsvortrag, der vieles rund um das Thema Klimawandel / Klimaschutz anreißt: Was ist Klimawandel? Wie steht es um die Forschung zum Klimawandel? Wie hoch sind die Kosten durch den Klimawandel? Was bedeutet Klimagerechtigkeit? Was können wir tun? Welche Klimaanpassungsmaßnahmen lohnen sich? Was ist der CO₂-Fußabdruck und was versteht man unter einem ökologischen Handabdruck?

Über dies und mehr informiert Bettina Nierstrath, Referentin für Klimaschutz und Klimawandel in der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz.

RECHT & FINANZEN

Kurs: 103001

Nico Kuhn
Carolinensaal Pirmasens

08.09.2026, Dienstag
18:30–21:00 Uhr

10,00 €

Kurs: 103002

04.11.2026, Mittwoch
18:30–21:00 Uhr

10,00 €

Sorgen Sie vor! Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung

Wer regelt Ihre Angelegenheiten, wenn Sie es nicht mehr können? Ein Unfall oder eine schwere Erkrankung kann dazu führen, dass Sie nicht mehr selbstverantwortlich handeln können. Drei Varianten von Vollmachten und Verfügungen helfen, damit nach Ihrem Willen rechtssicher entschieden wird: Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung.

Dieser Vortrag informiert Sie umfassend über die Vorsorgemöglichkeiten und über das Ehegatten-Notvertretungsrecht. Zusätzlich bekommen Sie Informationsmaterial mit an die Hand und haben die Gelegenheit, Fragen zu stellen.



NEU

Aufbauseminar für ehrenamtliche rechtliche Betreuerinnen, Betreuer und Bevollmächtigte

Dieses Tagesseminar knüpft an das Grundlagenseminar für ehrenamtliche rechtliche Betreuerinnen und Betreuer an und vertieft wichtige Inhalte, die für eine verantwortungsvolle und rechtssichere Betreuung erforderlich sind. Eine Teilnahme am Grundlagenseminar ist Voraussetzung. Folgende Themen werden bearbeitet:

- Vermögenssorge und Einwilligungsvorbehalt
- Genehmigungs- und Anzeigepflichten
- Freiheitsentziehende Maßnahmen / Unterbringung
- Überblick über die Sozialleistungen (SGB)
- Unterstützende Entscheidungsfindung
- Reflektion der Rolle der rechtlichen Betreuenden

Darüber hinaus können eigene Fallbeispiele und Fragen der Teilnehmenden eingebracht werden.

Kurs: 103003

Nico Kuhn
Pro Seniore Residenz
Turnstraße 6-8
66953 Pirmasens

07.11.2026, Samstag
09:00–17:00 Uhr

15,00 €

Elektronische Patientenakte (ePA) – Was Sie wissen sollten

Seit dem 29. April 2025 gilt die elektronische Patientenakte (ePA) für alle gesetzlich Versicherten. Die verpflichtende Nutzung für Ärztinnen und Ärzte sowie weitere Leistungserbringer trat zum 1. Oktober 2025 in Kraft. Die ePA ist der persönliche, digitale und lebenslange Aktenordner für Gesundheitsdaten. (Zahn-)Ärztinnen oder (Zahn-)Ärzte, Krankenhäuser und andere medizinische Einrichtungen stellen medizinische Unterlagen ein, sofern Patientinnen und Patienten dem nicht widersprochen haben. Auch man selbst kann dort Gesundheitsdaten einspeichern. Die Einführung der ePA ist für gesetzlich Versicherte noch mit vielen Fragen verbunden: Wie bekomme ich die elektronische Patientenakte? Wer kann meine Patientenakte einsehen? Was ist, wenn ich keine elektronische Patientenakte möchte? Kann ich die elektronische Patientenakte auch ohne ePA-App nutzen und wo werden die Daten gespeichert?

In diesem Kurs erhalten Sie von einem Experten der Verbraucherzentrale Antworten auf diese Fragen und wertvolle Informationen.

Kurs: 103004

Kai Prowald
vhs, 2. OG – Raum 6

16.09.2026, Mittwoch
17:30–19:00 Uhr

15,00 €



Kurs: 103007

Kai Prowald
vhs, 2. OG – Raum 6

28.10.2026, Mittwoch
17:30–19:00 Uhr

10,00 €

Aktuelles aus der Verbraucherzentrale Pirmasens – Die Tricks der Betrüger

Ob Fake-Shops mit günstigen Angeboten, unerlaubte Telefonanrufe oder dubiose Inkassoschreiben – die Liste der aktuellen Abzock-Methoden ist lang. Gerade in Zeiten steigender Verbraucherpreise und zunehmend knapper Haushaltskassen ist es umso wichtiger, informiert und wachsam zu sein. Denn Betrüger scheuen sich nicht, den Menschen mit kriminellen Machenschaften das Geld aus der Tasche zu ziehen.

In diesem Vortrag informiert Kai Prowald, Jurist bei der Verbraucherzentrale in Pirmasens, über die aktuellen Maschen und wie man sich vor Abzocke schützen kann.

FRAUEN

Kurs: 103005

Dagmar Stock
vhs, 1. OG – Raum 3

26.10.2026, Montag
18:00–20:15 Uhr

10,00 €

„Über Geld spricht man(n) nicht, Frau schon!“ Von Frau für Frauen – Finanzwissen Grundlagen

Frauen stehen in finanziellen Fragen oft vor besonderen Herausforderungen – etwa durch den Gender Pay Gap, Erwerbsunterbrechungen oder ein erhöhtes Risiko von Altersarmut. Gleichzeitig zeigen Studien, dass viele Frauen bei Finanzthemen zögern, obwohl sie sehr gut in der Lage sind, fundierte Entscheidungen zu treffen. Der Workshop „Frauen und Finanzen“ setzt hier an: Er sensibilisiert für strukturelle und persönliche Hürden, stärkt das finanzielle Selbstvertrauen und motiviert dazu, Verantwortung für die eigene finanzielle Zukunft zu übernehmen. Inhalte sind:

- Warum finanzielle Eigenständigkeit für Frauen besonders wichtig ist
- Money Mindset und innere Blockade
- Grundlagen der Vorsorge und das Schließen von Versorgungslücken
- Basiswissen Geldanlage: Zinsen, Inflation, Vermögensarten, Zinseszins, Risiko
- Erste Schritte zur eigenen Finanzstrategie und mehr finanzieller Unabhängigkeit





Mach deine Freunde happy. Mit Wero.

**Sende Geld einfach
und schnell.**

Jetzt in der App Sparkasse nutzen.

WERO

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Südwestpfalz

NEU

FRAUEN

Kurs: 103006

Dagmar Stock
vhs, 1. OG – Raum 3

02.11.2026, Montag
18:00–20:15 Uhr

10,00 €

Finanzielle Resilienz für Frauen. Innere Stärke und Klarheit im Umgang mit Geld

Finanzielle Resilienz bedeutet, mit Unsicherheiten und Veränderungen souverän umzugehen und handlungsfähig zu bleiben. Der Workshop zeigt Frauen, wie sie finanzielle Stabilität und innere Gelassenheit entwickeln können – unabhängig von äußeren Umständen. Die Teilnehmerinnen reflektieren ihre finanzielle Situation, treffen bewusstere Entscheidungen und stärken ein selbstbestimmtes Verhältnis zu Geld. Neben Grundlagen der Finanzbildung spielen auch psychologische Faktoren wie Glaubenssätze, Sicherheitsempfinden und Selbstwirksamkeit eine wichtige Rolle. Kursinhalte:

- Bedeutung finanzieller Resilienz – besonders für Frauen
- Einfluss von Mindset, Emotionen und Selbstwert
- Wege zu mehr Stabilität: Bewusstsein, Struktur, konkrete Schritte
- Strategien für finanzielle Krisen und Veränderungen



Schiller Apotheke

Apotheker Stephan Seibel e.K.
Bitscher Str. 3, 66955 Pirmasens

Telefon: 06331 - 725788

Mail: info@schiller-apotheke-pirmasens.de

Web: www.schiller-apotheke-pirmasens.de

Shop: www.shop.schiller-apotheke-pirmasens.de

Öffnungszeiten

Montag - Freitag 08:00 - 18:30

Samstag 08:30 - 12:30



PÄDAGOGIK, ERZIEHUNG & FAMILIE

Eltern sein – weniger Stress, mehr Nähe

Wie bleibe ich ruhig, wenn mein Kind tobt? Wie reagiere ich, wenn ich erschöpft bin und trotzdem präsent sein möchte? Sie wünschen sich, in herausfordernden Momenten ruhig zu bleiben und Ihr Kind besser zu begleiten, ohne laut zu werden oder sich hilflos zu fühlen? In diesem Workshop bekommen Sie alltagstaugliche Impulse und kleine Übungen, um in solchen Situationen gelassener zu bleiben. Zudem lernen Sie, sich selbst zu verstehen und neue Wege im Umgang mit Ihrem Kind zu finden. Mit mehr Klarheit, Ruhe und Verbindung.

Kurs: 105001

Susanne Baldauf
vhs, 2. OG – Raum 5

29.10.2026, Donnerstag
18:30–20:30 Uhr

15,00 €

PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG & PSYCHOLOGIE

NEU

Stark im Wandel: Mentale Stärke für Veränderungen und Zukunft

Veränderungen prägen zunehmend unseren beruflichen und privaten Alltag. Steigende Anforderungen, Unsicherheiten und komplexe Rahmenbedingungen machen es wichtig, mental flexibel und handlungsfähig zu bleiben. Der Workshop zeigt, wie Sie in Phasen des Wandels Klarheit bewahren, Stress verstehen und die Bedeutung der eigenen Haltung erkennen. Mit praxisnahen Methoden reflektieren Sie Ihre Situation, richten den Fokus auf beeinflussbare Bereiche und entwickeln Strategien für Perspektivwechsel, Prioritätensetzung und achtsame Grenz Wahrnehmung. Ein Schwerpunkt liegt auf Resilienz als zentraler Zukunftskompetenz: Sie erfahren, wie mentale Stärke entsteht und wie Sie Orientierung und Selbstwirksamkeit auch in herausfordernden Zeiten erhalten. Das Seminar bietet Raum für Austausch und unterstützt Sie dabei, gestärkt und mit konkreten Impulsen in Ihren Alltag zurückzukehren.

Kurs: 106003

Sophie Schneiderhöhn-Petry
vhs, 2. OG – Raum 6

02.09.2026, Mittwoch
18:00–19:30 Uhr &

09.09.2026, Mittwoch
18:00–19:30 Uhr

25,00 €





Kultur | Kunst | Gestaltung

Das Angebot der Volkshochschule im Bereich der kulturellen Bildung ermöglicht Ihnen, Kreativität und Kunstfertigkeit zu verbinden. Mit uns entfalten Sie Ihren Ideenreichtum und betreten neue Ufer. Dabei können Sie aus einem breiten Spektrum wählen. Egal, ob Sie zum Buch, zum Foto oder zum Pinsel greifen möchten, unsere Kursleitungen unterstützen Sie und begleiten Sie dabei. In den Kursen erwerben die Teilnehmenden sowohl theoretische Kenntnisse als auch praktische Fertigkeiten. Das kreative Schaffen steht hier im Vordergrund.



Literatur	33-35
Musik & Gesang	36
Malen & Zeichnen	36-41
Fotografie	41
Plastisches Gestalten	42
Nähen	43-45
Handwerken	45

LITERATUR

FRAUEN

Frauen-Gesprächskreis Literatur Christoph Wortberg: „Gussie“

Auguste „Gussie“ Zinsser ist die künstlerisch und musisch gebildete Tochter von Wilhelmine und Ferdinand Zinsser, Hochschulprofessor an der Universität Köln. Sie verliebt sich in den 20 Jahre älteren Oberbürgermeister Kölns, einen Witwer mit drei minderjährigen Kindern: Konrad Adenauer. Sie konvertiert zum katholischen Glauben, beide heiraten und werden Eltern von vier weiteren Kindern. Gussie engagiert sich politisch, sozial und künstlerisch. Mit dem Aufstieg Hitlers beginnen die Probleme. 1933 wird Konrad Adenauer von den Nationalsozialisten abgesetzt und muss untertauchen. Auch für Gussie beginnt eine harte Zeit. Wolfgang Wortberg erzählt mitfühlend und einprägsam, wie sich Gussie auf dem Sterbebett an ihr Leben mit Konrad Adenauer erinnert, an die guten Zeiten und an den Terror unter dem Hitler-Regime, als sie durch die Gestapo vor eine unmenschliche Wahl gestellt wird.

Im Kurs arbeiten die Teilnehmerinnen systematisch mit dem Roman Gussie und erschließen sich dessen historische, politische und persönliche Ebenen. Durch angeleitete Textanalysen, vorbereitete Materialien und gezielte Fragestellungen lernen sie, Frauenrollen im frühen 20. Jahrhundert zu untersuchen, biografische Entscheidungen im historischen Kontext zu bewerten und Parallelen zu heutigen Lebensrealitäten zu reflektieren.

Lektüre: Christoph Wortberg: „Gussie“ | dtv-Verlag München | 4. Auflage 2025 | ISBN 978-3-423-22114-6

Kurs: 202001

Helga Knerr
vhs, 1. OG – Raum 3

ab 29.10.2026, Donnerstag
16:00–18:00 Uhr

5 Termine
15,00 €



NEU

Kurs: 202005Persephone Haasis
vhs, 2. OG – Raum 5ab 03.09.2026, Donnerstag
17:00–19:15 Uhr3 Termine
65,00 €**Sinnlich-atmosphärisches Schreiben**

Packende Texte leben von ausgestalteten Szenen. Je atmosphärischer eine Geschichte ist, desto besser können sich die Leserinnen und Leser hineinversetzen. Sie sehen die Orte vor sich, an denen die Handlung spielt, fühlen, was die Protagonistinnen und Protagonisten fühlen, erleben die Welt, als seien sie hautnah dabei. So entsteht eine ganz besondere Verbindung zwischen den Leserinnen und Lesern und den Figuren. Doch wie gelingt es, eine Szene oder einen Ort spürbar und erlebbar zu machen? Gemeinsam tauchen wir in die Welt der atmosphärischen Beschreibungen ein und finden heraus, wie Sie in Verbindung mit Ihren Leserinnen und Lesern treten. Sie erarbeiten an eigenen kleinen Szenen, wie Atmosphäre entsteht, und lernen, was es braucht, um Ihren Text spannend, unterhaltsam oder sinnlich zu machen.

Persephone Haasis hat Kreatives Schreiben, Literaturwissenschaft und -vermittlung in Hildesheim und Bamberg studiert und ist selbst eine erfolgreiche Autorin. Ihr aktuelles Buch „Marmeladensommer“ ist ein wunderbarer Wohlfühlroman, der sich zurecht an zahlreichen positiven Rezensionen erfreut. Persephone Haasis kombiniert fundiertes akademisches Wissen im kreativen Schreiben mit langjähriger Praxiserfahrung als erfolgreiche Autorin und Lektorin.

Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Kursgebühr inklusive Workbook.

Kursmaterialien für *Ihren VHS-Kurs*

Schnell, bequem & stressfrei:
Bücher und Material für Ihren
VHS-Kurs bekommen Sie bei uns.



Thalia Pirmasens | Hauptstraße 8
66953 Pirmasens | thalia.pirmasens@thalia.de

 **Thalia**


NEU

Der Kompass in mir: Mit kreativem Schreiben die eigene Zukunft gestalten. Ein Journaling-Kurs

Man wird ja wohl noch träumen dürfen! Aber wie sieht Ihre ideale Zukunft eigentlich aus? Genau dieser Frage stellen wir uns in diesem Kurs und nähern ihr uns in kleinen kreativen Schreibübungen an. Wo möchte ich in den nächsten fünf bis zehn Jahren stehen, wenn alles nach meinen Wünschen verläuft? Wer möchte ich sein? Und wie würde ich dann meinen Alltag gestalten? Durch das Schreiben gönnen wir uns selbst eine kleine Pause und kalibrieren in dieser Auszeit unseren inneren Kompass für unser zukünftiges Ich. Schreiben Sie Ihr Drehbuch für Morgen und entdecken Sie dabei, welche Wege Sie schon heute einschlagen können.

Persephone Haasis kombiniert fundiertes akademisches Wissen im kreativen Schreiben mit langjähriger Praxiserfahrung als erfolgreiche Autorin und Lektorin.

Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Kursgebühr inklusive Workbook.

Kurs: 202006

Persephone Haasis
vhs, 2. OG – Raum 5

ab 30.10.2026, Freitag
17:00–19:15 Uhr

3 Termine
65,00 €

NEU

Textwerkstatt

Sie haben ein Schreibprojekt in der Schublade, das auf konstruktives Feedback wartet? In dieser Textwerkstatt erhalten Sie die Gelegenheit, Ihren eigenen Text im Umfang von 10 bis 15 Normseiten einzureichen und intensiv zu besprechen. Dabei bietet der Kurs einen geschützten Raum für professionellen Austausch. Sie erhalten wertvolle Impulse für die weitere Überarbeitung Ihres Manuskripts, um so das volle Potenzial aus Ihrer Geschichte herauszuholen.

Persephone Haasis kombiniert fundiertes akademisches Wissen im kreativen Schreiben mit langjähriger Praxiserfahrung als erfolgreiche Autorin und Lektorin.

Eine Teilnahme an einem Schreibworkshop (Kreatives Schreiben oder Atmosphärisches Schreiben) ist Voraussetzung.

Die Texte bitte bis spätestens zum 22.10.2026 per Mail an die Dozentin Persephone Haasis schicken: autorin@persephonehaasis.de
Kursgebühr inklusive Workbook.

Kurs: 202007

Persephone Haasis
vhs, 2. OG – Raum 5

05.11.2026, Donnerstag
17:00–19:15 Uhr &

12.11.2026, Donnerstag
17:00–19:15 Uhr

45,00 €



MUSIK & GESANG

Kurs: 213003

Marliese Maurer-Hurth
vhs, UG – Raum 3

ab 09.09.2026, Mittwoch
16:00–17:30 Uhr

4 Termine
55,00 €

Körper-Klang-Stimme: Mit Faszien-Spannung zum 3D-Körperklang-Stimmklang

Ob Sie nun eine Arie oder einen Schlager vor sich hin trällern oder eine Rede halten, das harmonische Gestimmt-Sein des muskulären Bindegewebes der Faszien bildet eine grundlegende Voraussetzung für den Stimmgenuss. Für die Stimme sind die faszialen Aspekte des Zwerchfells, die drei funktionellen Faszienketten des Beckenbodens und die Rückenfaszie von unmittelbarer Bedeutung. Sind diese ausgewogen, entsteht aus dieser Wohlspannung räumlich resonanter Körperklang/Stimmklang.

In diesem Kurs lernen wir mit funktionellen Stimm-, Atem- und Bewegungsübungen unseren Körperklang/Stimmklang neu zu beleuchten und um die Komponente Faszien zu ergänzen.

Der Kurs eignet sich für alle Menschen, die in Sprache und Gesang gerne mit ihrer Stimme umgehen. Vorkenntnisse sind gut, aber nicht erforderlich.

MALEN & ZEICHNEN

Kurs: 207011

Nina Steigerwald-Liberis
P11 Quartierszentrum
Winzler Viertel

18.08.2026, Dienstag
18:30–20:45 Uhr &

25.08.2026, Dienstag
18:30–20:45 Uhr

35,00 €

Aquarell-Kalender: Frühling – Blüten, Leichtigkeit und Neubeginn

Gestalten Sie die Frühlingseiten Ihres eigenen Aquarell-Kalenders und lassen Sie sich von der Leichtigkeit und Frische dieser Jahreszeit inspirieren. Zarte Blüten, erste Knospen, florale Muster und helle Farbwelten stehen im Mittelpunkt dieses Kurses. Der Fokus liegt auf dem bewussten Einsatz von Farbe, Leichtigkeit und Komposition, um ein harmonisches und stimmungsvolles Kalenderblatt zu gestalten. Ergänzend erhalten Sie Tipps zu Techniken wie Nass-in-Nass, Lasuren und feinen Details mit Fineliner oder Gelstift.

Für diesen Kurs sollten Sie den Grundkurs „Aquarellmalerei für Einsteiger“ besucht haben oder bereits Grundkenntnisse in der Aquarellmalerei besitzen.

Der passende Kalender kann im Kurs für 10,00 € erworben werden (bei Teilnahme an mehreren Kursen nur einmal erforderlich).

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Bleistift, Radiergummi, verschiedene Pinsel (klein, mittel und groß), wasserfester Fineliner, Aquarellpapier, weißer Gelstift.



Aquarell-Kalender: Sommer – Sonne, Meer und Lebensfreude

Tauchen Sie ein in die warme, leuchtende Welt des Sommers und gestalten Sie Ihr persönliches Kalenderblatt voller Farbe und Energie. Ob sonnige Landschaften, Früchte oder maritime Elemente – der Sommer bietet eine Fülle an inspirierenden Themen. Neben praktischen Übungen erhalten Sie Tipps zu lockeren Pinselstrichen, Farbverläufen und dem gezielten Setzen von Akzenten für mehr Ausdruck und Tiefe. Für diesen Kurs sollten Sie den Grundkurs „Aquarellmalerei für Einsteiger“ besucht haben oder bereits Grundkenntnisse in der Aquarellmalerei besitzen.

Der passende Kalender kann im Kurs für 10,00 € erworben werden (bei Teilnahme an mehreren Kursen nur einmal erforderlich).

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Bleistift, Radiergummi, verschiedene Pinsel (klein, mittel und groß), wasserfester Fineliner, Aquarellpapier, weißer Gelstift.

Kurs: 207012

Nina Steigerwald-Liberis
P11 Quartierszentrum
Winzler Viertel

01.09.2026, Dienstag
18:30–20:45 Uhr &

08.09.2026, Dienstag
18:30–20:45 Uhr

35,00 €

Aquarell-Kalender: Herbst – Blätter, Kürbisse und warme Farben

Der Herbst begeistert mit warmen Farbtönen, spannenden Strukturen und einer besonderen Lichtstimmung. In diesem Kurs gestalten Sie Ihr Kalenderblatt inspiriert von goldenen Blättern, herbstlichen Landschaften oder natürlichen Details. Sie lernen, wie Sie erdige Farbpaletten harmonisch einsetzen und durch Lasuren Tiefe und Struktur erzeugen. Auch das Spiel mit Kontrasten und Texturen steht im Fokus – perfekt, um die gemütliche und zugleich kraftvolle Stimmung des Herbstes einzufangen.

Für diesen Kurs sollten Sie den Grundkurs „Aquarellmalerei für Einsteiger“ besucht haben oder bereits Grundkenntnisse in der Aquarellmalerei besitzen.

Der passende Kalender kann im Kurs für 10,00 € erworben werden (bei Teilnahme an mehreren Kursen nur einmal erforderlich).

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Bleistift, Radiergummi, verschiedene Pinsel (klein, mittel und groß), wasserfester Fineliner, Aquarellpapier, weißer Gelstift.

Kurs: 207013

Nina Steigerwald-Liberis
P11 Quartierszentrum
Winzler Viertel

15.09.2026, Dienstag
18:30–20:45 Uhr &

20.10.2026, Dienstag
18:30–20:45 Uhr

35,00 €



Kurs: 207014

Nina Steigerwald-Liberis
P11 Quartierszentrum
Winzler Viertel

03.11.2026, Dienstag
18:30–20:45 Uhr &

10.11.2026, Dienstag
18:30–20:45 Uhr

35,00 €

Aquarell-Kalender: Winter – Schnee, Tannen und Lichterglanz

Gestalten Sie die Winterseite Ihres Kalenders und entdecken Sie die besondere Ruhe und Klarheit dieser Jahreszeit. Sanfte Schneelandschaften, kühle Farbwelten und stimmungsvolle Details stehen im Mittelpunkt. Sie lernen, wie Sie mit reduzierten Farbpaletten, gezielten Kontrasten und Lichtakzenten arbeiten, um winterliche Motive lebendig wirken zu lassen. Auch der Einsatz von Weißräumen sowie Highlights mit Gelstift oder Acrylstift spielt eine wichtige Rolle.

Für diesen Kurs sollten Sie den Grundkurs „Aquarellmalerei für Einsteiger“ besucht haben oder bereits Grundkenntnisse in der Aquarellmalerei besitzen.

Der passende Kalender kann im Kurs für 10,00 € erworben werden (bei Teilnahme an mehreren Kursen nur einmal erforderlich).

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Bleistift, Radiergummi, verschiedene Pinsel (klein, mittel und groß), wasserfester Fineliner, Aquarellpapier, weißer Gelstift.

Kurs: 207015

Nina Steigerwald-Liberis
P11 Quartierszentrum
Winzler Viertel

05.11.2026, Donnerstag
18:30–20:45 Uhr &

12.11.2026, Donnerstag
18:30–20:45 Uhr

35,00 €

Aquarellmalerei: Blumen – Formen, Farben und Leichtigkeit

Blumen sind ein klassisches und zugleich vielseitiges Motiv in der Aquarellmalerei. In diesem Kurs widmen wir uns der Darstellung verschiedener Blütenformen – von locker und abstrakt bis hin zu detailreich ausgearbeitet. Sie lernen, wie Sie mit wenigen Pinselstrichen lebendige Blüten entstehen lassen, Farben harmonisch kombinieren und Transparenz gezielt einsetzen. Auch Komposition und Bildaufbau spielen eine wichtige Rolle, um aus einzelnen Elementen ein stimmiges Gesamtbild zu entwickeln. Neben praktischen Übungen erhalten Sie Tipps zu Farbverläufen, Lasuren und zum Setzen von Akzenten für mehr Tiefe und Ausdruck.

Für diesen Kurs sollten Sie den Grundkurs „Aquarellmalerei für Einsteiger“ besucht haben oder bereits Grundkenntnisse in der Aquarellmalerei besitzen.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Bleistift, Radiergummi, verschiedene Pinsel (klein, mittel und groß), wasserfester Fineliner, Aquarellpapier, weißer Gelstift.



Designe deine Zukunft!

Wir stellen ein!
Wir bilden aus!

Home
office

Flexible
Arbeitszeiten

38-
Stunden-
Woche



Kurs: 207016

Nina Steigerwald-Liberis
P11 Quartierszentrum
Winzler Viertel

17.11.2026, Dienstag
18:30–20:45 Uhr &

24.11.2026, Dienstag
18:30–20:45 Uhr

35,00 €

Aquarellmalerei: Weihnachtliche Storefronts – Lichterzauber und Details

Lassen Sie sich von festlich geschmückten Schaufenstern und winterlichen Straßenszenen inspirieren und gestalten Sie stimmungsvolle weihnachtliche Motive in Aquarell. Im Mittelpunkt stehen kleine Details wie Lichterketten, Dekorationen, Fenster und Fassaden, die gemeinsam eine besondere Atmosphäre schaffen. Sie lernen, wie Sie mit Licht, Kontrasten und gezielten Farbakzenten arbeiten, um Wärme und Gemütlichkeit darzustellen. Neben dem lockeren Skizzieren von Gebäuden erhalten Sie Tipps zur Kombination von Aquarell mit Fineliner sowie zur Darstellung von Lichtquellen und Reflexionen.

Für diesen Kurs sollten Sie den Grundkurs „Aquarellmalerei für Einsteiger“ besucht haben oder bereits Grundkenntnisse in der Aquarellmalerei besitzen.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Bleistift, Radiergummi, verschiedene Pinsel (klein, mittel und groß), wasserfester Fineliner, Aquarellpapier, weißer Gelstift.

Kurs: 207017

Nina Steigerwald-Liberis
P11 Quartierszentrum
Winzler Viertel

01.12.2026, Dienstag
18:30–20:45 Uhr &

08.12..2026, Dienstag
18:30–20:45 Uhr

35,00 €

Aquarellmalerei: Weihnachtskarten gestalten – festliche Motive und kreative Grüße

Gestalten Sie in diesem Kurs Ihre ganz persönlichen Weihnachtskarten und verleihen Sie Ihren Festtagsgrüßen eine individuelle, handgemalte Note. Gemeinsam entdecken wir vielfältige weihnachtliche Motive wie Tannenzweige, Kugeln, Sterne, winterliche Landschaften oder kleine festliche Illustrationen. Dabei lernen Sie, wie Sie mit Aquarellfarben stimmungsvolle Karten gestalten – von zart und minimalistisch bis detailreich und verspielt.

Für diesen Kurs sollten Sie den Grundkurs „Aquarellmalerei für Einsteiger“ besucht haben oder bereits Grundkenntnisse in der Aquarellmalerei besitzen.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, Bleistift, Radiergummi, verschiedene Pinsel (klein, mittel und groß), wasserfester Fineliner, Aquarellpapier, weißer Gelstift.



Freie Malerei

In diesem Kurs werden keine Themen oder Materialien vorgegeben, sondern jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer arbeitet individuell. Ob Zeichnen, Aquarell, Pastell, Acryl oder Öl – alles ist möglich. Mit Unterstützung der Kursleiterin können Sie dabei neue Maltechniken kennenlernen und ausprobieren oder bereits vorhandene Kenntnisse vertiefen. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene: Jeder ist willkommen. Bitte mitbringen: Alle von Ihnen benötigten Materialien.

Kurs: 207022

Julia-Maria Schwarz
P11 Quartierszentrum
Winzler Viertel

ab 26.08.2026, Mittwoch
18:15–20:30 Uhr

5 Termine
55,00 €

Kurs: 207023

ab 04.11.2026, Mittwoch
18:15–20:30 Uhr

5 Termine
55,00 €

FOTOGRAFIE

Fotografie: Pirmasens im Fokus – Fotografische Stadterkundung

Erleben Sie die Stadt Pirmasens aus einer neuen Perspektive – durch die Linse Ihrer Kamera. In diesem Kurs lernen Sie, mit gezieltem Blick spannende Motive im urbanen Raum zu entdecken und fotografisch einzufangen. Ob Architektur, Straßenszenen oder versteckte Details – Schritt für Schritt entwickeln Sie ein sicheres Gespür für Bildkomposition, Lichtführung und Perspektive. Durch praktische Übungen direkt vor Ort vertiefen Sie Ihre fotografischen Fähigkeiten und lernen, wie man alltägliche Momente kreativ in Szene setzt. Ziel ist es, Bildmotive bewusster wahrzunehmen, gestalterisch umzusetzen und den individuellen fotografischen Stil zu stärken.

Bitte mitbringen: Kamera mit geladenem Akku und mit genügend Speicherplatz, ggf. Bedienungsanleitung.

Treffpunkt: Carolinensaal, Buchsweilerstraße, 66953 Pirmasens

Kurs: 211001

Nina Steigerwald-Liberis
Carolinensaal Pirmasens

10.09.2026, Donnerstag
17:00–20:00 Uhr

30,00 €



PLASTISCHES GESTALTEN

Kurs: 208001

Julia-Maria Schwarz
P11 Quartierszentrum
Winzler Viertel

30.09.2026, Mittwoch
18:15–20:30 Uhr

30,00 €

Kurs: 208002

09.12.2026, Mittwoch
18:15–20:30 Uhr

30,00 €

Modellieren mit Ton

Eine innovative, persönliche Geschenkidee gefällig? Hier können Sie einen Einblick in das dreidimensionale Gestalten mit Ton erhalten und gleichzeitig ein tolles Geschenk zu Weihnachten kreieren. Ob nach Vorlage oder die eigene Idee gestalterisch umsetzen – alles ist erlaubt! Bitte mitbringen: Wasserbehälter, alter Pinsel, Lappen, abwischbare Unterlagen, Schürze, altes Hemd. Materialkosten für den Ton sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

PfalzWahn

Dein Style – Deine Region.
Einzigartige T-Shirts, Hoodies & mehr.
Regional designt. Aus Eppenbrunn.

Spare 25 %
mit dem
Code:
VHS#PS

PFÄLZER

OFFBASSE!

WIE
GSA

www.pfalzwahn.de

[f](#) [@pFalzwahn](#)

NÄHEN

NextLevel-Nähkurs: Jeans-Upcycling – altes Denim, neues Leben

In diesem kreativen Nähkurs verwandeln wir alte Jeans in neue Lieblingsstücke! Aus getragenen Denim-Teilen entstehen einzigartige Taschen, Accessoires oder kleine Deko-Projekte – ganz nach Lust und Können. Dabei lernst du verschiedene Upcycling-Techniken, erhältst Tipps zum Zuschneiden, Nähen und Kombinieren von Stoffen und entdeckst, wie vielseitig Jeans sein kann. Der Kurs ist geeignet für geübte Näherinnen und Näher ab einem Alter von 13 Jahren.

Bitte mitbringen: Eigene alte Jeans, eine Nähmaschine inkl. Nähadeln, Nähmaschinennadel für Jeans, Nähfaden in verschiedenen Farben, eine Stoffschere und Stecknadeln.

Die übrigen Materialkosten sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

Kurs: 209001

Lisa Müller
vhs, UG – Raum 1

21.08.2026, Freitag
17:00–20:00 Uhr

40,00 €

Starter-Nähkurs: Herbstlicher Patchwork-Schal aus Musselin

In diesem kreativen Nähkurs gestaltest du deinen eigenen leichten Herbstschal aus weichem, atmungsaktivem Musselin. Aus einer Auswahl herbstlicher Stofffarben entsteht ein individuelles Patchwork-Accessoire ganz nach deinem Geschmack. Du lernst Stoffe harmonisch zu kombinieren, zuzuschneiden und zu einem schönen Schal zusammenzunähen. So entsteht Schritt für Schritt dein persönliches Unikat. Der Kurs eignet sich für Nähanfängerinnen und Nähanfänger, sowie Fortgeschrittene ab einem Alter von 13 Jahren.

Bitte mitbringen: Eine Nähmaschine, eine Nähadel, Nähfaden in verschiedenen Farben, eine Stoffschere und Stecknadeln.

Die Materialkosten sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

Kurs: 209002

Lisa Müller
vhs, UG – Raum 1

04.09.2026, Freitag
17:00–20:00 Uhr

45,00 €



Kurs: 209003

Lisa Müller
vhs, UG – Raum 1

06.11.2026, Freitag
17:00–20:00 Uhr

55,00 €

NextLevel-Nähkurs: Trend-Weste aus Kuschelfleece

In diesem Nähkurs nähen wir eine moderne, aktuell sehr angesagte Weste aus weichem Kuschelfleece – perfekt für gemütliche und stylische Outfits. Wir arbeiten mit Schrägband und lernen Kanten sauber einzufassen. Schritt für Schritt entsteht so deine eigene Trendweste. Ideal für fortgeschrittene Näherinnen und Näher ab einem Alter von 13 Jahren.

Bitte mitbringen: Eine Nähmaschine, eine Nähnadel, Nähfaden in verschiedenen Farben, eine Stoffschere und Stecknadeln. Die Materialkosten sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

Kurs: 209004

Lisa Müller
vhs, UG – Raum 1

27.11.2026, Freitag
17:00–20:00 Uhr

45,00 €

NextLevel-Nähkurs: Dein skandinavischer Christmas-Pixie

In diesem Nähkurs nähen wir gemeinsam einen liebevoll gestalteten Christmas-Pixie, der perfekt in die Vorweihnachtszeit passt und eine schöne, handgemachte Weihnachtsdekoration ist. Der Christmas-Pixie ist inspiriert von der skandinavischen Wichteltradition, die besonders in nordischen Ländern zur Weihnachtszeit sehr beliebt ist. Am Ende des Kurses nimmst du deinen individuellen Christmas-Pixie mit nach Hause, der jedes Jahr wieder für Weihnachtszauber sorgt. Der Kurs ist geeignet für geübte Näherinnen und Näher ab einem Alter von 13 Jahren.

Bitte mitbringen: Eine Nähmaschine, eine Nähnadel, Nähfaden in verschiedenen Farben, eine Stoffschere und Stecknadeln. Die Materialkosten sind bereits in der Kursgebühr enthalten.



Starter-Nähkurs zur Weihnachtszeit: Stylische Platzsets selbst gestalten

In diesem kreativen Kurs nähst du individuelle Platzsets und gestaltest sie anschließend mit Siebdruck, Stempeln und Stofffarben ganz nach deinem Geschmack. Du lernst den Umgang mit Stoffen und einfachen Nähtechniken und verzierst deine Werke mit weihnachtlichen Motiven, Mustern oder Schriftzügen. So entstehen einzigartige Tischaccessoires, die perfekt zur festlichen Jahreszeit passen. Der Kurs ist geeignet für Nähanfängerinnen und Nähanfänger ab einem Alter von 13 Jahren.

Bitte mitbringen: Deine Nähmaschine inkl. Nähadeln, Nähfaden in verschiedenen Farben, eine Stoffschere und Stecknadeln.

Die Materialkosten sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

Kurs: 209005

Lisa Müller
vhs, UG – Raum 1

11.12.2026, Freitag
17:00–20:00 Uhr

40,00 €

HANDWERKEN

FRAUEN

Handwerk im Einsatz – von Frau für Frauen

An insgesamt 3 Terminen fertigen wir zusammen einen kleinen Weihnachtsbaum aus Holz und mit Ablagebrettern an, um ihn weihnachtlich zu dekorieren. Der Kurs richtet sich an Anfängerinnen, die keine bis wenig handwerkliche Erfahrung mitbringen. Neben den tatsächlichen Arbeiten am Regal werden wir uns auch genügend Zeit nehmen, um die Maschinen kennenzulernen. Wir arbeiten mit der Stichsäge, bohren Löcher, schrauben, schleifen und lackieren. Sie werden lernen, welche Arbeitsschritte wichtig sind, wie diese geplant und umgesetzt werden und worauf zu achten ist. Am Ende darf jede Teilnehmerin ihr selbst hergestelltes Unikat mit nach Hause nehmen.

Kurs: 210002

Jacqueline Blauth
BBS Pirmasens,
Adlerstraße 31,
66955 Pirmasens,
Schreinerwerkstatt

ab 30.10.2026, Freitag
17:00-19:15 Uhr

3 Termine
60,00 €





Gesundheit | Bewegung | Ernährung

Um den Herausforderungen in Beruf und Privatleben begegnen zu können, ist ein körperliches und psychisches Wohlbefinden unerlässlich. Erwerben Sie mit unseren Bildungsangeboten eine individuelle Gesundheitskompetenz und erfahren Sie Neues über einen gesunden Lebensstil, Stressabbau, Eigenwahrnehmung sowie ausgewogene Ernährung. Die Volkshochschule bietet Ihnen dazu ein breites Kursangebot. Entwickeln Sie Fähigkeiten, die Ihre Gesundheit nachhaltig stärken und Ihr Leben positiv beeinflussen.



Entspannung, Prävention, Gesundheit	47-54
Bewegung & Fitness	54-57
Mentale Gesundheit	57
Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen	58
Kulinarik & Ernährung	59-61

ENTSPANNUNG, PRÄVENTION, GESUNDHEIT

KINDER

„Insel der Entspannung“ – Entspannungskurs für Kinder von 6 bis 10 Jahren

In diesem Kurs wird ein Raum geschaffen, in dem Kinder zur Ruhe kommen und spielerisch lernen, mit ihren Gefühlen umzugehen. Durch kindgerechte Atemübungen, Entspannungstechniken und achtsame Spiele erleben die Kinder, wie sie ihren Körper und ihre Emotionen besser wahrnehmen und verstehen sowie mit dem Atem beruhigen können. Auf dieser kleinen „Insel der Entspannung“ erfahren die Kinder, wie sie mit Stress und Unruhe umgehen können, um mehr Ausgeglichenheit und innere Stärke zu finden. Sie nehmen Übungen mit nach Hause, die sie gemeinsam mit ihren Eltern durchführen können – regelmäßiges Üben stärkt das Erlernte und unterstützt nachhaltig.

Bitte mitbringen: ein kleines Kopfkissen, eine Decke und Matte sowie warme Socken.

In der ersten Kursstunde ist die Begleitung eines Elternteils notwendig, da wichtige Grundlagen gemeinsam besprochen werden.

Kurs: 301001

Susanne Baldauf
vhs, UG – Raum 2

ab 08.09.2026, Dienstag
16:30–17:30 Uhr

8 Termine
50,00 €

Hatha-Yoga – Kraftvolle Entspannung für Körper und Geist

In diesem Kurs entdecken Sie die wohltuende Wirkung von Hatha-Yoga, einer bewährten Methode zur Entspannung und körperlichen Stärkung. Durch sanfte, fließende Bewegungen, gezielte Atemtechniken und achtsame Übungen bringen Sie Körper und Geist in Einklang. Yoga hilft dabei, Verspannungen zu lösen, das Nervensystem zu beruhigen und die eigene Haltung zu verbessern. Die Einheiten sind sowohl für Anfängerinnen und Anfänger als auch für erfahrene Yogis geeignet und bieten eine Mischung aus sanften Dehnungen und stärkenden Haltungen. Die langsamen, konzentrierten Übungen fördern Balance, innere Ruhe und Beweglichkeit.

Bitte mitbringen: eine rutschfeste Unterlage, ein kleines Kissen, eine Decke und warme Socken.

Kurs: 301003

Tünde Klemm
vhs, 1. OG – Raum 1

ab 17.08.2026, Montag
19:30–21:00 Uhr

15 Termine
90,00 €



Kurs: 301020

Tünde Klemm
vhs, UG – Raum 2

ab 17.08.2026, Montag
18:15–19:15 Uhr

10 Termine
55,00 €

Dein Weg zur inneren Ruhe

In diesem Kurs erlernst du eine Vielzahl von Entspannungsmethoden, darunter Progressive Muskelentspannung, Achtsamkeit und Konzentrationsübungen, Atemtechniken und Meditation. Dieser Kurs bietet praktische Anleitungen, um Ruhe und Gleichgewicht in den Alltag zu integrieren, effektiv Stress zu bewältigen und das eigene Wohlbefinden zu verbessern.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke.



Das Pirmasenser PREMIUM-WANDER-TRIO

Felsenwald



Startpunkte:
· Forsthaus Beckenhof · Platte
· Eisweiherpark · Starckenbrunnen
Streckenlänge: 13,6 km

Hexenklamm



Startpunkte:
· Sportheim Gersbach
· PWV Stockwaldhütte
· Eichelsbacher Mühle
Streckenlänge: 6,4 km

Teufelspfad



Startpunkte:
· Naturfreundehaus Niedersimten
· Waldparkplatz K4 in Erlenbrunn
Streckenlänge: 6,2 km



Tourist Information · Fröhnstraße 8 · 66954 Pirmasens · Tel: 06331 2394321 · E-Mail: tourismus@pirmasens.de



NEU

Sanftes Yoga stellt das Wohlbefinden in den Mittelpunkt.

Mit ruhigen, fließenden Bewegungen und bewusster Atmung lernen Sie, Ihren Körper wahrzunehmen und Spannungen zu lösen. Die achtsamen Übungen sind für alle geeignet – auch bei Rückenschmerzen, Verspannungen oder eingeschränkter Beweglichkeit. Der Körper wird mobilisiert, gedehnt und behutsam gestärkt, ohne Überforderung. Ein Schwerpunkt liegt auf Atemtechniken, die helfen, Stress abzubauen und neue Energie zu gewinnen. Entspannungsphasen unterstützen dabei, zur Ruhe zu kommen und Abstand vom Alltag zu finden.

Bitte mitbringen: rutschfeste Unterlage, kleines Kissen, Decke, warme Socken.

Hatha-Yoga

In diesem Kurs wird klassisches Hatha-Yoga in seiner ganzen Vielfalt angeboten. Phasen der Entspannung wechseln sich mit dynamischen Übungen (Flows), mit gehaltenen Körperstellungen (Asanas) und Atemübungen (Pranayama) ab und werden durch kurze Meditationseinheiten abgerundet. Jede Einheit beinhaltet die Dehnung und Stärkung des gesamten Körpers. Geist und Seele kommen zur Ruhe und werden mit frischer Energie versorgt. Das ganzheitliche Training dient der Gesunderhaltung, der Stressreduktion, stärkt positives Denken und erhöht die Aufmerksamkeit für günstige Körperhaltungen und ideale Bewegungsabläufe. Durch die Vielfalt an Variationsmöglichkeiten ist der Kurs gleichermaßen für Geübte und Beginner geeignet.

Bitte mitbringen: eine rutschfeste Unterlage, eine wärmende Decke und ein Sitzkissen.

Dieser Kurs ist zertifiziert und kann bei regelmäßiger Teilnahme, abhängig von Ihrer Krankenkasse oder Beihilfe, anteilig oder vollständig übernommen werden.

Kurs: 301023

Tünde Klemm
vhs, 1. OG – Raum 1

ab 20.08.2026, Donnerstag
16:30–18:00 Uhr

12 Termine
85,00 €

Kurs: 301007

Christine Boos
vhs, 1. OG – Raum 1

ab 17.08.2026, Montag
16:00–17:30 Uhr

Kurs: 301008

ab 17.08.2026, Montag
17:45–19:15 Uhr

Kurs: 301009

ab 19.08.2026, Mittwoch
08:45–10:15 Uhr

Kurs: 301010

ab 19.08.2026, Mittwoch
10:30–12:00 Uhr

12 Termine (pro Kurs)
95,00 € (pro Kurs)

NEU

Kurs: 301018Christine Boos
vhs, 1. OG – Raum 1ab 30.11.2026, Montag
17:00–18:30 Uhr3 Termine
25,00 €**Kurs: 301019**ab 02.12.2026, Mittwoch
10:00–11:30 Uhr3 Termine
25,00 €**Kurs: 301011**Tanja Bayer
vhs, 1. OG – Raum 1ab 03.09.2026, Donnerstag
09:30–11:00 Uhr10 Termine
90,00 €**Mit Hatha-Yoga gelassen durch den Advent**

In diesem Hatha-Yoga Kurs steht das Ziel im Mittelpunkt, in der hektischen Adventszeit Stress abzubauen, zur Ruhe zu kommen und neue Energie zu sammeln. Die Teilnehmenden lernen, mit ruhigen, fließenden Bewegungen und bewusster Atmung ihren Körper achtsam wahrzunehmen, Spannungen zu lösen und sanft zu stärken. Der Kurs vermittelt, wie Yoga hilft, innere Balance aufzubauen, den gesamten Körper zu mobilisieren und das eigene Wohlbefinden spürbar zu steigern. Die Einheiten sind für alle geeignet, die Erholung lernen möchten. Bitte mitbringen: rutschfeste Unterlage, wärmende Decke, Sitzkissen.

Hatha-Yoga – Stressbewältigung, Förderung von Entspannung und (Kon)Zentriertheit

In diesem Kurs üben wir nach dem Prinzip der Anspannung und Entspannung, basierend auf dem traditionellen Hatha-Yoga. Die Teilnehmer werden durch Impulsgebung unterstützt, die eigenen äußeren und inneren Rhythmen von Atem, Körper und Empfindung zu erfahren und zu mentaler und physischer Balance zu kommen. Diese Yoga-Form gibt Ihnen den richtigen Impuls zur Selbsterfahrung sowie zur Freude an Bewegung und Meditation. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Hatha-Yoga Kurs ist für Einsteiger und Erfahrene gleichermaßen geeignet.

Bitte mitbringen: rutschfeste Unterlage, Kissen zur Unterstützung in den Haltungen und eine Decke für die Entspannungsphase.

Dieser Kurs ist zertifiziert und kann bei regelmäßiger Teilnahme, abhängig von Ihrer Krankenkasse oder Beihilfe, anteilig oder vollständig übernommen werden.



NEU

Yin Yoga – Ruhe, Regeneration und Beweglichkeit

Yin Yoga ist eine ruhige, sanfte Praxis, die tief auf Faszien, Gelenke und Bindegewebe wirkt. Länger gehaltene Dehnungen fördern Beweglichkeit, lösen Verspannungen und beruhigen das Nervensystem. Der Kurs bietet Ausgleich zum Alltag, unterstützt Regeneration und stärkt das Körperbewusstsein. Jede Einheit schafft Raum zum Loslassen und achtsamen Entspannen. Yin Yoga eignet sich für Einsteiger wie Geübte; die Haltungen werden individuell angepasst. Lernziel ist mehr Beweglichkeit, innere Ruhe und Wohlbefinden zu erlangen – ganz ohne Leistungsdruck.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Matte, eine Decke und eventuell ein Kissen.

Kurs: 301022

Susanne Drexel
vhs, 1. OG – Raum 1

ab 17.09.2026, Donnerstag
11:30–13:00 Uhr

10 Termine
80,00 €

NEU

MOVE and RELAX – MORE für deine Gesundheit

Körperlich einseitige Belastungen, Inaktivität und Stress führen oft zu Verspannungen, Kopfschmerzen und innerer Unruhe. Ziel des Kurses „Move und Relax“ ist es, durch gezielte Bewegung und Entspannung die ganzkörperliche Balance zu verbessern, Beschwerden zu lindern und die Körperwahrnehmung zu stärken. Die Teilnehmenden lernen leichte Übungen aus Wirbelsäulentraining und Pilates kennen, die Flexibilität, Kraft, Haltung und Balance der Körpermitte fördern. Anschließend werden sie in die Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson eingeführt, ergänzt durch Achtsamkeits- und Atemübungen zur Stressreduktion. Die Inhalte werden an die Gruppe angepasst.

Bitte mitbringen: Matte, Kissen, Handtuch zum Abpolstern, Decke, bequeme Kleidung.

Kurs: 301012

Michaela Bär
vhs, 1. OG – Raum 1

ab 20.08.2026, Donnerstag
18:15–19:45 Uhr

10 Termine
80,00 €



NEU

Kurs: 303004

Michaela Bär
vhs, UG – Raum 2

ab 28.08.2026, Freitag
17:00–18:00 Uhr

10 Termine
60,00 €

Fit mit Easy Pilates

Der Kurs hat das Ziel, die Körpermitte zu stärken, die Körperwahrnehmung zu verbessern und Beschwerden wie Rückenschmerzen oder Stress zu reduzieren. Die Teilnehmenden lernen sanfte Pilates Basisübungen kennen, die Flexibilität, Koordination, Balance und Beweglichkeit fördern. Im Mittelpunkt steht die Kräftigung von Bauch-, Beckenboden- und Rückenmuskulatur, um Haltung und Stabilität nachhaltig zu unterstützen.

Pilates wird in Theorie und Praxis vermittelt; teilnehmen kann jeder, der Übungen im Stehen und Liegen ausführen kann. Nach der aktiven Phase folgt eine Entspannungssequenz, die hilft, Ruhe und Ausgleich zu finden.
Bitte mitbringen: Matte, Decke, rutschfeste Socken, kleines Handtuch zum Unterpolstern.

Kurs: 303001

Rosemary Härtl
vhs, 1. OG – Raum 1

ab 28.08.2026, Freitag
13:30–14:30 Uhr

13 Termine
65,00 €

Callanetics trifft Qigong

Der Kurs bietet angeleitetes, organisiertes Lernen zur ganzheitlichen Kräftigung, besseren Beweglichkeit und Lösung von Verspannungen. Die Teilnehmenden üben langsame, präzise Bewegungsabläufe, aktivieren die tiefe Muskulatur und fördern Haltung sowie Stabilität. Durch die Verbindung von Callanetics und Qigong entsteht ein bewusstes Körpertraining, das Wohlbefinden und Ausgeglichenheit stärkt. Geeignet für alle, die sanft und effektiv trainieren möchten.

Bitte mitbringen: Isomatte oder Decke, kleines Kissen, dicke Socken oder biegsame Gymnastikschuhe.



Kombikurs: Callanetics – Pilates – Qigong

Der Kurs hat das Ziel, den Körper ganzheitlich zu kräftigen, Verspannungen zu lösen und die eigene Beweglichkeit zu verbessern. Die Teilnehmenden lernen, mit langsamen, präzisen Übungen die tiefliegende Muskulatur zu aktivieren, Haltung und Stabilität zu fördern und typische Problemzonen wie Bauch, Beine und Po gezielt zu trainieren.

Durch Elemente aus Callanetics, Pilates und Qigong entwickeln sie ein besseres Körpergefühl, stärken ihre Muskulatur und erleben, wie achtsame Bewegung zu mehr Wohlbefinden und Ausgeglichenheit führt. Die erlernten Übungen trainieren den Körper sanft, aber effektiv.

Bitte mitbringen: Isomatte oder Decke, kleines Kissen, dicke Socken oder biegsame Gymnastikschuhe.

Kurs: 303002

Rosemary Härtl
vhs, 1. OG – Raum 1

ab 28.08.2026, Freitag
14:45–16:15 Uhr

13 Termine
80,00 €

Kurs: 303003

ab 28.08.2026, Freitag
16:30–18:00 Uhr

13 Termine
80,00 €

Qigong

Qigong hat das Ziel, Körper und Geist in Einklang zu bringen und innere Ruhe aufzubauen. Die Teilnehmenden lernen sanfte Bewegungs- und Atemübungen kennen, die helfen, Spannungen zu lösen, Blockaden abzubauen und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Durch achtsame, fließende Abläufe entwickeln sie ein besseres Körpergefühl, fördern ihre Entspannungsfähigkeit und stärken ihre mentale Ausgeglichenheit. Der Kurs eignet sich für alle, die eine wohltuende Methode suchen, um Stress zu reduzieren und mehr Balance in ihren Alltag zu bringen.

Bitte mitbringen: Isomatte, kleines Kissen, bequeme Kleidung, Decke, rutschfeste Socken oder Yogaschuhe.

Kurs: 301014

Rosemary Härtl
vhs, 1. OG – Raum 1

ab 28.08.2026, Freitag
11:00–12:00 Uhr

13 Termine
65,00 €



Kurs: 301017

Rosemary Härtl
vhs, 1. OG – Raum 1

ab 30.10.2026, Freitag
18:15–19:15 Uhr

6 Termine
40,00 €

Klangschalenmeditation

Klangschalenmeditation und Fantasiereisen können zum Abschalten und Entspannen verhelfen, den Abbau von Stress unterstützen und die Selbstheilungskräfte mobilisieren. In diesem Kurs lernen Sie die Wirkung von Klangschalenmeditation und Fantasiereisen kennen und erleben die wohltuende Entspannung für Körper und Geist.

Bitte mitbringen: Isomatte oder Decke, ein kleines Kissen sowie bequeme Kleidung.

Kurs: 301021

Peter Krautwurst
vhs, UG – Raum 2

ab 15.09.2026, Dienstag
18:30–20:00 Uhr

8 Termine
80,00 €

Autogenes Training

Das Autogene Training nach J. H. Schultz ist eine etablierte, wissenschaftlich anerkannte Entspannungsmethode. Ziel des Kurses ist es, die Teilnehmenden dabei zu unterstützen, Stress bewusster wahrzunehmen, innere Anspannung zu reduzieren und mehr Ruhe und Ausgeglichenheit in ihren Alltag zu bringen.

Die Teilnehmenden lernen, wie sie mithilfe von Autosuggestion, Aufmerksamkeitslenkung und wiederkehrenden Formeln Schritt für Schritt in einen Zustand tiefer Entspannung gelangen. Sie üben, wie Autogenes Training in Belastungssituationen angewendet werden kann und wie sich Konzentration, Gelassenheit und innere Stabilität fördern lassen.

Der Kurs eignet sich sowohl für Einsteigerinnen und Einsteiger als auch für Personen mit Vorerfahrung, die ihre Praxis vertiefen möchten.

BEWEGUNG & FITNESS

Kurs: 302001

Rosemary Härtl
vhs, 1. OG – Raum 1

ab 28.08.2026, Freitag
12:15–13:15 Uhr

13 Termine
65,00 €

Jung und vital bleiben bis ins hohe Alter

Der Kurs hat das Ziel, die körperliche Fitness und Beweglichkeit im Alltag zu fördern – unabhängig vom Lebensalter. Die Teilnehmenden lernen rhythmische, sanfte Gymnastikübungen im Stehen, Sitzen und Liegen kennen, die Kraft, Mobilität und Koordination stärken. Gleichzeitig erfahren sie, wie regelmäßige, angemessene Bewegung das Wohlbefinden steigert und Körper sowie Geist aktiv hält. Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Vitalität erhalten, Verspannungen vorbeugen und Freude an leichter Bewegung entwickeln möchten.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turn- oder Gymnastikschuhe bzw. rutschfeste Socken, Isomatte, kleines Kissen, Decke.



Aktivierendes Training – Yoga auf dem Stuhl

Dieser Kurs vermittelt Ihnen sanfte Yoga-Übungen auf dem Stuhl, ergänzt durch Bewegungen im Stehen. Ziel ist es, Balance, Kraft und Beweglichkeit zu fördern. Die Übungen sind leicht erlernbar, unterstützen den Erhalt der Alltagsfertigkeiten, bewahren Unabhängigkeit und Selbstständigkeit und helfen, Stürzen vorzubeugen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turn- oder Gymnastikschuhe.

Kurs: 302002

Susanne Drexel
vhs, 1. OG – Raum 1

ab 16.09.2026, Mittwoch
13:00–14:00 Uhr

10 Termine
50,00 €

Wirbelsäulengymnastik

Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule. Den Rücken stark machen, den Körper in Balance bringen und sich geschmeidig bewegen. Die gelenkschonende Gymnastik stabilisiert den Rücken, löst Verspannungen und sorgt für eine bessere Haltung. Dabei steht auch Ihre individuelle Situation im Mittelpunkt. Sie lernen viele nützliche Übungen kennen, die Ihnen dabei helfen, Ihre Wirbelsäule zu Hause und am Arbeitsplatz zu entlasten. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl. Der Kurs eignet sich auch für Menschen, die leichte Verschleißerscheinungen an der Wirbelsäule haben, Osteoporose oder Arthrose vorbeugen möchten.

Bitte mitbringen: Eine eigene Matte.

Kurs: 303005

Constance Hugo
Matzenbergschule,
Turnhalle

ab 19.08.2026, Mittwoch
18:00–19:00 Uhr

10 Termine
60,00 €

Nordic Walking

Nordic Walking ist eine hervorragende Sportart für Menschen jeden Alters und jeder Fitnessstufe. Ein grundlegender sechswöchiger Nordic Walking-Kurs mit einem sanften Einstieg. Durch den richtigen Einsatz der Nordic-Walking-Stöcke und durch die effektiven Bewegungen der Arme und Beine wird der ganze Körper beansprucht. Beim Nordic Walking werden rund 90 % der gesamten Körpermuskulatur trainiert. In diesem Kurs lernen Sie die richtige Nordic Walking Technik mit Freude und Spaß an Bewegung. Der Kurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene. Sofern Sie keine eigenen Stöcke besitzen, können diese nach Rücksprache zur Verfügung gestellt werden.

Treffpunkt: Landauer Straße, Parkplatz gegenüber Firma Hornung

Kurs: 302003

Andreas Würz
Parkplatz Landauer Straße

ab 09.09.2026, Mittwoch
17:00–18:00 Uhr

6 Termine
35,00 €



Kurs: 302004

Andreas Würz
Matzenbergschule,
Turnhalle

ab 24.09.2026, Donnerstag
19:45–20:45 Uhr

8 Termine
45,00 €

Xco® – Fitness Workout

Ein Xco® ist eine ca. 27 cm lange Aluminiumröhre, die mit Schiefergranulat gefüllt ist. Diese Masse bewegt sich zeitverzögert mit und erzeugt eine reaktive Wirkung, die gezielt genutzt wird. Die Teilnehmenden erlernen schrittweise die richtige Handhabung des Geräts und üben angeleitete Bewegungsabläufe, die individuell dosiert werden können. Das Training umfasst klar aufgebaute Übungen für Arme, Schultern, Bauch und Rücken. Dabei wird vermittelt, wie die reaktive Kraft des Xco® eingesetzt wird, um Muskulatur zu stärken, Verspannungen zu lösen und die Körperhaltung zu verbessern. Durch die methodische Abfolge der Einheiten entsteht ein nachvollziehbarer Lernprozess, der auch eine körperstraffende Wirkung unterstützen kann. Die Trainingsgeräte werden im Kurs zur Verfügung gestellt.



KULTUR

HIGHLIGHTS

<p>Fr. · 13.11.2026 · 19.30 Uhr Festhalle Pirmasens Chako Habekost Es kommt wie's kummt Comedy</p>	<p>Sa. · 12.12.2026 · 19.30 Uhr Festhalle Pirmasens Adventskonzert Staatsphilharmonie RLP</p>
<p>Sa. · 15.11.2026 · 18.00 Uhr Festhalle Pirmasens Der Messias Oratorienchor Pirmasens</p>	<p>Fr. · 18.12.2026 · 19.30 Uhr Festhalle Pirmasens Advent, Advent, der Kaktus brennt... Bidla Buh</p>
<p>Sa. · 21.11.2026 · 19.30 Uhr Festhalle Pirmasens Erlebnis der Sinne - Musik trifft Wein und Genuss Konzert mit Essen</p>	<p>Di. · 26.01.2027 · 19.30 Uhr Festhalle Pirmasens Die Comedian Harmonists Musical</p>







Tickets ab 1. Sep. 2026 bei: Telefon: 06331 2392716
E-Mail: kartenverkauf@pirmasens.de oder direkt unter www.pirmasens.de/kultur



Aqua-Fitness am Vormittag

Der Kurs hat das Ziel, die Ausdauer, Beweglichkeit und allgemeine Fitness zu verbessern – gelenkschonend und für alle Leistungsstufen geeignet. Die Teilnehmenden lernen ein abwechslungsreiches Konditions- und Beweglichkeitstraining im brusttiefen Wasser kennen, das durch den Auftrieb besonders rücken-, gelenk- und bänderschonend wirkt. Durch gezielte Übungen trainieren sie Koordination, Kraft und Herz-Kreislauf-Funktion und erfahren, wie Wasserwiderstand genutzt werden kann, um den Körper effektiv, aber schonend zu stärken. Aqua-Fitness eignet sich auch für Personen ohne Vorerfahrung oder mit höherem Körpergewicht.

Der Eintritt ins Plub ist separat zu zahlen.

Kurs: 302006

Paulina Carrera
Plub, Pirmasens

ab 15.09.2026, Dienstag
09:30–10:30 Uhr

5 Termine
30,00 €

Aqua-Fitness am Abend

Der Kurs hat das Ziel, die Ausdauer, Beweglichkeit und allgemeine Fitness zu verbessern – gelenkschonend und für alle Leistungsstufen geeignet. Die Teilnehmenden lernen ein abwechslungsreiches Konditions- und Beweglichkeitstraining im brusttiefen Wasser kennen, das durch den Auftrieb besonders rücken-, gelenk- und bänderschonend wirkt. Durch gezielte Übungen trainieren sie Koordination, Kraft und Herz-Kreislauf-Funktion und erfahren, wie Wasserwiderstand genutzt werden kann, um den Körper effektiv, aber schonend zu stärken. Aqua-Fitness eignet sich auch für Personen ohne Vorerfahrung oder mit höherem Körpergewicht.

Der Eintritt ins Plub ist separat zu zahlen.

Kurs: 302007

Christine Gäckler
Plub, Pirmasens

ab 15.09.2026, Dienstag
18:30–19:30 Uhr

5 Termine
30,00 €

MENTALE GESUNDHEIT

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Ganzheitliches Gedächtnistraining stärkt Konzentration, Merkfähigkeit und Kreativität – ganz ohne Leistungsdruck. Die Teilnehmenden lernen die 12 Trainingsziele kennen, erfahren, wie beide Gehirnhälften zusammenspielen, und üben einfache Merktechniken für Zahlen und Namen. Spielerisch werden die Sinne aktiviert, bei gutem Wetter auch im Garten der vhs. Ziel ist es, das Denkvermögen ganzheitlich zu fördern und alltagstaugliche Impulse mitzunehmen. Der Kurs richtet sich an alle, die neugierig auf mentale Fitness sind und ihr Gedächtnis mit Freude und praktischen Übungen verbessern möchten.

Kurs: 306001

Petra Kaes
vhs, 1. OG – Raum 3

14.09.2026, Montag
17:00–18:30 Uhr

15,00 €



SELBSTVERTEIDIGUNG FÜR FRAUEN & MÄDCHEN

KINDER

Selbstverteidigung für Mädchen von 10 bis 14 Jahren

Kurs: 300002

Andrea Liepert
Leibniz-Gymnasium,
Turnhalle

19.09.2026, Samstag
10:00–13:00 Uhr &

26.09.2026, Samstag
10:00–13:00 Uhr

25,00 €

Sich sicher fühlen und Grenzen setzen können – das ist Ziel dieses Kurses. Mädchen lernen einfache, wirkungsvolle Techniken der Selbstverteidigung und üben, wie sie in unangenehmen Situationen selbstbewusst reagieren können. Neben praktischen Übungen geht es auch darum, das eigene Auftreten zu stärken und Gefahrensituationen frühzeitig zu erkennen. So gewinnen die Teilnehmerinnen mehr Sicherheit im Alltag und Vertrauen in die eigene Stärke.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe, Verpflegung für den Tag.

FRAUEN

KINDER

Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen ab 10 Jahren

Kurs: 300001

Andrea Liepert
Leibniz-Gymnasium,
Turnhalle

21.11.2026, Samstag
10:00–13:00 Uhr &

28.11.2026, Samstag
10:00–13:00 Uhr

25,00 €

Dieser Kurs vermittelt Sicherheit und Selbstvertrauen. Frauen und Mädchen ab 10 Jahren lernen, wie sie gefährliche Situationen frühzeitig erkennen und vermeiden können. Neben praktischen Übungen stehen einfache, wirkungsvolle Selbstverteidigungstechniken im Mittelpunkt, die im Ernstfall auch angewendet werden können. Ziel ist es, die eigene Stärke zu entdecken, Grenzen klar zu setzen und mit mehr Sicherheit durch den Alltag zu gehen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Schuhe, Verpflegung für den Tag.



KULINARIK & ERNÄHRUNG

Männerkochkurs – Allgäuer Hüttengaudi

Deftig, gesellig und voller Genuss – bei unserer Allgäuer Hüttengaudi holen wir das Gefühl einer urigen Berghütte direkt in die Küche. Gemeinsam bereiten wir ein rustikales Menü aus der Alpenküche zu. Zum Auftakt erwartet euch eine kräftige, cremige Suppe mit besonderer Note. Anschließend widmen wir uns einem klassischen Hauptgericht, begleitet von passenden, typisch alpinen Beilagen. Den süßen Abschluss bildet eine beliebte Spezialität aus der österreichisch-bayerischen Hüttenwelt. Neben dem gemeinsamen Kochen stehen natürlich auch praktische Tipps, gute Gespräche und der Spaß am Genuss im Mittelpunkt.

Die Kursgebühr beinhaltet: Anleitung, Zutaten, Equipment, alkoholische Getränke, Mineralwasser, gemeinsame Verkostung, Rezepte.

Kurs: 305000

Anna Brunner & Lisa Müller
BBS, Küche E 212
Adlerstraße 31
66955 Pirmasens

20.10.2026, Dienstag
18:00–21:30 Uhr

55,00 €

Kurs: 305010

22.10.2026, Donnerstag
18:00–21:30 Uhr

55,00 €

Kochkurs zum Apéritif – Kleine Köstlichkeiten für Weihnachten und Silvester

In Frankreich ist der Apéritif ein fester Bestandteil des Alltags: eine unkomplizierte Einladung, die Geselligkeit und Genuss verbindet und eine charmante Alternative zur klassischen Menüeinladung darstellt. Dies gilt insbesondere auch für die Feiern rund ums Jahresende. Doch was lässt sich außer Knabbergebäck servieren? In diesem Kurs bereiten wir gemeinsam abwechslungsreiche Häppchen zu – etwa Kürbisröllchen mit Kastaniencrème, Tarte Tatin mit geräucherter Entenbrust und Feigen, Amuse-Bouche mit Avocado, Crevette und Pampelmuse, Enidivenschiffchen mit Mango auf Rote-Bete-Humus usw. Zum Abschluss genießen wir die zubereiteten Köstlichkeiten zusammen mit einem Apéritif, auf Wunsch auch alkoholfrei. Die Materialkosten sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

Kurs: 305001

Heike Jung
BBS, Küche E 212
Adlerstraße 31
66955 Pirmasens

26.11.2026, Donnerstag
18:00–21:30 Uhr

55,00 €



Kurs: 305002

Heike Jung
Carolinsaal Pirmasens

19.11.2026, Donnerstag
18:00–20:15 Uhr

35,00 €

Käseseminar Teil 1: Die Käsevielfalt Frankreichs mit der Europäischen Käse-Conseillère Heike Jung

In diesem Seminar erhalten die Teilnehmenden eine fachkundige Einführung in die Vielfalt weniger bekannter französischer Käsesorten. Die Europäische Käse-Conseillère Heike Jung vermittelt systematisch Hintergrundwissen zu Herstellung, Reifung, regionaler Herkunft und sensorischen Merkmalen. Schritt für Schritt lernen die Teilnehmenden zehn ausgewählte Sorten kennen und üben, deren charakteristische Aromen bewusst wahrzunehmen und zu unterscheiden.

Die Verkostung – begleitet von einem Glas Wein, Wasser und Baguette – dient dabei als angeleitete Übung, um das zuvor vermittelte Wissen praktisch anzuwenden. Ergänzende Erläuterungen und Anekdoten vertiefen das Verständnis für die Besonderheiten von Sorten wie Coeur de Neufchâtel, Galedou, Abondance oder Dent du Chat.

Die Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

Kurs: 305003

Horst Empel
vhs, 1. OG – Raum 3

01.09.2026, Dienstag
19:00–21:00 Uhr &

08.09.2026, Dienstag
19:00–21:00 Uhr

25,00 €

Kräuterwissen kompakt: Anzucht, Pflege, kreative Anwendung

In diesem zweiteiligen Kurs erfahren Sie Wissenswertes über Küchen-, Heil- und Teekräuter. Im ersten Teil widmet sich der Kursleiter den Grundlagen der Kräuteranzucht und gibt praktische Tipps zum Pflanzenschutz, damit Ihre Pflanzen gesund und kräftig gedeihen. Im zweiten Teil wird das Wissen um die richtige Pflege vertieft. Außerdem erfahren Sie die vielseitigen Anwendungsmöglichkeiten von Kräutern in der Küche, als Heilmittel oder in Tees. Zudem sorgt der Kursleiter für kleine kulinarische Kostproben, die Sie inspirieren und die Vielfalt der Kräuter erlebbar machen.



Weinseminar: Pinot Noir

Wer in der Welt des Weines etwas auf sich hält, spricht heute über Burgund. Noch vor wenigen Jahren war das Bordeaux vorbehalten. Jedenfalls war es in Frankreich so.

Das Weinseminar Pinot Noir hat das Ziel, ein fundiertes Verständnis für eine der anspruchsvollsten roten Rebsorten zu vermitteln. Die Teilnehmenden lernen, warum Pinot Noir – auch Spätburgunder – als besonders sensibel gilt, welche klimatischen Bedingungen sie benötigt und weshalb Burgund lange als Referenzregion galt. Zudem erfahren sie, wie sich veränderte Klimaverhältnisse auf die Qualität deutscher Pinot Noir Weine auswirken und warum diese heute häufig auf Augenhöhe mit französischen Gewächsen stehen.

Im Seminar wird vermittelt, wie Boden, Lage und Verarbeitung den Charakter der Rebsorte prägen, welche Fehler im Ausbau zu unerwünschten Bitterstoffen führen können und welche sensorischen Merkmale einen gelungenen Pinot Noir auszeichnen – etwa frische Säure, feine Frucht und der Genuss bei leicht kühler Temperatur.

An zwei Abenden vergleichen wir ausgewählte Weine aus Frankreich und Deutschland, um Stilistik, Terroir und Qualitätsunterschiede nachvollziehbar zu machen und die sensorische Wahrnehmung zu schärfen.

Whiskyseminar: Whisky, das Lebenselixier der Schotten

Im Tagesseminar erhalten die Teilnehmenden eine strukturierte Einführung in die Herstellung des schottischen Nationalgetränks. Die einzelnen Schritte – von den Rohstoffen über das Mälzen und Destillieren bis zur Reifung – werden nachvollziehbar erläutert und bilden die Grundlage für die anschließende Verkostung. Verschiedene Destillate werden gezielt verglichen, um typische Aromen, regionale Unterschiede und Qualitätsmerkmale bewusst herauszuarbeiten.

Die Kosten der Umlage (ca. 45,00 €) sind direkt beim Kursleiter zu entrichten.

Kurs: 305004

Andreas Preiss
Carolinsaal Pirmasens

03.09.2026, Donnerstag
19:00–21:00 Uhr &
10.09.2026, Donnerstag
19:00–21:00 Uhr

70,00 €

Kurs: 305005

22.09.2026, Dienstag
19:00–21:00 Uhr &
29.09.2026, Dienstag
19:00–21:00 Uhr

70,00 €

Kurs: 305006

03.11.2026, Dienstag
19:00–21:00 Uhr &
10.11.2026, Dienstag
19:00–21:00 Uhr

70,00 €

Kurs: 305007

Werner Boßmann
Carolinsaal Pirmasens

22.11.2026, Sonntag
10:00–16:00 Uhr

40,00 €



Sprache

Das Erlernen von Sprachen ist nicht nur eine Bereicherung, sondern öffnet auch Türen zu neuen Welten. Es ermöglicht nicht nur die Kommunikation mit Menschen aus verschiedenen Kulturen, sondern erweitert auch den Horizont und fördert interkulturelles Verständnis. Fremdsprachenkenntnisse steigern die beruflichen Chancen, ermöglichen authentischere Reiseerlebnisse und schärfen das Denkvermögen. Kurz gesagt: Sprachen zu lernen ist eine lohnende Reise zu persönlichem Wachstum und kultureller Vielfalt.



GER	63
Deutsch als Fremdsprache	64-68
Fremdsprachen: Englisch	69-71
Fremdsprachen: Französisch	72-76
Fremdsprachen: Italienisch	77-79
Fremdsprachen: Spanisch	80

GER – Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprache

vom Europarat für alle Mitgliedstaaten verbindlich eingeführt

Ich kann	Elementare Sprachkenntnisse A1 A2	Selbstständige Sprachverwendung B1 B2	Kompetente Sprachkenntnisse C1 C2
Hören	Ich kann einzelne Sätze und die gebräuchlichsten Wörter verstehen, wenn es um für mich wichtige Dinge geht (z. B. sehr einfache Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Ich verstehe das Wesentliche von kurzen, klaren und einfachen Mitteilungen und Durchsagen.	Ich kann längere Redebeiträge und Vorträge verstehen und auch komplexer Argumentation folgen, wenn mir das Thema einigermaßen vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen und aktuellen Reportagen verstehen. Ich kann die meisten Filme verstehen.	Ich habe keinerlei Schwierigkeit, gesprochene Sprache zu verstehen, gleichgültig ob „live“ oder in den Medien, und zwar auch, wenn schnell gesprochen wird. Ich brauche nur etwas Zeit, mich an einen besonderen Akzent zu gewöhnen.
Sprechen	Ich kann mich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen, direkten Austausch von Informationen und um vertraute Themen und Tätigkeiten geht. Ich kann ein sehr kurzes Kontaktgespräch führen, verstehe aber normalerweise nicht genug, um das Gespräch in Gang zu halten.	Ich kann mich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit einem Muttersprachler recht gut möglich ist. Ich kann mich in vertrauten Situationen aktiv an einer Diskussion beteiligen und meine Ansichten begründen und verteidigen.	Ich kann mich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen beteiligen und bin auch mit Redewendungen und umgangssprachlichen Wendungen gut vertraut. Ich kann fließend sprechen und auch feinere Bedeutungsnuancen genau ausdrücken. Bei Schwierigkeiten kann ich wieder ansetzen.
Lesen	Ich kann ganz kurze, einfache Texte lesen. Ich kann in einfachen Alltagstexten (z. B. Anzeigen, Prospekten, Speisekarten oder Fahrplänen) konkrete, vorhersehbare Informationen auffinden und ich kann kurze, einfache persönliche Briefe verstehen.	Ich kann Artikel und Berichte über Probleme der Gegenwart lesen und verstehen, in denen die Schreibenden eine bestimmte Haltung oder einen bestimmten Standpunkt vertreten. Ich kann zeitgenössische literarische Prosatexte verstehen.	Ich kann praktisch jede Art von geschriebenen Texten mühelos lesen, auch wenn sie abstrakt oder inhaltlich und sprachlich komplex sind, z. B. Handbücher, Fachartikel und literarische Werke.
Schreiben	Ich kann kurze, einfache Notizen und Mitteilungen schreiben. Ich kann einen ganz einfachen persönlichen Brief schreiben, z. B. um mich für etwas zu bedanken.	Ich kann über eine Vielzahl von Themen, die mich interessieren, klare und detaillierte Texte schreiben. Ich kann in einem Aufsatz oder Bericht Informationen wiedergeben oder Argumente und Gegenargumente für oder gegen einen bestimmten Standpunkt darlegen.	Ich kann klar, flüssig und stilistisch dem jeweiligen Zweck angemessen schreiben. Ich kann anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte oder Artikel verfassen, die einen Sachverhalt gut strukturiert darstellen und so dem Leser helfen, wichtige Punkte zu erkennen und sich diese zu merken.



Deutsch als Fremdsprache

Testen Sie Ihr Deutsch!

Der Einstufungstest für Deutsch als Zweitsprache ermöglicht Ihnen, Ihre individuellen Sprachfähigkeiten in den Bereichen Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben und somit das angemessene Lernniveau zu bestimmen. So gelingt es Ihnen, den passenden Kurs auszuwählen. Die vhs Pirmasens empfiehlt den Einstufungstest des Goethe-Instituts. QR-Code scannen und den Test beginnen.



vhs-Lernportal

Zusätzlich zu unserem Kursangebot im Bereich Deutsch als Zweitsprache möchten wir Ihnen das digitale Lernangebot des DVV empfehlen. Das vhs-Lernportal ist eine kostenfreie digitale Lernplattform, mit der Sie selbstständig weiterlernen können. Die Kurse im vhs-Lernportal richten sich an Erwachsene, die Deutsch als Zweitsprache auf den Niveaustufen A1, A2, B1 und B2 lernen möchten. So können Sie auch außerhalb des Deutschunterrichts Ihre sprachlichen Kompetenzen weiter ausbauen. Die Nutzung der digitalen Kurse ist auch offline als App möglich. QR-Code scannen und ducstarten.



Kurs: 400001

Messe Pirmasens

26.11.2026, Donnerstag

17:00–18:00 Uhr

Anmeldeschluss:

23.10.2026

25,00 €



Einbürgerungstest

Der Einbürgerungstest ist neben einer erfolgreich abgelegten Sprachprüfung „Deutsch B1“ eine Voraussetzung für den Erwerb der deutschen Staatsbürgerschaft. Die Volkshochschule Pirmasens ist eine vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) zugelassene Prüfungsstelle und bietet mehrmals im Jahr einen Einbürgerungstest an. Ein Einbürgerungstest umfasst 33 Multiple-Choice-Fragen und dauert 60 Minuten.

Der offizielle Fragenkatalog mit insgesamt 310 Fragen ist auf der Internetseite des BAMF unter dem neben stehenden QR-Code abrufbar.

Der Einbürgerungstest findet in der Messe, Zeppelinstraße 11, Konferenzraum, Pirmasens statt.



telc Prüfungen – Deutsch als Fremdsprache B1

Die vhs Pirmasens bietet in Kooperation mit dem telc Institut zertifizierte Sprachprüfungen an. Die Anmeldung zur Prüfung erfolgt schriftlich. Das Anmeldeformular der vhs Pirmasens finden Sie unter dem QR-Code. Für weitere Informationen steht Ihnen das Sekretariat der vhs Pirmasens gerne zur Verfügung.

Sobald die maximale Teilnehmerzahl erreicht ist, können bereits vor dem Anmeldeschluss keine Anmeldungen mehr angenommen werden.

Gerne nehmen wir Ihre Anmeldung für eine Sprachprüfung Niveau A1, A2 oder B2 entgegen. Eine Durchführung ist jedoch nur bei ausreichender Teilnehmeranzahl möglich.

Kurs: 400003

vhs Pirmasens

18.01.2027, Montag

08:00–18:00 Uhr

Anmeldeschluss:

04.12.2026

205,00 €



Deutsch als Fremdsprache – A1.1

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne oder mit nur sehr geringen Vorkenntnissen in der deutschen Sprache. Das Ziel ist es, grundlegende Kommunikationsfähigkeiten in Alltagssituationen zu erwerben.

Lehrwerk: telc | Einfach gut! – A1.1 | ISBN 978-3-946447-80-1

Kurs: 404001

Ulla Tschötschel

vhs, 2. OG – Raum 3

ab 18.08.2026,

Dienstag & Donnerstag

16:15–17:45 Uhr

27 Termine

54 Unterrichtseinheiten

185,00 €

Deutsch als Fremdsprache – A1.2

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen in der deutschen Sprache. Das Ziel ist es, grundlegende Kommunikationsfähigkeiten in Alltagssituationen zu erwerben.

Lehrwerk: telc | Einfach gut! – A1.2 | ISBN 978-3-946447-81-8

Kurs: 404002

Ulla Tschötschel

vhs, 2. OG – Raum 3

ab 18.08.2026,

Dienstag & Donnerstag

18:00–19:30 Uhr

27 Termine

54 Unterrichtseinheiten

185,00 €

Kurs: 404008

Ekaterina Git
vhs, 2. OG – Raum 1

ab 20.08.2026, Donnerstag
17:15–19:30 Uhr
14 Termine
42 Unterrichtseinheiten
140,00 €

Deutsch als Fremdsprache – A2.1

Der Kurs baut auf den Grundkenntnissen des Sprachniveaus A1 auf. Er richtet sich an Teilnehmende, die bereits einfache Sätze verstehen und verwenden können und nun ihre Sprachfähigkeiten weiterentwickeln möchten. In diesem Kurs erweitern die Teilnehmenden ihren Wortschatz und ihre Ausdrucksfähigkeit. Das Ziel ist es, Gespräche in Alltagssituationen führen und einfache Texte verstehen zu können.

Lehrwerk: telc | Einfach gut! – A2.1 | ISBN 978-3-946447-82-5

Kurs: 404003

Ekaterina Git
vhs, 2. OG – Raum 1

ab 18.08.2026, Dienstag
17:15–19:30 Uhr
14 Termine
42 Unterrichtseinheiten
140,00 €

Deutsch als Fremdsprache – A2.2

Der Kurs baut auf den Kenntnissen des Sprachniveaus A2.1 auf. Er richtet sich an Teilnehmende, die bereits einfache Sätze verstehen und verwenden können und nun ihre Sprachfähigkeiten weiterentwickeln möchten. Im Kurs werden alltägliche Themen und Situationen vertieft und bearbeitet. Ziel ist es, Nachrichten auf Deutsch verstehen und übermitteln, auf einfache und direkte Informationen reagieren, einfache Gespräche führen und über Freizeitaktivitäten sprechen zu können.

Lehrwerk: telc | Einfach gut! – A2.2 | ISBN 978-3-946447-83-2

**MÖBEL
ZIMMERMANN** 

info@moebel-zimmermann.com
www.moebel-zimmermann.com

Hauptstraße 72-76
66953 Pirmasens
Tel. 06331 2735-0





Deutsch als Fremdsprache – B1.1

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits über fortgeschrittene Grundkenntnisse der deutschen Sprache verfügen und nun ihre Fähigkeiten weiterentwickeln möchten, um in Alltagssituationen und im Berufsleben sicherer kommunizieren zu können. In diesem Kurs erweitern die Teilnehmenden ihren Wortschatz und stärken ihre Kommunikationsfähigkeit. Sie trainieren das Verständnis von unterschiedlich komplexen, längeren Texten und verbessern ihre Schreibfertigkeiten.

Lehrwerk: telc | Einfach gut! – B1.1 | ISBN 978-3-946447-84-9

Kurs: 404004

Sascha Böttcher
vhs, 2. OG – Raum 3

ab 19.08.2026, Mittwoch
16:00–18:15 Uhr
13 Termine
39 Unterrichtseinheiten
130,00 €

Deutsch als Fremdsprache – B1.2 Vorbereitung auf die Deutschprüfung B1

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits über fortgeschrittene Grundkenntnisse der deutschen Sprache verfügen und nun ihre Fähigkeiten weiterentwickeln möchten, um in Alltagssituationen und im Berufsleben sicherer kommunizieren zu können. In diesem Kurs erweitern die Teilnehmenden ihren Wortschatz und stärken ihre Kommunikationsfähigkeit. Sie trainieren das Verständnis von unterschiedlich komplexen, längeren Texten und verbessern ihre Schreibfertigkeiten.

Lehrwerk: telc | Einfach gut! – B1.2 | Kurs- und Arbeitsbuch
ISBN 978-3-946447-85-6 & Intensivtraining ISBN 978-3-946447-32-0

Kurs: 404005

Bärbel Oesterle
vhs, UG – Raum 1

ab 17.08.2026, Montag
17:00–19:15 Uhr
15 Termine
45 Unterrichtseinheiten
150,00 €

Deutsch als Fremdsprache – B2.1

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits über fortgeschrittene Deutschkenntnisse verfügen und ihre Sprachfähigkeiten auf einem höheren Niveau erweitern möchten. Die Teilnehmenden üben, anspruchsvolle Gespräche zu verschiedenen Themen zu führen und eigene Standpunkte zu präsentieren.

Lehrwerk: telc | Einfach weiter! – B2 | ISBN 978-3-946447-33-7

Kurs: 404007

Bärbel Oesterle
vhs, UG – Raum 1

ab 20.08.2026, Donnerstag
17:00–19:15 Uhr
15 Termine
45 Unterrichtseinheiten
150,00 €

Die vhs Pirmasens empfiehlt, dass Sie Ihre Deutschkenntnisse vor der Anmeldung im Kurs mit dem Einstufungstest des Goethe-Instituts testen. Der Einstufungstest ist unter dem QR-Code auf Seite 64 abrufbar.



Kurs: 404006

Bärbel Oesterle
vhs, 2. OG – Raum 1

ab 19.08.2026, Mittwoch
17:00–19:15 Uhr
15 Termine
45 Unterrichtseinheiten
150,00 €

Deutsch als Fremdsprache – B2.2 Vorbereitung auf die Deutschprüfung B2

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits über fortgeschrittene Deutschkenntnisse verfügen und ihre Sprachfähigkeiten auf einem höheren Niveau erweitern möchten. Die Teilnehmenden üben, anspruchsvolle Gespräche zu verschiedenen Themen zu führen und eigene Standpunkte zu präsentieren. Das Ziel ist es, die Teilnehmenden auf die anspruchsvolle telc Deutschprüfung B2 vorzubereiten.

Lehrwerk: telc | Einfach weiter! – B2 | ISBN 978-3-946447-33-7

Weitere Literatur zur Prüfungsvorbereitung wird im Kurs bekannt gegeben.

Die vhs Pirmasens empfiehlt, dass Sie Ihre Deutschkenntnisse vor der Anmeldung im Kurs mit dem Einstufungstest des Goethe-Instituts testen. Der Einstufungstest ist unter dem QR-Code auf Seite 64 abrufbar.



Ihr Energie-Mix von hier!

Wegweisend in Pirmasens

Regionale Power statt Global Player: Wasser, Wärme, Strom und Gas direkt aus der Region von den Stadtwerken Pirmasens!

Mehr Infos:
www.swps.de

 **Stadtwerke Pirmasens**
Mehr PS für Ihre Energie.



FREMDSPRACHEN: ENGLISCH



Achtung!

Hier geht es
zum Einstufungstest.

Englisch – A1.2 – Lektion 1

Fortsetzung des Kurses aus dem Frühjahrsemester 2026. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen, die ihre Grundlagen vertiefen und sicherer in der Anwendung werden möchten. Sie erweitern Ihren Wortschatz, festigen grammatische Strukturen und trainieren das Sprechen in Alltagssituationen. Neueinsteigerinnen und -einsteiger mit leichten Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Lehrwerk: Easy English Upgrade A1.2 | Cornelsen-Verlag
ISBN 978-3-06-122701-2

Kurs: 406002

Christine Smith
vhs, UG – Raum 4

ab 19.08.2026, Mittwoch
17:00–18:30 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Englisch – A1.2 – Lektion 8

Fortsetzung des Kurses aus dem Frühjahrsemester 2026. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen, die ihre Grundlagen vertiefen und sicherer in der Anwendung werden möchten. Sie erweitern Ihren Wortschatz, festigen grammatische Strukturen und trainieren das Sprechen in Alltagssituationen. Neueinsteigerinnen und -einsteiger mit leichten Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Lehrwerk: Easy English Upgrade A1.2 | Cornelsen-Verlag
ISBN 978-3-06-122701-2

Kurs: 406009

Christine Smith
vhs, UG – Raum 4

ab 19.08.2026, Mittwoch
14:00–15:30 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Kurs: 406008

Christine Smith
vhs, UG – Raum 4

ab 17.08.2026, Montag
17:30–19:00 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Englisch – A2.1 – Lektion 1

Fortsetzung des Kurses aus dem Frühjahrsemester 2026. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die ihre Grundlagen vertiefen und sicherer in der Anwendung werden möchten. Sie erweitern Ihren Wortschatz, festigen grammatische Strukturen und trainieren das Sprechen in Alltagssituationen. Neueinsteigerinnen und -einsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Lehrwerk: Easy English Upgrade A2.1 | Cornelsen-Verlag
ISBN 978-3-06-122719-7

Kurs: 406003

Petra Gensheimer
vhs, 2. OG – Raum 2

ab 17.08.2026, Montag
11:30–13:00 Uhr
12 Termine
24 Unterrichtseinheiten
60,00 €

Englisch – A2.1 – Lektion 8

Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits Vorkenntnisse haben. Sie können zum Beispiel einfache Sätze bilden und Fragen im „simple present“ stellen. Gemeinsam lernen Sie weiter, sich in einfachen Situationen zu verständigen. Sie vertiefen Ihre Fähigkeiten, einfache Unterhaltungen zu führen und erweitern Ihren Wortschatz.

Lehrwerk: Easy English Upgrade A2.1 | Cornelsen-Verlag
ISBN 978-3-06-122719-7

Kurs: 406004

Petra Gensheimer
vhs, 2. OG – Raum 2

ab 20.08.2026, Donnerstag
17:00–18:30 Uhr
13 Termine
26 Unterrichtseinheiten
65,00 €

Englisch – A2.3 – Lektion 12

Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits leichte Vorkenntnisse haben. Sie können zum Beispiel einfache Sätze bilden und Fragen im „simple present“ und „simple past“ stellen. Gemeinsam lernen Sie weiter, sich in einfachen Situationen zu verständigen. Sie vertiefen Ihre Fähigkeit, einfache Unterhaltungen zu führen und erweitern Ihren Wortschatz.

Lehrwerk: Easy English Upgrade A2.1 | Cornelsen-Verlag
ISBN 978-3-06-122719-7



Englisch für Fortgeschrittene – B1.2 – Lektion 1

In diesem Kurs lernen Sie, mit Freude eine Unterhaltung im englischsprachigen Ausland zu führen – sei es in einem Restaurant, bei einer Hotelreservierung oder in verschiedenen Alltagssituationen. In Konversationsübungen vertiefen Sie Ihre Grammatikkenntnisse sowie Ihren Wortschatz. Für diesen Kurs benötigen Sie solide Englischkenntnisse und Spaß an Fremdsprachen.

Lehrwerk: Great! B2, 2nd edition | Kurs- und Übungsbuch
Klett-Langenscheidt-Verlag | ISBN 978-3-12-501777-1

Kurs: 406005

Christine Smith
vhs, UG – Raum 4

ab 20.08.2026, Donnerstag
17:30–19:00 Uhr
12 Termine
24 Unterrichtseinheiten
60,00 €

Active English – B1

Verbessern Sie Ihre Sprachgewandtheit in alltäglichen Situationen! In diesem Kurs steht die freie Konversation im Vordergrund – Sie lernen, spontan und sicher auf Englisch zu kommunizieren. Neben praxisnahen Dialogen frischen Sie auch grammatische Strukturen auf, um Ihr Sprachgefühl gezielt zu stärken. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit soliden Vorkenntnissen, die ihre Ausdrucksfähigkeit verbessern und mehr Selbstvertrauen beim Sprechen gewinnen möchten.

Kurs: 406006

Petra Gensheimer
vhs, 2. OG – Raum 3

ab 18.08.2026, Dienstag
11:00–12:30 Uhr
13 Termine
26 Unterrichtseinheiten
65,00 €



seit
33 Jahren
Ihr Partner
für
**einfach
besser
schlafen**

FREMSPRACHEN: FRANZÖSISCH



Achtung!

Hier geht es
zum Einstufungstest.

Kurs: 408002

Heike Jung
vhs, 1. OG – Raum 3

ab 17.08.2026, Montag
11:30–13:00 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Französisch für Anfängerinnen und Anfänger – A1

In diesem Einsteigerkurs erwerben die Teilnehmenden erste grundlegende Kenntnisse der französischen Sprache. Sie lernen eine korrekte Aussprache, einfache grammatische Strukturen sowie grundlegenden Wortschatz für Alltagssituationen. Schritt für Schritt üben sie, kurze, einfache Texte zu verstehen, kleine Dialoge zu führen und sich in typischen Situationen vorzustellen.

Der Kurs richtet sich an alle ohne Vorkenntnisse, die einen systematischen und motivierenden Einstieg in die französische Sprache suchen. Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Kurs: 408004

Heike Jung
vhs, 2. OG – Raum 5

ab 19.08.2026, Mittwoch
19:30–21:00 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Französisch zum Auffrischen auf Niveau A1

Dieser Kurs eignet sich besonders für Teilnehmende mit geringen Kenntnissen und Wiedereinsteigerinnen und -einsteiger, die ihre Kenntnisse von Grund auf wiederholen möchten. Es werden alle Zeiten von A1 ausgehend vom Präsens bis zum Passé Composé wiederholt sowie einfache Satzstrukturen eingeübt. Durch das Lesen einer einfachen Lektüre erweitern wir den Wortschatz. Um das Hörverständnis und die Aussprache zu trainieren, sehen wir uns auch Videos in einfacher französischer Sprache an.

Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.



Französisch – A2.1

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die ihre Kenntnisse aus A1 vertiefen möchten. Im Fokus steht die Verständigung in alltäglichen, einfachen Situationen. Grammatik, einfache Satzstrukturen und Aussprache werden kontinuierlich geübt. Dialogübungen fördern den Einstieg ins freie Sprechen. Es handelt sich um eine Fortsetzung des Kurses aus dem Frühjahrssemester 2026. Neueinsteigerinnen und -einsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Lehrwerk: Perspectives – Allez-y! – A2 | Kurs- und Arbeitsbuch
Cornelsen-Verlag | ISBN 978-3-06-520184-1

Kurs: 408014

Stéphane Megel
vhs, 2. OG – Raum 1

ab 31.08.2026, Montag
19:00–20:30 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Französisch Mittelstufe ohne Eile – A2.1

In diesem Kurs lernen Sie Französisch in einem entspannten Lerntempo, das auf Ihr individuelles Sprachniveau eingeht. Wir lesen aktuelle Texte zu verschiedenen Themengebieten und trainieren einfache Redestrukturen, Hörverständnis und Aussprache. Zur Vertiefung schauen wir auch Videos in einfacher Sprache. Jede Einheit beinhaltet die Wiederholung eines Grammatikthemas. Auch landeskundliche Inhalte sind ein fester Bestandteil des Kurses. Dieser Kurs eignet sich für Wiedereinsteigerinnen und -einsteiger mit Grundkenntnissen aus A1.

Kurs: 408010

Heike Jung
vhs, UG – Raum 1

ab 20.08.2026, Donnerstag
09:30–11:00 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Französisch – A2.2

Dieser Kurs richtet sich an Personen mit Vorkenntnissen. Im Fokus steht die Verständigung in alltäglichen, einfachen Situationen. Grammatik, einfache Satzstrukturen und Aussprache werden kontinuierlich geübt. Dialogübungen fördern den Einstieg ins freie Sprechen. Es handelt sich um eine Fortsetzung des Kurses aus dem Frühjahrssemester 2026. Neueinsteigerinnen und -einsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Lehrwerk: Perspectives – Allez-y! – A2 | Kurs- und Arbeitsbuch
Cornelsen-Verlag | ISBN 978-3-06-520184-1

Kurs: 408001

Stéphane Megel
vhs, 2. OG – Raum 1

ab 31.08.2026, Montag
17:15–18:45 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Kurs: 408005

Heike Jung
vhs, 2. OG – Raum 5

ab 19.08.2026, Mittwoch
18:00–19:30 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Französisch – A2 Aktiv und Kommunikativ

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Kenntnisse aus A1-A2 vertiefen möchten. Der Schwerpunkt liegt dabei auf einfachen Dialogen und Hörverständnisübungen wie z. B. kurzen Videos in einfacher Sprache, um die Sicherheit beim Sprechen zu erhöhen. Zusätzlich werden grammatikalische Strukturen und einfache Satzstrukturen aus A1-A2 wiederholt und aktiv angewendet. Wiedereinsteigerinnen und -einsteiger mit guten Kenntnissen aus A1, die diese wieder auffrischen möchten, sind gerne willkommen. Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Kurs: 408007

Heike Jung
vhs, 2. OG – Raum 6

ab 18.08.2026, Dienstag
09:30–11:00 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Französisch für den Alltag – A2

In diesem Kurs lernen Sie, sich in typischen Alltagssituationen auf Französisch zu verständigen. Wir wiederholen und vertiefen die wichtigsten Grammatikthemen der Niveaustufen A1 und A2, erweitern Ihren Wortschatz durch gezielte Übungen und lesen aktuelle themenbezogene Texte und schauen kurze Videos in einfacher Sprache. Auch landeskundliche Aspekte kommen nicht zu kurz. Ideal für alle, die ihre Grundlagen festigen und in der Praxis anwenden möchten. Wiedereinsteigerinnen und -einsteiger mit Kenntnissen aus A1 sind herzlich willkommen.

Kurs: 408009

Penelope De Koning-Schwöbel
vhs, 2. OG – Raum 2

ab 19.08.2026, Mittwoch
18:15–19:45 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Französisch – A2

Dieser Kurs befasst sich mit allen Aspekten der französischen Sprache und des französischen Alltags. Grammatik, Wortschatz und Satzstrukturen werden mündlich wie schriftlich wiederholt und aktiv angewendet, wobei auf unterschiedliche Niveaus Rücksicht genommen wird. Kleine Lektüren, aktuelle Nachrichtensendungen und -texte sowie Chansons ergänzen das Lehrwerk.

Lehrwerk: Perspectives – Allez-y! – A2 | Kurs- und Arbeitsbuch
Cornelsen-Verlag | ISBN 978-3-06-520184-1



Französisch – A2

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit guten Grundkenntnissen in Französisch. Die grammatikalischen Basisstrukturen und der Wortschatz werden weiterentwickelt und aktiv trainiert mit dem Ziel, sich in verschiedenen Alltagssituationen in Frankreich ausdrücken zu können. Seiteneinsteigerinnen und -einsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Lehrwerk: Perspectives – Allez-y! – A2 | Kurs- und Arbeitsbuch
Cornelsen-Verlag | ISBN 978-3-06-520184-1

Kurs: 408006

Penelope De Koning-Schwöbel
vhs, 2. OG – Raum 5

ab 17.08.2026, Montag
18:00–19:30 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

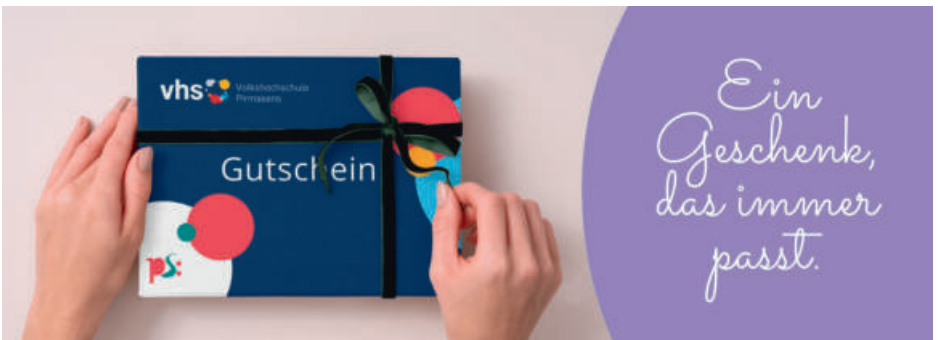
Französisch für Fortgeschrittene – A2-B1 Sprechen, Diskutieren und Verstehen

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen. Der Fokus des Kurses liegt auf der gesprochenen Sprache und dem Hörverständnis. Dazu werden auch Videos in aktueller Sprache herangezogen. Zusätzlich werden auch grammatikalische Strukturen wiederholt und aktuelle französische Texte zur Erweiterung des Wortschatzes und der landeskundlichen Kenntnisse behandelt. Wiedereinsteigerinnen und -einsteiger, die ihre Kommunikationsfähigkeiten ausbauen möchten, sind herzlich willkommen.

Kurs: 408011

Heike Jung
vhs, 2. OG – Raum 5

ab 18.08.2026, Dienstag
18:00–19:30 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €



Französisch für Fortgeschrittene – A2-B1 Texte verstehen und diskutieren, Grammatik auffrischen

Kurs: 408012

Heike Jung
vhs, 1. OG – Raum 3

ab 19.08.2026, Mittwoch
10:15–11:45 Uhr
10 Termine
20 Unterrichtseinheiten
50,00 €

In diesem Kurs wiederholen und festigen wir die wichtigsten Themen aus dem A2 Niveau. Der Fokus liegt auf der Erweiterung Ihres Wortschatzes durch das Lesen unterschiedlicher aktueller und landeskundlicher Texte sowie der Wiederholung und Anwendung grammatikalischer Strukturen. Wiedereinsteigerinnen und -einsteiger mit guten A2 Kenntnissen sind gerne willkommen.

Französisch zum Auffrischen in entspannter Atmosphäre – B1 Konversation, Grammatik und Lektüre

Kurs: 408008

Penelope De Koning-Schwöbel
vhs, 1. OG – Raum 3

ab 18.08.2026, Dienstag
11:00–12:30 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Mit viel Spaß an Frankreich und der französischen Sprache erweitern die Teilnehmenden ihre mündlichen und schriftlichen Fertigkeiten in Französisch. Auch wenn gute Vorkenntnisse von Vorteil sind, werden unterschiedliche Niveaus berücksichtigt und grammatikalische Strukturen und Wortschatz von A1-A2 je nach Kenntnisstand wiederholt. Lehrwerk: Perspectives – Allez-y! – A2 | Kurs- und Arbeitsbuch Cornelsen-Verlag | ISBN 978-3-06-520184-1

Französisch für Fortgeschrittene – B1-B2 Konversation, Grammatik und Lektüre

Kurs: 408013

Penelope De Koning-Schwöbel
vhs, 2. OG – Raum 5

ab 17.08.2026, Montag
19:30–21:00 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen, die ihre Ausdrucksfähigkeit und ihr Hör- und Textverständnis gezielt verbessern möchten. Bei der Konversation, der Lektüre und verschiedenen Hörverständnisübungen werden parallel sprachliche und grammatikalische Strukturen wiederholt.



FREMDSPRACHEN: ITALIENISCH



Achtung!

Hier geht es
zum Einstufungstest.

Endlich für Zeit für Italienisch – A1.3

Fortsetzung des Kurses aus dem Frühjahrsemester 2026. Tauchen Sie ein in die italienische Sprache und Kultur! In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Grundlagen, um einfache Gespräche zu führen und sich im Alltag verständigen zu können. Neben ersten Vokabeln und Satzstrukturen erhalten Sie lebendige Einblicke in den Alltag und die Kultur Italiens. Mit abwechslungsreichen Übungen, Dialogen und spannenden Einblicken wird das Lernen lebendig und praxisnah. Ideal für alle, die mit Freude Italienisch lernen und die Vielfalt des Landes entdecken möchten. Der Kurs startet mit der Lektion 7.

Lehrwerk: Fantastico! A1 | Klett-Langenscheidt-Verlag
ISBN 978-3-12-525083-3

Kurs: 409006

Petra Gensheimer
vhs, 2. OG – Raum 2

ab 18.08.2026, Dienstag
17:00–18:30 Uhr
13 Termine
26 Unterrichtseinheiten
65,00 €

Endlich Zeit für Italienisch – A1.5

Für Kursteilnehmende, die Spaß daran haben, die italienische Sprache zu erlernen. Fortsetzung des Kurses aus dem Frühjahrsemester 2026. Neueinsteigerinnen und -einsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Wir starten mit der Lektion 8.

Lehrwerk: Allegro Nuovo A1 | Klett-Langenscheidt-Verlag
ISBN 978-3-12-525590-6

Kurs: 409001

Petra Gensheimer
vhs, 2. OG – Raum 2

ab 18.08.2026, Dienstag
18:30–20:00 Uhr
13 Termine
26 Unterrichtseinheiten
65,00 €

Kurs: 409002

Petra Gensheimer
vhs, 2. OG – Raum 2

ab 20.08.2026, Donnerstag
18:30–20:00 Uhr
13 Termine
26 Unterrichtseinheiten
65,00 €

Endlich Zeit für Italienisch – A2.2

Für Kursteilnehmende, die Spaß daran haben, die italienische Sprache zu erlernen. Fortsetzung des Kurses aus dem Frühjahrsemester 2026. Neueinsteigerinnen und -einsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Der Kurs startet mit der Lektion 3.

Lehrwerk: Fantastico! A2 | Klett-Langenscheidt-Verlag
ISBN 978-3-12-525087-1

Kurs: 409003

Petra Gensheimer
vhs, 2. OG – Raum 2

ab 20.08.2026, Donnerstag
11:45–13:15 Uhr
13 Termine
26 Unterrichtseinheiten
65,00 €

Endlich Zeit für Italienisch – A2.2

Für Kursteilnehmende, die Spaß daran haben, die italienische Sprache zu erlernen. Fortsetzung des Kurses aus dem Frühjahrsemester 2026. Neueinsteigerinnen und -einsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Der Kurs startet mit der Lektion 3.

Lehrwerk: Fantastico! A2 | Klett-Langenscheidt-Verlag
ISBN 978-3-12-525087-1

Kurs: 409004

Petra Gensheimer
vhs, 2. OG – Raum 2

ab 20.08.2026, Donnerstag
10:15–11:45 Uhr
13 Termine
26 Unterrichtseinheiten
65,00 €

Endlich Zeit für Italienisch – A2.6

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die Spaß an der italienischen Sprache haben und ihre Kenntnisse aktiv anwenden möchten. Fortsetzung des Kurses aus dem Frühjahrsemester 2026. Neueinsteigerinnen und -einsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Der Kurs startet mit der Lektion 8.

Lehrwerk: Allegro Nuovo A2 | Klett-Langenscheidt-Verlag
ISBN 978-3-12-525593-7



Italienisch für Fortgeschrittene – A2

Fortsetzung des Kurses aus dem Frühjahrssemester 2026. Herzlich willkommen sind auch neue Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen. Neben der Vermittlung der grammatikalischen Basisstrukturen liegt das Augenmerk auf der Erweiterung des Wortschatzes für den sprachlichen Alltag und für aktive Kommunikation in italienischer Sprache während der Unterrichtszeiten. Ziel des Kurses ist es, sich in italienischer Sprache zu verschiedenen Themen des Alltags ausdrücken zu lernen und dabei auch Informationen zu Land und Leuten zu erfahren. Der Kurs startet mit Lektion 6 des Kursbuches.

Lehrwerk: Insieme A2 | Kurs- und Arbeitsbuch | Cornelsen-Verlag
ISBN 978-3-060-20161-7

Kurs: 409005

Eva Holzderber-Fath
vhs, UG – Raum 4

ab 18.08.2026, Dienstag
18:15–19:45 Uhr
13 Termine
26 Unterrichtseinheiten
65,00 €

STILVOLLE
APARTMENTS FÜR
BETREUTES WOHNEN
IN UNSERER
DEPENDANCE

Ein bis drei Zimmer von 46,3 bis 96,5 m², barrierefrei mit seniorengerechtem Bad, Fußbodenheizung, Balkon oder Terrasse, hochwertigem Fußboden, großen Fenstern, 24-Stunden-Notrufsystem und vielem mehr. In bester Lage – zentral, aber ruhig. **Wir informieren Sie gerne: Telefon 06331 547-09**



Dependance der Pro Seniore Residenz Pirmasens
Turnstraße 6 und 8 · 66953 Pirmasens
Telefon 06331 547-09 · pirmasens@pro-seniore.com
pirmasens.pro-seniore.de

**pro seniore**
Residenz Pirmasens

FREMDSPRACHEN: SPANISCH



Achtung!

Hier geht es
zum Einstufungstest.

Kurs: 422001

Heike Jung
vhs, UG – Raum 1

ab 20.08.2026, Donnerstag
11:15–12:45 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Spanisch für den Alltag – A1-A2

Der Fokus dieses Kurses liegt darauf, sich in typischen Lebenssituationen in spanischsprachigen Ländern verständigen zu können. Dazu werden einfache Satzstrukturen eingeübt und die Grammatik aus A1 wiederholt. Um das Hörverständnis zu verbessern, werden auch Videos in einfachem Spanisch angeschaut. Wiedereinsteigerinnen und -einsteiger mit Vorkenntnissen aus A1 sind herzlich willkommen.
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Kurs: 422003

Heike Jung
vhs, 1. OG – Raum 3

ab 17.08.2026, Montag
10:00–11:30 Uhr
14 Termine
28 Unterrichtseinheiten
70,00 €

Spanisch Auffrischkurs – A2

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmende, die ihre Sprachkenntnisse reaktivieren und kommunikativ anwenden wollen. Dabei wird auch das Hörverständnis mit Hilfe einfacher spanischer Videos, die Aussprache und grammatikalische Strukturen fortlaufend wiederholt und trainiert. Wiedereinsteigerinnen und -einsteiger mit Vorkenntnissen aus A1-A2 sind herzlich willkommen.

Lehrwerk: Intermezzo Spanisch A1 | Hueber-Verlag
ISBN 978-3-19-319600-2





werner
1911

konsequent ökologisch

Als Familienunternehmen aus der Schuhstadt Pirmasens haben wir uns seit über hundert Jahren der Herstellung hochwertiger Schuhe verschrieben.

In der Pirmasenser Glockenstraße 5 können Sie tolle Angebote in unserem Werksverkauf entdecken.

Unsere Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag
von 08:00 bis 16:30 Uhr
Samstag
von 10:00 bis 14:00 Uhr

Das Wichtigste im Unternehmen ist das nachhaltige Handeln. Deshalb nutzen wir Bioleder, welches vegetabil in Deutschland gegerbt wird für die handwerkliche Fertigung unserer Schuhe und Handtaschen.

Eine kleine Sammlung historischer Pirmasenser Schuhe ist ebenfalls in unseren Räumen ausgestellt.



SCHUHSTADT
PIRMASENS
SHOE FACTORY OUTLETS

Werksverkauf
Werner 1911

Rodalber Str.

Glockenstraße

MATZ
Steakhouse

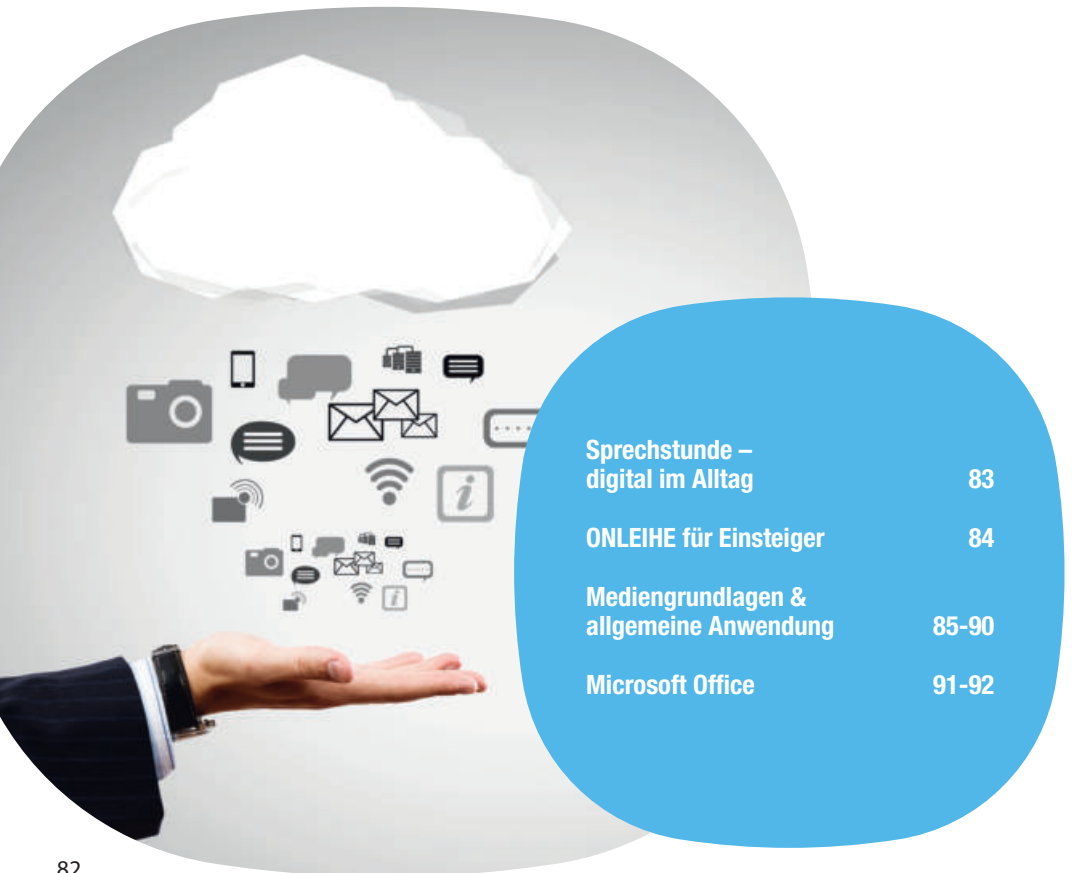
Jugendkultur-
werkstatt

Bushaltestelle
Rodalber Straße



IT | Medien | Beruf

Die Volkshochschule bietet ein vielfältiges Angebot an Kursen im IT-Bereich. Dabei vermitteln wir sowohl Grundlagen als auch spezifische Kenntnisse am PC und im Umgang mit Medien. Mit unseren Kursen ermöglichen wir einem breiten Publikum, neue Kompetenzen zu erwerben und diese stets auszubauen. Weitere Kurse widmen sich dem Umgang mit Informationstechnologien und Neuen Medien. Unser Kursangebot dient auch der beruflichen Weiterbildung, welche heute als Teil der individuellen Entwicklung von großer Bedeutung ist.



**Sprechstunde –
digital im Alltag** 83

ONLEIHE für Einsteiger 84

**Mediengrundlagen &
allgemeine Anwendung** 85-90

Microsoft Office 91-92

Sprechstunde – digital im Alltag

Die voranschreitende Digitalisierung unserer Gesellschaft nimmt immer mehr Einfluss auf die alltäglichen Dinge in unserem Leben. Sie formt die Art und Weise, wie wir kommunizieren, arbeiten, lernen und unser Leben gestalten. Dieser Wandel birgt sowohl Chancen als auch Herausforderungen.

Seit Februar 2024 bietet Ihnen die Volkshochschule Pirmasens einmal im Monat eine offene Sprechstunde an. Hier stehen Ihnen qualifizierte Ansprechpartner für allgemeine Fragen rund um den digitalen Alltag kostenfrei zur Verfügung. Gerne können Sie Ihre eigenen Geräte wie Notebooks, Tablets oder Smartphones mitbringen. In der Sprechstunde können wir auf Wunsch auch Ihre digitalen Kompetenzen testen und im Anschluss besprechen.

Mögliche Themen für die Sprechstunde: Nutzung digitaler Dienste, Einrichtung von Speicherplatz, Umgang mit Smartphone oder Tablet, Nutzung von Apps, E-Mail und Internet, Datenschutz und Sicherheit, Funktionen der Microsoft-Office-Programme und andere Themen rund um Ihren digitalen Alltag.

Wir bitten um eine Voranmeldung unter volkshochschule@pirmasens.de oder (0 63 31) 213-647. Bei kleineren Anliegen können Sie gerne auch spontan vorbeischauen. Wir bitten Sie in diesem Fall um Verständnis für mögliche Wartezeiten.

Die digitale Sprechstunde wird gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz (MASTD).

Kurs: 500000

Marc-Kevin Kelsch
vhs, 2. OG – Raum 6

24.08.2026, Montag
16:30–19:30 Uhr &

26.10.2026, Montag
16:30–19:30 Uhr &

16.11.2026, Montag
16:30–19:30 Uhr &

07.12.2026, Montag
16:30–19:30 Uhr

kostenfrei



NEU

Kurs: 500001Luana Wachsmuth
Stadtbücherei Pirmasens22.09.2026, Dienstag
18:00–19:30 Uhr

kostenfrei

Kurs: 50000210.11.2026, Dienstag
18:00–19:30 Uhr

kostenfrei

**Digitale Medien der Stadtbücherei nutzen
ONLEIHE für Einsteiger**

In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden, wie sie über die Onleihe Rheinland-Pfalz auf über 100.000 digitale Medien der Stadtbücherei Pirmasens zugreifen können. Schritt für Schritt üben sie, eBooks, Hörbücher, Zeitschriften und eLearning-Angebote auf dem eigenen Gerät herunterzuladen und zu nutzen. Ziel des Workshops ist es, den sicheren Umgang mit der Onleihe zu vermitteln und typische Fragen rund um Anmeldung, Ausleihe und Nutzung zu klären.

Der Kurs richtet sich an Einsteigerinnen und Einsteiger, die das Angebot erstmals kennenlernen möchten, ebenso wie an aktive Nutzer, die noch nicht alle Funktionen ausschöpfen. Unter fachkundiger Anleitung lernen die Teilnehmenden alle wichtigen Schritte – vom Einloggen bis zur Medienverwaltung.



MEDIENGRUNDLAGEN & ALLGEMEINE ANWENDUNG

FRAUEN

Grundlagen am PC und Notebook für Frauen

Dieser Kurs richtet sich an Frauen jeden Alters, die bisher noch keinen oder wenig Kontakt mit Computern hatten und lernen möchten, ohne Vorbehalt damit zu arbeiten. Dabei erfahren die Teilnehmerinnen, wie ein Computer aufgebaut ist und wie er sich für private Zwecke nutzen lässt. Kursinhalte sind u. a.:

- Wofür braucht man überhaupt einen Computer?
- Wie sage ich meinem Computer, was er für mich tun soll?
- Wie arbeitet die Maus und wie kann ich den Mauszeiger verändern?
- Arbeiten mit der Tastatur
- Erklärung der wichtigsten Umgebungen: Desktop, Datei-Explorer, Internet Explorer
- Was sind Apps, Ordner, Dateien und wozu braucht man sie?
- Einblick in das Microsoft Office Paket: Word (Textverarbeitung), Excel (Tabellenkalkulation), Powerpoint (Erstellen von Präsentationen) und Outlook (Empfangen und Senden von E-Mails)
- Alternativen dazu: LibreOffice und OpenOffice
- Einstieg ins Internet: Nutzen und Gefahren
- Fragen und Themen der Teilnehmenden

Bitte einen USB-Stick mitbringen.

Kurs: 501001

Ursula Wetzel
vhs, 2. OG – EDV-Raum

ab 28.09.2026, Montag
10:00–12:15 Uhr

10 Termine
40,00 €

FLIESEN

GALLO



**... und Ihre Räume
freuen sich!**

FLIESEN ALLER ART. BERATUNG & PLANUNG. BAUCHEMIE. ZUBEHÖR.
 AUSSTELLUNGEN: Goethestraße 1 | 66989 Höhrfröschen
 Telefon (06334) / 862 | fliesen@fliesen-gallo.de | www.fliesen-gallo.de

Kurs: 501002

Ursula Wetzel
vhs, 2. OG – EDV-Raum

ab 29.10.2026, Donnerstag
18:15–20:30 Uhr

4 Termine
50,00 €

Grundlagen am PC und Notebook

Sie wollen privat mehr am Computer arbeiten und wissen nicht wie? Dann hilft Ihnen dieser Kurs weiter. Er richtet sich an Männer und Frauen jeden Alters, die bisher nur wenig Kontakt mit dem Computer hatten und wichtige Grundkenntnisse erlernen möchten. Schwerpunkte sind u. a.:

- Kennenlernen des PCs und / oder Notebooks
- Erklärung von Windows, Desktop und Explorer
- Bedienung von Windows – Umgang mit Fenstern / Kacheln
- Erstellen, Speichern und Wiederfinden von Dateien
- Kurze Einführung in Microsoft Windows, Excel, Outlook und Powerpoint
- Einstieg ins Internet
- Arbeiten mit elektronischen Mails
- Fragen und Themen der Teilnehmenden

Bitte einen USB-Stick mitbringen.

Falls es die Raumplanung erlaubt, können auf Wunsch der Teilnehmenden gegen eine zusätzliche Gebühr weitere Termine angeboten werden.

FRAUEN**Kurs: 501005**

Ursula Wetzel
vhs, 2. OG – EDV-Raum

ab 30.10.2026, Freitag
10:00–12:15 Uhr

8 Termine
35,00 €

Aufbaukurs am PC und Notebook für Frauen

In diesem Kurs werden Grundkenntnisse am Computer trainiert und mit Anwendungsbeispielen vertieft. Er ist geeignet für alle Frauen, die im Betriebssystem Windows 11 den Datei-Explorer, die Officeprogramme Word und Excel und das Internet besser verstehen wollen. Vorausgesetzt werden ein guter Umgang mit der Maus und der Tastatur oder die Teilnahme am Kurs „Grundlagen am PC und Notebook“. Kursinhalte sind u. a.:

- Navigieren im Windows-Explorer und Anlegen einer Ordnerstruktur
- Kopieren, Ausschneiden, Verschieben und Löschen von Dateien und Ordern
- Kennenlernen verschiedener Funktionen in Word und Excel
- Vergleich mit LibreOffice
- Nutzen und Gefahren des Internets
- Verschiedene E-Mail-Provider

Bitte einen USB-Stick mitbringen.

Ab dem dritten Kurstermin können Sie Ihr eigenes Notebook nutzen, sofern es einsatzbereit und eingerichtet ist. Denken Sie an das passende Netzteil. Eine zusätzliche Maus kann die Bedienung erleichtern.



Aufbaukurs am PC und Notebook

In diesem Kurs werden Grundkenntnisse am Computer trainiert und mit Anwendungsbeispielen vertieft. Er ist geeignet für alle, die im Betriebssystem Windows 11 den Datei-Explorer, die Officeprogramme Word und Excel und das Internet besser verstehen wollen. Vorausgesetzt werden ein guter Umgang mit der Maus und der Tastatur oder die Teilnahme am Kurs „Grundlagen am PC und Notebook“. Kursinhalte sind u. a.:

- Navigieren im Windows-Explorer und Anlegen einer Ordnerstruktur
- Kopieren, Ausschneiden, Verschieben und Löschen von Dateien und Ordnern
- Kennenlernen verschiedener Funktionen in Word und Excel
- Vergleich mit LibreOffice
- Nutzen und Gefahren des Internets
- Verschiedene E-Mail-Provider

Bitte einen USB-Stick mitbringen.

Ab dem dritten Kurstermin können Sie Ihr eigenes Notebook nutzen, sofern es einsatzbereit und eingerichtet ist. Denken Sie an das passende Netzteil. Eine zusätzliche Maus kann die Bedienung erleichtern.

Kurs: 501010

Ursula Wetzel
vhs, 2. OG – EDV-Raum

ab 26.11.2026, Donnerstag
17:15–20:30 Uhr

4 Termine
50,00 €

Digitale Sicherheit im Umgang mit PC, Smartphone und Internet

Dieser Kurs richtet sich an alle, die lernen möchten, wie sie sich sicher im Internet bewegen und ihre digitalen Geräte vor Gefahren schützen können. Sie erfahren, wie Sie typische Bedrohungen wie schadhafte E-Mails, Phishing-Angriffe und den Missbrauch persönlicher Daten erkennen und abwehren. In leicht verständlichen Schritten lernen Sie, wie Sie Ihre Online-Aktivitäten vor unerwünschten Angriffen schützen können. Dabei geht es unter anderem darum, wie Sie verdächtige E-Mails erkennen, sichere Passwörter erstellen und einfache Schutzmaßnahmen wie Virenschutzprogramme und Updates richtig nutzen. Ziel ist es, Ihnen die notwendigen Grundlagen zu vermitteln, um die digitale Welt sicher und selbstbewusst zu nutzen. Technische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kurs: 501003

Marc-Kevin Kelsch
vhs, 2. OG – EDV-Raum

ab 20.10.2026, Dienstag
17:30–19:30 Uhr

3 Termine
45,00 €



Kurs: 501004

Marc-Kevin Kelsch
vhs, 2. OG – EDV-Raum

ab 17.11.2026, Dienstag
17:30–19:45 Uhr

3 Termine
45,00 €

Das Smartphone als täglicher Begleiter – Grundlagen und wertvolle Tipps für den Alltag

Entdecken Sie die Welt der Smartphones! Sind Sie im Besitz eines solchen Geräts, aber fühlen sich noch nicht ganz sicher im Umgang damit? In diesem Kurs werden Ihnen die vielfältigen Möglichkeiten aufgezeigt, die ein Smartphone bietet. Von der Internetrecherche über das Abrufen von E-Mails bis hin zum Versenden von Nachrichten und der Verwaltung Ihrer Termine – all das und mehr können Sie hier erfahren und praktisch üben. Zudem informieren wir Sie über potenzielle Risiken bei der Nutzung von Smartphones und Apps. Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes Smartphone sowie ein passendes Ladegerät mit.

Kurs: 501006

Magdalena Klintzsch
vhs, 2. OG – EDV-Raum

ab 28.08.2026, Freitag
16:00–18:00 Uhr

5 Termine
75,00 €

10-Fingersystem in 10 Stunden – Tastschreiben für Jugendliche und Erwachsene

Tastschreibunterricht gestaltete sich bisher als langwierig und monoton. Das 10-Fingersystem in 10 Stunden ermöglicht es Ihnen, mit viel Spaß und innerhalb kürzester Zeit die Tastatur blind zu beherrschen. Durch den Einsatz des Tastschreibtrainers können Sie Ihre Schreibgeschwindigkeit stetig erhöhen. Das innovative Lernsystem wird bereits erfolgreich eingesetzt. Es berücksichtigt verschiedene Lerntypen und sorgt durch das Zusammenspiel mehrerer Sinne für schnelleres und effizienteres Lernen.

In der Kursgebühr sind die Kosten für das erforderliche Handbuch bereits enthalten. Dieser Kurs beinhaltet keine Schnellschreibprüfung.



Canva: Einführung in das kostenlose Grafikprogramm

Möchten Sie Aufmerksamkeit wecken und professionelle Grafiken, Flyer, Social Media Beiträge und Ähnliches erstellen? Im Kurs erhalten Sie einen Überblick über Canva und wie Sie kinderleicht solche Designs erstellen können. Lassen Sie uns gemeinsam Ihre ersten Schritte im kostenfreien Grafikprogramm gehen und Tipps und Tricks kennenlernen. Möchten Sie konkret etwas gestalten? Oder einfach nur wissen, ob die Software zu Ihren Bedürfnissen passt? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige! Sie können Ihre Fragen dazu stellen und erhalten Hilfestellungen bei der konkreten Umsetzung Ihrer Ideen. Praxisnah gestalten wir gemeinsam Designs zu verschiedenen Themen und mit unterschiedlichen Vorlagen.

Kurs: 501008

Lina Klug
vhs, 2. OG – EDV-Raum

20.11.2026, Freitag
12:30–15:30 Uhr &

27.11.2026, Freitag
12:30–15:30 Uhr

55,00 €

ChatGPT verstehen, anwenden und bewerten

ChatGPT ist ein fortschrittliches KI-Modell für natürliche Sprachverarbeitung. Dieser Kurs bietet einen fundierten Einblick in die Grundlagen und Anwendungsmöglichkeiten von ChatGPT. Sie erfahren auch, welche Risiken und Herausforderungen der Einsatz dieser neuen Technologie mit sich bringt.

In diesem Kurs lernen Sie die Funktionsweise von ChatGPT kennen, einschließlich der zugrunde liegenden Technologien, die es ermöglichen, natürliche Sprache zu verstehen und zu generieren. Der Kurs behandelt zudem vielfältige Einsatzmöglichkeiten, wie etwa den Einsatz von ChatGPT als Chatbot zur Ideenfindung, zur Erstellung von Content & Schriftstücken sowie als Trainingspartner für Fremdsprachen. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf Datenschutzaspekten, insbesondere wie Sie die Privatsphäre der Nutzerinnen und Nutzer schützen können. Sie setzen sich außerdem mit den Herausforderungen und potenziellen Risiken auseinander, die mit der Verwendung von KI-Systemen verbunden sind.

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ChatGPT besser verstehen und in ihrem beruflichen oder privaten Umfeld effektiv nutzen möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kurs: 501009

Marc-Kevin Kelsch
vhs, 2. OG – EDV-Raum

18.08.2026, Dienstag
17:00–19:15 Uhr &

25.08.2026, Dienstag
17:00–19:15 Uhr

45,00 €

Kurs: 501016

23.11.2026, Montag
17:00–19:15 Uhr &

30.11.2026, Montag
17:00–19:15 Uhr

45,00 €



Kurs: 501011

Marc-Kevin Kelsch
vhs, 2. OG – EDV-Raum

02.11.2026, Montag
17:00–19:15 Uhr &

09.11.2026, Montag
17:00–19:15 Uhr

45,00 €

KI verstehen und direkt nutzen – Praktische Tools für jeden Tag

Dieser Aufbaukurs richtet sich an alle, die bereits erste Erfahrungen mit Künstlicher Intelligenz haben und mehr darüber erfahren möchten, wie man sie praktisch nutzt. Nach einer kurzen Wiederholung der wichtigsten Grundlagen geht es direkt in die Anwendung moderner KI-Tools. Sie lernen verschiedene Programme kennen und vergleichen diese miteinander – zum Beispiel Text-KIs wie ChatGPT sowie Anwendungen für Bilder, Musik und Videos. Gemeinsam schauen wir, welches Tool sich für welche Aufgabe am besten eignet und wie Sie KI im Alltag oder im Beruf sinnvoll einsetzen können. Außerdem sprechen wir über wichtige Fragen rund um Künstliche Intelligenz: Was kann sie gut, wo sind ihre Grenzen und worauf sollte man achten? Themen wie Datenschutz, Qualität der Ergebnisse und ein verantwortungsvoller Umgang werden leicht verständlich erklärt und an praktischen Beispielen gezeigt. Der Kurs ist ideal für alle, die KI sicherer, kreativer und gezielter nutzen möchten, insbesondere wenn Sie bereits mit KI-Tools wie ChatGPT arbeiten.



MICROSOFT OFFICE

Microsoft Office 2024: Grundlagen

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die bisher noch keine oder nur wenig Berührung mit dem Computer hatten und sich für die beruflichen Anforderungen mit dem PC vertraut machen möchten. Zu den meist verwendeten Programmen gehören die Textverarbeitung, die Tabellenkalkulation und die Präsentation. Auch ein routinierter Umgang mit E-Mails wird in vielen Firmen vorausgesetzt. Kursinhalte sind u. a.:

- Grundlagen von Microsoft Windows 2024
- Grundlagen der Textverarbeitung mit Word 2024
- Erstellen und Gestalten von Dokumenten
- Geschäftsbriefe nach DIN 5008
- Grundlagen der Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel 2024
- Grundlagen des E-Mail-Verkehrs und Terminverwaltung mit Microsoft Outlook 2024
- Einblick in das Erstellen und Gestalten von Präsentationen mit Microsoft PowerPoint 2024

Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen für berufliche Computerarbeiten und das Benutzen von Microsoft Office 2024 Anwendungen (Excel, Word, PowerPoint, Outlook). Der Unterricht findet auch in Kleingruppe bereits ab vier Personen statt. Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit, auf den Sie Ihre Übungen speichern können.

Kurs: 501012

Norina Bicha
vhs, 2. OG – EDV-Raum

ab 26.08.2026, Mittwoch
18:15–21:15 Uhr

6 Termine
185,00 €

Kurs: 501013

Michelle Stahl
vhs, 2. OG – EDV-Raum

ab 25.11.2026, Mittwoch
18:15–20:30 Uhr

3 Termine
85,00 €

Microsoft Office 2024: Word

Die Teilnehmenden lernen, in Microsoft Word effizienter zu arbeiten und wiederkehrende Aufgaben deutlich zu reduzieren. Sie erfahren, wie sie Dokumente so erstellen, dass sie sich schnell anpassen, mehrfach nutzen und mit weniger Aufwand bearbeiten lassen. Ziel des Kurses ist es, typische Arbeitsschritte zu vereinfachen, Zeit zu sparen und Word-Funktionen gezielt einzusetzen, um professionellere Ergebnisse zu erzielen. Kursinhalte sind u. a.:

- Dokumentvorlagen
- Formatvorlagen
- Formularfelder
- AutoText
- Seriendruck

Für alle, die mit Word arbeiten und es sich einfacher machen möchten. Der Unterricht findet in Kleingruppe ab drei Personen statt. Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit.

Kurs: 501014

Michelle Stahl
vhs, 2. OG – EDV-Raum

ab 08.09.2026, Dienstag
18:15–20:30 Uhr

3 Termine
85,00 €

Microsoft Office 2024: Excel

Die Teilnehmenden lernen in Excel, Daten strukturiert aufzubereiten, zu berechnen und übersichtlich darzustellen. Sie arbeiten mit größeren Tabellen, filtern gezielt Informationen und werten Datensätze sinnvoll aus. Außerdem lernen sie, wie bedingte Formatierungen wichtige Werte hervorheben und wie Pivot-Tabellen umfangreiche Daten kompakt zusammenfassen. Ziel ist es, den Überblick zu behalten und den Arbeitsaufwand deutlich zu reduzieren. Kursinhalte sind u. a.:

- Bedingte Formatierungen
- Daten filtern und auswerten (Text-, Zahlen- und Datumsfilter)
- Pivot-Tabellen erstellen und nutzen
- Diagramme erstellen und anpassen
- Nachschlagen von Werten (z. B. mit XVERWEIS)

Für alle, die mit Excel arbeiten und mehr aus ihren Daten herausholen möchten. Der Unterricht findet in Kleingruppe ab drei Personen statt. Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit.



Microsoft Office 2024: Outlook

E-Mails im Griff statt im Posteingang verlieren.

Die Teilnehmenden lernen, ihre Arbeit in Outlook strukturierter zu organisieren und den Überblick über E Mails, Termine und Aufgaben zu behalten. Sie üben, wie sie Nachrichten sinnvoll sortieren, Arbeitsabläufe vereinfachen und ihre Kommunikation übersichtlich verwalten. Ziel ist es, den Aufwand im Posteingang zu reduzieren und Outlook als zentrales Werkzeug für eine effiziente Tagesplanung zu nutzen.

Kursinhalte sind u. a.:

- Kontakte anlegen und pflegen, Verteiler erstellen
- Ordnerstruktur anlegen und organisieren
- Regeln für eingehende E-Mails erstellen
- Termine und Aufgaben übersichtlich planen

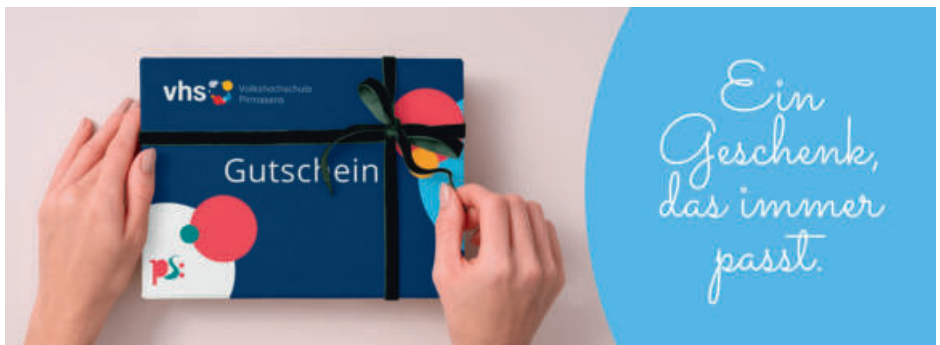
Für alle, die mit Outlook arbeiten und es sich einfacher machen möchten. Der Unterricht findet in Kleingruppe ab drei Personen statt. Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit, auf dem Sie Ihre Übungen speichern können.

Kurs: 501015

Michelle Stahl
vhs, 2. OG – EDV-Raum

ab 31.08.2026, Montag
18:15-20:30 Uhr

3 Termine
85,00 €



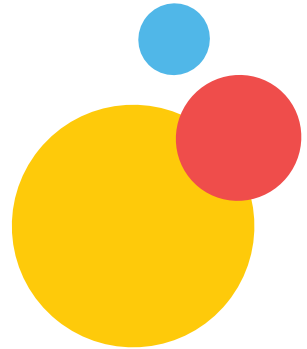


Musikschule

Die Musikschule der vhs Pirmasens ist eine Einrichtung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Qualifizierte Musiklehrerinnen und Musiklehrer unterrichten sowohl im Einzel- als auch im Gruppenunterricht. Die angebotenen Fächer finden Sie auf der folgenden Seite. Neben dem Erlernen eines Instruments bieten wir auch Kurse in Musiktheorie und Gehörbildung an. Unser Ziel ist es, die Freude an der Musik zu fördern und individuelle Talente zu entdecken und zu entwickeln.



Gitarre:	Michael Gass
Saxophon:	Michael Gass
Klavier:	Edith Burkhard
	Sara-Maria Kawczynska
	Markus Meisenheimer
	Elena Ryseck
Horn:	Ralf Splittgerber
Keyboard:	Markus Meisenheimer
Gesang:	Marliese Maurer-Hurth



Das Schuljahr der vhs-Musikschule beginnt am 1. Januar und endet am 31. Dezember. Es umfasst 36 Unterrichtswochen. An- und Abmeldungen bedürfen der Schriftform und sind an das Sekretariat der Volkshochschule zu richten. Bei Minderjährigen ist die schriftliche Zustimmung der Erziehungsberechtigten erforderlich. Der Eintritt in die Musikschule ist in der Regel zum 1. Januar und zum 1. August eines Jahres möglich; sofern Kapazitäten frei sind, auch während des Semesters. Abmeldungen sind nur bis zum 31. Juli und zum 31. Dezember möglich. Sie müssen der Volkshochschule spätestens 2 Monate vor dem jeweiligen Termin schriftlich zugegangen sein. In begründeten Einzelfällen kann die Schulleitung Ausnahmen zulassen. Die Ferien- und Feiertagsordnung der öffentlichen allgemeinbildenden Schulen gilt auch für den Musikunterricht der Volkshochschule. Für versäumte Unterrichtsstunden von Seiten der Schülerinnen und Schüler kann kein Ersatz geleistet werden. Für versäumte Unterrichtsstunden von Seiten der Lehrkräfte wird Ersatz geleistet.

Die Entgelt beträgt bei

- | | | |
|------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------|
| • Unterricht je Person und Monat Einzelunterricht (30 Min) | | 50,00 € |
| • Unterricht in Gruppen (50 Min.) | 2 Schüler (pro Person und Monat) | 45,00 € |
| | 3 Schüler (pro Person und Monat) | 40,00 € |

Die unterrichtsfreie Zeit wird nicht berechnet. Die Rechnungsstellung erfolgt monatlich. Die Unterrichtszeiten können individuell vereinbart werden.

Kurs: 213MF1

Marliese Maurer-Hurth
vhs, UG – Raum 3

ab 04.09.2026, Freitag
15:00–15:45 Uhr

10 Termine
60,00 €

Kurs: 213MF2

ab 04.09.2026, Freitag
16:00–16:45 Uhr

10 Termine
60,00 €

Musikalische Früherziehung für Kinder im Alter 4 bis 6 Jahren

In diesem Kurs entdecken Kinder spielerisch die Welt der Musik. Mit Liedern, Bewegungsspielen und Orff-Instrumenten werden Rhythmusgefühl, Hörwahrnehmung und Stimmbildung gefördert. Die Kinder erleben Musik aktiv und kreativ, stärken dabei ihre motorischen und sprachlichen Fähigkeiten und lernen, sich in der Gruppe auszudrücken und einzubringen.

Ziel ist es, die musikalische Ausdrucksfähigkeit zu entfalten und eine Grundlage für weiterführende musikalische Angebote zu schaffen. Die Kursleitung gestaltet die Inhalte individuell und bringt eine musikpädagogische Qualifikation sowie langjährige Erfahrung in der Arbeit mit Kindern mit.

NEU

Kurs: 213005

Marliese Maurer-Hurth
vhs, UG – Raum 3

ab 02.09.2026, Mittwoch
15:00–15:45 Uhr

12 Termine
40,00 €

Haste Töne – Kinderblockflöten für Kinder ab 6 Jahren

In diesem Kurs lernen die Kinder auf spielerische Weise den Einstieg ins Musizieren mit der Blockflöte. Sie entdecken erste Noten, einfache Rhythmen und kleine Melodien und üben, wie sie diese selbstständig spielen können. Durch kindgerechte Übungen werden sie ermutigt, Musik aktiv, kreativ und mit Freude auszuprobieren.

Die Teilnehmenden lernen außerdem, wie sie ihre Blockflöte richtig halten, Töne sauber anspielen und gemeinsam im Kurs musizieren. Ziel ist es, die natürliche Begeisterung für Musik zu fördern und erste musikalische Grundlagen zu vermitteln.

Lehrwerk: Einführung in das Blockflötenspiel 1 (Heft 1) von Barbara Feix, Rohrdorfer Musikverlag.



vhs Chor „Taktvoll“

Alle die, die Spaß an Chormusik haben, können im vhs Chor „Taktvoll“ ihre musikalischen Fähigkeiten unter Beweis stellen. Fetziges Lied aus Rock und Pop, Swing und Musicals werden dabei unter der Leitung von Musiklehrerin und Chorleiterin Edith Burkhard gemeinsam eingeübt und gesungen.
Treffpunkt: freitags, 18:00 Uhr im Carolinensaal Pirmasens

vhs Flöten-Ensemble

Modernes Blockflöten-Ensemble

Erleben Sie die Vielfalt der Blockflöte in unserem Ensemble! Ob Sopran, Alt, Tenor oder Bass – Damen und Herren mit soliden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Gemeinsam erarbeiten wir in einer motivierenden und herzlichen Atmosphäre ein abwechslungsreiches Repertoire unter der Leitung von Gerwin Schmucker.

Treffpunkt: dienstags, 19:00 Uhr, in der vhs-Musikschule

Orchester Pirmasens in der Volkshochschule und der Stadtmission

Das Orchester Pirmasens vereint Menschen mit Liebe zur Musik und Freude am gemeinsamen Musizieren und fördert dadurch das kulturelle Leben sowie die musikalische Vielfalt in der Stadt Pirmasens. Es bietet eine optimale Lernumgebung für Musizierende aller Altersgruppen und fördert Nachwuchskräfte durch instrumentalen Musikunterricht. Ihr Können stellen die Orchestermitglieder durch die musikalische Begleitung von Veranstaltungen und Konzerten der vhs Pirmasens und der Stadtmission Pirmasens regelmäßig unter Beweis. Die Proben finden im Wechsel dienstags in der Stadtmission und donnerstags im Hugo-Ball-Gymnasium jeweils von 19:30 bis 21:30 Uhr statt. Geleitet wird das Orchester Pirmasens von Holger Vehling und Ralf Splittgerber.

So finden Sie uns:

1 • Volkshochschule Pirmasens
Hans-Sachs-Straße 2, 66953 Pirmasens

2 • Messegelände
Halle 6, Zeppelinstraße 11, 66953 Pirmasens

3 • Forum Alte Post
Poststraße 2, 66954 Pirmasens

4 • Leibniz-Gymnasium
Luisenstraße 2, 66953 Pirmasens

5 • Biergarten im Strecktal
Strecktalpark, 66954 Pirmasens

6 • VR-Bank
Alleestraße 2, 66953 Pirmasens

7 • Carolinensaal
Buchweilerstraße, 66953 Pirmasens

8 • Eisweiher
Landauerstraße 140, 66953 Pirmasens

9 • P11 Quartierszentrum Winzler Viertel
Patio 11, 66955 Pirmasens

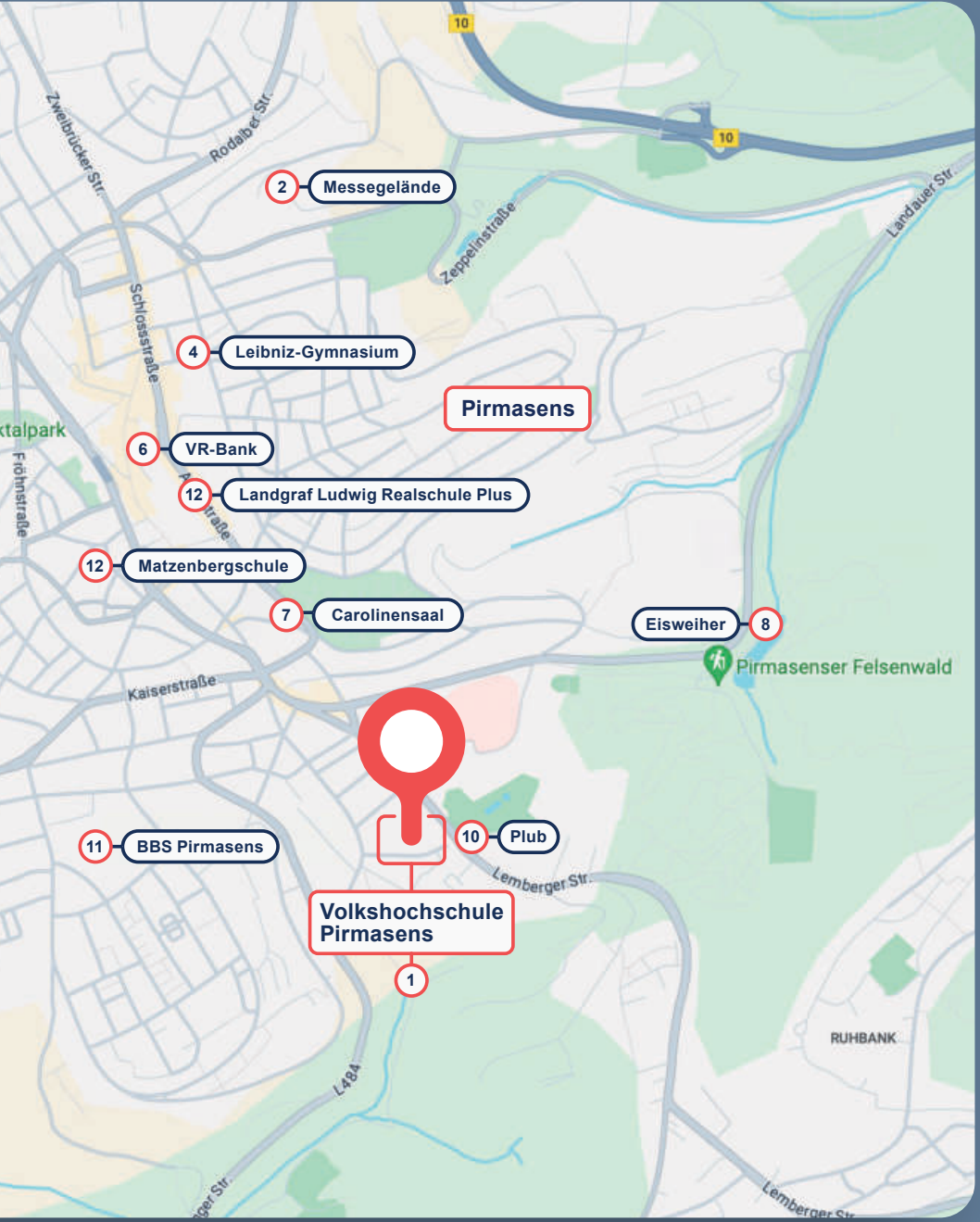
10 • Plub
Lembergerstraße 41, 66955 Pirmasens

11 • BBS Pirmasens
Adlerstraße 31, 66955 Pirmasens

12 • Matzenbergschule
Winzler Str. 36 - 40, 66955 Pirmasens

13 • Landgraf Ludwig Realschule Plus
Alleestraße 22-24, 66953 Pirmasens





2 Messegelände

4 Leibniz-Gymnasium

Pirmasens

6 VR-Bank

12 Landgraf Ludwig Realschule Plus

12 Matzenbergschule

7 Carolinensaal

Eisweiher 8

Pirmasenser Felsenwald

11 BBS Pirmasens

10 Plub

Volkshochschule Pirmasens

1

RUHBANK

Kursverzeichnis

10-Fingersystem in 10 Stunden	88	Einbürgerungstest	64
Active English – B1	71	Elektronische Patientenakte (ePA)	27
Aktivierendes Training – Yoga auf dem Stuhl	55	Eltern sein – weniger Stress, mehr Nähe	31
Aktuelles aus der Verbraucherzentrale		Endlich Zeit für Italienisch – A1.3	77
Pirmasens – Die Tricks der Betrüger	28	Endlich Zeit für Italienisch – A1.5	77
Aqua-Fitness am Abend	57	Endlich Zeit für Italienisch – A2.2	78
Aqua-Fitness am Vormittag	57	Endlich Zeit für Italienisch – A2.6	78
Aquarell-Kalender: Frühling	36	Englisch – A1.2 – Lektion 1	69
Aquarell-Kalender: Herbst	37	Englisch – A1.2 – Lektion 8	69
Aquarell-Kalender: Sommer	37	Englisch – A2.1 – Lektion 1	70
Aquarell-Kalender: Winter	38	Englisch – A2.1 – Lektion 8	70
Aquarellmalerei: Blumen	38	Englisch – A2.3 – Lektion 12	70
Aquarellmalerei: Weihnachtliche Storefronts	40	Englisch für Fortgeschrittene – B1.2	71
Aquarellmalerei: Weihnachtskarten	40	Exkursion nach Freiburg	17
Arbeitskreis Geschichte:		Fahrt zur Frankfurter Buchmesse	18
Das Zeitalter des Deutschen Ritterordens	25	Finanzielle Resilienz für Frauen. Innere	
Aufbaukurs am PC und Notebook	87	Stärke und Klarheit im Umgang mit Geld	30
Aufbaukurs am PC und Notebook für Frauen	86	Fit mit Easy Pilates	52
AufbauSeminar für ehrenamtliche rechtliche		Fotografie: Pirmasens im Fokus –	
Betreuerinnen, Betreuer & Bevollmächtigte	27	Fotografische Stadterkundung	41
Autogenes Training	54	Französisch – A2	75
Callanetics trifft Qigong	52	Französisch – A2.1	73
Canva: Einführung in das		Französisch – A2.2	73
kostenlose Grafikprogramm	89	Französisch – A2 – Aktiv und Kommunikativ	74
ChatGPT verstehen, anwenden & bewerten	89	Französisch für Anfänger – A1	72
Das Smartphone als täglicher Begleiter	88	Französisch für den Alltag – A2	74
Dein Weg zur inneren Ruhe	48	Französisch für Fortgeschrittene – A2-B1	
Der Kompass in mir: Ein Journaling-Kurs	35	Sprechen, Diskutieren und Verstehen	75
Deutsch als Fremdsprache – A1.1	65	Französisch für Fortgeschrittene – A2-B1	
Deutsch als Fremdsprache – A1.2	65	Texte verstehen, Grammatik auffrischen	76
Deutsch als Fremdsprache – A2.1	66	Französisch für Fortgeschrittene – B1-B2	
Deutsch als Fremdsprache – A2.2	66	Konversation, Grammatik und Lektüre	76
Deutsch als Fremdsprache – B1.1	67	Französisch Mittelstufe – A2	74
Deutsch als Fremdsprache – B1.2	67	Französisch Mittelstufe ohne Eile – A2.1	73
Deutsch als Fremdsprache – B2.1	67	Französisch zum Auffrischen auf Niveau A1	72
Deutsch als Fremdsprache – B2.2	68	Französisch zum Auffrischen in	
Die Zukunft der Arbeitswelt	15	entspannter Atmosphäre – B1	76
Digitale Medien der Stadtbücherei nutzen		Frauen-Gesprächskreis Literatur	
ONLEIHE für Einsteiger	84	Christoph Wortberg: „Gussie“	33
Digitale Sicherheit im Umgang mit PC,		Freie Malerei	41
Smartphone und Internet	87	Ganzheitliches Gedächtnistraining	57

Kursverzeichnis

Grundlagen am PC und Notebook	86	NextLevel-Nähkurs: Trend-Weste	44
Grundlagen am PC und Notebook für Frauen	85	aus Kuschelfleece	44
Handwerk im Einsatz – von Frau für Frauen	45	Nordic Walking	55
Haste Töne – Kinderblockflöten		Pilz-Schule	25
für Kinder ab 6 Jahren	96	Qigong	53
Hatha-Yoga	49	Sanftes Yoga	49
Hatha-Yoga – Kraftvolle Entspannung	47	Selbstverteidigung für Frauen und	
Hatha-Yoga – Stressbewältigung, Förderung		Mädchen ab 10 Jahren	58
von Entspannung und (Kon)Zentriertheit	50	Selbstverteidigung für Mädchen	
Heute schon an morgen denken –		von 10 bis 14 Jahren	58
Der Blick auf die Zukunft aus der		Sinnlich-atmosphärisches Schreiben	34
Perspektive der Psychologie	14	Sorgen Sie vor! Vorsorgevollmacht,	
„Insel der Entspannung“ – Entspannungs-		Betreuungsverfügung & Patientenverfügung	26
kurs für Kinder von 6 bis 10 Jahren	47	Spanisch Auffrischkurs – A2	80
Italienisch für Fortgeschrittene – A2	79	Spanisch für den Alltag – A1-A2	80
Jung und vital bleiben bis ins hohe Alter	54	Sprechstunde – digital im Alltag	83
Käseseminar Teil 1: Käsevielfalt Frankreichs	60	Stark im Wandel: Mentale Stärke für	
KI verstehen und direkt nutzen	90	Veränderungen und Zukunft	31
Klangschalenmeditation	54	Starter-Nähkurs: Herbstlicher	
Kochkurs zum Apéritif	59	Patchwork-Schal aus Musselin	43
Kombikurs: Callanetics – Pilates – Qigong	53	Starter-Nähkurs zur Weihnachtszeit:	
Konrad Adenauer.		Stylische Platzsets selbst gestalten	45
Kanzler nach der Katastrophe	23	telc Prüfungen –	
Körper-Klang-Stimme: Mit Faszien-		Deutsch als Fremdsprache B1	65
Spannung zum 3D-Körperklang-Stimmklang	36	Textwerkstatt	35
Kräuterwissen kompakt	60	„Über Geld spricht man(n) nicht,	
Künstliche Intelligenz und Bildung	21	Frau schon!“ – Finanzwissen Grundlagen	28
Literatur im Gespräch	19	Veränderungsstress	22
Männerkochkurs – Allgäuer Hüttengaudi	59	Vertrauen in Wissenschaft –	
Microsoft Office 2024: Excel	92	Zwischen Expertise und Skepsis	21
Microsoft Office 2024: Grundlagen	91	Von Moden, Megatrends und Mythen –	
Microsoft Office 2024: Outlook	92	Einblicke in die Zukunftsforschung	13
Microsoft Office 2024: Word	91	Weinseminar: Pinot Noir	61
Mit Hatha-Yoga gelassen durch den Advent	50	Whiskyseminar: Lebenselexier der Schotten	61
Modellieren mit Ton	42	Wirbelsäulengymnastik	55
MOVE and RELAX	51	Xco® – Fitness Workout	56
Musikalische Früherziehung für Kinder		Yin Yoga	51
im Alter 4 bis 6 Jahren	96	Zukunft geht mit Klimaschutz	26
NextLevel-Nähkurs: Dein skandinavischer		Zukunftstechnologien verstehen.	
Christmas-Pixie	44	Künstliche Intelligenz heute und morgen	16
NextLevel-Nähkurs: Jeans-Upcycling	43		

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Dies ist ein Auszug aus unseren AGB. Die vollständige Version können Sie auf unserer Internetseite unter www.vhs-pirmasens.de einsehen.

Anmeldung: Die Anmeldung zu den Veranstaltungen der vhs ist ausschließlich schriftlich (online auf www.vhs-pirmasens.de, per Anmeldekarte, per E-Mail an volkshochschule@pirmasens.de, per Brief) möglich, wenn nichts anderes vermerkt ist. Durch die schriftliche Anmeldung kommt ein Teilnahmevertrag zustande, der zur Zahlung des Entgeltes verpflichtet. Die Anmeldung muss mindestens enthalten: Vor- und Nachname, vollständige postalische Anschrift, E-Mail-Adresse, Telefon, Geburtsdatum, eindeutige Kursbezeichnung oder Kursnummer, Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats oder Rechnungszahlung.

Anmeldebestätigungen werden nicht verschickt. Wir benachrichtigen Sie lediglich dann, wenn der von Ihnen gewünschte Kurs bereits ausgebucht ist oder wenn sich Änderungen ergeben. Wenn Sie keine Nachricht von uns erhalten, findet der Kurs wie angegeben statt. Über die Teilnahme an den Veranstaltungen entscheidet die Reihenfolge des Eingangs der Anmeldungen.

Veranstaltungsort: Soweit nicht anders vermerkt, finden die Kurse, Seminare und Gesprächskreise im vhs-Gebäude, Hans-Sachs-Str. 2 in Pirmasens, statt.

Kündigung: Die vhs kann nur aus wichtigem Grund den Vertrag kündigen. Ein wichtiger Grund liegt unter anderem vor, wenn die erforderliche Kostendeckung der Veranstaltung nicht erreicht wird. Weitere wichtige Gründe entnehmen Sie unseren AGB (Ziffer 5.5) unter www.vhs-pirmasens.de/agb. Eine entgeltfreie Kündigung durch den Teilnehmer ist bei Veranstaltungen mit schriftlicher Anmeldung bis zum Ablauf der Anmeldefrist (i.d.R. eine Woche vor Kursbeginn) ohne Angabe von Gründen möglich. Ausschlaggebend für die Wahrung der Frist ist der Zugang der Kündigung bei der vhs. Nach Ablauf der oben genannten Anmeldefrist ist vor Kursbeginn eine Kündigung nur aus einem wichtigen persönlichen Grund möglich. Erfolgt die Kündigung ohne Angabe von Gründen oder liegt ein wichtiger persönlicher Grund nicht vor, hat der Teilnehmer das volle Entgelt zu zahlen, es sei denn, die vhs kann einen Nachrücker von einer Warteliste für die Teilnahme benennen oder der Teilnehmer meldet der vhs eine Ersatzperson. Erfolgt die Kündigung nach Kursbeginn ohne Angabe von Gründen oder liegt ein wichtiger persönlicher Grund nicht vor, ist das volle Teilnahmeentgelt zu entrichten.

Erfolgt die Kündigung nach Kursbeginn aus wichtigem persönlichem Grund und ist dieser auch nachgewiesen, hat der Teilnehmer das Teilnahmeentgelt entsprechend der Stundenanzahl, die bis zum Eingang der Kündigung bei der vhs durchgeführt wurden, anteilig zu entrichten. Wenn das Entgelt bereits gezahlt wurde und die Kündigung aus oben genannten Gründen in der ersten Kurshälfte erfolgt, kann das Entgelt anteilig zurückerstattet werden. Kündigungen bedürfen der Schriftform. Mündliche Kündigungen, auch von Teilnehmenden gegenüber Kursleitungen, sind unwirksam. Maßgeblicher Zeitpunkt ist der Zugang der Kündigung. Kündigungen gegenüber der vhs sind zu richten an: Volkshochschule Pirmasens, Hans-Sachs-Str. 2, 66955 Pirmasens oder per E-Mail an: volkshochschule@pirmasens.de. Das bloße Fernbleiben von der Veranstaltung gilt nicht als Kündigung.

Entgelte: Für die Teilnahme an Veranstaltungen der vhs werden grundsätzlich Entgelte nach den Bestimmungen der Entgeltordnung der vhs erhoben. Das Entgelt ist bei den jeweiligen Veranstaltungsankündigungen in Online- und Printmedien ausgewiesen.

Die vhs behält sich notwendige Änderungen gegenüber diesen Angaben vor. Die angegebenen Entgelte beinhalten in der Regel keine Lehrmittel, Eintrittsgelder oder Verbrauchskosten. Die Entgelte sind im besten Falle bargeldlos im SEPA-Lastschriftverfahren zu entrichten. Hierfür ist die Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats erforderlich. Weitere Informationen zum SEPA-Lastschriftmandat entnehmen Sie bitte der Anmeldekarte oder unseren AGB unter www.vhs-pirmasens.de/agb.

Ferien: In den rheinlandpfälzischen Schulferien und an schulfreien Tagen finden in der Regel keine Veranstaltungen statt. An gesetzlichen oder kirchlichen Feiertagen finden grundsätzlich keine Veranstaltungen statt.

Haftung: Die vhs übernimmt keinerlei Haftung. Vom Haftungsausschluss ausgenommen sind Schadensersatzansprüche aufgrund einer Verletzung des Lebens, des Körpers und der Gesundheit durch fahrlässige und vorsätzliche Pflichtverletzung der vhs und deren Erfüllungsgehilfen sowie die Haftung für Schäden durch vorsätzliche oder grob fahrlässige Pflichtverletzung der vhs und deren Erfüllungsgehilfen.

Unterrichtseinheit: Die Unterrichtseinheit beträgt 45 Minuten.

Anmeldung

Volkshochschule Pirmasens

Hans-Sachs-Straße 2, 66955 Pirmasens

Ich melde mich verbindlich für folgende Veranstaltung(en) an. Mit meiner Unterschrift erkenne ich die im Programmheft und auf unserer Internetseite aufgeführten AGB, die Widerrufsbelehrung und die Datenschutzerklärung der vhs Pirmasens an. Achtung: Sie erhalten keine Anmeldebestätigung!

1. Kurs-Nr.: _____ Kurstitel: _____

2. Kurs-Nr.: _____ Kurstitel: _____

3. Kurs-Nr.: _____ Kurstitel: _____

Nachname: _____ Vorname: _____

Straße, Nr.: _____ PLZ, Ort: _____

Telefonnr.: _____ E-Mail: _____

weiblich männlich divers Geburtsdatum: _____

Hiermit willige ich ein, dass die vhs Pirmasens mich über die aktuellen Kurse und Veranstaltungen per E-Mail informieren darf. Meine Einwilligung kann von mir jederzeit, ohne Angaben von Gründen und mit sofortiger Wirkung widerrufen werden.

Datum _____ Unterschrift _____

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige hiermit das Amt für Finanzen der Stadt Pirmasens (Gläubiger-ID: DE32ZZZ00000057399) – widerruflich – die von mir zu leistenden Zahlungen für die Forderungen der Volkshochschule Pirmasens bei Fälligkeit zu Lasten meines Kontos mittels SEPA-Lastschrift einzuziehen. Weitere Informationen zum SEPA-Lastschriftmandat siehe Rückseite.

Nachname, Vorname: _____

IBAN: _____ BIC: _____

Datum: _____ Unterschrift: _____

Beachten Sie bitte:

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie die Volkshochschule Pirmasens, Hans-Sachs-Str. 2, 66955 Pirmasens, volkshochschule@pirmasens.de mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. per Brief oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können das Muster-Widerrufsformular auf unserer Homepage oder eine andere eindeutige Erklärung abgeben. Machen Sie von dieser Möglichkeit Gebrauch, so werden wir Ihnen eine Bestätigung über den Eingang eines solchen Widerrufs übermitteln. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige hiermit das Amt für Finanzen der Stadt Pirmasens (Gläubiger-ID: DE32ZZZ00000057399) – widerruflich – die von mir zu leistenden Zahlungen für die Forderungen der Volkshochschule Pirmasens bei Fälligkeit zu Lasten meines Kontos mittels SEPA-Lastschrift einzuziehen.

Die Einzugsermächtigung wird zukünftig auch für alle weiteren Kursanmeldungen genutzt. Sie können jederzeit Ihre Einzugsermächtigung widerrufen. Dies ist schriftlich an die o. g. Adresse oder auch per Mail an volkshochschule@pirmasens.de möglich. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von dem Amt für Finanzen der Stadt Pirmasens auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Sollte mein angegebene Konto die erforderliche Deckung nicht aufweisen, besteht für mein Kreditinstitut keine Verpflichtung zur Einlösung. Eventuell hieraus entstehende zusätzliche Bankgebühren werden von mir übernommen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit Ihrem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Anmeldung

Volkshochschule Pirmasens

Hans-Sachs-Straße 2, 66955 Pirmasens

Ich melde mich verbindlich für folgende Veranstaltung(en) an. Mit meiner Unterschrift erkenne ich die im Programmheft und auf unserer Internetseite aufgeführten AGB, die Widerrufsbelehrung und die Datenschutzerklärung der vhs Pirmasens an. Achtung: Sie erhalten keine Anmeldebestätigung!

1. Kurs-Nr.: _____ Kurstitel: _____

2. Kurs-Nr.: _____ Kurstitel: _____

3. Kurs-Nr.: _____ Kurstitel: _____

Nachname: _____ Vorname: _____

Straße, Nr.: _____ PLZ, Ort: _____

Telefonnr.: _____ E-Mail: _____

weiblich männlich divers Geburtsdatum: _____

Hiermit willige ich ein, dass die vhs Pirmasens mich über die aktuellen Kurse und Veranstaltungen per E-Mail informieren darf. Meine Einwilligung kann von mir jederzeit, ohne Angaben von Gründen und mit sofortiger Wirkung widerrufen werden.

Datum _____ Unterschrift _____

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige hiermit das Amt für Finanzen der Stadt Pirmasens (Gläubiger-ID: DE32ZZZ00000057399) – widerruflich – die von mir zu leistenden Zahlungen für die Forderungen der Volkshochschule Pirmasens bei Fälligkeit zu Lasten meines Kontos mittels SEPA-Lastschrift einzuziehen. Weitere Informationen zum SEPA-Lastschriftmandat siehe Rückseite.

Nachname, Vorname: _____

IBAN: _____ BIC: _____

Datum: _____ Unterschrift: _____

Beachten Sie bitte:

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie die Volkshochschule Pirmasens, Hans-Sachs-Str. 2, 66955 Pirmasens, volkshochschule@pirmasens.de mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. per Brief oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können das Muster-Widerrufsformular auf unserer Homepage oder eine andere eindeutige Erklärung abgeben. Machen Sie von dieser Möglichkeit Gebrauch, so werden wir Ihnen eine Bestätigung über den Eingang eines solchen Widerrufs übermitteln. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige hiermit das Amt für Finanzen der Stadt Pirmasens (Gläubiger-ID: DE32ZZZ00000057399) – widerruflich – die von mir zu leistenden Zahlungen für die Forderungen der Volkshochschule Pirmasens bei Fälligkeit zu Lasten meines Kontos mittels SEPA-Lastschrift einzuziehen.

Die Einzugsermächtigung wird zukünftig auch für alle weiteren Kursanmeldungen genutzt. Sie können jederzeit Ihre Einzugsermächtigung widerrufen. Dies ist schriftlich an die o. g. Adresse oder auch per Mail an volkshochschule@pirmasens.de möglich. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von dem Amt für Finanzen der Stadt Pirmasens auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Sollte mein angegebene Konto die erforderliche Deckung nicht aufweisen, besteht für mein Kreditinstitut keine Verpflichtung zur Einlösung. Eventuell hieraus entstehende zusätzliche Bankgebühren werden von mir übernommen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit Ihrem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Datenschutzerklärung

1. Verantwortlichkeit für die Datenverarbeitung

Verantwortlich im Sinne der DSGVO ist die Volkshochschule Pirmasens (nachfolgend vhs genannt), vertreten durch die Stadt Pirmasens, Exerzierplatzstr. 17, 66953 Pirmasens, Telefon: 06331-8400.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsdatum, Geschlecht, Email-Adresse) kann kein Vertrag geschlossen werden. Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein SEPA-Lastschriftmandat erteilen. Wenn Sie uns kein SEPA-Lastschriftmandat geben, erhalten Sie eine Rechnung von uns und müssen den Betrag überweisen. Der Zahlungseingang wird vom Amt für Finanzen der Stadt Pirmasens überprüft. Dazu leiten wir Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsdatum u. a.) an das Amt für Finanzen zur Durchsetzung der Forderung weiter. Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten an das Amt für Finanzen oder einen Inkassodienst zur Durchsetzung der Forderung weiterzuleiten. Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen werden durch einen von uns beauftragten IT-Dienstleister und der EDV-Abteilung der Stadtverwaltung Pirmasens betreut. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, Adresse, Telefonnummer und, soweit angegeben, E-Mail-Adresse an den jeweiligen Kursleitenden zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z. B. Tele-Sprachprüfungen, Einbürgerungstest, Xpert-Prüfungen, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“), die Ausländerbehörde der Stadt Pirmasens und ggf. an das zuständige Jobcenter weitergeben.

Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung. Eine Berechtigung liegt auch dann vor, wenn Dritte die Daten in unserem Auftrag verarbeiten: Wenn wir unsere Geschäftstätigkeiten (z. B. Betrieb der Webseite, Teilnehmersupport, Zahlungsabwicklung usw.) nicht selbst vornehmen, sondern von anderen Unternehmen vornehmen lassen, und diese Tätigkeiten mit der Verarbeitung Ihrer Daten verbunden sind, haben wir die Unternehmen verpflichtet, die Daten nur für die uns rechtlich erlaubten Zwecke zu verwenden. Wir sind befugt, diese Unternehmen insoweit zu kontrollieren.

4. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die vhs die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessenten oder Kursteilnehmenden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

5. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht. Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung der Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

6. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der vhs gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich beim Landesbeauftragten für Datenschutz zu beschweren.

Der Landesbeauftragte für den Datenschutz und die Informationsfreiheit Rheinland-Pfalz, Hintere Bleiche 34, 55116 Mainz, Telefon: 06131-2082449, Telefax: 06131-2082497. Der behördliche Datenschutzbeauftragte hat die Aufgabe, auf die Einhaltung der gesetzlichen Vorschriften über den Datenschutz innerhalb der Stadt Pirmasens hinzuwirken. Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten: Stadtverwaltung Pirmasens, Herr Andreas Mühlbauer, Exerzierplatzstraße 17, 66953 Pirmasens, 06331-1489028, datenschutz@pirmasens.de.



**Jetzt scannen
und anmelden!**

Folgen Sie uns!



www.instagram.com/vhs_pirmasens



www.facebook.com/vhspirmasens