



# KURSE UND VERANSTALTUNGEN FÜR JUNGGEBLIEBENE



# KURSE UND VERANSTALTUNGEN FÜR JUNGGEBLIEBENE

Mit den EnkerIn auf WhatsApp chatten, im „Treff 60+“ neue FreundInnen kennenlernen oder bei Bodyfit 50+ den Körper wieder in Form bringen? Lebenslanges Lernen heißt ein Leben lang neugierig zu bleiben und Neues zu erlernen. So bleibt der Kopf jung und der Körper fit. Bei der VHS Linz finden Sie Kurse und Veranstaltungen für alle Altersgruppen und Lebenssituationen. In diesem Folder zeigen wir Ihnen, mit welchen Kursen Sie auch jenseits der 60er geistig und körperlich fit, neugierig und zufrieden bleiben können. Stöbern Sie darin und erzählen Sie Ihren FreundInnen davon. Wir freuen uns auf Sie!

## Anmeldung unter:

- [www.vhs.linz.at](http://www.vhs.linz.at), [wissensturm@mag.linz.at](mailto:wissensturm@mag.linz.at)
- +43 732 7070 0
- persönlich im Servicecenter im Wissensturm

Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS Linz – abrufbar in der jeweils gültigen Form unter [www.vhs.linz.at](http://www.vhs.linz.at).

## COMPUTER, INTERNET UND SMARTPHONE

Die Volkshochschule Linz bietet im Wissensturm in modernst ausgestatteten EDV- und Seminarräumen Beratung, Einzeltrainings und ein umfangreiches Kursangebot, das sich an den Wünschen und Bedürfnissen von SeniorInnen orientiert.

Rat und Hilfestellung zu geben, hat oberste Priorität im Kursgeschehen.

### • Beratung und Information, Montag bis Freitag 10 – 18 Uhr (Mittwoch 14 – 18 Uhr)

Kostenlose Einstiegsberatung im Selbstlernzentrum LeWis im Wissensturm, 1. Stock

Kurze Erklärung der Inhalte des gewünschten Kurses und Hilfestellung bei der Wahl des richtigen Kurses

Kontakt: +43 732 7070 4390

### • Einzeltraining

Finden Sie keinen für Sie passenden Kurs, ist ein Einzeltraining zu empfehlen. Die persönliche und daher auch intensive Betreuung ermöglicht es, innerhalb kürzester Zeit mit fachkundiger Betreuung zu Ihrem Lernziel zu gelangen. Termine und Inhalte werden Ihren Wünschen entsprechend gestaltet. Kontakt: +43 732 7070 4322 oder [andrea.grgic@mag.linz.at](mailto:andrea.grgic@mag.linz.at)  
Kursgebühr pro 1,5 Stunden: € 87,-

### • Kursangebote

Alle Kurse finden entweder am Vormittag oder am Nachmittag statt. Die Kursdauer und Vermittlung der Lerninhalte ist dem Lerntempo der Zielgruppe angepasst, sodass ausreichend Zeit für die Behandlung und Lösung von individuellen Frage- und Problemstellungen zur Verfügung steht. Um sich Ihren Kursplatz zu sichern, empfehlen wir die rechtzeitige Anmeldung unter Tel. +43 732 7070 0, persönlich im Wissensturm oder unter [www.vhs.linz.at](http://www.vhs.linz.at)

## Smartphone Schule

### Smartphone zuerst ausprobieren, dann kaufen

#### in Zusammenarbeit mit Emporia

**Inhalte und Ziele:** Ausprobieren eines Smartphones BEVOR man es kauft; einfache Handhabungen wie tippen, Wischen, zoomen, Texte schreiben und Fotos verschicken werden mit einem Smartphone (Leihgerät von Emporia) geübt. Die Grundbegriffe der „Smartphonewelt“ (Betriebssystem, WLAN, mobile Daten, Tarife, Apps, etc.) werden für NEULINGE vermittelt.

**Hinweis:** Ein Emporia-Smartphone wird für die Dauer des Kurses zur Verfügung gestellt. Das Gerät selbst kann im Kurs NICHT käuflich erworben werden

**Zielgruppe:** Personen, die noch kein Smartphone verwenden und den Umgang mit einem Smartphone versuchen wollen.

**Do, 23.9.2021**

**9.00 – 12.00**

Volkshaus Pichling; Seminarraum 8

21.24485

€ 29,-

Sabine Schinagl

**Fr, 24.9.2021** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 09.08 21.24490  
€ 29,-  
Sabine Schinagl

**Fr, 4.2.2022** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 09.08 21.24495  
€ 29,-

## Handyschule 1: Grundlegendes zu Android-Smartphones

**Inhalte und Ziele:** Infos zu Grundaufbau des Android User Interfaces, Basisfunktionen wie Telefonieren, SMSen, Fotografieren, Hintergrundwissen zu Betriebssystemen, mobiler Datenverbindung, WLAN, Tarif, Navigationstasten, Notification-Leiste

Nach diesem Kurs können Sie:

- telefonieren, SMS schreiben und fotografieren
- Benachrichtigungen finden
- Betriebssysteme verstehen
- WLAN und mobile Daten unterscheiden
- die Regelungen des Tarifs verstehen
- prüfen, ob das Handy betriebsbereit ist

**Zielgruppe:** Personen, die ein Smartphone besitzen, jedoch wenig Erfahrung damit haben (Android Smartphones wie Samsung, Huawei, LG)

**Hinweis:** kein Emporia, kein iPhone!

**Fr, 8.10.2021** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 08.03 21.24500  
€ 29,-  
Alexandra Schinagl

**Fr, 11.2.2022** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 08.05 21.24510  
€ 29,-  
Alexandra Schinagl

## Handyschule 1: Grundlegendes zu Emporia-Smartphones

**Inhalte und Ziele:** Infos zu Grundaufbau des Emporia User Interfaces, Basisfunktionen wie Telefonieren, SMSen, Fotografieren, Info Center, Hintergrundwissen zu Betriebssystemen, mobile Datenverbindung, WLAN, Tarif, etc.

Nach diesem Kurs können Sie:

- telefonieren, SMS schreiben und fotografieren
- Benachrichtigungen finden
- Betriebssysteme verstehen
- WLAN und mobile Daten unterscheiden
- die Regelungen des Tarifs verstehen
- prüfen, ob das Handy betriebsbereit ist

„Dieser Kurs ist eines von 6 Modulen zum Emporia Smartphone Führerschein (ESDL) – eine Initiative von Emporia Telecom“

**Zielgruppe:** Personen, die ein Emporia-Smartphone besitzen, jedoch wenig Erfahrung haben

**Fr, 8.10.2021** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 08.08 21.24505  
€ 29,-  
Sabine Schinagl

**Fr, 11.2.2022** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 08.08 21.24515  
€ 29,-  
Sabine Schinagl

## Handyschule 2: Wichtige Funktionen am Android-Smartphone

**Inhalte und Ziele:** Infos zu Kontakten speichern, suchen, bearbeiten, löschen; Anruflisten bearbeiten; die Fotogalerie verwalten, Fotos versenden und sichern; wesentliche Einstellungen, Funktionen wie Kalender, Wecker, Wetter nutzen, Übersicht über Speicherplatz und Arbeitsspeicher

Nach diesem Kurs können Sie:

- einen Kontakt anlegen
- Umlaute und Akzente auf der Tastatur finden
- Ruhezustand des Displays einstellen
- versäumte Anrufe ansehen und zurückrufen
- Termine einschreiben und sich vorher erinnern lassen

**Zielgruppe:** Personen, die ein Smartphone besitzen, aber wenig Erfahrung haben (Android Smartphones wie Samsung, Huawei, LG)

**Hinweis:** kein Emporia, kein iPhone!



**Fr, 15.10.2021** 9.00 – 12.00  
 Seminarraum 08.07 21.24520  
 € 29,-  
 Alexandra Schinagl

**Fr, 18.2.2022** 9.00 – 12.00  
 Seminarraum 08.07 21.24530  
 € 29,-  
 Alexandra Schinagl

## Handyschule 2: Wichtige Funktionen am Emporia-Smartphone

**Inhalte und Ziele:** Infos zu Kontakten speichern, suchen, bearbeiten, löschen; Anruflisten bearbeiten; die Fotogalerie verwalten, Fotos versenden und sichern; wesentliche Einstellungen, Funktionen wie Kalender, Wecker, Wetter nutzen, Übersicht über Speicherplatz und Arbeitsspeicher  
 Nach diesem Kurs können Sie:

- einen Kontakt anlegen
- Umlaute und Akzente auf der Tastatur finden
- Ruhezustand des Displays einstellen
- versäumte Anrufe ansehen und zurückrufen
- Termine einschreiben und sich vorher erinnern lassen

„Dieser Kurs ist eines von 6 Modulen zum Emporia Smartphone Führerschein (ESDL) – eine Initiative von Emporia Telecom“

**Zielgruppe:** Personen, die ein Emporia-Smartphone besitzen, jedoch wenig Erfahrung haben

**Fr, 15.10.2021** 9.00 – 12.00  
 Seminarraum 08.08 21.24525  
 € 29,-  
 Sabine Schinagl

**Fr, 18.2.2022** 9.00 – 12.00  
 Seminarraum 08.08 21.24535  
 € 29,-  
 Sabine Schinagl



## Handyschule 3: Mit dem Android-Smartphone ins Internet

**Inhalte und Ziele:** Grundlegendes zu Internet, Browser und Websites; Datenverbindung ins Internet herstellen; Google-Konto einrichten; Apps installieren; der App Berechtigungen erteilen

Nach diesem Kurs können Sie:

- die Notwendigkeit und Funktion von Apps beurteilen
- den Unterschied zwischen Internet, Google, Apps und Browser benennen
- mit dem Smartphone ins Internet einsteigen
- Apps suchen, finden und Installieren
- mit Berechtigungen umgehen
- System Benachrichtigungen verstehen
- Updates ausführen

**Zielgruppe:** Personen, die ein Smartphone besitzen, jedoch wenig Erfahrung haben (Android Smartphones wie Samsung, Huawei, LG)

**Hinweis:** kein Emporia, kein Iphone!

**Fr, 22.10.2021** 9.00 – 12.00  
 Seminarraum 08.07 21.24540  
 € 29,-  
 Alexandra Schinagl

**Fr, 4.3.2022** 9.00 – 12.00  
 Seminarraum 08.07 21.24550  
 € 29,-  
 Alexandra Schinagl

## Handyschule 3: Mit dem Emporia-Smartphone ins Internet

**Inhalte und Ziele:** Grundlegendes zu Internet, Browser und Websites; Datenverbindung ins Internet herstellen; Google-Konto einrichten; Apps installieren; der App Berechtigungen erteilen

Nach diesem Kurs können Sie:

- die Notwendigkeit und Funktion von Apps beurteilen
- den Unterschied zwischen Internet, Google, Apps und Browser benennen
- mit dem Smartphone ins Internet einsteigen
- Apps suchen, finden und installieren
- mit Berechtigungen umgehen
- System Benachrichtigungen verstehen
- Updates ausführen

„Dieser Kurs ist eines von 6 Modulen zum Emporia Smartphone Führerschein (ESDL) – eine Initiative von Emporia Telecom“

**Zielgruppe:** Personen, die ein Emporia-Smartphone besitzen und wenig Erfahrung haben

**Fr, 22.10.2021** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 08.05 21.24545  
€ 29,-  
Sabine Schinagl

**Fr, 4.3.2022** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 08.05 21.24555  
€ 29,-  
Sabine Schinagl

## Handyschule 4: Google Dienste kennenlernen und nutzen

**Inhalte und Ziele:** Überblick über verschiedene Apps, die von Google angeboten werden; Einführung in Funktionen wie Sprachsteuerung, Google Maps zum Navigieren; Verwendung von Google Play Store, Youtube und Cloud Systemen

Nach diesem Kurs können Sie:

- ein Google Konto bewusst und gezielt nutzen
- verschiedene Google Dienste zuordnen
- mit Google mit Text – oder Spracheingabe effizient und rasch suchen
- Google Maps verwenden
- die eigene Gmail-Adresse nutzen sowie weitere Google Apps, wie z.B. Youtube

„Dieser Kurs ist eines von 6 Modulen zum Emporia Smartphone Führerschein (ESDL) – eine Initiative von Emporia Telecom“

**Zielgruppe:** Personen, die ein Smartphone (Android Smartphones wie Samsung, Huawei, LG und Emporia) besitzen und mehr über dessen Möglichkeiten erfahren wollen

**Hinweis:** kein iPhone!

**Fr, 5.11.2021** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 08.08 21.24560  
€ 29,-  
Alexandra Schinagl

**Fr, 5.11.2021** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 08.08 21.24565  
€ 29,-  
Sabine Schinagl

**Fr, 11.3.2022** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 08.07 21.24570  
€ 29,-  
Alexandra Schinagl

**Fr, 11.3.2022** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 08.08 21.24575  
€ 29,-  
Sabine Schinagl

## Handyschule 5: Whatsapp verstehen und nutzen

**Inhalte und Ziele:** Struktur, Aufbau und wesentliche Funktionen der Messenger-App Whatsapp; Einstellungen auf individuelle Bedürfnisse; Sichern und Löschen von Dateien und Chats in Whatsapp

Nach diesem Kurs können Sie:

- eine Textnachricht, ein Foto oder eine Sprachnachricht verschicken
- eine Gruppe erstellen
- zwischen Telefonie über Whatsapp und normaler Leitung unterscheiden
- die eigenen Chats sichern
- die eigenen Fotos speichern

„Dieser Kurs ist eines von 6 Modulen zum Emporia Smartphone Führerschein (ESDL) – eine Initiative von Emporia Telecom“

**Zielgruppe:** Personen, die ein Smartphone (Android Smartphones wie Samsung, Huawei, LG und Emporia) besitzen und mehr über dessen Möglichkeiten erfahren wollen

**Hinweis:** kein iPhone!

**Fr, 12.11.2021** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 08.07 21.24580  
€ 29,-  
Alexandra Schinagl

**Fr, 12.11.2021** **9.00 – 12.00**

Seminarraum 08.08 21.24585  
€ 29,-  
Sabine Schinagl

**Fr, 18.3.2022** **9.00 – 12.00**  
 Seminarraum 08.07 21.24590  
 € 29,-  
 Alexandra Schinagl

**Fr, 18.3.2022** **9.00 – 12.00**  
 Seminarraum 08.05 21.24595  
 € 29,-  
 Sabine Schinagl

## Handyschule 6: Wiederholen und Üben

**Inhalte und Ziele:** mehr Sicherheit mit dem Smartphone gewinnen, mit fachkundiger Hilfe an eigenen Problemstellungen arbeiten, Gefahren aus dem Internet richtig einschätzen lernen

**Zielgruppe:** Personen, die ein Smartphone (Android Smartphones wie Samsung, Huawei, LG und Emporia) besitzen und mehr über dessen Möglichkeiten erfahren wollen

**Hinweis:** kein iPhone!

**Fr, 19.11.2021** **9.00 – 12.00**  
 Seminarraum 08.08 21.24605  
 € 29,-  
 Sabine Schinagl

**Fr, 25.3.2022** **9.00 – 12.00**  
 Seminarraum 08.07 21.24610  
 € 29,-  
 Alexandra Schinagl

**Fr, 25.3.2022** **9.00 – 12.00**  
 Seminarraum 08.05 21.24615  
 € 29,-  
 Sabine Schinagl



## Treffpunkt Handyschule

### Sie stellen die Fragen – wir antworten

**Inhalte und Ziele:** In lockerer Atmosphäre gibt es die Möglichkeit, seine Kenntnisse im Umgang mit dem eigenen Gerät zu erweitern, eigene Problemstellungen einzubringen und mit fachkundiger Hilfe mit dem eigenen Smartphone zu arbeiten – oder einfach Erfahrungen mit anderen Personen auszutauschen. Sowohl EinsteigerInnen als auch schon etwas Erfahrenere sollten sich angesprochen fühlen, entspannt und gut betreut die Welt mit dem Smartphone zu erobern.

**Zielgruppe:** sind Personen, die schon länger ein Smartphone haben, jedoch Fragestellungen haben, auf die sie allein keine Antwort finden.

**Fr, 26.11.2021** **9.00 – 12.00**  
 Seminarraum 08.05 21.24620  
 € 29,-  
 Alexandra Schinagl

**Fr, 1.4.2022** **9.00 – 12.00**  
 Seminarraum 09.08 21.24625  
 € 29,-  
 Alexandra Schinagl

## Handyschule vertiefend: Fotografieren mit dem Smartphone

### Tipps für zukünftige FotoexpertenInnen

**Inhalte und Ziele:** unter Anleitung eines Profifotografen Fotos machen; verschiedene Apps zur Bearbeitung kennenlernen, um so die Qualität der mit dem Smartphone geschossenen Fotos zu heben

**Fr, 2-mal ab 3.12.2021** **9.00 – 12.00**  
 Seminarraum 09.08 21.24630  
 € 58,-

**Fr, 2-mal ab 8.4.2022** **9.00 – 12.00**  
 Seminarraum 09.08 21.24635  
 € 58,-

## Computer und Internet

### Grundlagen der EDV 1

**Inhalte und Ziele:** Bedienung eines PC; Umgang mit Maus und Tastatur; allgemeine Fachbegriffe, Fenstertechnik, Erstellen von Dateien und Ordern, erste Schritte in der Textverarbeitung, Abspeichern von Dokumenten, Einführung ins Internet

**Do, 4-mal ab 9.9.2021** 18.30 – 20.30

EDV-Kursraum 09.05 21.24330  
€ 124,-

**Di, 4-mal ab 1.3.2022** 9.30 – 11.30

EDV-Kursraum 09.02 21.24335  
€ 124,-  
Sabine Schinagl

### Grundlagen der EDV 2

**Inhalte und Ziele:** schließt an den Grundlagenkurs 1 an; Oberfläche von Windows effizient nutzen und individuell gestalten, vertiefendes Arbeiten mit Ordern und Dokumenten (Laufwerk, Papierkorb, Drucker), Ordnerstruktur erstellen, Dateien verschieben und kopieren

**Do, 5-mal ab 21.10.2021** 18.30 – 20.30

EDV-Kursraum 09.05 21.24340  
€ 124,-

**Di, 5-mal ab 29.3.2022** 9.30 – 11.30

EDV-Kursraum 09.05 21.24345  
€ 124,-  
Sabine Schinagl

### Grundlagen der EDV 3

**Inhalte und Ziele:** E-Mails auch mit Anhang versenden und empfangen, Kontakte anlegen und verwalten, gezielte Suche im Internet und Inhalte downloaden, Favoriten anlegen, Sicherheitsaspekte

**Do, 5-mal ab 13.1.2022** 18.30 – 20.30

EDV-Kursraum 09.05 21.24350  
€ 124,-

**Di, 5-mal ab 10.5.2022** 9.30 – 11.30

EDV-Kursraum 09.05 21.24355  
€ 124,-  
Sabine Schinagl

# NEWS AUS DEM WISSENSTURM

Sie interessieren sich für unsere Kurse und Vorträge und möchten auf dem Laufenden bleiben?  
Mit unserem Newsletter-Service informieren wir Sie über aktuelle Veranstaltungen im Wissensturm.



Haben Sie ein Apple-Gerät?  
Dann haben wir die passenden Kurse!

### Fit am iPhone in 4 Vormittagen

**Inhalte und Ziele:** Überblick über Arbeitsweise und Einsatzmöglichkeiten, Gerät individuell konfigurieren, Funktionen des Touchscreens, Bedienung des App-Store, Installieren von Apps, Tipps zu Sicherheitseinstellungen

**Hinweis:** Lerntempo und Vermittlungsweise speziell für SeniorInnen

**Mo, 4-mal ab 11.10.2021 9.00 – 11.45**

Seminarraum 10.07 21.24200  
€ 121,-  
Philipp Eggermann

**Di, 4-mal ab 8.3.2022 9.00 – 11.45**

Seminarraum 10.07 21.24205  
€ 121,-  
Philipp Eggermann

### Fit am iPad in 3 Vormittagen

Lernen Sie Ihr iPad gründlich kennen

**Inhalte und Ziele:** gezielt und bequem im Internet surfen, kennenlernen von nützlichen und optimierten Apps für das iPad (es gibt ca. 500.000 davon), Kommunikation per E-Mail, Gerät als Foto- und Videokamera verwenden, Fotos und Filme anschauen

**Zielgruppe:** Personen, die ein iPad besitzen

**Hinweis:** keine Vorkenntnisse notwendig

**Mitzubringen:** eigenes iPad

**Do, 3-mal ab 14.10.2021 9.00 – 11.00**

Seminarraum 08.08 21.24230  
€ 68,-  
Philipp Eggermann



Find us on facebook

[www.fb.com/wissensturm](http://www.fb.com/wissensturm)

### Fit am Mac in 4 Vormittagen

**Inhalte und Ziele:** Kennenlernen des eigenen MacBooks, Erklärung der Benutzeroberfläche und der Bedienung eines Mac, Grundbegriffe wie Schreibtisch, Ordner, Speichern, ebenso die wichtigsten Funktionen des Betriebssystems (z.B. Internet-Browser, E-Mail, Verwalten von Kontakten)

**Zielgruppe:** EinsteigerInnen und UmsteigerInnen

**Mitzubringen:** eigenen Mac (ab OS X Version 10.13 High Sierra) mitbringen; komprimierte Vermittlung der Inhalte

**Mi, 4-mal ab 13.10.2021 9.00 – 12.00**

Seminarraum 11.07 21.24210  
€ 124,-  
Philipp Eggermann

**Do, 4-mal ab 3.3.2022 9.00 – 12.00**

Seminarraum 11.07 21.24225  
€ 124,-  
Philipp Eggermann

### Bildbearbeitung

#### Fotos machen und verwalten mit dem iPad/iPhone

**Inhalte und Ziele:** die Kamera-App und ihre Funktionen kennenlernen, Bilder importieren, verwalten und teilen; Bilder bearbeiten

**Zielgruppe:** Personen mit Grundkenntnissen am iPad/iPhone

**Hinweis:** eigenes Gerät mitbringen

**Di, 23.11.2021 17.30 – 21.30**

Seminarraum 08.08 21.24320  
€ 45,-  
Philipp Eggermann

**Di, 26.4.2022 9.00 – 13.00**

Seminarraum 08.08 21.24325  
€ 45,-  
Philipp Eggermann



## Kleine Meisterwerke mit iMovie

**persönliche Erinnerungen filmisch festhalten**

**Inhalte und Ziele:** unter Anleitung eines Profifotografen Fotos und Filmsequenzen kombinieren, Übergänge gestalten, mit Musik unterlegen, Überschriften bzw. Texte einfügen, Funktionen wie Zeitlupe und Zeitraffer gezielt einsetzen

**Zielgruppe:** Personen mit Erfahrung am Mac

**Hinweis:** eigenen Mac mitbringen

**Di, 2-mal ab 19.10.2021 9.00 – 12.00**

Seminarraum 08.08 21.24300  
€ 68,-  
Michael Jagsich

**Di, 2-mal ab 15.3.2022 9.00 – 12.00**

Seminarraum 09.08 21.24305  
€ 68,-  
Michael Jagsich

## Fotografieren mit dem Smartphone – mit tollen Apps zur Bearbeitung

**Inhalte und Ziele:** unter Anleitung eines Profifotografen Fotos machen; verschiedene Apps zur Bearbeitung kennenlernen, um so die Qualität der mit dem Smartphone geschossenen Fotos zu heben

**Fr, 2-mal ab 29.4.2022 9.00 – 12.00**

Seminarraum 09.08 21.24405  
€ 58,-

## Fotobuch erstellen und gestalten

**Inhalte und Ziele:** mit eigenen Fotos einfach und schnell ein eigenes Fotobuch gestalten; Downloaden der Software; Nachbearbeiten der eigenen Bilder; Einfügen eigener Texte, Farbspiele; anregende, hilfreiche Gestaltungstipps; Bestellvorgang durchführen

**Hinweis:** USB-Stick mit eigenen Fotos  
Kosten der Ausarbeitung des Fotobuches beim Lieferanten nicht inkludiert!

**Voraussetzungen:** Grundkenntnisse im Betriebssystem

**Mitzubringen:** USB-Stick mit eigenen Fotos

**Mo, 4-mal ab 28.2.2022 9.00 – 12.00**

EDV-Kursraum 09.05 21.24435  
€ 124,-  
Michael Jagsich

## Fit und sicher im Internet

**Inhalte und Ziele:** Zahlreiche Tipps, wie man kompetent und überlegt Sicherheitsrisiken und Fake News begegnet, mit „lästigen“ Cookies souverän umgeht; Manipulationen werden thematisiert und hinterfragt und Trends besprochen.

**Fr, 4.3.2022 18.00 – 21.00**

Online-Kurs 21.24145  
€ 31,-

**Mi, 20.4.2022 18.00 – 21.00**

EDV-Kursraum 09.05 21.24155  
€ 31,-

## Entdecken Sie den Wissensturm



Sie wollten schon immer wissen, was sich in den 15 Stockwerken des Wissensturms befindet.

Wir führen Sie durch VHS, LeWis und Stadtbibliothek.

**Informationen:**  
Mag.<sup>a</sup> Ilona Angerer  
ilona.angerer@mag.linz.at  
+43 732 7070 4322

## ONLINE: Einsteigerseminar: Fotobearbeitung – Gimp und andere freie Software

**Inhalte und Ziele:** Bildkorrekturen von Anfang an – Helligkeit, Kontrast, Gradationskurve, Farbkorrektur. Die richtige Bildgröße. Unterschied zwischen Druck und Web. Zweckmäßig Bildbereiche auswählen. Filter, Bildmontage mit Ebenen.

Lernmaterialien werden digital zur Verfügung gestellt

**Zielgruppe:** HobbyanwenderInnen

**Voraussetzungen:** Umgang mit mehreren geöffneten Fenstern, Umgang mit Ordnern und Dateien, Programme öffnen und Speichern von Dokumenten. Videokamera, Mikrofon und Lautsprecher und die installierte Software.

**Mo, 3-mal ab 4.10.2021** 19.00 – 21.00

Online-Kurs 21.24420  
€ 63,-  
Roland Geyer

### Kurse mit Club-Charakter

Dieses Kursangebot ermöglicht bei wöchentlich stattfindenden Terminen allen Interessierten, ihre Kenntnisse im Umgang mit elektronischen Medien zu erweitern, eigene Problemstellungen einzubringen und mit fachkundiger Hilfe auch am eigenen Gerät zu arbeiten – oder einfach neue Software auszuprobieren. Sowohl Einsteigerinnen und Einsteiger als auch schon etwas Erfahrenere sollten sich angesprochen fühlen, in lockerer Atmosphäre in die digitale Welt einzutauchen.

## Computerclub

**Inhalte und Ziele:** offenes Übungsangebot zum Austausch von Erfahrungen und Ausprobieren neuer Apps bzw. Software, Unterstützung bei Anwendungsproblemen; mehr Sicherheit im Umgang mit dem eigenen Gerät erlangen

**Hinweis:** Die Teilnahme am Computerclub berechtigt auch zur freien Nutzung des Lernzentrums LeWis im gebuchten Zeitraum.

**Di, 9-mal ab 1.2.2022** 9.30 – 12.00

EDV-Kursraum 09.05 21.24725  
€ 78,-  
Andreas Riefershofer

**Di, 9-mal ab 19.4.2022** 9.30 – 12.00

EDV-Kursraum 09.02 21.24750  
€ 78,-  
Andreas Riefershofer

# NEWS AUS DEM WISSENSTURM

Sie interessieren sich für unsere Kurse und Vorträge und möchten auf dem Laufenden bleiben?

Mit unserem Newsletter-Service informieren wir Sie über aktuelle Veranstaltungen im Wissensturm.



## GESELLSCHAFT – POLITIK

### VHS-Klubs

Die Klubs sind lockere Runden, in denen sich Menschen regelmäßig treffen und miteinander austauschen. Im Zentrum stehen dabei der Spaß und die Freude an der gemeinsamen Aktivität. Ein Einstieg ist, sofern Plätze verfügbar sind, jederzeit möglich.

### Treff „60 plus“

**Geselliges Treffen für vielseitig interessierte SeniorInnen**

**Inhalte und Ziele:** Fachvorträge mit interessanten Vortragenden im Bereich Gesundheit, Natur, Literatur, Geschichte, diverse altersrelevante Themen, diverse Reiseberichte wie Multimedia-Shows, PowerPoint-Vorträge, Diashows, Weihnachtskonzerte und Lesung; Abschlussfahrt

**Hinweis:** Terminänderungen vorbehalten. Spesenbeitrag bei zusätzlichen Programm-Veranstaltungen bzw. Exkursionen

**Mo, 9-mal, monatlich ab 4.10.2021 14.00 – 17.00**

Promenadenhof 21.12050  
€ 14,-  
FSB-A Anna Hunger

### Aktiv-Treff für SeniorInnen

Möchten Sie nicht auch manchmal einen Blick hinter die Kulissen – nicht nur des Theaters – werfen? Mit Gleichgesinnten an aktuellen Ereignissen teilnehmen? Dann machen Sie mit! In der Gemeinschaft findet man Eintritt, wo der Einzelne keine Chance hat.

**Inhalte und Ziele:** Einmal im Monat besuchen wir gemeinsam eine kulturelle Veranstaltung, einen Betrieb oder eine Institution in Linz oder in der näheren Umgebung. Die Exkursionen werden ca. 3 Std. dauern. Diverse Eintritte sind extra zu bezahlen.

**Hinweis:** Informationen über Zeit und Ort der Treffen werden zugesandt. Gegebenenfalls kann auch der Wochentag abweichen.

**Di, 8-mal, monatlich ab 12.10.2021 10.00 – 13.00**

Treffpunkte werden zugesandt 21.12060  
€ 44,-

### Graue Zellen – Bunte Vielfalt

#### Gedächtnistraining

**Inhalte und Ziele:** Förderung der Konzentration, Steigerung der Merkfähigkeit, Training der Wortfindung, Bereicherung der Formulierung, Sensibilisierung der Wahrnehmung.

**Hinweis:** Bitte ev. Lesebrille und Schreibmaterial mitbringen.

**Mo, 8-mal ab 8.11.2021 10.15 – 11.45**

Seminarraum 15.05 21.12071  
€ 72,-

**Mo, 8-mal ab 7.3.2022 10.15 – 11.45**

Seminarraum 15.05 21.12072  
€ 72,-

### Begegnung am Nachmittag im Wissensturm

#### Für SeniorInnen im Alter 60+

**Inhalte und Ziele:** Sie möchten sich mit anderen Menschen treffen, Einblick in spannende Themen bekommen und darüber reden? An diesen Nachmittagen erhalten Sie von ReferentInnen Informationen über Natur, Gesundheit, Technik, Reisen, Kultur, usw. anregend und gut verständlich aufbereitet. Außerdem haben Sie die Möglichkeit, sich in einer vertrauten gleichbleibenden Gruppe darüber auszutauschen. Nützen Sie dieses regelmäßige Angebot um ihr Gehirn mit neuen Erkenntnissen zu „füttern“, sich von Themen berühren zu lassen und Menschen zu begegnen, die wie Sie am Puls der Zeit bleiben möchten. Einstieg jederzeit möglich.

**Mi, 8-mal, 14-tägl. ab 15.9.2021 15.00 – 16.30**

Seminarraum 01.02 21.12110  
€ 15,-  
Sylvia Zellinger, Ulrich Volmer

**Mi, 8-mal, 14-tägl. ab 2.2.2022 15.00 – 16.30**

Seminarraum 01.02 21.12120  
€ 15,-  
Sylvia Zellinger, Ulrich Volmer

## GESUNDHEIT – ERNÄHRUNG – SPORT

### Sehtraining

#### Kurzurlaub für die Augen

**Inhalte und Ziele:** Wieder an natürlicher Sehstärke gewinnen und/oder eine schwächere Brille tragen? Seh- und Augentraining als ganzheitliches Konzept kann gute Erfolge bei Weitsichtigkeit, Kurz- und Alterssichtigkeit erzielen. Sichtwechsel, Perspektivenwechsel, Dinge hinterfragen etc. sind Begriffe, die im ganzheitlichen Seh- und Augentraining verschiedenste Wege zu mehr Durchsicht eröffnen können. Anregungen aus Sport, Ernährung und Lebensgestaltung

**Zielgruppe:** Workshop für alle Interessierten

**Hinweis:** 1 Std. Mittagspause wird im Kurs vereinbart. Förderbar durch AK-Bildungsbonus!

**Mitzubringen:** Schreibutensilien

**Sa, 13.11.2021** **9.00 – 16.30**

Seminarraum 07.05 21.31040

€ 68,-

Markus Pammer



## KursleiterInnen gesucht!

Sie haben eine innovative Idee  
für ein neues Kursangebot?  
Wir freuen uns auf Sie!

Bewerbungen unter  
[vhs@mag.linz.at](mailto:vhs@mag.linz.at) oder bei  
den zuständigen Fachreferaten.



### Herausforderungen in der häuslichen Pflege

**Inhalte und Ziele:** Wir geben Ihnen hilfreiche Tipps im Umgang mit Ihren zu pflegenden Angehörigen (Umgang mit Demenz, häusliche Barrieren, Alltagsgestaltung etc.). Wir setzen gleichzeitig ein Augenmerk auf Ihre eigenen Bedürfnisse und stellen Ihnen Organisationen vor, welche Ihnen Unterstützung bieten können.

**Zielgruppe:** Menschen mit zu pflegenden Angehörigen

**Mo, 21.3.2022** **17.00 – 19.00**

Seminarraum 07.05 21.31065

€ 11,-

Melanie Antensteiner

### Alzheimer – Demenz

#### Vorbeugen ab dem mittleren Alter

**Inhalte und Ziele:** Zahlreiche Studien zur Alzheimer-Erkrankung belegen, dass entsprechende Faktoren im Lebensstil ab dem mittleren Alter dazu beitragen können, in eine Alzheimer-Risikogruppe zu kommen oder nicht. Vorbeugung, teilweise mit einfachen Mitteln, zeigt ihre Wirkung.

**Zielgruppe:** alle Interessierten, Fachpersonal

**Mitzubringen:** Schreibutensilien

**Do, 21.10.2021** **18.00 – 20.30**

Seminarraum 15.04 21.31070

€ 14,-

Dr.<sup>in</sup> Renate Birgmayr

**Do, 19.5.2022** **18.00 – 20.30**

Seminarraum 15.04 21.31075

€ 14,-

Dr.<sup>in</sup> Renate Birgmayr

### Balance – Gleichgewichtsschule und Sturzprävention

**Inhalte und Ziele:** Nach dem Aufwärmen mit Schwerpunkt Koordination werden gezielte Gleichgewichtsübungen spielerisch ausgeführt. Durch Kombination verschiedener Bewegungen reizen wir unsere sensorischen Systeme und stärken damit unseren Gleichgewichtssinn und unseren Körper.

**Zielgruppe:** alle Interessierten ab 60 Jahren, auch Personen mit leichter Körpereinschränkung

**Mitzubringen:** bequeme Kleidung, Hallenschuhe und Socken

<b>Sa, 13.11.2021</b>	<b>10.00 – 12.30</b>
Gymnastik 13.06	21.31110
€ 14,-	
Mag. <sup>a</sup> Albena Kotzeva	

<b>Sa, 29.1.2022</b>	<b>10.00 – 12.30</b>
Gymnastik 13.06	21.31112
€ 14,-	
Mag. <sup>a</sup> Albena Kotzeva	

## Hausmittel und Heilpflanzen

**Inhalte und Ziele:** Ein Streifzug durch wichtige homöopathische Arzneien für die ganze Familie, wohltuende Wickel, Heilpflanzen für die Hausapotheke und Tipps aus Akupressur und Strömen.

**Mitzubringen:** Papier zum Zeichnen, Buntstifte

<b>Mi, 6.4.2022</b>	<b>17.15 – 19.00</b>
Seminarraum 01.02	21.31095
€ 30,-	
Dr. <sup>in</sup> Maria Johanna Schandl	

## SelbA

### Selbstständig im Alter

**Inhalte und Ziele:** Selbstständigkeit hängt von Faktoren wie Gedächtnisleistung, geistiger Fitness, seelischem und körperlichem Wohlbefinden ab. Genau an dieser Stelle setzt das ganzheitliche Trainingsprogramm „SelbA – Selbstständig im Alter“ an. Im geselligen Miteinander wird gerätselt, erzählt, erinnert und bewegt. Auf humorvolle und unterhaltsame Weise werden dabei die verschiedensten Themen angesprochen. Es wird gespielt, getanzt (auch im Sitzen) und viel gelacht. Neue Freundschaften werden geschlossen.

Das Trainingsprogramm ist abwechslungsreich und zielt auf die Steigerung der geistigen und körperlichen Beweglichkeit ab.

**Methoden:** Wir trainieren in der Gruppe in lockerer und entspannter Atmosphäre. Wer möchte, bekommt Übungsmaterial für zu Hause zur Verfügung gestellt: 10 Minuten Training am Tag genügen!

**Zielgruppe:** Menschen, die im Alter geistig und körperlich fit bleiben und Spaß haben möchten.

**Hinweis:** Kurs findet 14-tägl. statt (Kopierkosten im Kurs)

**Mitzubringen:** Schreibutensilien, eine Ringmappe und viel gute Laune!

<b>Mi, 8-mal, 14-tägl. ab 2.3.2022</b>	<b>10.00 – 11.30</b>
Seminarraum 10.02	21.31105
€ 82,-	
Dipl.-Päd. <sup>in</sup> Rina Roider-Lommers	

## Yoga 50+

**Inhalte und Ziele:** Geeignet für Menschen im sogenannten dritten, „goldenen“ Lebensabschnitt – Körper und Geist profitieren gleichermaßen von einem achtsamen, bewussten und gesunden Lebenswandel, wie etwa sanftes und dabei energetisch intensives Yoga, Körper- und Entspannungsübungen, Koordination, Kraft und Beweglichkeit.

**Zielgruppe:** Frauen und Männer ab der Lebensmitte, keine Yogavorkenntnisse erforderlich

**Mitzubringen:** bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, Decke, Handtuch als Unterlage für die Matte bzw. eigene Yogamatte

<b>Di, 12-mal ab 11.1.2022</b>	<b>9.00 – 10.30</b>
Gymnastik 14.03	21.32296
€ 140,-	
Miriam Wenzel	

<b>Di, 10-mal ab 19.4.2022</b>	<b>9.00 – 10.30</b>
Gymnastik 14.03	21.32297
€ 116,-	
Miriam Wenzel	



## Gesunde Füße – starke Knie

„Fußschule“ – Schritt für Schritt nach spiraldynamischem Konzept

**Inhalte und Ziele:** Durch aktives Training können die Gewölbe der Füße wiederaufgebaut werden, durch Massage wird die Beweglichkeit verbessert, Fußbeschwerden können gelindert oder sogar „weggegangen“ werden.

**Methoden:** Training nach spiraldynamischem Konzept sowie Faszienarbeit

**Zielgruppe:** alle Interessierten, keinerlei Vorkenntnisse notwendig

**Mitzubringen:** bequeme Trainingskleidung samt Jacke, Socken, großes Handtuch

**Sa, 6.11.2021** **10.00 – 17.00**

Gymnastik 13.04 21.33085  
€ 89,-  
Marianne Molan

**Sa, 5.2.2022** **10.00 – 17.00**

Gymnastik 13.04 21.33086  
€ 89,-  
Marianne Molan

## Ismakogie

**Bewegungslehre nach Prof. Anne Seidel**

**Inhalte und Ziele:** Tastsinn, Einfühlungsvermögen und Mitdenken machen bei jeder Übung bewusst, WAS WO WIE im Körper geschieht, wenn sich Muskelketten in Bewegung setzen. Gegen Fehlhaltungen und die Folgen von Bewegungsarmut.

**Methoden:** gemeinsames Üben, Beckenbodengymnastik, Gymnastik im Sesselkreis

**Zielgruppe:** alle Interessierten, vor allem auch ältere Menschen, keine Vorkenntnisse nötig

**Mitzubringen:** lange Hose, Wollsocken

**Di, 8-mal ab 3.5.2022** **15.00 – 16.00**

Gymnastik 14.03 21.33115  
€ 51,-  
Erna Steindl

## Bodyfit 50+

**Inhalte und Ziele:** Dieses Ganzkörpertraining für mehr Fitness und Beweglichkeit beginnt mit einem Warm-up, dem ein intensiver Übungsteil zur Kräftigung und Dehnung aller Muskelgruppen folgt. Koordinations- und Beweglichkeitsübungen ergänzen das Programm und ein Entspannungsteil rundet die Einheit ab.

**Zielgruppe:** Fitness Level 1 – Basis (Frauen und Männer 50+)

**Mitzubringen:** eigene Turnmaterialien wie z.B. Matte, Hanteln, Bälle, Therabänder, Handtuch und Trinkflasche

**Mi, 25-mal ab 6.10.2021** **17.30 – 18.30**

Diesterwegschule; Gymnastiksaal 21.35105  
€ 111,-  
Roswitha Jahn

## Wirbelsäule und Wohlbefinden

**Inhalte und Ziele:** Bewegung zu rhythmischer Musik für Koordination und Kreislauf. Mobilisierungs-, Kräftigungs- und Dehnübungen mit klassischen Methoden. Entspannungsübungen beenden jede Einheit.

**Zielgruppe:** Fitness Level 1 – Basis 50+

**Mitzubringen:** bequeme Trainingskleidung, Handtuch als Unterlage für die Matte, Gymnastikschuhe

## KursleiterInnen gesucht!

Sie haben eine innovative Idee  
für ein neues Kursangebot?  
Wir freuen uns auf Sie!

Bewerbungen unter  
[vhs@mag.linz.at](mailto:vhs@mag.linz.at) oder bei  
den zuständigen Fachreferaten.



**Do, 26-mal ab 7.10.2021** **8.30 – 20.00**

Akademisches Gymnasium; Turnsaal/Erdgeschoss 21.35280  
€ 159,-  
Mag.<sup>a</sup> Albeno Kotzeva

## Bewegung mit den Meridianen

### TCM-Gesundheitsgymnastik

**Inhalte und Ziele:** Diese Form der Gymnastik nach dem Wissen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) fördert den Energiefluss durch die Bewegung aller Gelenke, stärkt den gesamten Bewegungs- und Stützapparat, verbessert die Haltung und Beweglichkeit, beruhigt gleichzeitig den Geist und fördert die Konzentration.

**Zielgruppe:** Fitness Level 1 – 2

**Mitzubringen:** Handtuch als Unterlage für die Matte

**Do, 11-mal ab 24.3.2022** **9.00 – 10.00**

Entspannungsraum 14.02 21.35322  
€ 75,-  
Ulrike Neumüller

## Bewegung ist das halbe Leben

**Inhalte und Ziele:** Aufwärmprogramm, leichtes Bewegen zu Musik, anschließend einfache, dem Alter entsprechende Kräftigungs- und Mobilisationsübungen für sämtliche Muskelpartien; Körperspannung, Haltungskorrektur, Beckenbodentraining und Übungen zur Osteoporoseprävention. Dehnungsübungen beenden die Stunde.

**Zielgruppe:** Fitness Level 1 – Basis (Frauen und Männer in der 2. Lebenshälfte 60+)

**Mitzubringen:** bequeme Kleidung, rutschfeste Gymnastikschuhe, Handtuch als Unterlage für die Matte

**Mi, 15-mal ab 12.1.2022** **9.00 – 10.00**

Gymnastik 13.04 21.35640  
€ 67,-  
Karin Sommer



Find us on facebook

[www.fb.com/wissensturm](http://www.fb.com/wissensturm)



## Schwimmen für Anfängerinnen

### For Women only

Das Frauenbüro der Stadt Linz in Kooperation mit der VHS Linz

**Inhalte und Ziele:** Im Vordergrund der Aktivität stehen Spaß und Freude an der Bewegung im Wasser. Wir bieten für Linzerinnen sechs Schwimmkurs-Termine an Samstagen mit professioneller Betreuung an. Die Kurse werden von erfahrenen Trainerinnen durchgeführt, die bei der Wassergewöhnung und dem Erlernen der richtigen Technik unterstützen und dazu motivieren, die Angst vor dem Wasser zu verlieren (45 Min. sind reine Schwimmzeit). Anmeldung unbedingt erforderlich!

**Zielgruppe:** Linzerinnen ab 15 Jahren, Anfängerinnen

**Hinweis:** Hallenbad der Pädagogischen Hochschule der Diözese, Salesianumweg 3 statt. Anfahrt LINZ LINIE 27 Fahrtrichtung Chemie, Haltestelle Salesianumweg. tatsächliche Trainingszeit 45 Min.

**Mitzubringen:** Badeanzug, Bikini oder Burkini (keine Baumwolle, keine Straßenbekleidung!), Badetuch, Badeschuhe, Duschutensilien

**Sa, 6-mal ab 2.4.2022** **10.30 – 11.30**

Pädagogische Hochschule der Diözese 21.36010  
€ 60,-  
1.Linzer Schwimmschule

**Sa, 6-mal ab 2.4.2022** **11.30 – 12.30**

Pädagogische Hochschule der Diözese 21.36015  
€ 60,-  
1.Linzer Schwimmschule

**Sa, 6-mal ab 2.4.2022** **12.30 – 13.30**

Pädagogische Hochschule der Diözese 21.36020  
€ 60,-  
1.Linzer Schwimmschule

## Schwimmen für Leicht Fortgeschrittene

### For Women only

Das Frauenbüro der Stadt Linz in Kooperation mit der VHS Linz

**Inhalte und Ziele:** Im Vordergrund der Aktivität stehen Spaß und Freude an der Bewegung im Wasser. Wir bieten für Linzerinnen sechs Schwimmkurs-Termine an Samstagen mit professioneller Betreuung an. Die Kurse werden von erfahrenen Trainerinnen durchgeführt, die bei der Wassergewöh-

nung und dem Erlernen der richtigen Technik unterstützen und dazu motivieren, die Angst vor dem Wasser zu verlieren. Dieser Kurs findet im tiefen Becken statt (Gesicht taucht unter Wasser, 45 Min. sind reine Schwimmzeit). Anmeldung unbedingt erforderlich!

**Zielgruppe:** Linzerinnen ab 15 Jahren, Leicht Fortgeschrittene, die schon ein paar Tempos beherrschen

**Hinweis:** Hallenbad der Pädagogischen Hochschule der Diözese, Salesianumweg 3 statt. Anfahrt LINZ LINIE 27 Fahrtrichtung Chemie, Haltestelle Salesianumweg. tatsächliche Trainingszeit 45 Min.

**Mitzubringen:** Badeanzug, Bikini oder Burkini (keine Baumwolle, keine Straßenbekleidung!), Badetuch, Badeschuhe, Duschutensilien

**Sa, 6-mal ab 2.4.2022 10.30 – 11.30**  
Pädagogische Hochschule der Diözese 21.36035  
€ 60,-  
1.Linzer Schwimmschule

**Sa, 6-mal ab 2.4.2022 11.30 – 12.30**  
Pädagogische Hochschule der Diözese 21.36040  
€ 60,-  
1.Linzer Schwimmschule

**Sa, 6-mal ab 2.4.2022 12.30 – 13.30**  
Pädagogische Hochschule der Diözese 21.36045  
€ 60,-  
1.Linzer Schwimmschule

## GRUNDBILDUNG – QUALIFIZIERUNG – LERNEN

### Pension – Ruhestand ist nicht Stillstand!

**Inhalte und Ziele:** Pensionierung bedeutet einen Übergang in eine neue Lebensphase und bringt meistens einschneidende Veränderungen mit sich. Ein Übergang, der mit Wünschen, Vorstellungen und Hoffnungen verbunden ist. Allerdings entstehen vereinzelt auch Ängste und Unsicherheiten, sodass dieser Lebensabschnitt oftmals nicht leicht zu bewältigen ist. Im Seminar beschäftigen wir uns mit der Zeit nach dem aktiven Erwerbsleben, dem eigenen Lebensstil, der Gestaltung der künftigen Lebensphase, neuen Zielen und Chancen für die Zukunft

**Methoden:** kurze theoretische Inputs; Gruppenarbeiten; Erfahrungsaustausch; sichtbar und bewusst machen von eigenen Talenten und Fähigkeiten; praktische Hilfestellungen für das Erreichen neuer Ziele (Stichwort „Change-Management“)

**Zielgruppe:** Berufstätige, deren Pensionsstichtag nicht länger als 3 Jahre in der Zukunft liegt

**Mi, 2-mal ab 10.11.2021 17.30 – 20.00**  
Seminarraum 08.08 21.56000  
€ 47,-  
Dr. Oskar Slezak

**Sa, 5.3.2022 9.00 – 14.00**  
Seminarraum 08.08 21.56005  
€ 47,-  
Dr. Oskar Slezak

## KULTUR – KREATIVITÄT

### Kunstgeschichte(n)

**Inhalte und Ziele:** Die Vortragsreihe beschäftigt sich mit ausgewählten Themen der Kunst. Exemplarisch werden interessante und aktuelle Aspekte der Kunstgeschichte und der zeitgenössischen Kunst dargestellt. Bezüge zu aktuellen Ausstellungen und Fragestellungen finden sich ebenso wie Methoden einer vertiefenden Kunstbetrachtung und Überlegungen zu einem sich stets wandelnden Kunstbegriff. „Kunstgeschichten“ laden zu einer abwechslungsreichen Auseinandersetzung mit faszinierenden Werken der Bildenden Kunst ein.

**Di, 5-mal, 14-tägl. ab 9.11.2021 18.00 – 19.30**  
Seminarraum 15.04 21.61004  
€ 39,-  
Mag.<sup>a</sup> Maria Meusburger-Schäfer

### Seitenweise Erinnerungen

**So schreiben Sie Ihre eigene Biografie**

**Inhalte und Ziele:** Möchten Sie Ihre eigene Lebensgeschichte aufschreiben, um sie für spätere Generationen zu bewahren? Jedes noch so große Projekt beginnt mit dem ersten Schritt – und vielleicht genau hier! Mit den Methoden des



biografischen Schreibens wecken wir die Erinnerungen. Es geht ums Schreiben, die Struktur und die Gestaltung Ihres ganz persönlichen Lebensbuchs. Vorkenntnisse sind keine nötig – Sie sind die SchatzmeisterInnen Ihrer Erinnerung.

**Di, 6-mal, 14-tägl. ab 9.11.2021 9.00 – 12.00**

Seminarraum 15.06 21.61710  
 € 139,-  
 Mag.<sup>a</sup> Claudia Riedler-Bittermann

## Fotoschule

**Inhalte und Ziele:** Vermittlung von technischen, handwerklichen und gestalterischen Kenntnissen zur Realisierung eigener Bildideen. Kameraeinstellungen, Objektive, Bildgestaltung, Nachbearbeitung, spezielle Fototechniken in Theorie und Praxis.

In Zusammenarbeit mit dem APSK Linz [www.apsk.at](http://www.apsk.at)

**Methoden:** Theorieunterricht plus eintägige Wochenend-Exkursion

**Mitzubringen:** Systemkamera (Spiegelreflex oder spiegellose Kamera), Objektiv(e), fotografische Grundkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht Voraussetzung.

**Mo, 8-mal ab 8.11.2021 plus Exkursion 18.30 – 20.30**

Seminarraum 15.02 21.67025  
 € 117,-  
 Johann Kühnl

## Schmuckgestaltung – Schnuppertag

**Inhalte und Ziele:** Kennenlernen des Arbeitens mit Metall (Silber, Messing), der verschiedenen Techniken (Sägen, Feilen, Biegen und Lötten), Erarbeiten eines ersten Werkstücks nach eigenem Entwurf

**Zielgruppe:** keine Vorkenntnisse nötig

**Hinweis:** Materialkosten (ab ca. € 15,-) sind in der Kursgebühr nicht enthalten.

**Mitzubringen:** Schreibutensilien, Papier, Zigarettenspitz, event. vorhandenes Material

**Sa, 6.11.2021 9.00 – 17.00**

1/2 Std. Mittagspause Kreativwerkstatt 12.08 21.69100  
 € 75,-  
 Lydia Buchegger

## SPRACHEN

### Italienisch ganz gemütlich A1

**Inhalte und Ziele:** Niveau A1/1

**Zielgruppe:** Personen, die stressfrei lernen möchten, SeniorInnen

**Lehrwerk:** Passo dopo passo (Hueber Verlag), ab Lektion 1

**Mitzubringen:** im Kurs besprochene Unterlagen, Lehrbuch, Kostenbeitrag für Kopien

**Mi, 26-mal ab 3.11.2021 8.30 – 10.00**

Seminarraum 07.08 21.73085  
 € 180,-  
 Mag.<sup>a</sup> Anna Carrese



### Italienisch für SeniorInnen A2+

**Inhalte und Ziele:** Vertiefung und Festigung von Lernniveau A2

**Lehrwerk:** Con piacere nuovo A2 (Klett Verlag), ausgewählte Lektionen

**Mitzubringen:** im Kurs besprochene Unterlagen, Lehrbuch, Kostenbeitrag für Kopien

**Mo, 26-mal ab 4.10.2021 10.15 – 11.45**

Seminarraum 07.05 21.73240  
 € 180,-  
 Mag.<sup>a</sup> Anna Carrese

### Italienisch für SeniorInnen A2 Kleingruppe

**Inhalte und Ziele:** Niveau A2/1

**Lehrwerk:** Passo dopo passo A2 (Hueber Verlag), ab Lektion 3

**Mitzubringen:** im Kurs besprochene Unterlagen, Lehrbuch, Kostenbeitrag für Kopien

**Do, 20-mal ab 21.10.2021 14.00 – 15.30**

Seminarraum 07.08 21.73245  
 € 231,-  
 Helene Hofmann

## NATUR

### Herbstwandern Linz und Land

Fünf Wanderungen im Herbst 2021 laden ein, die Zeit nach getaner Arbeit für Entspannung und Sport zu nutzen! Wir streifen auf einsamen Pfaden durch Auwälder und Berglandschaften und lernen die unglaublich vielfältige Natur und Kultur rund um Linz kennen. Die Touren sind jeweils rund 8 km lang, bewältigen max. 230 Hm und dauern 2 – 3 Stunden. Bei Interesse ist der gemeinsame Besuch eines Ausflugsghasthofes möglich.

### Herbstwandern – Urfahr erkunden

**Strecke:** Harbach, Diesenleiten-, Höllmühl- und Schießstättenbach, Waldschenke – 8 km, ca. 150 Hm, bergig 3

**Treffpunkt:** Spaka OÖ, 4040 Linz, Leonfeldner Str. 97, Ende: ebenda

**Hinweis:** festes Schuhwerk und dem Wetter entsprechende Kleidung empfohlen; wetterbedingte Absage des Kurses möglich, daher Anmeldung unbedingt erforderlich!

**Fr, 8.10.2021** 15.00 – 18.00

Sonstige Veranstaltungsorte 21.22115  
€ 13,-  
DI<sup>in</sup> Kathrin Silbermann

### Herbstwandern – Linzer „Berge“ und Parks

**Strecke:** Frosch-, Frein- und Römerberg, Linzer Parkvielfalt – 8,5 km, ca. 130 Hm, bergig

**Treffpunkt:** Ziegeleipark/gegenüber Aufgang Bergschlösslpark, Ende: ebenda

**Hinweis:** festes Schuhwerk und dem Wetter entsprechende Kleidung empfohlen; wetterbedingte Absage des Kurses möglich, daher Anmeldung unbedingt erforderlich!

**Fr, 15.10.2021** 15.00 – 18.00

Sonstige Veranstaltungsorte 21.22120  
€ 13,-  
DI<sup>in</sup> Kathrin Silbermann

### Führung am Bauernberg

Der Bauernberg, einer der schönsten Jugendstilparks in Österreich, ist zu jeder Jahreszeit einen Rundgang wert.

**Treffpunkt:** Eingang Botanischer Garten, Roseggerstraße 20  
Kartenverkauf vor Ort – Voranmeldung in der VHS Linz erwünscht!

**Fr, 10.6.2022** 15.00 – 17.00

Bauernberg Park 21.22130  
Einzelkarten: € 7,-/ € 3,50 (ermäßigt)  
DI<sup>in</sup> Barbara Veitl

### Führung durch den Bergschlössl- und Ziegeleipark

Das Bergschlössl feiert heuer sein 300-Jahr-Jubiläum mit einer Ausstellung im Botanischen Garten und im Nordico. Es wurde 1718 erbaut und nach einer Verfallsperiode in den 1980er Jahren von der Stadt gekauft und vorbildlich wiederhergestellt. Der Park war um 1780 der erste Botanische Garten von Linz und über seine Grenzen weit bekannt. Heute ist im Schlössl die LIMAK untergebracht und der Park ist ein idyllisches grünes Paradies nahe der Stadt. Der angrenzende Ziegeleipark wurde 1972 errichtet, auch er ist eine grüne Oase mit artenreichem Gehölzbestand.

**Treffpunkt:** Eingang Bergschlösslgasse 1

**Hinweis:** Parallel dazu ist die Ausstellung „300 Jahre Bergschlössl“ im Botanischen Garten

Kartenverkauf vor Ort – Voranmeldung in der VHS Linz erwünscht!

**Fr, 13.5.2022** 15.00 – 17.00

Eingang Bergschlösslgasse 1 21.22135  
Einzelkarten: € 7,-/ € 3,50 (ermäßigt)  
DI<sup>in</sup> Barbara Veitl

### Führung durch die Stadtgärtnerei und Baumschule

Bei dieser Führung lernt man den Betrieb der Stadtgärtnerei und der Baumschule kennen. Man erfährt, was alles an Pflanzen für das grüne Linz herangezogen wird. Die Stadtgärten Linz sind das zweitgrößte Gartenamt Österreichs (nach Wien). Frühlingsblumen, Sommerblumen in 60 Sor-

ten, Herbst- und Winterblumen, Stauden, Sträucher und eine große Baumvielfalt werden am Bancalariweg kultiviert.

**Treffpunkt:** Thurnermeisterhof, Bancalariweg 41

Kartenverkauf vor Ort – Voranmeldung in der VHS Linz erwünscht!

**Mi, 6.10.2021** 15.00 – 17.00

Thurnermeisterhof, Bancalariweg 41 21.22140  
Einzelkarten: € 7,-/ € 3,50 (ermäßigt)  
DJ<sup>in</sup> Barbara Veitl

**Mi, 20.4.2022** 15.00 – 17.00

Thurnermeisterhof, Bancalariweg 41 21.22145  
Einzelkarten: € 7,-/ € 3,50 (ermäßigt)  
DJ<sup>in</sup> Barbara Veitl

## Botanische Spezialführung im Linzer Arboretum

Das Arboretum lädt zum Besuch ein. Die vielen verschiedenen Bäume, die hier gepflegt werden, hüllen sich in ihr Frühlingskleid. Tipps gibt es auch für die Anpflanzung von Bäumen in größeren oder kleineren Gärten.

**Treffpunkt:** Sternwarteweg 5

Kartenverkauf vor Ort – Voranmeldung in der VHS Linz erwünscht!

**Fr, 6.5.2022** 15.00 – 17.00

Linzer Sternwarte 21.22160  
Einzelkarten: € 7,-/ € 3,50 (ermäßigt)  
Dlin Barbara Veitl

## Führung durch den Donaupark

**Inhalte und Ziele:** Der Donaupark wurde anlässlich der Errichtung des Brucknerhauses 1973/74 neu gestaltet. Er beinhaltet einen vielfältigen, interessanten Baumbestand und schöne Blumenrabatte. Man spaziert entlang der Donau und genießt sehenswerte Ausblicke auf die Stadt, das Schloss und den Pöstlingberg. Lentos und Brucknerhaus, aber auch AEC in Urfahr sind markante Gebäude. 2015 wurde die „Sandburg“, die erste Linzer Strandbar, errichtet. Der Donaupark ist als Treffpunkt der Jugend weit bekannt.

**Treffpunkt:** Haupteingang Brucknerhaus

Kartenverkauf vor Ort – Voranmeldung in der VHS Linz erwünscht!

**Mi, 1.6.2022** 15.00 – 17.00

Haupteingang Brucknerhaus 21.22165  
Einzelkarten: € 7,-/ € 3,50 (ermäßigt)  
DJ<sup>in</sup> Barbara Veitl

## Parkführung am Freinberg

Der Freinberg gehört zu den großen Erholungsgebieten der Stadt. Dieser altgewohnte, lieb gewordene Park wurde neugestaltet, um modernen Anforderungen zu entsprechen.

**Treffpunkt:** Jägermayrhof

Kartenverkauf vor Ort – Voranmeldung in der VHS Linz erwünscht!

**Fr, 15.7.2022** 15.00 – 17.00

Bildungshaus Jägermayrhof 21.22170  
Einzelkarten: € 7,-/ € 3,50 (ermäßigt)  
DJ<sup>in</sup> Barbara Veitl

## Entdecken Sie den Wissensturm



Sie wollten schon immer wissen, was sich in den 15 Stockwerken des Wissensturms befindet.

Wir führen Sie durch VHS, LeWis und Stadtbibliothek.

**Informationen:**

Mag.<sup>a</sup> Ilona Angerer  
ilona.angerer@mag.linz.at  
+43 732 7070 4322

# VHS bei Ihnen zu Hause

Von zu Hause aus bequem und ortsunabhängig am VHS Kurs teilnehmen oder einem Vortrag zuhören?

Unter [www.vhs.linz.at](http://www.vhs.linz.at) finden Sie das aktuelle Online-Angebot der Volkshochschule Linz!

