

## Programminfo

Januar bis Februar 2020

### VHS Strausberg

**15.01.2020** 17:00 Uhr Vorsorgevollmacht, Patienten- und Betreuungsverfügung  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C15.31\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C15.31_SRB)

**16.01.2020** 16:00 Uhr Grundkurs Häkeln  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C2D.61\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C2D.61_SRB)

**18.01.2020** 10:00 Uhr Schreibwerkstatt: Biografisches Schreiben  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C21.31\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C21.31_SRB)

**24.01.2020** 17:00 Uhr Kochkurs - Partykracher und Fingerfood  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C35.61\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C35.61_SRB)

**27.01.2020** 16:45 Uhr Englisch Startstufe A1.3  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.03\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.03_SRB)

**27.01.2020** 18:30 Uhr Englisch Grundstufe A2.3  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.26\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.26_SRB)

**29.01.2020** 17:00 Uhr Norwegisch Konversation B2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4F.02\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4F.02_SRB)

**30.01.2020** 18:30 Uhr Englisch Startstufe B1.2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.04\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.04_SRB)

**30.01.2020** 16:45 Uhr Englisch Startstufe A2.2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.08\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.08_SRB)

**06.02.2020** 19:00 Uhr Gesundheitsforum: Richtig essen für Herz und Kreislauf  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C36.E1\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C36.E1_SRB)

**10.02.2020** 09:30 Uhr Englisch Grundstufe B1.2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.32\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.32_SRB)

**11.02.2020** 18:00 Uhr Einführung in die gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C15.21\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C15.21_SRB)

**11.02.2020** 18:00 Uhr Smalltalk - Die sieben Brücken zur Kunst des kleinen Gesprächs  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C1B.41\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C1B.41_SRB)

- 11.02.2020** 18:45 Uhr Orientalischer Tanz - Katwet Sanar  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C25.11\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C25.11_SRB)
- 11.02.2020** 10:00 Uhr Englisch Startstufe A1.3  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.10\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.10_SRB)
- 11.02.2020** 19:30 Uhr Englisch Konversation B2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.16\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.16_SRB)
- 11.02.2020** 16:00 Uhr Französisch für Anfänger Startstufe A1.1  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.07\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.07_SRB)
- 11.02.2020** 18:00 Uhr Französisch Konversation B2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.08\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.08_SRB)
- 11.02.2020** 13:30 Uhr Der Computer in meiner Hosentasche I (Android Smartphone/ Tablet)  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C51.K1\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C51.K1_SRB)
- 12.02.2020** 15:00 Uhr Grundtechniken des Häkelns  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C29.61\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C29.61_SRB)
- 12.02.2020** 17:15 Uhr Englisch Startstufe A1.3  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.28\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.28_SRB)
- 12.02.2020** 09:30 Uhr Französisch Grundstufe A2.4  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.02\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.02_SRB)
- 12.02.2020** 17:00 Uhr Polnisch Startstufe A1.3  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4H.03\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4H.03_SRB)
- 12.02.2020** 17:15 Uhr In Planung: Schwedisch Startstufe A1.2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4K.05\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4K.05_SRB)
- 12.02.2020** 17:45 Uhr Spanisch Startstufe A2  
<http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4M.04ASRB>
- 12.02.2020** 16:00 Uhr Spanisch Startstufe A1.1 Anfänger  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4M.13\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4M.13_SRB)
- 12.02.2020** 09:00 Uhr Der Computer in meiner Hosentasche II (iPhone/iPad von Apple)  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C51.K2\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C51.K2_SRB)
- 12.02.2020** 09:00 Uhr Antidiskriminierung, Selbstreflexion  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C58.01\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C58.01_SRB)
- 13.02.2020** 18:00 Uhr Französisch für Anfänger Startstufe A1.1  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.05\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.05_SRB)

- 13.02.2020** 16:00 Uhr Französisch Startstufe A2.1  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.09\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.09_SRB)
- 13.02.2020** 17:30 Uhr Italienisch Mittelstufe B1.2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C49.03\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C49.03_SRB)
- 13.02.2020** 17:00 Uhr Norwegisch Startstufe A1.2 - Anfänger  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4F.05\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4F.05_SRB)
- 13.02.2020** 15:10 Uhr Spanisch Startstufe A1.1 Anfänger  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4M.11\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4M.11_SRB)
- 13.02.2020** 17:00 Uhr Spanisch Startstufe A1.2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4M.12\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4M.12_SRB)
- 17.02.2020** 18:00 Uhr Englisch für Anfänger Startstufe A1.1  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.05\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.05_SRB)
- 17.02.2020** 17:00 Uhr Englisch Startstufe A1.2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.11\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.11_SRB)
- 17.02.2020** 18:30 Uhr Englisch Grundstufe A2.4  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.21\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.21_SRB)
- 17.02.2020** 11:00 Uhr Englisch Grundstufe B1.2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.33\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.33_SRB)
- 18.02.2020** 18:00 Uhr Elternschaft gestern und heute, wenn aus Eltern Großeltern werden  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C15.23\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C15.23_SRB)
- 18.02.2020** 17:45 Uhr Verbale Selbstverteidigung - Sprachlosigkeit locker überwinden  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C1B.51\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C1B.51_SRB)
- 18.02.2020** 09:30 Uhr Französisch Startstufe A2.1  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.03\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.03_SRB)
- 18.02.2020** 17:00 Uhr Einsatz digitaler Zertifikate  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C51.P1\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C51.P1_SRB)
- 19.02.2020** 17:30 Uhr Englisch Grundstufe A2.4  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.15\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.15_SRB)
- 19.02.2020** 18:00 Uhr Spanisch Startstufe A1.4  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4M.08\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4M.08_SRB)
- 19.02.2020** 16:00 Uhr Erste-Hilfe am Kind  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C58.I1\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C58.I1_SRB)

**21.02.2020** 14:45 Uhr Entspannt ins Wochenende: Hatha-Yoga für den Einstieg  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.I4\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.I4_SRB)

**22.02.2020** 10:00 Uhr Familienforschung - Auf der Spur der Vorfahren  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C10.A1\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C10.A1_SRB)

**24.02.2020** 20:00 Uhr in Planung: Französisch Startstufe A1.4  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.04\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C48.04_SRB)

**28.02.2020** 17:00 Uhr Kochkurs - Grundlagen des Kochens  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C35.81\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C35.81_SRB)

**29.02.2020** 10:00 Uhr Altdeutsche Schrift / Sütterlin  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C10.B1\\_SRB](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C10.B1_SRB)

## VHS Seelow

**03.02.2020** 16:00 Uhr Der Computer in meiner Hosentasche II (Android Smartphone/ Tablet)  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C51.K2\\_SEE](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C51.K2_SEE)

**03.02.2020** 09:00 Uhr Erste-Hilfe am Kind  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C58.I1\\_SEE](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C58.I1_SEE)

**06.02.2020** 09:00 Uhr Der Computer in meiner Hosentasche II (Android Smartphone/ Tablet)  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C51.K1\\_SEE](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C51.K1_SEE)

**13.02.2020** 18:00 Uhr Taiji  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.81\\_SEE](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.81_SEE)

**13.02.2020** 16:00 Uhr Qigong  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.L1\\_SEE](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.L1_SEE)

**13.02.2020** 18:00 Uhr Polnisch Startstufe A1.1 - Anfänger  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4H.01\\_SEE](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4H.01_SEE)

**13.02.2020** 18:00 Uhr Stimm- und Sprechtraining für Vielsprecher/innen  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C58.11\\_SEE](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C58.11_SEE)

**15.02.2020** 09:00 Uhr Fachgerechter Obstbaumschnitt  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C1A.21\\_SEE](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C1A.21_SEE)

**26.02.2020** 17:00 Uhr Letzte Hilfe Kurs  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C15.C1\\_SEE](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C15.C1_SEE)

**27.02.2020** 17:30 Uhr Vorsorgevollmacht, Patienten- und Betreuungsverfügung  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C15.31\\_SEE](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C15.31_SEE)

## **VHS Bad Freienwalde**

**08.01.2020** 18:30 Uhr Vom Sportmuffel zum Smovey® -Fan  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C32.21\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C32.21_FRW)

**16.01.2020** 18:00 Uhr Englisch Startstufe A1.3  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.10\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.10_FRW)

**22.01.2020** 16:15 Uhr Vom Sportmuffel zum Smovey® -Fan für Einsteiger  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C32.22\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C32.22_FRW)

**22.01.2020** 17:00 Uhr Brote selber backen  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C35.71\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C35.71_FRW)

**29.01.2020** 17:00 Uhr "Besser essen" auf vegetarische Art  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C35.01\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C35.01_FRW)

**06.02.2020** 13:30 Uhr Der Computer in meiner Hosentasche II (Android Smartphone/Tablet)  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C51.K5\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C51.K5_FRW)

**11.02.2020** 16:00 Uhr Yoga  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.15\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.15_FRW)

**11.02.2020** 17:45 Uhr Yoga  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.16\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.16_FRW)

**11.02.2020** 19:30 Uhr Yoga  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.17\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.17_FRW)

**11.02.2020** 10:30 Uhr Yoga  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.18\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C31.18_FRW)

**11.02.2020** 17:00 Uhr Englisch-Konversation B1/B2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.01\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.01_FRW)

**12.02.2020** 18:00 Uhr Englisch Startstufe A1.2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.12\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C46.12_FRW)

**12.02.2020** 18:00 Uhr Stimm- und Sprechtraining für Vielsprecher/innen  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C58.11\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C58.11_FRW)

**13.02.2020** 18:00 Uhr Deutsch als Fremdsprache - Startstufe A1.2  
[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C44.05\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C44.05_FRW)

**14.02.2020** 16:00 Uhr Latein für Besserwisser

[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4B.01\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C4B.01_FRW)

**22.02.2020** 10:00 Uhr Keramikworkshop

[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C28.21\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C28.21_FRW)

**22.02.2020** 10:00 Uhr Gute-Laune-Nähen - Grundlagen Schneidern

[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C29.11\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C29.11_FRW)

**25.02.2020** 15:00 Uhr Grundtechniken des Häkelns

[http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C29.61\\_FRW](http://www.landkreismol.de/cms/index.php?id=161&kathaupt=11&knr=C29.61_FRW)

Strausberg, den 08.01.2020