



im Bildungszentrum Purkersdorf
Schwarzhubergasse 5
volkshochschule@purkersdorf.at
purkersdorf.vhs-noe.at

KURSPROGRAMM

Frühjahr- und Sommersemester **2026**

Mit neuen Kursangeboten:

Epigentik Die Macht der Gene

**Tortenworkshop: Basis Backkurs
für Anfänger:innen**

Gesund und Vital - Fasten

**Vortrag: Zeitreise „Purkersdorf
gestern-heute-morgen“: Bahnhöfe**

...und viele weitere mehr!



STADTGEMEINDE
PURKERSDORF





DIE ARBEITERKAMMER NIEDERÖSTERREICH FÖRDERT KURSE,

die in diesem Kursprogramm AK-gekennzeichnet sind.

AK Bildungsbonus

AK extra Digi-Bonus

AK extra Lernhilfe-Bonus

Auf der Homepage der AK Niederösterreich finden Sie nähere Informationen und den Online-Antrag.

Über das AK-extra Digi-Konto werden zusätzlich vertiefende Digitalisierungskurse gefördert (auch ohne AK-Kennzeichnung).

AK NIEDER
ÖSTERREICH

Vorwort

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer, liebe Bildungsinteressierte,

mit dem Frühling 2026 zieht frischer Schwung in die VHS Purkersdorf ein: Neues ausprobieren, Bewährtes vertiefen und gemeinsam über sich hinauswachsen – dazu lädt das aktuelle Semesterprogramm alle ein, die Lust auf Lernen, Begegnung und gute Energie haben. Volkshochschulen stehen für offenen Zugang zu Bildung, persönliche Entwicklung und ein Miteinander über Generationen hinweg, und genau dieses Lebensgefühl soll sich in unserem Frühjahrssemester widerspiegeln.

Ganz neu im Programm ist ein **klassischer Tortenkurs**, in dem aus einfachen Kuchen beeindruckende Genusskunstwerke werden – ideal für alle, die ihre Feierlichkeiten besonderer machen möchten. Wer dem Körper etwas Gutes tun und bewusster leben will, findet beim **Fasten in der Gruppe** einen geschützten Rahmen, motivierende Gemeinschaft und fachkundige Begleitung für einen Neustart in ein leichteres Lebensgefühl.

Mit dem Kurs zur **Epigenetik** öffnen wir zudem ein Fenster in die moderne Wissenschaft und zeigen verständlich, wie Lebensstil und Umwelt unsere Gene beeinflussen und warum es sich lohnt, Gesundheit ganzheitlich zu denken. So verbindet das Programm heuer Genuss, Achtsamkeit und Neugier auf wissenschaftliche Zusammenhänge – genau die Mischung, die zeitgemäße Erwachsenenbildung ausmacht.

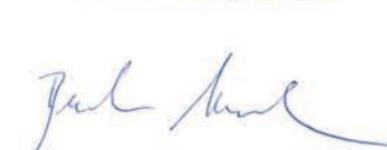
Alle sind eingeladen, in diesem Semester Neues zu entdecken, Gleichgesinnte kennenzulernen und die VHS Purkersdorf als Ort der Inspiration, der Begegnung und des Wohlfühlens zu erleben.

Mit Freude blickt das Team der Volkshochschule gemeinsam mit Ihnen auf ein lebendiges Frühjahrssemester 2026.

Eure Beatrix Kaukal und ihr Team

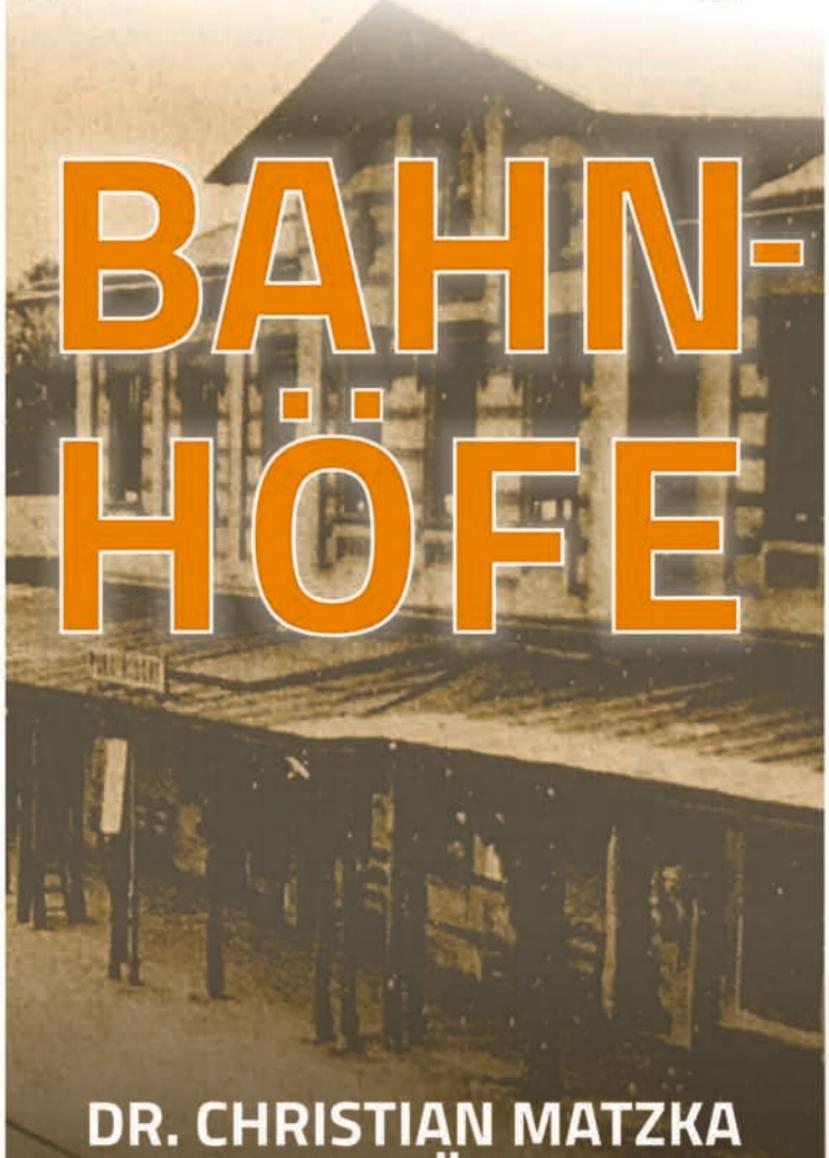


Ing. Stefan Steinbichler
Bürgermeister



Beatrix Kaukal
Leiterin VHS Purkersdorf

**Zeitreise: Purkersdorf
gestern - heute - morgen**



**BAHN-
HÖFE**

**DR. CHRISTIAN MATZKA
GERHARD BÜRGMANN**

DONNERSTAG

23.04.26
19:00 UHR



**Raiffeisenbank
Wienerwald**

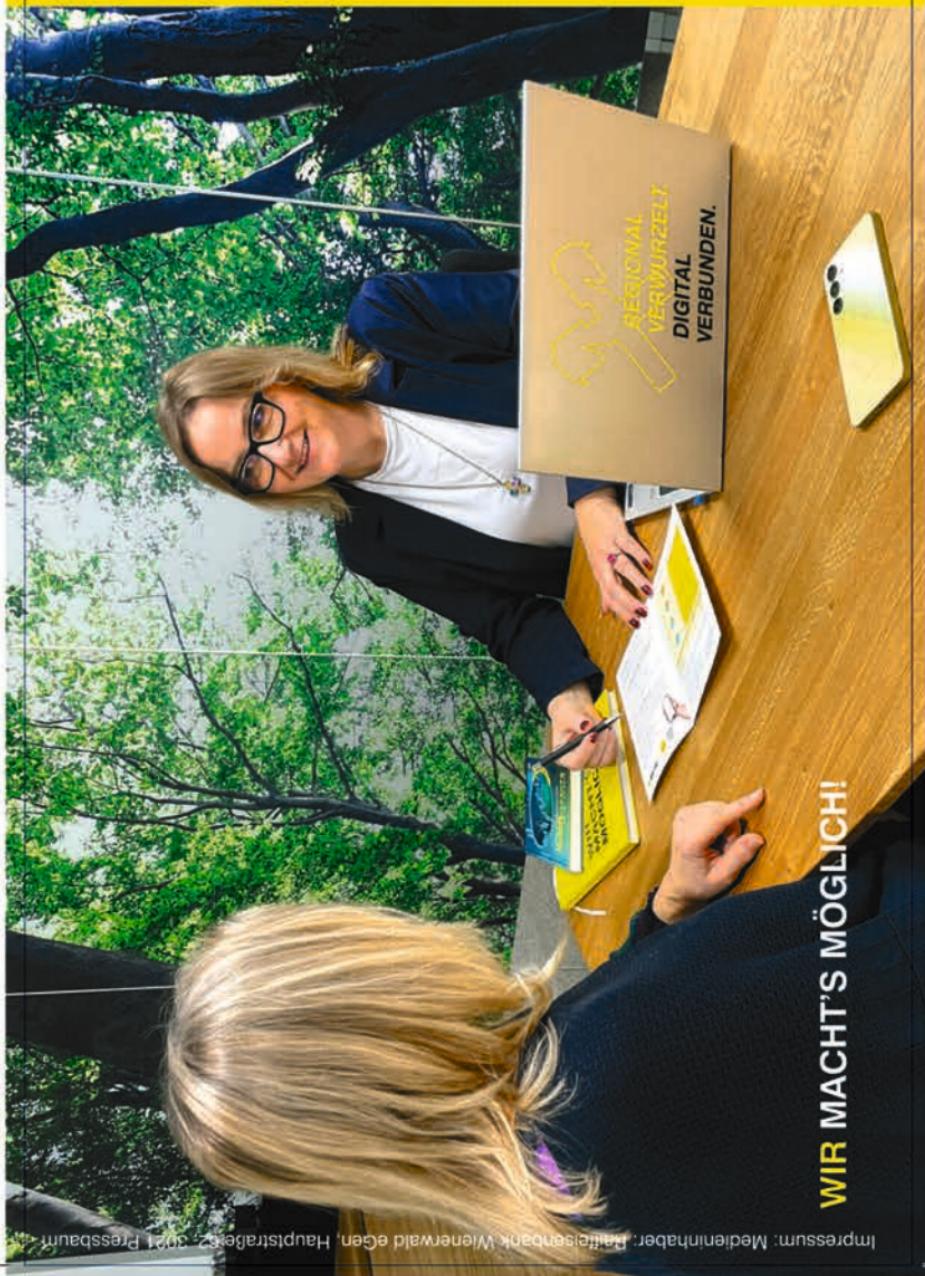
Folge uns auf
Social Media
  

VORSORGEN BEGINNT MIT KOMPETENTER BERATUNG.

Persönlich, nachhaltig und auf Ihre Lebensziele
abgestimmt. Weil Zukunft Vertrauen braucht.



Dominik Czapek
Bankstelle Purkersdorf
Tel. 050515-22223
dominik.czapek@rbwienwald.at





Rücken – Kraft – Ausdauer

Reebok®, Technogym®, DynamiX®, Fle-xx®, Dr. Wolff®-Geräte

Fit im Alltag – fang jetzt an!



GUTSCHEIN 1 Monat Gratistraining

Einlösbar nur in Verbindung mit dem Kauf einer
Zeitkarte ihrer Wahl, keine Barabköse möglich.

Nur gültig für Neukunden

Training täglich 6–22 Uhr
Anmeldung Mo–Fr 8:30–12:30 und 15–19 Uhr

Vitalmed Fitness
Linzerstrasse 63, 3002 Purkersdorf
Tel: 02231–676 28, office@vitalmed.co.at

www.vitalmed.co.at

Inhaltsverzeichnis

Kursprogramm Purkersdorf:

Kinder & Jugendliche	ab Seite 2
Sprachen	ab Seite 4
Bewegung & Entspannung	ab Seite 8
Kreatives & Gestalten	ab Seite 11
Gesundheit & Leben	ab Seite 14
Digitales Zeitalter	ab Seite 17
Teilnahmebedingungen	ab Seite 19
Impressum	Seite 20

Wichtig: Anmeldung zu einem VHS-Kurs

Nutzen Sie die Homepage der
VHS Purkersdorf.

<https://purkersdorf.vhs-noe.at>

Diese bietet Ihnen eine aktuelle Kursübersicht und eine einfache Online-Anmeldemöglichkeit. Weitere Infos finden Sie auf der Website unter „Teilnahmebedingungen“.

Wir wünschen Ihnen ein erfolgreiches Semester!

Das Team der VHS-Purkersdorf



Kinder & Jugendliche

NEU!

2041 Lesen & Philosophieren - Wo Gedanken Flügel bekommen. Für Kinder von 6-10 Jahren

Wo geht ein Gedanke hin, den man vergisst? Wie setzt man ein Wunder in die Welt? Kinder stellen viele Fragen – und das ist wunderbar so! In diesem Kurs wollen wir gemeinsam lesen, staunen, nachdenken und kreativ werden.

An fünf Samstagvormittagen begeben wir uns auf kleine Gedankenreisen:

Jedes Mal eröffnet ein besonders ausgewähltes Kinder- oder Bilderbuch den Raum für neue Fragen über das Leben, die Welt und das, was uns bewegt. Gemeinsam philosophieren wir – ohne nach der „einen richtigen“ Antwort zu suchen. Stattdessen lassen wir uns von den Ideen, Fantasien und Geschichten inspirieren und verwandeln unsere Gedanken in Bilder, kleine Kunstwerke oder kreative Experimente. So entstehen neue Wunder – aus Sprache, Staunen und dem Mut, Fragen zu stellen. Dieser Kurs ist ein inklusiver Raum, in dem jedes Kind willkommen ist – unabhängig von körperlichen oder geistigen Beeinträchtigungen.

Jedes Kind darf hier in seinem eigenen Tempo denken, fühlen und gestalten.

Datum: Samstag, 28.02.2026

Zeit: 09:30 bis 12:30 Uhr, 5x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 4

Kosten: 135 € 4 bis 10 Personen

Kursleitung: Anja Grundner (selbständige Poesiekünstlerin)

Jiu Jitsu, Goshindo, BJJ und Krav Maga/Selbstverteidigung



jeweils an SCHULTAGEN:

Montag und Dienstag in der Gablitzer Glashalle

Donnerstag im Turnsaal der Volksschule Gablitz

Einstieg jederzeit möglich!

Sport, Kampfkunst und Selbstverteidigung für Kinder, Jugendliche u. Erwachsene.

Wir trainieren je nach Anzahl und Können in Gruppen aufgeteilt meist ohne Waffen, durch geschickte Griffe und Techniken Angreifer abzuwehren, Fallschule zur Verhinderung von Verletzungen, Hebel-, Wurf- und Schlagtechniken, Koordinations- und Konzentrationsübungen zur Körperbeherrschung sowie richtiges Verhalten in gefährlichen Situationen.

International anerkannte Prüfungen in allen Disziplinen werden abgenommen, ebenso ist zusätzlich die Teilnahme an Sondertrainings, Lehrgängen, Sommercamps und Wettkämpfen möglich.

Montag - in der Gablitzer Glashalle:

16:45 bis 18:15 > Jiu Jitsu/SV: für Kinder ab ca. 6 Jahren, Anfänger bis Fortgeschrittene

18:45 bis 20:15 > Jiu Jitsu/SV: für Jugendliche und Erwachsene

Dienstag - in der Gablitzer Glashalle:

17:15 bis 18:30 > Jiu Jitsu/SV: für Jugendliche ab ca. 12 Jahren, Anfänger bis Fortgeschrittene

18:45 bis 19:45 > Fit for Jiu: für alle, die ihre Kraft und Kondition verbessern möchten

Donnerstag - im Turnsaal der Volksschule Gablitz:

16:45 bis 18:15 > Jiu Jitsu/SV: für Kinder ab ca. 6 Jahren, Anfänger bis Fortgeschrittene

18:30 bis 20:00 > Jiu Jitsu/SV: für Jugendliche und Erwachsene

zusätzlich Kata- und Schwerpunkttraining: Zeiten nach Absprache

SEMESTERBEITRAG: € 145,- für ein Training/Woche oder € 235,- für zwei Tage.

(inklusive Verbandsbeitrag, zuzügl. Prüfungsgebühren)

Selbstverteidigung und Fit for Jiu: je € 130,-

Nähere Infos und ANMELDUNGEN bei Sensei Gerhard IVAN,

Tel: 0664/4328687 oder info@jiu-gablitz.at

Kinder & Jugendliche

Englisch für Kinder

Für viele ist der Übergang in eine neue Schule eine schwierige Hürde. Wir wollen es einfacher machen und bereiten Ihre Kinder spielerisch auf den Englischunterricht vor.



3103 Preparing for Secondary School 3. Klasse



Mit Übungen aus dem Buch „Cambridge English – English for Starters“ üben wir die 4 Fertigkeiten: Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben. Wir lernen neue Wörter kennen, spielen Spiele und finden Spaß an der neuen Sprache.

Der Kurs ist für Schüler:innen der 3. Klasse Volksschule vorgesehen.

Beginn: Montag, 16.02.2026

Zeit: 12:45 bis 13:35 Uhr, wöchentlich, 13 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 190 € 4 bis 16 Personen

Kursleitung: Learning Events English Bauch e.U.

3104 Preparing for Secondary School 4. Klasse



Bei unserem Sprachunterricht achten wir sehr darauf, dass die 4 Fertigkeiten: Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben in jeder Stunde berücksichtigt werden und die Kinder so die Sprache ganzheitlich erlernen. Wir arbeiten mit verschiedenen Materialien, aber auch mit dem Englischbuch „More!“, da dieses häufig in der Unterstufe verwendet wird.

Der Kurs ist für Schüler:innen der 4. Klasse Volksschule vorgesehen.

Beginn: Montag, 16.02.2026

Zeit: 13:45 bis 14:35 Uhr, wöchentlich, 13 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 190 € 4 bis 16 Personen

Kursleitung: Learning Events English Bauch e.U.

8411 So einfach geht's: Fotos & Videos mit dem Smartphone für Jugendliche - Workshop



Dein Smartphone hast du sowieso immer dabei - warum es also nicht kreativ nutzen? In diesem Workshop lernst du, wie du mit einfachen Mitteln bessere Fotos und kurze Videos machst: spannende Perspektiven, gutes Licht, ruhige Aufnahmen. Du setzt deine eigenen Ideen um und schneidest dein erstes kleines Video direkt am Handy. Du brauchst keine Vorkenntnisse - nur dein Smartphone (aufgeladen) und Lust etwas Neues auszuprobieren.

Der Kurs ist genau richtig für dich, wenn du zwischen 13 und 18 Jahre alt bist und Spaß am Gestalten hast.

Datum: Freitag, 08.05.2026

Zeit: 15:00 bis 17:00 Uhr, einmalig

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 4

Kosten: 85 € 3 bis 8 Personen

Kursleitung: Sandra Gangoly (Fotografin)

AK-Förderung

Die AK Niederösterreich fördert Kurse, die in diesem Kursprogramm mit einem Logo der AK gekennzeichnet sind, mit 50% der Kurskosten bis 150 € bzw. bei EDV-Kursen 100 % der Kurskosten bis 220 €. Für gewisse Personengruppen gibt es höhere Fördersätze.

Details entnehmen Sie bitte der Homepage der AK Niederösterreich: <https://noe.arbeiterkammer.at/bildungsbonus>

Sprachen

Englisch

1001 Englisch Anfänger:innenkurs für Erwachsene II

Dieser Kurs ist eine Erweiterung des gleichnamigen Kurses aus dem Wintersemester. Neue Teilnehmer:innen sind herzlich willkommen und wir werden in der ersten Stunde einen Rückblick auf das vergangene Wintersemester geben.

Sind Sie daran interessiert, einige grundlegende englische Wörter und Redewendungen zu lernen? Vielleicht haben Sie Ihr ganzes Schulenglisch vergessen und möchten es auffrischen? Dieser Konversationskurs konzentriert sich auf die elementaren und einführenden Aspekte der englischen Sprache und wird von einem ausgebildeten Native Speaker mit über 15 Jahren Lehrerfahrung unterrichtet. Unser Schwerpunkt liegt auf Aussprache und Kommunikation, aber wir werden auch einige Grammatikkenntnisse auf Anfänger:innenniveau und nützliches Vokabular behandeln. Das Kursmaterial wird vom Kursleiter zur Verfügung gestellt und deckt ein breites Spektrum an aktuellen und interessanten Themen ab. Alle Teilnehmer:innen erhalten am Ende des Kurses ein Zertifikat, das den Abschluss eines offiziellen Sprachkurses bescheinigt, der von einem zertifizierten Cambridge English Lehrer unterrichtet wurde.

Kommen Sie und erleben Sie einen unterhaltsamen Donnerstagabend auf Englisch!

Beginn: Donnerstag, 19.02.2026

Zeit: 17:30 bis 18:30 Uhr, wöchentlich, 13 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 190 € 5 bis 16 Personen

Kursleitung: Learning Events English Bauch e.U.

1102

English Conversation A



Der Schwerpunkt liegt beim Sprechen - dadurch Vertrauen gewinnen, Vokabeln auffrischen und Verständnis aufbauen. Fragen der Grammatik werden bei Bedarf behandelt.

A wide variety of topics are discussed and related vocabulary trained/learnt. Course participants are encouraged to speak and are supported by the trainer in a relaxed atmosphere.

There are two English conversation courses. As the topics will differ, it is not possible to switch between the courses.

Beginn: Dienstag, 24.02.2026

Zeit: 17:30 bis 19:00 Uhr, wöchentlich, 12 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 5

Kosten: 130 € 6 bis 10 Personen

Kursleitung: Reinhold Ratz (European Risk Manager, Native Speaker, University Lecturer, Master of Business Administration, Cape Town, South Africa)

1103

English Conversation B



Der Schwerpunkt liegt beim Sprechen - dadurch Vertrauen gewinnen, Vokabeln auffrischen und Verständnis aufbauen. Fragen der Grammatik werden bei Bedarf behandelt.

A wide variety of topics are discussed and related vocabulary trained/learnt. Course participants are encouraged to speak and are supported by the trainer in a relaxed atmosphere.

There are two English conversation courses. As the topics will differ, it is not possible to switch between the courses.

Beginn: Dienstag, 24.02.2026

Zeit: 19:00 bis 20:30 Uhr, wöchentlich, 12 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 5

Kosten: 130 € 6 bis 10 Personen

Kursleitung: Reinhold Ratz (European Risk Manager, Native Speaker, University Lecturer, Master of Business Administration, Cape Town, South Africa)

Sprachen

NEU!

1011

Englisch für Reisen II

Bitte beachten Sie, dass dieser Kurs eine Erweiterung des gleichnamigen Kurses aus dem Wintersemester ist. Neue Teilnehmer:innen sind herzlich willkommen und wir werden in der ersten Stunde einen Rückblick auf das vergangene Wintersemester geben.

Möchten Sie sich auf Reisen sicherer fühlen, wenn Sie Englisch sprechen? Nehmen Sie an unserem "Englisch für Reisen" Kurs teil und lernen Sie die wichtigsten Ausdrücke und Vokabeln für den Flughafen, das Hotel, Restaurants und vieles mehr.

Ideal für Anfänger:innen, Geschäftsreisende oder alle, die ihr Englisch vor der nächsten Reise auffrischen möchten! Der Kurs wird von einem Native Speaker mit über 15 Jahren Unterrichtserfahrung geleitet und legt den Fokus auf praktische Kommunikation, klare Aussprache und nützliche Grammatiktipps. Alle Kursmaterialien werden vom Kursleiter zur Verfügung gestellt.

Am Ende erhalten alle Teilnehmer:innen ein Zertifikat von einer zertifizierten Cambridge Englisch Lehrkraft.

Verbringen Sie Ihren Donnerstagabend sinnvoll - mit Englisch für Reisen!

Beginn: Donnerstag, 19.02.2026

Zeit: 18:35 bis 19:35 Uhr, wöchentlich, 13 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 190 € 5 bis 16 Personen

Kursleitung: Learning Events English Bauch e.U.

Französisch

1210

Französisch A1, A2
Vorbereitung für die DELF-Prüfung



Mit den Lehrbüchern „Rencontres en Français A1 und A2“ lernen wir mit modernen Methoden Französisch für den Alltag. In diesem Kurs wird vor allem die DELF-Prüfung vorbereitet und dafür intensiv gelernt. Aber auch Spaß und gute Laune sollen hier nicht fehlen.

Beginn: Dienstag, 17.02.2026

Zeit: 10:30 bis 12:00 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 250 € 3 bis 5 Personen

Kursleitung: Mag. Brigitte Pater-Heger
(Ausbildete AHS Lehrerin)

1220

Französisch für Anfänger:innen A1 mit
Vorkenntnissen



Mit dem Lehrbuch „Rencontres en Français A1“ lernen wir mit modernen Methoden Französisch für den Alltag. Aber auch Spaß und gute Laune sollen nicht fehlen. Der Schwerpunkt des Kurses liegt auf dem Sprechen. Aber auch das Hören und vor allem auch Film-Sequenzen und Chansons sollen das Lernen mit Freude ergänzen.

Beginn: Dienstag, 17.02.2026

Zeit: 09:00 bis 10:30 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 130 € 5 bis 12 Personen

Kursleitung: Mag. Brigitte Pater-Heger
(Ausbildete AHS Lehrerin)

Einschreibung zu den Kursen

- **Online:** <https://purkersdorf.vhs-noe.at>
- **Telefonisch und persönlich:**
im Sekretariat der VHS, Stadtgemeinde Purkersdorf
Tel.: 02231 / 63 601 DW 235

Sprachen

1230

Französisch A1+ Französisch für Fortgeschrittene



Mit dem Lehrbuch „Rencontres en Français“ A1 letzte Lektionen, und Beginn A2, lernen wir mit Spaß, guter Laune und vielen modernen Methoden, wie Filmen und Chansons – Französisch auf dem Niveau – A1+.

Der Schwerpunkt liegt auf dem mündlichen Ausdruck.

Beginn: Freitag, 20.02.2026

Zeit: 15:00 bis 16:30 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 130 € 5 bis 10 Personen

Kursleitung: Mag. Brigitte Pater-Heger
(Ausgebildete AHS Lehrerin)

1240

Französisch A2 Französisch für Fortgeschrittene



Mit dem Lehrbuch „Rencontres en Français A2“ lernen wir mit Spaß, guter Laune und vielen modernen Methoden, wie Filmen, Chansons und Auszügen aus Texten und Artikeln - Französisch auf dem Niveau - A2.

Auch hier liegt der Schwerpunkt auf dem mündlichen Ausdruck.

Beginn: Freitag, 20.02.2026

Zeit: 16:30 bis 18:00 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 130 € 5 bis 10 Personen

Kursleitung: Mag. Brigitte Pater-Heger
(Ausgebildete AHS Lehrerin)

1203

Französisch A2 Französisch für Fortgeschrittene



Mit dem Lehrbuch „Rencontres en Français A2“ lernen wir mit Spaß, guter Laune und vielen modernen Methoden, wie Filmen, Chansons und Auszügen aus Texten und Artikeln - Französisch auf dem Niveau - A2.

Beginn: Dienstag, 17.02.2026

Zeit: 16:00 bis 17:30 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 130 € 6 bis 12 Personen

Kursleitung: Mag. Brigitte Pater-Heger
(Ausgebildete AHS Lehrerin)

Italienisch

1313

Spaß am Italienisch-Lernen

Fortsetzung des Anfänger:innen Kurses.

Beginn: Donnerstag, 19.02.2026

Zeit: 18:00 bis 19:00 Uhr, 10 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 5

Kosten: 130 € 8 bis 15 Personen

Kursleitung: Mario De Rose (Italienisch-Dozent)

1314

Italienische Literatur für Fortgeschrittene

Fortsetzung des Literaturkurses.

Beginn: Donnerstag, 19.02.2026

Zeit: 19:00 bis 20:00 Uhr, 10 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 5

Kosten: 130 € 8 bis 15 Personen

Kursleitung: Mario De Rose (Italienisch-Dozent)

Online-Anmeldung

Besuchen Sie die Homepage <https://purkersdorf.vhs-noe.at>. Hier finden Sie unter Kurse alle Angebote der VHS Purkersdorf. Sie können entweder eine Auswahl über die einzelnen Kategorien treffen oder im Suchfeld einen Begriff eintragen.

Sprachen

Russisch

1105

Russisch für Anfänger:innen



Dieser Kurs beinhaltet die Grundlagen der russischen Sprache. Es wird lebendig und mit vielen anschaulichen Beispielen unterrichtet!

Beginn:

Mittwoch, 18.02.2026

Zeit:

15:00 bis 16:30 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort:

BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten:

130 €

3 bis 14 Personen

Kursleitung: Dr. Olga Semenova (Native Speaker)

1106

Russisch für Fortgeschrittene



Basierend auf den Vorkenntnissen aus dem Kurs „Russisch für Anfänger:innen“ wird hier die russische Sprache weiter perfektioniert.

Das Ganze offen, anschaulich und lebendig!

Beginn:

Mittwoch, 18.02.2026

Zeit:

16:30 bis 18:00 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort:

BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten:

130 €

3 bis 14 Personen

Kursleitung: Dr. Olga Semenova (Native Speaker)

1107

Russisch Konversationskurs



In diesem Kurs werden die Sprachkenntnisse weiter vervollkommen: anschauliche Dialoge, Grundlagen der russischen Kultur, Geschichte und Literatur in einer offenen und lebendigen Unterrichtsform.

Beginn:

Mittwoch, 18.02.2026

Zeit:

18:00 bis 19:30 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort:

BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten:

130 €

3 bis 14 Personen

Kursleitung: Dr. Olga Semenova (Native Speaker)

Spanisch

1500

Spanisch A1, A2

¡HOLA! In diesem Kurs werden die Spanischkenntnisse noch weiter verbessert und gefestigt. Der Schwerpunkt liegt in diesem Kurs auf Sprechen.

Beginn: Mittwoch, 18.02.2026

Zeit: 18:00 bis 19:00 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 4

Kosten:

130 €

7 bis 10 Personen

Kursleitung: Gisele Germán Artuche de Rieder

(Muttersprache Spanisch, geb. in Montevideo, Management- und Marketing-Ausbildung an der Verwaltungs- und Sozialwissenschaftlichen Fakultät der Universität Uruguay, geprüfte Lehrerin in der Erwachsenenbildung und für Jugendliche)

NEU!

1501

Spanisch für Anfänger:innen

2. Semester

¡HOLA! Der Schwerpunkt liegt in diesem Kurs auf Sprechen in Urlaubs- und Alltagssituationen.

Beginn: Mittwoch, 18.02.2026

Zeit: 17:00 bis 18:00 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 4

Kosten:

130 €

7 bis 10 Personen

Kursleitung: Gisele Germán Artuche de Rieder

(Muttersprache Spanisch, geb. in Montevideo, Management- und Marketing-Ausbildung an der Verwaltungs- und Sozialwissenschaftlichen Fakultät der Universität Uruguay, geprüfte Lehrerin in der Erwachsenenbildung und für Jugendliche)

Sprachen

1505

Spanisch B2 und Konversation

In diesem Kurs werden die Sprachkenntnisse noch weiter verbessert und gefestigt. Lecturas y comentarios actuales de la revista ECOS. Y Viajes.

Beginn: Montag, 16.02.2026

Zeit: 17:00 bis 18:00 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 130 € 7 bis 10 Personen

Kursleitung: Gisele Germán Artuche de Rieder

Bewegung und Entspannung

4313

TANZEN! für ALLE

NiA ist getanzte Lebensfreude und für jeden leicht zu lernen, egal ob jung, alt, dünn oder fülliger. Es werden die unterschiedlichsten Bewegungsarten (wie z.B. Tai Chi, Yoga, Kampfsportelemente) zu einem Tanz kombiniert, der einfach nur Spaß macht. Mit Leichtigkeit werden Balance und Wohlbefinden gesteigert und die Haltung verbessert. Wie „ganz von selbst“ lernen wir Freude an der Bewegung neu kennen, werden auf absolut gelenkschonende Art immer ausdauernder und kraftvoller. Die Intensität des Trainings bestimmen immer Sie selbst, gerne auch mit dem Einsatz der eigenen Stimme („Sounding“) und gemeinsam lassen wir uns von der Musik tragen.

Ich freue mich schon auf Sie!

Beginn: Dienstag, 17.02.2026

Zeit: 17:30 bis 18:30 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: Kindergarten II, Bad Säckingen-Straße 7

Kosten: 135 € 4 bis 20 Personen

Kursleitung: Karin Moser (Yoga- und Tanztrainerin)

4206

Pilates

Wir trainieren systematisch den ganzen Körper auf der Matte, wobei wir vor allem die tiefliegenden Muskelgruppen ansprechen, die für eine gesunde Körperhaltung sorgen. Verbunden mit bewusster Atmung kräftigen wir Beckenboden und Powerhouse, verbessern unsere Bewegungskoordination und Körperwahrnehmung.

Bitte gute Laune, bequeme Kleidung, Matte und, wenn vorhanden, einen weichen Ball mitbringen.

Beginn: Montag, 16.02.2026

Zeit: 10:00 bis 11:00 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Veranstaltungssaal

Kosten: 135 € 8 bis 20 Personen

Kursleitung: Ursula Rothe (Geprüfte Yogalehrerin)

4215

Zumba

Zumba bringt Bewegung in Ihren Körper. Der auf südamerikanischen Rhythmen Merengue und Salsa basierende Aerobic-Tanz ist in den USA schon seit Jahren ein Hit. Zumba kombiniert Latino-Rhythmen und poppige Musik mit einem effektiven Workout-Programm voller Spaß. Und jede und jeder, der an dem Kurs teilnimmt, hat von der ersten Minute an Freude an der Bewegung.

Beginn: Dienstag, 17.02.2026

Zeit: 18:10 bis 19:10 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: Pfarrzentrum Purkersdorf, Pfarrhofgasse 1

Kosten: 135 € 15 bis 30 Personen

Kursleitung: Gisele Germán Artuche de Rieder

(Geboren in Montevideo,
Official Zumba@Instructor,
erfahrene Aerobictrainerin)

Einschreibung zu den Kursen

- **Online:** <https://purkersdorf.vhs-noe.at>
- **Telefonisch und persönlich:**
im Sekretariat der VHS, Stadtgemeinde Purkersdorf
Tel.: 02231 / 63 601 DW 235

Bewegung und Entspannung

Zumba – Bauch, Beine, Po und mehr

Hauptaugenmerk wird hier den weiblichen Problemzonen gewidmet. Straffen und formen Sie Ihren Körper mit gezielten Übungen für die Bereiche Bauch, Beine und Po. Nach einer intensiven Aufwärmphase folgt ein effektives Kräftigungsprogramm, welches die Fettverbrennung ankurbelt. Der Bikinifigur steht somit nichts mehr im Wege.

Kurzhantel mitnehmen!

4216 Zumba – Bauch, Beine, Po und mehr I

Beginn: Montag, 16.02.2026
Zeit: 18:30 bis 19:30 Uhr, wöchentlich, 14 x
Ort: Bewegungsraum VS, Schwarzhubergasse 7
Kosten: 135 € 10 bis 25 Personen
Kursleitung: Gisele Germán Artuche de Rieder
(Geboren in Montevideo,
Official Zumba@Instructor,
erfahrene Aerobictrainerin)

4217 Zumba – Bauch, Beine, Po und mehr II

Beginn: Donnerstag, 19.02.2026
Zeit: 18:30 bis 19:30 Uhr, wöchentlich, 14 x
Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Bewegungsraum 1
Kosten: 135 € 10 bis 20 Personen
Kursleitung: Gisele Germán Artuche de Rieder
(Geboren in Montevideo,
Official Zumba@Instructor,
erfahrene Aerobictrainerin)

Yoga

Yoga hilft uns, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen und ganz in unserer Mitte anzukommen.

4000 Rückenyoga – wohltuend für Körper und Geist

Rückenyoga ist eine sanfte Yogaform, die gezielt Verspannungen im Rücken-, Nacken- und Schulterbereich löst. Durch achtsame Dehnungen, kräftigende Übungen und bewusstes Atmen wird die Rückenmuskulatur gestärkt und die Wirbelsäule mobilisiert.

Ideal für alle, die Rückenbeschwerden vorbeugen oder lindern möchten - unabhängig von Alter oder Vorkenntnissen.

Beginn: Montag, 16.02.2026
Zeit: 09:00 bis 10:00 Uhr, wöchentlich, 10 x
Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Veranstaltungssaal
Kosten: 150 € 5 bis 20 Personen
Kursleitung: Julia Gruseck
(Zertifizierte Yoga- und Beckenbodentrainerin)

4304 Yoga Sanft – auch ohne Vorkenntnisse

Mit Hatha-Yoga fördern wir Beweglichkeit und Kraft auf körperlicher und geistiger Ebene. Durch den häufigen Wechsel von Anspannen und Loslassen verfeinern wir die Selbstwahrnehmung. Atemtechniken bringen unsere Lebensenergie in Fluss, Stoffwechselprozesse werden unterstützt und in der Tiefenentspannung können sich Körper, Geist und Seele regenerieren, Stresshormone werden abgebaut und das Immunsystem wird gestärkt.

Es ist so schön, wenn die Gedanken zur Ruhe kommen..!

Bitte Yogamatte und Decke/Sitzkissen mitbringen!

Beginn: Dienstag, 17.02.2026
Zeit: 17:30 bis 18:55 Uhr, wöchentlich, 14 x
Ort: Kindergarten I, Wintergasse 46
Kosten: 195 € 8 bis 15 Personen
Kursleitung: Ursula Rothe (Geprüfte Yogalehrerin)

Bewegung und Entspannung

4305

Yoga Mittelstufe

Mit Hatha-Yoga fördern wir Beweglichkeit und Kraft auf körperlicher und geistiger Ebene. Durch den häufigen Wechsel von Anspannen und Loslassen verfeinern wir die Selbstwahrnehmung. Atemtechniken bringen unsere Lebensenergie in Fluss, Stoffwechselprozesse werden unterstützt und in der Tiefenentspannung können sich Körper, Geist und Seele regenerieren, Stresshormone werden abgebaut und das Immunsystem wird gestärkt.

Es ist so schön, wenn die Gedanken zur Ruhe kommen..!
Bitte Yogamatte und Decke/Sitzkissen mitbringen!

Beginn: Dienstag, 17.02.2026

Zeit: 19:05 bis 20:30 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: Kindergarten I, Wintergasse 46

Kosten: 195 € 8 bis 15 Personen

Kursleitung: Ursula Rothe (Geprüfte Yogalehrerin)

4306

Yoga 50+

Wir üben sanft! Wir dehnen und kräftigen den Körper, arbeiten an unserem Gleichgewicht und der Koordination unserer Bewegungsabläufe. Unserem Beckenboden und der Core-Muskulatur schenken wir viel Aufmerksamkeit, verbinden das mit Atem-, Energielenkungs- und Entspannungstechniken und können so ganz in unserer Mitte ankommen.

Bitte Yogamatte und Decke/Sitzkissen mitbringen!

Beginn: Montag, 16.02.2026

Zeit: 11:00 bis 12:00 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Veranstaltungssaal

Kosten: 135 € 8 bis 20 Personen

Kursleitung: Ursula Rothe (Geprüfte Yogalehrerin)

NEU!

Yoga für Junggebliebene I und II

In unseren "Yoga für Junggebliebene" Kursen entdecken wir, wie gezielte, leichte Bewegungen Körper und Geist guttun. Wir lernen einfache Yogaübungen, Atemtechniken und Entspannungseinheiten kennen, die Kraft, Balance und Beweglichkeit fördern – ganz ohne Leistungsdruck. Jede und jeder macht nur so viel, wie es guttut – ob im Stehen, Sitzen oder mit kleinen Hilfsmitteln. Wir atmen durch und genießen das gute Gefühl, etwas für uns zu tun – in einer freundlichen Gruppe und entspannter Atmosphäre.

NEU!

4310

Yoga für Junggebliebene I

Beginn: Donnerstag, 19.02.2026

Zeit: 09:00 bis 10:00 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Veranstaltungssaal

Kosten: 135 € 7 bis 20 Personen

Kursleitung: Julia Gruseck
(Zertifizierte Yoga- und Beckenbodentrainerin)

NEU!

4311

Yoga für Junggebliebene II

Beginn: Donnerstag, 19.02.2026

Zeit: 10:00 bis 11:00 Uhr, wöchentlich, 14 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Veranstaltungssaal

Kosten: 135 € 7 bis 20 Personen

Kursleitung: Julia Gruseck
(Zertifizierte Yoga- und Beckenbodentrainerin)

Online-Anmeldung

Besuchen Sie die Homepage <https://purkersdorf.vhs-noe.at>
Hier finden Sie unter Kurse alle Angebote der VHS Purkersdorf.
Sie können entweder eine Auswahl über die einzelnen Kategorien treffen oder im Suchfeld einen Begriff eintragen.

Bewegung und Entspannung

4315

Senior:innentanzkurs

Ein unterhaltsamer und belebender Tanzkurs für Menschen über 60, der sanfte Bewegungen mit Neurodance-Routinen kombiniert, um Körper und Gehirn fit zu halten. Jede Stunde enthält einfache Choreografien und schwungvolle Musik und bietet eine fröhliche Möglichkeit, Koordination, Gleichgewicht und Gedächtnis zu verbessern. In diesem Kurs entsteht ein herzliches und unterstützendes Freundschaftsnetzwerk, das sowohl soziale Kontakte als auch körperliche und geistige Fitness fördert. Ideal für alle, die aktiv bleiben, die Gehirngesundheit stärken und jeden Schritt genießen möchten!

Beginn: Dienstag, 17.02.2026

Zeit: 10:00 bis 11:00 Uhr, wöchentlich, 13 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Veranstaltungssaal

Kosten: 145 € 5 bis 15 Personen

Kursleitung: Melina Rizopoulou
(Tanz-/Bewegungspädagogin & Choreografin)

LINE DANCE

5001

**Line Dance für Anfänger:innen
ohne Vorkenntnisse**

Wir lernen einfache Tänze zu verschiedenen Musikrichtungen. Line Dance ist eine gesunde Aktivität, die Koordination, Gedächtnis und Ausdauer fördert. Es ist eine unterhaltsame Möglichkeit aktiv zu sein, Kalorien zu verbrennen und Freude am Tanzen und der Musik zu haben.

Bitte bequeme Schuhe (ohne schwarzer Gummisohle) mitbringen!

Beginn: Dienstag, 17.02.2026

Zeit: 17:45 bis 18:45 Uhr, wöchentlich, 10 x

Ort: Bewegungsraum VS, Schwarzhubergasse 7

Kosten: 100 € 5 bis 20 Personen

Kursleitung: Sabina Nowotny (Diplomierte Qigong- und Mentaltrainerin)

5000

**Line Dance für Anfänger:innen
mit Vorkenntnissen**

Line Dance ist eine gesunde Aktivität, die Koordination, Gedächtnis und Ausdauer fördert. Es ist eine unterhaltsame Möglichkeit aktiv zu sein, Kalorien zu verbrennen und Freude am Tanzen und der Musik zu haben.

Bitte bequeme Schuhe (ohne schwarzer Gummisohle) mitbringen!

Beginn: Dienstag, 17.02.2026

Zeit: 19:00 bis 20:00 Uhr, wöchentlich, 10 x

Ort: Bewegungsraum VS, Schwarzhubergasse 7

Kosten: 100 € 5 bis 20 Personen

Kursleitung: Sabina Nowotny (Diplomierte Qigong- und Mentaltrainerin)

Kreatives und Gestalten

8204

Singen – Einfach so!

Einzelnen sind wir Töne - gemeinsam sind wir ein Lied!

Die Liedauswahl wird gemeinsam getroffen. Es wird gesungen, was die Teilnehmer:innen freut. Texte werden beigestellt. Die Lieder werden mit Gitarre begleitet. Musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Musik ist immer ein Geschenk – für sich selbst und füreinander.

Beginn: Freitag, 20.02.2026

Zeit: 17:00 bis 18:30 Uhr, 8 x

Ort: Pfarrzentrum Purkersdorf, Pfarrhofgasse 1

Kosten: 75 € mind. 12 Personen

Kursleitung: Maria Kuba
(Trainerin Erwachsenenbildung, Liedermacherin)

Kreatives und Gestalten

8310

Malerei in Acryl und Öl ABSTRAKT oder GEGENSTÄNDLICH

Malen mit Acryl oder Öl – abstrakt oder gegenständliches Schaffen. Dieser Kurs ist für Anfänger:innen und Fortgeschrittene. Es gibt Anregungen, Unterstützung und die Möglichkeit, in Begleitung den eigenen Malstil zu entdecken. Einen Überblick der vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten, die das Acryl und Öl malen bietet.

Am ersten Kurstag bitte folgendes mitbringen:

Materialliste: Pinselset, div. Farben (Grundfarben), Malgrund, Becher. Näheres wird beim Malkurs bekannt gegeben.

Beginn: Dienstag, 07.04.2026

Zeit: 17:00 bis 18:50 Uhr, wöchentlich, 6 x

Ort: Josef Schöffel Mittelschule, Alois Mayer Gasse 4

Kosten: 150 € 5 bis 10 Personen

Kursleitung: Michelle Maria Müller (Künstlerin)

Zeichenkurse – Wir zeichnen in Trockentechniken A1 & A2

Dieser Kurs richtet sich an interessierte Anfänger:innen und alle, die ihre Fähigkeiten in ihrer liebsten Zeichentechnik erweitern und vertiefen möchten. Sie haben die freie Wahl zwischen den Trockentechniken Grafit, Kohle, Kreide oder Farbstift. Auch die Motivwahl liegt ganz bei den eigenen Vorlieben. Die Kursleitung unterstützt und gibt Tipps für die Umsetzung Ihrer Zeichnung. Jene, die gerne mit dem Zeichnen beginnen möchten, können hier verschiedene Trockentechniken ausprobieren. Auch neue Methoden zu Ihrer Technik können Ihnen erklärt werden.

Das entsprechende Material ist bitte mitzubringen und ist nicht im Kursbeitrag enthalten. Der Kurs richtet sich an Erwachsene und Jugendliche.

8311

Kurs A1

Beginn: Donnerstag, 19.02.2026

Zeit: 17:00 bis 19:00 Uhr, 5 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 4

Kosten: 145 € 3 bis 6 Personen

Kursleitung: Eva Brenner (Künstlerin)

8312

Kurs A2

Beginn: Donnerstag, 23.04.2026

Zeit: 17:00 bis 19:00 Uhr, 5 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 4

Kosten: 145 € 3 bis 6 Personen

Kursleitung: Eva Brenner (Künstlerin)

8309

Individueller echter Silberschmuck aus Art Clay Silver - Workshop

Wir erlernen in diesem Kurs mit Art Clay Silver Modelliermasse, -paste und -spritzmasse zu arbeiten. Art Clay ist eine formbare Masse wie Ton, besteht aber aus fast 100%igem Silber. Das Brennen, das Einarbeiten von Edelsteinen und das Schwärzen der Schmuckstücke werden im Kurs erklärt. Es besteht auch die Möglichkeit, die gefertigten Silberschmuckstücke mit Blattgold zu kombinieren.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Die Materialkosten (Selbstkosten) in Höhe von ca. 70 € sind nicht in der Kursgebühr enthalten (10g Silber kosten ca. 30 €). Bitte Blätter aus der Natur mitbringen!

Datum: Samstag, 04.04.2026

Zeit: 14:00 bis 21:00 Uhr, einmalig

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 90 € 4 bis 9 Personen

Kursleitung: Sabine Schimani (Art Clay Silver Teacher)

Kreatives und Gestalten

8314

Happy Stones – Workshop

Mandala Steine sind wunderschöne handgemachte Geschenke und zur dekorativen Verwendung geeignet. Mit der Punktmalerei kann man farbenfrohe Mandalas auf Steinen, Herzen, etc. malen. Eine sehr meditative Arbeit, bei der man gut Energie tanken kann. Materialkosten für Farben 5,00 € plus je nach Bedarf für Steine, Herzen, etc. in diversen Größen ab 4,50 € sind bei der Kursleiterin zu entrichten. Bitte mitbringen: Malschürze!

Datum: Samstag, 04.04.2026

Zeit: 09:00 bis 13:00 Uhr, einmalig

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 45 € 4 bis 10 Personen

Kursleitung: Sabine Schimani (Art Clay Silver Teacher)

NEU!

2031

Tortenworkshop Basis Backkurs für Anfänger:innen

Dieser Kurs richtet sich an Tortenbegeisterte, die schon Übung beim Backen haben oder erst das Backen für sich entdecken. Es werden die Grundlagen zum Backen einer Torte erklärt und was beim Backen und Dekorieren von Torten wichtig ist. Jeder Teilnehmer darf eine kleine Torte vor Ort backen bzw. stapeln und mit freier Hand dekorieren. Das Material (Werkzeug, Zutaten, Tortenkarton und Dekoelemente) werden zur Verfügung gestellt und die selbst hergestellten Dekorationen dürfen auch mitgenommen werden. Die Materialkosten von 30 € beinhalten Material und Zutaten für die Torte zum Mitnehmen. Diese sind im Kurspreis nicht enthalten.

Datum: Samstag, 11.04.2026

Zeit: 13:00 bis 18:00 Uhr, einmalig

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Küche 3. OG

Kosten: 130 € 4 bis 8 Personen

Kursleitung: Asmira Latifovich (Miras Tortendesign)

2040

Kreatives Schreiben – dem Leben Worte schenken

Schreiben kann vieles sein - Ausdruck, Spiel, Reflexion, Zuflucht oder Entfaltung. In diesem Kurs begegnen wir dem Schreiben als einem wandelbaren Instrument, das unserer Kreativität Luft zum Atmen verschafft. Denn Kreativität ist kein Luxus. Sie ist eine lebensstärkende Ressource, die uns spüren lässt, dass wir lebendig sind. Dieser Kurs richtet sich an alle, die Lust haben, dem eigenen kreativen Ausdruck wieder mehr Raum zu schenken - unabhängig von Alter, Herkunft oder Schreiberfahrung. Gemeinsam erkunden wir vielfältige Zugänge zum kreativen Schreiben:

Datum: Mittwoch, 23.02.2026

Zeit: 18:00 bis 19:30 Uhr, 7 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 4

Kosten: 140 € 5 bis 12 Personen

Kursleitung: Anja Grundner (selbständige Poesiekünstlerin)

Einschreibung zu den Kursen

- **Online:** <https://purkersdorf.vhs-noe.at>
- **Telefonisch und persönlich:**
im Sekretariat der VHS, Stadtgemeinde Purkersdorf
Tel.: 02231 / 63 601 DW 235

Nichtteilnahme und verspäteter Kursantritt

Verspäteter Kurseintritt oder Nichtteilnahme geben keinen Anspruch auf eine Reduktion des Beitrages. Eine Rückzahlung des Kursbeitrages erfolgt nur dann, wenn ein Kurs von der VHS abgesagt wird. Bei Einstellung eines Kurses während des Semesters wird ein aliquoter Teil des Kursbeitrages rückerstattet.

Gesundheit & Leben

7003

Heilpilze und Speisekräuter. Eine Waldwanderung

Pilze und Menschen teilen eine lange gemeinsame Geschichte von Nahrung und Heilung, Spiritualität, Wachsen und Vergehen. Der Fokus dieser Wanderung liegt einerseits auf der Lebensweise und dem ökologischen Stellenwert der Pilze. Denn darin begründet sich der zweite Fokus: der Nähr- und Heilwert der Pilze. Als Ernährungswissenschaftlerin biete ich Vitalpilz-Beratung an und gebe auf der Wanderung zahlreiche Einblicke Einblicke in die Welt der Pilze als Nahrungsergänzung. Sammeltipps, Koch- und Heilmittelrezepte zum Thema findet man außerdem in meinem Buch „Heimische Heil- und Vitalpilze“, das bei der Führung erhältlich ist. Die Wanderung findet bei fast jedem Wetter statt. Bei Starkregen oder Sturm werden alle Anmeldeten rechtzeitig telefonisch informiert.

Datum: Freitag, 15.05.2026

Zeit: 16:00 bis 18:00 Uhr, einmalig

Ort: Treffpunkt beim P&R, ggü Kellerwiese

Kosten: 25 € 5 bis 20 Personen

Kursleitung: Mag. Gerit Fischer
(Naturpark Kooperationspartnerin)

NEU!

2061

Fasten – Ein Weg für mich? Infoabend

Nur trinken und dabei keinen Hunger haben? Eine absolut beeindruckende Erfahrung. Kaum zu glauben, wenn man es noch nicht ausprobiert hat. Wie das geht und was das bringt, erfahren Sie an diesem Abend. Bringen Sie Ihre persönlichen Fragen mit und profitieren Sie von meiner 30-jährigen Erfahrung in der Leitung von Fastengruppen und eigenen Fastenzeiten zwischen 5 und 28 Tagen.

Datum: Mittwoch, 25.02.2026

Zeit: 19:00 bis 20:30 Uhr, einmalig

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 4

Kosten: 17 € 3 bis 15 Personen

Kursleitung: Anna Köck (Kinesiopraktikerin®, Kinesiologie-Ausbildnerin, Fastencoach, Krankenhausseelsorgerin)

NEU!

2060

Gesund und vital – Fasten in der Gruppe

Liebevoll, kompetent und mit viel Erfahrung begleite ich Sie durch Ihre Fastenzeit.

Diese umfasst: 2 Vorfastentage 05. – 06.03., 5 Vollfastentage 07. – 11.03., 3 Nachfastentage 12. – 14.3.

Die Treffen beinhalten Fachinformationen, Austausch und spirituelle Impulse. Genießen Sie die Unterstützung durch die Gruppe. Als Fastencoach bin ich auch zwischen den Treffen telefonisch für Sie da. Fasten ist im Alltag möglich!

Beginn: Freitag, 06.03.2026

Termine: 06.03., 08.03., 10.03., 12.03.2026

Zeit: 19:00 bis 20:30 Uhr, 4x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 4

Kosten: 105 € 4 bis 15 Personen

Kursleitung: Anna Köck (Kinesiopraktikerin®, Kinesiologie-Ausbildnerin, Fastencoach, Krankenhausseelsorgerin)

Schnupperstunde

Eine Schnupperstunde kann nur, wenn nicht anders angegeben, in der ersten Stunde konsumiert werden. Der Besuch einer Schnupperstunde ist an eine Anmeldung während der Einschreibefrist gebunden. Nehmen Sie den Kursplatz dann nicht in Anspruch, bitten wir Sie, Ihre Anmeldung zu stornieren.

Gesundheit & Leben

NEU!

9000

VORTRAG - Zeitreise

"Purkersdorf gestern-heute-morgen" - Bahnhöfe

Am 23.04.2026 findet die 3. Veranstaltung in Serie, diesmal zu dem Thema Bahnhöfe, statt. Dr. Christian Matzka führt uns durch die Historie der Bahn, Gerhard Bürgmann ist mit seinem Archiv unterstützend dabei.

Purkersdorf war, ist und bleibt ein Ort an der Schiene – und damit ein Ort im Wandel. An den Bahnhöfen der Stadt lässt sich wie unter einem Vergrößerungsglas ablesen, wie sich Purkersdorf von der Durchzugsstation im Wienerwald zu einem modernen Wohn- und Lebensraum im Nahbereich der Großstadt entwickelt hat.

„Purkersdorf – gestern – heute- morgen“ heißt daher bei den Bahnhöfen: Die historische Schiene bewahren, den Alltag an der Station verbessern und mutig überlegen, wie aus Verkehrsknoten echte Lebensräume für die Stadt von morgen werden können.

Datum: Donnerstag, 23.04.2026

Zeit: 19:00 bis 21:00 Uhr, einmalig

Ort: voraussichtlich Stadtsaal Purkersdorf

Kosten: EINTRITT FREI!

Kursleitung: Dr. Christian Matzka

NEU!

2062 Epigenetik: Ihre Gene sind nicht Ihr Schicksal.

Wie Sie das Ablesen Ihrer Gene beeinflussen.

Kommen Sie mit auf einen Weg zu mehr Wohlbefinden und Vitalität mit den einfachen und wirksamen K-Power® (Kraft der Kinesiologie) Methoden. Inhalte: 12 Faktoren, die das Ablesen Ihrer Gene beeinflussen. Ärger- und Groll-Ablassventile / Selbstberuhigungszyklus / Meridianmassage / Punkte zur Energiesteigerung. Unbewusste Spuren vergangener Traumata löschen. Sich selbst kinesiologisch testen als Fortbildung zur Selbsthilfe oder einfach so.

Zusätzlich zum Kursbeitrag sind 24 € für das Kursbuch an die Kursleiterin zu bezahlen.

Datum: Samstag, 18.04.2026

Zeit: 10:00 bis 19:00 Uhr, einmalig

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 130 € 4 bis 12 Personen

Kursleitung: Anna Köck (Kinesiopraktikerin®, Instruktorin für K-Power®)

VORTRAG - Selbstheilung durch die Kraft der Seele

In unserem Leben werden wir immer wieder mit Herausforderungen konfrontiert. Methoden diese zu transformieren gibt es unzählige. Teilweise können wir gute Erfolge verbuchen. Manche Themen sind jedoch weniger zugänglich. Sie entziehen sich der konstruktiven Bearbeitung bzw. bei körperlichen Herausforderungen gibt es manchmal keine verlässliche Behandlungsmöglichkeit. Der Vortrag gibt Dir einen Überblick in die Möglichkeiten und die Wirkungsweise der Seelenheilung.

6000 Selbstheilung durch die Kraft der Seele

Datum: Donnerstag, 05.03.2026

Zeit: 18:30 bis 20:30 Uhr, einmalig

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 5

Kosten: 25 € 2 bis 12 Personen

Kursleitung: Dr. Reinhard Fuchs (www.soulhouse.wien)

6010 Selbstheilung durch die Kraft der Seele

Datum: Freitag, 29.05.2026

Zeit: 18:30 bis 20:30 Uhr, einmalig

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 5

Kosten: 25 € 2 bis 12 Personen

Kursleitung: Dr. Reinhard Fuchs (www.soulhouse.wien)

Gesundheit & Leben

VORTRAG - Selbstheilung im Alltag

In unserem Leben werden wir immer wieder mit Herausforderungen konfrontiert. Methoden diese zu transformieren gibt es unzählige. Teilweise können wir gute Erfolge verbuchen. Manche Themen sind jedoch weniger zugänglich. Sie entziehen sich der konstruktiven Bearbeitung bzw. bei körperlichen Herausforderungen gibt es manchmal keine verlässliche Behandlungsmöglichkeit. Das Bild, das wir von der Welt und unserem Leben haben, ist oft rätselhaft und unverständlich. Üblicherweise sind wir schwerpunktmäßig auf die materielle Welt im Außen fokussiert. Die Hinzunahme der weniger beachteten (oder sogar unbekannten) Ebenen unseres Seins, wie z.B. Herz und Seele, können ein Weltbild generieren, das vieles erklären kann woran wir sonst zweifeln. In diesem Vortrag bekommst du einen Überblick in die Möglichkeiten, die uns unsere Seele in Bezug auf Selbstheilung eröffnet.

6001

Selbstheilung im Alltag

Datum: Donnerstag, 19.03.2026
Zeit: 18:30 bis 20:30 Uhr, einmalig
Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 5
Kosten: 25 € 2 bis 12 Personen

Kursleitung: Dr. Reinhard Fuchs (www.soulhouse.wien)

6011

Selbstheilung im Alltag

Datum: Freitag, 19.06.2026
Zeit: 18:30 bis 20:30 Uhr, einmalig
Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 5
Kosten: 25 € 2 bis 12 Personen

Kursleitung: Dr. Reinhard Fuchs (www.soulhouse.wien)

6002

VORTRAG – Selbstheilung durch die Kraft der TAO-Kalligrafien

Tao Kalligrafie ist "Transformative Kunst" und bietet tiefgründige Transformation und Heilung für alle Aspekte unseres Lebens. Was ist Kalligrafie? Das Wort "Kalligrafie" stammt aus dem Griechischen und bedeutet "die Kunst des schönen Schreibens". Eine besondere Form der chinesischen Kalligrafie ist Yi Bi Zi, bei der die vielen einzelnen Striche, aus denen sich die chinesischen Worte zusammensetzen, zu einer durchgehenden Linie verbunden werden. Dr. and Master Zhi Gang Sha hat den Schriftzug der Kalligrafie mit der Essenz des Tao (Quelle der Schöpfung) verbunden und diese Qualität so in die Kalligrafie hineingeladen. Auf diese Weise entsteht aus der Kunstform "Kalligrafie" eine "Tao Kalligrafie", die durch die spirituelle Komponente eine transformierende Wirkung hat.

Die Essenz des Tao, die in die Kalligrafien übertragen wurde, kann alle Aspekte unseres Lebens transformieren.

Dies beinhaltet Verstärkung der Energie, Ausdauer, Vitalität und Immunität, sowie Heilung des spirituellen, mentalen, emotionalen und physischen Körpers. Ebenso Vorbeugung aller Krankheiten, Transformation von Beziehungen, Steigerung von Intelligenz, sowie Erfolg in allen Aspekten des Lebens.

Auf der ganzen Welt haben tausende von Menschen durch diese Kalligrafien Lebenstransformation auf allen Ebenen erfahren dürfen.

Datum: Donnerstag, 09.04.2026
Zeit: 18:30 bis 20:30 Uhr, einmalig
Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 5
Kosten: 25 € 2 bis 12 Personen

Kursleitung: Dr. Reinhard Fuchs (www.soulhouse.wien)

Online-Anmeldung

Besuchen Sie die Homepage <https://purkersdorf.vhs-noe.at>. Hier finden Sie unter Kurse alle Angebote der VHS Purkersdorf. Sie können entweder eine Auswahl über die einzelnen Kategorien treffen oder im Suchfeld einen Begriff eintragen.

Gesundheit & Leben

NEU!

8318

Stimmtraining & Stimmgesundheit für die Sprechstimme - Grundkurs

Finden Sie Ihre Stimme – klar, kräftig, gesund!

In Beruf und Alltag spielt unsere Stimme eine zentrale Rolle – ob im Unterricht, im Kundengespräch, bei Präsentationen oder im privaten Austausch. Doch oft wird sie überbeansprucht oder falsch eingesetzt. Dieser Kurs bietet praxisorientiertes Wissen und effektive Übungen rund um den gesunden und wirkungsvollen Stimmeinsatz.

Inhalte des Kurses: Grundlagen der Stimmfunktion, Atemtechnik und Körperhaltung für eine freie Stimme, Übungen zur Stimmkräftigung und -pflege, bewusster Einsatz von Artikulation, Sprechtempo und Betonung, Individuelles Feedback zur eigenen Stimme.

Zielgruppe: Alle, die beruflich oder privat viel sprechen – Lehrkräfte, Sprecher:innen, Coaches, Führungskräfte, Studierende und Interessierte jeden Alters.

Beginn: Dienstag, 17.02.2026

Zeit: 18:00 bis 19:00 Uhr, wöchentlich, 10 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 145 € 2 bis 8 Personen

Kursleitung: Claudia Skrivanek (Schauspielerin, Sprecherin und Agenturleiterin b2c media)

NEU!

8319

Stimmtraining & Stimmgesundheit für die Sprechstimme - Aufbaukurs

Vertiefung, Verfeinerung, Ausdrucks Kraft

Sie haben bereits Grundkenntnisse im Bereich Stimme und Sprechtraining gesammelt – nun möchten Sie Ihre stimmlichen Fähigkeiten gezielt weiterentwickeln? Dann ist dieser Aufbaukurs genau das Richtige für Sie! In diesem Kurs arbeiten wir intensiv an der Verfeinerung Ihrer stimmlichen Präsenz, erweitern Ihre Ausdrucksmöglichkeiten und geben Ihrer Sprechstimme mehr Tiefe, Tragfähigkeit und Authentizität. Im Fokus steht die individuelle Weiterentwicklung von Atem, Körper & Sprechstimme und somit Ihres gesamten Auftritts!

Kursinhalte: Erweiterte Atem- und Resonanztechniken, Intensive Körperarbeit und Stimmklang, Umgang mit stimmlicher Belastung im Alltag und Beruf, Feinanalyse von Stimme, Körpersprache und Sprechausdruck, Individuelles Coaching und gezielte Übungen.

Zielgruppe: Teilnehmende mit Vorerfahrung im Bereich Stimmtraining für die Sprechstimme oder Absolvent:innen meines Grundkurses.

Beginn: Dienstag, 17.02.2026

Zeit: 19:15 bis 20:15 Uhr, wöchentlich, 10 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 170 € 2 bis 8 Personen

Kursleitung: Claudia Skrivanek (Schauspielerin, Sprecherin und Agenturleiterin b2c media)

Digitales Zeitalter

8402 Smartphone & Tablet Kurs für Anfänger:innen



Sie lernen Ihr Gerät von Grund auf kennen. Wie und wo gebe ich die Kontakte ein und wo speichere ich sie ab? Wie nutze ich Telefon, SMS, WhatsApp? Wie mache ich Fotos, Selfies, Videos? Sie machen viele praktische Übungen. Der Kurs eignet sich für absolute Anfänger:innen. Bitte bringen Sie Ihr Gerät (inkl. Ladekabel) aufgeladen und sämtliche Passwörter mit!

Beginn: Freitag, 20.02.2026

Zeit: 09:30 bis 11:30 Uhr, wöchentlich, 3 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 125 € 4 bis 7 Personen

Kursleitung: Ing. Hilmar Ott

Digitales Zeitalter

8403 Smartphone & Tablet Kurs für Fortgeschrittene



Sie kennen sich schon auf Ihrem Smartphone etwas aus - möchten aber mehr über Zusammenhänge und optimale Nutzung kennen lernen. Günstig wäre der vorherige Besuch des Smartphone und Tablet Kurses für Anfänger:innen. Dieser Kurs wird als Workshop geführt - es wird auf die Wünsche der Teilnehmer:innen besonders eingegangen. Möglich wäre so z.B. die Installation nützlicher APPs. Bitte bringen Sie Ihr Gerät (inkl. Ladekabel) aufgeladen und sämtliche Passwörter mit!

Beginn: Freitag, 13.03.2026

Zeit: 09:30 bis 11:30 Uhr, wöchentlich, 3 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 125 € 4 bis 7 Personen

Kursleitung: Ing. Hilmar Ott

8404

Laptop Kurs für Anfänger:innen



Sie lernen Ihr Gerät von Grund auf kennen. Sie erlernen den grundsätzlichen Aufbau von Windows und wie Sie wo, was geordnet abspeichern. Wir gehen ins Internet, verwenden Google, E-Mail und Fotos.

Der Kurs eignet sich für Anfänger:innen und Senior:innen.

Bitte bringen Sie Ihr Gerät (inkl. Ladekabel) aufgeladen und sämtliche Passwörter mit!

Beginn: Freitag, 20.02.2026

Zeit: 13:00 bis 15:00 Uhr, wöchentlich, 3 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 125 € 4 bis 7 Personen

Kursleitung: Ing. Hilmar Ott

8405

Laptop Kurs für Fortgeschrittene



Sie sind mit Ihrem Laptop schon etwas vertraut und haben darauf Windows 10 oder 11 installiert. Günstig wäre, wenn Sie bereits einen Anfänger:innen Kurs besucht hätten. Sie erlernen, wie Sie nützliche Programme im Internet finden und diese installieren und nutzen können. Der Kurs wird als Workshop geführt - und es wird auf erfüllbare Wünsche der Teilnehmer:innen nach Möglichkeit eingegangen.

Der Kurs eignet sich auch für Senior:innen.

Bitte bringen Sie Ihr Gerät (inkl. Ladekabel) aufgeladen und sämtliche Passwörter mit!

Beginn: Freitag, 13.03.2026

Zeit: 13:00 bis 15:00 Uhr, wöchentlich, 3 x

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 125 € 4 bis 7 Personen

Kursleitung: Ing. Hilmar Ott

8410

So einfach geht's: Fotos & Videos mit dem Smartphone - Workshop



Dein Smartphone kann mehr als du denkst - besonders wenn es ums kreative Gestalten geht! In diesem Workshop lernst du, wie du mit einfachen Mitteln bessere Fotos und Videos aufnimmst: spannende Perspektiven, gute Belichtung, schöne Schnitte. Du setzt eigene Ideen um und schneidest ein kurzes Video direkt auf deinem Handy - Schritt für Schritt erklärt, ganz ohne Vorwissen. Ideal für alle, die Lust auf kreative Abwechslung haben - egal ob Anfänger:in oder schon etwas geübt. Bitte bring dein aufgeladenes Smartphone mit.

Datum: Mittwoch, 13.05.2026

Zeit: 17:00 bis 20:00 Uhr, einmalig

Ort: BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 1

Kosten: 85 € 3 bis 8 Personen

Kursleitung: Sandra Gangoly (Fotografin)

Teilnahmebedingungen

Anmeldung

Falls nicht anders angegeben muss die Anmeldung bis **spätestens eine Woche vor Kursbeginn** erfolgen, da bei nicht ausreichender Teilnehmer:innenzahl die Kurse zu diesem Zeitpunkt abgesagt werden müssen.

Einschreibung zu den Kursen

- **Online:** <https://purkersdorf.vhs-noe.at>
- **Telefonisch und persönlich:**
im Sekretariat der VHS, Stadtgemeinde Purkersdorf
Tel.: 02231 / 63 601 DW 235

Erklärung Online-Anmeldung

Besuchen Sie die Homepage <https://purkersdorf.vhs-noe.at>. Hier finden Sie unter Kurse alle Angebote der VHS Purkersdorf. Sie können entweder eine Auswahl über die einzelnen Kategorien treffen oder im Suchfeld einen Begriff eintragen.

GRÜN = Buchbar
SCHWARZ = Abgesagt

ROT = Ausgebucht
GELB = Warteliste

Klicken Sie auf den Button ANMELDUNG und Sie gelangen zum Anmeldeformular. Die Pflichtfelder müssen ausgefüllt werden, danach kann das Formular abgesendet werden. Sie erhalten nun an die von Ihnen angegebene Mailadresse ein eMail mit der Bitte, den Anmeldelink zu öffnen. Damit sind Sie nun ordnungsgemäß angemeldet.

AK-Förderung

Die AK Niederösterreich fördert Kurse, die in diesem Kursprogramm mit einem Logo der AK gekennzeichnet sind, mit 50% der Kurskosten bis 150 € bzw. bei EDV-Kursen 100 % der Kurskosten bis 220 €. Für gewisse Personengruppen gibt es höhere Fördersätze.

Details entnehmen Sie bitte der Homepage der AK Niederösterreich: <https://noe.arbeiterkammer.at/bildungsbonus>

Einzahlung

Nach erfolgreicher Anmeldung zahlen Sie bitte den Kursbeitrag auf folgendes Konto ein – erst nach der Einzahlung ist der Kursplatz gesichert.

Stadtgemeinde Purkersdorf

Bank Austria | BLZ 12000 | Kto. 619 070 097

IBAN: AT531200000619070097, BIC: BKAUATWW

Der **Einzahlungsbeleg** gilt als Kurskarte und ist zu den Veranstaltungen mitzubringen und auf Verlangen vorzuweisen.

Schnupperstunde

Eine Schnupperstunde kann nur, wenn nicht anders angegeben, in der ersten Stunde konsumiert werden. Der Besuch einer Schnupperstunde ist an eine Anmeldung während der Einschreibefrist gebunden. Nehmen Sie den Kursplatz dann nicht in Anspruch, bitten wir Sie, Ihre Anmeldung zu stornieren.

Nichtteilnahme und verspäteter Kursantritt

Verspäteter Kursantritt oder Nichtteilnahme geben keinen Anspruch auf eine Reduktion des Beitrages. Eine Rückzahlung des Kursbeitrages erfolgt nur dann, wenn ein Kurs von der VHS abgesagt wird. Bei Einstellung eines Kurses während des Semesters wird ein aliquoter Teil des Kursbeitrages rückerstattet.

Teilnahmebedingungen

Leitung VHS-Purkersdorf

Beatrix Kaukal
Tel.: 0676 / 59 25 035
@: beatrix.kaukal@gmx.at

Sekretariat

Mag. Katharina Infeld
Stadtgemeinde Purkersdorf, VHS Kursbetreuung
BIZ, Schwarzhubergasse 5, 3002 Purkersdorf
Tel.: 02231 / 63 601 DW 256, @: vhs@purkersdorf.at

Sandra Jägersberger - Finanz
Stadtgemeinde Purkersdorf, Finanz-Verwaltung
Rathaus, Hauptplatz 1, 3002 Purkersdorf
Tel.: 02231 / 63 601 DW 235, @: vhs@purkersdorf.at

Impressum

Medieninhaber, Herausgeber und Redaktion:
Stadtgemeinde Purkersdorf, Hauptplatz 1, 3002 Purkersdorf

Druckerei/Hersteller:

Wallig Ennstaler Druckerei und Verlag Ges.m.b.H.
Hauptplatz 36, 8962 Gröbming

Verlagspostamt: 8962 Gröbming

Satz- und Druckfehler vorbehalten.

Eine Änderung der Kurse ist möglich. Bitte schauen Sie dazu regelmäßig auf die Homepage der VHS, die laufend aktualisiert wird. <https://purkersdorf.vhs-noe.at>

Stand Dezember 2025

Bildungs- und Berufsberatung 2026

Haben Sie Fragen zu Ihrer beruflichen Zukunft?
Unsere Beratungsgespräche sind persönlich, vertraulich und kostenlos.

Wir informieren Sie über:

- Aus- und Weiterbildung
- Nachholen von Abschlüssen
- Passende Bildungsangebote
- Berufliche Umorientierung!

Terminvereinbarungen:

DI (FH) Andrea Hintermayer, BA,
Tel. 0699/12720001,
andrea.hintermayer@bhw-n.eu

Mittwoch, 14.01.2026
Mittwoch, 18.02.2026
Mittwoch, 11.03.2026
Mittwoch, 15.04.2026
Mittwoch, 20.05.2026
Mittwoch, 17.06.2026
Mittwoch, 15.07.2026
Mittwoch, 19.08.2026

jeweils von 14:00 bis 17:00 Uhr im
BIZ, Schwarzhubergasse 5, Raum 2