Stadtgemeinde Wolkersdorf im Weinviertel

Meine **Erfolgs**hochschule.

# Volkshochschule

Wolkersdorf

## Wintersemester 2026/27

**Mit AK-Bildungsbonus!!!**

https://wolkersdorf.vhs-noe.at

Verband Niederösterreichischer Volkshochschulen

## Inhaltsverzeichnis


| | |
|---|---|
| 1. Sprachen | S. 4 |
| 2. Beruf und Persönlichkeit | S. 6 |
| 3. Gesundheit und Fitness | S. 8 |
| 4. Kinder und Jugendliche | S. 10 |
| 5. Hobby und Freizeit | S. 12 |



**Volkshochschule / Bibliothek Wolkersdorf**
**Hauptstraße 30**
**Tel. Nr. 02245 / 20160**
**bibliothek@wolkersdorf.at**
**vhs.wolkersdorf@gmx.at**


## Unsere Ausleihkonditionen (ab. 1. Juli 2024)

| | Betrag inkl. USt | Frist |
|---|---|---|
| pro **Buch** und/oder **Hör-CD** | € 0,80 | 3 Wochen |
| Verlängerung | € 0,80 | 3 Wochen |
| Überziehung der Entlehnfrist | € 0,80 | 1 Woche |
| pro **Buch** (f. Kinder u. Jugendliche) | € 0,40 | 3 Wochen |
| Verlängerung (f. Kinder u. Jugendliche) | € 0,40 | 3 Wochen |
| Überziehung (f. Kinder u. Jugendliche) | € 0,40 | 1 Woche |
| **Zeitschriften** und **Magazine** | € 0,80 | 1 Woche |
| pro **Tonie-Figur** | € 0,40 | 1 Woche |
| Verlängerung für max. 1 weitere Woche | € 0,40 | |
| **Tonie-Box** | € 1,00 | 1 Woche |
| Verlängerung für max. 1 weitere Woche | € 1,00 | |
| **DVD** | € 1,00 | 1 Woche |
| Einmalige **Einschreibgebühr** | € 2,00 | |
| **Jahreskarte Erwachsene** | € 30,00 | 1 Jahr |
| **Jahreskarte Familie** | € 30,00 | 1 Jahr |
| **Jahreskarte Kinder u. Jugendliche** | € 15,00 | 1 Jahr |

| | |
|---|---|
| 1. Mahnung (nach 6 Wochen) | € 1,00 |
| 2. Mahnung | € 2,00 |
| 3. Mahnung | € 4,00 |

## Öffnungszeiten

| | |
|---|---|
| Mittwoch | 15 - 19 Uhr |
| Donnerstag | 9 - 13 Uhr |
| Freitag | 15 - 19 Uhr |
| Samstag | 9 - 13 Uhr |

Werte KursinteressentInnen! Geschätzte Damen und Herren!

Sprachen, Persönlichkeitsbildung, Gesundheit, Mentaltraining oder Selbstverteidigung! Die VHS Wolkersdorf bietet unter dem Motto „Lebenslanges Lernen“ viele Möglichkeiten, sich neue Kompetenzen anzueignen. Wählen Sie aus dem attraktiven und abwechslungsreichen Angebot.
Anregende Kursstunden und viel Vergnügen bei den diversen Workshops wünscht Ihnen
Ihr Bürgermeister Ing. Dominic Litzka

Die **AK Niederösterreich** fördert Kurse, die in diesem Kursprogramm mit einem Logo der AK gekennzeichnet sind, mit 50 % der Kurskosten bis 150 € pro Kalenderjahr. Details entnehmen Sie bitte der Homepage der AK Niederösterreich

noe.arbeiterkammer.at/bildungsbonus

Alle Mitglieder der **AK Wien** können sich unter der Telefonnummer **0800 311 311** oder unter http://wien.arbeiterkammer.at/bildungsgutschein informieren.

**Anmeldung:** Aus organisatorischen Gründen ist eine schriftliche, telefonische oder persönliche Anmeldung unbedingt bis eine Woche vor Kursbeginn erforderlich! Die Vergabe der Plätze erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen!

**Tel.: 02245/20160**

**Adresse: Hauptstraße 30, 2120 Wolkersdorf**

**E-Mail: vhs.wolkersdorf@gmx.at**

**Homepage: wolkersdorf.vhs-noe.at**

**Kursgebühr:** Die Einzahlung der Kursgebühr erfolgt mittels Zahlschein bzw. mit dem IBAN am Beginn des Kurses. Eine Rückerstattung im Falle einer Verhinderung ist grundsätzlich nicht vorgesehen.

**Kursbeginn:** Beachten Sie, dass die Kurse nur stattfinden können, wenn sich genügend Teilnehmer anmelden. Sie erhalten eine schriftliche oder telefonische Verständigung, wenn der Kurs zustande kommt. In Einzelfällen können die Kurse auch zu einem späteren Zeitpunkt beginnen bzw. kann es zu Terminverschiebungen kommen.

**Kursort:** Der Kursort wird im Programm angegeben.

**Lehrbücher:** Bei den meisten Sprachkursen werden Lehrbücher verwendet. Den Buchpreis erfahren Sie am ersten Kurstag.

Viel Freude und Erfolg bei Ihren ausgewählten Kursen wünscht

Karin Schuster/VHS-Leiterin

# 1. Sprachen

**W26S01: Englisch für EinsteigerInnen und leicht Fortgeschrittene - A1**

Auf einfache, aber effektive Weise lernen Sie Schritt für Schritt Englisch und gewinnen dabei Sicherheit in der Aussprache. Sie erlernen einfache Alltagskommunikation durch Grammatik- und Wortschatzübungen. Eventuell können vergessene Kenntnisse wieder aufgefrischt werden. Das Lernen macht Spaß und ist praxisnah gestaltet.
**Montag, 16:15-17:45 Uhr, 1. Termin: 05.10.2026**
10 Kursabende, Kursgebühr: € 110,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Kursleiterin: MMag.ª Sandra Jandl, Sprachentrainerin

---

**W26S02: Englisch für Fortgeschrittene – A2**

Die Grundgrammatik und der Wortschatz werden wiederholt sowie mit schriftlicher und mündlicher Konversation vertieft.
**Donnerstag, 16:00-17:30 Uhr, 1. Termin: 08.10.2026**
10 Kursabende, Kursgebühr: € 110,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Kursleiterin: MMag.ª Sandra Jandl, Sprachentrainerin

---

**W26S03: Französisch für Fortgeschrittene - A2**

In entspannter Lernatmosphäre erlernen Sie, sich in Alltagssituationen zurecht zu finden. Der Fokus liegt auf der Erweiterung des Wortschatzes, der Anwendung grundlegender Grammatik sowie der Verbesserung der Kommunikationsfähigkeiten.
**Mittwoch, 18:00-19:00 Uhr, 1. Termin: 07.10.2026**
15 Kursabende, Kursgebühr: € 110,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Kursleiter: Benjamin Hermé, Native Speaker

---

**W26S04: Spanisch für EinsteigerInnen – A1**

Der Kurs ist für AnfängerInnen und alle, die schon einmal Spanisch gelernt haben und ihre verschütteten Kenntnisse wieder auffrischen möchten. Sie erarbeiten Basiskenntnisse durch Grammatik- und Wortschatzübungen, einfache Alltagskommunikation und Konversation.
**Donnerstag, 17:30-19:00 Uhr, 1. Termin: 08.10.2026**
10 Kursabende, Kursgebühr: € 110,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Kursleiterin: Mag.ª Andrea Teufel, Sprachentrainerin

**W26S05: Deutsch als Fremdsprache – A1**

In angenehmer Atmosphäre und ohne Stress erlernen Sie die deutsche Sprache und erhalten Einblicke in die gesellschaftlichen Normen und Werte auf Basis eines gegenseitigen Kennenlernens. Den Schwerpunkt bildet die mündliche Konversation, die mit schriftlichen Übungen ergänzt wird.
**Freitag, 08:00-09:30 Uhr, 1. Termin: 16.10.2026**
10 Kursvormittage, Kursgebühr: € 110,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Kursleiterin: Mag.ª Silvia Moosmaier, MA, Zertifizierte Sprachtrainerin

---

**W26S06: Italienisch für EinsteigerInnen und leicht Fortgeschrittene - A1**

Der Kurs ist für AnfängerInnen ohne Vorkenntnisse und alle, die schon einmal Italienisch gelernt haben und ihr vergrabenes Wissen wieder auffrischen oder verbessern möchten. Auf einfache, aber effektive Weise lernen Sie Schritt für Schritt Italienisch. Sie erarbeiten Basiskenntnisse durch einfache Grammatik- und Wortschatzübungen für Alltag, Reise und einfache Gespräche.
**Montag, 09:00-10:30 Uhr, 1. Termin: 05.10.2026**
10 Kursvormittage, Kursgebühr: € 110,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Kursleiterin: Mariagiulia Di Piramo, Native Speaker

---

**W26S07: Italienisch für Fortgeschrittene – A2**

Die Grundgrammatik und der Wortschatz werden wiederholt sowie mit schriftlicher und mündlicher Konversation vertieft. In entspannter Lernatmosphäre erlernen Sie, sich in Alltagssituationen zurecht zu finden. Der Fokus liegt auf der Erweiterung des Wortschatzes, der Anwendung grundlegender Grammatik sowie der Verbesserung der Kommunikationsfähigkeiten.
**Montag, 10:30-12:00 Uhr, 1. Termin: 05.10.2026**
10 Kursvormittage, Kursgebühr: € 110,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Kursleiterin: Mariagiulia Di Piramo, Native Speaker

DIE ARBEITERKAMMER NIEDERÖSTERREICH FÖRDERT KURSE,
die in diesem Kursprogramm AK-gekennzeichnet sind.
AK Bildungsbonus | AK extra Digi-Bonus
AK NIEDERÖSTERREICH
Auf der Homepage der AK Niederösterreich finden Sie nähere Informationen und den Online-Antrag.
noe.arbeiterkammer.at/akbeihilfen

# 2. Beruf und Persönlichkeit

**W26B01: Digitale Enkel verstehen - Was Kinder heute online erleben – und wie Großeltern sie sicher begleiten können**

Smartphones, Apps, YouTube, Online-Spiele und Künstliche Intelligenz gehören für Kinder ganz selbstverständlich zum Alltag. Doch welche Apps nutzen Kinder heute eigentlich, was begeistert sie daran und welche Herausforderungen können dabei entstehen? Dieser Vortrag gibt Großeltern einen verständlichen Einblick in die digitale Lebenswelt ihrer Enkel und zeigt, wie sie Kinder kompetent, interessiert und sicher begleiten können. Zusätzlich werden aktuelle Betrugsmaschen wie der Enkeltrick, Phishing-Nachrichten oder Fake-Meldungen erklärt und praktische Tipps für den Alltag vermittelt. So erhalten Großeltern mehr Sicherheit im Umgang mit digitalen Themen und können ihre Enkel auch online besser verstehen und begleiten.
**Dienstag, 13.10.2026 von 08:30-11:30 Uhr**
Kursgebühr: € 22,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referentin: Mag.ª Barbara Rattay

---

**W26B02: Kinder sicher durch die digitale Welt begleiten - Orientierung, Regeln und praktische Tipps für den Familienalltag**

Kinder und Jugendliche bewegen sich heute selbstverständlich in digitalen Räumen. Eltern stehen dabei oft vor Fragen zu Apps, Bildschirmzeit, sozialen Medien und möglichen Risiken. Dieser Vortrag vermittelt einen praxisnahen Überblick über aktuelle Trends, Chancen und Gefahren der digitalen Welt. Themen wie Cybergrooming, Cybermobbing, Sextortion, Künstliche Intelligenz und Fake News werden verständlich erklärt. Darüber hinaus erhalten Eltern konkrete Handlungsempfehlungen und alltagstaugliche Strategien, um ihre Kinder sicher und verantwortungsvoll durch die digitale Welt zu begleiten.
**Donnerstag, 21.01.2027 von 18:00-20:30 Uhr**
Kursgebühr: € 22,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referentin: Mag.ª Barbara Rattay

---

**W26B03: Lernunterstützung für dein Kind mit KI**

So können Sie ihr Kind kreativ mit KI beim Lernen unterstützen.
Schularbeitsvorbereitungen mit Hilfe der KI, Lernstoff als Hörbuch, Der Stoff als Video, Vokabellernen mit Quiz, Merkblätter & Übungen mit Hilfe von KI individuell erstellen.
**Montag, 12.10.2026 von 18:00-20:00 Uhr**
Kursgebühr: € 55,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referentin: Mag.ª Veronika Geyer, MBA, MSC

**W26B04: Lernunterstützung für dein Kind mit KI**

So können Sie ihr Kind kreativ mit KI beim Lernen unterstützen.
Schularbeitsvorbereitungen mit Hilfe der KI, Lernstoff als Hörbuch, Der Stoff als Video, Vokabellernen mit Quiz, Merkblätter & Übungen mit Hilfe von KI individuell erstellen.
**Montag, 18.01.2027 von 18:00-20:00 Uhr**
Kursgebühr: € 55,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referentin: Mag.ª Veronika Geyer, MBA, MSC

---

**W26B05: PimpMyJob – Tipps & Tricks im Bewerbungsprozess**

In diesem Workshop zeigt Ihnen eine erfahrene Expertin, die seit vielen Jahren im Personalmanagement tätig ist, was ein gutes Motivationsschreiben ausmacht und wie es zur eigenen Jobsuche passt. Sie plaudert aus der Schule des Bewerbungsmanagements und gibt Tipps und Tricks, wie aus einer frustrierenden Jobsuche ein motivierter Neustart zum idealen Traumjob werden kann. Sie lernen Bewerbungsschreiben sinnvoll aufzubauen und Ihre Stärken klar zu zeigen und optimieren gemeinsam die eigenen Unterlagen, wie z.B. Lebenslauf oder Motivationsschreiben.
*Zielgruppe:* Arbeitsuchende ab 15 Jahren
**Dienstag, 20.10.2026 von 18:30-20:00 Uhr**
Kursgebühr: € 26,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referentin: Andrea Schirmer

---

**W26B06: PimpMyJob – Tipps & Tricks im Bewerbungsprozess**

In diesem Workshop zeigt Ihnen eine erfahrene Expertin, die seit vielen Jahren im Personalmanagement tätig ist, was ein gutes Motivationsschreiben ausmacht und wie es zur eigenen Jobsuche passt. Sie plaudert aus der Schule des Bewerbungsmanagements und gibt Tipps und Tricks, wie aus einer frustrierenden Jobsuche ein motivierter Neustart zum idealen Traumjob werden kann. Sie lernen Bewerbungsschreiben sinnvoll aufzubauen und Ihre Stärken klar zu zeigen und optimieren gemeinsam die eigenen Unterlagen, wie z.B. Lebenslauf oder Motivationsschreiben.
*Zielgruppe:* Arbeitsuchende ab 15 Jahren
**Dienstag, 12.01.2027 von 09:30-11:00 Uhr**
Kursgebühr: € 26,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referentin: Andrea Schirmer

# 3. Gesundheit und Fitness

**W26G01: „Kopf frei – Stressbewältigung, die wirklich funktioniert“**

Stress gehört zum Alltag – aber er muss nicht das letzte Wort haben. In diesem Workshop lernen die TeilnehmerInnen, wie Stress im Körper und Geist entsteht, welche Muster unbewusst belasten und welche alltagstauglichen Methoden sofort helfen, wieder in ihre Kraft zu kommen. Praxisnah, direkt und direkt im Alltag umsetzbar.
Inhalte: Stressmuster erkennen, Nervensystem regulieren, mentale Entspannungstechniken, Atem- und Achtsamkeitsübungen, eigene Ressourcen stärken, praktische Übungen für zuhause.
**Dienstag, 17.11.2026 von 18:00-19:30 Uhr**
Kursgebühr: € 35,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referentin: Claudia Kreiner, Dipl. Mentaltrainerin

---

**W26G02: „Neu durchstarten – Motivation finden, wenn der Antrieb fehlt“**

Manchmal weiß man genau, was man möchte – und trotzdem geht nichts weiter. Dieser Workshop gibt Ihnen konkrete Werkzeuge, um Blockaden zu erkennen, Ihre persönliche Motivation neu zu verankern und ins Tun zu kommen. Ohne Druck, aber mit klarer Richtung und neuen förderlichen Gewohnheiten.
Inhalte: Was ist Motivation, wie motiviere ich mich, wie fange ich an, wie bleibe ich dran, mein Warum, neue förderliche Gewohnheiten, Ziele erreichen.
**Donnerstag, 14.01.2027 von 18:00-19:30 Uhr**
Kursgebühr: € 35,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referentin: Claudia Kreiner, Dipl. Mentaltrainerin

---

**W26G03: Achtsam Genießen – Warum wir essen, was wir fühlen**

Essen ist weit mehr als reine Energieaufnahme. Oft essen wir aus Stress, Frust, Langeweile oder alten Kindheitsmustern. Dein Kopf ist voll, aber dein Magen fühlt sich immer noch leer an? In unserem Workshop brechen wir den Kreislauf aus emotionalem Essen und Heißhunger-Attacken.
Das nimmst du mit:
Wie fühlt sich echter Hunger an, wo sitzt die Sättigung und wie gelingt der schnelle „Körpercheck“ im stressigen Alltag?
Welche Hormone steuern dein Essverhalten und mit welchen Nährstoffen fängst du Heißhunger auf physiologischer Ebene ab?
**Freitag, 06.11.2026 von 17:00-20:00 Uhr**
Kursgebühr: € 95,- inkl. Verkostung
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referentinnen: Mag.ª Julia Geißler-Katzmann, Ernährungswissenschafterin und
Mag.ª Evelyn Obermaier, Klinische & Gesundheitspsychologin

**W26G04: Fermentieren - oder die „Kochkunst der Natur“**

Wir machen einen Blick auf unsere geheimnisvolle Beziehung mit Mikroorganismen; eine Beziehung voller Kulinarik, Tradition und Koexistenz.
Ein Schnellkurs für Anfänger, sowie ein Erste-Hilfe-Kurs für die Beseitigung von Problemen beim Fermentieren.
Ablauf:
1. Grundlagen: Ausgangsmaterialien, Salz, Gemüsearten, Gefäße
2. Praktischer Teil: Ein Ferment wird vorgezeigt, Starterkultur, Fermentierungsumgebung, Kontrolle, Gärungszeiten, Aufbewahrung.
3. Verkostung eines Ferments, beliebte Rezepte, Fermentationsmethoden anderer Länder.
Abschluss mit Frage und Antwort
**Dienstag, 10.11.2026 von 18:00-20:00 Uhr**
Kursgebühr: € 25,- inkl. Verkostung und Infoblatt
Kursort: Schloss Wolkersdorf, Schlossplatz 2, Kleiner Saal
Referent: Hassan Sarsam, Buchautor der beliebten ORF-TV Sendung „Natur im Garten“

---

**W26G05: Fermentieren - oder die “Kochkunst der Natur”**

Wir machen einen Blick auf unsere geheimnisvolle Beziehung mit Mikroorganismen; eine Beziehung voller Kulinarik, Tradition und Koexistenz.
Ein Schnellkurs für Anfänger, sowie ein Erste-Hilfe-Kurs für die Beseitigung von Problemen beim Fermentieren.
Ablauf:
1. Grundlagen: Ausgangsmaterialien, Salz, Gemüsearten, Gefäße
2. Praktischer Teil: Ein Ferment wird vorgezeigt, Starterkultur, Fermentierungsumgebung, Kontrolle, Gärungszeiten, Aufbewahrung.
3. Verkostung eines Ferments, beliebte Rezepte, Fermentationsmethoden anderer Länder.
Abschluss mit Frage und Antwort
**Dienstag, 19.01.2027 von 18:00-20:00 Uhr**
Kursgebühr: € 25,- inkl. Verkostung und Infoblatt
Kursort: Schloss Wolkersdorf, Schlossplatz 2, Kleiner Saal
Referent: Hassan Sarsam, Buchautor der beliebten ORF-TV Sendung „Natur im Garten“

**W26G06: Mach Schluss mit der Blutzucker-Achterbahn und den Heißhungerattacken!**

Kennen Sie das? Nach dem Essen hält das Sättigungsgefühl nicht lange an und der Heißhunger schlägt erbarmungslos zu? In diesem Kochkurs „blutzuckerfreundlich kochen“ lernen Sie, mit den richtigen Zutaten und einfachen Hacks die Gerichte so zu zaubern, dass sie lange satt machen, die Energie konstant halten und Heißhunger-Attacken ausbleiben. Ohne Verzicht oder Verbote.
Inhalt: Die besten Tipps für einen stabilen Blutzucker im Alltag. Schnelle, alltagstaugliche Rezepte und ein mehrgängiges Essen mit hochwertigen Lebensmitteln.
**Samstag, 07.11.2026 von 09:30-13:30 Uhr**
Kursgebühr: € 95,- inkl. Lebensmittel und Skript
Kursort: Schulküche der NöMS Withalmstraße 4, Wolkersdorf
Referentin: Mag.ª Julia Geißler-Katzmann, Ernährungswissenschafterin

---

**W26G07: Genuss fürs Herz: herzgesund kochen**

Sie möchten auf Ihren Körper achten und ein paar neue, kreative Rezepte kennenlernen, die das Herz-Kreislaufsystem optimal unterstützen können?
Im Kochkurs „Genuss fürs Herz: herzgesund kochen“ lernen Sie, durch die besten Ansätze aus Ernährungswissenschaft und purem Genuss, den richtigen Zutaten und kreativen Tricks, die Gerichte so zu zaubern, dass sie das Herz unterstützen.
Inhalt: Die besten alltagstauglichen Tipps, schnelle und unkomplizierte Rezepte sowie ein mehrgängiges Essen mit hochwertigen Lebensmitteln.
**Freitag, 22.01.2027 von 17:00-21:00 Uhr**
Kursgebühr: € 95,- inkl. Lebensmittel und Skript
Kursort: Schulküche der NöMS Withalmstraße 4, Wolkersdorf
Referentin: Mag.ª Julia Geißler-Katzmann, Ernährungswissenschafterin

## 4. Kinder und Jugendliche

**W26K01: „Ich fühl was und sag´s auch“ für Kinder von 5-10 Jahren**

Gefühle begleiten uns jeden Tag – doch sie zu verstehen und auszudrücken ist nicht immer einfach. In diesem Workshop lernen Kinder ihre Gefühle wahrzunehmen, sie in Alltagssituationen kennenzulernen und auszusprechen. Um im Alltag gut weiterüben zu können, basteln wir gemeinsam eine Gefühlsschablone.
**Dienstag, 06.10.2026 von 16:00-17:30 Uhr**
Kursgebühr: € 32,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referentin: Alexandra Schordan, Dipl. Mentaltrainerin für Kinder und Jugendliche

**W26K02: „Ich bin ich - meine Stärken entdecken und zeigen“ für Kinder von 5-10 Jahren**

In diesem Workshop arbeiten die Kinder bewusst an ihren Stärken – was sind Stärken überhaupt, was haben sie für welche und wie können sie im Alltag genutzt werden, um damit langfristig ihre Fertigkeiten zu trainieren. Für die langfristige Übung an den Stärken basteln die Kinder eine „unterstützende Kraft“ zu ihrer Verwendung im Alltag.
**Dienstag, 26.01.2027 von 16:00-17:30 Uhr**
Kursgebühr: € 32,-
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referentin: Alexandra Schordan, Dipl. Mentaltrainerin für Kinder und Jugendliche

---

**W26K03: Selbstverteidigung für Mädchen von 10-18 Jahren**

Bewegung und körperliche Betätigung stehen dabei im Vordergrund. Es wird vor allem auf den Aufbau von körperlicher und geistiger Selbstbeherrschung sowie auf die Steigerung von Konzentration und Selbstvertrauen geachtet.
Mitzubringen: bequeme Sport-Kleidung, Turnschuhe mit weißer Sohle, Trinkflasche
**Donnerstag, 22.10.2026 von 17:15-20:45 Uhr**
Kursgebühr: € 40,-
Kursort: Bewegungsraum im Kindergarten, Kindergartenweg 7, Wolkersdorf
Trainer: Igor Zgela

---

**W26K04: Selbstverteidigung für Mädchen von 10-18 Jahren**

Bewegung und körperliche Betätigung stehen dabei im Vordergrund. Es wird vor allem auf den Aufbau von körperlicher und geistiger Selbstbeherrschung sowie auf die Steigerung von Konzentration und Selbstvertrauen geachtet.
Mitzubringen: bequeme Sport-Kleidung, Turnschuhe mit weißer Sohle, Trinkflasche
**Donnerstag, 07.01.2027 von 17:15-20:45 Uhr**
Kursgebühr: € 40,-
Kursort: Bewegungsraum im Kindergarten, Kindergartenweg 7, Wolkersdorf
Trainer: Igor Zgela

---

**W26K05: Make-up Workshop für Mädchen von 12–18 Jahren**

Ihr lernt die Grundlagen eines typgerechten Make-ups – von der richtigen Hautvorbereitung bis zur Anwendung von Foundation, Concealer und Puder. Mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen und praktischen Tipps kreiert ihr einen natürlichen Look, der zu eurem Alter und Typ passt.
**Dienstag, 11.01.2027 von 15:00-18:00 Uhr**
Kursgebühr: € 125,-
Kursort: Akademie Just Perfect, Julius-Bittner-Platz 1/5, Wolkersdorf
Referentin: Jennifer Pulz, Friseurmeisterin, Dipl. Make-up Artistin und Dipl. Visagistin

# 5. Hobby und Freizeit

**W26H01: Kochworkshop „Wintergemüse - Fitmacher in der kalten Jahreszeit“**

Draußen wird es kalt, aber in unserer Küche wird es gemütlich und aromatisch!
Vergessen Sie das Vorurteil, dass die kalte Jahreszeit kulinarisch eintönig ist.
In diesem Workshop lernen Sie, wie man aus der Vielfalt der heimischen Lebensmittel moderne & kreative Gerichte zaubern kann. Mit praktischen Tipps und Tricks werden Sie in die Düfte der Küche eintauchen und wir erwecken heimische Klassiker und fast vergessene Raritäten zu neuem Leben.
**Samstag, 17.10.2026 von 09:00-13:00 Uhr**
Kursgebühr: € 88,- + Lebensmittelkosten extra vor Ort zu bezahlen
Kursort: Schulküche der NöMS Withalmstraße 4, Wolkersdorf
Referentin: Christine Berthold, Seminarbäuerin

---

**W26H02: Kochworkshop „Pizza, Gnocchi & Co – Das Italien-Gefühl für Zuhause!“**

Du liebst den Duft von frisch gebackener Pizza und die perfekte Konsistenz von fluffigen, selbstgemachten Gnocchi?
Egal, ob du KochanfängerIn bist oder deine Fähigkeiten auf das nächste Level bringen willst: Hier legt jeder selbst Hand an. Miteinander Kochen ist die halbe Arbeit, das gemeinsame Essen danach die doppelte Freude! Mit köstlichen Rezepten, nützlichen Infos zu den Lebensmitteln und viel gemeinsamen Spaß am Herd wird unter Anleitung der Seminarbäuerin gekocht.
**Montag, 18.01.2027 von 17:30-21:30 Uhr**
Kursgebühr: € 88,- + Lebensmittelkosten extra vor Ort zu bezahlen
Kursort: Schulküche der NöMS Withalmstraße 4, Wolkersdorf
Referentin: Christine Berthold, Seminarbäuerin

---

**W26H03: Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene**

In diesem Kurs können Sie Ihre Nähkenntnisse auffrischen oder neu erwerben.
Gemeinsam fertigen wir je nach Näherfahrung Blusen, Röcke, Hosen und vieles mehr.
Individuelle Betreuung durch die Kursleiterin. Kontakt: s.zechmeister@aon.at
**Dienstag, 18:00-21:00 Uhr, 1. Termin: 13.10.2026**
5 Kursabende, Kursgebühr: € 150,-
*Bitte die eigene Nähmaschine mitbringen!*
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Kursleiterin: Silvia Zechmeister, Textilrestauratorin

**W26H04: Jersey & Sweat-Workshop für Anfänger**

Gemeinsam nähen wir ein einfaches Shirt, einen Sweater mit Rundhalsausschnitt oder einen ausgestellten Rock mit Bündchen.
Individuelle Betreuung durch die Kursleiterin. Kontakt: s.zechmeister@aon.at
**Samstag, 16.01.2027 von 10:00-15:00 Uhr**
Kursgebühr: € 70,-
*Bitte die eigene Nähmaschine mitbringen!*
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Workshopleiterin: Silvia Zechmeister, Textilrestauratorin

---

**W26H05: Anti-Aging Workshop für Frauen ab 40+**

Entdecken Sie die Geheimnisse eines typgerechten Make-ups für reife haut. Sie lernen, wie die richtige Hautpflege und passende Make-up-Techniken Ihre natürliche Schönheit unterstreichen und für ein frisches, gepflegtes Erscheinungsbild sorgen.
**Dienstag, 23.11.2026 von 15:00-18:00 Uhr**
Kursgebühr: € 145,-
Kursort: Akademie Just Perfect, Julius-Bittner-Platz 1/5, Wolkersdorf
Referentin: Jennifer Pulz, Friseurmeisterin, Dipl. Make-up Artistin und Dipl. Visagistin

---

**W26H06: Herbstkranz aus Naturmaterialien – stimmungsvolle Dekoration für Tür und Tisch**

Der Herbst bietet eine Fülle an Farben, Formen und natürlichen Schätzen. In diesem Workshop gestalten Sie Ihren persönlichen Herbstkranz aus saisonalen Naturmaterialien,
Trockenblumen, Früchten und dekorativen Akzenten. Dabei lernen Sie Grundlagen der Farb- und Materialkombination kennen und entwickeln ein stimmungsvolles Werkstück für Tür, Tisch oder Wand. Der Kurs eignet sich für AnfängerInnen, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
**Samstag, 17.10.2026 von 09:00-13:00 Uhr**
Kursgebühr: € 50,- + ca. € 25,- Materialkosten extra vor Ort zu bezahlen
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referentin: Agnes Bergmayer, Meisterfloristin

**W26H07: Mit Pflanzen Wohnräume gestalten – grüne Ideen für ein schönes Zuhause**

Grüne Pflanzen schaffen eine wohnliche Atmosphäre und setzen natürliche Akzente in jedem Zuhause. Lernen Sie, welche Zimmerpflanzen für die verschiedenen Wohnbereiche geeignet sind und wie diese harmonisch in die Raumgestaltung integriert werden können. Im praktischen Teil gestalten Sie eine dekorative Pflanzschale mit ausgewählten Grünpflanzen und passenden Gestaltungselementen zum Mitnehmen. Der Kurs eignet sich für AnfängerInnen, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
**Samstag, 23.01.2027 von 09:00-13:00 Uhr**
Kursgebühr: € 50,- + ca. € 35,- Materialkosten extra vor Ort zu bezahlen
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referentin: Agnes Bergmayer, Meisterfloristin

---

**W26H08/ 09: Früchte genauer kennenlernen und bestimmen für interessierte NaturforscherInnen ab 15 Jahren! Teil 1 und 2**

Früchte besitzen eine faszinierende Biologie und vielfältige Formen. Der Workshop vermittelt grundlegende anatomische und morphologische Merkmale sowie Bestimmungswissen, da jede Art charakteristische Fruchtmerkmale aufweist. Dafür erkunden wir verschiedene Naturräume und lernen Fruchttypen, ihre Ausbreitung und mögliche Nutzungen direkt vor Ort kennen. Lupen (mind. 10×) sind hilfreich, um feine Strukturen zu erkennen; bei Bedarf werden auch Kulturfrüchte einbezogen. Dem Wetter angepasste Kleidung, Verpflegung und gutes Schuhwerk sind Voraussetzung! Hunde bitte zu Hause lassen! Bei Schlechtwetter können die Termine verschoben oder als Indoor-Veranstaltung durchgeführt werden. Beide Termine bauen aufeinander auf. Ziel ist ein solides Verständnis der Fruchttypen und ihrer Systematik, Einblicke in die Evolution sowie eine Erweiterung der Artenkenntnis. Kontakt: rudolf.rozanek@gmx.at
**Samstag, 10.10.2026 (Teil1) und**
**Samstag, 05.12.2026 (Teil2) jeweils von 09:00-12:00 Uhr**
Treffpunkt: Eingang Stadtbibliothek Wolkersdorf
Kursgebühr: jeweils € 32,- inkl. Skriptum
Referent: Mag. Rudolf Rozanek, Biologe

---

**W26H10: Neues zum Hunderecht in Wolkersdorf i.W.**

In nur 60 Minuten erhalten Sie einen kompakten Überblick über die aktuellen rechtlichen Bestimmungen für Hundebesitzer. Erfahren Sie, was die neue bundesweite Sachkundenachweispflicht ab 1. Juli 2026 bedeutet, welche Vorgaben in Niederösterreich gelten und welche Regeln zu Leine, Maulkorb, Haftung und Versicherung im Alltag wichtig sind. Der interaktive Workshop bietet neben verständlichen Informationen auch ausreichend Gelegenheit, Ihre persönlichen Fragen zu stellen.
**Freitag, 20.11.2026 von 18:00-19:00 Uhr**
Kursgebühr: € 5,- **Anmeldung unbedingt erforderlich!**
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referent: Dr. Levente B. Bräuer-Nagy, Rechtsanwalt

**W26H11: Probleme mit Handy, Internet oder digitalen Geräten?**

Sie benötigen Unterstützung beim Android-Smartphone, Tablet, Windows-Laptop/PC, Internet, WLAN, Drucker, TV, Mobilfunk-, Internet- und TV-Angeboten sowie Geräten wie Saugrobotern. Einstellungen, Apps, E-Mail, Fotos, Speicherplatz und Verbindungen werden gemeinsam geklärt. Der „Technikkummerkasten“ bietet Raum für (fast) alles, das nicht funktioniert, wie es sollte.
Nicht angeboten werden: Reparaturen, Lötarbeiten, Hardware-Umbauten, professionelle Datenrettung, komplexe Netzwerktechnik, Intranet- oder Serverlösungen und Apple-Problemlösungen.
Hausbesuche sind nach Absprache möglich, wenn Geräte nicht einfach mitgebracht werden können.
**Samstag, 24.10.2026 von 09:00-12:00 Uhr**
Kursgebühr: € 14,- **Anmeldung unbedingt erforderlich!**
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referent: Philipp Ebert, BSc, Technik-Profi

---

**W26H12: Probleme mit Handy, Internet oder digitalen Geräten?**

Sie benötigen Unterstützung beim Android-Smartphone, Tablet, Windows-Laptop/PC, Internet, WLAN, Drucker, TV, Mobilfunk-, Internet- und TV-Angeboten sowie Geräten wie Saugrobotern. Einstellungen, Apps, E-Mail, Fotos, Speicherplatz und Verbindungen werden gemeinsam geklärt. Der „Technikkummerkasten“ bietet Raum für (fast) alles, das nicht funktioniert, wie es sollte.
Nicht angeboten werden: Reparaturen, Lötarbeiten, Hardware-Umbauten, professionelle Datenrettung, komplexe Netzwerktechnik, Intranet- oder Serverlösungen und Apple Problemlösungen.
Hausbesuche sind nach Absprache möglich, wenn Geräte nicht einfach mitgebracht werden können.
**Samstag, 30.01.2027 von 09:00-12:00 Uhr**
Kursgebühr: € 14,- **Anmeldung unbedingt erforderlich!**
Kursort: Stadtbibliothek Wolkersdorf
Referent: Philipp Ebert, BSc, Technik-Profi

**Bildungs- & Berufsberatung NÖ in der Stadtgemeinde Wolkersdorf:**
**persönlich – unabhängig – regional**

Nützen Sie die Bildungs- und Berufsberatung bei Themen wie diesen:

- Sie möchten sich beruflich neu orientieren
- Sie steigen nach einer längeren Pause wieder ins Berufsleben ein
- Sie suchen eine passende Aus- oder Weiterbildung
- Sie wollen einen Bildungsabschluss nachholen
- Sie benötigen Infos zu Förderungen

Die **persönlichen Beratungsgespräche** finden jeweils am **ersten Mittwoch jedes Monats**, von **15:00 – 18:00 Uhr** in der Stadtbibliothek Wolkersdorf statt.

**„Die Beratungen sind kostenfrei, unabhängig,**
**wertschätzend und ergebnisorientiert!**
**Ich freue mich auf Sie! Melden Sie sich einfach bei mir an!“**

## Nutzen Sie jetzt Ihre Chancen für eine bessere Zukunft!

Ihre ganz persönliche Weiterentwicklung – völlig kostenfrei, unverbindlich und selbstverständlich streng vertraulich. Frau Jeanette Hammer, BA, ist diplomierte Berufs- und Bildungsberaterin und für Sie in Ihrer Region als kompetente Ansprechpartnerin unterwegs.

Die genauen Termine für die persönlichen Beratungsgespräche finden Sie unter **www.bildungsberatung-noe.at**.
Bitte nehmen Sie Ihre Anmeldung telefonisch unter 0676 / 525 4805 oder per E-Mail: **j.hammer@bildungsberatung-noe.at** vor.

Gefördert von:
Bildungsberatung Niederösterreich
Kofinanziert von der Europäischen Union
Bundesministerium Frauen, Wissenschaft und Forschung
AK NIEDERÖSTERREICH

**Anmeldung**

Ich melde mich zu folgendem Kurs/folgenden Kursen an:
**Anmeldeschluss: 1 Woche vor Kursbeginn**

Stadtgemeinde Wolkersdorf im Weinviertel

| Kursnummer | Kursbezeichnung |
|---|---|
| | |
| | |
| | |

| | |
|---|---|
| Zuname | |
| Vorname | |
| Titel | |
| Straße | |
| PLZ | |
| Ort | |
| Telefon | |
| Mobiltelefon | |
| E-Mail-Adresse | |
| Beruf | |
| Geburtsdatum | |

Datum:
Unterschrift:

Aus organisatorischen Gründen ist eine schriftliche, telefonische oder persönliche Anmeldung unbedingt bis eine Woche vor Kursbeginn erforderlich!
Tel.: 02245/20160, Adresse: Hauptstr. 30, 2120 Wolkersdorf,
e-mail: vhs.wolkersdorf@gmx.at
Bitte bedenken Sie, dass kurzfristige Absagen die Abhaltung des gesamten Kurses in Frage stellen.