



Lehrgänge des ZVB Obertshausen 1964 e. V.

www.zvb-obertshausen.de




Ab hier: Lehrgangsprogramm des ZVB Obertshausen 1964 e. V.

Die **nachfolgenden Lehrgänge** werden vom Stenografenverein ZVB Obertshausen 1964 e. V. durchgeführt. Wir verweisen hierzu auf die AGB's des ZVB auf der ZVB-Homepage:

www.zvb-obertshausen.de

Anmeldungen für die ZVB-Kurse bitte nur unter:

 **06104 7688820**

E-Mail: anmeldung@zvb-obertshausen.de

Bitte **keine** Kurszahlungen an die VHS Obertshausen durchführen!

Benötigen Sie für einen Lehrgang einen **barrierefreien Zugang**, so teilen Sie dies bitte in der Anmeldung mit!

Stenografie – Kurzschrift

5.04.01 S Stenografie - Schnupperkurs

Die schnellste „Geheimschrift“ der Welt



Für Jugendliche ab 13 Jahre und Erwachsene

6 Unterrichtstage à 1 Stunde (*nicht in den hess. Schulferien*)

Was sind denn das für komische Hieroglyphen? Das ist die schnellste Schrift der Welt! Mit der Hand schneller schreiben als die meisten Menschen reden und jedes Wort mitschreiben? Das geht mit der Stenografie!

Wir schnuppern in die ersten Zeichen und Kürzel der Dt. Einheitskurzschrift (Stenografie). Nach dem Kurs können erste Wörter und leichte Sätze gelesen und geschrieben werden. Bei ausreichendem Interesse ist im Anschluss ein vollständiger Grundkurs möglich.

Da Stenografie lernintensiv ist (wie Fremdsprachen), ist das Üben zu Hause zwischen den Kurstagen erforderlich.

Leitung: Nicole Sahm

Beitrag: 49,00 Euro

Ort: Gesellschaftsraum Bürgerhaus

Termin: montags, 17:30 Uhr – 18:30 Uhr

Beginn: 7. September 2026

Info/Anmeldung unter  **06104 7688820**



5.04.01 T Kurzschrift-Verkehrsschrift-Trainingsgruppe ca. 1 – 2 x pro Monat nach Absprache

Für alle Liebhaber der Kurzschrift, die die Verkehrsschrift vollständig gelernt haben, diese regelmäßig im Alltag anwenden und ihre Kenntnisse darin vertiefen möchten.

Leitung: Nicole Sahm
Beitrag: 120,00 Euro für 10 Unterrichtstage
Ort: Gesellschaftsraum Bürgerhaus
Termin: montags, 17:45 Uhr – 18:45 Uhr
Beginn: Einstieg jederzeit möglich

5.04.01 R Kurzschrift-Redeschriftkurs

Jeden Donnerstag (außer in den Ferien/an Feiertagen)

Für alle Liebhaber der Kurzschrift, die ihre Kenntnisse, insbesondere der Eil-/Redeschrift, vertiefen und ihre Geschwindigkeit ausbauen möchten.

Leitung: Brigitte Stegner
Beitrag: 25,00 Euro/monatlich
zzgl. 6,00 Euro einmaliger Aufnahmebeitrag
Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 106
Termin: donnerstags, 17:00 Uhr - 18:30 Uhr
Beginn: 13. August 2026 (Einstieg jederzeit möglich)

5.04.02 Kurzschrift-Trainingskurs

Jeden Donnerstag (außer in den Ferien/an Feiertagen)

Es wird in den Geschwindigkeiten von 200 bis 450 Silben trainiert.

Leitung: Brigitte Stegner
Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 106
Termin: donnerstags, 18:30 Uhr - 20:00 Uhr
Beginn: 13. August 2026 (Einstieg jederzeit möglich)



10-Finger-Tastaturschreiben (Computerschreiben/Blindschreiben)

5.04.04 Schüler-Grundkurs ab 9 Jahren bzw. ab dem 3. Schuljahr

20 Unterrichtstage à 2 Schulstunden
(nicht in den hess. Schulferien)

Spielerisch wird Kindern ab dem 3. Schuljahr das 10-Finger-Tastaturschreiben mit viel Spaß (durch viele Schreibspiele) und einem modernen kindgerechten Lehrbuch beigebracht.

Leitung: Nicole Sahm
Beitrag: 169,00 Euro inkl. Lehrbuch
Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 103
Termin: mittwochs, 17:00 Uhr – 18:30 Uhr
Beginn: 21. Oktober 2026

5.04.08 A Tastaturschreib-Grundkurs (Kompaktkurs) für Jugendliche/Erwachsene in nur 3 Wochen (Mindestalter: 12 Jahre)

6 Abende à 2,5 Stunden

Es wird in kurzer Zeit, zwei Mal pro Woche, das Tastatenfeld ohne die obere Zahlenreihe nach der bewährten 10-Finger-Methode mit viel Spaß, Schreibspielen und einem modernen Lehrbuch erlernt.

Leitung: Patrick Sahm
Beitrag: 110,00 Euro inkl. Lehrbuch
Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 101
Termine: jeweils dienstags und donnerstags
17:15 Uhr – 19:45 Uhr
Beginn: 18. August 2026

**Anmeldungen und Informationen
für die ZVB-Lehrgänge nur unter:**

Telefon: 06104 7688820

E-Mail: anmeldung@zvb-obertshausen.de

Siehe auch die AGB's für die ZVB-Lehrgänge auf der
ZVB-Homepage: www.zvb-obertshausen.de



SCAN ME



**5.04.08 B Tastschreib-Grundkurs (Kompakt-WE-Kurs)
an nur 2 Samstagen;** *(Mindestalter: 13 Jahre)*

Es wird an nur zwei vollen Samstagen das Tastenfeld ohne die obere Zahlenreihe nach der bewährten 10-Finger-Methode mit viel Spaß, Schreibspielen und einem modernen Lehrbuch erlernt.



Leitung: Patrick Sahn
Beitrag: 169,00 Euro
inkl. Lehrbuch, 2 x Mittagessen, Getränke
Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 101
Termine: Samstag, 29. August 2026 und
Samstag, 5. September 2026
jeweils 08:30 Uhr – 18:00 Uhr

5.04.08 C Tastschreib-Grundkurs für Erwachsene

10 Abende à 2 Schulstunden

Es wird das Tastenfeld ohne die obere Zahlenreihe nach der bewährten 10-Finger-Methode mit viel Spaß, Schreibspielen und einem modernen Lehrbuch erlernt.

Leitung: Patrick Sahn
Beitrag: 110,00 Euro inkl. Lehrbuch
Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 101
Termin: donnerstags, 19:00 Uhr – 20:30 Uhr
(nicht in den hess. Schulferien)
Beginn: 19. Oktober 2026

**5.04.08 D Tastschreib-Grundkurs ab 12 Jahre,
Auszubildende und Studierende**

12 Abende à 2 Schulstunden

Es wird das Tastenfeld ohne die obere Zahlenreihe nach der 10-Finger-Methode mit viel Spaß, Schreibspielen und einem modernen, jugendgerechtem Lehrbuch erlernt.

Leitung: Patrick Sahn
Beitrag: 119,00 Euro inkl. Lehrbuch
Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 101
Termin: dienstags, 17:15 Uhr – 18:45 Uhr
(nicht in den hess. Schulferien)
Beginn: ab 27. Oktober 2026



5.04.06/07 Tastschreib-Trainingsgruppen

Wöchentlich (nicht in den hess. Schulferien)

Voraussetzung: Es wurde bereits **mind. ein Grundkurs** im 10-Finger-Tastschreiben belegt.

Steigerung der Tastschreibleistung, Erlernen der Textkorrektur nach DIN 5008, sowie der professionellen Textbearbeitung in Word. Möglichkeit zur Teilnahme an Wettbewerben (bis zu Weltmeisterschaften).

Leitung: A) Irina Kistner B) Patrick Sahm

Beitrag: 10,00 Euro/monatlich

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 101/A103

Termin: A) montags, 17:30 Uhr – 19:00 Uhr

B) mittwochs, 18:45 Uhr – 20:15 Uhr

Beginn: 10./12. August 2026 (Einstieg jederzeit möglich)

PC-Lehrgänge (u. a. MS Office)

5.04.17 Grundkurs: Einstieg in WINDOWS

(auch für Teilnehmende 50+ und Seniorinnen/
Senioren geeignet - barrierefrei)

6 Abende à 2 Stunden

Lernen Sie das Betriebssystem Windows von Microsoft kennen, welches auf fast allen neuen PC's vorinstalliert ist. Was kann ein Betriebssystem und für was brauche ich dieses? Welche Programme sind in Windows kostenfrei enthalten? Wie kann man Daten in Windows sichern und wie kann man Dateien in Windows organisieren? Viele praktische Übungen.

Dieser Kurs ist der perfekte Einstieg für alle, die bisher nur sehr wenig oder gar nicht am PC gearbeitet haben. Es stehen Schul-PC's zur Verfügung. Es kann aber auch ein eigener Laptop mitgebracht werden.

Leitung: Robert König

Beitrag: 115,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 014

Termin: mittwochs, 19:00 Uhr – 21:00 Uhr

Beginn: 4. November 2026



5.04.03 Präsentationen mit „PowerPoint“ erstellen *(auch für Schüler/-innen geeignet!)*

4 Abende à 2 Schulstunden

Inhalte: Präsentationsregeln, Formatierungen, Animationen, Folienübergänge, Folien einfügen/verschieben/löschen, Aufzählungen u. Grafiken einfügen, Hintergrundgestaltung, viele Übungen.

Leitung: Patrick Sahn

Beitrag: 65,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 101

Termin: donnerstags, 19:00 Uhr – 20:30 Uhr

Beginn: ab 10. September 2026

5.04.10 A Grundkurs MS EXCEL

6 Abende à 2 Schulstunden

Einführung in MS Excel sowie Benutzeroberfläche, Speichern, Seiteneinstellungen, Drucken, Kopf-/Fußzeile, Formatierungen, Einfügen von Diagrammen und die wichtigsten Formeln, viele Übungen.

Leitung: Patrick Sahn

Beitrag: 95,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 101

Termin: dienstags, 19:00 Uhr – 20:30 Uhr

Beginn: 22. September 2026

5.04.10 B Übungs- und Vertiefungskurs MS EXCEL

4 Abende à 2 Schulstunden

Sie möchten Ihre Excel-Kenntnisse auffrischen oder Sie haben einen Excel-Grundkurs besucht und möchten das Erlernte üben? Mit vielen praktischen Übungen wiederholen wir Formatierungen und die wichtigsten Formeln.

Leitung: Patrick Sahn

Beitrag: 55,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 101

Termin: dienstags, 19:00 Uhr – 20:30 Uhr

Beginn: 17. November 2026



**5.04.10 C Grundkurs MS EXCEL und MS Word
für den Berufsalltag**

8 Abende à 2 Schulstunden

Benutzeroberflächen, Speicheroptionen, Seiteneinstellungen, Drucken, Kopf-/Fußzeile, Formatierungen, Einfügen von Grafiken (Word) und Diagrammen (Excel) sowie die wichtigsten Formeln (Excel), viele Übungen aus dem beruflichen Alltag.

Leitung: Natalia Kistner

Beitrag: 125,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 103

Termin: montags, 19:00 Uhr – 20:30 Uhr

Beginn: 21. September 2026

**5.04.10 D Grundkurs MS EXCEL
für Schüler/-innen ab 13 Jahren**

5 Unterrichtstage à 2 Schulstunden

Einführung in MS Excel sowie Benutzeroberfläche, Speichern, Seiteneinstellungen, Drucken, Kopf-/Fußzeile, Formatierungen, Einfügen von Diagrammen und die wichtigsten Formeln, viele Übungen.

Leitung: Patrick Sahn

Beitrag: 75,00 Euro inkl. Formelsammlung

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 101

Termin: donnerstags, 17:15 Uhr – 18:45 Uhr

Beginn: 29. Oktober 2026

5.04.12 A Grundkurs MS Word

5 Abende à 2 Schulstunden

Benutzeroberfläche, Ansichten, Druck-/Speicheroptionen, Spalten, Umbrüche, Kopf-/Fußzeile, Formatierungen, Seiteneinstellungen, Einfügen und Positionieren von Symbolen, Grafiken und Tabellen, viele Übungen.

Leitung: Natalia Kistner

Beitrag: 85,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 103

Termin: mittwochs, 19:00 Uhr – 20:30 Uhr

Beginn: 21. Oktober 2026



5.04.14 Kinder-Schreibwerkstatt ab dem 2. Schuljahr „Es weihnachtet sehr“

(für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren)



5 Unterrichtstage à 2 Schulstunden

Eine Schreibwerkstatt für junge Autoren/-innen. Die Kinder begeben sich auf eine kreative Entdeckungsreise, lernen spielerisch mit der Tastatur bzw. dem PC umzugehen und erlernen die Grundlagen der Textbearbeitung in Word. Zudem entwickeln sie eigene Geschichten rund um die Weihnachtszeit und erwecken Charaktere zum Leben, so dass die technischen Fähigkeiten, die Kreativität, das Sprachgefühl und das Selbstvertrauen gefördert wird.

Leitung: Tina Feuerstein

Beitrag: 59,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 209

Termin: mittwochs, 17:00 Uhr – 18:30 Uhr

Beginn: 28. Oktober 2026

5.04.28 Word-Workshop „zeiteffizientes Arbeiten in Word mit Tastaturbefehlen ohne Maus“

2 Abende à 2 Schulstunden

Zeiteffizientes Arbeiten möglichst ohne PC-Maus in Word. Bewegen/Markieren und Formatierungen fast nur mit Tastatenbefehlen. Korrekturzeichen nach DUDEN/DIN 5008.

Leitung: Patrick Sahn

Beitrag: 30,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 101

Termin: donnerstags, 19:00 Uhr – 20:30 Uhr

Beginn: 22. Oktober 2026

5.04.29 Word-Workshop „Inhaltsverzeichnisse“

2 Abende à 2 Schulstunden



Wir erstellen mit Formatvorlagen ein professionelles und automatisiertes Inhaltsverzeichnis. Die perfekte Hilfe für lange Ausarbeitungen (z. B. Studienarbeit).

Leitung: Patrick Sahn

Beitrag: 30,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 101

Termin: dienstags, 19:00 Uhr – 20:30 Uhr

Beginn: 8. September 2026



5.04.12 B Gemeinsam mit meinem Enkelkind Word entdecken (Enkelkinder: 9 – 11 Jahre)

4 Unterrichtsnachmittage à 1 Stunde



In diesem Workshop werden erste Grundkenntnisse in Word vermittelt. Spielerisches Kennenlernen im Duo (Enkelkind mit Oma oder Opa) der wichtigsten Word-Funktionen: Benutzeroberfläche, Speichern, Drucken, Zeichen- und Absatzgestaltungen (Formatierungen), Einfügen und Gestalten von Bildern/Grafiken.

Leitung: Nicole Sahm

Beitrag: 79,00 Euro pro „Duo“ (= 2 Personen)

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 103

Termin: mittwochs, 17:00 Uhr – 18:00 Uhr

Beginn: 26. August 2026

5.04.12 C Grundkurs MS Word für Kinder ab 12 Jahre

4 Unterrichtstage à 2 Schulstunden



Spieleisches Kennenlernen von vielen nützlichen Word-Funktionen, wie z. B. Zeichen- und Absatzgestaltungen (Formatierungen), Speichern, Drucken, Einfügen und Gestalten von Tabellen, Symbolen und Zeichnungselementen sowie Tastenbefehle. Viele Übungen.

Leitung: Patrick Sahm

Beitrag: 65,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 101

Termin: donnerstags, 17:15 Uhr – 18:45 Uhr

Beginn: 10. September 2026

Anmeldungen und Informationen für die ZVB-Lehrgänge nur unter:

Telefon: 06104 7688820

E-Mail: anmeldung@zvb-obertshausen.de

Siehe auch die AGB's für die ZVB-Lehrgänge auf der

ZVB-Homepage: www.zvb-obertshausen.de



SCAN ME



Bewerbungen

5.04.24 A Bewerbungskurs für die Ausbildungs- und Praktikumssuche (ab 14 Jahre/8. Klasse)

5 Nachmittage à 2 Schulstunden



Vorbereitungstraining für Bewerbungen inkl. Vorstellungsgespräche/Einstellungstests für Praktika und Ausbildung inkl. Erstellen einer professionellen und individuellen Bewerbung in Word. Viele Tipps rund um die Bewerbung.

Leitung: Patrick Sahn

Beitrag: 55,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 101

Termin: dienstags, 17:15 Uhr – 18:45 Uhr

Beginn: 8. September 2026

5.04.24 B Der Bewerbungsscheck

Individueller Kompaktkurs

Wir prüfen die zuletzt erstellte Bewerbung. Im Anschluss sprechen wir in Präsenz über diese und zeigen Optimierungsmöglichkeiten (Lebenslauf/Anschreiben: Gestaltung, Inhalt u. v. m.), so dass die Bewerbung positiv heraussticht! Bei Schüler/-innen und Jugendlichen kann der Bewerbungsscheck auch zu Zweit belegt werden.

Leitung: Patrick Sahn

Beitrag: 25,00 Euro (1 Pers.); 40,00 Euro (2 Pers.)

Ort/Termin: Gg.-Kerschensteiner-Schule; nach Absprache

PC- und Handy-Lehrgänge für Teilnehmende ab 50 Jahre und Senioren

5.04.15 PC-Grundkurs für Senioren/TN 50+

8 Abende à 2 Stunden (2 x pro Woche!)

Der ideale Einstieg am PC ohne PC-Kenntnisse mit vielen praktischen Übungen, um den PC inkl. der Hardware kennen zu lernen. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Leitung: Sascha Bakula

Beitrag: 175,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A209

Termin: Di und Do, jeweils 18:00 Uhr - 20:00 Uhr

Beginn: 27. Oktober 2026



5.04.18 PC-Auffrischungs-/Aufbaukurs inkl. Word für Teilnehmende 50+ und Seniorinnen/Senioren

4 Abende à 2 Stunden

Voraussetzung: Grundkenntnisse am PC



E-Mail-Verwaltung, Kalender, Sicherheit (Phishing Mails);
Wie kann ich einen Drucker, USB-Stick oder das Handy
finden/einrichten; Wie pflege ich meine Datensätze
(Dateistruktur), Fotos vom Handy auf den PC laden, um-
benennen und sortieren? Themen in MS Word: Befehls-
leiste, Drucken, Speichern, Tipps u. Tricks, Übungen u. v. m.

Leitung: Robert König

Beitrag: 90,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 209

Termin: mittwochs, jeweils 18:00 Uhr - 20:00 Uhr

Beginn: 26. August 2026

5.04.19 Internet für Senioren/TN 50+

6 Nachmittage à 2 Stunden (barrierefrei)

Erste Schritte im Internet. Wie findet man etwas im
Internet? Suchmaschinen, z. B. Google; Browser
(Edge/Firefox). Viele Übungen und Surfen im Internet.

Leitung: Robert König

Beitrag: 120,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 014

Termin: mittwochs, 16:45 Uhr – 18:45 Uhr

Beginn: 4. November 2026

5.04.16 Ebay und (Ebay)-Kleinanzeigen

4 Abende à 2 Stunden (2 x pro Woche!)

Unterschied zwischen Ebay und (Ebay)-Kleinanzeigen. Wie
funktioniert eine Auktion? Wie kann man verkaufen?
Erkennen von Betrügern. Worauf muss ich aufpassen? Wie
steigert man die eigenen Chancen? Rechtliche Rahmenbe-
dingungen. Einrichten eines Ebay-Accounts.

Leitung: Sascha Bakula

Beitrag: 85,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A209

Termin: Di **und** Do, jeweils 18:00 Uhr - 20:00 Uhr

Beginn: 22. September 2026



5.04.31 Fit am iPhone von Apple

5 Abende à 2 Stunden

Grundeinstellungen, Kontakte, Kalender, Telefonieren, SMS, Übertragen von Dateien auf den PC. Weitere Einstellungen u. Datenschutz. *Bitte iPhone/Ladekabel mitbringen!*

Leitung: Phillip König

Beitrag: 95,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 105

Termin: mittwochs, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr

Beginn: 26. August 2026

5.04.32 Fit am iPad von Apple

5 Abende à 2 Stunden

Grundeinstellungen, Kontakte, Kalender, Übertragen von Dateien auf den PC. Weitere Einstellungsmöglichkeiten sowie Datenschutz. *Bitte iPad und Ladekabel mitbringen!*

Leitung: Phillip König

Beitrag: 95,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 105

Termin: mittwochs, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr

Beginn: 28. Oktober 2026

5.04.11 Fit am Android-Smartphone

In Zusammenarbeit mit der VHS Obertshausen

5 Abende à 2 Stunden *(kein Kurs für iPhone!)*

Grundeinstellungen, Kontakte, Kalender, Telefonieren, SMS, Übertragen von Dateien auf den PC. Weitere Einstellungen u. Datenschutz. *Bitte Handy/Ladekabel mitbringen!*

Leitung: Valerie Morhard

Beitrag: 95,00 Euro

Ort: Gg.-Kerschensteiner-Schule, Raum A 105

Termin: jeweils montags, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr

Beginn: 19. Oktober 2026

Anmeldungen/Informationen für die ZVB-Lehrgänge:

Telefon: 06104 7688820

E-Mail: anmeldung@zvb-obertshausen.de

Siehe auch die AGB's für die ZVB-Lehrgänge auf der

ZVB-Homepage: www.zvb-obertshausen.de



SCAN ME