



BERUF / IT

Ansprechpartner



Andreas Tontsch

tontsch@vhs-haar.de
Tel.: 089/46002-819

Stellen Sie schon heute die Weichen für Ihre Karriere von morgen.

INFORMATIONEN

BERUF / IT

- Möchten Sie sich beruflich weiterentwickeln?
- Sind Sie in Ihrer Beschäftigung unzufrieden?
- Sind Sie gerade auf der Suche nach einer neuen Anstellung?

Lebensbegleitendes Lernen ist in unserer Welt unverzichtbar und ein zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Wir unterstützen Sie dabei, sich in Ihren sozialen Kompetenzen und Ihrem Beruf zu entwickeln – sowie beim kompetenten Umgang mit Informationstechnologie, der in der heutigen Zeit enorm wichtig und unerlässlich ist.

Bei einer Analyse Ihrer Fähigkeiten erkennen Sie die vielen Möglichkeiten sich

- in Ihrer Persönlichkeit
- Ihrem Beruf
- der digitalen Welt weiter zu entfalten.

Gerne berate ich Sie und freue mich auf Ihre Anmeldung.

INHALT

Neue Wege im Beruf

Das Berufsleben neu gestalten..... 48

Neue Wege in IT

Grundlagen am PC 49

Mobile Welt..... 50

Neue Wege im Beruf - Einzelberatung für Frauen

Ihre berufliche Situation beschäftigt Sie? In unseren ganz auf Ihre individuelle Situation zugeschnittenen Einzelgesprächen arbeiten wir gemeinsam an Ihren beruflichen Herausforderungen und helfen bei den Schritten.

Themenauswahl:

- neue Perspektive bei der Arbeitssuche
- Verbesserung der Verhandlungsstrategie bei der Arbeitssuche
- Unterstützung bei der Arbeitssuche für Migrantinnen
- Anschlag für die Karriere
- berufliche Veränderung wegen eines belastenden Arbeitsumfelds
- Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt
- Finden der passenden Tätigkeit zur aktuellen Lebenssituation

Termine: Freitags 9:30-13:30 Uhr, Terminvereinbarung erforderlich, ggf. andere Termine möglich

Preis: 60 Min. für 56,00 € / 90 Min. für 84,00 € Die Dozentin bereitet sich auf jedes Gespräch individuell vor. Bitte senden Sie der vhs spätestens zwei Tage vor dem vereinbarten Termin per E-Mail folgende Informationen:

Die Sprache, in der Sie das Gespräch führen wollen: Deutsch, Englisch oder Spanisch / Lebenslauf (falls vorhanden) / aktuelle berufliche Situation / die berufliche Herausforderung, vor der Sie stehen / die Themen, die Sie gemeinsam erarbeiten wollen.

Anmeldung nur per E-Mail oder telefonisch Ansprechpartner: Andreas Tontsch Tel.: 089/46002-819 / tontsch@vhs-haar.de

66101 HYBRID € 56,00

Ana Maria Fraile Castrillo, Master in Economics ab Freitag, 29.09.2023, 15x 09:30 - 13:30 Uhr Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

Neue Wege gehen. Trau dich! Los gehts!

Entschlossen und gesund Veränderungsprozesse gestalten

Welche Veränderung steht Ihnen bevor? Jobwechsel, berufliche Neuorientierung, Umzug, Auswandern, Verbesserung der finanziellen Situation, Restrukturierung in Ihrem Unternehmen, Trennung, Ruhestand, Freude und Lebendigkeit wiederfinden etc.? In diesem Seminar entdecken Sie selbst bzw. bekommen Sie (durch die Aktivitäten in der Gruppe) neue Perspektiven und Wege, Tipps und Motivation für die Veränderungspläne.

66102 P € 32,00

Ana Maria Fraile Castrillo, Master in Economics am Samstag, 20.01.2024, 10:00 - 13:00 Uhr Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29

einfach + kreativ bewerben

Bewerbungsunterlagen sollen die Person und ihre Fähigkeiten wiedergeben. Sie sind oftmals der erste Eindruck. Ist dieser auffällig, wird gesehen und spiegelt individuell die eigene Person, hat man gute Chancen in die nächste Runde zu kommen. In der Kleingruppe erstellen wir gemeinsam nach vorhandenen „Rohlingen“ individuell auf Sie bezogene und stimmige Bewerbungsunterlagen. Nach dem Kurs nimmt jeder: jede Teilnehmer:in die Unterlagen mit nach Hause.

Bitte mitbringen: USB-Stick zum Abspeichern

66103 P NEU € 32,00

Stefan Götz, Industriefachwirt am Montag, 13.11.2023, 18:30 - 21:00 Uhr Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28



Gut vorbereitet ins Vorstellungsgespräch

Je nach Praktikum, Beruf und Branche unterscheiden sich Ablauf und Fragen im Vorstellungsgespräch. Es werden u.a. die Fragen nach der passenden Kleidung und dem richtigen Auftreten (Gestik, Mimik, Körperhaltung) geklärt. Sie erfahren, welche Fragen am häufigsten gestellt werden. Die zielführenden Antworten darauf diskutieren wir und Sie wählen die jeweils passendsten aus. Auch wird auf die oft geforderte kurze Selbstpräsentation eingegangen. Ziel ist, gut vorbereitet und selbstbewusst ins Vorstellungsgespräch zu gehen.

66104 P € 32,00

Stefan Götz, Industriefachwirt am Montag, 29.01.2024, 18:30 - 21:00 Uhr Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

Beruf oder Berufung?

Alles schaffen mit ganzem Herzen. Kennen Sie Eckart von Hirschhausens Pinguin-Prinzip? Ein Pinguin kann nur in seinem Element seine volle Kraft ausleben. Wie sieht es bei Ihnen aus? Kennen Sie Ihre Stärken und Wünsche? Sind Sie im Umbruch oder unzufrieden mit Ihrem Job? Im Kurs geht es darum, Ihre eigenen Stärken, Wünsche und Visionen herauszufinden. Zudem geht es um die Anforderungen an Bewerbungsunterlagen und den Bewerbungsprozess.

Bitte mitbringen: Ihr Laptop und Ladekabel

66106 P NEU € 52,50

Sabine Schott, Coach ab Donnerstag, 12.10.2023, 5x 18:00 - 20:00 Uhr Volkshochschule, Münchener Straße 3, AG 03

Arbeiten mit Narzis:innen

Wie ich mich schützen kann

Das Thema Narzissmus im Arbeitsumfeld ist in aller Munde. Doch woran erkenne ich, ob der:die Kollege:in bzw. der:die Vorgesetzte diese Züge hat? Oder sind meine Schwierigkeiten vielleicht doch auf deren persönliche Schwächen und Unfähigkeiten zurückzuführen? In diesem Vortrag bekommen Sie Handwerkszeug vorgestellt, womit Sie narzisstische Züge erkennen und deren toxische Wirkung vermindern können.

66105 P € 11,00

Ingrid Langschwert, Coach am Donnerstag, 26.10.2023, 19:00 - 21:00 Uhr Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

Das Home-Office richtig gestalten

Konzentriert, effektiv, kreativ bleiben mit Feng Shui

Seit der Corona-Krise sind Sie vielleicht teilweise oder ganz im Home-Office und haben dabei festgestellt, dass das wunderbar ist, Sie aber auch durch die räumliche Situation herausgefordert sind: Zu wenig Platz und zu viel Alltagsthemen. Hier erfahren Sie, wie Sie durch eine gezielte Gestaltung mit Farben, Licht und Bildern, durch die Ausrichtung des Schreibtischs und des PCs konzentriert sowie effektiv arbeiten bzw. kreativ bleiben können. Durch die Werkzeuge des Feng Shui bringen wir die Raumsituation mit Ihren individuellen Bedürfnissen in Einklang und machen Ihren Arbeitsplatz zu einem Lieblingsort in Ihrer Wohnung. Für mehr Erfolg und Lebensfreude.

66108 HYBRID € 11,00

Katrin Crone, Architektin und Feng Shui-Expertin am Montag, 16.10.2023, 19:00 - 21:00 Uhr Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

GRUNDLAGEN AM PC

Sicherheit beim Online-Banking

Für alle, die Online-Banking nutzen bzw. nutzen wollen

Online-Banking wird von vielen Banken mit den Attributen bequem, sicher und schnell beworben. Zudem schließen immer mehr Banken die Filialen vor Ort. Die Schattenseiten des Online-Bankings sind dabei die immer wiederkehrenden Berichte über Sicherheitsrisiken und Betrügereien. Wir zeigen Ihnen Möglichkeiten, das Risiko zu minimieren, die Sicherheit beim Online-Banking zu verbessern und Bedrohungen zu erkennen. Der Vortrag ist anbieterneutral.

66201 P S NEU € 11,00

Markus Bartsch, selbstständiger IT-Consultant, gelernter Bankkaufmann
am Mittwoch, 31.01.2024, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30
Medienraum

Aufbau eines eigenen YouTube-Kanals

Nicht nur Influencer und Internet-Stars tummeln sich auf YouTube. Viele Firmen nutzen es auch als Marketing- oder Kommunikationsplattform. Ganz gleich, warum Sie auf YouTube online gehen wollen, in diesem Online-Workshop lernen Sie, wie Sie ein Konzept für einen YouTube-Kanal erstellen und den Kanal gezielt für Ihre Zwecke ausbauen. In praktischen Übungen wird das Einrichten eines Kanals und dessen „Fütterung“ mit entsprechenden Medien vermittelt.

Bitte beachten: Es gelten die AGB der vhs Nord, da der Kurs in Kooperation mit dieser vhs durchgeführt wird.

66202 O € 94,00

Stefan Sporrer, Fotograf
am Mittwoch, 17.01.2024, 18:00 - 21:00 Uhr,
am Mittwoch, 24.01.2024, 18:00 - 21:00 Uhr
In Zusammenarbeit mit der vhs Nord

Websites mit WordPress

Einfach zur eigenen Website

WordPress, ein beliebtes kostenloses Content-Management-System, eignet sich sowohl für Privatleute als auch für Selbstständige oder Kleinunternehmer:innen. In diesem Kurs erstellen wir zusammen eine umfassende WordPress-Website bzw. einen Blog mit allen Features. Vom Erstellen einer Domain über die Wahl eines Blog-Themas bis hin zur Archivierung von Beiträgen lernen Sie in diesem Kurs alle Möglichkeiten von WordPress auszuschöpfen (auch für statische Websites geeignet).

66203 P € 65,00

Thomas Lindner, Systemadministrator
am Mittwoch, 08.11.2023, 18:00 - 21:00 Uhr,
am Mittwoch, 15.11.2023, 18:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01
EDV-Studio

ChatGPT und Midjourney

Lernen Sie die Grundlagen von ChatGPT und Midjourney kennen. Chat GPT ist ein fortschrittlicher KI-Textgenerator, der in der Lage ist, menschenähnliche Gespräche zu führen, Informationen bereitzustellen und komplexe Probleme zu lösen. Er bietet somit viele Anwendungsmöglichkeiten.

Midjourney ist eine künstliche Intelligenz, die beeindruckende und realistische Bilder und Kunst erschaffen kann. Sie setzen sich mit den Funktionen und Anwendungsmöglichkeiten dieser Technologie auseinander und führen praktische Übungen durch.

Bitte mitbringen: Falls vorhanden, eigenen Laptop und Ladekabel

66204 P NEU € 19,00

Thomas Lindner, Systemadministrator
am Montag, 23.10.2023, 18:30 - 20:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01
EDV-Studio

Sorglos am PC

Für Windows 8 bis 11

Im Laufe der Zeit wird Ihr Computer oder Laptop immer langsamer und verliert an Leistung. Es gibt jedoch viele Möglichkeiten, diesem Verschleiß entgegenzuwirken, so dass Ihr Gerät wieder in Topzustand ist. Inhalt des Kurses u.a.:

- Entfernen von Datenmüll
- Überprüfung und Wartung des Laufwerks
- Kontrolle und Verbesserung der Systemleistung
- Festplatten- & Partitionsmanagement
- Umgang mit Viren & Trojanern

Bitte mitbringen: Ihren Laptop, Ladekabel

66301 P € 50,00

Thomas Lindner, Systemadministrator
am Mittwoch, 11.10.2023, 18:00 - 20:00 Uhr,
am Mittwoch, 18.10.2023, 18:00 - 20:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01
EDV-Studio

Erste Schritte am Computer

Für Senior:innen am Vormittag

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich zum ersten Mal mit dem Computer befassen und kaum Vorkenntnisse besitzen. Kursinhalte:

- der Computer und wichtige Zusatzgeräte
- Umgang mit Maus und Tastatur
- Text mit Word erstellen und speichern
- ein Ablagesystem erstellen
- Windows anpassen
- Programme für unterschiedliche Nutzungsbereiche

Bitte beachten: Der Kurs findet 2-mal wöchentlich, dienstags und donnerstags, statt.

66302 P € 129,00

Renate Wachutka, Programmiererin
ab Dienstag, 14.11.2023, 6x 10:00 - 12:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01
EDV-Studio

10-Finger-Schreiben in wenigen Stunden

Mit der hier eingesetzten Methode ist die Tastatur relativ schnell blind zu beherrschen. Durch Farben, Bilder und Geschichten wird deren Aufbau erlernt sowie durch spielerisches Wiederholen der Lernerfolg gesichert. Dieses assoziative Lernen ist effizienter als die klassische Methode. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Das Kursbuch ist inklusive.

Bitte beachten: Die 1. Stunde muss unbedingt besucht werden, um den Kurs erfolgreich abschließen zu können. Der Kurs findet 2-mal wöchentlich, dienstags und donnerstags, statt.
Bitte mitbringen: Stift und ein Tuch

66304 P € 105,00

Renate Wachutka, Programmiererin
ab Dienstag, 14.11.2023, 5x 18:15 - 19:45 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01
EDV-Studio

PowerPoint

Präsentationen erstellen

Ob im Beruf oder privat, PowerPoint ist immer noch das Programm, mit dem sich eine Präsentation nicht nur schnell und unkompliziert erstellen lässt, sondern auch noch auf ästhetisch ansprechende Weise und mit gefälligen Kreativmitteln. Inhalt:

- Gestaltung ansprechender und einheitlicher Präsentationen
- Visualisieren von Prozessen und Zahlen durch Schaubilder und Diagramme
- Notizzettel zur Präsentation erstellen

66305 P € 35,00

Klaus Franz, Dipl. Wirtschaftsinformatiker (FH)
am Samstag, 28.10.2023, 09:30 - 12:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01
EDV-Studio



Einführung in die Windows-Welt

Mit Office 2016

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich einen Überblick über die Windows-Produkte verschaffen möchten und über keine bzw. geringe Vorkenntnisse verfügen. Auf leicht verständliche Weise wird vermittelt:

- erste Schritte mit Windows
- Textgestaltung mit Word
- Erstellen einfacher Tabellen mit Excel
- Erstellen erster Präsentationen mit PowerPoint
- Einführung in die Netzwerktechnik
- Wissenswertes über Computerviren

66307 P € 75,00

Georg Schiller, Referent beim Landesamt für Statistik und Datenverarbeitung
ab Montag, 06.11.2023, 4x 18:30 - 20:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01
EDV-Studio

Word und Excel Kombikurs

Office 2016

Dieser Kurs bietet eine Einführung in die elementaren Funktionen des Textverarbeitungsprogramms Word und des Tabellenkalkulationsprogramms Excel. In Word erstellen wir eine Einladung, eine Tischvorlage für Besprechungen sowie Serienbriefe. Bei Excel werden grundlegende Formeln, Funktionen, Bezüge und tabellenübergreifende Bereiche behandelt. Wir erstellen u.a. eine Adresstabelle für einen Serienbrief.

66308 P € 159,00

Klaus Franz, Dipl. Wirtschaftsinformatiker (FH)
am Samstag, 11.11.2023, 09:30 - 16:30 Uhr,
am Samstag, 18.11.2023, 09:30 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01
EDV-Studio

Power Point

Das starke Tool für Plakate und Vorträge

Bilder sagen mehr als Worte. Sie erlernen einerseits, Plakate durch Elemente wie das Einfügen und Freistellen von Bildern bzw. die Verwendung ansprechender Schriften zu gestalten. Andererseits werden Ihnen die Möglichkeiten für Vorträge mit gelungenen Diagrammen und Übergangseffekten aufgezeigt. Am Schluss sind Sie fähig, eine sehenswerte Präsentation sowie einen dazugehörigen Handzettel zu gestalten.

66310 P € 61,00

Gabriele Wappler, Informatikerin
am Dienstag, 16.01.2024, 18:30 - 21:30 Uhr,
am Dienstag, 23.01.2024, 18:30 - 21:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01
EDV-Studio

Welches Smartphone ist richtig für mich?

Eine kleine Kaufberatung neutral und unabhängig. Ein Smartphone mit seinen vielen Funktionen und Programmen (Apps) bietet viel: Fotografie, Videoaufnahme, Sprachnachrichten, Internet oder E-Mail-Bearbeitung. Aber welches Smartphone ist das Richtige? Wie teuer „muss“ es sein? Muss es das neueste und beste sein oder gibt es preisgünstige Alternativen mit gutem Preis-/Leistungsverhältnis? Wo kann ich ein Smartphone kaufen? Diese und andere Fragen werden hier beantwortet. Fragen Sie, was Sie schon immer über Smartphones wissen wollten.

66500 P € 9,00

Manfred Hachen, Referent der Verbraucherbildung Bayern
am Dienstag, 30.01.2024, 14:00 - 15:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

Hilfe, mein Smartphone mag mich nicht!

Android Smartphones Grundlagen
Für Einsteiger:innen

Es werden Grundlagen Ihres Smartphones wie Steuerung, Google-Konto, Einrichten Ihres Homescreens und die Nutzung von Apps aus dem Play Store sowie die Handhabung von Telefon, SMS/MMS, Kontakte bzw. Kamera vermittelt. Auch die mobile Nutzung wird aufgezeigt sowie Maps, Standorterkundung, Übersetzungen im Ausland. Bei der Organisation sind Notizen und Kalendereinträge nützlich. Nicht zuletzt werden Sicherheit und Datenaustausch erklärt.

Bitte mitbringen: Ihr Smartphone, Ladekabel

66501 P € 63,00

Klaus Franz, Dipl. Wirtschaftsinformatiker (FH)
am Dienstag, 07.11.2023, 17:00 - 20:00 Uhr,
am Donnerstag, 09.11.2023, 17:00 - 20:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

Für Senior:innen

66502 P € 63,00

Klaus Franz, Dipl. Wirtschaftsinformatiker (FH)
am Dienstag, 17.10.2023, 09:00 - 12:00 Uhr,
am Donnerstag, 19.10.2023, 09:00 - 12:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28



Das Smartphone als Kamera

Für Senior:innen

Smartphones dienen schon längst nicht mehr allein zur Kommunikation oder Organisation. Mit jedem neuen Modell werden die Kameras noch besser. Deren Qualität ist zu einem wichtigen Kriterium für den Kauf geworden. Doch eine gute Kamera allein reicht noch nicht. Wie man mit dem Handy Fotos und Videos erstellt und bearbeitet, wird im Kurs ebenso thematisiert, wie Foto-Apps sowie das Organisieren bzw. Teilen der Dateien.

Bitte mitbringen: Ihr Smartphone, Ladekabel

66503 P € 25,00

Klaus Franz, Dipl. Wirtschaftsinformatiker (FH)
am Mittwoch, 15.11.2023, 09:00 - 12:00 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07

Das Smartphone als Gesundheitscoach

Ein Überblick über Apps und smarte Geräte

Diagnose per Smartphone oder Abnehmen per App? Digitale Gesundheits-Anwendungen (DiGA) und „Apps auf Rezept“ zeigen, wie die Digitalisierung im Gesundheitswesen voranschreitet. Aber was sind die Vor- und Nachteile dieser Anwendungen? Für welche Aspekte Ihrer Gesundheit oder Erkrankung gibt es sinnvolle Gesundheits-Apps und smarte Geräte? Wo finden Sie vertrauenswürdige und sichere Lösungen? Der Referent ist Experte für digitale Gesundheits-Anwendungen.

66504 HYBRID NEU € 9,00

Jörg Schiemann, Dipl. Informatiker, Autor von Werken zur digitalen Gesundheit
am Dienstag, 06.02.2024, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30
Medienraum

**Wir reparieren alle PC's u. Notebooks ...
... egal wo gekauft !**

Preiswerte Gebrauchtgeräte

— Geprüft + Garantie —

Betriebsbereit zum Mitnehmen

Wasserburger Landstraße 280

muenchen-ost@pcs-trudering.de

PC

SPEZIALIST

Hilfe vom Spezialisten

089/451.08.87.60