

**OFFEN
FÜR
ALLES.**

AUGUST - DEZEMBER 2026

**KURS
PRO
GRAMM**

**AUGUST -
DEZEMBER
2026**

**VOLKS
HOCH
SCHULE**
OBERAARGAU

ZÄME
MOTIVIERT!

**VOLKS
HOCH
SCHULE**
OBERAARGAU

INHALTSVERZEICHNIS

Geschäftsbedingungen	7
Lernteam / Nachhilfeunterricht	11
NATUR/TECHNIK/GESELLSCHAFT	
Die Post hautnah erleben	12
UrDinkel-Backkurs	12
Dokumentarfilm Slow Grow- der Boden lebt	13
PERSÖNLICHE WEITERBILDUNG	
Farbanalyse-Workshop – Entdecke deine persönliche Farbpalette	15
Einführung in die Erzählcafé – Moderation	16
Vorsorgeauftrag und Patientenverfügung	17
Leichter Wohnen – The Home Detox	17
Fokus 65	18
Dein Jahresrückblick – ein kreativer Schreibmorgen	18
KREATIVES	
Kalligraphie	19
Klöppelkurs	19
Accessoires stricken	20
Tischdekoration in Holzkistli	21
Herbstkranz	21
Adventswerkstatt	23
Oh Tannenbaum	23
GESUNDHEIT	
Qi Gong / Atmungs- und Bewegungsübungen	24
Power-Workshop: Kohlenhydrate – Energie, Blutzucker und Heisshunger verstehen und steuern	25
Ätherische Öle – Grundwissen	26
Stark durch den Winter	26
Seelenpflege mit ätherischen Ölen	27
Ätherische Öle bei Schmerzen	27
Hand- und Fussmassage – ich tue etwas Gutes für mich	28
Kaltbaden – Durch Stille und Kälte zur inneren Wärme	29

INHALTSVERZEICHNIS

FITNESS / SPORT

Hatha Yoga – Zeit – für dich	30
Rückenfit	31
Candlelight Yin Yoga	31
Bodyforming Intensiv	32
Bodyforming Sanft	32
Linedance Fortgeschrittene	33
Linedance für Einsteiger*innen	33
Linedance mit wenig Vorkenntnissen und Einsteiger*innen	33

INFORMATIK/MULTIMEDIA

Besser fragen – bessere Antworten: Einführung ins Prompten	34
Künstliche Intelligenz im Alltag -Online Seminar	34

AUSBILDUNG IN ERWACHSENENBILDUNG

SVEB-Zertifikat Ausbilderin / Ausbilder zebra Kurs: Kursblock 1: leiten	35
---	----

SPRACH – CAFÉ LANGENTHAL

Let's meet in the Sprach-Café!	36
Bienvenue au Sprach-Café	36
Bienvenidos al Sprach-Café!	37

ENGLISCH FÜR DIE REISE/KONVERSATION

A2: Englisch Konversation	38
B1: Englisch für die Reise und Konversation	38
B2: Englisch Konversation	38

ENGLISCH ALLGEMEIN

A1: Neues Kursformat: Sprachkurs – flexibel lernen, persönlich bleiben	40
A1: Englisch	40
A1/A2: Englisch	41
A2: Englisch	41
A2: Englisch – ONLINE	41
B1: Englisch	42
B1/B2: Englisch	43
B2/C1: Englisch	43
C1/C2: Englisch	43

INDIVIDUAL- UND FIRMENKURSE

Individual- und Firmenkurse	45
-----------------------------	----

FRANZÖSISCH

B1: Französisch Konversation	45
------------------------------	----

INHALTSVERZEICHNIS

ITALIENISCH

A1: Italienisch Einsteigende mit wenig Vorkenntnissen	46
A2: Italienisch	47
B1: Italienisch	47

SPANISCH

A1: Spanisch Einsteigende ohne Vorkenntnisse Spanisch für die Reise	48
A1: Spanisch für die Reise – mit wenig Vorkenntnissen	48
A1: Spanisch	49
A2: Spanisch	49
B1: Spanisch	49
B2.1: Spanisch	49

DEUTSCH ALS ZWEITSPRACHE

A1 – B1: Deutsch als Zweitsprache Einstufungstest	50
A2 – B1.1: Deutsch Konversation	50
B1.2: Deutsch Konversation	51
A1.1: Deutsch Einsteigende ohne Vorkenntnisse	51
A1.1: Deutsch	52
A1.2: Deutsch	53
A2.1: Deutsch	54
A2.2: Deutsch	55
B1.1: Deutsch	55
B1.2: Deutsch	55
B2: Deutsch – Zertifikatskurs telc B2	56

SPRACH KURSE

> MASSGESCHNEIDERTE
KURSE FÜR **FIRMEN**

> INDIVIDUAL- UND EINZELUNTERRICHT
FÜR **PRIVATPERSONEN**

www.vhs-oberaargau.ch

GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Anmeldung

Sie können sich telefonisch, per E-Mail oder online über unsere Webseite anmelden.

Telefon: 062 922 88 20

E-Mail: info@vhs-oberaargau.ch

Online: www.vhs-oberaargau.ch

Mit Ihrer Anmeldung anerkennen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Bisherige Teilnehmer*innen können sich für weiterführende Kurse bei der Kursleitung verbindlich auf der Wiederanmeldeliste eintragen.

Bei fortlaufenden Sprachkursen (ausgenommen Deutsch) ist ein flexibler Einstieg jederzeit möglich. Für eine persönliche Beratung wenden Sie sich an die Geschäftsstelle. Gerne offerieren wir Ihnen eine kostenlose Probelektion.

Mit Ihrer Anmeldung anerkennen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Abmeldung

Eine Abmeldung muss mindestens 5 Arbeitstage vor Kursbeginn erfolgen. Falls im Kursprogramm eine andere Anmeldefrist vermerkt ist, gilt diese zugleich als Abmeldefrist. Bei Abmeldung nach Anmeldefrist erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von CHF 50.00. Bei Nichterscheinen werden die gesamten Kurskosten verrechnet.

Nichtbezahlen der erhaltenen Rechnung gilt nicht als Abmeldung.

Persönliche Beratung

Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag

9.00 – 11.30 Uhr / 14.00 – 16.00 Uhr

Mittwoch: 9.00 – 11.30 Uhr

Kursdurchführung

Über die Kursdurchführung entscheiden wir in der Regel fünf Arbeitstage vor Kursbeginn. Abweichende Anmeldefristen entnehmen Sie dem Kursprogramm. Kurse, welche die erforderliche Mindestzahl an Teilnehmenden nicht erreichen, müssen leider abgesagt werden.

Behördliche Anordnung

Pandemie bedingte behördliche Massnahmen werden von der Volkshochschule Oberaargau vollumfänglich umgesetzt. Falls Fernunterricht nötig gilt dieser als vollwertiger Ersatz des Präsenzunterrichts.

Gruppengrößen

Sprachkurse werden ab 5 Teilnehmer*innen, alle übrigen Kurse ab 6 Teilnehmer*innen durchgeführt. Ausnahmen werden in der Kursausschreibung vermerkt.

Die Teilnehmerzahl ist je nach Grösse der Kursräume auf 12-15 Teilnehmer*innen beschränkt.

Kurskosten

Der Kursbeitrag ist nach Erhalt der Rechnung innert 30 Tagen zu begleichen.

Bei Einzelveranstaltungen muss der Kursbeitrag vor Kursbeginn bezahlt werden.

Wenn nicht anders vermerkt, sind Lehrmittel und Materialkosten nicht im Kurspreis inbegriffen.

Versäumte Lektionen

Versäumte Lektionen können weder nachgeholt noch rückerstattet werden. Im Falle von Krankheit oder Unfall werden nicht besuchte Lektionen bis zu einem Maximalbetrag von CHF 500.00/ Kalenderjahr gutgeschrieben, sofern ein ärztliches Zeugnis innerhalb von zwei Wochen nach dem betreffenden Ereignis vorgelegt wird. Die Bearbeitungsgebühr beträgt CHF 30.00.

GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Mitglied Volkshochschule Oberaargau

Sie haben die Möglichkeit, Mitglied der Volkshochschule Oberaargau zu werden. Als Mitglied erhalten Sie zweimal jährlich das Kursprogramm persönlich zugestellt und sind zur Hauptversammlung der Volkshochschule Oberaargau eingeladen. Zudem profitieren Sie von einer Reduktion der Kursgelder von 8 Prozent. Jahresbeitrag (Kalenderjahr) Einzelmitglied: CHF 25.00, Familie: CHF 40.00

Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer*innen. Die Volkshochschule Oberaargau und die Kursleitung übernehmen keine Haftung bei Unfällen und Verlusten.

Grundkenntnisse

A1

Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sagen, wie Sie heissen, wo Sie wohnen, wer Sie sind, Auskünfte einholen, wie z.B. nach dem Weg fragen, und einfache Fragen beantworten.

A2

Sie können sich in einfachen, routinemässigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten mit einfachen Worten verständigen: z.B. über Ihre Person, Einkaufen, Arbeiten, die eigene Ausbildung, Ihre Umwelt.

Ferien

Während den Langenthaler Schulferien finden keine Kurse statt.

An folgenden Daten fallen die Kurse aus:

Sommerferien: 04.07.2026 – 09.08.2026

Herbstferien: 19.09.2026 – 11.10.2026

Winterferien: 23.12.2026 – 10.01.2027

Individual- und Firmenkurse

Sie möchten individuell, zu zweit oder in Kleingruppen lernen?

Sie suchen einen Kurs für Ihre Mitarbeiter*innen? Wir freuen uns auf Ihre Anfrage und unterbreiten Ihnen gerne ein passendes Angebot.

Gute Sprachkenntnisse

B1

Sie können im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobby, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen austauschen.

B2

Sie können sich beruflich und privat problemlos mit Muttersprachlern/-sprachlerinnen in der Standardsprache verständigen.

Muttersprachliche Kenntnisse

C1

Sie können sich fließend im gesellschaftlichen und privaten Leben verständigen und sich strukturiert zu komplexen Sachverhalten äussern.

C2

Sie können sich spontan, sehr fließend und differenziert ausdrücken und nahezu alles, was Sie hören oder lesen, mühelos verstehen.

GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Europäischer Referenzrahmen

Unsere Sprachkurse sind nach den Kriterien des Europäischen Referenzrahmens eingestuft.

Die Niveaustufen sind mit den Kennzeichnungen A1- C2 angegeben. Nähere Informationen finden Sie unter:

<http://www.europaeischer-referenzrahmen.de>

Subventionierte Sprachkurse

Der Kanton Bern subventioniert folgende Sprachkurse:

Französisch und Englisch Niveau A1 bis A2.

Die Sprachkurse für Migrant*innen werden im Rahmen des kantonalen Integrationsprogrammes durch den Bund und den Kanton Bern subventioniert.

Datenschutz

Die Volkshochschule Oberaargau verwendet Ihre Daten ausschliesslich für eigene Zwecke. Insbesondere darf sie Ihre E-Mail-Adresse für die Ankündigung weiterer Kursangebote oder für den Versand des Newsletters verwenden. Die ausführliche Datenschutzerklärung finden Sie auf der Homepage: www.vhs-oberaargau.ch/geschaeftsbedingungen

Über uns

Der Verein

Präsidentin Cäcilia Obrist, Wiedlisbach

Vorstand

Mélanie Bircher, Langenthal
Christina Hofer, Bannwil
Andreas Meier, Langenthal
Heiner Mosimann, Niederbipp
Elisabeth Von Arx, Huttwil
Beat Wermuth, Herzogenbuchsee

Die Geschäftsstelle

CO – Geschäftsleitung

Edith Neuenschwander
Karin Wagner

Administration

Melanie Nyfeler

LERNTEAM

Nachhilfeunterricht an der Volkshochschule Oberaargau – individuelle Unterstützung für Primar- und Sekundarstufe sowie alle weiterführenden Schulen

Unsere Nachhilfeangebote richten sich an Schülerinnen und Schüler der Primarstufe sowie der Sekundarstufe I und II. Wir bieten Unterstützung in allen Fächern der 1. bis 9. Klasse sowie in einer Vielzahl von Fächern weiterführender Schulen.

Individuelle Förderung:

Der Unterricht findet im Einzelsetting statt und wird genau auf die Bedürfnisse der Lernenden abgestimmt. Nach der Anmeldung wird eine passende Lehrkraft zugeteilt, die sich persönlich mit Ihnen in Verbindung setzt, um die Unterrichtsdetails zu besprechen.

Flexible Unterrichtsformen:

Der Unterricht erfolgt in der Regel in unseren Räumlichkeiten in Langenthal. Für Lernende ausserhalb der obligatorischen Schulzeit bieten wir auch die Möglichkeit, in gegenseitiger Absprache teilweise oder vollständig im Fernunterricht zu lernen.

Kosten & Anmeldung:

Aktuelle Preise finden Sie auf unserer Webseite www.vhs-oberaargau.ch. Die Anmeldung erfolgt bequem online. Bei der erstmaligen Anmeldung wird eine Einschreibgebühr von CHF 50.00 erhoben, die bei einer Wiederanmeldung entfällt.

Organisation & Abrechnung:

Unsere Lehrkräfte dokumentieren den Unterrichtsfortschritt monatlich in einem Protokoll, das den Erziehungsberechtigten zur Verfügung gestellt wird. Die Rechnungsstellung erfolgt monatlich mit einer Zahlungsfrist von 30 Tagen.

Ihre Vorteile auf einen Blick:

- Individuelle Förderung im Einzelunterricht
- Flexibler Unterricht vor Ort oder online
- Monatliche Dokumentation des Lernfortschritts
- Einfache Anmeldung und transparente Preise

Bei Fragen oder Anregungen erreichen Sie uns gerne unter der Telefonnummer 062 922 88 20 (Montag bis Freitag, 9.00–11.30 Uhr und 14.00–16.00 Uhr; Mittwochnachmittag geschlossen).

DIE POST HAUTNAH ERLEBEN

Welche Stationen durchläuft ein Paket, bevor es bei Ihnen zugestellt werden kann? Im Paketzentrum Härkingen erhalten Sie einen spannenden Einblick in die tägliche Paketverarbeitung vom Wareneingang über die Sortierung und Kommissionierung bis hin zum Warenausgang. Sie erhalten zum Einstieg allgemeine Informationen zur Schweizerischen Post. Danach brechen Sie zum geführten Rundgang durch das Paketzentrum auf. Am Schluss erwartet Sie ein Getränk und eine kleine Stärkung. Die Dauer beträgt rund zwei Stunden.

Anreise: Mit dem Auto

Autobahnausfahrt Egerkingen /Olten – Richtung Industrie /Härkingen – beim Kreisel links – das Paketzentrum befindet sich nach der Bahnüberführung auf der rechten Seite.

Mit dem öffentlichen Verkehr

Ab Bahnhof Olten – Buslinie 507 (Richtung Egerkingen) – Haltestelle Altgraben oder

Ab Bahnhof Egerkingen – zu Fuss ca. 25 Minuten.

Ziele: Kennenlernen des Paketzentrum Härkingen

Die Post hautnah erleben

Freitag, 30. Oktober 2026, 16.00 – 18.00 Uhr

Anmeldung: bis 16. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-31-715

CHF 15.00

VHS-Mitglied CHF 14.00

Paketzentrum Härkingen

Altgraben 5

Härkingen

URDINKEL-BACKKURS

Im UrDinkel-Backkurs vermitteln wir Tipps zum UrDinkel und der richtigen Verarbeitung, stellen das Backen mit dem Brühstück vor und geben einen Einblick in die gesundheitlichen Vorteile des UrDinkels. Wir werden aber vor allem selber verschiedene UrDinkel-Gebäcke kreieren und probieren.

Im Kurspreis sind eine Zwischenmahlzeit, das UrDinkel-Backbuch von der Autorin Judith Gmür-Stalder, sowie die Backwaren, die Sie selbst herstellen inbegriffen.

Ziele:

Sie erfahren, was UrDinkel so besonders macht und wie er richtig verarbeitet wird.

Sie lernen, wie UrDinkel-Hefegebäck mit Brühstück gelingt.

Sie entdecken die gesundheitlichen Vorteile dieses ursprünglichen Getreides.

Sie bereiten verschiedene Grundrezepte und kreative Variationen daraus zu.

Sie entdecken und degustieren eine vielfältige Auswahl an UrDinkel-Produkten.

UrDinkel-Backkurs

Samstag, 07. November 2026, 09.00 – 13.30 Uhr

Judith Gmür-Stalder, Petra Ruckli

Mitbringen: Schürze, Behälter um Gebäck nach Hause zu nehmen

Anmeldung: bis 28. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-31-754

CHF 145.00

VHS-Mitglied CHF 134.00

Hauswirtschaft

Schulhaus Kreuzfeld 1

Turnhallenstrasse 20

Langenthal

DOKUMENTARFILM SLOW GROW- DER BODEN LEBT

Was unsere Böden rettet, rettet auch unser Klima.

Der Boden ist die Grundlage für alles Leben auf der Erde. Die Böden sind wichtig für die Lebensmittelproduktion, sie sorgen für sauberes Wasser und sie regulieren das Klima. Doch trotz dieser lebenswichtigen Funktionen schützen wir die Böden nicht. Pro Jahr verlieren wir weltweit über 10 Millionen Hektar an fruchtbaren Böden. Das ist 40 x die gesamte Ackerfläche der Schweiz. Die Landwirtschaft hat nur dann eine Zukunft, wenn man dem Boden oberste Priorität einräumt. Das Bodenleben muss intakt sein, die Mikroorganismen müssen das organische Material in Humus verwandeln und gespeichert werden können. In diesem Film porträtieren die Filmemacher den Landwirtschaftsbetrieb «Slow Grow» von Mönchaldorf, der schweizweit einmalig ist und der das natürliche Potential des Bodens optimal nutzt. Einleitung, Dokumentarfilm & Diskussion im Anschluss. Dokumentarfilm von Josef und Lotti Stöckli, Schenkön. Projekt Glück der Genügsamkeit des Verbandes der Schweizerischen Volkshochschulen.

Dokumentarfilm Slow Grow- der Boden lebt

Donnerstag, 12. November 2026, 19.00 – 20.30 Uhr

Anmeldung: bis 29. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-31-718

CHF 25.00

VHS-Mitglied CHF 23.00

Rainfeldschulhaus

Hölzlistrasse 1

Balsthal

Beeren Sie uns bald wieder.



BIO Berner Aronia
getrocknet



BIO Berner Aronia
Granulat



BIO Berner Aronia
Saft

maxi.mumm
im oberaargau



Berner Aronia – Die Powerbeere

- 100% Handarbeit
- 100% Schweizer Produkt
- 100% sozial produziert

Online-Shop unter
berneraronia.ch



FISCHER-KÄSER AG

Planung - Ausführung - Reparatur - Unterhalt

Sanitär

Heizung

Spengler

Kaminbau

Lüftung

Klima

Solar

Blitzschutz

Kohlplatzstrasse 38 - 4932 Lotzwil - Telefon 062 919 10 50 - www.fkf.ch - mail@fkf.ch



FARBANALYSE-WORKSHOP - ENTDECKE DEINE PERSÖNLICHE FARBPALETTE

Oft tragen wir Farben, ohne uns bewusst zu sein, wie sie auf unser Erscheinungsbild wirken. Doch mit den richtigen Farben, die perfekt zu deinem natürlichen Kolorit aus Haut-, Haar- und Augenfarbe passen, kannst du deine natürliche Schönheit unterstreichen und strahlend sichtbar werden. In diesem interaktiven Workshop tauchen wir ein in die faszinierende Welt der Farben und lernen, wie du deine Garderobe bewusst planen kannst. Mit dem Wissen um deine persönliche Farbpalette wirst du unabhängig von Modetrends und gewinnst Sicherheit in der Auswahl deiner Kleidung.

Inhalte des Workshops: Einführung in die Farbentheorie der vier Jahreszeiten. Persönliche Farbanalyse – welcher Typ bist du? Frühling, Sommer, Herbst oder Winter? Praktische Tipps für den Umgang mit deiner Farbpalette. Kombinationen der Grundgarderobe für stilichere Outfits. Wirkung der Farben im Berufsleben: Selbstbewusst auftreten. Kennenlernen der 6 verschiedenen Kleiderstilrichtungen. Komm und erlebe, wie du mit den passenden Farben deine Persönlichkeit unterstreichen kannst!

Ziele:

- Kennen der persönlichen Farbpalette
- Sicherheit und Effizienz bei der Farbenwahl der Kleider
- Vermeiden von Fehleinkäufen
- Gestärktes, persönliches Auftreten

Farbanalyse-Workshop – Entdecke deine persönliche Farbpalette

Freitag, 28. August 2026, 18.30 – 21.30 Uhr

Ursula Brun

Anmeldung: bis 21. August 2026

Kurs-Nr. 26S-34-735

CHF 140.00

VHS-Mitglied CHF 129.00

Das Handout zu CHF 10.00 und/oder der Farbmusterpass zu CHF 47.00 ist am Kursabend zusätzlich erhältlich.

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

Farbanalyse-Workshop – Entdecke deine persönliche Farbpalette

Freitag, 06. November 2026, 18.30 – 21.30 Uhr

Ursula Brun

Anmeldung: bis 30. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-34-736

CHF 140.00

VHS-Mitglied CHF 129.00

Das Handout zu CHF 10.00 und/oder der Farbmusterpass zu CHF 47.00 ist am Kursabend zusätzlich erhältlich.

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

EINFÜHRUNG IN DIE ERZÄHLCAFÉ – MODERATION

Ein Erzählcafé ist ein Begegnungsort, wo sich Menschen über ihre Lebensgeschichten und Erfahrungen austauschen. Mit Fragen zu einem bestimmten Thema leitet die Moderation durch den Anlass. Erzählen ist freiwillig; durch Zuhören wächst das Verständnis füreinander. Gemeinsamkeiten werden entdeckt, Unterschiede gewürdigt. Es entsteht Zusammenhalt. Dank dem Kennenlernen von verschiedenen Realitäten gewinnen wir neue Sichtweisen auf das Leben. Interessiert es Dich, Brücken zwischen Menschen zu bauen? Möchtest Du mit dem Erzähl-Café ein erprobtes Format gegen Einsamkeit kennenlernen? In diesem Kurs wenden wir uns der Rolle der Moderation und ihren Aufgaben zu.

Ziele: Wir erleben ein Erzählcafé und reflektieren gemeinsam darüber.

Wir lernen die Grundsätze der Erzähl-Café Moderation sowie den Umgang mit schwierigen Situationen kennen.

<https://netzwerk-erzaehlcafe.ch>

Einführung in die Erzählcafé – Moderation

Samstag, 17. Oktober 2026, 10.00 – 14.00 Uhr

Kathrin Oplatka

Anmeldung: bis 5. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-34-703

CHF 120.00

VHS-Mitglied CHF 111.00

Kulturzentrum Chrämmerhuus

Jurastrasse 12

Langenthal

Einführung in die Erzählcafé – Moderation

Samstag, 07. November 2026, 10.00 – 14.00 Uhr

Kathrin Oplatka

Anmeldung: bis 26. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-34-704

CHF 120.00

VHS-Mitglied CHF 111.00

Kulturzentrum Chrämmerhuus

Jurastrasse 12

Langenthal

vhs plus
volkshochschule plus

Mit Freude lernen

Kurse für Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung

Die **vhs plus** ist eine Volkshochschule für Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung. Einige Kurse finden auch inklusiv statt und richten sich an Menschen mit und ohne Beeinträchtigung.

Im Raum Oberaargau führen wir von Oktober 2026 bis März 2027 den Kurs «Tanz ist Lebensfreude» durch.



Alle unsere Kurse finden Sie auf www.vhsplus.ch.

Oder bestellen Sie unser Kursprogramm per Mail an sekretariat@vhsplus.ch oder per Telefon: 031 302 09 05.

VORSORGEAUFTRAG UND PATIENTENVERFÜGUNG

Um die Selbstbestimmung von Menschen auch in schwierigen Situationen zu ermöglichen, hat der Gesetzgeber mit der Zivilgesetzbuch-Gesetzesrevision im Jahre 2013 die beiden Rechtsinstitute „Vorsorgeauftrag“ und „Patientenverfügung“ geschaffen. Wie ein Vorsorgeauftrag errichtet wird und was man damit erreicht, beschäftigt heute viele Leute. Nicht nur KESB-Kritiker beschäftigen sich mit diesem Thema, sondern vor allem Leute, die ihr Selbstbestimmungsrecht bewusst wahrnehmen wollen.

Ziele: Die Teilnehmenden kennen die Formvorschriften und Aufbewahrungsmöglichkeiten. Sie kennen die Unterschiede zwischen Generalvollmacht, Vorsorgeauftrag, Letztwillige Verfügung, Patientenverfügung und sie können bei einfachen Verhältnissen selbstständig einen Vorsorgeauftrag und eine Patientenverfügung erstellen. Sie wissen wo Sie Unterstützung oder persönliche Beratung anfordern können.

Vorsorgeauftrag und Patientenverfügung

Mittwoch, 21. Oktober 2026, 19.00 – 20.15 Uhr

Manuela Zimmermann

Anmeldung: bis 16. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-34-734

CHF 50.00

VHS-Mitglied CHF 46.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

LEICHTER WOHNEN – THE HOME DETOX

Im Workshop lernst du:

- Deinen Ordnungstyp kennen
- Nachhaltige Organisationsroutinen
- Eine Ordnungsbalance innerhalb der Familie herstellen
- Warum uns Aufräumen gut tut & welche Art von Organizers du einsetzen kannst
- Praktische Tipps und eine Anleitung, wie du Home Organizing Zuhause umsetzt
- Von welchen Dingen du dich ohne schlechtes Gewissen trennen kannst und so leicht Ballast loswirst
- Interaktiver Austausch in einer kleinen Gruppe und geschlossene WhatsApp-Begleitgruppe für die Erfolgserlebnisse

Ziele: Mit deinem befreienden Ordnungsprojekten und mit System & Motivation durchzustarten!

Leichter Wohnen – The Home Detox

Freitag, 30. Oktober 2026, 18.00 – 21.00 Uhr

Claire Dové

Anmeldung: bis 19. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-34-706

CHF 170.00

VHS-Mitglied CHF 157.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

FOKUS 65

Teil 1
Übergang 65: Einführung ins Thema Biographiearbeit: Welches waren besonders befriedigende Phasen im Leben? Wann habe ich mich besonders kompetent und zufrieden erlebt? Was nehme ich mit, was auch in der neuen Lebensphase wichtig sein soll?

Teil 2
Beziehung/Netzwerk: Wie verändert sich die Beziehungslandschaft mit der Pensionierung? Welche Beziehungen werde ich vermissen? Welche nicht?

Teil 3
Tätig sein: Welche Tätigkeiten möchte ich in Zukunft weiterführen oder neu starten? Wo kann ich mich über mögliche Anstellungen/Tätigkeiten informieren? Freiwilligenarbeit, selbständig erwerbend, angestellt oder ganz ungebunden? Was passt zu mir?

Teil 4
Wohnen/Finanzen: Wie möchte ich in Zukunft wohnen? Was werde ich mir leisten können? Rückblick auf den Kurs / Ausblick: was möchte ich anpacken?

Zielgruppe: Menschen vor oder nach der Pensionierung mit Offenheit und Bereitschaft für einen persönlichen Austausch in einer kleinen Gruppe von 5 – 7 Teilnehmenden.

Fokus 65

ab Donnerstag, 05. November 2026, 18.30 – 20.30 Uhr, 4x

Emilio Schläpfer und Markus Widmer

Anmeldung: bis 26. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-34-711

CHF 300.00

VHS-Mitglied CHF 276.00

Volkshochschule Oberraargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

DEIN JAHRESRÜCKBLICK – EIN KREATIVER SCHREIBMORGEN

Wieder geht ein ganzes Jahr zu Ende. Was hat es mit sich gebracht? Welchen Herausforderungen haben wir uns gestellt und was wurde uns geschenkt? Was durften wir Neues lernen, was konnten wir geniessen? Worauf sind wir stolz und wofür dankbar? Gemeinsam lassen wir Erinnerungen an das Jahr 2026 wieder aufleben und bringen sie auf Papier. Dieses Ritual im Winter hilft, Frieden zu schliessen, die vergangene Zeit loszulassen und das kommende Jahr mit Frische und Optimismus willkommen zu heissen. Erfahrung mit Schreiben ist nicht nötig.

Mitbringen: Die Agenda, evtl. Fotos, Tagebücher und Schreibzeug, mit dem Du Dich wohl fühlst.

Ziele: Ein Text zum Jahresrückblick entsteht, der individuell weiterverarbeitet werden kann: als Brief, Karte, Album oder im persönlichen Tagebuch. Neben Austausch und Begegnung wird in der Stille die Freude am kreativen Schreiben geweckt.

Dein Jahresrückblick – ein kreativer Schreibmorgen

Samstag, 05. Dezember 2026, 09.00 – 12.00 Uhr

Kathrin Oplatka

Anmeldung: bis 23. November 2026

Kurs-Nr. 26S-34-705

CHF 120.00

VHS-Mitglied CHF 111.00

Volkshochschule Oberraargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

KALLIGRAPHIE

Die Kunst des Schönschreibens. In diesem Kurs erhalten Sie Einblick in die klassische Kalligraphie. Wir erlernen die Handhabung mit Feder und Tinte um Karten und Texte in Zierschrift zu gestalten. Vielseitige Gestalterische Möglichkeiten erwarten Sie im Kurs.

Ziele: Spass an der Kalligraphie und ihrer Anwendung.

Kalligraphie

ab Mittwoch, 14. Oktober 2026, 19.00 – 21.00 Uhr, 8x

Cornelia Sommer

Mitbringen: Bleistift, Lineal, Block

Anmeldung: bis 9. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-37-804

CHF 224.00

VHS-Mitglied CHF 207.00

Material ca. CHF 35.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Kalligraphie

ab Dienstag, 13. Oktober 2026, 19.00 – 21.00 Uhr, 8x

Cornelia Sommer

Mitbringen: Bleistift, Lineal, Block

Anmeldung: bis 8. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-37-881

CHF 224.00

VHS-Mitglied CHF 207.00

Material ca. CHF 35.00

Oberstufenzentrum Herzogenbuchsee

Senta Simon-Strasse 6

Herzogenbuchsee

KLÖPPELKURS

Es gibt verschiedene Möglichkeiten am Klöppelkurs teilzunehmen: Als Einsteiger/in die Technik erlernen, Klöppeln was einem Freude bereitet oder an einem Projekt mitmachen. Dieses Mal ist das Thema „Spitze in positiver und negativer Gestaltung und wildem Tüllgrund“.

Ziele: Die Klöppelkenntnisse erweitern in technischer und gestalterischer Hinsicht. Die Gestaltung des gewählten Objektes wird in positiver und negativer Art in Spitze dargestellt. Der wilde Tüllgrund wird in Farben ausgeführt.

Klöppelkurs

ab Dienstag, 13. Oktober 2026, 19.30 – 21.20 Uhr, 7x

Esther Wanzenried

Mitbringen: Klöppelutensilien, Stecknadeln, Farben, Schere.

NeueinsteigerInnen können Kissen mit Klöppel für einen Kurs auf vorherige Anfrage mieten (CHF 25.00)

Anmeldung: bis 8. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-37-807

CHF 196.00

VHS-Mitglied CHF 181.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Klöppelkurs

ab Dienstag, 13. Oktober 2026, 14.00 – 15.50 Uhr, 7x

Esther Wanzenried

Mitbringen: Klöppelutensilien, Stecknadeln, Farben, Schere.

NeueinsteigerInnen können Kissens mit Klöppel für einen Kurs auf vorherige Anfrage mieten (CHF 25.00)

Kurs-Nr. 26S-37-809

CHF 196.00

VHS-Mitglied CHF 181.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

Anmeldung: bis 8. Oktober 2026

ACCESSOIRES STRICKEN

Du möchtest schnell tolle Ergebnisse sehen und eigene Accessoires stricken, die nicht nur praktisch, sondern auch stylisch sind? In diesem Kurs dreht sich alles um kleine, feine Projekte – perfekt für alle, die Spass am Stricken haben und kreativ werden wollen!

Je nach Lust, Können und Jahreszeit kannst du eines oder mehrere dieser Accessoires realisieren: Stirnbänder, Schals, Loops, Minitücher, Mützen, Beutel, kleine Taschen, Kissenhüllen. Voraussetzungen: Grundkenntnisse im Stricken (Maschen anschlagen, rechte und linke Maschen) von Vorteil, aber kein Muss – wir passen das Niveau an.

Ziele:

- Grundtechniken des Strickens: rechte und linke Maschen, Zu- und Abnahmen
- Lesen und umsetzen einfacher Strickanleitungen
- Tipps zum Zusammennähen und Veredeln der fertigen Stücke

Accessoires stricken

ab Mittwoch, 14. Oktober 2026, 18.30 – 20.30 Uhr, 3x

Sibylle Iseli

Mitbringen: Eigene Wolle (mitteldick) und Nadeln (Nr. 4-6) können mitgebracht werden oder sind gegen einen Aufpreis vor Ort erhältlich.

Kurs-Nr. 26S-37-841

CHF 98.00

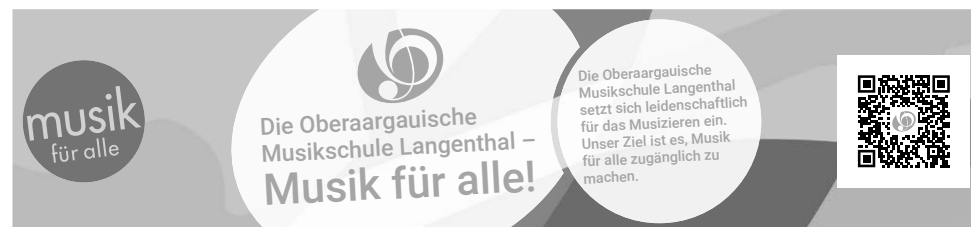
VHS-Mitglied CHF 91.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

Anmeldung: bis 7. Oktober 2026



TISCHDEKORATION IN HOLZKISTLI

Gemeinsam gestalten wir ein dekoratives Holzkistli mit integriertem Windlicht. Dies wird ein stilvoller Hingucker für jeden Tisch und eine besondere Dekoration für Ihr Zuhause. Mit viel Liebe zum Detail entsteht ein harmonisches Arrangement, das Gemütlichkeit und Natürlichkeit ausstrahlt.

Unter fachkundiger Anleitung fertigen Sie ein Werkstück aus wunderschönen Trockenblumen, Eukalyptus, Hortensien, Schleierkraut und weiteren ausgewählten Werkstoffen. Schritt für Schritt begleitet Sie unser erfahrenes Team bei der Gestaltung Ihres ganz persönlichen Kunstwerks.

Dieser Kurs eignet sich sowohl für Anfänger als auch für erfahrene Personen, die ihre Kreativität entfalten und ihr Können erweitern möchten. Zusätzliche Materialkosten ca. CHF 50.00 bis CHF 80.00, je nach Werkstück und Werkstoffen.

Ziele: Alle dürfen ihr eigenes Werkstück nach Hause mitnehmen.

Tischdekoration in Holzkistli

Dienstag, 25. August 2026, 18.30 – 20.30 Uhr

Martina Tschan

Kurs-Nr. 26S-37-832

CHF 40.00

Zusätzliche Materialkosten ca.

CHF 50.00 bis CHF 80.00, je

nach Werkstück und Werkstoffen

Blumen Tschan

Baselstrasse 5

Wiedlisbach

Anmeldung: bis 18. August 2026

HERBSTKRANZ

Entdecken Sie die vielfältige Welt der Kranzgestaltung. Ob in gesteckter Form, klassisch gebunden oder als moderner Boho-Reif. Gemeinsam gestalten wir einen individuellen Kranz, der sich wunderbar als Tischdekoration, stilvoller Raumschmuck oder dekorativer Türkranz eignet.

Unter fachkundiger Anleitung fertigen Sie Ihr persönliches Werkstück aus wunderschönen Trockenblumen, Eukalyptus, Hortensien, Schleierkraut und weiteren ausgewählten Materialien. Schritt für Schritt begleitet Sie unser erfahrenes Team durch den kreativen Gestaltungsprozess und zeigt Ihnen verschiedene Techniken und Möglichkeiten der Gestaltung.

So entsteht ein einzigartiger Kranz, der Ihren persönlichen Stil widerspiegelt und lange Freude bereitet. Dieser Kurs eignet sich sowohl für Anfänger als auch für Personen mit Erfahrung, die ihre Kreativität ausleben und ihr Können erweitern möchten. Zusätzliche Materialkosten ca. CHF 50.00 bis CHF 80.00, je nach Werkstück und Werkstoffen.

Ziele: Alle dürfen ihr eigenes Werkstück nach Hause mitnehmen.

Herbstkranz

Donnerstag, 17. September 2026, 18.30 – 20.30 Uhr

Martina Tschan

Kurs-Nr. 26S-37-833

CHF 40.00

Zusätzliche Materialkosten ca.

CHF 50.00 bis CHF 80.00, je

nach Werkstück und Werkstoffen

Blumen Tschan

Baselstrasse 5

Wiedlisbach

Anmeldung: bis 10. September 2026

BO Bibliothek Langenthal

Die Bibliothek ist nicht nur ein Ort voller Geschichten – sie schreibt jeden Tag neue.

Besuchen Sie uns und schreiben Sie mit.



Bibliothek Langenthal
Turnhallenstrasse 22
4900 Langenthal
www.b-oa.ch

ADVENTSWERKSTATT

Gemeinsam gestalten wir ein längliches Adventsgesteck mit vier Kerzen oder einen klassischen Adventskranz, ganz nach Ihrem persönlichen Geschmack. Mit ausgewählten Werkstoffen, frischem Tannengrün und stilvollen Accessoires entsteht Schritt für Schritt ein festlicher Blickfang für die Adventszeit.

Ob modern, natürlich oder traditionell: Sie können Ihr Werk individuell gestalten und mit passenden Dekorationselementen veredeln. So entsteht ein einzigartiges Adventsgesteck, der Ihren Tisch, Eingangsbereich oder Ihr Zuhause in eine warme, weihnachtliche Atmosphäre taucht. Unter fachkundiger Anleitung schaffen Sie ein dekoratives Unikat, das die Vorfreude auf Weihnachten noch schöner macht. Zusätzliche Materialkosten CHF 100.00 bis CHF 160.00, je nach Werkstück und Werkstoffen.

Ziele: Alle dürfen ihr eigenes Werkstück nach Hause mitnehmen.

Adventswerkstatt

Dienstag, 24. November 2026, 19.00 – 22.00 Uhr
Martina Tschan

Kurs-Nr. 26S-37-834

CHF 40.00
Zusätzliche Materialkosten CHF 100.00 bis CHF 160.00, je nach Werkstück und Werkstoffen
Blumen Tschan
Baselstrasse 5
Wiedlisbach

Anmeldung: bis 17. November 2026

OH TANNENBAUM

Gemeinsam gestalten wir einen kleinen, dekorativen Tannenbaum mit Piniennadeln und einer Lichterkette integriert. Es ist dies der liebevolle Hingucker in der Weihnachtszeit. Mit dem frischem Nadelgrün, natürlichen Materialien und passenden weihnachtlichen Akzenten entsteht Schritt für Schritt ein stimmungsvolles Dekoelement, das Wärme und festliche Atmosphäre in Ihr Zuhause bringt.

Ob als Dekoration für den Esstisch, den Eingangsbereich oder als besonderes Geschenk: Dieser kleine Tannenbaum sorgt überall für einen zauberhaften Adventszauber. Unter fachkundiger Anleitung können Sie Ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Zusätzliche Materialkosten CHF 50.00 bis CHF 80.00, je nach Werkstück und Werkstoffen.

Ziele: Alle dürfen ihr eigenes Werkstück nach Hause mitnehmen.

Oh Tannenbaum

Dienstag, 08. Dezember 2026, 18.00 – 20.00 Uhr
Martina Tschan

Kurs-Nr. 26S-37-835

CHF 40.00
Zusätzliche Materialkosten CHF 50.00 bis CHF 80.00, je nach Werkstück und Werkstoffen
Blumen Tschan
Baselstrasse 5
Wiedlisbach

Anmeldung: bis 1. Dezember 2026

Bleiben Sie mit uns auf Kurs.



maxi.mumm
im oberaargau

Kursräume, zentral gelegen

zur Temporär- | Dauermiete
33 - 73 m², voll ausgestattet
für Sitzungen, Kurse und Seminare

Nähe Bahnhof Langenthal

Kontakt: 062 918 10 30
vertrieb@maximumm.ch

maximumm.ch

QI GONG / ATMUNGS- UND BEWEGUNGSÜBUNGEN

Wollen Sie aktiv etwas für Ihre Gesundheit tun? Dann könnte Qi Gong das Richtige für Sie sein. In diesem Kurs lernen Sie eine Vielfalt von einfachen Gesundheitsübungen kennen, die Sie in Ihrem Alltag integrieren können. Mit Übungen aus dem Qi Gong, Thai Chi, Atmungstherapie und der Akupressur werden die Energieleitbahnen (Meridiane) aktiviert und ausgeglichen. Mit einfachen, langsamen Bewegungen, Eigenmassage, Dehn- und Atmungsübungen kann die Energie besser durch Ihren Körper strömen und die Organe beleben und den Atem vertiefen. Die Selbstheilungskräfte können dabei angeregt werden und stressbedingte Symptome gelindert oder deren Entstehen vorgebeugt werden.

Ziele: Verbesserte Körperwahrnehmung, Körper- und Organstärkung und Unterstützung innerer und äusserer Ausgeglichenheit.

Qi Gong / Atmungs- und Bewegungsübungen

ab Mittwoch, 12. August 2026, 08.25 – 09.40 Uhr, 14x

Christa Breitenberger

Kurs-Nr. 26S-45-751

CHF 490.00

VHS-Mitglied CHF 451.00

arc-studio

Blumenstrasse 37

Langenthal



POWER-WORKSHOP: KOHLENHYDRATE – ENERGIE, BLUTZUCKER UND HEISSHUNGER VERSTEHEN UND STEuern

Kohlenhydrate stehen heute im Zentrum vieler Ernährungsdiskussionen – oft verbunden mit Unsicherheit und widersprüchlichen Empfehlungen. Doch wie wirken sie wirklich auf unseren Körper?

Als wichtigste Energiequelle beeinflussen Kohlenhydrate nicht nur unsere Leistungsfähigkeit und Konzentration, sondern auch Blutzucker, Sättigung und Gewichtsregulation. Richtig eingesetzt unterstützen sie einen stabilen Stoffwechsel – ungünstig kombiniert können sie hingegen zu Energieeinbrüchen und Heisshunger führen.

In diesem zweiteiligen Kurs erfahren Sie, wie Kohlenhydrate im Körper wirken, welche Rolle der Blutzucker spielt und wie Sie Ihre Ernährung gezielt steuern können. Darauf aufbauend lernen Sie, wie Sie Kohlenhydrate sinnvoll mit Protein und anderen Nährstoffen kombinieren, um stabile Energie und eine nachhaltige Sättigung zu erreichen.

Ein besonderer Fokus liegt zudem auf Zucker sowie Zuckerersatz- und Austauschstoffen. Sie lernen, diese im Alltag besser einzuordnen und bewusst einzusetzen.

Tag 1: Verständnis von Kohlenhydraten, Blutzucker und Heisshunger sowie Einordnung im Zusammenhang mit einer ausgewogenen Ernährung und dem Thema Protein.

Tag 2: Konkrete Umsetzung im Alltag mit einfachen Mahlzeiten, Rezeptideen und praktischen Strategien für eine ausgewogene und genussvolle Ernährung.

fundiert, praxisnah und direkt umsetzbar, mit konkreten Ideen und einfachen Strategien für Ihren Alltag.

Ziele:

Die TN können am Ende des Kurses verschiedene Formen von Kohlenhydraten benennen und unterscheiden (z. B. Zucker, Stärke, Ballaststoffe).

Die TN können erklären, wie Kohlenhydrate den Blutzucker beeinflussen und welche Auswirkungen dies auf Energie, Sättigung und Leistungsfähigkeit hat.

Die TN können die Entstehung von Heisshunger im Zusammenhang mit Ernährung und Blutzucker einordnen.

Die TN können Zucker in Lebensmitteln erkennen und typische versteckte Zuckerquellen im Alltag benennen.

Power-Workshop: Kohlenhydrate – Energie, Blutzucker und Heisshunger verstehen und steuern

Mittwoch, 09. September 2026, 19.00 – 21.00 Uhr

Donnerstag, 10. September 2026, 19.00 – 21.00 Uhr

Julian Schäffer

Kurs-Nr. 26S-45-762

CHF 125.00

VHS-Mitglied CHF 115.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

Anmeldung: bis 1. September 2026

ÄTHERISCHE ÖLE – GRUNDWISSEN

Die Basis für den sicheren Umgang mit ätherischen Ölen! Erfahre, was ätherische Öle sind, wie sie hergestellt werden und wie sie wirken, wie fette Pflanzenöle und Hydrolate in der Aromatherapie eingesetzt werden, welche Dosierungen sicher sind und wo Kontraindikationen bestehen. Im Kurspreis sind Skript und ein Riechstift inbegriffen. Der Kurs «Ätherische Öle – Grundwissen» ist Voraussetzung für alle weiterführenden Themenkurse (oder ein früherer Kursbesuch bei Aroma-Oase)

Anmeldung: claudia@aroma-oase.ch

Ätherische Öle – Grundwissen

Samstag, 10. Oktober 2026, 08.00 – 09.30 Uhr

Claudia Giesser

Anmeldung: bis 30. September 2026

Kurs-Nr. 26S-45-765A

CHF 45.00

Alte Mühle

Mühleweg 23

Langenthal

Ätherische Öle – Grundwissen

Samstag, 07. November 2026, 08.00 – 09.30 Uhr

Claudia Giesser

Anmeldung: bis 28. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-45-765B

CHF 45.00

VHS-Mitglied CHF 42.00

Alte Mühle

Mühleweg 23

Langenthal

STARK DURCH DEN WINTER

Erfahre, wie dein Immunsystem funktioniert und wie ätherische Öle es gezielt unterstützen können. Du lernst praktische Anwendungen bei Fieber, Husten, Schnupfen, Hals-, Ohren- und Kopfschmerzen kennen. Im Kurspreis sind Skript und drei Produkte inbegriffen. Der Kurs «Ätherische Öle – Grundwissen» ist Voraussetzung für diesen Kurs (oder ein früherer Kursbesuch bei Aroma-Oase).

Anmeldung: claudia@aroma-oase.ch

Stark durch den Winter

Samstag, 10. Oktober 2026, 10.00 – 12.00 Uhr

Claudia Giesser

Anmeldung: bis 30. September 2026

Kurs-Nr. 26S-45-767A

CHF 65.00

Alte Mühle

Mühleweg 23

Langenthal

Stark durch den Winter

Samstag, 07. November 2026, 10.00 – 12.00 Uhr

Claudia Giesser

Anmeldung: bis 28. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-45-767B

CHF 65.00

Alte Mühle

Mühleweg 23

Langenthal

SEELENPFLEGE MIT ÄTHERISCHEN ÖLEN

Entdecke, wie ätherische Öle dich bei Stress, innere Unruhe, Müdigkeit oder Anspannung unterstützen und deine Seele ins Gleichgewicht bringen. Natürliche Düfte für mehr Ruhe, Energie und emotionale Balance. Im Kurspreis sind Skript und zwei Produkte inbegriffen. Der Kurs «Ätherische Öle – Grundwissen» ist Voraussetzung für diesen Kurs (oder ein früherer Kursbesuch bei Aroma-Oase).

Anmeldung: claudia@aroma-oase.ch

Seelenpflege mit ätherischen Ölen

Samstag, 14. November 2026, 08.00 – 10.00 Uhr

Claudia Giesser

Anmeldung: bis 4. November 2026

Kurs-Nr. 26S-45-768

CHF 65.00

Alte Mühle

Mühleweg 23

Langenthal

ÄTHERISCHE ÖLE BEI SCHMERZEN

Erfahre, wie ätherische Öle Schmerzen auf natürliche Weise lindern können – bei Kopfschmerzen, Verspannungen, Muskel- oder Gelenksbeschwerden, Bauchschmerzen uvm. Im Kurspreis sind Skript und zwei Produkte inbegriffen. Der Kurs «Ätherische Öle – Grundwissen» ist Voraussetzung für diesen Kurs (oder ein früherer Kursbesuch bei Aroma-Oase).

Anmeldung: claudia@aroma-oase.ch

Ätherische Öle bei Schmerzen

Samstag, 14. November 2026, 10.30 – 12.30 Uhr

Claudia Giesser

Anmeldung: bis 4. November 2026

Kurs-Nr. 26S-45-769

CHF 70.00

Alte Mühle

Mühleweg 23

Langenthal

HAND- UND FUSSMASSAGE – ICH TUE ETWAS GUTES FÜR MICH

Unsere Hände und Füsse tragen uns durchs Leben – im wahrsten Sinne des Wortes. Sie sind komplexe, sensible Strukturen, die massgeblich unsere Haltung, Bewegung und unser Körpergefühl beeinflussen. In diesem Kurs widmen wir uns diesen oft vernachlässigten Körperbereichen und entdecken ihr Potenzial für mehr Leichtigkeit, Stabilität und Gesundheit im Alltag. Von der Anatomie über Bewegungsmuster bis zur Selbstmassage und Mobilisation.

Ziele: Du verlässt den Kurs mit einem besseren Verständnis für deine Hände und Füsse. Du lernst einfache Techniken für die Selbstmassage von deinen Händen und Füssen.

Hand- und Fussmassage – ich tue etwas Gutes für mich

ab Freitag, 20. November 2026, 18.30 – 20.00 Uhr, 2x

Kevin Jenny

Anmeldung: bis 13. November 2026

Kurs-Nr. 26S-45-770

CHF 94.00

VHS-Mitglied CHF 87.00

arc-studio

Blumenstrasse 37

Langenthal



**HANDWERK,
DAS ÜBERZEUGT.
QUALIÄT,
DIE BEGEISTERT.**

GIESSER AG
PERSÖNLICH PROFESSIONELL

GIESSER AG | Maler- und Gipsergeschäft | 4900 Langenthal

KALTBADEN – DURCH STILLE UND KÄLTE ZUR INNEREN WÄRME

Das kalte Wasser fasziniert dich, aber ein Teil von dir denkt noch: „Das schaffe ich nie!“ Dann bist du hier genau richtig. Kaltbaden ist keine Frage der Härte, sondern der bewussten Begegnung mit dir selbst. Mit gezielter Atmung beruhigst du dein vegetatives Nervensystem, findest innere Ruhe und bleibst gelassen – auch in der Kälte.

In diesem Kurs wirst du Schritt für Schritt an das Kaltbaden herangeführt. Fundiertes Wissen, achtsame Vorbereitung und mentale Stärke helfen dir, die Erfahrung bewusst zu gestalten und ihre belebende Kraft zu nutzen.

WORUM GEHT ES?

Kaltbaden ist für fast alle möglich, auch ohne Vorkenntnisse. Es kann Glücksgefühle auslösen, Schmerzen lindern, entspannen, Stress abbauen und dein Immunsystem stärken. Erfahre die Kraft des kalten Wassers bewusst und spüre dieses intensive, befreiende Gefühl!

DER KURS:

Theorie (2 Std.): Grundlagen des Kaltbadens und der Atmung, Wirkung auf Körper und Nervensystem, mentale Vorbereitung, Gefahren und Ablauf.

Praxis (2 Std., freiwillig): Aeschisee: Gemeinsame Vorbereitung, bewusste Atmung, mentale Einstimmung, Kaltbaden, Aufwärmübungen. Ein Erfahrungsaustausch hilft dir, das Erlebte bewusst zu verankern.

Das Wasser hat ca. 4–8 Grad.

GESUNDHEITLICHE VORAUSSETZUNG:

Der Kurs richtet sich an gesunde Menschen ohne chronische Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Bei Bedenken konsultiere bitte vorher einen Arzt.

WICHTIG:

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Ein Haftungsausschluss wird unterzeichnet. Entdecke die Kraft der Stille und des kalten Wassers – Melde dich jetzt an!

Ziele: Die physiologischen Reaktionen deines Körpers zu verstehen und die Risiken besser zu bewerten, damit du das Kaltbaden stressfrei und als Genuss erleben kannst. Du lernst die Prinzipien der Thermoregulation kennen und praktische Techniken sowie Sicherheitsmassnahmen anwenden, um sicher im kalten Wasser zu verweilen.

Kaltbaden – Durch Stille und Kälte zur inneren Wärme

Samstag, 17. Oktober 2026, 09.30 – 14.00 Uhr

Martin Rohner

Anmeldung: bis 10. Oktober 2026

Kurs-Nr. 26S-45-760

CHF 95.00

VHS-Mitglied CHF 88.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

HATHA YOGA – ZEIT – FÜR DICH

Willkommen in meinem Yogakurs. Die Kombination aus bewusstem Atem (Pranayama) und den Körperübungen (Asana) wird dir helfen, gestärkt aus der Yogastunde hervorzugehen. Wir kommen bewusst an auf der Matte, gehen dann über in die Körperübungen und beenden die Lektion mit einer Entspannungsübung.

Ziele: Innere Unruhe, Stress oder Schlafstörungen kommen leider viel zu häufig vor in unserer Zivilisation. Mein Ziel als Yogalehrerin ist es, dir zu mehr innerer Ruhe, Ausgeglichenheit und einem gesunden Schlaf zu verhelfen. Ganz nebenbei tust du etwas für dein Gleichgewicht, deine Ausdauer und Kraft.

Hatha Yoga – Zeit – für dich

ab Montag, 10. August 2026, 09.00 – 10.00 Uhr, 16x

Alexandra Meyer

Mitbringen: Mätteli, Tuch oder Decke, bequeme Kleidung.

Kurs-Nr. 26S-41-904

CHF 336.00

VHS-Mitglied CHF 310.00

AiKiDo Schule Langenthal

Gaswerkstrasse 66

Langenthal

HATHA – YOGA – ZEIT FÜR DICH

Eine kraftvolle und sanfte Praxis mit fliessenden Bewegungsabläufen und abschliessender Entspannung. Hatha Yoga in seiner ganzen Vielfalt: Klassische Körperhaltungen (Asana), Atemübungen (Pranayama) und meditative Sequenzen bringen Körper und Geist in Einklang und helfen dir dabei, im Hier und Jetzt anzukommen.

Ziele: Ankommen im Hier und Jetzt, Stabilität, Kraft und Beweglichkeit, Gleichgewicht zwischen Körper und Geist, Entspannung.

Hatha – Yoga – Zeit für dich

ab Dienstag, 11. August 2026, 18.15 – 19.15 Uhr, 16x

Madeleine Hadorn

Mitbringen: Rutschfeste Matte, bequeme nicht einengende Kleidung, Decke.

Kurs-Nr. 26S-41-900

CHF 336.00

VHS-Mitglied CHF 310.00

Schulhaus Elzmatt Singsaal

Bettenhölzlistr. 10

Langenthal

Hatha – Yoga – Zeit für dich

ab Dienstag, 11. August 2026, 19.30 – 20.30 Uhr, 16x

Madeleine Hadorn

Mitbringen: Rutschfeste Matte, bequeme nicht einengende Kleidung, Decke.

Kurs-Nr. 26S-41-901

CHF 336.00

VHS-Mitglied CHF 310.00

Schulhaus Elzmatt Singsaal

Bettenhölzlistr. 10

Langenthal

CANDLELIGHT YIN YOGA

Yin Yoga- eine sanfte Synthese aus Yoga und traditioneller chinesischer Medizin. Eine liebevolle und tiefenwirksame Praxis: Yin Yoga steht für Loslassen, für das Verweilen im gegenwärtigen Moment, mit lang gehaltenen Körperstellungen, immer im Einklang mit deinem Atem. Yin Yoga ist eine Möglichkeit, innezuhalten, Langsamkeit und Stille zu erfahren, fernab vom leistungsorientierten Alltag.

Anmeldung direkt bei Madeleine Hadorn: yoga-mh.ch

Candlelight Yin Yoga

Freitag, 23. Oktober 2026, 19.00 – 20.00 Uhr

Freitag, 11. Dezember 2026, 19.00 – 20.00 Uhr

Kurs-Nr. 26W-41-907

CHF 25.00/ pro Lektion

Madeleine Hadorn

Yoga Studio

Jurastrasse 17

Langenthal

RÜCKENFIT

Ein vielseitiges Ganzkörpertraining mit Schwerpunkt auf Rücken- und Rumpfmuskulatur. Haltungproblemen und Rückenverspannungen werden vorgebeugt, sowie rückenfreundliches Verhalten im Alltag trainiert. Dehnübungen verhelfen zu mehr Beweglichkeit und Vitalität. Die Stunde beginnt mit diversen Mobilisationsübungen. Anschliessend geht es weiter mit Kräftigungsübungen, der Schwerpunkt klar auf Rücken- und Bauchmuskulatur gelegt. Dehnübungen in einer längeren Entspannungseinheit beenden die Stunde.

Ziele: Rücken- und Rumpfmuskulatur stärken, Beweglichkeit und Vitalität fördern.

Rückenfit

ab Dienstag, 11. August 2026, 13.50 – 14.50 Uhr, 16x

Andrea Schmitz

Mitbringen: Bequeme Turnkleidung, rutschhemmende Socken, dünnes Tuch ca. 60x180 cm

Kurs-Nr. 26S-43-912

CHF 336.00

VHS-Mitglied CHF 310.00

arc-studio

Blumenstrasse 37

Langenthal

Rückenfit

ab Dienstag, 11. August 2026, 15.00 – 16.00 Uhr, 16x

Andrea Schmitz

Mitbringen: Bequeme Turnkleidung, rutschhemmende Socken, dünnes Tuch ca. 60x180 cm

Kurs-Nr. 26S-43-913

CHF 336.00

VHS-Mitglied CHF 310.00

arc-studio

Blumenstrasse 37

Langenthal

BODYFORMING INTENSIV

Für alle, die mehr fordern und gezielt an ihrer Kraft und Fitness arbeiten möchten!
Dieses Training kombiniert Ganzkörperübungen mit Schwerpunkt auf der Rücken- und Rumpfstabilität sowie dem Muskelaufbau.

Durch abwechslungsreiche Bewegungsabfolgen werden Koordination, Kraft und Beweglichkeit effektiv verbessert.

Das Training ist fordernder, bleibt aber gelenkschonend – ideal für alle, die ihre Leistungsfähigkeit spürbar steigern möchten.

Ziele: Ziel ist der Aufbau und die Stärkung der Muskulatur zur Verbesserung des Körpergefühls, der Körperhaltung und Stabilität für ein allgemeines körperliches Wohlbefinden.

Bodyforming Intensiv

ab Dienstag, 11. August 2026, 18.30 – 19.30 Uhr, 16x

Marlene Bauder

Mitbringen: Bequeme Turnkleidung, rutschhemmende Socken, Trainingsunterlage ca. 60x180 cm.

Kurs-Nr. 26S-43-915

CHF 336.00

VHS-Mitglied CHF 310.00

Dreifachsporthalle Mittelholz

Mittelholzstrasse 2

Herzogenbuchsee

BODYFORMING SANFT

Dieses ruhige Ganzkörpertraining richtet sich an alle, die ihre Muskulatur stärken, die Beweglichkeit erhalten und gleichzeitig entspannt etwas für ihre Gesundheit tun möchten.

Sanfte Übungen fördern die Körperhaltung, trainieren Balance und Koordination und dehnen die Muskulatur.

Besonders schonend für Rücken, Rumpf und Gelenke – ideal für Einsteiger, Wiedereinsteiger und alle Altersgruppen. Hier stehen Freude an Bewegung und Wohlbefinden im Mittelpunkt.

Ziele: Ziel ist der Aufbau und die Stärkung der Muskulatur zur Verbesserung des Körpergefühls, der Körperhaltung und Stabilität für ein allgemeines körperliches Wohlbefinden.

Bodyforming Sanft

ab Dienstag, 11. August 2026, 19.35 – 20.35 Uhr, 16x

Marlene Bauder

Mitbringen: Bequeme Turnkleidung, rutschhemmende Socken, Trainingsunterlage ca. 60x180 cm.

Kurs-Nr. 26S-43-916

CHF 336.00

VHS-Mitglied CHF 310.00

Dreifachsporthalle Mittelholz

Mittelholzstrasse 2

Herzogenbuchsee

LINEDANCE FORTGESCHRITTENE

Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits erste Erfahrungen im Linedance gesammelt haben und ihr Repertoire erweitern möchten. Gemeinsam erarbeiten wir abwechslungsreiche Choreografien zu unterschiedlichen Musikstilen, verfeinern bekannte Schrittfolgen und lernen neue Kombinationen kennen. Neben dem Spass an der Bewegung fördern wir Ausdauer, Koordination sowie Gedächtnis und geniessen dabei das Tanzen in der Gruppe. Freuen Sie sich auf mitreissende Musik, spannende Choreos und viele beschwingte Tanzstunden.

Linedance Fortgeschrittene

ab Dienstag, 11. August 2026, 20.05 – 21.05 Uhr, 15x

Colette Grütter

Mitbringen: Wechselschuhe zum Tanzen, Getränk

Kurs-Nr. 26S-46-920

CHF 315.00

VHS-Mitglied CHF 290.00

Musikraum (alte Turnhalle),

Schulhaus Obersteckholz

Kleben 43a

Obersteckholz

LINEDANCE FÜR EINSTEIGER*INNEN

Wer Tanzen und Musik liebt, sich mit anderen in der Gruppe bewegen will, ist hier richtig. Wir tanzen gemeinsam in Linien, ohne Partner und lernen Choreografien, die Spass machen. Wir tanzen zu Country-, aber auch zu anderer Musik, die unser Wohlbefinden steigert. Dazu fördern wir Koordination, Gleichgewicht und üben die Konzentration bei den Schrittfolgen.

Linedance für Einsteiger*innen

ab Dienstag, 11. August 2026, 19.00 – 20.00 Uhr, 15x

Colette Grütter

Mitbringen: Wechselschuhe zum Tanzen, Getränk

Kurs-Nr. 26S-46-921

CHF 315.00

VHS-Mitglied CHF 290.00

Musikraum (alte Turnhalle),

Schulhaus Obersteckholz

Kleben 43a

Obersteckholz

Linedance mit wenig Vorkenntnissen und Einsteiger*innen

ab Freitag, 14. August 2026, 09.00 – 10.00 Uhr, 12x

Colette Grütter

Mitbringen: Wechselschuhe zum Tanzen, Getränk

Kurs-Nr. 26S-46-922

CHF 252.00

VHS-Mitglied CHF 232.00

Kath. Kirchgemeindehaus

Hasenmattstrasse 36

Langenthal

BESSER FRAGEN – BESSERE ANTWORTEN: EINFÜHRUNG INS PROMPTEN

ChatGPT & Co. sind sehr schnell Teil unseres Alltags geworden, doch verstehen wir wirklich, wie diese Werkzeuge funktionieren und wie wir sie sinnvoll einsetzen können? Gemeinsam machen wir eine Bestandesaufnahme der bisherigen Erfahrungen und erarbeiten Grundlagen für gutes Prompten. Wir diskutieren, was grosse Sprachmodelle (KI/LLM) eigentlich machen, warum vielen künstlich generierten Texten der Esprit fehlt, wie wir mit System zu besseren Ergebnissen kommen und unsere eigenen Bots bauen können.

Besser fragen – bessere Antworten: Einführung ins Prompten

Dienstag, 24. November 2026, 18.00 – 21.00 Uhr

Franziska Nyffenegger

Mitbringen: Bitte bringen Sie Ihr Endgerät (Laptop) mit.

Anmeldung: bis 16. November 2026

Kurs-Nr. 26S-22-732

CHF 135.00

VHS-Mitglied CHF 125.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

KÜNSTLICHE INTELLIGENZ IM ALLTAG – ONLINE SEMINAR

Selbstlernkurs im einfachen 7x15 Minuten Format, online verfügbar.

Künstliche Intelligenz ist ein Begriff, den wir heutzutage überall hören. Aber wo lauern die Gefahren? Und wie kann ich KI im Alltag einfach und sicher nutzen? Löst der Begriff bei Ihnen ein mulmiges Gefühl aus? Lerne Sie mit dem Online-Kurs «KI im Alltag», was Künstliche Intelligenz wirklich ist, wo sie im Alltag hilfreich sein kann und welche Gefahren KI mit sich bringt. Im eigenen Tempo profitieren Sie von den Erfahrungen von Profis und erhalten einen ersten Einblick in den Umgang mit Künstlicher Intelligenz. Was bringt Ihnen dieser Kurs: Lernen, wo bei KI Vorsicht geboten ist. Sie erhalten praktische Tipps, um KI im Alltag zu nutzen. Sie verstehen endlich, was KI ist und was nicht. Sie bekommen Tipps zum Schutz Ihrer Daten. Sie lernen ChatGPT und die besten KI-Apps für den Alltag kennen. Kursdaten: In sieben einfach verständlichen Modulen à 15 Minuten können Sie den Kurs selbständig im eigenen Tempo online machen.

Anmeldung: <https://www.techtipp.ch/offers/zXcLXn69>



Ziele:

- Lernen, wo bei KI Vorsicht geboten ist.
- Sie erhalten praktische Tipps, um KI im Alltag zu nutzen
- Sie verstehen endlich, was KI ist und was nicht.
- Sie bekommen Tipps zum Schutz Ihrer Daten
- Sie lernen ChatGPT und die besten KI-Apps für den Alltag kennen

Künstliche Intelligenz im Alltag -Online Seminar

In sieben einfach verständlichen Modulen à 15 Minuten können Sie den Kurs selbständig im eigenen Tempo online machen.

Ralph Landolt

Kurs-Nr. 26W-22-650

CHF 78.00

Online Unterricht

SVEB-ZERTIFIKAT AUSBILDERIN / AUSBILDER ZEBRA KURS

Leiten, planen, realisieren: Lernveranstaltungen durchführen.

Erwerben Sie Grundlagen für die Erwachsenenbildung. Erweitern und überprüfen Sie Ihre Kursleitungs Kompetenzen. Erleben Sie vielfältige erwachsenen-bildnerische Methoden. Setzen Sie sich mit dem eigenen Lernen und Lehren auseinander.

Um das SVEB-Zertifikat «Lernveranstaltungen mit Gruppen von Erwachsenen durchführen» zu erhalten, werden die drei Kursblöcke «leiten», «planen» und «realisieren» absolviert. Die Reihenfolge und Kursorte der Kursblöcke «leiten» und «planen» können selbst gewählt werden. Der Kursblock «realisieren» mit dem Kompetenznachweis «Dokumentierte Praxisdemonstration» wird als dritter Kursblock absolviert.

Die Kursblöcke können an vier Standorten (Bern, Biel-Bienne, Spiez oder Langenthal) besucht werden.



Weitere Informationen und Anmeldung

<https://www.bffbern.ch/weiterbildung/sveb-zertifikat-ausbilderin-zebra-kurse#/weiterbildung>

SVEB-Zertifikat Ausbilderin / Ausbilder zebra Kurs: Kursblock 1: leiten

ab Freitag, 23. Oktober 2026, 09.00 – 17.00 Uhr, 5x

Gabriela Hauswirth, Brigitte Huber Keller

Kurs-Nr. 26zebra26-A4

CHF 950.00

Anmeldung: bis 29. September 2026

maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39

Langenthal

Klangwerk Mittelland

Wir bieten Instrumental- und Vokalunterricht für Erwachsene auf praktisch allen Instrumenten. Preise und Details finden Sie unter <http://klangwerkmittelland.ch>

Beachten Sie auch unsere Projekte für Seniorinnen und Senioren.

Kontakt Telefon 079 287 37 82. Oder direkt an der Turnhallenstrasse 22, Langenthal, Büro Schulleitung Musikschule.
Oder Mail info@klangwerkmittelland.ch

LET'S MEET IN THE SPRACH-CAFÉ!

Wir treffen uns in einer gemütlichen Runde im Café Libretto der Bibliothek Langenthal und diskutieren ungezwungen über alles Mögliche. Ein Moderator führt durch das Gespräch und sorgt dafür, dass alle zu Wort kommen. Es handelt sich nicht um einen Sprachkurs, doch mindestens Basiskenntnisse der englischen Sprache sind erforderlich. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Anmeldungen sind nicht nötig.

Dieses Angebot wird in Zusammenarbeit mit der Bibliothek Langenthal durchgeführt. Ein Getränk im Café Libretto ist im Kurspreis inbegriffen.

Zögern Sie nicht, wir freuen uns auf Sie!

Let's meet in the Sprach-Café!

Freitag, 04. September 2026, 09.00 – 10.00 Uhr

Freitag, 06. November 2026, 09.00 – 10.00 Uhr

Freitag, 04. Dezember 2026, 09.00 – 10.00 Uhr

Daniel Kämpfer

Kurs-Nr. 26S-13-556

CHF 10.00

Bibliothek Langenthal

Turnhallenstrasse 22

Langenthal



BIENVENUE AU SPRACH-CAFÉ!

Wir treffen uns in einer gemütlichen Runde im Café Libretto der Bibliothek Langenthal und diskutieren ungezwungen über alles Mögliche. Eine Moderatorin führt durch das Gespräch und sorgt dafür, dass alle zu Wort kommen. Es handelt sich nicht um einen Sprachkurs, doch mindestens Basiskenntnisse der französischen Sprache sind erforderlich. Der Einstieg ist jederzeit möglich. Anmeldungen sind nicht nötig.

Dieses Angebot wird in Zusammenarbeit mit der Bibliothek Langenthal durchgeführt. Ein Getränk im Café Libretto ist im Kurspreis inbegriffen.

Zögern Sie nicht, wir freuen uns auf Sie!

Bienvenue au Sprach-Café

Freitag, 04. September 2026, 09.00 – 10.00 Uhr

Freitag, 06. November 2026, 09.00 – 10.00 Uhr

Freitag, 04. Dezember 2026, 09.00 – 10.00 Uhr

Sandra Deichsel

Kurs-Nr. 26S-15-556

CHF 10.00

Bibliothek Langenthal

Turnhallenstrasse 22

Langenthal



BIENVENIDOS AL SPRACH-CAFÉ!

Wir treffen uns in einer gemütlichen Runde im Café Libretto der Bibliothek Langenthal und diskutieren ungezwungen über alles Mögliche. Eine Moderatorin führt durch das Gespräch und sorgt dafür, dass alle zu Wort kommen. Es handelt sich nicht um einen Sprachkurs, doch mindestens Basiskenntnisse der spanischen Sprache sind erforderlich. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Anmeldungen sind nicht nötig.

Dieses Angebot wird in Zusammenarbeit mit der Bibliothek Langenthal durchgeführt. Ein Getränk im Café Libretto ist im Kurspreis inbegriffen.

Zögern Sie nicht, wir freuen uns auf Sie!

Bienvenidos al Sprach-Café!

Freitag, 04. September 2026, 10.15 – 11.15 Uhr

Freitag, 06. November 2026, 10.15 – 11.15 Uhr

Freitag, 04. Dezember 2026, 10.15 – 11.15 Uhr

Maria Teresa Rodriguez Vivo

Kurs-Nr. 26S-17-556

CHF 10.00

Bibliothek Langenthal

Turnhallenstrasse 22

Langenthal



BO Bibliothek
Langenthal

Im **Café Libretto** können Sie einen feinen Kaffee, Tee oder ein kaltes Getränk geniessen. Und dazu gemütlich in einer aktuellen **Zeitung** blättern oder in einer bunten **Zeitschrift** lesen.

Café und Bibliothek sind gleichzeitig geöffnet.



Bibliothek Langenthal
Turnhallenstrasse 22
4900 Langenthal
www.b-oa.ch

ENGLISCH FÜR DIE REISE/KONVERSATION

Ziele: Englisch A2

Sie können sich in einfachen, routinemässigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten mit einfachen Worten verständigen: z.B. über Ihre Person, Einkaufen, Arbeit, die eigene Ausbildung und Ihre Umwelt.

A2: Englisch Konversation

ab Mittwoch, 12. August 2026, 09.20 – 10.50 Uhr, 16x

Daniel Kämpfer

Lehrmittel: wird im Kurs bekannt gegeben

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-13-112

ab Mittwoch, 13. Januar 2027, 09.20 – 10.50 Uhr, 21x

Kurs-Nr. 26S-13-112

CHF 360.00

VHS-Mitglied CHF 332.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

Ziele: Englisch B1

Sie können im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobby, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen austauschen.

B1: Englisch für die Reise und Konversation

ab Dienstag, 13. Oktober 2026, 08.50 – 09.50 Uhr, 10x

Eva Jetzer

Lehrmittel: wird im Kurs bekannt gegeben

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-13-559

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 08.50 – 09.50 Uhr, 21x

Kurs-Nr. 26S-13-559

CHF 150.00

VHS-Mitglied CHF 138.00

Dreifach-Sporthalle Kreuzfeld

Theorieraum

Turnhallenstrasse 24

Langenthal

B1: Englisch für die Reise und Konversation

ab Dienstag, 13. Oktober 2026, 10.00 – 11.00 Uhr, 10x

Eva Jetzer

Lehrmittel: wird im Kurs bekannt gegeben

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-13-107

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 10.00 – 11.00 Uhr, 21x

Kurs-Nr. 26S-13-107

CHF 150.00

VHS-Mitglied CHF 138.00

Dreifach-Sporthalle Kreuzfeld

Theorieraum

Turnhallenstrasse 24

Langenthal

Ziele: Englisch B2

Sie können sich beruflich und privat problemlos mit Muttersprachler*innen in der Standardsprache verständigen.

B2: Englisch Konversation

ab Dienstag, 11. August 2026, 09.00 – 10.00 Uhr, 15x

Helen Tinkler

Lehrmittel: wird im Kurs bekannt gegeben

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-13-562

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 09.00 – 10.00 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-13-562

CHF 225.00

VHS-Mitglied CHF 207.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

ENGLISCH FÜR DIE REISE/KONVERSATION

B2: Englisch Konversation

ab Donnerstag, 20. August 2026, 13.30 – 15.00 Uhr, 8x

Jan Niederhäuser

Lehrmittel: wird im Kurs bekanntgegeben. Diskussionen über aktuelle Themen.

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-13-240

ab Donnerstag, 21. Januar 2027, 13.30 – 15.00 Uhr, 10x

Kurs-Nr. 26S-13-240

CHF 180.00

VHS-Mitglied CHF 166.00

Jan Niederhäuser

Rossackernweg 14

Wiedlisbach



MASS+NORM
Wälti GmbH

Gaswerkstrasse 33/35
4900 Langenthal

Telefon 062-922 63 80
info@massundnorm.ch
www.massundnorm.ch

- Fenster
- Türen
- Küchen
- Schreinerei
- Möbel
- Innenausbau
- Reparaturservice
- Glaserarbeiten

Ziele: Englisch A1

Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und anwenden. Sie können sagen, wie Sie heissen, wo Sie wohnen, wer Sie sind, Auskünfte einholen, wie z.B. nach dem Weg fragen, und einfache Fragen beantworten.

A1: Neues Kursformat: Sprachkurs – flexibel lernen, persönlich bleiben

ab Montag, 10. August 2026, 18.30 – 20.00 Uhr, 16x

Inmaculada Martinez

Lehrmittel: English File Elementary 4th edition, Unit 1

Neu kombiniert dieser Kurs das Beste aus beiden Welten: Rund ein Drittel des Unterrichts findet vor Ort statt – ideal fürs Kennenlernen und den persönlichen Austausch.

Die übrigen Lektionen absolvieren Sie bequem online.

Geeignet für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen sowie für alle, die ihre Sprachkenntnisse auffrischen und mehr Sicherheit im Umgang mit der Sprache gewinnen möchten.

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-560

ab Montag, 11. Januar 2027, 18.30 – 20.00 Uhr, 20x

A1: Englisch

ab Mittwoch, 12. August 2026, 18.00 – 19.30 Uhr, 15x

Ursula Schär

Lehrmittel: English File Beginner 4th edition, Unit 10

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-255

ab Mittwoch, 13. Januar 2027, 18.00 – 19.30 Uhr, 21x

A1: Englisch

ab Dienstag, 11. August 2026, 10.30 – 11.30 Uhr, 16x

Julian Exshaw

Lehrmittel: Outcomes Elementary, Unit 6

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-591S

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 10.30 – 11.30 Uhr, 21x

Kurs-Nr. 26S-12-560

CHF 360.00

VHS-Mitglied CHF 332.00

Online Unterricht

Präsenz Unterricht im Oberstu-

fenzentrum OZL Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Kurs-Nr. 26S-12-255

CHF 337.50

VHS-Mitglied CHF 310.50

Schulhaus Städtli

Oberdorfstrasse 11A

Huttwil

Kurs-Nr. 26S-12-591S

CHF 240.00

VHS-Mitglied CHF 221.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

Ziele: Englisch A2

Sie können sich in einfachen, routinemässigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten mit einfachen Worten verständigen: z.B. über Ihre Person, Einkaufen, Arbeit, die eigene Ausbildung und Ihre Umwelt.

A1/A2: Englisch

ab Dienstag, 11. August 2026, 18.30 – 20.00 Uhr, 16x

Annemarie Scheidegger

Lehrmittel: English File Elementary 4th edition, Unit 11B

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-540

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 18.30 – 20.00 Uhr, 21x

Kurs-Nr. 26S-12-540

CHF 360.00

VHS-Mitglied CHF 332.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

A2: Englisch

ab Donnerstag, 27. August 2026, 09.00 – 10.30 Uhr, 16x

Annette Leimer

Lehrmittel: English File Pre-Intermediate 4th edition, Unit 1A

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-541

ab Donnerstag, 14. Januar 2027, 09.00 – 10.30 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-12-541

CHF 360.00

VHS-Mitglied CHF 332.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

A2: Englisch

ab Dienstag, 25. August 2026, 11.30 – 12.30 Uhr, 16x

Annette Leimer

Lehrmittel: English File Pre-Intermediate 4th edition, Unit 1A

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-590C

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 11.30 – 12.30 Uhr, 21x

Kurs-Nr. 26S-12-590C

CHF 240.00

VHS-Mitglied CHF 221.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

A2: Englisch – ONLINE

ab Freitag, 14. August 2026, 10.45 – 11.45 Uhr, 16x

Annemarie Scheidegger

Lehrmittel: English File Pre-Intermediate 3rd edition, Unit 10

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-502

ab Freitag, 15. Januar 2027, 10.45 – 11.45 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-12-502

CHF 240.00

VHS-Mitglied CHF 221.00

Online Unterricht

Ziele: Englisch B1

Sie können im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobby, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen austauschen.

B1: Englisch

ab Montag, 10. August 2026, 08.45 – 09.45 Uhr, 16x

Julian Exshaw

Lehrmittel: Outcomes Pre-Intermediate, Unit 13

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-517

ab Montag, 11. Januar 2027, 08.45 – 09.45 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-12-517

CHF 240.00

VHS-Mitglied CHF 221.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

B1: Englisch

ab Donnerstag, 13. August 2026, 18.00 – 19.00 Uhr, 16x

Annemarie Scheidegger

Lehrmittel: English File Intermediate 3rd edition, Unit 5

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-116

ab Donnerstag, 14. Januar 2027, 18.00 – 19.00 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-12-116

CHF 240.00

VHS-Mitglied CHF 221.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

B1: Englisch

ab Donnerstag, 13. August 2026, 16.55 – 17.55 Uhr, 16x

Annemarie Scheidegger

Lehrmittel: English File Intermediate 3rd edition, Unit 9

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-501

ab Donnerstag, 14. Januar 2027, 16.55 – 17.55 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-12-501

CHF 240.00

VHS-Mitglied CHF 221.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

B1: Englisch

ab Freitag, 14. August 2026, 08.15 – 09.45 Uhr, 16x

Annemarie Scheidegger

Lehrmittel: English File Intermediate 3rd edition, Unit 10

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-503

ab Freitag, 15. Januar 2027, 08.15 – 09.45 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-12-503

CHF 360.00

VHS-Mitglied CHF 332.00

Volkshochschule Oberaargau

Gaswerkstrasse 33

Langenthal

Ziele: Englisch B2

Sie können sich beruflich und privat problemlos mit Muttersprachler*innen in der Standardsprache verständigen.

B1/B2: Englisch

ab Donnerstag, 13. August 2026, 19.05 – 20.05 Uhr, 16x

Annemarie Scheidegger

Lehrmittel: English File Intermediate Plus 4th edition, Unit 8

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-508

ab Donnerstag, 14. Januar 2027, 19.05 – 20.05 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-12-508

CHF 240.00

VHS-Mitglied CHF 221.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Ziele: Englisch C1

Sie können sich fliessend im gesellschaftlichen und privaten Leben verständigen und sich strukturiert zu komplexen Sachverhalten äussern.

B2/C1: Englisch

ab Dienstag, 11. August 2026, 19.00 – 20.00 Uhr, 16x

Julian Exshaw

Lehrmittel: Outcomes Upper Intermediate, Unit 15

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-521

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 19.00 – 20.00 Uhr, 21x

Kurs-Nr. 26S-12-521

CHF 240.00

VHS-Mitglied CHF 221.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Ziele: Englisch C2

Sie können sich spontan, sehr fliessend und differenziert ausdrücken und nahezu alles, was Sie hören oder lesen, mühelos verstehen.

C1/C2: Englisch

ab Mittwoch, 12. August 2026, 18.00 – 19.30 Uhr, 16x

Margaret Oertig

Lehrmittel: wird im Kurs bekannt gegeben

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-12-513

ab Mittwoch, 13. Januar 2027, 18.00 – 19.30 Uhr, 21x

Kurs-Nr. 26S-12-513

CHF 360.00

VHS-Mitglied CHF 332.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Unabhängig
Lokal
Partnerschaftlich
Engagiert
Persönlich

Unsere Buchvielfalt umfasst Belletristik, Sachbücher, Kinder- und Jugendbücher. Wir beraten Sie gerne oder Sie besuchen unseren Online-Shop. Ihre Buchhandlung in Langenthal.

Marktgasse 27, Langenthal
T 062 922 24 08
buch@buch-zeichen.ch
www.buch-zeichen.ch

B
U
C
H
Z
E
I
C
H
E
N

INDIVIDUAL- UND FIRMENKURSE

ENGLISCH UND FRANZÖSISCH INDIVIDUAL- UND FIRMENKURSE

Sprachniveau A1 bis B2

Möchten Sie individuell, zu zweit oder in einer Kleingruppe lernen? Planen Sie eine Privat- oder Geschäftsreise? Im Individualkurs bestimmen Sie selbst, welche Themen für Sie wichtig sind – sei es, um sich unterwegs besser verständigen zu können oder um Englisch bzw. Französisch im Arbeitsalltag zu nutzen.

Sie suchen einen Kurs für Ihre Mitarbeitenden im Bereich Englisch oder Französisch – einfache Kommunikation im Arbeitsalltag?

FRANZÖSISCH KONVERSATION

Ziele: B1

Sie können im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobby, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen austauschen.

B1: Französisch Konversation

ab Dienstag, 11. August 2026, 18.30 – 19.30 Uhr, 16x

Mélanie Bircher

Lehrmittel: wird im Kurs bekannt gegeben

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-15-305

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 18.30 – 19.30 Uhr, 21x

Kurs-Nr. 26S-15-305

CHF 240.00

VHS-Mitglied CHF 221.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Ziele: Italienisch Einsteigende

Sie lernen auf einfache Art zu kommunizieren, indem Sie anhand von Wortschatz, Grammatik und gezieltem Anwenden der Sprache ein solides Grundwissen aufbauen.

A1: Italienisch Einsteigende mit wenig Vorkenntnissen

ab Montag, 12. Oktober 2026, 18.00 – 19.00 Uhr, 10x

Antonia Di Pietro

Lehrmittel: Chiaro A1, Unità 1

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-16-375

ab Montag, 11. Januar 2027, 18.00 – 19.00 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-16-375

CHF 150.00

VHS-Mitglied CHF 138.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Ziele: Italienisch A1

Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und anwenden. Sie können sagen, wie Sie heissen, wo Sie wohnen, wer Sie sind, Auskünfte einholen, wie z.B. nach dem Weg fragen, und einfache Fragen beantworten.

A1: Italienisch

ab Montag, 10. August 2026, 19.15 – 20.45 Uhr, 15x

Eliana Ripamonti

Lehrmittel: Chiaro! A1- Nuova edizione, Unità 7

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-16-368

ab Montag, 11. Januar 2027, 19.15 – 20.45 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-16-368

CHF 337.50

VHS-Mitglied CHF 310.50

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

A1: Italienisch

ab Montag, 10. August 2026, 20.10 – 21.10 Uhr, 16x

Antonia Di Pietro

Lehrmittel: Chiaro! A1, Unità 7

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-16-373

ab Montag, 11. Januar 2027, 20.10 – 21.10 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-16-373

CHF 240.00

VHS-Mitglied CHF 221.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Ziele: Italienisch A2

Sie können sich in einfachen, routinemässigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten mit einfachen Worten verständigen: z.B. über Ihre Person, Einkaufen, Arbeit, die eigene Ausbildung und Ihre Umwelt.

A2: Italienisch

ab Donnerstag, 13. August 2026, 18.00 – 19.30 Uhr, 16x

Antonia Di Pietro

Lehrmittel: Chiaro! A2, Unità 4

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-16-374

ab Donnerstag, 14. Januar 2027, 18.00 – 19.30 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-16-374

CHF 360.00

VHS-Mitglied CHF 332.00

Oberstufenzentrum Herzogenbuchsee

Senta Simon-Strasse 6

Herzogenbuchsee

A2: Italienisch

ab Mittwoch, 12. August 2026, 18.20 – 19.20 Uhr, 15x

Eliana Ripamonti

Lehrmittel: Chiaro! A2 – Nuova edizione, Unità 6

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-16-367

ab Mittwoch, 13. Januar 2027, 18.20 – 19.20 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-16-367

CHF 225.00

VHS-Mitglied CHF 207.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Ziele: Italienisch B1

Sie können im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobby, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen austauschen.

B1: Italienisch

ab Mittwoch, 12. August 2026, 19.30 – 21.00 Uhr, 15x

Eliana Ripamonti

Lehrmittel: Chiaro! B1- Nuova edizione, Unità 6 und verschiedenes Material

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-16-369

ab Mittwoch, 13. Januar 2027, 19.30 – 21.00 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-16-369

CHF 337.50

VHS-Mitglied CHF 310.50

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

B1: Italienisch

ab Montag, 10. August 2026, 19.05 – 20.05 Uhr, 16x

Antonia Di Pietro

Lehrmittel: Lesen, sprechen, Grammatik, Vokabular, Kultur

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-16-371

ab Montag, 11. Januar 2027, 19.05 – 20.05 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-16-371

CHF 240.00

VHS-Mitglied CHF 221.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Ziele: Spanisch Einsteigende

Sie lernen auf einfache Art zu kommunizieren, indem Sie anhand von Wortschatz, Grammatik und gezieltem Anwenden der Sprache ein solides Grundwissen aufbauen.

A1: Spanisch Einsteigende ohne Vorkenntnisse

ab Montag, 17. August 2026, 20.00 – 21.00 Uhr, 15x

Maria Teresa Rodriguez Vivo

Lehrmittel: Perspectivas contigo A1, Unidad 1

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-17-391

ab Montag, 11. Januar 2027, 20.00 – 21.00 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-17-391

CHF 225.00

VHS-Mitglied CHF 207.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Spanisch für die Reise

Planen Sie eine Reise nach Spanien oder Lateinamerika? In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Redewendungen und Ausdrücke, die Sie unterwegs brauchen.

Der Kurs richtet sich an Personen mit geringen Vorkenntnissen. Im Vordergrund stehen praktische Situationen, die Ihnen das Reisen erleichtern und mehr Freude an Begegnungen vor Ort ermöglichen.

A1: Spanisch für die Reise – mit wenig Vorkenntnissen

ab Dienstag, 18. August 2026, 18.00 – 19.00 Uhr, 15x

Maria Teresa Rodriguez Vivo

Lehrmittel: Spanisch für den Urlaub A1

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-17-392

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 18.00 – 19.00 Uhr, 21x

Kurs-Nr. 26S-17-392

CHF 225.00

VHS-Mitglied CHF 207.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Ziele: Spanisch A1

Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und anwenden. Sie können sagen, wie Sie heissen, wo Sie wohnen, wer Sie sind, Auskünfte einholen, wie z.B. nach dem Weg fragen, und einfache Fragen beantworten.

A1: Spanisch

ab Mittwoch, 19. August 2026, 18.00 – 19.00 Uhr, 15x

Maria Teresa Rodriguez Vivo

Lehrmittel: Perspectivas Ya! A1, Unidad 10

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-17-396

ab Mittwoch, 13. Januar 2027, 18.00 – 19.00 Uhr, 21x

Kurs-Nr. 26S-17-396

CHF 225.00

VHS-Mitglied CHF 207.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

A1: Spanisch

ab Dienstag, 18. August 2026, 19.05 – 20.35 Uhr, 15x

Maria Teresa Rodriguez Vivo

Lehrmittel: Perspectivas Ya! A1, Unidad 12

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-17-395

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 19.05 – 20.35 Uhr, 21x

Kurs-Nr. 26S-17-395

CHF 337.50

VHS-Mitglied CHF 310.50

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Ziele: Spanisch A2

Sie können sich in einfachen, routinemässigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten mit einfachen Worten verständigen: z.B. über Ihre Person, Einkaufen, Arbeit, die eigene Ausbildung und Ihre Umwelt.

A2: Spanisch

ab Mittwoch, 19. August 2026, 19.15 – 20.45 Uhr, 15x

Maria Teresa Rodriguez Vivo

Lehrmittel: Perspectivas Ya! A2, Unidad 5

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-17-394

ab Mittwoch, 13. Januar 2027, 19.15 – 20.45 Uhr, 21x

Kurs-Nr. 26S-17-394

CHF 337.50

VHS-Mitglied CHF 310.50

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Ziele: Spanisch B1

Sie können im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobby, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen austauschen.

B1: Spanisch

ab Donnerstag, 20. August 2026, 18.30 – 19.30 Uhr, 15x

Maria Teresa Rodriguez Vivo

Lehrmittel: Perspectivas contigo B1, Unidad 4

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-17-389

ab Donnerstag, 14. Januar 2027, 18.30 – 19.30 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-17-389

CHF 225.00

VHS-Mitglied CHF 207.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Ziele: Spanisch B2

Sie können sich beruflich und privat problemlos mit Muttersprachler*innen in der Standardsprache verständigen.

B2.1: Spanisch

ab Donnerstag, 20. August 2026, 19.40 – 20.40 Uhr, 15x

Maria Teresa Rodriguez Vivo

Lehrmittel: Aula International Plus B2.1

Fortsetzung: Kurs-Nr. 27W-17-384

ab Donnerstag, 14. Januar 2027, 19.40 – 20.40 Uhr, 20x

Kurs-Nr. 26S-17-384

CHF 225.00

VHS-Mitglied CHF 207.00

Oberstufenzentrum OZL

Kreuzfeld 4

Schulhausstrasse 19

Langenthal

Unsere Deutschkurse haben das Ziel, dass sich die Teilnehmenden möglichst rasch in der Standardsprache verständigen können. Die Bezeichnungen A1, A2, B1 und B2 entsprechen den Niveaustufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen (GER). Nach Abschluss einer Niveaustufe kann eine international anerkannte Sprachprüfung, wie die TELC-Prüfung oder die fide-Sprachstandanalyse, absolviert werden. Der fide-Test wurde im Auftrag des Staatssekretariats für Migration (SEM) entwickelt.

Die Lehrmittel sind im Kurspreis inbegriffen.

Die Kurse richten sich an Teilnehmende, die das lateinische Alphabet kennen.

In den Kursen wird mit der Lernplattform «Hazu» gearbeitet. Wir empfehlen, ein Mobile Phone, Tablet oder Laptop in den Kurs mitzunehmen.

A1 – B1: Deutsch als Zweitsprache Einstufungstest

Freitag, 26. Juni 2026, 18.30 – 20.00 Uhr

Juliana Müller

Kurs-Nr. 263-11-400E

kostenlos

Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

A1 – B1: Deutsch als Zweitsprache Einstufungstest

Freitag, 27. November 2026, 18.30 – 20.00 Uhr

Juliana Müller

Kurs-Nr. 263-11-400ET

kostenlos

Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

ZWEIWÖCHIGER FERIENKURS DEUTSCH KONVERSATION

In unseren Konversationskursen verbessern Sie gezielt Ihre mündliche Kommunikation und gewinnen mehr Sicherheit und Freude beim Deutschsprechen. Deutschkenntnisse ab Niveau A2 werden vorausgesetzt.

A2. – B1.1: Deutsch Konversation

ab 06.07.2026 – 16.07.2026

Montag – Donnerstag, 18.00 – 20.00 Uhr, 8x

Sarah Niklaus

Kurs-Nr. 263-11-451

CHF 144.00

VHS-Mitglied CHF 133.00
Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

B1.2: Deutsch Konversation

ab 06.07.2026 – 16.07.2026

Montag – Donnerstag, 09.00 – 11.00 Uhr, 8x

Juliana Müller

Kurs-Nr. 263-11-452

CHF 144.00

VHS-Mitglied CHF 133.00
Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

Deutschkenntnisse ab Niveau B1 werden vorausgesetzt.

B1.2: Deutsch Konversation

ab 06.07.2026 – 16.07.2026

Montag – Donnerstag, 18.00 – 20.00 Uhr, 8x

Juliana Müller

Kurs-Nr. 263-11-453

CHF 144.00

VHS-Mitglied CHF 133.00
Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

Deutschkenntnisse ab Niveau B1 werden vorausgesetzt.

Ziele: Deutsch Einsteigende A1.1

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse, die das lateinische Alphabet kennen.

Sie erlernen die Grundlagen der deutschen Sprache und üben alle wichtigen Fertigkeiten: Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben. Dabei werden auch die dafür notwendigen grammatischen Strukturen vermittelt.

A1.1: Deutsch Einsteigende ohne Vorkenntnisse

ab 11.08.2026, Dienstag und Donnerstag, 17.30 – 19.00 Uhr, 30x

Anja Berger Aguiar

Lehrmittel: Schritte plus Neu 1, Kapitel 1

Kurs-Nr. 263-11-432

CHF 405.00

VHS-Mitglied CHF 373.00
Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-432

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 17.30 – 19.00 Uhr, 22x

A1.1: Deutsch Einsteigende ohne Vorkenntnisse

ab 11.08.2026, Dienstag und Freitag, 17.00 – 18.30 Uhr, 30x

Sandra Deichsel

Lehrmittel: Schritte plus Neu 1, Kapitel 1

Kurs-Nr. 263-11-433

CHF 405.00

VHS-Mitglied CHF 373.00
Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-433

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 17.00 – 18.30 Uhr, 22x

A1.1: Deutsch Einsteigende ohne Vorkenntnisse

ab 13.10.2026, Dienstag und Donnerstag, 19.15 – 20.45 Uhr, 18x Kurs-Nr. 264-11-434

Lehrmittel: Schritte plus Neu 1, Kapitel 1

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-434

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 19.15 – 20.45 Uhr, 22x

CHF 243.00
VHS-Mitglied CHF 224.00
Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

Ziele: Deutsch A1.1

Sie können sehr einfache, kurze Mitteilungen, welche langsam gesprochen werden, verstehen sowie sehr einfache Fragen zur eigenen Person beantworten. Sie können einfachen Lesetexten Basisangaben zu Personalien selektiv entnehmen und in einfachen Formularen eintragen.

A1.1: Deutsch

ab 10.08.2026, Montag und Mittwoch, 19.35 – 21.05 Uhr, 30x

Juliana Müller

Lehrmittel: Schritte plus Neu 1, Kapitel 3

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-430

ab Montag, 11. Januar 2027, 19.35 – 21.05 Uhr, 22x

Kurs-Nr. 263-11-430
CHF 405.00
VHS-Mitglied CHF 373.00
Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

A1.1: Deutsch

ab 12.08.2026, Mittwoch und Freitag, 17.15 – 18.45 Uhr, 30x

Dimitri Reznikov

Lehrmittel: Schritte plus Neu 1, Kapitel 4

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-419

ab Mittwoch, 13. Januar 2027, 17.15 – 18.45 Uhr, 22x

Kurs-Nr. 263-11-419
CHF 405.00
VHS-Mitglied CHF 373.00
Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

A1.1: Deutsch

ab 10.08.2026, Montag und Mittwoch, 18.00 – 19.30 Uhr, 30x

Ursula Schär Altorfer

Lehrmittel: Schritte plus Neu 1, Kapitel 6

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-417

ab Montag, 11. Januar 2027, 18.00 – 19.30 Uhr, 22x

Kurs-Nr. 263-11-417
CHF 405.00
VHS-Mitglied CHF 373.00
Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

Ziele: Deutsch A1.2

Sie können in kurzen Lesetexten oder in Gesprächen einfache Äusserungen und Fragen über die eigene Person, die Familie, Wünsche und Vorlieben oder Dinge aus der unmittelbaren Umgebung verstehen und dazu Auskunft geben. Es ist Ihnen möglich auf einfache Art Essen/Getränke zu bestellen. Sie können einfache Nachrichten – z. B. SMS – verfassen, verstehen und verständlich darauf reagieren.

A1.2: Deutsch

ab 11.08.2026, Dienstag und Donnerstag, 18.00 – 19.30 Uhr, 30x Kurs-Nr. 263-11-415

Monika Künzi Schneider

Lehrmittel: Schritte plus Neu 2, Kapitel 8

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-415

ab Dienstag, 12. Januar 2027, 18.00 – 19.30 Uhr, 22x

CHF 405.00
VHS-Mitglied CHF 373.00
Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

A1.2: Deutsch

ab 10.08.2026, Montag und Mittwoch, 17.45 – 19.15 Uhr, 30x

Denise Kunz

Lehrmittel: Schritte plus Neu 2, Kapitel 10

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-412

ab Montag, 11. Januar 2027, 17.45 – 19.15 Uhr, 22x

Kurs-Nr. 263-11-412
CHF 405.00
VHS-Mitglied CHF 373.00
Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

A1.2: Deutsch

ab 10.08.2026, Montag und Mittwoch, 09.00 – 11.00 Uhr, 30x

Juliana Müller

Lehrmittel: Schritte plus Neu 2, Kapitel 12

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-421

ab Montag, 11. Januar 2027, 09.00 – 11.00 Uhr, 22x

Kurs-Nr. 263-11-421
CHF 540.00
VHS-Mitglied CHF 497.00
Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

A1.2: Deutsch

ab 12.08.2026, Mittwoch und Freitag, 19.00 – 20.30 Uhr, 30x

Dimitri Reznikov

Lehrmittel: Schritte plus Neu 2, Kapitel 13

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-411

ab Mittwoch, 13. Januar 2027, 19.00 – 20.30 Uhr, 22x

Kurs-Nr. 263-11-411
CHF 405.00
VHS-Mitglied CHF 373.00
Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

Ziele: Deutsch A2.1

Sie können in deutlich gesprochener Standardsprache das Thema eines Gesprächs erkennen und nahliegende Fragen dazu beantworten. Sie können auf einfache Art Erlebtes erzählen und verstehen das Wesentliche von kurzen, einfachen und strukturierten Texten mit alltäglichen Themen. Können kurze persönliche Notizen aufschreiben.

A2.1: Deutsch

ab 11.08.2026, Dienstag und Donnerstag, 18.40 – 20.10 Uhr, 30x Kurs-Nr. 263-11-410

Sandra Deichsel	CHF 405.00
Lehrmittel: Schritte plus Neu 3, Kapitel 1	VHS-Mitglied CHF 373.00
	Volkshochschule Oberaargau
	Gaswerkstrasse 33
	Langenthal

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-410
ab Dienstag, 12. Januar 2027, 18.40 – 20.10 Uhr, 22x

A2.1: Deutsch

ab 11.08.2026, Dienstag und Donnerstag, 19.40 – 21.10 Uhr, 30x Kurs-Nr. 263-11-485

Monika Künzi Schneider	CHF 405.00
Lehrmittel: Schritte für Schritt 3, Kapitel 3	VHS-Mitglied CHF 373.00
	Volkshochschule Oberaargau
	Gaswerkstrasse 33
	Langenthal

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-485
ab Dienstag, 12. Januar 2027, 19.40 – 21.10 Uhr, 22x

A2.1: Deutsch

ab 11.08.2026, Dienstag und Donnerstag, 18.00 – 19.30 Uhr, 30x Kurs-Nr. 263-11-488

Juliana Müller	CHF 405.00
Lehrmittel: Schritte plus Neu 3, Kapitel 5	VHS-Mitglied CHF 373.00
	Volkshochschule Oberaargau
	Gaswerkstrasse 33
	Langenthal

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-488
ab Dienstag, 12. Januar 2027, 18.00 – 19.30 Uhr, 22x

A2.1: Deutsch

ab 10.08.2026, Montag und Mittwoch, 19.35 – 21.05 Uhr, 30x Kurs-Nr. 263-11-482

Sarah Niklaus	CHF 405.00
Lehrmittel: Schritte plus Neu 3, Kapitel 7	VHS-Mitglied CHF 373.00
	Volkshochschule Oberaargau
	Gaswerkstrasse 33
	Langenthal

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-482
ab Montag, 11. Januar 2027, 19.35 – 21.05 Uhr, 22x

Ziele: Deutsch A2.2

Sie können häufig gebrauchte Ausdrücke und Äusserungen verstehen, die unmittelbar persönlich bedeutsam sind. Sie können das Wesentliche von kurzen und klaren Mitteilungen und Durchsagen verstehen sowie einfache Alltagstexte lesen und verstehen. Sie können in vertrauten Situationen einfache Meinungen, Bitten, Wünsche äussern und mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung beschreiben. Schreiben kurze, einfache Notizen und Mitteilungen.

A2.2: Deutsch

ab 10.08.2026, Montag und Donnerstag, 17.00 – 18.30 Uhr, 30x Kurs-Nr. 263-11-484

Sandra Deichsel	CHF 405.00
Lehrmittel: Schritte plus Neu 4, Kapitel 8	VHS-Mitglied CHF 373.00
	Volkshochschule Oberaargau
	Gaswerkstrasse 33
	Langenthal

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-484
ab Montag, 11. Januar 2027, 17.00 – 18.30 Uhr, 22x

Ziele: Deutsch B1

Sie können im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobby, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen austauschen.

B1.1: Deutsch

ab 10.08.2026, Montag und Mittwoch, 19.20 – 20.50 Uhr, 30x Kurs-Nr. 263-11-478

Denise Kunz	CHF 405.00
Lehrmittel: Schritte plus Neu 5, Kapitel 1	VHS-Mitglied CHF 373.00
	Volkshochschule Oberaargau
	Gaswerkstrasse 33
	Langenthal

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-478
ab Montag, 11. Januar 2027, 19.20 – 20.50 Uhr, 22x

B1.1: Deutsch

ab 10.08.2026, Montag und Mittwoch, 18.45 – 20.15 Uhr, 30x Kurs-Nr. 263-11-474

Daniel Kämpfer	CHF 405.00
Lehrmittel: Schritte plus Neu 5, Kapitel 2	VHS-Mitglied CHF 373.00
	Volkshochschule Oberaargau
	Gaswerkstrasse 33
	Langenthal

Fortsetzung: Kurs-Nr. 271-11-474
ab Montag, 11. Januar 2027, 18.45 – 20.15 Uhr, 22x

B1.2: Deutsch

ab 10.08.2026, Montag und Donnerstag, 18.15 – 19.45 Uhr, 30x Kurs-Nr. 263-11-472

Dimitri Reznikov	CHF 405.00
Lehrmittel: Schritte plus Neu 6, Kapitel 12	VHS-Mitglied CHF 373.00
	Volkshochschule Oberaargau
	Gaswerkstrasse 33
	Langenthal

DEUTSCH ALS ZWEITSPRACHE

ZERTIFIKATSKURS TELC B2

Voraussetzung: Abgeschlossene Stufe B1 mit telc oder Goethe Zertifikat. Sie sollten mindestens 4 Stunden pro Woche für die Erledigung der Hausaufgaben und Selbststudium einsetzen können. Die Prüfung kann voraussichtlich Ende März 2027 abgelegt werden. Die Prüfungsgebühr ist nicht im Kurspreis inbegriffen.

B2: Deutsch – Zertifikatskurs telc B2

ab 11.08.2025, Dienstag und Donnerstag 09.30 – 11.00, 52x

Juliana Müller

Lehrmittel: Aspekte neu B2

Kurs-Nr. 26S-11-402

CHF 1456.00

(exkl. Prüfungsgebühr)

Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

B2: Deutsch – Zertifikatskurs telc B2

ab 11.08.2025, Dienstag und Donnerstag 16.30 – 18.00, 52x

Juliana Müller

Lehrmittel: Aspekte neu B2

Kurs-Nr. 26S-11-475

CHF 1456.00

(exkl. Prüfungsgebühr)

Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal

B2: Deutsch – Zertifikatskurs telc B2

ab 11.08.2025, Dienstag und Donnerstag 19.40 – 21.10, 52x

Juliana Müller

Lehrmittel: Aspekte neu B2

Kurs-Nr. 26S-11-476

CHF 1456.00

(exkl. Prüfungsgebühr)

Volkshochschule Oberaargau
Gaswerkstrasse 33
Langenthal



**VOLKSHOCHSCHULE
OBERAARGAU**

Gaswerkstrasse 33
4900 Langenthal
Telefon 062 922 88 20
vhs-oberaargau.ch

IMPRESSUM

Redaktion Volkshochschule Oberaargau, Geschäftsstelle
Konzept und Layout stampfli typografik, solothurn
Satz und Druck Lüthi Druck AG, Herzogenbuchsee
Auflage 650 Exemplare

