

## Weiterbildung und Beruf

Starten Sie jetzt durch und bauen Sie neue Kompetenzen auf oder vertiefen vorhandene Kenntnisse für Ihre berufliche Entwicklung.

Ein vielfältiges Angebot erwartet Sie, um das Erreichen Ihrer beruflichen Ziele zu fördern oder Perspektiven für Ihre Weiterbildung zu eröffnen. Vom (agilen) Projektmanagement bis zur Buchhaltung, vom Excel-Kurs bis hin zu spezifischen Programmierkenntnissen finden Sie Ihren Kurs bei unseren kompetenten und geschulten Dozierenden. Neben neuen Themen zur Erweiterung Ihrer digitalen Kompetenzen finden Sie Klassiker wie Marketing und BWL, Grafikanwendungen und IT-Sicherheit, Englisch-Kurse und vieles mehr.

Lernen Sie in kleinen Gruppen, praxisnah und aktuell. Ob Präsenzseminar oder Online-Kurs: Gewinnen Sie Expertise, bauen Grundwissen auf oder erlernen völlig neue Themen im für Sie passenden Einstiegsniveau.

Für Unternehmen bieten wir speziell auf die Bedürfnisse der Mitarbeitenden angepasste Inhouse-Seminare an. Kontaktieren Sie uns gerne unter [firmenkurse@mvhs.de](mailto:firmenkurse@mvhs.de).

Wir freuen uns auf Sie und wünschen Ihnen spannende Impulse für Ihre Karriere!



## Berufliche Orientierung und Karriereentwicklung

### Berufliche (Neu-)Orientierung

Sie möchten sich beruflich verändern, wissen aber noch nicht genau in welche Richtung? Sie wollen Ihre Stärken erkennen und was Ihnen bei der Arbeit besonders Freude macht?

Besuchen Sie unsere Karrierecoaching-Kurse und arbeiten Sie in einer kleinen Gruppe an diesen Themen mit der Unterstützung unserer erfahrenen Coaches.

### Bewerbungsverfahren und Karriereentwicklung

Sie wissen bereits, welche neue berufliche Richtung Sie einschlagen möchten? Dann unterstützen wir Sie mit diversen Kursen rund um das Bewerbungsverfahren. Von der Stellensuche, über das Vorstellungsgespräch bis hin zu der Gestaltung der ersten 100 Tage im neuen Job und dem souveränen Auftreten in Gehaltsgesprächen.

Bei uns erhalten Sie zu diesen Themen praxisorientierte und erprobte Anregungen und Unterstützung von unseren erfahrenen Dozierenden. In kleinen Lerngruppen lernen Sie Methoden und Strategien für Ihre berufliche Entwicklung kennen und probieren diese aus.

Zum Programm:  
[www.mvhs.de/berufliche-orientierung](http://www.mvhs.de/berufliche-orientierung)



## Büro und Office-Management

### Fit fürs Büro

Sie möchten sich beruflich für eine Bürotätigkeit qualifizieren oder Ihr Wissen wieder auf den aktuellen Stand bringen?

Sie möchten Ihre Arbeitsweise und Ihr Zeitmanagement optimieren oder mit den Office-relevanten Tools digital souverän umgehen?



### Kompetenzfelder für erfolgreiches Office-Management

Die Münchner Volkshochschule macht Sie fit in den Kompetenzfeldern Büromanagement und Kommunikation, IT im Büro, Zehn-Finger-Schreiben und Finanzbuchführung. Für den digitalen Büroalltag vermitteln wir Ihnen vom Crashkurs bis zum Intensivkurs alle relevanten Anwendungen von Microsoft Office, wie zum Beispiel Word, Excel, PowerPoint und Outlook.

### Abschlüsse und Zertifikate

Zertifikate, Abschlüsse (z.B. als Fachkraft Büromanagement) und aussagekräftige Teilnahmebescheinigungen erhöhen Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt.

### Flexibel, intensiv und berufsbegleitend

Hier lernen Sie flexibel und berufsbegleitend in kleinen Gruppen und haben die Möglichkeit, sich für Ihre individuellen Fragen von fachlichen Experten beraten zu lassen.

Zum Programm:  
[www.mvhs.de/office-management](http://www.mvhs.de/office-management)



## Marketing und Vertrieb

### Online-Marketing

Der digitale Auftritt gehört zu den wichtigsten Marketingmaßnahmen für Ihr Unternehmen. Ob Sie einen Einstieg suchen, Ihre Analysen verbessern möchten, gerade Ihre Online-Marketing Strategie aufbauen, ob Sie noch auf der Suche nach dem richtigen Social-Media-Kanal sind oder Ihre Auffindbarkeit in den Suchmaschinen erhöhen möchten: Wir bieten Ihnen die passenden Kurse.

### Strategisches Marketing-Management

Von der zielführenden Marktforschung über eine effiziente Marketing-Organisation und die richtige Strategie bis hin zum souveränen Umgang mit den aktuellen Marketinginstrumenten, hier machen Sie sich fit.

### Vertrieb

Gestalten Sie Ihren Verkauf effektiv mit einer zielführenden Akquise, der richtigen Kontaktaufnahme, erfolgreichen Kundengesprächen und einer professionellen Angebotserstellung. Sie erhalten praxisorientiert den notwendigen Input von unseren Marketingexperten.

### Öffentlichkeits- und Pressearbeit

In den Kursen der Münchner Volkshochschule lernen Sie einen professionellen Umgang mit den aktuell relevanten Medien sowie mit Journalisten und Bloggern. Praxisorientiert erfahren Sie in unseren Kursen, wie Sie Ihre Zielgruppe in den jeweiligen Medien ansprechen und verfassen professionelle Pressemitteilungen oder Newslettertexte.

Zum Programm:  
[www.mvhs.de/marketing-vertrieb](http://www.mvhs.de/marketing-vertrieb)



## Rechnungswesen und Betriebswirtschaft

### Anerkannte Abschlüsse und Qualifizierungen

Xpert Business steht für ein – auch an Hochschulen – anerkanntes und qualitativ hochwertiges Lehrgangssystem zur Zertifizierung von kaufmännischen Kompetenzen. Hier können Sie ohne Vorkenntnisse einsteigen und betriebswirtschaftliches Know-how bis zum Profi-Niveau erwerben. Sie lernen berufsbegleitend und praxisorientiert in kleinen Lerngruppen und werden von Dozierenden mit Praxiserfahrung beraten.

### Intensivkurse und Zertifikate

Betriebswirtschaftliches Know-how wird in den meisten Berufen vorausgesetzt, auch für Fach- oder Führungskräfte, Berufseinsteiger oder Existenzgründer. In den Intensivkursen der Münchner Volkshochschulen erlangen Sie schnell einen Überblick über relevante betriebswirtschaftliche Inhalte.

### Buchführung und kaufmännische Kurse

In den berufsbegleitenden Workshops der Münchner Volkshochschule machen Sie sich in Schnell- und Kompaktkursen fit in den Grundlagen der Buchführung, Bilanzanalyse, Personalwesen und digitalen Tools, wie z.B. SAP oder Lexware.

### Präsenz- und Online-Kurse

In unserem beruflichen Fortbildungsprogramm finden Sie sowohl Kurse, die in Präsenz stattfinden, als auch Online-Kurse, die Sie flexibel von zu Hause aus besuchen können. Wählen Sie das für Sie passende Format.

Zum Programm:  
[www.mvhs.de/betriebswirtschaft](http://www.mvhs.de/betriebswirtschaft)



## Projektmanagement

### Das Projektmanagement-Kolleg

Wir bieten Ihnen im PM-Kolleg ein Trainingsprogramm, das sich an internationalen Projektmanagement-Standards orientiert und aus vier aufeinander abgestimmten Bausteinen besteht: Grundlagen, Führung, Risikomanagement und MS Project.

### Praxisorientierung und Coaching

Anhand praktischer Fälle trainieren Sie in kleinen Lerngruppen, im Wechsel von fachlicher Präsentation und Inputs, Rollenspielen und Coachings – interaktiv und modular.

### Zertifizierung zum Projektmanager

Nach diesen vier Modulen, die zum Teil auch in englischer Sprache unterrichtet werden, können Sie die Prüfung zum Zertifizierten Projektmanager (MVHS) ablegen.

### Aktuelle Trends im Projektmanagement

Ergänzend dazu finden Sie vertiefende Seminare zu den Themen Qualitätsmanagement, Projektmanagement in internationalen Projekten, Changemanagement und Agiles Projektmanagement.



Zum Programm:  
[www.mvhs.de/projektmanagement](http://www.mvhs.de/projektmanagement)



## Information, Beratung, Anmeldung

Lernen Sie aktuell, praxisnah und mit erfahrenen Dozierenden – ob online oder in Präsenz – all das ist möglich bei der Münchner Volkshochschule.

Nehmen Sie Ihre berufliche Zukunft in die Hand!

## Für Ihre Sicherheit – nur mit Anmeldung!

Es ist uns wichtig, für unsere Teilnehmenden während der Corona-Pandemie die größtmögliche Sicherheit zu gewährleisten. Deshalb sind derzeit alle Veranstaltungen nur mit Voranmeldung zugänglich. Bitte beachten Sie hierzu auch unsere Hygieneregeln, die in den Häusern aushängen oder online einsehbar sind: [www.mvhs.de/info-hygienekonzept](http://www.mvhs.de/info-hygienekonzept)

Mit maßgeschneiderten Newslettern informieren wir Sie gerne speziell zu Ihren Interessengebieten. Wir freuen uns, wenn Sie unseren Newsletter abonnieren:

[www.mvhs.de/newsletter](http://www.mvhs.de/newsletter)

## Information und Beratung

Telefon (089) 48006-0

[www.mvhs.de/kursberatung](http://www.mvhs.de/kursberatung)



## Anmeldung

online

[www.mvhs.de](http://www.mvhs.de)

**persönlich und telefonisch**

Zentrale Gasteig, Rosenheimer Str. 5, 1. Stock

Telefon (089) 48006-6239

Zentrale Einstein, Einsteinstraße 28 (nur persönlich)

und in allen Anmeldestellen der MVHS

montags, dienstags 9.00 bis 13.00 Uhr

mittwochs, donnerstags 14.00 bis 19.00 Uhr

samstags (persönlich im Gasteig) 11.00 bis 16.00 Uhr

## Kommunikation und Führung

## Rhetorik, Präsentation und Stimme

Gewinnendes Auftreten und die Fähigkeit, überzeugend und souverän vor anderen reden zu können, sind entscheidende Faktoren für den beruflichen Erfolg. In den praxisorientierten und intensiven Trainings üben Sie, professionell zu präsentieren und andere von Ihren Anliegen zu überzeugen.

Machen Sie sich hier mit den wichtigsten Grundprinzipien der Rhetorik vertraut und verbessern Sie mit praktischen Übungen Ihren persönlichen Sprachstil nachhaltig. In Besprechungen, Kundenpräsentationen oder Vorstellungsgesprächen ist die Stimme maßgeblich daran beteiligt, dass Sie einen professionellen Eindruck hinterlassen. In den Stimm- und Sprechtrainings der Münchner Volkshochschule erhalten Sie in kleinen Lerngruppen individuelles Feedback von unseren Rhetorik-Experten. Lernen Sie hier, wie Sie Ihre Präsentationen spannend und mit modernen Methoden (z.B. Storytelling) gestalten und einen bleibenden Eindruck hinterlassen.

## Kommunikation

Effektive Gesprächs- und Verhandlungsführung, konstruktiver Umgang mit schwierigen Kollegen, Chefs oder Kunden, Nein-Sagen oder die Magie der Schlagfertigkeit. Arbeiten Sie in praktischen Fallanalysen an Ihrem Kommunikationsstil und erleichtern Sie sich den persönlichen Arbeitsalltag.

## Führungskompetenz

An der Münchner Volkshochschule trainieren Sie zentrale und moderne Führungsgrundlagen und -methoden wirksam und praxisorientiert. Mit Hilfe von Coaching-Elementen reflektieren Sie Ihren Führungsalltag und intensivieren die Umsetzung des Gelernten in Ihre Praxis.

## Aktuelle Trends – Arbeiten im Homeoffice

Für das professionelle Arbeiten und Führen auf Distanz sowie die Kommunikation im Rahmen von Online-Meetings machen wir Sie fit.

Zum Programm:

[www.mvhs.de/kommunikation-fuehrung](http://www.mvhs.de/kommunikation-fuehrung)



## Gesundheit und Ernährung

## Gesundheit am Arbeitsplatz

Das Gesundheitsprogramm der MVHS bietet gesichertes Wissen, gesunde Ernährung und Spaß an Bewegung. So können Sie gestärkt den Anforderungen in Beruf und Freizeit begegnen.

## Ernährung und Kochkultur

Gemeinsam Kochen ist Kultur- und Genussgut: Welche Bürosnacks sind gesund? Schmeckt ein veganer Kuchen? Welcher Wein passt zum Menü? In unseren Ernährungsvorträgen und Kochkursen vermitteln wir handwerkliches Können, Wissen zu Ernährungstrends und Tipps zum Umgang mit Lebensmitteln.

## Bewegung und Entspannung

Unser Gesundheitsprogramm bietet den ganzen Tag vielfältige Angebote zum Ausprobieren, Auspowern oder Entspannen. Qualifizierte und motivierte Dozierende sorgen für Freude und Lernfortschritt in den Kursen.

## Firmenkurse

Gemeinsam in der Mittagspause den Rücken trainieren, meditieren oder Yoga am Morgen üben? Unsere Gesundheitskurse mit qualifizierten Dozierenden planen wir gerne auch inhouse bei Ihnen. Kontakt: [dinah.fink@mvhs.de](mailto:dinah.fink@mvhs.de)



Zum Programm:

[www.mvhs.de/gesundheit-ernaehrung](http://www.mvhs.de/gesundheit-ernaehrung)



## IT und Digitales

## Betriebssysteme und Hardware

Jeder Computer hat ein eigenes Betriebssystem, das unterschiedliche Funktionen bereitstellt. Um diese verstehen und nutzen zu können, finden Sie bei uns zu den Systemen Windows, MacOS, Linux, iOS und Android passende Kursangebote. Sie lernen anwendungsorientiert die Softwarefunktionen kennen und auch den Umgang mit den Geräten – vom PC über Smartphone bis hin zum 3D-Drucker.

## Programmieren und Webseiten erstellen

Eigene Programme schreiben oder sich eine eigene Online-Präsenz schaffen: diese Ziele erreichen Sie mit dem Angebot der Münchner Volkshochschule. Anfänger und Fortgeschrittene finden bei uns den richtigen Kurs zu verschiedenen Programmiersprachen, zur Websiteentwicklung und zu Content Management Systemen.

## Grafikanwendungen

Fotos bearbeiten, Layouts entwickeln, Logos erstellen: dies und mehr bieten Ihnen die Programme Photoshop, InDesign und Illustrator. In unseren Einführungskursen und Workshops lernen Sie, wie Sie die Anwendungen kompetent nutzen können.

## IT-Sicherheit und Datenschutz

Das Verbessern der Sicherheit Ihres IT-Systems ist in der digitalisierten Welt wichtiger denn je. Schützen Sie Ihre Daten und die Ihres Unternehmens. In unserem Angebot lernen Sie verschiedene Möglichkeiten kennen.

Zum Programm:

[www.mvhs.de/it-digitales](http://www.mvhs.de/it-digitales)



## Sprachen bringen weiter

Sprachkenntnisse werden in vielen Berufen vorausgesetzt. Verbessern und verfeinern Sie Ihr Englisch, lernen Sie, gute E-Mails zu schreiben oder eine Präsentation auf Englisch zu halten. Lernen Sie Spanisch oder Italienisch für Geschäftskontakte oder Kommunikation im Beruf. Oder eine ganz andere Sprache: 52 Fremdsprachen haben wir im Angebot.

## Englisch für den Beruf

Englisch für das Büro, für Bewerbungsgespräche, für Zusammenarbeit in internationalen Teams, für Kundenkontakt – unsere berufsbezogenen Kurse sind praxisorientiert auf die jeweiligen Themen zugeschnitten.

## Weitere Sprachen

Spanisch, Italienisch, Französisch, Russisch, Chinesisch, Japanisch, Niederländisch, Polnisch ... Kontaktieren Sie uns!

## Prüfungen und Zertifikate

Sie benötigen einen Nachweis Ihrer Sprachkenntnisse? Die MVHS ist Prüfungszentrum für Cambridge-Zertifikate und die italienischen CELI-Prüfungen. Wir bieten dafür auch intensive Vorbereitungskurse an.

## Einstufung und Beratung

Unsere Kurse werden auf verschiedenen Stufen angeboten. Wir empfehlen, dass Sie sich vorab einstufen und beraten lassen, welches Level zu Ihren Vorkenntnissen passt.

## Deutsch für den Beruf und Prüfungen A1 bis C2

Mit einem breiten Spektrum an berufsbezogenen Deutschkursen für verschiedene Berufsfelder begleiten wir Sie von der Bewerbung bis zu Ihrem Aufgabenbereich im Unternehmen. Ergänzend können Sie Deutschprüfungen von A1 bis C2 an der Münchner Volkshochschule ablegen.

Zum Programm:

[www.mvhs.de/sprache-und-beruf](http://www.mvhs.de/sprache-und-beruf)

