

## 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, besuchen 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!



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



## Berufliche Orientierung und Karriereentwicklung

### Berufliche (Neu-)Orientierung

Sie möchten sich beruflich verändern, wissen aber noch nicht genau in welche Richtung? Was macht Ihnen besonders Freude bei der Arbeit? Welche Stärken bringen Sie mit? Welcher Job könnte zu Ihnen passen? Besuchen Sie unsere Karrierecoachings in Kleingruppen und arbeiten Sie an den relevanten Fragestellungen. Unsere erfahrenen Coach\*innen unterstützen Sie auf Ihrem Weg zur beruflichen Veränderung.

### Bewerbungsverfahren und Karriereentwicklung

Sie wissen bereits, welche neue berufliche Richtung Sie einschlagen möchten? Dann unterstützen wir Sie mit diversen Präsenz- und Online-Kursen rund um das Bewerbungsverfahren, von der Stellensuche über die (digitale) Bewerbung, das (virtuelle) Vorstellungsgespräch und die Gestaltung der ersten 100 Tage im neuen Job, bis hin zum souveränen Auftreten in Gehaltsverhandlungen. Erfahren Sie zudem, wie Sie LinkedIn als Bewerbungsplattform für sich nutzen können.

## 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, mit den Office-relevanten, digitalen Tools souverän umgehen oder Ihr Digital-Office effizient und gesund gestalten? Bei der Münchner Volkshochschule lernen Sie in kleinen Gruppen flexibel, intensiv und berufsbegleitend.

### Kompetenzfelder für erfolgreiches (Home-)Office-Management

Wir machen 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 z.B. Word, Excel, PowerPoint und Outlook. Unsere Expert\*innen zeigen Ihnen, wie Sie Ihren Home-Office-Arbeitsplatz richtig organisieren, und stärken Sie für die neue Form der Zusammenarbeit (New Work).

So meistern Sie Kommunikation und Konflikte auch im digitalen Raum gekonnt und sicher.

### Abschlüsse und Zertifikate

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

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, gerade Ihre Online-Marketing-Strategie aufbauen, 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

Erwerben Sie grundlegende Marketing-Kenntnisse und lernen Sie anhand von Praxisbeispielen alles Wesentliche, was Marketing ausmacht. Reflektieren Sie, wo Sie derzeit stehen und machen Sie sich fit, um sich mit der richtigen Marketing-Strategie erfolgreich zu positionieren.

### Vertrieb und Akquise

Erwerben Sie umfassendes Vertriebs-Know-how in unserer 10-teiligen, modularen Online-Ausbildung. Oder entdecken Sie das Erfolgsgeheimnis der Akquisition und erfahren Sie, wie Sie Ihre persönliche Akquise-Strategie entwickeln. Sie möchten sich von der Masse abheben und anderen als Person oder mit Ihrem Produkt im Gedächtnis bleiben? Begeistern Sie mit Ihrem Elevator Pitch!



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 wird Ihnen schnell und kompakt betriebswirtschaftliches Wissen vermittelt.

### 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 aus vier aufeinander abgestimmten Bausteinen besteht: Grundlagen, Führung, Risikomanagement und MS Project. Die Ausbildung orientiert sich an internationalen Projektstandards und erfolgt nach den anerkannten PMI-Richtlinien (Project Management Institute).

### 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 angeboten 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**

Ob in (Online-) Meetings, Präsentationen oder Vorstellungsgesprächen, ein gewinnbringendes Auftreten und die Fähigkeit, souverän vor anderen sprechen zu können, sind entscheidend für den beruflichen Erfolg. In unseren Stimm- und Sprechtrainings arbeiten Sie an der Entwicklung Ihrer Stimme, Körpersprache und Ausstrahlung sowie am Umgang mit Lampenfieber. Erfahren Sie die wichtigsten Grundprinzipien der Rhetorik und entwickeln Sie Ihren persönlichen Sprachstil nachhaltig. Erlernen Sie zudem, wie Sie Ihre Präsentationen professionell, spannend und mit modernen Methoden (z.B. Storytelling) gestalten und so einen bleibenden Eindruck hinterlassen.

**Kommunikation**

Lernen Sie in unseren diversen Trainings das, was für eine funktionierende und selbstbewusste Kommunikation im Job notwendig ist: Effektive Gesprächs- und Verhandlungsführung, die Magie der Schlagfertigkeit, Nein-Sagen und Grenzen setzen, gewaltfreie Kommunikation (GfK) sowie den konstruktiven Umgang mit Konflikten oder schwierigen Menschen im Job. Erfahren Sie zudem, wie Sie Kommunikation und Konflikte auch im digitalen Raum meistern können.

**Führungskompetenz**

Ob plötzlich Führungskraft oder bereits erfahren, stellen Sie sich den (neuen) Anforderungen an eine moderne Führungskraft! Erfahren Sie alles über aktuelle Führungsansätze, -stile und -methoden. Erweitern Sie Ihr Wissen über Trends, wie Führen auf Distanz oder Führen in der neuen Arbeitswelt 4.0.

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**

Ob Sie beruflich oder privat mit Windows, MacOS, Linux, iOS oder Android arbeiten, bei uns finden Sie einen Einstieg in die Funktionsweise der verschiedenen Systeme. 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 bringt Sie nach oben**

Mit Berufssprachkursen (BAMF) und einem breiten Spektrum an berufsbezogenen Deutschkursen für verschiedene Fertigkeiten und Berufsfelder begleiten wir Sie von der Bewerbung bis an Ihren Arbeitsplatz. Ergänzend können Sie Deutschprüfungen von A1 bis C2 ablegen. Wir bieten außerdem eine Einzelberatung Deutsch und Beruf zu Fragen rund um Anerkennung, Qualifikationen und Bewerbungen an.

Zum Programm:

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

