

Oktober 2026

Online-Kurs Stenografie (Teil 1)

Stenografie – um schnell zu schreiben und um im Kopf fit zu bleiben.

Stenografie ermöglicht es, Informationen schnell zu notieren. Egal ob beruflich oder privat: Wir alle kennen Situationen, in denen es sinnvoll und wünschenswert ist, Inhalte mitzuschreiben.

Stenografieren trainiert die Feinmotorik und hilft außerdem dem Kopf, denn beim Schreiben mit der Hand werden zwölf Areale im Gehirn aktiviert. Die Studie „Steno kontra Demenz“ (durchgeführt von 2012 bis 2017) hat die positive Wirkung belegen können.

Last, but not least: Steno macht unglaublich viel Spaß. Steno schreiben und lesen – wer diese Kunst beherrscht ist fasziniert und möchte die Fähigkeit nicht mehr missen.

Zum Erlernen ist es nie zu spät! Fangen Sie ganz neu an oder frischen Sie Ihre Kenntnisse auf.

14 Termine: donnerstags, ab 28. Januar 2027, 17:30 – 18:45 Uhr

Kosten: 105,00 Euro

Inhalte und Durchführung

Stenografie (Deutsche Einheitskurzschrift, Verkehrsschrift) 14 Lektionen
Unterrichtsunterlagen und Startinfo werden vor Kursbeginn per E-Mail übersandt .
(Auf Wunsch übersenden wir sie im Papierformat gegen eine Gebühr von 8 Euro.)

Begrenzte Teilnehmerzahl: 10

Dozentin:

Gundula Schulz, staatlich geprüfte Fachlehrerin für Stenografie und Tastschreiben

Technik: Videokonferenz mit Big Blue Button, Teilnahme erfolgt über einen Link

Technische Voraussetzungen:

Gerät mit Lautsprecher oder Kopfhörer für die Tonausgabe,

Mikrofon am Gerät oder als Teil eines Headsets

Stabiles Internet