



KURSPROGRAMM 2025/26

Förderkurse

Lernatelier
Freifachkurse
Stützunterricht



Informationen für Lernende, welche einen Freifachkurs besuchen möchten

Adressaten Stützkurse

Für alle EFZ und ABU E Lernende

Adressaten Freifachkurse

Für alle EFZ und ABU E Lernende

- die leistungsbereit sind
- die den obligatorischen Schulstoff, problemlos bewältigen oder in Absprache mit der Klassenlehrperson.

Anmeldungen

Die Anmeldungen werden in den Sekretariaten der Grundbildung Custerhof oder Lindenstrasse abgegeben.

Anmeldungen sollten **bis 2 Wochen vor Kursbeginn** im Sekretariat abgegeben werden.

Die Anmeldungen müssen von den Lernenden und den Ausbildnern unterschrieben werden.

Bei zu vielen Anmeldungen entscheidet das Eingangsdatum der Anmeldung.

Anmeldebestätigung

Die Anmeldung wird **nur** über die **BZGS – Mail – Adresse** bestätigt.

Etwa zwei Wochen vor Kursbeginn werden die Kursteilnehmer über die Durchführung der Kurse per Mail informiert.

Absenzen

Die Anmeldungen gelten als verbindlich.

Zum Abschluss eines Freifachkurses bekommen die Lernenden eine Kursbestätigung ausgestellt, wenn sie den Kurs zu 85% besucht haben.

Reglement Lernende

Für die Kurse im Stütz- und Förderbereich gilt das Reglement für Lernende.

Kosten

Der Kursbesuch ist kostenlos.

Allfälligen Kosten von Unterlagen und Kopien werden im Freifachkurs eingezogen.

Fragen

Bei Fragen zu den Kursen geben die Klassenlehrpersonen oder die Kursadministration via Mail: kurs.admin@bzgs.ch Auskunft.

Inhaltsverzeichnis Stütz- und Freifachkurse

Erfolgreiches Lernen.....	4
01a. Lerntechniken – Durchstarten SG	4
01b. Lerntechniken – Durchstarten RH	5
02a. Lerntechniken – Grundlagen in SG	6
02b. Lerntechniken – Grundlagen in RH	7
03a. Lerntechniken – Lernen mit System in SG	8
03b. Lerntechniken – Lernen mit System in RH	9
04a. Lernen – Motivation SG	10
04b. Lernen – Motivation RH	11
05. QV-Vorbereitung / Lernplanung	12
06a. QV-Vorbereitung / Lernplanung DA.....	13
06b. QV-Vorbereitung / Lernplanung DA.....	14
Netzwerk der Fächer	15
07. Administration Intensivkurs DA	15
08. Administration Intensivkurs DA	16
Sprachen.....	18
12. Deutsch als Zweitsprache	18
13. Deutsch als Zweitsprache	19
14. Deutsch als Zweitsprache	20
15. Deutsch als Zweitsprache	21
16. Deutsch als Zweitsprache	22
17. Deutsch als Zweitsprache	23
20. Cambridge B2 First for Schools	24
Informatik.....	25
22. Office 365 Crash-Kurs	25
24. Optische Darstellung der VA.....	26
Berufskunde	27
26. Nähmaschine neu entdeckt.....	27
27. QV-Vorbereitung Wäsche instand stellen.....	28
Gesundheitsförderung.....	29
28. Stress-Management und Resilienz	29
Zukunft.....	30
31. Win for Future (Projekte).....	30

Erfolgreiches Lernen

01a. Lerntechniken – Durchstarten SG

Kurstitel	Mit frischer Power in das neue Schuljahr		
Adressaten	Alle Lernenden		
Beschreibung	In diesem Kurs machen wir uns auf die Spur, was Ihnen Energie gibt und was Ihnen Energie nimmt. Sie erfahren etwas zu Lernbeeinflussenden Faktoren, die für das Lernen wichtig sind und Ihnen helfen gut zu lernen. Ziel im Kurs ist es, ein geeignetes Motto für das kommende Schuljahr zu finden, dass Ihnen Power gibt für die anfallenden Herausforderungen im neuen Schuljahr.		
Kursziele	• Sie finden heraus, was Ihnen Energie gibt und nimmt • Sie lernen die Lernbeeinflussenden Faktoren kennen • Sie lernen Lernförderer und Lernhemmer kennen • Sie finden heraus, was ihnen Power u. Kraft für das neue Schuljahr gibt • Sie erstellen eine Bedienungsanleitung für das eigene Lernen		
Bedingungen	–		
Ort/Raum	St.Gallen		
Kursbeginn	Dienstag	16.09.2025	16:25 Uhr
Kursende	Dienstag	16.09.2025	18:50 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 1	
Total Lektionen	3		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 10		

Erfolgreiches Lernen

01b. Lerntechniken – Durchstarten RH

Kurstitel	Mit frischer Power in das neue Schuljahr		
Adressaten	Alle Lernenden		
Beschreibung	In diesem Kurs machen wir uns auf die Spur, was Ihnen Energie gibt und was Ihnen Energie nimmt. Sie erfahren etwas zu Lernbeeinflussenden Faktoren, die für das Lernen wichtig sind und Ihnen helfen gut zu lernen. Ziel im Kurs ist es, ein geeignetes Motto für das kommende Schuljahr zu finden, dass Ihnen Power gibt für die anfallenden Herausforderungen im neuen Schuljahr.		
Kursziele	• Sie finden heraus, was Ihnen Energie gibt und nimmt • Sie lernen die Lernbeeinflussenden Faktoren kennen • Sie lernen Lernförderer und Lernhemmer kennen • Sie finden heraus, was ihnen Power u. Kraft für das neue Schuljahr gibt • Sie erstellen eine Bedienungsanleitung für das eigene Lernen		
Bedingungen	–		
Ort/Raum	Rheineck		
Kursbeginn	Mittwoch	17.09.2025	17:15 Uhr
Kursende	Mittwoch	17.09.2025	19:40 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 1	
Total Lektionen	3		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 10		

Erfolgreiches Lernen

02a. Lerntechniken – Grundlagen in SG

Kurstitel	Grundlagen – Wie lerne ich richtig?		
Adressaten	Alle Lernenden		
Beschreibung	Wie gehe ich das Lernen richtig an? In diesem Kurs erhalten Sie verschiedene Tools an die Hand, welche Ihnen beim Lernen helfen können.		
Kursziele	• Sie lernen, wie Sie sich gute Lernumgebungsbedingungen schaffen und ihren Arbeitsplatz gut organisieren • Sie lernen einen Lernplan zu erstellen • Sie lernen Möglichkeiten kennen, Prioritäten zu setzen und sich gut zu organisieren • Sie lernen die Lernen- und Vergessenskurve kennen • Sie testen Ihre eigene Lernstrategien und haben die Möglichkeit weitere Lernstrategien kennenzulernen		
Bedingungen	–		
Ort/Raum	St.Gallen		
Kursbeginn	Dienstag	23.09.2025	16:25 Uhr
Kursende	Dienstag	23.09.2025	18:50 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 1	
Total Lektionen	3		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 10		

Erfolgreiches Lernen

02b. Lerntechniken – Grundlagen in RH

Kurstitel	Grundlagen – Wie lerne ich richtig?		
Adressaten	Alle Lernenden		
Beschreibung	Wie gehe ich das Lernen richtig an? In diesem Kurs erhalten Sie verschiedene Tools an die Hand, welche Ihnen beim Lernen helfen können.		
Kursziele	• Sie lernen, wie Sie sich gute Lernumgebungsbedingungen schaffen und ihren Arbeitsplatz gut organisieren • Sie lernen einen Lernplan zu erstellen • Sie lernen Möglichkeiten kennen, Prioritäten zu setzen und sich gut zu organisieren • Sie lernen die Lernen- und Vergessenskurve kennen • Sie testen Ihre eigene Lernstrategien und haben die Möglichkeit weitere Lernstrategien kennenzulernen		
Bedingungen	–		
Ort/Raum	Rheineck		
Kursbeginn	Mittwoch	24.09.2025	17:15 Uhr
Kursende	Mittwoch	24.09.2025	19:40 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 1	
Total Lektionen	3		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 10		

Erfolgreiches Lernen

03a. Lerntechniken – Lernen mit System in SG

Kurstitel	Eigene Bedienungsanleitung für das Lernen erstellen		
Adressaten	Alle Lernenden		
Beschreibung	Wie lerne ich? In diesem Kurs erstellen Sie Ihre eigene Bedienungsanleitung, die Ihnen beim Lernen helfen wird.		
Kursziele	• Sie lernen, Ihr Lernen in Arbeitsschritte einzuteilen • Sie erhalten Wissen darüber, worauf es im Lernprozess besonders ankommt und was besonders wichtig ist • Sie finden heraus, was im Lernprozess auf keinen Fall passieren oder gemacht werden soll • Sie erkennen Stolpersteine, Schwierigkeiten, Ablenkungen, Störungen und Fehlerquellen und wissen, wie diese ausgeschaltet werden können		
Bedingungen	–		
Ort/Raum	St.Gallen		
Kursbeginn	Dienstag	11.11.2025	16:25 Uhr
Kursende	Dienstag	11.11.2025	18:50 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 1	
Total Lektionen	3		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 10		

Erfolgreiches Lernen

03b. Lerntechniken – Lernen mit System in RH

Kurstitel	Eigene Bedienungsanleitung für das Lernen erstellen		
Adressaten	Alle Lernenden		
Beschreibung	Wie lerne ich? In diesem Kurs erstellen Sie Ihre eigene Bedienungsanleitung, die Ihnen beim Lernen helfen wird.		
Kursziele	• Sie lernen, Ihr Lernen in Arbeitsschritte einzuteilen • Sie erhalten Wissen darüber, worauf es im Lernprozess besonders ankommt und was besonders wichtig ist • Sie finden heraus, was im Lernprozess auf keinen Fall passieren oder gemacht werden soll • Sie erkennen Stolpersteine, Schwierigkeiten, Ablenkungen, Störungen und Fehlerquellen und wissen, wie diese ausgeschaltet werden können		
Bedingungen	–		
Ort/Raum	Rheineck		
Kursbeginn	Mittwoch	12.11.2025	17:15 Uhr
Kursende	Mittwoch	12.11.2025	19:40 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 1	
Total Lektionen	3		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 10		

Erfolgreiches Lernen

04a. Lernen – Motivation SG

Kurstitel	Tipps und Tricks für eine bessere Motivation		
Adressaten	Alle Lernenden		
Beschreibung	Brauchst du eine Extra-Portion Motivation? Fällt das Anfangen, Durchhalten und Abschiessen manchmal sehr schwer? In diesem Kurs erhalten Sie die Möglichkeit Ihre eigenen Stärken / Ressourcen herauszufinden und zu erkennen. Anhand dieser erarbeiten wir, was Sie motiviert und wie Sie längerfristig motiviert bleiben. Sie erarbeiten ein Motto für die Ausbildungszeit, dass Ihnen helfen soll, motiviert zu werden und zu bleiben.		
Kursziele	• Sie finden heraus, wo Ihre eigenen Stärken u. Ressourcen liegen • Sie lernen die verschiedenen Motivationsarten kennen • Sie erhalten die Gelegenheit ihre Motive zu erkennen und ihre eigene Motivation zu steigern • Sie erhalten Anregungen, um das Aufschieben von Aufgaben zu minimieren		
Bedingungen	–		
Ort/Raum	St. Gallen		
Kursbeginn	Montag	17.11.2025	16:25 Uhr
Kursende	Montag	17.11.2025	18:50 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 1	
Total Lektionen	3		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 10		

Erfolgreiches Lernen

04b. Lernen – Motivation RH

Kurstitel	Tipps und Tricks für eine bessere Motivation		
Adressaten	Alle Lernenden		
Beschreibung	Brauchst du eine Extra-Portion Motivation? Fällt das Anfangen, Durchhalten und Abschiessen manchmal sehr schwer? In diesem Kurs erhalten Sie die Möglichkeit Ihre eigenen Stärken / Ressourcen herauszufinden und zu erkennen. Anhand dieser erarbeiten wir, was Sie motiviert und wie Sie längerfristig motiviert bleiben. Sie erarbeiten ein Motto für die Ausbildungszeit, dass Ihnen helfen soll, motiviert zu werden und zu bleiben.		
Kursziele	• Sie finden heraus, wo Ihre eigenen Stärken u. Ressourcen liegen • Sie lernen die verschiedenen Motivationsarten kennen • Sie erhalten die Gelegenheit ihre Motive zu erkennen und ihre eigene Motivation zu steigern • Sie erhalten Anregungen, um das Aufschieben von Aufgaben zu minimieren		
Bedingungen	–		
Ort/Raum	Rheineck		
Kursbeginn	Mittwoch	19.11.2025	17:15 Uhr
Kursende	Mittwoch	19.11.2025	19:40 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 1	
Total Lektionen	3		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 10		

Erfolgreiches Lernen

05. QV-Vorbereitung / Lernplanung

Kurstitel	Lernplanung zur QV-Vorbereitung		
Adressaten	Lernende im Abschlussjahr		
Beschreibung	Sie haben grossen Respekt vor der Schlussprüfung? Auf der Basis des "Lernens allgemein" konzentrieren wir uns in diesem Kurs darauf, wie Sie "kurz vor" dem QV Ihr Lernen organisieren können, damit Sie optimal vorbereitet sind. Sie erstellen eine grobe Lernplanung und evtl. eine Feinplanung (Wochenlernplan) für die ersten 1 – 2 Wochen des geplanten Lernzeitraums. Dies kann auf Papier oder in einem webfähigen Tool erfolgen. Ebenfalls sollen dabei die Erfahrungen mit Lernmethoden/-strategien während der Ausbildung miteinfließen..		
Kursziele	• Sie repetieren mögliche Lernmethoden/-strategien. • Sie lernen grundlegende Elemente einer optimalen Prüfungsvorbereitung und Möglichkeiten zum Abbau von Prüfungsstress/-angst kennen. • Sie erstellen eine Lernplanung zur Vorbereitung auf Ihr QV.		
Bedingungen	Sie sind im Schuljahr des QV.		
Ort/Raum	Rheineck		
Kursbeginn	Mittwoch	14.01.2026	17.15 Uhr
Kursende	Mittwoch	14.01.2026	19.40 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 1	
Total Lektionen	3		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 18		

Erfolgreiches Lernen

06a. QV-Vorbereitung / Lernplanung DA

Kurstitel	Lernplanung zur QV-Vorbereitung DA		
Adressaten	Dentalassistentinnen im 3. Lehrjahr		
Beschreibung	Optimal vorbereitet ins Qualifikationsverfahren (QV) In diesem Kurs erhalten Sie wertvolles Wissen darüber, worauf es im Lernprozess besonders ankommt: Sie erkennen, was Ihr Lernen fördert und was es hemmt. Zudem reflektieren Sie, was Ihnen Energie gibt oder nimmt – ein wichtiger Schlüssel für effizientes und nachhaltiges Lernen. Gemeinsam repetieren wir bewährte Lernmethoden und -strategien und schauen uns an, wie Sie Ihr Lernen in überschaubare Arbeitsschritte unterteilen können. Sie lernen, wie eine optimale Prüfungsvorbereitung aussieht und welche Möglichkeiten es gibt, Prüfungsstress und Prüfungsangst abzubauen. Am Ende des Kurses erstellen Sie eine individuelle Lernplanung für die intensive Phase vor dem QV – so sind Sie bestens gerüstet für Ihre Abschlussprüfung.		
Kursziele	• Sie erhalten Wissen darüber, worauf es im Lernprozess besonders ankommt und was besonders wichtig ist • Lernhemmer / Lernförderer • Sie finden heraus, was Ihnen Energie für den Lernprozess gibt und nimmt • Sie repetieren mögliche Lernmethoden/-strategien • Sie lernen grundlegende Elemente einer optimalen Prüfungsvorbereitung und Möglichkeiten zum Abbau von Prüfungsstress/-angst kennen. • Sie erstellen eine Lernplanung zur Vorbereitung auf Ihr QV • Sie lernen, Ihr Lernen in Arbeitsschritte einzuteilen		
Bedingungen	Sie sind im Schuljahr des QV		
Ort/Raum	St.Gallen		
Kursbeginn	Montag	01.12.2025	17:15 Uhr
Kursende	Montag	01.12.2025	19.40 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 1	
Total Lektionen	3		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 12		

Erfolgreiches Lernen

06b. QV-Vorbereitung / Lernplanung DA

Kurstitel	Lernplanung zur QV-Vorbereitung DA		
Adressaten	Dentalassistentinnen im 3. Lehrjahr		
Beschreibung	Optimal vorbereitet ins Qualifikationsverfahren (QV) In diesem Kurs erhalten Sie wertvolles Wissen darüber, worauf es im Lernprozess besonders ankommt: Sie erkennen, was Ihr Lernen fördert und was es hemmt. Zudem reflektieren Sie, was Ihnen Energie gibt oder nimmt – ein wichtiger Schlüssel für effizientes und nachhaltiges Lernen. Gemeinsam repetieren wir bewährte Lernmethoden und -strategien und schauen uns an, wie Sie Ihr Lernen in überschaubare Arbeitsschritte unterteilen können. Sie lernen, wie eine optimale Prüfungsvorbereitung aussieht und welche Möglichkeiten es gibt, Prüfungsstress und Prüfungsangst abzubauen. Am Ende des Kurses erstellen Sie eine individuelle Lernplanung für die intensive Phase vor dem QV – so sind Sie bestens gerüstet für Ihre Abschlussprüfung.		
Kursziele	• Sie erhalten Wissen darüber, worauf es im Lernprozess besonders ankommt und was besonders wichtig ist • Lernhemmer / Lernförderer • Sie finden heraus, was Ihnen Energie für den Lernprozess gibt und nimmt • Sie repetieren mögliche Lernmethoden/-strategien • Sie lernen grundlegende Elemente einer optimalen Prüfungsvorbereitung und Möglichkeiten zum Abbau von Prüfungsstress/-angst kennen. • Sie erstellen eine Lernplanung zur Vorbereitung auf Ihr QV • Sie lernen, Ihr Lernen in Arbeitsschritte einzuteilen		
Bedingungen	Sie sind im Schuljahr des QV		
Ort/Raum	St.Gallen		
Kursbeginn	Mittwoch	03.12.2025	17:15 Uhr
Kursende	Mittwoch	03.12.2025	19.40 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 1	
Total Lektionen	3		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 12		

Netzwerk der Fächer

07. Administration Intensivkurs DA

Kurstitel	Administration Intensivkurs		
Adressaten	Dentalassistentinnen im 3. Lehrjahr • die Sicherheit im Fach Administration gewinnen möchten • die bestimmte Themen in Bereich Administration und Informatik vertiefen wollen, teils auch in Kombination mit Handlungskompetenzbereich f • die sich auf konkrete Übungssituationen optimal vorbereiten und diese durchspielen wollen • die im Programm ZaWin Sicherheit gewinnen wollen		
Beschreibung	Intensive Auseinandersetzung und Repetition verschiedener Themenbereichen des Fachs Administration		
Kursziele	• Sie vertiefen und repetieren Ihre bisherigen Kenntnisse im Fach Administration. • Sie wenden Ihr Wissen mit Hilfe von praktischen Übungen aktiv an. • Themenschwerpunkte: ZaWin, Korrespondenz, Quittungen, Kassabuch, allgemeine Administration • Punktuell werden bisherige Theorietemen g.1 bis g.7 repetiert		
Bedingungen	...		
Ort/Raum	St.Gallen / i3-B-03		
Kursbeginn	Dienstag	03.03.2026	17:15 Uhr
Kursende	Dienstag	10.03.2026	19.40 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 2	
Total Lektionen	6		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 24		

Netzwerk der Fächer

08. Administration Intensivkurs DA

Kurstitel	Administration Intensivkurs		
Adressaten	Dentalassistentinnen im 3. Lehrjahr • die Sicherheit im Fach Administration gewinnen möchten • die bestimmte Themen in Bereich Administration und Informatik vertiefen wollen, teils auch in Kombination mit Handlungskompetenzbereich f • die sich auf konkrete Übungssituationen optimal vorbereiten und diese durchspielen wollen • die im Programm ZaWin Sicherheit gewinnen wollen		
Beschreibung	Intensive Auseinandersetzung und Repetition verschiedener Themenbereichen des Fachs Administration		
Kursziele	• Sie vertiefen und repetieren Ihre bisherigen Kenntnisse im Fach Administration. • Sie wenden Ihr Wissen mit Hilfe von praktischen Übungen aktiv an. • Themenschwerpunkte: ZaWin, Korrespondenz, Quittungen, Kassabuch, allgemeine Administration • Punktuell werden bisherige Theorietemen g.1 bis g.7 repetiert		
Bedingungen	...		
Ort/Raum	St.Gallen / i3-B-03		
Kursbeginn	Donnerstag	05.03.2026	17:15 Uhr
Kursende	Donnerstag	12.03.2026	19.40 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 2	
Total Lektionen	6		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 24		

Sprachen

12. Deutsch als Zweitsprache

Kurstitel	Deutsch als Zweitsprache		
Adressaten	Alle EFZ, EBA sowie ABU E Lernenden, mit Deutsch als Zweitsprache		
Beschreibung	Ihre Muttersprache ist eine andere Sprache als Deutsch. Dieser Kurs ist eine Chance, die Grundlagen der deutschen Grammatik besser zu verstehen, zu verankern und richtig anzuwenden. Der individuelle Stand der Kursteilnehmer wird berücksichtigt.		
Kursziele	Sie verbessern Rechtschreibung, Wortschatz und Textverständnis.		
Bedingungen	Sie haben verstanden, dass gute Deutschkenntnisse wichtig für Ihren Erfolg sind.		
Ort/Raum	St.Gallen		
Kursbeginn	Dienstag	Start 1: 26.08.2025 oder Start 2: 21.10.2025	17:15 Uhr
Kursende	Dienstag	20.01.2026	18:25 Uhr
Dauer	1.5 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 17 Verlängerung nach Bedarf	
Total Lektionen	25.5		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 12		

Sprachen

13. Deutsch als Zweitsprache

Kurstitel	Deutsch als Zweitsprache		
Adressaten	Alle EFZ, EBA sowie ABU E Lernenden, mit Deutsch als Zweitsprache		
Beschreibung	Ihre Muttersprache ist eine andere Sprache als Deutsch. Dieser Kurs ist eine Chance, die Grundlagen der deutschen Grammatik besser zu verstehen, zu verankern und richtig anzuwenden. Der individuelle Stand der Kursteilnehmer wird berücksichtigt.		
Kursziele	Sie verbessern Rechtschreibung, Wortschatz und Textverständnis.		
Bedingungen	Sie haben verstanden, dass gute Deutschkenntnisse wichtig für Ihren Erfolg sind.		
Ort/Raum	St.Gallen/Rheineck		
Kursbeginn	Mittwoch	Start 1: 22.10.2025 oder Start 2: 26.11.2025	17:15 Uhr
Kursende	Mittwoch	21.01.2026	18:25 Uhr
Dauer	1.5 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 12 Verlängerung nach Bedarf	
Total Lektionen	18		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 12		

Sprachen

14. Deutsch als Zweitsprache

Kurstitel	Deutsch als Zweitsprache		
Adressaten	Alle EFZ, EBA sowie ABU E Lernenden, mit Deutsch als Zweitsprache		
Beschreibung	Ihre Muttersprache ist eine andere Sprache als Deutsch. Dieser Kurs ist eine Chance, die Grundlagen der deutschen Grammatik besser zu verstehen, zu verankern und richtig anzuwenden. Der individuelle Stand der Kursteilnehmer wird berücksichtigt.		
Kursziele	Sie verbessern Rechtschreibung, Wortschatz und Textverständnis.		
Bedingungen	Sie haben verstanden, dass gute Deutschkenntnisse wichtig für Ihren Erfolg sind.		
Ort/Raum	St.Gallen		
Kursbeginn	Donnerstag	Start 1: 23.10.2025 oder Start 2: 27.11.2025	17:15 Uhr
Kursende	Donnerstag	22.01.2026	18:25 Uhr
Dauer	1.5 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 12 Verlängerung nach Bedarf	
Total Lektionen	18		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 12		

Sprachen

15. Deutsch als Zweitsprache

Kurstitel	Deutsch als Zweitsprache		
Adressaten	Alle EFZ, EBA sowie ABU E Lernenden, mit Deutsch als Zweitsprache		
Beschreibung	Ihre Muttersprache ist eine andere Sprache als Deutsch. Dieser Kurs ist eine Chance, die Grundlagen der deutschen Grammatik besser zu verstehen, zu verankern und richtig anzuwenden. Der individuelle Stand der Kursteilnehmer wird berücksichtigt.		
Kursziele	Sie verbessern Rechtschreibung, Wortschatz und Textverständnis.		
Bedingungen	Sie haben verstanden, dass gute Deutschkenntnisse wichtig für Ihren Erfolg sind.		
Ort/Raum	St.Gallen		
Kursbeginn	Dienstag	03.02.2026	17:15 Uhr
Kursende	Dienstag	31.03.2026	18:25 Uhr
Dauer	1.5 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 9 Verlängerung nach Bedarf	
Total Lektionen	13.5		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 12		

Sprachen

16. Deutsch als Zweitsprache

Kurstitel	Deutsch als Zweitsprache		
Adressaten	Alle EFZ, EBA sowie ABU E Lernenden, mit Deutsch als Zweitsprache		
Beschreibung	Ihre Muttersprache ist eine andere Sprache als Deutsch. Dieser Kurs ist eine Chance, die Grundlagen der deutschen Grammatik besser zu verstehen, zu verankern und richtig anzuwenden. Der individuelle Stand der Kursteilnehmer wird berücksichtigt.		
Kursziele	Sie verbessern Rechtschreibung, Wortschatz und Textverständnis.		
Bedingungen	Sie haben verstanden, dass gute Deutschkenntnisse wichtig für Ihren Erfolg sind.		
Ort/Raum	St.Gallen/Rheineck		
Kursbeginn	Mittwoch	04.02.2026	17:15 Uhr
Kursende	Mittwoch	01.04.2026	18:25 Uhr
Dauer	1.5 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 9 Verlängerung nach Bedarf	
Total Lektionen	13.5		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 12		

Sprachen

17. Deutsch als Zweitsprache

Kurstitel	Deutsch als Zweitsprache		
Adressaten	Alle EFZ, EBA sowie ABU E Lernenden, mit Deutsch als Zweitsprache		
Beschreibung	Ihre Muttersprache ist eine andere Sprache als Deutsch. Dieser Kurs ist eine Chance, die Grundlagen der deutschen Grammatik besser zu verstehen, zu verankern und richtig anzuwenden. Der individuelle Stand der Kursteilnehmer wird berücksichtigt.		
Kursziele	Sie verbessern Rechtschreibung, Wortschatz und Textverständnis.		
Bedingungen	Sie haben verstanden, dass gute Deutschkenntnisse wichtig für Ihren Erfolg sind.		
Ort/Raum	St.Gallen		
Kursbeginn	Donnerstag	05.02.2026	17:15 Uhr
Kursende	Donnerstag	02.04.2026	18:25 Uhr
Dauer	1.5 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 9 Verlängerung nach Bedarf	
Total Lektionen	13.5		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 12		

Sprachen

20. Cambridge B2 First for Schools

Kurstitel	Cambridge B2 First for Schools		
Adressaten	Alle EFZ und ABU E Lernende, welche bereits über gute bis sehr gute Englischkenntnisse verfügen. Bei Unsicherheit, ob die Kenntnisse genügen, kann auch vorgängig ein Einstufungstest gemacht werden.		
Beschreibung	In diesem Kurs trainieren Sie alle Sprachfähigkeiten, die beim Examen B2 First for Schools getestet werden: Sprechen (Speaking), Lese- und Hörverständnis (Reading and Listening), Schreiben (Writing) und Grammatik (Use of English)		
Kursziele	• Sie erreichen das Niveau B2. • Sie bestehen die Cambridge Prüfung.		
Bedingungen	Freude und Bereitschaft, sich intensiv mit Englisch auseinander zu setzen.		
Ort/Raum	St.Gallen		
Kursbeginn	Donnerstag	23.10.2025	17.30 Uhr
Kursende	Donnerstag	26.03.2026	19:05 Uhr
Dauer	2 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 20	
Total Lektionen	40		
Kosten	Kursbuch: B2 First for Schools Trainer, ISBN: 978-3-12-540655-1 Kosten für Lehrmittel: ca. Fr. 43.-- Prüfungskosten FCES: ca. Fr. 400.--		
Teilnehmer	max. 24		

Informatik

22. Office 365 Crash-Kurs

Kurstitel	Update Office 365 arbeiten in der Cloud		
Adressaten	Alle EFZ und ABU E Lernenden		
Beschreibung	Kollaboratives Arbeiten mit Office 365		
Kursziele	Sie kennen die Neuerungen der ICT- Anwendungsprogramme des neuen Office 365 und können sie im Unterricht bedarfsgerecht einsetzen.		
Bedingungen	Sie kennen die ICT-Grundlagen		
Ort/Raum	Lindenstrasse / Custerhof		
Kursbeginn	Nach Absprache mit interessierten Lernenden		18:05 Uhr
Kursende			19:40 Uhr
Dauer	2 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 2	
Total Lektionen	4		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 24		

Informatik

24. Optische Darstellung der VA

Kurstitel	Finish – Optische Darstellung der VA		
Adressaten	Alle EFZ und ABU E Lernenden		
Beschreibung	Dieser Kurs beantwortet konkrete Fragen zur Darstellung Ihrer Vertiefungsarbeit. Ausserdem werden Tipps und Tricks zu schnellen und eindrucksvollen VA-Layouts vermittelt. Die Kursleitung arbeitet eng mit den ABU-Lehrpersonen zusammen und hilft bei der Erfüllung derer Anforderungen. Mögliche Arbeitsthemen: • Grafische Darstellung von Zahlen – Diagramme (Auswertung Fragebogen) • Inhaltsverzeichnis in 60 Sekunden • Einheitliche Gestaltung der VA • Ansprechendes Titelblatt im Word kreieren		
Kursziele	Die Teilnehmer wissen, worauf sie bei der Gestaltung einer guten VA achten müssen und erledigen dies in wenigen Schritten.		
Bedingungen	Keine Vorkenntnisse nötig		
Ort/Raum	St.Gallen		
Kursbeginn	Mittwoch	12.11.2025	17:15 Uhr
Kursende	Mittwoch	03.12.2025	19:40 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 2	
Total Lektionen	6		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 16		

Berufskunde

26. Nähmaschine neu entdeckt

Kurstitel	Kreatives Nähen/ Upcycling oder Wäsche instand stellen		
Adressaten	Lernende der Hauswirtschaft und Interessierte		
Beschreibung	Aus «alt» mach «neu» Wollen Sie aus Ihrem Kleiderschrank «altes» in neue Kleider verwandeln? oder Möchten Sie Ihre Lieblings-Jeans, die kaputt ist, wieder tragen? oder Möchten Sie etwas Kleines nähen? Interessiert, dann gleich anmelden 😊 		
Kursziele	• Kreativ Kleider Instand stellen • Upcycling der eigenen Kleidung • Stoffreste verwerten		
Bedingungen	Freude und Motivation		
Ort/Raum	Rheineck		
Kursbeginn	Montag	05.01.2026	16:25 Uhr
Kursende	Montag	12.01.2026	18:50 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 2	
Total Lektionen	6		
Kosten	Je nach Materialverbrauch ca. 10.- Fr.		
Teilnehmer	12		

Berufskunde

27. QV-Vorbereitung Wäsche instand stellen

Kurstitel	QV-Vorbereitung Wäsche instand stellen		
Adressaten	Lernenden der Hauswirtschaft im 3. Lehrjahr		
Beschreibung	Die Reinigung der Nähmaschine und die Instandstellung von defekter Wäsche für die praktische QV-Prüfung repetieren. Themen nach Wunsch erweitern. Als Grundlage dienen die Lernziele der Wäsche instand stellen. 		
Kursziele	• Instandstellungsmethoden wie Wiefeln oder Bogennaht üben. • Fragen beantworten und Instandstellungsmethoden vorzeigen. • Reinigung und Wartung der Nähmaschine ausführen. • Umgang mit der Nähmaschine üben.		
Bedingungen	Freude und Motivation		
Ort/Raum	Rheineck		
Kursbeginn	Montag	23.03.2026	16:25 Uhr
Kursende	Montag	23.03.2026	18:00 Uhr
Dauer	2 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 1	
Total Lektionen	2		
Kosten	keine		
Teilnehmer	12		

Gesundheitsförderung

28. Stress-Management und Resilienz

Kurstitel	Stress-Management und Resilienz		
Adressaten	Alle Lernenden		
Beschreibung	• Techniken zur Stressbewältigung • Achtsamkeit und Motivation • Aufbau von mentaler Stärke • Strategien zur Bewältigung von Prüfungsangst		
Kursziel	• Umgang mit Stress und Entwicklung von Resilienz		
Bedingungen	–		
Ort/Raum	Rheineck		
Kursbeginn	Mittwoch	21.01.2026	17.15 Uhr
Kursende	Mittwoch	21.01.2026	19:40 Uhr
Dauer	3 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten 1	
Total Lektionen	3		
Kosten	–		
Teilnehmer	max. 10		

Zukunft

31. Win for Future (Projekte)

Kurstitel	Win for Future (Projekte) Talentförderung: Wissenschaftliches Arbeiten		
Adressaten	Leistungswillige und leistungsstarke Lernende der Grundbildung im 2. und 4. Semester		
Beschreibung	• Entwicklung einer Fragestellung und Erstellen einer Projektarbeit mit «Forschungsanteil» • Auseinandersetzen mit Fachliteratur und Fachpersonen • Korrekter Aufbau von schriftlichen Arbeiten • Einzelarbeit oder in Kleingruppen (2-3 Personen)		
Kursziele	• Übung und Vorbereitung für ABU-Vertiefungsarbeit (VA) • Arbeitsmethoden für spätere Weiterbildung kennenlernen und anwenden • Förderung von Kreativität und Innovation • Systematisches Arbeiten an selbst gewählten Themen • Optional: Vorselektion für «Schweizer Jugend forscht»		
Bedingungen	• Bereitschaft, sich auch ausserhalb der Kursstunden mit dem gewählten Thema auseinanderzusetzen • Gute Leistungen in ABU und BKU		
Ort/Raum	St.Gallen / Rheineck (je nach Anmeldungen)		
Kursbeginn	Wochentag nach Absprache mit interessierten Lernenden	Start ab Februar 2025	17:15 Uhr
Kursende			18:50 Uhr
Dauer	2 Lektionen pro Tag	Anzahl Kursdaten ca. 15	
Total Lektionen	ca. 30		
Kosten	Je nach Themenwahl können Kosten anfallen (z.B. Material- oder Reisekosten)		
Teilnehmer	max. 12		

Kanton St.Gallen
Bildungsdepartement

Berufs- und Weiterbildungszentrum
für Gesundheits- und Sozialberufe St.Gallen
Lindenstrasse 139
9016 St.Gallen

+41 58 229 88 11

grundbildung@bzgs.ch

BZGS