vhs Kreisvolkshochschule Vechta e.V.

Lernen.Entwickeln.Gestalten.

Bildung ist Vielfalt!

Programm 1. Halbjahr 2021

www.kvhs-vechta.de

VON POLL IMMOBILIEN®

VP
Beste Immobilienshops 2020
★★★★★
5 von 5 Sternen

Test 06/2020

Im Test 350 Immobilienshops in Europa

VON POLL IMMOBILIEN VECHTA

Gutschein für eine kostenfreie, unverbindliche Marktpreiseinschätzung Ihrer Immobilie.

Wir zeigen Ihnen, wie es geht: Professionelle Immobilienvermittlung für Ihren Verkaufserfolg.

Ein starkes Team: Makler-Kompetenz im ganzen Landkreis

Dr. Lucie Lotzkat, **Geschäftsstelleninhaberin, geprüfte freie Sachverständige für Immobilienbewertung (PersCert®)**
Johanna Glandorf, **Immobilienkauffrau (IHK), Region Mitte/Nord**
Birgit Moormann, **Immobilienmaklerin, Region Süd**

Shop Vechta | Lange Straße 6 | 49413 Dinklage | **T.: 04443 - 50 47 87 0** | vechta@von-poll.com

Leading REAL ESTATE COMPANIES OF THE WORLD™

www.von-poll.com/vechta

Liebe Leserinnen und Leser,

wir freuen uns, dass Sie unser aktuelles Programmheft in den Händen halten und hoffen, dass Ihnen unser Kursangebot gefällt.

Voraussichtlich werden auch in den kommenden Jahren große gesellschaftliche Herausforderungen anstehen: Grundbildung, Integration und demografischer Wandel sind wichtige Stichworte. Digitale Teilhabe, Klimaschutz, die Coronapandemie und ihre Folgen kommen hinzu.

Lebenslanges Lernen ist notwendiger denn je, um sich in immer komplexer werdenden Strukturen zurechtzufinden und um den gesellschaftlichen, wirtschaftlichen, kulturellen und ökologischen Entwicklungen auf angemessene Weise begegnen zu können. Volkshochschulen sind ein Symbol für lebenslanges Lernen und geben die Möglichkeit, persönliche, gesellschaftliche oder berufliche Kompetenzen unabhängig von Alter oder hohem Einkommen erweitern zu können.

Wir antworten mit vielen unserer Angebote auf gesellschaftliche Bedarfe, z.B. mit Schulabschlusskursen, mit Angeboten zur Integration, Inklusion oder zur Gesundheitsprävention. Elternarbeit, inklusive Bildung oder berufliche Bildung, Angebote für ältere Menschen – all das und mehr gehört zu unserem Spektrum. Wir arbeiten gern für Sie, weil wir gemeinsames konstruktives Nachdenken über bedeutende Fragen sowie die persönliche Fähigkeit des Menschen, zu lernen und sich zu entwickeln wunderbar und wichtig finden.

Auch die Kreisvolkshochschule als Bildungseinrichtung entwickelt sich immer weiter. Inspiriert vom hiesigen Kreisentwicklungskonzept haben wir in unseren Kursen eine offene Befragung durchgeführt. Die Fragen waren: *Welche Weiterbildung / Veranstaltung / Kurse wünschen Sie sich für Ihre persönliche und / oder eine gesellschaftliche Weiterentwicklung?*

Was wünschen Sie sich von der Kreisvolkshochschule Vechta als Einrichtung der Erwachsenenbildung? Wie stellen Sie sich einen Kurs / eine Veranstaltung in der Zukunft vor? Welche Fähigkeiten, glauben Sie, werden in Zukunft für die Gesellschaft wichtig sein? Welche Fähigkeiten sind speziell für Sie wichtig?

Eine Auswahl interessanter und spannender Antworten finden Sie in den Sprechblasen, die im Programmheft verteilt sind.

Viel Freude beim Lernen wünscht Ihnen

Sabina Kramer
Pädagogische Leitung

Was wünschen sie sich von der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. als Einrichtung der Erwachsenenbildung?

„Dass sie mit der Zeit geht.“

(m, 34 Jahre)

klimaneutral
natureOffice.com | DE-746-JRZE9RF
gedruckt

Wichtig zu wissen!

Wer kann teilnehmen?

Die Kreisvolkshochschule Vechta e.V. ist offen für alle. Jeder kann an unseren Veranstaltungen teilnehmen. Ausnahmen können Lehrgänge, Vorbereitungen auf Prüfungen, Veranstaltungen oder Seminare sein, die für eine spezifische Gruppe oder ein bestimmtes Alter ausgeschrieben sind.

Anmeldungen

Persönliche Anmeldungen zu den Veranstaltungen nehmen die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen der jeweiligen Geschäftsstellen der KVHS Vechta entgegen (bitte Öffnungszeiten beachten). Anmeldungen per E-Mail, Fax, Telefon oder unter **www.kvhs-vechta.de** sind ebenfalls möglich. Sie erhalten in der Regel eine Anmeldebestätigung/Rechnung, wenn die Veranstaltung stattfindet. Geben Sie deshalb bei Ihrer Anmeldung immer ihre vollständige Adresse an.

Abmeldung

Ein Fernbleiben vom Unterricht gilt nicht als Kündigung/Abmeldung und befreit nicht von der Zahlung der vollen Gebühr. Die Abmeldung ist, unter Einhaltung der Frist von 5 Werktagen (bei Veranstaltungen unter 50 Unterrichtseinheiten), an eine der Geschäftsstellen der KVHS zu richten. Abmeldungen bei der Kursleitung oder dem Dozenten sind nicht wirksam. Bei späteren Abmeldungen oder der Nichtteilnahme ist die Zahlung verpflichtend.

Kursausfall

Muss ein Kurs abgesagt werden (z.B. mangelnde Teilnehmeranzahl), benachrichtigen wir Sie möglichst frühzeitig per Post, Telefon oder E-Mail. Ist die Kursgebühr bereits bezahlt, bekommen Sie diese erstattet. Bei kurzfristigem Ausfall einer Veranstaltung oder einzelner Termine (z.B. Dozent erkrankt), werden Sie umgehend von uns telefonisch oder per E-Mail benachrichtigt. Geben Sie deshalb immer Ihre Telefon-/Mobilfunknummer und Ihre E-Mail-Adresse bei der Anmeldung an. Bitte melden Sie sich frühzeitig zu Kursen an!

Bezahlung

Bitte überweisen Sie die Gebühr auf das Konto Lohne-Mühlen. Die Bankdaten befinden sich unten auf der zugesandten Rechnung/Anmeldebestätigung. Barzahlungen sind in den KVHS-Geschäftsstellen möglich. Die Kursgebühr muss im Regelfall vor Kursbeginn spätestens jedoch 10 Tage nach Rechnungserhalt beglichen werden.

Warteliste

Wenn alle Plätze in Ihrer gewünschten Veranstaltung belegt sind, setzen wir Sie gerne auf die Warteliste. So können wir Sie über frei werdende Plätze (nach Reihenfolge der Anmeldungen) oder über neu eingerichtete Zusatzveranstaltungen informieren.

Beratung & Information

Zu Beginn der Programmbereiche finden Sie die entsprechenden Ansprechpartner und Ansprechpartnerinnen, die Ihnen bei Fragen zu Bildungsangeboten zur Verfügung stehen. Sie können Ihnen Auskünfte zu den Veranstaltungen, Einstufungsberatungen und/oder Einstufungstests geben.
Oder Sie wenden sich mit Ihren Fragen an eine unserer Geschäfts- oder Außenstellen.

Was wünschen sie sich von der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. als Einrichtung der Erwachsenenbildung?

„Abwicklung der Anmeldung/Bezahlung in digitaler Form“

(m, 35 Jahre)

Behindertengerechte Begehbarkeit

Das Gebäude der Kreisvolkshochschule in Vechta ist mit einem behindertengerechten Eingang, Toiletten sowie einem Fahrstuhl, welcher bis in das 1. Obergeschoss reicht, ausgestattet. Das Haus der Bildung und Familie in Visbek ist durchgängig ebenerdig und verfügt ebenfalls über eine behindertengerechte Toilette. Das Gebäude in Lohne ist leider nicht behindertengerecht ausgestattet.

Datenschutz

Bitte denken Sie daran, dass wir aus datenschutzrechtlichen Gründen keine Kontaktdaten von Dozenten oder Lehrkräften an Sie weitergeben dürfen. Alle weiteren Angaben zum Datenschutz finden Sie im Anhang oder auf unserer Webseite unter **www.kvhs-vechta.de**.

Noch Fragen?

Haben Sie noch Fragen zu unseren Veranstaltungen? Die pädagogischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Geschäftsstellen stehen Ihnen gerne zur Verfügung und beraten Sie rund um das Thema Weiterbildung und/oder Bildungsprämie.

Am Ende eine Bitte!

Bitte beachten Sie unsere geltenden Benutzungsordnungen und verlassen Sie die Räume so, wie Sie die Räume selbst gern vorfinden möchten. Das Rauchen in den Gebäuden und Räumen ist grundsätzlich untersagt!

Solange die Corona-Krise noch anhält, ist das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes in unseren Gebäuden und Räumlichkeiten Pflicht! Bitte achten Sie auf unsere ausgewiesenen Hygienemaßnahmen und halten Sie den Mindestabstand zu Ihren Mitmenschen ein.

Geschäfts- und Außenstellen

Geschäftsstelle Lohne

Lindenstraße 49 · 49393 Lohne

Telefon 04442 / 93708-0
Telefax 04442 / 93708-29
E-Mail info@kvhs-vechta.de

Geschäftszeiten

montags – donnerstags 08:00 – 16:30 Uhr
freitags 08:00 – 12:00 Uhr

Geschäftsstelle Vechta

Bahnhofstraße 1 · 49377 Vechta

Telefon 04441 / 93778-0
Telefax 04441 / 93778-29
E-Mail info.vechta@kvhs-vechta.de

Geschäftszeiten

montags – donnerstags 08:00 – 17:00 Uhr
freitags 08:00 – 13:00 Uhr

Außenstellen Visbek
Haus der Bildung und Familie

Bremer Tor 6 · 49429 Visbek

Telefon 04445 / 9867642
E-Mail info.vechta@kvhs-vechta.de

Geschäftszeiten

dienstags 13:00 – 16:00 Uhr

Niels-Stensen Werk

Bürgermeister-Möller-Platz 1 · 49377 Vechta

Telefon 04441 / 992800
Telefax 04441 / 992801
E-Mail nsw@kvhs-vechta.de

LEITUNG
04441 / 93778-0

Gabriela Pollmann
Pädagogin
Fachbereichsleitung
Berufliche Bildung

Ralf Schopmans
Dipl.-Betriebswirt
Gesamtleitung/Vorstand

Sabina Kramer
Dipl.-Pädagogin
pädagogische Leitung

PÄD. MITARBEITER

Julian Hülsemann
Tel.: 04441 / 93778-24
j.huelsemann@kvhs-vechta.de

Charliene Sölter
Tel.: 04441 / 93778-23
c.soelter@kvhs-vechta.de

Elnaz Allen
Tel.: 04441 / 93778-33
e.allen@kvhs-vechta.de

VERWALTUNG

Vechta

Elena Köhler
Tel.: 04441 / 93778-13
e.koehler@kvhs-vechta.de

Vechta

Karin Triphaus
Tel.: 04441 / 93778-12
k.triphaus@kvhs-vechta.de

Vechta

Christiane Wolke
Tel.: 04441 / 93778-21
c.wolke@kvhs-vechta.de

Vechta

Kathrin Wotsch
Tel.: 04441 / 93778-16
k.wotsch@kvhs-vechta.de

Lohne

Cornelia Huntemann
Tel.: 04442 / 93708-17
c.huntemann@kvhs-vechta.de

Visbek

Galina Klaut
Tel.: 04445 / 9867642
g.klaut@kvhs-vechta.de

Evelin Bavendiek
Buchhaltung
Tel.: 04442 / 93708-12
e.bavendiek@kvhs-vechta.de

Heike Döbbeling
Personalwesen
Tel.: 04441 / 93778-25
h.doebbeling@kvhs-vechta.de

FAMILIEN-TREFF

04441 / 93778-20

Ansprechpartnerin

Miriam Nost
m.nost@kvhs-vechta.de

Ansprechpartnerin

Franziska Bröring
f.broering@kvhs-vechta.de

Linda Hoge
l.hoge@kvhs-vechta.de

KINDER-TAGESPFLEGE

04441 / 93778-18

Bettina Espelage
b.espelage@
kvhs-vechta.de

Maria Hoping-Warnking
m.hoping-warnking@
kvhs-vechta.de

Bianca Senouwoe
b.senouwoe@
kvhs-vechta.de

Verwaltung

Gabriele Deters
g.deters@
kvhs-vechta.de

NIELS-STENSEN-WERK

Maria Abeling-Stegkämper
Tel.: 04441 / 99280-4
m.abeling-stegkaemper@kvhs-vechta.de

Nicole Mucker
Tel.: 04441 / 99280-3
n.mucker@kvhs-vechta.de

SERVICE

Anne Schopmans
Service Vechta

Burkhard Sommer
Hausmeister Vechta

Johannes Langhorst
Hausmeister Lohne

IT/TECHNIK

Andreas Freitag
Tel.: 04441 / 93778-32
a.freitag@kvhs-vechta.de

Allgemeine Informationen

Vorwort 3
Wichtig zu wissen 4
Geschäfts- und Außenstellen 5
Mitarbeiter/innen 6

I Gesellschaft / Kultur / Umwelt

Recht 10
Politik 13
Gesellschaft 13
Religion 15
Umwelt 16
Kultur 18

II Pädagogik / Psychologie / Philosophie

Pädagogik / Psychologie / Philosophie 22

III Seniorenbildung

Gesellschaft 26
Technik 28

IV Familientreff

Vorträge / Angebote für Eltern und Interessierte 34
Angebote für Eltern und Kinder 38
Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche 50

V Schulische Bildung

Schulische Bildung 56

VI Berufliche Bildung

Pädagogik 58
Fortbildungen nur für Kindertagespflege-personen aus Vechta und Visbek 60
Fortbildungen für Kindertagespflege-personen aus dem Landkreis Vechta 62
Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen 62
Aufbauqualifizierung für Kindertagespflege-personen aus dem Landkreis Vechta 63
vhsConcept 66
Sprachen 70
EDV 72
Wirtschaft 73
Gesundheit 76

VII Sprachen

Englisch 87
Spanisch 90
Französisch 92
Italienisch 93
Russisch 93
Türkisch 94
Arabisch 94
Deutsch als Fremdsprache 94
Deutsche Gebärdensprache 96
Latein 96

VIII Kreativität

Kunsthandwerk 100
Textiles Gestalten 101
Musik 102
Wohnraumgestaltung 102
Fotografie 104

Gesundheit / gesunde Ernährung / Sport

Patientenvorträge 108
Therapien 110
Gesunde Ernährung 111
Entspannung und Bewegung 112
10er-Karte 118
Reha-Sport 121

Allgemeine Informationen

Dozentenliste 124
Allgemeine Geschäftsbedingungen 127
Datenschutz 129
Verwaltungsrat 129
Widerrufsbelehrung 130

Gesellschaft / Kultur / Umwelt

Sabina Kramer
Tel.: 04441 / 93778-14
s.kramer@kvhs-vechta.de

Gabriela Pollmann
Tel.: 04442 / 93708-16
g.pollmann@kvhs-vechta.de

Recht 10
Politik 13
Gesellschaft 13
Religion 15
Umwelt 16
Kultur 18

Recht

1001

Familienrecht

Der Kurs vermittelt einen Überblick über
- die Folgen von Corona im Familienrecht!
- die Scheidung
- Folgeangelegenheiten (Unterhalt, Zugewinn, etc.)
- Scheidungskinder
- Kosten der Verfahren im Überblick

Leitung Claudia Kühling
Termin Montag, 29.03.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

New Africa / Shutterstock.com

1002

Erbrecht

Der Kurs vermittelt einen Überblick über
- gesetzliche Erbfolge vs. erbvertragliche Regelung
- Möglichkeiten der Testamentsgestaltung
- Erbschaftssteuer, Freibeträge

Leitung Claudia Kühling
Termin Montag, 10.05.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Arbeitsrecht

- Was tun im Falle der Kündigung meines Arbeitsvertrages?
- Abgrenzung fristlose und ordentliche Kündigung
- Kündigungsschutzgesetz
- Erfolgsaussichten einer Klage
- Prozessuales etc.

1003

Arbeitsrecht

Leitung Ludger Rohe
Termin Mittwoch, 03.02.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

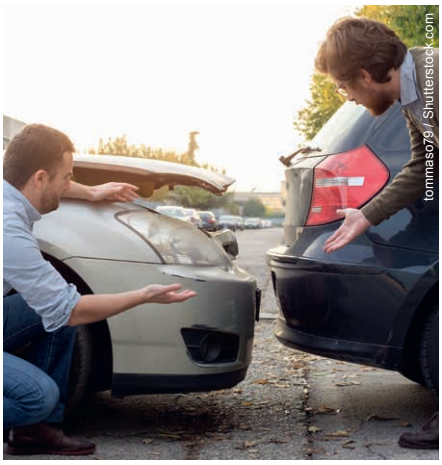
1004

Arbeitsrecht

Leitung Matthias Gelhaus
Termin Montag, 10.05.2021, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Verkehrsrecht

- Was tun bei einem Verkehrsunfall?
- Wie verhalte ich mich nach einem Verkehrsunfall?
- Welche Maßnahmen sollte ich ergreifen, um meine Rechte optimal zu wahren?
- Welche Ansprüche stehen mir zu?
- Es hat geblitzt – wie verhalte ich mich?
- Anordnung MPU


tommaso79 / Shutterstock.com

1005

Verkehrsrecht

Leitung Dennis Wiediger
Termin Mittwoch, 10.03.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

1006

Verkehrsrecht

Leitung Matthias Gelhaus
Termin Montag, 14.06.2021, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

mojo cp / Shutterstock.com

Welche Fähigkeiten sind speziell für Sie wichtig?

„Fremdsprachen, rechtliche Informationen (Erbrecht, Arbeitsrecht, Verkehrsrecht, etc).“

(w, 50 Jahre)

WIR SIND FÜR SIE DA!

24 Stunden Notruf - 0177 6096600

Unfallschaden **Bußgeldsache** **Mandatsanfrage**

Rechtsgebiete:

1

Verkehrsrecht

Sie wurden geblitzt oder haben eine rote Ampel überfahren? Es drohen Punkte, Bußgelder oder sogar ein Fahrverbot?

2

Arbeitsrecht

Wir klären alle Angelegenheiten zwischen Arbeitgebern und Arbeitnehmern.

Matthias Gelhaus

Büro Visbek
Corveyweg 1
49429 Visbek
Telefon: (04445) 9660 0
Telefax: (04445) 9660-20
Mobil: 0177 6096600
www.gelhaus-nuxoll.de
E-mail: info@gelhaus-nuxoll.de

GELHAUS
NUXOLL
& KROGMANN

BODE & PARTNER mbB

STEUERBERATER · RECHTSANWÄLTE · WIRTSCHAFTSPRÜFER

Bode & Partner
ihr Partner für alle Fälle

RECHTS-BERATUNG

Diplom-Kaufmann
Werner Bode
Steuerberater

Diplom-Ökonom
Christopher Wehming
Wirtschaftsprüfer
Steuerberater

Silke Gröneweg
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Familienrecht
Fachanwältin für Sozialrecht

STEUER-BERATUNG

Diplom-Kauffrau
Ruth Honkomp
Steuerberaterin

Ludger Rohe
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Fachanwalt für Medizinrecht

WIRTSCHAFTS-BERATUNG

Diplom-Kauffrau
Catharina Wassmann
Steuerberaterin

Jutta Recker-Meyer
Rechtsanwältin
Steuerberaterin
Betriebswirtin (BA)

WIRTSCHAFTS-PRÜFUNG

Christian Bode, MBAL
Wirtschaftsprüfer
Steuerberater

Daniela Khostevan
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Verkehrsrecht

Werde Teil eines motivierten Teams.
Besuchen Sie uns unter: **www.bode-und-partner.de/kanzlei/karriere.html**

BODE & PARTNER mbB
Steuerberater · Rechtsanwälte · Wirtschaftsprüfer

Rathausplatz 7
49413 Dinklage

T: +49 (0) 4443 9633 - 0
F: +49 (0) 4443 9633 - 96

info@bode-und-partner.de
www.bode-und-partner.de

Gesellschaft / Kultur / Umwelt

Gesellschaft

Einbürgerungstest

Seit dem 1. September 2008 müssen alle Ausländer, die die Einbürgerung beantragen, einen Einbürgerungstest machen. 33 Fragen aus den Bereichen „Leben in der Demokratie“, „Geschichte und Verantwortung“ sowie „Mensch und Gesellschaft“ und aus dem eigenen Bundesland, müssen beantwortet werden. Das erforderliche Anmeldeformular ist im Büro der KVHS Vechta in der Bahnhofstraße 1 in Vechta erhältlich.

1200

Einbürgerungstest

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 18.01.2021!

Leitung Dozententeam
Termin Donnerstag, 25.02.2021, 16:00 – 17:00 Uhr
Gebühr 25,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

1201

Einbürgerungstest

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 19.04.2021!

Leitung Dozententeam
Termin Donnerstag, 27.05.2021, 16:00 – 17:00 Uhr
Gebühr 25,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Beratung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

Während einer persönlichen Einzelberatung werden Sie über das Verfahren von Anerkennungsprozessen ausländischer Berufsabschlüsse in Deutschland informiert.
Teilen Sie uns bitte vorab mit, welchen ausländischen Berufsabschluss Sie erworben haben und bringen Sie Ihre Dokumente zur Beratung mit!
Die Plätze für die Einzelberatung sind begrenzt. Eine Teilnahme ist nur mit telefonischer oder persönlicher Voranmeldung möglich!

1202

Beratung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

Leitung bus GmbH IQ-Netzwerk Niedersachsen
Termin Donnerstag, 29.04.2021, 10:00 – 16:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

1203

Beratung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

Leitung bus GmbH IQ-Netzwerk Niedersachsen
Termin Dienstag, 04.05.2021, 10:00 – 16:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

HIGHLIGHT

Politik

1100

Lesung:
Von Frauen, die etwas zu sagen haben!

In Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten vom Landkreis Vechta

An diesem Sommerabend interpretiert die Oldenburger Schauspielerin Stephanie Trapp spannende Texte von und über unerhörte und ungehörte Frauen. Von Beate Klarsfeld, Michelle Obama bis Clara Immerwahr kommen mutige und kämpferische Frauen zu Wort, die ihre Stimmen erheben oder erhoben haben, um für die Rechte der Frauen einzutreten. Rechte, auf die man immer wieder aufpassen sollte.

Leitung Stephanie Trapp
Termin Freitag, 18.06.2021, 18:30 – 20:15 Uhr
Gebühr 4,00 € (Die Gebühr wird vor Ort erhoben!)
Ort Visbek, Hotel „Visbeker Deern“, Rechterfelderstraße 11

1204

Beratung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

Leitung bus GmbH IQ-Netzwerk Niedersachsen
Termin Dienstag, 06.07.2021, 10:00 – 16:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Die meisten Menschen gehen davon aus, dass im Krankheitsfall automatisch der Ehepartner, die Kinder oder andere nahestehende Personen des Erkrankten über die Durchführung oder Unterlassung medizinischer Maßnahmen entscheiden können, wenn er hierzu krankheitsbedingt vorübergehend oder dauerhaft nicht in der Lage ist. Doch ohne entsprechende schriftliche Vollmachten können die Angehörigen nicht über erforderliche medizinische Maßnahmen oder Regelungen mit Ämtern und Behörden entscheiden. In diesen Fällen muss durch das Betreuungsgericht ein sog. gesetzlicher Betreuer bestellt werden.
Durch das Verfassen einer Vorsorgevollmacht kann - je nachdem, wie umfassend die Vorsorgevollmacht erteilt wurde - die Einrichtung einer gesetzlichen Betreuung überflüssig werden. Sinnvoller Weise sollte die Vorsorgevollmacht um eine Patientenverfügung ergänzt werden. In ihr regelt der Betroffene, welche medizinischen Maßnahmen er im Falle einer schwerwiegenden Erkrankung für sich wünscht oder ablehnt.
Im Rahmen der Veranstaltung sollen die Unterschiede zwischen der Vorsorgevollmacht und der Patientenverfügung dargelegt werden. Ebenso sollen praktische Tipps gegeben werden, worauf es bei der Erstellung dieser Papiere zu achten gilt. Die Referentin steht außerdem für weitere Fragen zur Verfügung.

1205

Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Erika Rüwe
Termin Mittwoch, 28.04.2021, 16:00 – 18:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

1206

Vorankündigung: Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Erika Rüwe
Termin Mittwoch, 20.10.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten In Kooperation mit dem SKM – Katholischer Verein für soziale Dienste Vechta e.V.

Vorsorge zu treffen bedeutet Ihr Selbstbestimmungsrecht zu wahren. Im Falle einer körperlichen oder geistigen Beeinträchtigung können persönliche Angelegenheiten möglicherweise nicht selbstständig geregelt werden. In Folge dessen kann vom Amtsgericht ein gesetzlicher Betreuer bestellt werden. Dieser soll Sie unterstützen und ggf. an Ihrer Stelle und in Ihrem Sinne Entscheidungen treffen. Durch eine Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht können Sie jedoch bereits Vorkehrungen für das Eintreten einer Hilfebedürftigkeit treffen. So können Handlungsanweisungen für Pflegepersonal und Ärzte festgelegt, vertraute Personen eingebunden und Ihre Wünsche besser berücksichtigt werden.
Das Seminar führt Sie durch die Themengebiete der Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung. Hierbei werden die Themen inhaltlich nähergebracht und Unterschiede erklärt. In entspannter Atmosphäre kann ein Austausch erfolgen und auf mögliche Fragen eingegangen werden.

1207

Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Julian Gehrmann
Termin Mittwoch, 27.01.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

1208

Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Julian Gehrmann
Termin Mittwoch, 28.04.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

1209

Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Julian Gehrmann
Termin Mittwoch, 23.06.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Lohne, Kreisvolkshochschule, Lindenstraße 49

Miriam Doerr Martin Frommherz / Shutterstock.com

Eine Bitte!

Wenn Sie dieses Programmheft nicht mehr benötigen, geben Sie es bitte an Freunde oder Bekannte weiter. Vielleicht freuen sie sich darüber!

Interreligiöse Angebote

In Kooperation mit dem Offizialat

BISCHÖFLICH MÜNSTERSCHES OFFIZIALAT

Auch 2021 werden wir unsere interreligiösen Veranstaltungen fortsetzen.
So wollen wir den Abend mit Dr. Heinrich Dickerhoff, der coronabedingt im Herbst 2020 ausfallen musste, sobald es möglich ist nachholen.

Im Rahmen der Reihe Du bist eingeladen! werden wir über das Jahr verteilt erneut Themen aufgreifen, zu denen Vertreter der jeweiligen Religion referieren und wir wieder in den Austausch kommen können.
Die einzelnen Angebote werden wir im Februar in einem eigenen Infoblatt, auf der Homepage und in der Presse veröffentlichen.

2021 ist zusätzlich das Festjahr zu 1700 Jahren jüdischen Lebens in Deutschland; bundesweit werden dazu Veranstaltungen durchgeführt. Auch die KVHS Vechta wird sich daran beteiligen.
Gleichzeitig verweisen wir auf:

Jüdisch beziehungsweise christlich: Näher als du denkst?!

Zum Festjahr 1700 Jahre jüdisches Leben in Deutschland regt die ökumenische Kampagne „#beziehungsweise –jüdisch und christlich: näher als du denkst“ an, die enge Verbundenheit des Christentums mit dem Judentum im Alltag wahrzunehmen. Von Jan. 2021 bis Jan. 2022 gibt es jeden Monat dazu einen Themenschwerpunkt, der jeweils auf einem Plakat vorgestellt wird – auch im Offizialatsbezirk Vechta. Interessierte können an jedem 3. Dienstag im Monat um 19 Uhr digital Dialoge mit christlichen und jüdischen Fachleuten zum Monatsthema mitverfolgen. Näheres finden Sie auf der Internetseite: **www.juedisch-beziehungsweise-christlich.de**

Religion

1300

Buddhismus im Alltag

Michaela Fritzges, *10.01.1959, seit 1984 praktizierende Buddhistin und Schülerin von Lama Ole Nydahl, studierte buddhistische Philosophie im Karmapa Buddhist International Institute in Neu Delhi, Indien und an der Sommeruniversität in Dagpo Kagyü Ling, Frankreich. Seit 1994 reist sie ehrenamtlich als buddhistische Lehrerin in die ganze Welt und hat das Buddhistische Zentrum Kiel mit aufgebaut. Ihren Lebensunterhalt bestreitet sie durch ihre Berufstätigkeit als Ergotherapeutin in eigener Praxis in Kiel.
Wer leicht verständlich etwas über Buddhismus erfahren möchte kann sich durch ihre praktische, frische und lebensnahe Art des Vortragens inspirieren lassen.

Leitung Michaela Fritzges
Termin Freitag, 19.03.2021, 20:00 – 22:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Visbek, Heimatverein Visbek e.V. Rechterfelder Straße 1

Umwelt

1400

Selbstversorger-Garten

In diesem Kurs erhalten Sie hilfreiche Tipps, Tricks und Anleitungen, wie Sie einen Nutzgarten anlegen, pflegen und effektiv bestellen.

Leitung Stephan Tebbe
Termin Donnerstag, 04.03.2021, 17:00 – 18:30 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Vechta. Tebbe Gartencenter, Falkenrotter Straße 176

1401

Ökologische Landwirtschaft als Zukunftsmöglichkeit

Biolandbau ist keine Nischenlösung für wenige, der Markt für biologisch erzeugte Landwirtschaftsprodukte wächst und wächst! Außerdem schont nachhaltige Landwirtschaft Boden, Wasser und Luft. Karl-Heinz Hanken ist einer der wenigen Landwirte im Kreis Vechta, die auf biologische Landwirtschaft setzen. Seit nun schon 35 Jahren bietet er unter dem Dach des Bioland-Verbandes den traditionellen Mix aus Pflanzenbau und Tierhaltung. 1981 hat er den elterlichen Hof übernommen und von Anfang an biologisch bewirtschaftet; seit 1984 ist er über die EG-BIO-Mindeststandards hinaus Bioland-zertifiziert. Er sieht ökologische Landwirtschaft als Zukunftsmöglichkeit.
An diesem Abend wird Karl-Heinz Hanken von seiner Arbeit erzählen und über das Bioland-Konzept informieren.

Leitung Karl-Heinz Hanken
Termin Donnerstag, 06.05.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 8,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße

1402

Was ist solidarische Landwirtschaft? SoLaWi – der Wilhelminenhof in Bakum

Wie kann heute angesichts des globalen Super-Marktes eine bäuerliche, vielfältige Landwirtschaft erhalten bleiben, die gesunde, frische Nahrungsmittel erzeugt und die Natur- und Kulturlandschaft pflegt? In der Solidarischen Landwirtschaft (SoLaWi), die sich mehr und mehr verbreitet, tragen mehrere private Haushalte die Kosten eines landwirtschaftlichen Betriebs, wofür sie im Gegenzug dessen Ernteertrag erhalten. Durch den persönlichen Bezug zueinander erfahren sowohl die Erzeuger als auch die Verbraucher die vielfältigen Vorteile einer nicht-industriellen, marktunabhängigen Landwirtschaft. Bei Solidarischer Landwirtschaft (SoLaWi) werden die Lebensmittel nicht mehr über den Markt vertrieben, sondern fließen in einen eigenen, durchschaubaren Wirtschaftskreislauf, der von den Verbrauchern mit organisiert und finanziert wird. Solidarische Landwirtschaft fördert und erhält so eine bäuerliche und vielfältige Landwirtschaft, stellt regionale Lebensmittel zur Verfügung und ermöglicht Menschen einen neuen Erfahrungs- und Bildungsraum.
Angelika Balz stellt an diesem Abend ihren Wilhelminenhof und das SoLaWi-Konzept vor.

Eine Besichtigung des Wilhelminenhofs kann verabredet werden.

Leitung Angelika Balz
Termin Mittwoch, 28.04.2021, 19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 12,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

1403

Kräuterwanderung im Frühjahr

Gerade jetzt im Frühjahr freut uns das wachsende Grün besonders. Ein Blick auf den Boden zeigt die unglaubliche Vielfalt von Wildkräutern entlang von Feldern, Straßen, Wäldern. Wir laufen „eine kleine Runde“ um den Sonnenhof und suchen gemeinsam Kräuter, es gibt Informationen zu Mythologie, Verwendung und Geschichten zu den Wildkräutern die wir finden. Zum Abschluss gibt es noch einen kleinen kulinarischen „Wildkräutergenuss“ und Literaturtipps zum Thema Heilkräuter und Wildkräuter.
Bitte an geeignete Bekleidung denken.

Leitung Melanie Friedenberger-Traidl
Termin Samstag, 08.05.2021, 15:00 – 17:15 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Deindrup, Lebens- und Arbeitsgemeinschaft Sonnenhof, Schwichteler Straße 43

Weitere Informationen zur Dozentin finden Sie unter **natur-kraeuterwerkstatt.com**

1404

Das Nachhaltigkeitskonzept des Sonnenhofs

Die Lebens- und Arbeitsgemeinschaft Sonnenhof e.V. ist eine kleine sozialtherapeutische Einrichtung für erwachsene Menschen mit unterschiedlichem Unterstützungsbedarf. Die biologisch-dynamisch betriebene Landwirtschaft ist ein Teilbereich der anerkannten Werkstatt für Menschen mit Behinderung.
Die Beschäftigten der Sozialen Landwirtschaft pflegen mit rund 200 Schafen ein Naturschutzgebiet. Unsere Naturschutzflächen bieten durch ihre Gräser- und kräuterreiche Kulturlandschaft einen optimalen Lebensraum für die Vogelwelt. Auch die Insekten, wie Heuschrecken, Libellen, Schmetterlinge und Käfer werden durch die Beweidung mit einer Schafherde gefördert und erhalten.
Wir betreiben Wolfschutz mit unseren Pyrenäenberghunden, welche als Herdenschutzhunde ganzjährig mit unseren Schafen auf den Weideflächen sind. Zudem leben auf dem Sonnenhof Legehennen und Longhorn-Rinder. Der Sonnenhof bewirtschaftet ca. 50 ha Grünland und 7ha Ackerland unter dem Aspekt der Nachhaltigkeit.

Leitung Konrad Traidl
Termin Mittwoch, 19.05.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 12,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

1405

Wertvoll leben ohne Plastik

Klimawandel, Feinstaubalarm, riesige Müllteppiche und unglaubliche Mengen an Mikroplastik in den Meeren, Gifte in Kleidung und hormonverändernde Weichmacher in unseren Nahrungsmitteln - das kann nicht unsere Zukunft sein.
Birgitta Bolte aus Rheine hat sich Anfang 2017 mit ihrer Familie und zwei Kindern auf ihren Weg aus der müllbeladenen Konsumwelt gemacht. Sie vermeidet Plastik, wo immer es möglich ist, und arbeitet an dem (Fern-)Ziel, keinen Müll zu produzieren (Zero Waste).
Die Umstellung auf ein plastikfreies Leben erfolgt in vielen kleinen Schritten - und jedes Familienmitglied entscheidet selbst, wie weit er/sie gehen möchte. „Unser Plastikfasten betrifft alle Lebensbereiche: Einkaufen, Ernährung, Haus-

halt, Kleidung, Körperpflege, Einrichtung, Schenken, Büro, Schule, Urlaub - wir möchten ressourcenschonend leben und unseren ökologischen Fußabdruck so klein wie möglich halten."
Doch wie und wo fängt man an? Wo kaufe ich dann noch ein? Wie funktioniert plastikfreie Körperpflege? Womit wasche und putze ich? Was kostet das alles? Und: Schränke ich mich damit nicht unglaublich ein? Diese und viele weitere Fragen beantwortet die Referentin an diesem Abend.

Leitung Birgitta Bolte
Termin Mittwoch, 21.04.2021, 18:30 – 20:00 Uhr
Gebühr 12,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

1407

Bastlertreff „Elektronische Kleingeräte" Reparieren statt Wegwerfen

Willi Frühling, ehemals Akademischer Rat an der Universität Vechta, hat ein Faible für elektronische Kleingeräte. Seit vielen Jahren studiert, untersucht und repariert er sie. Gleichgesinnte Elektrofreaks und solche, die es werden wollen, sind zu diesem Treffen eingeladen. Es gibt die Möglichkeit zum Austausch über Themen der Elektronik. Auch Schüler*innen sind herzlich eingeladen. Das Ziel des Treffens ist, für den nachhaltigen Umgang mit Elektrogeräten zu sensibilisieren. Ggf. kann ein Bastlertreff eingerichtet werden.

Leitung Willi Frühling
Termin Donnerstag, 11.03.2021, 18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr 5,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

1408

Hof Wendbüdel in Prinzhöfte – Naturschutz mittels Landwirtschaft – Bildvortrag

Der Hof hat Geschichte. Wendbüdel ist Plattdeutsch und bedeutet Wendebeutel, denn hier gab es im 18. Jahrhundert eine Zollstation, an der Reisende Abgaben zahlen, also ihre Taschen „wenden" und damit leeren mussten. Heute ist er unbedingt einen Ausflug wert, nicht nur wegen seiner Schönheit, sondern auch wegen seines Konzeptes. Der BUND Niedersachsen hat 2002 den 140 ha umfassenden Hof Wendbüdel gekauft, um hier wirtschaftlichen Naturschutz zu betreiben. Traditionelle Kulturlandschaft und Feuchtgrünland sollen erhalten werden, ohne dass die dafür erforderlichen Maßnahmen ein ständiges Zuschussgeschäft sind. Wie das gehen kann, erklärt der Dozent.

Leitung Dr. Wulf Carius
Termin Donnerstag, 11.03.2021, 18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr 12,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Wie stellen Sie sich einen Kurs / eine Veranstaltung in der Zukunft vor?

„Multikulturell, online Workshops."

(w, 34 Jahre)

HIGHLIGHT

1406

Zero Waste im Familienalltag

Im Alltag einer Familie mit Kindern oder Jugendlichen fallen oftmals Berge von Müll an. Verpackungen stellen den Löwenanteil dar, doch auch viele andere Dinge werden schnell weggeworfen und ersetzt. Das „Zero-Waste-Konzept" stellt sich diesem verschwenderischen Konsum entgegen. Wie können wir unseren Müll reduzieren? Gibt es Regeln, die uns leiten können? Wie und wo können wir verpackungsfrei einkaufen? Was können wir schnell und einfach selbst herstellen?
Birgitta Bolte lebt mit ihrer vierköpfigen Familie nach dem „Zero-Waste-Prinzip". „Wir kaufen nur das, was wir wirklich (ver-)brauchen. Mit diesem minimalistischen Lebensstil kaufen wir automatisch weniger und vor allem gezielter ein. Denn wenn wir nur noch wenige Dinge besitzen, die uns dafür aber sehr gut gefallen, gehen wir mit diesen auch sorgfältiger um und entscheiden uns für Dinge mit langer Lebensdauer."
Unter dem Motto „Wertvoll leben ohne Plastik" sucht Birgitta Bolte in allen Lebensbereichen nach Wegen, um Müll und Plastik zu vermeiden, wo immer es möglich ist. Dass Vieles möglich ist, lässt sich allein daran erkennen, dass die Familie im gesamten Jahr 2019 nur drei gelbe Säcke gefüllt hat.

An diesem Abend erzählt Birgitta Bolte aus ihrem reichen Erfahrungsschatz und gibt alltagstaugliche Tipps.

Leitung Birgitta Bolte
Termin Mittwoch, 17.02.2021, 19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 12,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Monkey Business Images / Shutterstock.com

Gesellschaft / Kultur / Umwelt

1409

Regenerative Landwirtschaft

Joost Böckmann ist 25 Jahre alt, ausgebildeter Landwirt und Bachelor of Science der Forstwissenschaften und Waldökologie. Seit seiner Kindheit war es sein Traum, den familiären landwirtschaftlichen Betrieb, welcher bis heute seit 40 Jahren verpachtet war, wieder selbst zu bewirtschaften. Als zukünftige Bewirtschaftungsform hat er für sich die Regenerative Landwirtschaft ausgesucht. Unter dieser Bewirtschaftungsform können viele unterschiedliche Betriebszweige aus der Tierhaltung und Pflanzenproduktion vereint werden. Diese Form der Nahrungsmittelerzeugung zielt auf die Wiederherstellung leistungsfähiger Ökosysteme ab. Die Verbesserung der Böden, der Luft, der regionalen Wasserhaushalte und die Wirtschaftlichkeit der Betriebe stehen im Vordergrund. Unter anderem durch Permakultur und Agroforstwirtschaft soll auf dem Betrieb Böckmann die künstliche Trennung von Land- und Forstwirtschaft aufgehoben werden.
Bei diesem Vortrag geht es um die Umsetzung der Perspektiven des jungen Betriebsleiters, der mit seiner Umstellung am Anfang steht.

Leitung Joost Böckmann
Termin Dienstag, 11.05.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

1410

Paludikultur - nachhaltige Bewirtschaftung organischer Böden

Paludikultur ist die land- oder forstwirtschaftliche Nutzung nasser und wiedervernässter organischer Böden. Voraussetzung ist, dass der Wasserstand ganzjährig nahe der Bodenoberfläche gehalten und der Boden nicht gestört wird. Dadurch wird zum einen der Torfkörper erhalten oder sogar neuer Torf gebildet und zum anderen die Freisetzung von Treibhausgasen minimiert. Paludikultur stellt somit die einzige nachhaltige und klimaneutrale Nutzungsform der Moorböden dar. Gleichzeitig können nachwachsende Rohstoffe produziert und damit fossile Rohstoffe ersetzt werden. Noch fehlen allerdings große Absatzmärkte für die Produkte. Produktketten müssen zum größten Teil neu entwickelt werden. Hinzu kommen Hemmnisse, wie z.B. die für die Paludikultur ungünstigen politischen und förderpolitischen Rahmenbedingungen auf EU-, Bundes- und Landesebene. Dies könnte sich aber in den kommenden Jahren ändern, da eine nachhaltige Bewirtschaftung dieser Böden politisch, gerade aus Klimaschutzgründen, gewollt ist.
In dem Vortrag wird auf die unterschiedlichen Aspekte der Paludikultur eingegangen.

Leitung Dr. Colja Beyer
Termin Dienstag, 16.02.2021, 18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr 5,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Kultur

1500

Literaturkreis

Der Kurs richtet sich an alle, denen das reine Lesen nicht genug ist und die sich mit Freude und Elan an einer regen Diskussion über Literatur beteiligen wollen. Die Teilnehmer treffen sich immer am 1. Dienstag im Monat. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen.
Der Titel des Buches wird rechtzeitig vor Kursbeginn bekannt gegeben.

Leitung Dozententeam
Termin Dienstag, 12.01.2021, 20:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 02.02.2021, 20:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 02.03.2021, 20:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 13.04.2021, 20:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 04.05.2021, 20:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 01.06.2021, 20:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 06.07.2021, 20:00 – 21:30 Uhr
Gebühr 25,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Pralinen und Wein, das muss sein!

Sie sind ein richtiger „Genuss-Mensch?“ Dann lassen Sie sich von uns bei schönem Wein mit dazu abgestimmten Pralinen verwöhnen. Sie erfahren an diesem Abend, was es mit der belgischen Schokoladenkultur auf sich hat und erweitern dabei Ihren Geschmackshorizont.
Die Pralinen und die Weine in Probiergläsern sind im Preis inbegriffen!

1501

Pralinen und Wein, das muss sein!

Leitung SchokoLaden DeSchutter GmbH, Hannelore De Schutter
Termin Freitag, 15.01.2021, 20:00 – 21:30 Uhr
Gebühr 35,00 €
Ort Visbek, Hotel „Visbeker Deern“, Rechterfelderstraße 11

1502

Pralinen und Wein, das muss sein!

Leitung SchokoLaden DeSchutter GmbH, Hannelore De Schutter
Termin Freitag, 09.04.2021, 20:00 – 21:30 Uhr
Gebühr 35,00 €
Ort Visbek, Hotel „Visbeker Deern“, Rechterfelderstraße 11

dotshock / Shutterstock.com

Ist die Mindestteilnehmeranzahl **5 Tage vor Kursbeginn** nicht erreicht, müssen wir den Kurs leider absagen. **Melden Sie sich rechtzeitig an!**

Gesellschaft / Kultur / Umwelt

1503

Belgischer Abend: „Where Beer meets Chocolate!“

Belgien ist das Land der 1000 Biersorten und der Schokolade! Wie wunderbar diese zwei Komponenten zusammen harmonieren und was es mit der belgischen Bier- und Schokoladenkultur auf sich hat, das erfahren Sie an diesem Abend.
Die Schokolade und die Biere in Probiergläsern sind im Preis inbegriffen.

Leitung SchokoLaden DeSchutter GmbH, Hannelore De Schutter
Termin Freitag, 12.02.2021, 20:00 – 21:30 Uhr
Gebühr 35,00 €
Ort Visbek, Hotel „Visbeker Deern“, Rechterfelderstraße 11

1504

Vorankündigung Lesung: Wein & Schokolade im Hotel „Visbeker Deern“

Ein süffig, sinnlich, bunter Abend und eine literarische Reise durch die Welt des Rebensafts und der süßen Verführung. Dabei unterhalten Sie satirische, nachdenkliche und genüssliche Geschichten, die sich alle um diese faszinierende Paarung von Alkohol und Kakaopflanze drehen, manchmal zartbitter und lieblich, manchmal fruchtig und trocken. Dazu reichen wir Ihnen ein Glas Wein und kleine Häppchen rund um das Thema Schokolade.

Leitung Stephanie Trapp
Termin Freitag, 10.12.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 30,00 €
Ort Visbek, Hotel „Visbeker Deern“, Rechterfelderstraße 11

1505

Buen Camino: Meine Pilgerreise auf dem spanischen Jakobsweg

Vor wenigen Jahren war der Jakobsweg noch ein Geheimtip und „nur“ etwa 10.000 Pilger gingen ihn zur Jahrtausendwende. Heute sind es über 200.000 Menschen, die sich jährlich auf den hochmittelalterlichen Pilgerpfad machen. Pilgern ist wieder „in“ und der Jakobsweg nach Santiago de Compostela ganz besonders. Dank der guten Infrastruktur mit exzellent markierten Wegen und vielen Pilgerherbergen ist der Jakobsweg ein idealer Fernwanderweg für alle, die heute das Abenteuer einer langen Reise zu Fuß erleben möchten. Dazu kommen die Begegnungen und der Austausch mit den Mitwanderern, die alle das gleiche Ziel haben, aber ganz unterschiedliche Gründe, es zu verfolgen. Am intensivsten ist die Begegnung mit sich selbst, die Erfahrung eigener Geschwindigkeit, eigener Stärken und Grenzen.
Aus den Erlebnissen seiner Pilgerreise auf dem Jakobsweg von über 800 km von Saint-Jean-Pied-de-Port nach Santiago de Compostella hat Horst Geers einen Bildervortrag zusammengestellt. In zweieinhalb Stunden erzählt er Ihnen von den Schönheiten des Weges. Dabei kommen neben der Geschichte und der Kultur des Jakobsweges die besonderen Momente mit sich selbst und den Menschen am Weg nicht zu kurz.

Leitung Horst Geers
Termin Mittwoch, 21.04.2021, 19:00 – 21:30 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Gefördert vom

Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie leben!

Partnerschaft
für Demokratie
Vechta

GEMEINSAM FÜR DEMOKRATIE UND VIELFALT IN VECHTA

Förderung von Initiativen und Bündnissen die sich
für Demokratie in Vechta einsetzen

KONTAKT:
JULIAN HÜLSEMANN-
PROJEKTKOORDINATION
TEL.: 04441 93778 24
MAIL:PFD@KVHS-VECHTA.DE

MEHR INFORMATIONEN BEI UNS
ODER UNTER
PFD-VECHTA.DE

jetzt mitmachen!

Pädagogik / Psychologie / Philosophie

Sabina Kramer
Tel.: 04441 / 93778-14
s.kramer@kvhs-vechta.de

Pädagogik / Psychologie / Philosophie

2001

Kinesiologie kennenlernen - Einführung und erste Schritte in die „Lehre der Bewegung“

In diesem Vortrag lernen Sie die Basis der kinesiologischen Arbeit kennen, vor allem das bewährte 5-Schritte-Lernmodell nach Dr. Paul E. Dennison. Es werden einige Methoden (z.B. Brain Gym, Touch for Health) inklusive praktischer Übungen vorgestellt. Diese werden Sie anschließend im Alltag sicher anwenden können. Kinesiologie ist eine Methode, die die körperliche, geistige und seelische Beweglichkeit fördern kann. Sie unterstützt Sie und Ihre Kinder, leichter zu lernen, sich besser zu konzentrieren oder gelassener mit Stress umzugehen. Genug Zeit ist außerdem für (gerne auch kritische) Fragen und Antworten.
Bitte mitbringen: Wasser als Getränk.

Leitung Christina Oberschmidt
Termin Montag, 08.02.2021, 18:30 – 20:45 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Alena Ozerova / Shutterstock.com

2002

Aufbauseminar: Machtvolles Auftreten für Frauen in der Politik – Anfeindungen in Wort und Tat entgegentreten / Kampfdialektiker verbal und nonverbal nichts durchgehen lassen

Wer schlagfertiger werden will, sollte sich nicht nur ein reichhaltiges Repertoire an entwaffnenden Antworten, überraschenden Gegenfragen und spitzfindigen Formulierungen zurechtlegen, sondern diese auch selbstsicher verkörpern können. Um unsachlichen oder sexistischen Verbalangriffen standzuhalten, sollte man den Sprachschatz erweitern und gleichzeitig den Selbstwert stärken. Erst, wenn wir unsere inneren Werte kennen, können wir sie auch glaubwürdig nach außen verkörpern. Werte bestimmen unser Verhalten und Verhalten wird zur Haltung.
Dieses Seminar schult die eigene Dialektik in Verbindung mit einer starken Körpersprache, um sich im verbalen Schlagabtausch nicht mehr das Zepter aus der Hand nehmen zu lassen. Gemeinsam werden Fallbeispiele analysiert und Konterstrategien in Rollenspielen trainiert.

Leitung Stephanie Trapp
Termin Samstag, 06.03.2021, 10:00 – 17:00 Uhr
Gebühr 40,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

2003

Resilienz- wie man mit der Corona- und anderen Krisen umgehen kann

Ein Virus bringt die Welt durcheinander, wirtschaftlich und gesellschaftlich, aber auch die ganz persönliche Welt eines jeden Einzelnen von uns. Was macht diese Krise mit uns und wie kann man mit ihr und anderen Krisen seelisch umgehen? Warum scheinen die einen sie mühelos zu bewältigen, während andere an ihnen zu zerbrechen drohen? Kann man solche Herausforderungen vielleicht sogar zum persönlichen Wachstum nutzen?
In diesem Seminar werden die individuellen Ressourcen betrachtet und Vorgehensweisen herausgearbeitet, die dabei helfen können, mit belastenden Situationen gelassener umzugehen. Es geht um die ganz persönlichen Strategien, mit denen man den vielseitigen privaten und beruflichen Belastungen des Alltags selbstbestimmter und gestärkter entgegentreten kann. Mit mehr Distanz, Gelassenheit und innerer Leichtigkeit.

Leitung Stephanie Trapp
Termin Samstag, 22.05.2021, 10:00 – 17:00 Uhr
Gebühr 80,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Welche Fähigkeiten sind speziell für Sie wichtig?

„Kinesiologie, life kinetik, Kommunikations-training“

(w, 37 Jahre)

Deliris / Shutterstock.com

2004

Bildungsurlaub

Authentisch kommunizieren in Alltag und Beruf

Berufliche Konflikte konstruktiv meistern und Diskussionen lösungsorientiert führen – durch körperorientierte Kommunikation!

Anerkannt nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (NBildUG)

Durch den Wandel der Arbeitswelt, steigen auch berufliche und private Herausforderungen. Sie als Arbeitnehmer*innen sind gefordert und müssen vermehrt Informationen aufnehmen. Hingegen wird die Chance zur Selbstreflexion geringer. Demgegenüber steht zunehmend der Wunsch der Kompetenzstärkung und Persönlichkeitsentwicklung, um leistungsfähig und gesund zu bleiben. In dieser Bildungsurlaubswoche werden Sie Ihre sozialen und kommunikativen Kompetenzen stärken, Ihre Selbstreflexion erweitern und authentisch sein. Sie werden erfahren, wie Sie lösungsorientiert Diskussionen führen, konstruktiv Konflikte lösen und dabei Sie selbst bleiben können.

Der Fokus dieser Woche liegt auf dem Embodied Communication Konzept von Marja Storch. Anhand dieser Theorie werden Sie eine bewusste, körperorientierte Kommunikation erlernen, die den Körper und die Gedanken zusammenbringt und Authentizität fördert. Die Tiere der Friesenlamas werden Jennifer Hein als „Co-Trainer“ unterstützen und Sie in ihrem Entwicklungsprozess begleiten. Lamas spiegeln direkt und ohne Wertung das Verhalten der Menschen und sind gewinnbringende Feedbackgeber. Mit Hilfe der Tiere können neue Denkweisen und Erfahrungen gefördert und alte Muster durchbrochen werden. Durch die tiergestützte Arbeit wird es Ihnen ermöglicht, ins Fühlen zu kommen und aktiv etwas zu verändern.

Inhaltlich erwarten Sie neben der Embodied Communication Theorie, weitere Kommunikations- und Rhetorikansätze, Neurowissenschaftliche Erkenntnisse zum Thema Resillienz, Gesundheitsförderung und Körperarbeit sowie eine Vielfalt an praktischen Übungen für Beruf und Alltag. Ein tiergestützter Bildungsurlaub für Arbeitnehmer*innen, die zukünftig konstruktiver kommunizieren und lösungsfokussierter Konflikten begegnen möchten, indem sie bewusst ihre Körpersprache einbeziehen.

Jennifer Hein nimmt Sie mit auf eine Erfahrungsreise hin zu Ihrer Authentizität. Als Soziologin M.A., Coach und Trainerin sowie Geschäftsführerin von Lamameer – Outdoortraining, Coaching und mehr (www.lamameer.com), schafft sie ganz neue Möglichkeiten der Persönlichkeitsentwicklung.

Anmeldeschluss/Stornierung: 30.04.2021

Leitung	Jennifer Hein	
Termin	Montag, 14.06.2021,	14:00 – 18:45 Uhr
	Dienstag, 15.06.2021,	09:00 – 20:00 Uhr
	Mittwoch, 16.06.2021,	09:00 – 17:45 Uhr
	Donnerstag, 17.06.2021,	09:00 – 20:00 Uhr
	Freitag, 18.06.2021,	09:00 – 12:00 Uhr
Gebühr	749,00 € (inkl. Übernachtung und Frühstück)	
Ort	Sankt Michaelsdonn. Friesen-Lamas, Hindorf 23	

Bitte denken Sie an die Umwelt und informieren Sie sich über mögliche Fahrgemeinschaften!

Pädagogik / Psychologie / Philosophie

2005

Vorankündigung: Selbstsichere Körpersprache besonders bei Stress und Konflikt

Ärgern Sie sich darüber, dass dominantes Verhalten anderer Sie immer wieder in die Ecke drängt, blendet oder gar mundtot macht? Wenn Sie in solchen Situationen gerne souveräner agieren und schlagfertiger kontern möchten, lohnt es sich mit Ihrem körpersprachlichen Statusverhalten auseinanderzusetzen. Denn die besten Antworten nützen nichts, wenn der Körper sie nicht souverän und authentisch unterstützt und Sie sich unbewusst im Tiefstatus und somit in der optischen Defensive präsentieren.
Für ein Auftreten im souveränen Hochstatus, ist es daher wichtig, wie wir innere Haltung, Stimme und Körper in Einklang bringen und uns gegenüber schwierigen Gesprächspartnern durchsetzen, sei es in Bewerbungsgesprächen, Vorträgen oder Konfliktsituationen.
In diesem Seminar lernen Sie durch diverse praktische Übungen, Ihre Stärken im Auftreten und Ihre personale Autorität kennen und können verbale und nonverbale Konterstrategien trainieren.

Leitung Stephanie Trapp
Termin Samstag, 25.09.2021, 10:00 – 17:00 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Welche Fähigkeiten sind speziell für Sie wichtig?

„Toleranz, Teamgeist, deeskalierende Gesprächsführung.“

(w, 34 Jahre)

Kurzvita Stephanie Trapp

© Bonnie Bartusch 2018

Stephanie Trapp ist klassisch ausgebildete Schauspielerin und arbeitete u.a. am Oldenburgischen Staatstheater und am Landestheater Erfurt. Auch die Schauspielpädagogik an gemeinbildenden Schulen und Universitäten, sowie Literarische Lesungen gehören zu ihrer künstlerischen Freiberuflichkeit. Seit 2011 ist sie als Coach für souveräne Körpersprache, wertschätzende Kommunikation und Präsentationstechniken im unternehmerischen Kontext tätig. **(www.diekunstderhaltung.de)**

ASDF_MEDIA / Shutterstock.com

Unsere Kursangebote erscheinen regelmäßig in der Tages- und Wochenpresse.
Bitte achten Sie auf die entsprechenden Veröffentlichungen.

60+ Senioren-bildung

Julian Hülsemann
Tel.: 04441/93778-24
j.huelsemann@kvhs-vechta.de

Gesellschaft 26
Technik 28

Gesellschaft

3001

Bestattung: Die letzten Dinge regeln

An diesem Nachmittag wollen wir Sie informieren über Kosten, Bestattungsarten und Vorsorge - Verträge für eine Beerdigung, denn vieles kann schon zu Lebzeiten besprochen und geregelt werden, damit der Wunsch des Verstorbenen auch erfüllt werden kann.

Leitung Marianne Rosenbaum
Termin Montag, 11.01.2021, 17:30 – 19:00 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Syda Productions / Shutterstock.com

Seniorenfrühstück Diakonie

Jeden 1. Donnerstag im Monat treffen sich Senioren zu einem Bildungsfrühstück. Das Seniorenfrühstück findet in Zusammenarbeit mit dem Diakonischen Werk Vechta statt. Die Treffen stehen jeweils unter einer bestimmten Thematik. Eine vorherige Anmeldung unter Telefon: 04441/9069110 ist erforderlich!

3002

Gesprächskreis

Leitung Margret Reiners-Homann, Giseltraud Voget
Termin Donnerstag, 04.02.2021, 9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Ev. Gemeindehaus, Marienstraße

3003

Besuch der Haltestelle des SKF

Leitung Stefanie Haring
Termin Donnerstag, 04.03.2021, 9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta. SkF Haltestelle, Kronenstraße

3004

Stuhlgymnastik

Leitung Marianne Baumgart
Termin Donnerstag, 01.04.2021, 9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Ev. Gemeindehaus, Marienstraße

3005

Geschichte der Schönheit - Schönheitsbilder im Wandel der Zeiten

Leitung Pfarrer Jürgen Schwartz
Termin Donnerstag, 06.05.2021, 9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Ev. Gemeindehaus, Marienstraße

3006

Pfingsten, das unbekannte Fest

Leitung Carsten Homann
Termin Donnerstag, 03.06.2021, 9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Ev. Gemeindehaus, Marienstraße

3007

Frühstück in der Manufaktur

Leitung Margret Reiners-Homann, Giseltraud Voget
Termin Donnerstag, 01.07.2021, 9:00 – 11:15 Uhr
Ort Vechta, Manufaktur, Große Straße

...und jetzt was Neues!? Qualifizierung zum Selbstgestalter

Sie sind im Ruhestand und suchen eine neue Aufgabe? Unser Anliegen ist, dass Sie mit Ihren Wünschen und Bedürfnissen in Berührung kommen und daraus die Zukunft entstehen lassen, die Sie gerne leben möchten. Nutzen Sie die gewonnene freie Zeit und werden Sie zum Selbstgestalter! Die Qualifizierung besteht aus drei Modulen. Bei jedem Termin geben wir in einem theoretischen Teil Informationen und Anregungen rund um das Thema Älterwerden. Im anschließenden praktischen Teil kommen wir in den Austausch und überlegen gemeinsam, was für Sie Ideen zum Selbstgestalten sein können.

1. Modul: Selbstgestalten - aber was?!
2. Modul: Von der Idee zum Plan
3. Modul: Das Vorhaben verwirklichen

3008

...und jetzt was Neues!? Qualifizierung zum Selbstgestalter

Leitung selbstgestALTER
Termin Beginn ist am Donnerstag, 11.02.2021, 3 Vormittage, jeweils donnerstags, 9:00 – 13:00 Uhr
Gebühr 15,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Welche Fähigkeiten sind speziell für Sie wichtig?

„Umgang mit iPads, Laptops und Online-Datenbanken bzw. Bibliotheken.“

(w, 54 Jahre)

Weiter mit Bildung!

Seniorenbildung

60+

Rawpixel.com / Shutterstock.com

3009

...und jetzt was Neues!? Qualifizierung zum Selbstgestalter

Leitung selbstgestALTER
Termin Beginn ist am Donnerstag, 10.06.2021, 3 Vormittage, jeweils donnerstags, 9:00 – 13:00 Uhr
Gebühr 15,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

3010

...und jetzt was Neues!? Qualifizierung zum Selbstgestalter

Leitung selbstgestALTER
Termin Beginn ist am Dienstag, 09.02.2021, 3 Vormittage, jeweils dienstags, 9:00 – 13:00 Uhr
Gebühr 15,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

3011

...und jetzt was Neues!? Qualifizierung zum Selbstgestalter

Leitung selbstgestALTER
Termin Beginn ist am Dienstag, 08.06.2021, 3 Vormittage, jeweils dienstags, 9:00 – 13:00 Uhr
Gebühr 15,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

3013

Kostenloses Stadtbus-Training für Seniorinnen und Senioren!

Der Termin wird rechtzeitig bekannt gegeben.
In Kooperation mit dem Seniorenbüro Vechta und dem Omnibusbetrieb Wilmering GmbH & Co. KG
Sie haben schon vom Stadtbus Vechta gehört, trauen sich aber noch nicht so recht, ihn zu nutzen? Sie kennen die Fahrpläne und Haltestellen nicht? Sie wissen nicht, wie das mit dem Rollator gehen soll? Wir helfen Ihnen mit einem kostenlosen Training. Gemeinsam üben wir das Busfahren, das Anhalten des Busses zwischen den Haltestellen und vieles mehr. Das Training bietet Gelegenheit, Sicherheit im Umgang mit dem Bus zu gewinnen, Fragen zu stellen und liefert viele nützliche Tipps. Bei einer Tasse Kaffee kommen wir ins Gespräch, danach geht‘s los.

Leitung Dozententeam
Termin Termin nach Absprache
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

HIGHLIGHT

3012

Auseinandersetzung mit dem Ruhestand. 7 Tage Sonntag – Traum oder Albtraum?

Sie wissen wovon ich spreche? Genau! Der Renteneintritt! Ein großer Wunsch ist es, endlich Ordnung in das persönliche Umfeld zu bringen. Genau hinschauen, wo der Blick früher eher nur drüber gehuscht ist und früher nie genug Zeit da war: ausmisten, wegschmeißen, Überflüssiges loswerden. Ein gutes Gefühl. Und dann?
Tauschen Sie sich aus, finden Sie Gleichgesinnte und erlangen Sie neues Wissen! Setzen Sie sich mit dem Ruhestand auseinander! Begleitet von den Gerontologinnen der selbstgestALTER.

Leitung selbstgestALTER
Termin Freitag, 29.01.2021, 10:00 – 12:00 Uhr
Freitag, 26.02.2021, 10:00 – 12:00 Uhr
Freitag, 26.03.2021, 10:00 – 12:00 Uhr
Freitag, 23.04.2021, 10:00 – 12:00 Uhr
Freitag, 28.05.2021, 10:00 – 12:00 Uhr
Freitag, 25.06.2021, 10:00 – 12:00 Uhr
Gebühr 3,00 € (pro Termin)
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

wavebreakmedia / Shutterstock.com

Technik

Die ersten Schritte mit dem eigenen Tablet

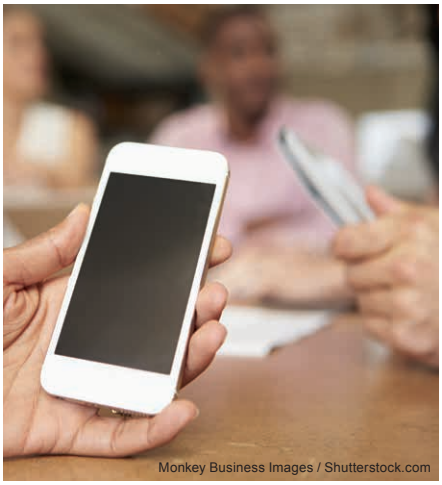
Ein Smartphone mit vielen Funktionen und Möglichkeiten gibt den Nutzern oft Rätsel auf.
Wenn Sie ohne Vorkenntnisse Ihr Gerät kennenlernen möchten, sind Sie in diesem Kurs richtig. Ihnen werden die wichtigsten Funktionen praxisorientiert erklärt, Schritt für Schritt werden Sie durch alle Einstellungen geführt und bekommen so ein Stück Sicherheit im Umgang mit moderner Technik. Schon nach kurzer Zeit surfen Sie im Internet, schreiben E-Mails und Kurznachrichten und bleiben so in noch engerem Kontakt mit Ihren Kindern und Enkelkindern überall auf der Welt. Sie arbeiten mit Ihrem eigenen Smartphone und können alle Einstellungen gleich an Ihrem Gerät vornehmen.

Bitte mitbringen: Smartphone, das dazugehörige Ladekabel, eventuelle Passwörter

3100

Die ersten Schritte mit dem eigenen Smartphone

Leitung Ruth Honkomp
Termin Beginn ist am Montag, 08.02.2021, 3 Vormittage, jeweils montags, 8:30 – 11:45 Uhr
Gebühr 50,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6



Monkey Business Images / Shutterstock.com

3101

Die ersten Schritte mit dem eigenen Smartphone

Leitung Ruth Honkomp
Termin Beginn ist am Mittwoch, 14.04.2021, 3 Vormittage, jeweils mittwochs, 8:30 – 11:45 Uhr
Gebühr 50,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Die ersten Schritte mit dem eigenen Tablet

Das eigene Tablet in kleinen Schritten und mit Muße kennenlernen. Dieser Einführungskurs soll Ihnen helfen, Ihr Tablet Schritt für Schritt kennen und lieben zu lernen. So erlangen Sie schon nach kurzer Zeit ein Stück Sicherheit im Umgang mit moderner Technik. Dieser Kurs ist speziell für Anfänger gedacht, die keinerlei Erfahrungen mit dem Tablet haben und daran interessiert sind, vormittags in aller Ruhe die Grundlagen sowie verschiedene Anwendungsmöglichkeiten langsam kennenzulernen und auszuprobieren. Sie arbeiten mit Ihrem eigenen Tablet und können alle Einstellungen gleich an Ihrem Gerät vornehmen.

Die Inhalte im Überblick:
- Bestandteile eines Tablets
- das Startmenü
- das Öffnen und Schließen von Apps
- das Internet mit seinen zahlreichen Möglichkeiten

Bitte mitbringen: Tablet, das dazugehörige Ladekabel, eventuelle Passwörter

3102

Die ersten Schritte mit dem eigenen Tablet

Leitung Ruth Honkomp
Termin Beginn ist am Montag, 08.03.2021, 3 Vormittage, jeweils montags, 8:30 – 11:45 Uhr
Gebühr 50,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

3103

Die ersten Schritte mit dem eigenen Tablet

Leitung Ruth Honkomp
Termin Beginn ist am Mittwoch, 26.05.2021, 3 Vormittage, jeweils mittwochs, 8:30 – 11:45 Uhr
Gebühr 50,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Interaktiver Smartphonekurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Entstanden durch die Zusammenarbeit von Praxis und Wissenschaft, kombiniert dieser Kurs die Erfahrungen aus unzähligen Angeboten für Technikinteressierte Senioren mit den Erkenntnissen aus aktuellen wissenschaftlichen Studien. Geeignet für Anfänger und Interessierte orientiert sich die Dozentin am Lernstand der Gruppe und gibt in den erweiterten Seminarzwischenräumen die Möglichkeit, auch zuhause aktiv mit dem Smartphone zu üben.

Den Teilnehmern ist es zudem möglich an einer Erhebung der Universität Vechta teilzunehmen, um während des Kurses von einem Studierenden der Universität begleitet zu werden.

Welche Weiterbildung / Veranstaltung / Kurse wünschen Sie sich für Ihre persönliche und / oder gesellschaftliche Weiterentwicklung?

„Umgang mit Medien / Smartphone, etc.“

(w, 62 Jahre)

Seniorenbildung

60+

3104

Interaktiver Smartphone Kurs Anfänger

Leitung Anne Harjes
Termin Mittwoch, 14.04.2021, 11:30 – 13:45 Uhr
Mittwoch, 28.04.2021, 11:30 – 13:45 Uhr
Mittwoch, 12.05.2021, 11:30 – 13:45 Uhr
Mittwoch, 26.05.2021, 11:30 – 13:45 Uhr
Mittwoch, 09.06.2021, 11:30 – 13:45 Uhr
Gebühr 60,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

3105

Interaktiver Smartphone Kurs für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen

Leitung Anne Harjes
Termin Mittwoch, 14.04.2021, 15:00 – 17:15 Uhr
Mittwoch, 28.04.2021, 15:00 – 17:15 Uhr
Mittwoch, 12.05.2021, 15:00 – 17:15 Uhr
Mittwoch, 26.05.2021, 15:00 – 17:15 Uhr
Mittwoch, 09.06.2021, 15:00 – 17:15 Uhr
Gebühr 60,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

3106

Interaktiver Smartphone Kurs Fortgeschrittene

Leitung Anne Harjes
Termin Mittwoch, 14.04.2021, 17:30 – 19:45 Uhr
Mittwoch, 28.04.2021, 17:30 – 19:45 Uhr
Mittwoch, 12.05.2021, 17:30 – 19:45 Uhr
Mittwoch, 26.05.2021, 17:30 – 19:45 Uhr
Mittwoch, 09.06.2021, 17:30 – 19:45 Uhr
Gebühr 60,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

3107

Computer oder Laptop, Internet & Co. am Vormittag

Den eigenen Computer in kleinen Schritten und mit Muße kennenlernen.
Dieser Einführungskurs soll Ihnen helfen, Ihren Computer kennen und lieben zu lernen, die moderne Technik nicht als Feind, sondern als Freund zu betrachten. Er ist speziell für Anfänger gedacht, die keinerlei Erfahrungen mit dem Computer haben und daran interessiert sind, vormittags in aller Ruhe die Grundlagen sowie verschiedene Anwendungsmöglichkeiten langsam kennen zu lernen und auszuprobieren.
Die Inhalte im Überblick:

- Bestandteile eines Computers und das Betriebssystem Windows
- Übungen mit der Maus und der sicherer Umgang mit der Tastatur
- das Startmenü
- das Öffnen und Schließen von Programmen
- Dateiorganisation mit Ordnern und Fenstern
- das Internet mit seinen zahlreichen Möglichkeiten
- einfache E-Mails verschicken und empfangen
- einfache Texte erstellen mit WORD

Leitung Dr. Holger Morawietz
Termin Beginn ist am Donnerstag, 15.04.2021, 6 Vormittage, jeweils donnerstags, 8:30 – 11:45 Uhr
Gebühr 80,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

3108

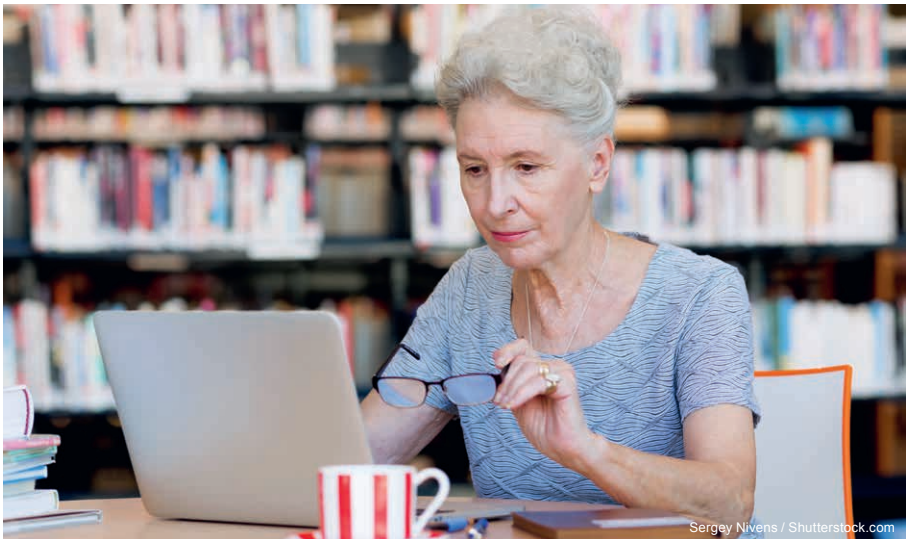
Computer oder Laptop, Internet & Co. am Vormittag Vertiefung

Den eigenen Computer in kleinen Schritten und mit Muße kennenlernen.
Der Besuch eines Grundlagenkurses ist hilfreich, aber keine Voraussetzung, denn auch andere Einsteiger mit wenigen Grundkenntnissen sind willkommen. Die Wünsche der Teilnehmenden werden bei den geplanten Inhalten besonders berücksichtigt. Folgende Themen werden behandelt:

- Ausführliche Wiederholung der Grundlagen zum Computer
- E-Mail-Programme
- Textverarbeitungsprogramm WORD
- Präsentationsprogramm POWER-POINT
- Rechen- und Grafikprogramm EXCEL
- Ausführliche Wiederholung der Grundlagen zum Internet
- Effektive Recherchen im Internet
- Empfehlenswerte Homepages im Internet

Leitung Dr. Holger Morawietz
Termin Beginn ist am Donnerstag, 03.06.2021, 4 Vormittage, jeweils donnerstags, 8:30 – 11:45 Uhr
Gebühr 60,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!


Sergey Nivens / Shutterstock.com

3109

Die Cafésurfer Internetcafé für Senioren

In den Räumen der Kreisvolkshochschule treffen sich an jedem Freitagnachmittag Senioren, die über sich selbst und ihre Gruppe sagen: „Wir Cafésurfer wollen geistig fit bleiben, mit der Zeit gehen, damit wir mit den Enkeln und der ganzen Welt in Kontakt bleiben können. Frei nach dem Motto: Wer rastet, der rostet!“ Die Gruppe ist offen für neue Teilnehmer und auch für Besuche von älteren Ratsuchenden, die sich Unterstützung im Umgang mit PC und Internet wünschen. Da jedoch nur eine bestimmte Anzahl an EDV-Plätzen zur Verfügung steht, erfragen Sie bei Interesse bitte in der Geschäftsstelle der KVHS, ob ein Platz frei ist. Online: www.cafesurfer.de

Leitung Dozententeam
Termin Beginn ist am Freitag, 15.01.2021, 13 Termine, jeweils freitags, 14:00 – 18:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Weitere Kurse finden Sie im Fachbereich „Gesundheit/gesunde Ernährung/ Sport“

3110

PC-Workshop für Senioren

Organisiert wird dieser Kurs für eine Gruppe von interessierten Computer-Nutzern unter dem Motto: Senioren helfen Senioren. Der Gruppe wird die Möglichkeit geboten, sich mit ihren Notebooks vertraut zu machen, wobei es nicht nur um eine technische Medienkompetenz geht, sondern auch um die sinnvolle Nutzung im Lebensalltag. Dabei bestimmen die Teilnehmer die Inhalte selbst. In den 90 Minuten können zum Beispiel ausgewählte Themen der Textbearbeitung anhand von kleinen praktischen Anwendungen besprochen werden.

Dazu kommen Themen wie Senden und Empfangen von E-Mails mit und ohne Anhang und die Verwendung von E-Mail-Programmen auf dem eigenen Notebook, Surfen mit effektiven Suchstrategien in unterschiedlichen Suchmaschinen, der Online-Einkauf mit Preisvergleich, Shop-Suche und Bezahlmöglichkeiten, die Nutzung von „Social Media“ (Facebook, Twitter), Skype sowie die Nutzung des mobilen Internets. Ganz nebenbei können Sie nicht nur allgemeine Tricks und Kniffe im Umgang mit dem eigenen Laptop kennenlernen, sondern auch alle Einstellungen nach Hause mitnehmen.

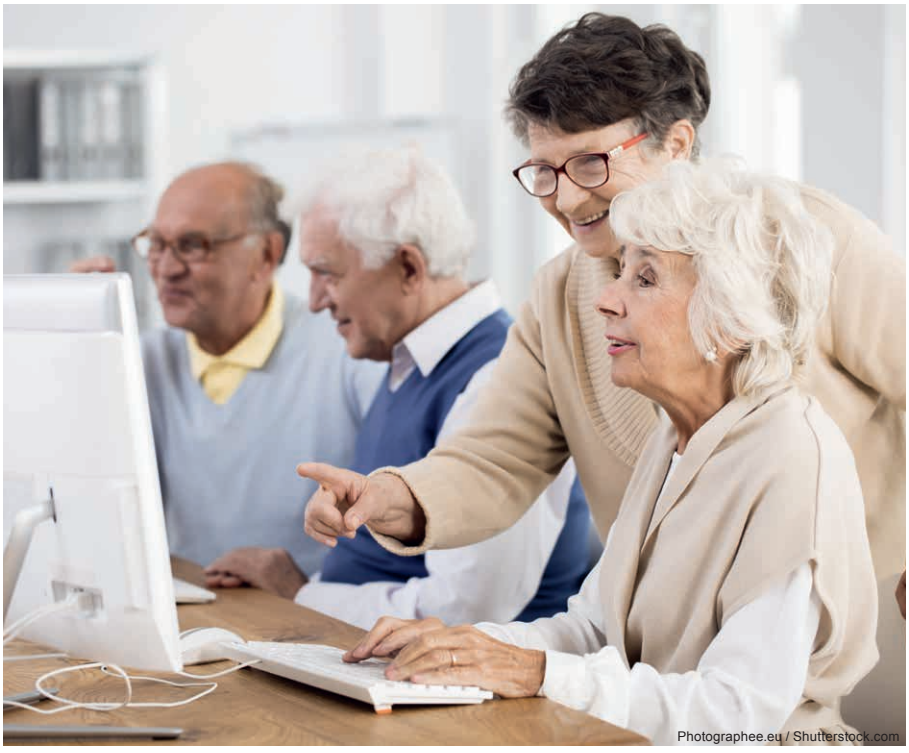
PC-Grundkenntnisse und ein eigener Laptop sind Voraussetzung zur Teilnahme!
Bitte mitbringen: Laptop und Ladekabel
Voraussetzungen: PC-Grundkenntnisse

Leitung Eduard Voelcker
Termin Beginn ist am Freitag, 15.01.2021, 7 Nachmittage, jeweils freitags, 16:00 – 17:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Was wünschen sie sich von der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. als Einrichtung der Erwachsenenbildung?

„Mehr Angebote für alte Menschen.“

(w, 54 Jahre)



Photographee.eu / Shutterstock.com

Eine Bitte!

Wenn Sie dieses Programmheft nicht mehr benötigen, geben Sie es bitte an Freunde oder Bekannte weiter. Vielleicht freuen sie sich darüber!

Welche Weiterbildung / Veranstaltung / Kurse wünschen Sie sich für Ihre persönliche und / oder gesellschaftliche Weiterentwicklung?

„Kommunikation/ Selbstsicherheit!“

(w, 56 Jahre)

Universität Vechta
University of Vechta

VECHTA

Digital Kompass

vhs
Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.

„DAS DIGITAL-TANDEM“

GENERATIONEN LERNEN VONEINANDER

STUDENTEN UNTERSTÜTZEN SENIOREN BEIM LERNEN

Smartphone Tandem

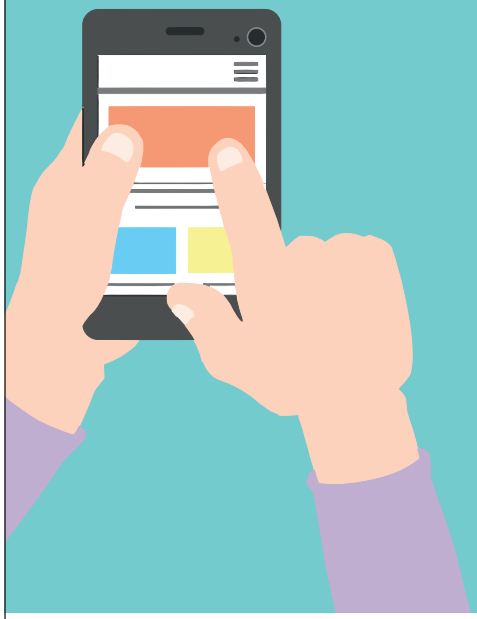
Weitere Informationen und Anmeldung zum Forschungsprojekt

telefonisch unter +49 4441 15 186 (10-20 Uhr, Mo - Fr) oder

per Email an Smartphone-Tandem@uni-vechta.de

DIGITAL-KOMPASS STANDORT VECHTA

Bei Fragen rund um die digitale Welt



Die lokalen Standorte des Digital- Kompass unterstützen mit Projekten, Kursen und Beratung ältere Menschen im Umgang mit digitalen Medien.

Mehr Informationen bei uns oder unter www.digital-kompass.de

vhs Kreisvolkshochschule Vechta e.V.

Digital Kompass

Familientreff

Miriam Nost
Tel.: 04441 / 93778-20
familientreff@kvhs-vechta.de

Franziska Bröring
Tel.: 04441 / 93778-20
familientreff@kvhs-vechta.de

Vorträge / Angebote für Eltern und Interessierte 34

Angebote für Eltern und Kinder 38

Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche 50

Vorträge / Angebote für Eltern und Interessierte

4001

Wir bekommen ein Kind – allgemeine Leistungen während und nach der Schwangerschaft In Kooperation mit der BARMER Vechta

Mit Kindern wird vieles anders. Vor werdenden Eltern liegt eine Zeit großer Veränderungen. In diesem Lebensabschnitt kommen verschiedene Formalitäten neu auf Eltern zu. Darunter sind die Vortragsthemen Mutterschaftsgeld, Elterngeld/Elternzeit, Leistungen während und nach der Schwangerschaft und Kindergeld, die an diesem Abend besprochen werden.

Leitung Martin Horstmann
Termin Dienstag, 16.03.2021, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4002

Geburtsvorbereitungskurs

Jeder Kurs beinhaltet Entspannungsübungen, Gespräche über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett, Neugeborene und Stillen, Atemtechnik sowie Press- und Gebärpositionen. Nach Absprache ist ein Partnerabend inklusive. Anmeldungen so früh wie möglich bei der Hebamme Stefanie Dwertmann unter 0170/2606800. Weiterführende Informationen sind ebenfalls dort erhältlich.

Leitung Stefanie Dwertmann
Termin Beginn ist am Montag, 11.01.2021, 5 Abende, jeweils montags, 19:15 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen.
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Stillvorbereitungskurs

Diese Kurse vermitteln das notwendige Grundwissen für einen guten Stillstart. Vom ersten Anlegen, den verschiedenen Stillpositionen über Tipps und erster Hilfe bei Problemen bis hin zur Ernährung in der Stillzeit, erhalten Sie hier wertvolle Informationen. Viele Anfangsschwierigkeiten können so schon vorab verhindert werden und Sie können in Ihren Entscheidungen gestärkt werden.

4003

Stillvorbereitungskurs

Leitung Stephanie Triemer
Termin Montag, 25.01.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4004

Stillvorbereitungskurs

Leitung Stephanie Triemer
Termin Montag, 15.02.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4005

Stillvorbereitungskurs

Leitung Stephanie Triemer
Termin Montag, 08.03.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4006

Stillvorbereitungskurs

Leitung Stephanie Triemer
Termin Montag, 19.04.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4007

Stillvorbereitungskurs

Leitung Stephanie Triemer
Termin Montag, 10.05.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4008

Stillvorbereitungskurs

Leitung Stephanie Triemer
Termin Montag, 21.06.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 3,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

FamVeld / Shutterstock.com

4009

Ausbildung zur Stillberaterin

Sie haben eigene Stillerfahrung? Sie wollen anderen Müttern ehrenamtlich Hilfe zur Selbsthilfe geben, das Handwerkszeug erhalten, um eine Stillgruppe zu leiten und ihr Wissen übers Stillen erweitern und ein Zertifikat erwerben? Dann werden Sie Stillberaterin bei der Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen (AFS). Mit der Ausbildung zur Stillberaterin bietet die AFS ihren Mitgliedern eine qualitativ hochwertige Weiterbildung an, die mit einer schriftlichen Prüfung zum Erwerb eines Zertifikates abschließt.

Leitung Dozententeam
Termin Samstag, 06.03.2021, 9:30 – 17:30 Uhr
Sonntag, 07.03.2021, 9:30 – 17:30 Uhr
Samstag, 08.05.2021, 9:30 – 17:30 Uhr
Sonntag, 09.05.2021, 9:30 – 17:30 Uhr
Gebühr Die Kursgebühr finden Sie unter www.afs-stillen.de
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Anmeldungen sind nur über den AFS Bundesverband e.V. möglich. Die Teilnahmebedingungen mit der Kostenaufstellung und den Rücktrittsbedingungen finden Sie unter www.afs-stillen.de Geschäftsstelle, AFS Bundesverband e.V., Muhrenkamp 87, 45468 Mülheim a. d. Ruhr, geschaeftsstelle@afs-stillen.de, Tel.: 0208/ 38540024

Familientreff

4010

Schwangerschaft, Geburt und erstes Lebensjahr: Die Bedeutung von Nährstoffen und eines gesunden Darms für Mutter und Kind

In diesem Vortrag erfahren Sie, warum der Darm nicht nur wichtig für die Verdauung ist, sondern auch für das Immunsystem. Es wird einen Austausch darüber geben, was Mütter bzw. Familien für ihre Neugeborenen tun können, um eine optimale Versorgung sicher zu stellen.
Folgende Themenkomplexe werden besprochen: Die Auswirkung einer intakten und schützenden Darmflora der Mutter während der Schwangerschaft auf die Gesundheit des Säuglings; die Minimierung von Koliken, Verdauungsbeschwerden, Allergien, Neurodermitis, Asthma, etc. durch einen intakten Darm. Darüber hinaus bietet Ihnen der Vortrag Informationen zu wichtigen Nährstoffen, die Dispositionen für spätere Erkrankungen positiv beeinflussen können. Unter anderem werden die Nährstoffe Vitamin D, Omega 3, Jod und Selen vorgestellt.

Leitung Nicole Pille
Termin Donnerstag, 11.02.2021, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4011

Mein Baby im 1. Lebensjahr Ein Angebot für Schwangere, junge Eltern und Interessierte

Im Mittelpunkt des Abends steht die allgemeine Säuglingspflege wie Wickeln, Waschen, Baden, Kleiden von Babys sowie die Ernährung im ersten Lebensjahr. Daneben werden wir uns mit einer sicheren Schlafumgebung beschäftigen und Sie erhalten Tipps für ruhige Nächte.

Leitung Kerstin Mähler
Termin Dienstag, 11.05.2021, 19:00 – 21:30 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4012

Wickeln verbindet – Stoffwindel-Infoabend Ein Angebot für Schwangere, junge Eltern und Interessierte

An diesem Abend werden die ökologischen und finanziellen Aspekte von Stoffwindeln betrachtet. Sie erfahren vieles über die verschiedenen Materialien und deren Eigenschaften. Es gibt Informationen zur Lagerung, dem Waschen und dem Umgang mit diesen Windeln. Die verschiedenen Systeme und Falttechniken von Stoffwindeln werden vorgestellt und können von ihnen an einer Puppe ausprobiert werden.
Eine individuelle Beratung für Interessierte kann mit der Dozentin vereinbart werden.

Leitung Saskia von dem Berge
Termin Montag, 19.04.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 7,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4013

Rückbildungskurs

Der Rückbildungskurs ist ein fortlaufender Kurs, der frühestens 8 Wochen nach der Entbindung besucht werden kann. Die Kosten von 10 Terminen übernimmt die Krankenkasse.
Anmeldungen sind direkt nach der Geburt bei der Hebamme Stefanie Dwertmann unter 0170/2606800 möglich. Weiterführende Informationen sind ebenfalls dort erhältlich.
Ihre Kinder können Sie gerne mitbringen.
Bitte mitbringen: Handtuch und Getränke für den Eigenbedarf
Zielgruppe: Frauen, ab 8 Wochen nach der Entbindung

Leitung Stefanie Dwertmann
Termin fortlaufend ab Mittwoch, 13.01.2021, 8:40 - 9:40 Uhr
Gebühr Die Kosten für 10x werden von den Krankenkassen übernommen.
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Beikost - Ernährung für Kinder nach dem 4. Monat

Der Säugling braucht ab etwa einem halben Jahr mehr als nur Milch. Aus diesem Grund wird frühestens ab dem 5. Monat die Beikost eingeführt. An diesen Abenden wird erläutert, in welchen Schritten sich die Ernährung des Kindes über die Beikost hin zur festen Mahlzeit verändern kann. Es werden einige Breie (sofern möglich) praktisch zubereitet und möglichst viele Fragen zur Beikost geklärt.

4014

Beikost

Leitung Kerstin Riecken
Termin Montag, 18.01.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 8,00 €, zzgl. Lebensmittelumlage
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4015

Beikost

Leitung Kerstin Riecken
Termin Mittwoch, 14.04.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 8,00 €, zzgl. Lebensmittelumlage
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4016

Beikost

Leitung Kerstin Riecken
Termin Mittwoch, 23.06.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 8,00 €, zzgl. Lebensmittelumlage
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Evgeny Atamanenko / Shutterstock.com

Eine Bitte! Wenn Sie dieses Programmheft nicht mehr benötigen, geben Sie es bitte an Freunde oder Bekannte weiter. Vielleicht freuen sie sich darüber!

4017

Beikost mal anders

Unter Baby-led weaning (BLW) wird eine frühzeitige Unterstützung bei der Entwicklung des Selberessens verstanden. Dabei wird den Kindern vornehmlich Fingerfood angeboten. Mit BLW soll die Teilhabe an der Familienernährung gefördert werden. Um eine erfolgreiche Beikosteinführung mit BLW zu erzielen, gibt es grundlegende Dinge, die zu beachten sind. Diese Grundlagen sind unter anderem Inhalt der Veranstaltung.

Leitung Janina Sieveke
Termin Mittwoch, 10.03.2021, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 8,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4018

Ausgewogen - bewusst - nachhaltig – Ernährung mit und für Kinder greifbar machen

„Ihr Kind is(s)t, wie es is(s)t“. Die ersten knapp 1000 Tage prägen das Ernährungsverhalten des Kindes im Besonderen. Neben dieser Erkenntnis erfahren Sie in diesem Vortrag auch, warum das Wort „gesund“ für Kinder gar nicht so „gesund“ ist oder weshalb „Zucker“ sogar an Bäumen wächst. Nutzen Sie diesen Abend, um mit und für ihr Kind ein positives Essverhalten zu ermöglichen, von Beginn an.

Leitung Anne Specker
Termin Donnerstag, 04.03.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 8,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4019

Frühstück in der KiTa - für einen schmackhaften Start, der in jede Dose passt

Eine Frühstücksdose, so viele Möglichkeiten: Doch was ist das Richtige für ihr Kind? Gilt eine leere Dose für einen gefüllten Magen? Oder eher eine volle Dose für einen leeren Magen? Neben den Bausteinen für eine zufriedenstellende Morgenroutine und der bedarfsgerechten Zusammenstellung für die erste Energiequelle des Tages, geht es an diesem Abend auch darum, wie Sie ihrem Kind einen Start in den Tag ermöglichen, der nicht nur schmackhaft, sondern auch kinderleicht umzusetzen ist.

Leitung Anne Specker
Termin Mittwoch, 24.03.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 8,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4020

Familienküche – Mehr als nur Pi-Pa-Po

Pizza, Pasta, Pommes - und was sonst? An diesem Abend soll es u.a. darum gehen, wie schon die Jüngsten aktiv in der Familienküche mitwirken können, welche Effekte dadurch für das spätere (Familien-)Leben und Essverhalten ausgelöst werden und welch hohe Relevanz die gemeinsamen Mahlzeiten für das Familienleben und die Vielfalt in der Essensauswahl haben können. Abgerundet wird der Abend durch die Zubereitung kleiner Leckereien, die dafür sorgen sollen, dass der Esstisch nicht zum Stresstisch wird

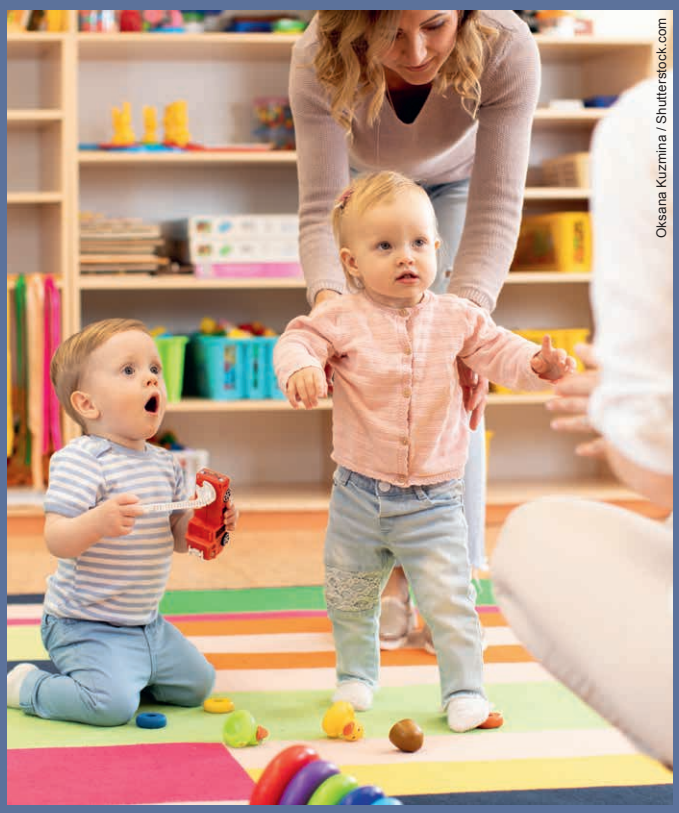
HIGHLIGHT

4021

Kleinstkinder und Krippenbetreuung Wie passt das zusammen?

Die Dozentin möchte mit werdenden und frischgebackenen Eltern zum Thema Krippenbetreuung von Kleinstkindern ins Gespräch kommen. Denn nicht alle Kinder vertragen die Krippen- und Fremdbetreuung, insbesondere vor dem zweiten Geburtstag ist sie für viele Kinder mit hohen Belastungen verbunden. Dieses lässt sich durch Studien belegen, die Stressbelastungen von Krippenkindern ermitteln. Warum das so ist, wird an diesem Abend im Einzelnen erläutert. Was passiert in der Entwicklung des Kindes in den ersten drei Jahren und was braucht es unbedingt, damit es sich gut entwickeln kann? Welche Kinder vertragen eine zeitlich begrenzte außerhäusliche Betreuung und für welche ist diese mit langfristigen Schäden verbunden? An welchen Verhaltensweisen kann man das erkennen? Darüber erhalten betroffene Eltern alle notwendigen Informationen, damit sie eine für ihr Kind verträgliche Entscheidung treffen können.
Zielgruppe: werdende Eltern und Eltern mit Kleinstkindern

Leitung Dr. Erika Butzmann
Termin Dienstag, 20.04.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 15,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1


Oksana Kuzmina / Shutterstock.com

und der gemeinsame Genuss im Vordergrund stehen kann.
Ziel ist es, Anregungen zu erhalten, wie schon die Jüngsten aktiv in der Familienküche mitwirken können, welche Effekte dadurch für das spätere (Familien-)Leben und Essverhalten ausgelöst werden und welch hohe Relevanz die gemeinsamen Mahlzeiten für das Familienleben und die Vielfalt in der Essensauswahl haben können.

Leitung Anne Specker
Termin Mittwoch, 02.06.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 8,50 €, zzgl. Lebensmittelumlage
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4022

Wutanfälle und Trennungsängste

Wutanfälle und Trennungsängste sind die häufigsten Verhaltensmerkmale in den ersten drei Lebensjahren des Kindes. Der angemessene Umgang damit und mit weiteren nervenden Verhaltensweisen ist wesentlich für die Entwicklung einer sicheren Eltern-Kind-Bindung. In diesem Vortrag geht es um die Ursachen für negatives Verhalten von Klein- und Vorschulkindern und die notwendigen Reaktionen der Erziehenden darauf, damit eine sichere Bindung zustande kommt und die emotionale, soziale und kognitive Entwicklung des Kindes positiv verlaufen kann.

Leitung Dr. Erika Butzmann
Termin Samstag, 20.03.2021, 10:00 – 13:15 Uhr
Gebühr 30,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Kreative Bastelabende

Durch den Umgang mit verschiedenen Materialien werden Feinmotorik, Koordination, Spracherziehung und Bewegung von Babys und Kleinkindern geschult. Häufig spielen Kinder lieber mit Gegenständen aus dem Alltag als mit ihrem Kinderspielzeug. Die Dozentin gibt einen Überblick über die verschiedenen „Alltagsspielzeuge“, bespricht die „Einsatzmöglichkeiten“ sowie Vor- und Nachteile.

Bitte mitbringen: Kleingeld für Materialkosten (zwischen 2 € und 6 €)

4023

Sensorikflaschen und -beutel

Die Teilnehmenden können an diesem Abend Sensorikflaschen, Sensorikbeutel und eine Spielmatte für Babys aus vorbereitetem Material herstellen und direkt mit nach Hause nehmen.

Leitung Linda Hoge
Termin Donnerstag, 11.02.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 10,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4024

Sensorikflaschen und -beutel

Die Teilnehmenden können an diesem Abend Sensorikflaschen, Sensorikbeutel und eine Spielmatte für Babys aus vorbereitetem Material herstellen und direkt mit nach Hause nehmen.

Leitung Linda Hoge
Termin Dienstag, 13.04.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 10,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4025

Spielzeugklassiker: Purzelzwerge, Zauberschlange und Co.

Kinder sind immer in Bewegung - genau wie die lustigen, kindgerechten Purzelzwerge! Sie schlagen auf schrägen Ebenen einen Purzelbaum nach dem anderen und schenken schon den Allerkleinsten viel Freude beim Spielen und Zusehen. Auch die Zauberschlange ist ein Spielzeugklassiker und beliebt bei Groß und Klein.
Die Teilnehmenden können an diesem Abend verschiedene Purzelzwerge und Zauberschlangen und
andere Ideen aus vorbereitetem Material herstellen und direkt mit nach Hause nehmen.

Leitung Linda Hoge
Termin Donnerstag, 20.05.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 10,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4026

Maracas und andere Instrumente selbstgemacht

Die Teilnehmenden können an diesem Abend Maracas und andere Instrumente aus vorbereitetem Material herstellen und direkt mit nach Hause nehmen.

Leitung Linda Hoge
Termin Donnerstag, 17.06.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 10,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4027

Bilder- oder Fotobuch für Kleinkinder

Ein selbstgebasteltes „erstes“ Foto- und Bilderbuch ist etwas ganz besonderes: Jeder gestaltet die Seiten in DIN A5 oder DIN A6 individuell, sie werden laminiert, so dass alle Seiten „wasserdicht“ und kindersicher sind.
Die Dozentin stellt einheitliche Zeichnungen von Alltagsgegenständen aus dem (Sprach-)Gebrauch der Kleinkinder zum Einkleben und reichlich weiteres Material (inkl. Laminierfolien und einer kleinen Überraschung) und viele Ideen zur Verfügung. Gelocht und mit einem Buchring versehen, erhalten Sie ein tolles Buch für Ihre Kinder. Seiten können jederzeit nachgelegt und getauscht werden.

Leitung Linda Hoge
Termin Donnerstag, 08.07.2021, 19:00 – 22:00 Uhr
Gebühr 13,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Wie stellen Sie sich einen Kurs / eine Veranstaltung in der Zukunft vor?

„Die Kurse sollten auch mit weniger Teilnehmern stattfinden.“

(w, 69 Jahre)

4028

Familien- und Schulkonflikte in der Pubertät

Wenn Kinder in die Pubertät kommen, häufen sich Familien- und Schulkonflikte. Wie können Eltern und Lehrer damit so umgehen, dass unnötiger Stress vermieden und die Entwicklung der Kinder gefördert wird? In diesem Vortrag geht es um die Veränderungen in der Denk- und Wahrnehmungsweise der Kinder in dieser Phase und um die daraus entstehenden Konflikte sowie um die bei manchen Kindern auftretenden Schulprobleme.

Leitung Dr. Erika Butzmann
Termin Dienstag, 09.03.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 15,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

fizkes / Shutterstock.com

Angebote für Eltern und Kinder

Babymassage – Massagetechniken für Babys im 1. Lebensjahr

Die Haut ist das größte Sinnesorgan, daher sind Körpernähe und Hautkontakt sehr wichtige Grundlagen für eine gesunde Entwicklung Ihres Kindes.
Über die Haut erlebt Ihr Kind Wärme, Kälte und Berührungen. Durch sanfte Massage des ganzen Körpers vermitteln Sie Ihrem Kind Geborgenheit und helfen ihm, sich zu beruhigen (besonders hilfreich, wenn Kinder unter Blähungen leiden).

Bitte mitbringen: Verpflegung für Eltern und Kind, Wickelutensilien, Decke oder großes Handtuch für Elternteil und Kind, Handtuch und ein Windeltuch
Ziel:
- Massagetechniken
- Austausch mit anderen Eltern
- Informationsgewinn zu Themen bezogen auf das Leben mit einem Säugling

4101

Babymassage

Leitung Kerstin Riecken
Termin Beginn ist am Freitag, 22.01.2021, 6 Vormittage, jeweils freitags, 12:40 – 13:40 Uhr
Gebühr 40,00 €, inkl. Massageöl
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4102

Babymassage

Leitung Kerstin Riecken
Termin Beginn ist am Freitag, 05.03.2021, 6 Vormittage, jeweils freitags, 12:40 – 13:40 Uhr
Gebühr 40,00 €, inkl. Massageöl
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Dmitry Naumov / Shutterstock.com

HIGHLIGHT

4100

Stilltreff

Die Stillgruppe, die alle 14 Tage stattfindet, bietet zum einen einen allgemeinen Austausch der Mütter untereinander und zum anderen vielfältige Informationen rund ums Stillen, zu Säuglingsnahrung, Beikost uvm.. Ein Einstieg in die Gruppe ist jederzeit möglich, solange noch freie Kursplätze zur Verfügung stehen. Eingeladen sind Stillende und Schwangere sowie Mütter von nicht (mehr) gestillten Kindern, die an diesem Austausch interessiert sind.
Bitte mitbringen: Verpflegung für Eltern und Kind, Wickeluntensilien, Decke oder großes Handtuch für Elternteil und Kind
Zielgruppe: Stillende, Schwangere, Mütter von nicht (mehr) gestillten Kindern
Ziel: informierter Umgang mit Säuglings- und Stillzeit

Leitung Stephanie Triemer
Termin Mittwoch, 20.01.2021, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 03.02.2021, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 17.02.2021, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 03.03.2021, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 17.03.2021, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 07.04.2021, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 21.04.2021, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 05.05.2021, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 19.05.2021, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 02.06.2021, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 16.06.2021, 10:45 – 11:45 Uhr
Gebühr 33,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Alena Ozerova / Shutterstock.com

4103

Babymassage

Leitung Kerstin Riecken
Termin Beginn ist am Freitag, 30.04.2021, 6 Vormittage, jeweils freitags, 12:40 – 13:40 Uhr
Gebühr 40,00 €, inkl. Massageöl
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4104

Babymassage

Leitung Kerstin Riecken
Termin Beginn ist am Freitag, 18.06.2021, 6 Vormittage, jeweils freitags, 12:40 – 13:40 Uhr
Gebühr 40,00 €, inkl. Massageöl
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Babymassage – Berührung mit Respekt

Die Babymassage hilft Ihnen, Ihrem Baby das Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit zu vermitteln, sein Wohlbefinden zu erhöhen und die Eltern-Kind-Bindung zu stärken.
In diesem umfangreichen Kurs erfahren Eltern in einer kleinen Runde gemeinsam mit ihrem Baby alles Wissenswerte rund um die Babymassage und erlernen die konkreten Handgriffe. Die Kursleiterin führt die Massagegriffe an einer Puppe vor, falls das Baby gerade bereit ist, kann es im Kurs auch gleichzeitig von der Mutter oder dem Vater massiert werden. Grundsätzlich ist dieser Kurs allerdings der „Führerschein“ zur Babymassage, denn die sinnvolle Massage findet nicht während der Gruppentreffen, sondern zu Hause statt.

Bitte mitbringen: Verpflegung für Eltern und Kind, Wickelutensilien, Decke oder großes Handtuch für Elternteil und Kind, Handtuch und ein Windeltuch

Fehlersuche

Im unteren Bild haben sich 7 Fehler eingeschlichen.
Finde die 7 Fehler und kreise sie ein.

Visbek, Haus der Bildung und Familie, Raum 1

Visbek, Haus der Bildung und Familie, Raum 1

„Unsere Kursangebote erscheinen regelmäßig in der Tages- und Wochenpresse.
Bitte achten Sie auf die entsprechenden Veröffentlichungen.“

4105

Babymassage

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 09.02.2021, 5 Vormittage, jeweils dienstags, 10:15 – 11:45 Uhr
Gebühr 70,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4106

Babymassage

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 16.03.2021, 5 Vormittage, jeweils dienstags, 10:15 – 11:45 Uhr
Gebühr 70,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4107

Babymassage

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 04.05.2021, 5 Vormittage, jeweils dienstags, 10:15 – 11:45 Uhr
Gebühr 70,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4108

Babymassage

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 22.06.2021, 5 Vormittage, jeweils dienstags, 10:15 – 11:45 Uhr
Gebühr 70,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4109

Babymassage

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 07.09.2021, 5 Vormittage, jeweils dienstags, 10:15 – 11:45 Uhr
Gebühr 70,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4110

Babymassage - nach Bedarf

Leitung Linda Hoge
Termin nach Bedarf
Gebühr 70,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

PEKiP®

PEKiP® ist eine nach Jaroslav Koch entwicklungsfördernde Begleitung von Kindern im ersten Lebensjahr.
Die Bewegung ist für Säuglinge eine der wichtigsten Ausdrucksformen. Im angenehm warmen Raum können Babys unbekleidet, ungehindert Bewegung und Berührung erfahren. Durch Anregungen und Spiele können Mütter und Väter die Bewegungsfreude des Babys unterstützen und gewinnen Sicherheit im Umgang mit ihrem Kind. In der Gruppe haben Eltern Gelegenheit, sich selbst und andere in der gleichen Situation wahrzunehmen und miteinander ins Gespräch zu kommen.
Der erste Kursblock schließt einen Elternabend ein, an dem auf Fragestellungen rund um PEKiP® eingegangen wird.
Bei Interesse kann auch ein Väter-/Familien - PEKiP® angeboten werden.

Bitte mitbringen: Verpflegung für Eltern und Kind, Decke oder großes Handtuch für Elternteil und Kind, Wickelutensilien, mehrere Handtücher, leichte Kleidung für die Erwachsenen

4111

PEKiP® Geburtsmonate Juni und Juli 2020 - Folgekurs -

Leitung Miriam Nost
Termin Beginn ist am Mittwoch, 10.03.2021, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4112

PEKiP® Geburtsmonate Juli und August 2020 - Folgekurs -

Leitung Kerstin Riecken
Termin Beginn ist am Freitag, 26.02.2021, 10 Vormittage, jeweils freitags, 8:40 – 10:10 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4114

PEKiP® Geburtsmonate Oktober und November 2020

Leitung Kerstin Riecken
Termin 1 Abend und 9 Vormittage, Elternabend am 24.02.2021 um 20:00 Uhr, Kurstermine jeweils freitags ab 26.02.2021 von 10:40 Uhr – 12:10 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4115

PEKiP® Geburtsmonate Oktober und November 2020 - Folgekurs -

Leitung Kerstin Riecken
Termin Beginn ist am Freitag, 21.05.2021, 10 Vormittage, jeweils freitags, 10:40 – 12:10 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Weiter mit Bildung!

Interview

PEKiP-Kurse

Was haben Sie bei der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. gemacht? Mit Wem?

Ich habe meinen ersten PEKiP-Kurs mit meiner ersten Tochter Franziska im Jahr 2018 gemacht. Mein Mann hat mit ihr dann danach am Eltern-Kind-Turnen teilgenommen.

Mit meinem Sohn Anton habe ich mich jetzt im Jahr 2020 wieder für PEKiP angemeldet, und mein Mann besucht ab November mit ihm das Babyschwimmen.

Warum?

Vor allem wollte ich andere junge Eltern kennenlernen, mit denen ich mich austauschen kann. Bei unserem Anton kam auch hinzu, dass ich ganz bewusst mit ihm rausgehen wollte um zu erleben, wie Andere auf ihn und seine Behinderung reagieren. Außerdem bieten mir diese Angebote der KVHS, eine sehr gute Gelegenheit zu erkennen, wo Anton im Vergleich zu seinen Altersgenossen noch Entwicklungsverzögerungen hat und diese auch, wenn nötig, zu akzeptieren.

Für meinen Mann war und ist es vor allem wichtig, dass er gemeinsame Aktivitäten und Erlebnisse mit unseren Kindern teilt, die auch mit seinen Arbeitszeiten zu vereinbaren sind.

Welche Erfahrungen haben Sie gemacht?

Mir persönlich hat der Kontakt mit anderen Eltern sehr viel gebracht. Ich habe andere Mütter kennengelernt, die mir als frischgebackene Mutter viele wertvolle Tipps geben konnten. Bei Franziska weiß ich gar nicht mehr genau, wie sie den Kurs fand. Aber Anton ist jedes Mal wieder begeistert und findet es total toll, anderen Menschen zu begegnen. Ich glaube, besonders die Bewegungsfreiheit, die er beim PEKiP hat, genießt er sehr.

Für meinen Mann und unsere Tochter war das gemeinsame Kinderturnen immer eine tolle Erfahrung. Die beiden hatten jedes Mal viel Spaß zusammen und konnten gemeinsam viele spannende Sachen erleben. Mein Mann hat den Kurs jedenfalls immer wieder verlängert, bis Franziska für den Kurs zu alt wurde.

Was nehmen Sie für sich und Ihr Kind mit?

Ich habe bis heute noch Kontakt zu Eltern aus dem ersten PEKiP-Kurs. Ich finde es immer wieder spannend wie unterschiedlich die Kinder doch sind. Das führt einem auch vor Augen, dass man sich selbst und sein Kind nicht zu sehr unter Druck setzen sollte. Besonders bei Anton finde ich es ermutigend, dass ihm andere Eltern und Kinder so offen begegnen und ihn so nehmen, wie er ist.

Für meinen Mann war die Papa-Tochter-Zeit, die nur den beiden gehört hat, eine schöne Erfahrung.

4116

PEKiP® Geburtsmonate Dezember 2020 und Mitte Januar 2021

Leitung Kerstin Riecken
Termin 1 Abend und 9 Nachmittage, Elternabend am 17.02.2021 um 20.00 Uhr, Kurstermine jeweils freitags ab 19.02.2021 von 15:00 Uhr – 16:30 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4117

PEKiP® Geburtsmonate Dezember 2020 und Mitte Januar 2021 - Folgekurs -

Leitung Kerstin Riecken
Termin Beginn ist am Freitag, 07.05.2021, 10 Nachmittage, jeweils freitags, 15:00 – 16:30 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4118

PEKiP® Geburtsmonate März und April 2021

Leitung Miriam Nost
Termin 1 Abend und 9 Vormittage, Elternabend am 07.06.2021 um 20:00 Uhr, Kurstermine jeweils mittwochs ab 09.06.2021 von 8:45 Uhr – 10:15 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4119

PEKiP® bis zum sicheren Laufen

Dieser PEKiP® -Kurs richtet sich an alle Kinder zwischen 9 und 18 Monaten, die robben oder krabbeln. Bis zur Beherrschung des sicheren und freien Laufens, auch über Unebenheiten und Hindernisse, benötigen die Kinder vielfältige Erfahrungen und in der Regel auch noch Zeit.

In einem angenehmen und warmen Raum können die unbekleideten Kleinkinder ungehindert Bewegungs- und Raumerfahrungen machen. In der Gruppe haben die Kinder Gelegenheit erste soziale Kontakte zu knüpfen und Gleichaltrige zu erleben. Die Eltern erfahren, wie durch Anregungen und Spiele die natürliche Entwicklung unterstützt werden kann. Sie haben die Möglichkeit miteinander ins Gespräch zu kommen.
Bitte mitbringen: Verpflegung für Eltern und Kind, Decke oder großes Handtuch für Elternteil und Kind, Wickelutensilien, mehrere Handtücher, leichte Kleidung für die Erwachsenen

Leitung Kerstin Riecken
Termin Beginn ist am Freitag, 28.05.2021, 6 Vormittage, jeweils freitags, 8:40 – 10:10 Uhr
Gebühr 42,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4121

Hallo Baby - Geburtsmonate Januar und Februar 2021

In diesem Kurs entdecken und erkunden die Babys zwischen 0-6 Monaten ihre Umwelt und erfahren allererste Begegnungen mit anderen Babys und Eltern.
Im warmen Raum, mit weichen Matten liegen, strampeln und kugeln sich unbekleidete Babys.
Spielerische Anregungen und sanfte Aktionen sind ebenfalls Inhalte, sowie das Benutzen von verschiedenem Material wie Tücher, Bälle, Rasseln oder Glöckchen. Es wird gesungen und geklatscht.
Die Spiel,- Bewegungs,- und Sinnesanregungen sollen zwanglos die Eigenaktivität des Babys fördern. Durch gemeinsames Beobachten im Kurs, lernen Eltern die Bedürfnisse ihrer eigenen Kinder kennen und stärken so unter anderem die Bindung zu ihrem Kind.
Bitte mitbringen: Verpflegung für Eltern und Kind, Decke oder großes Handtuch für Elternteil und Kind, Wickelutensilien, mehrere Handtücher, leichte Kleidung für die Erwachsenen

Leitung Franziska Bröring
Termin Beginn ist am Montag, 12.04.2021, 10 Vormittage, jeweils montags, 8:30 – 10:00 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Krabbelfit
Für Eltern mit ihren Kindern von 6 bis 12 Monaten

Die Krabbelfit-Kurse sind für die erste spielerische Aktion zwischen Eltern und Kind gedacht. In diesen Gruppen werden Fingerspiele, Schoßreiter und erste kleine Bewegungsspiele angeregt.
Unterschiedliches Material zum Fühlen, Greifen und Tasten als auch zum Klettern und Rutschen werden nach den Bedürfnissen und dem Entwicklungsstand des Kindes angeboten.

Bitte mitbringen: Verpflegung für Eltern und Kind, Decke oder großes Handtuch für Elternteil und Kind, Wickelutensilien, mehrere Handtücher, leichte Kleidung für die Erwachsenen

4122

Krabbelfit - Folgekurs -

Leitung Franziska Bröring
Termin Beginn ist am Montag, 28.06.2021, 10 Vormittage, jeweils montags, 8:30 – 10:00 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4123

Krabbelfit

Leitung Franziska Bröring
Termin Beginn ist am Montag, 08.02.2021, 7 Vormittage, jeweils montags, 8:30 – 10:00 Uhr
Gebühr 49,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Wie stellen Sie sich einen Kurs / eine Veranstaltung in der Zukunft vor?

„Hoffentlich bald wieder ohne Maske!“

(w, 29 Jahre)

Eltern-Kind-Gruppe Visbek

Den Eltern-Kind-Gruppen im Haus der Bildung und Familie liegt ein Konzept zugrunde, das Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr optimal begleiten und Ideen und Impulse für den Alltag bieten möchte.
Die Gruppentreffen bieten Eltern die Gelegenheit, die Bindung zu ihren Babys zu intensivieren und in geschützter Atmosphäre optimal zu fördern. Unter pädagogischer Anleitung können sich die Babys unbekleidet im angenehm warmen Raum bewegen und so sich selbst und die Berührungen der Eltern ungehindert wahrnehmen.
Die Kursleiterin setzt dabei auch auf Alltagsmaterial, so experimentieren schon die Kleinsten! Sie möchte den Eltern Ideen und Anregungen zur Beobachtung und Förderung ihrer Kinder geben. Deshalb stehen auch gemeinsame Sing- und Bewegungsspiele sowie gezielte Wahrnehmungs- und Bewegungsanregungen im Mittelpunkt. So kann die Entwicklung von Sprache, Sozialverhalten und die kindliche Emotionalität angeregt werden.
Die Treffen sollen aber nicht nur den Kindern, sondern auch den Eltern gut tun, daher nimmt der Austausch mit „Eltern in gleicher Lebenssituation“ ebenfalls einen festen Platz bei den Treffen ein; unter der werteorientierten Begleitung der zertifizierten Referentin.
Bitte mitbringen: Verpflegung für Eltern und Kind, Wickelutensilien, Handtuch, leichte Kleidung für die Erwachsenen

Bitte mitbringen: Verpflegung für Eltern und Kind, Decke oder großes Handtuch für Elternteil und Kind, Wickelutensilien, mehrere Handtücher, leichte Kleidung für die Erwachsenen

Flamingo Images / Shutterstock.com

4124

Geburtsmonate Mai bis Juli 2020
- Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 12.01.2021, 10 Vormittage, jeweils dienstags, 8:30 – 10:00 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4125

Geburtsmonate Mai bis Juli 2020
- Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 13.04.2021, 10 Vormittage, jeweils dienstags, 8:30 – 10:00 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4126

Geburtsmonate Mai bis Juli 2020
- Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 13.01.2021, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 9:00 – 10:30 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4127

Geburtsmonate Mai bis Juli 2020
- Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 13.01.2021, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 10:45 – 12:15 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4128

Geburtsmonate Mai bis Juli 2020
- Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 14.04.2021, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 10:45 – 12:15 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4129

Geburtsmonate August und September 2020
- Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Donnerstag, 25.02.2021, 10 Vormittage, jeweils donnerstags, 10:15 – 11:45 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4130

Geburtsmonate August und September 2020
- Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Donnerstag, 27.05.2021, 8 Vormittage, jeweils donnerstags, 10:15 – 11:45 Uhr
Gebühr 60,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4131

Geburtsmonate Oktober und November 2020

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag, 11.01.2021, 10 Vormittage, jeweils montags, 10:15 – 11:45 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4132

Geburtsmonate Oktober und November 2020 - Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag, 12.04.2021, 10 Vormittage, jeweils montags, 10:15 – 11:45 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4133

Geburtsmonate Oktober und November 2020 - Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag, 05.07.2021, 5 Vormittage, jeweils montags, 10:15 – 11:45 Uhr
Gebühr 37,50 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4134

Geburtsmonate November und Dezember 2020

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag, 12.02.2021, 10 Vormittage, jeweils freitags, 8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4135

Geburtsmonate November und Dezember 2020 - Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag, 21.05.2021, 10 Vormittage, jeweils freitags, 8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4136

Geburtsmonate Januar und Februar 2021

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 14.04.2021, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 9:00 – 10:30 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4137

Geburtsmonate Januar und Februar 2021 - Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 07.07.2021, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 9:00 – 10:30 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4138

Geburtsmonate März und April 2021

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 07.07.2021, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 10:45 – 12:15 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Säuglingsschwimmen Für Eltern mit ihren Kindern von 6 bis 12 Monaten

Im warmen Wasser werden die Babys beim Säuglingsschwimmen spielerisch an das Element Wasser herangeführt. Das Kind entwickelt eine positive Einstellung zum Wasser, durch diese Vertrautheit wird die Basis für die Freude an und im Umgang mit Wasser (Urlaub, Dusche) geschaffen. Säuglingsschwimmen intensiviert die Eltern-Kind-Bindung und fördert durch frühzeitigen Kontakt zu Gleichaltrigen die kindliche Entwicklung. Das Erlernen unterschiedlicher Haltetechniken und das Singen von Liedern ergänzt das Angebot.

Bitte mitbringen: Schwimmwindel, Schwimmflügel (nicht zwingend erforderlich), Badebekleidung für die Eltern, Handtücher, Wickelutensilien

4139

Säuglingsschwimmen in Langförden

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Samstag, 16.01.2021, 10 Termine, jeweils samstags, 8:45 – 9:30 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

4140

Säuglingsschwimmen in Langförden

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Samstag, 27.03.2021, 10 Termine, jeweils samstags, 8:45 – 9:30 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

4142

Säuglingsschwimmen in Langförden

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Samstag, 16.01.2021, 10 Termine, jeweils samstags, 10:00 – 10:45 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

Evgeny Atamanenko / Shutterstock.com

Familientreff

4143

Säuglingsschwimmen in Langförden

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Samstag, 27.03.2021, 10 Termine, jeweils samstags, 10:00 – 10:45 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

4145

Der Schwimmkurs in der Fachklinik St. Vitus in Visbek darf aufgrund der aktuellen Coronalage nicht stattfinden. Unsere Zusammenarbeit bleibt aber weiterhin bestehen. Sobald die Pandemie-Situation einen Start zulässt, werden wir darüber in der Presse und auf unserer Homepage informieren.

Säuglingsschwimmen in Visbek

Leitung Sandra Lupfer
Termin jeweils freitags, 9:00 – 9:45 Uhr
Gebühr 100,00 €
Ort Visbek. Fachklinik St. Vitus, Ahlhorner Straße 32

Kleinkinderschwimmen

In diesen Kursen sollen Kinder mit ihren Eltern an das Element Wasser herangeführt werden. Durch Spiel- und Singanregungen soll die Entwicklung unterstützt und die Bewegungsfreude gefördert werden.

Bitte mitbringen: Schwimmwindel, Schwimmflügel, Badebekleidung für die Eltern, Handtücher, Wickelutensilien

4146

Für Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 2 Jahren

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Samstag, 16.01.2021, 10 Termine, jeweils samstags, 11:15 – 12:00 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

4147

Für Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 2 Jahren

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Samstag, 27.03.2021, 10 Termine, jeweils samstags, 11:15 – 12:00 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

4149

Für Eltern mit ihren Kindern von 2 bis 3 Jahren

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Samstag, 16.01.2021, 10 Termine, jeweils samstags, 12:30 – 13:15 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

HIGHLIGHT

Seepferdchenkurs Für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Am Anfang wird die Beinbewegung am Beckenrand geübt und dann auf Schwimmhilfen weiter trainiert. Ist die Beinbewegung gefestigt, folgt die Armbewegung. Danach werden beide Bewegungen mit Schwimmhilfen zusammengeführt. Wenn die Kinder eine gewisse Sicherheit haben, werden sie an das freie Schwimmen herangeführt. Ebenfalls bekommen die Kinder Fertigkeiten fürs Rücken- und Kraulschwimmen vermittelt. Wiederkehrende Übungen fürs Tauchen komplettieren das Kursprogramm.
Ziel dieser Kurse kann das Erlangen des Seepferdchen-Abzeichens sein, abhängig vom individuellen Lernstand des Kindes. Die Abnahme des Schwimmabzeichens beinhaltet den Sprung vom Beckenrand und 25 m Schwimmen, sowie das Herausholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schultertiefem Wasser.

Monkey Business Images / Shutterstock.com

Ein Elternteil kann nach Absprache während des Kurses in der Halle anwesend sein.

Bitte mitbringen: Badebekleidung und Handtücher

4154

Seepferdchenkurs

Leitung Otto Dopp
Termin Beginn ist am Samstag, 16.01.2021, 10 Termine, jeweils samstags, 16:15 – 17:15 Uhr
Gebühr 85,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

4155

Seepferdchenkurs

Leitung Otto Dopp
Termin Beginn ist am Samstag, 27.03.2021, 10 Termine, jeweils samstags, 16:15 – 17:15 Uhr
Gebühr 85,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

4150

Für Eltern mit ihren Kindern von 2 bis 3 Jahren

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Samstag, 27.03.2021, 10 Termine, jeweils samstags, 12:30 – 13:15 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

Kinderschwimmen Für Eltern mit ihren Kindern von 3 bis 4 Jahren

Diese Kinderschwimm-Kurse sind die ersten Kurse in unserer Angebotsstruktur, in denen die Kinder ohne ihre Eltern, alleine im Becken teilnehmen. Ein Elternteil sollte nach Möglichkeit dennoch während der Kurse in der Halle anwesend sein.
Das Hauptaugenmerk dieser Kurse liegt auf der Wassergewöhnung. Grundlegende Fertigkeiten wie Schweben, Gleiten und Auftreiben werden spielerisch erarbeitet sowie Ängste in Bezug auf Tauchen und Springen abgebaut. Ebenfalls wird es erste Vorbereitungen auf den Seepferdchenkurs geben, beispielsweise das Erlernen der Beinbewegung.

Bitte mitbringen: Badebekleidung und Handtücher (ggfs. auch Badebekleidung für die Eltern)

4152

Kinderschwimmen

Leitung Otto Dopp
Termin Beginn ist am Samstag, 16.01.2021, 10 Termine, jeweils samstags, 15:00 – 15:45 Uhr
Gebühr 80,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

4153

Kinderschwimmen

Leitung Otto Dopp
Termin Beginn ist am Samstag, 27.03.2021, 10 Termine, jeweils samstags, 15:00 – 15:45 Uhr
Gebühr 80,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

Lernen durch Spielen Für Mütter, Väter und Großeltern mit ihren Kindern von 1 bis 2 Jahren

Kinder werden in diesen Kursen von ihren Bezugspersonen und der Gruppenleitung beim Begreifen der Welt, beim Stehen auf eigenen Füßen, beim Wagen eigener Schritte und beim sich und die Umwelt Erfahren begleitet. Eltern und Großeltern erhalten Anregungen, wie die Wahrnehmung über die Sinne und die motorische Entwicklung ihres Kindes gezielt spielerisch begleitet und unterstützt werden kann.
In der ruhigen Atmosphäre einer kleinen Gruppe wechseln spezifische Angebote sowie Spiele und Lieder einander ab. Die Kinder werden zu selbstentdeckendem Tun und zum Lernen angeregt.
Ein Elternabend oder ein Familienfrühstück kann das Angebot ergänzen.

Bitte mitbringen: Decke oder großes Handtuch für Eltern-/Großelternteil und Kind.

4156

Lernen durch Spielen

Leitung Franziska Bröring
Termin Beginn ist am Donnerstag, 11.03.2021, 10 Nachmittage, jeweils donnerstags, 15:30 – 17:00 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4157

Lernen durch Spielen

Leitung Franziska Bröring
Termin Beginn ist am Donnerstag, 10.06.2021, 6 Nachmittage , jeweils donnerstags, 15:30 – 17:00 Uhr
Gebühr 42,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4158

Lernen durch Spielen

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag, 22.02.2021, 10 Vormittage, jeweils montags, 8:30 – 10:00 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4159

Lernen durch Spielen

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag, 31.05.2021, 7 Vormittage, jeweils montags, 8:30 – 10:00 Uhr
Gebühr 52,50 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4160

Lernen durch Spielen

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag, 12.03.2021, 10 Vormittage, jeweils freitags, 10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4161

Lernen durch Spielen

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag, 18.06.2021, 10 Vormittage, jeweils freitags, 10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Wie stellen Sie sich einen Kurs/eine Veranstaltung in der Zukunft vor?

„Ich mag den aktuellen Zustand."

(m, 22 Jahre)

Miniturnen

Diese Kurse bieten Kindern die krabbeln, an der Hand laufen bzw. das Laufen erst vor kurzem entdeckt haben, vielfältige Bewegungsanregungen.
Beim Miniturnen bewegen sich die Kinder auf und über Matten, über verschiedene Kästen und Turnbänke. Außerdem entdecken sie abwechslungsreiche Turnmaterialien, u.a. bunte Bälle, große Bausteine, lange Kriechtunnel oder die „Wackelmatte“. Die Kinder können viele altersentsprechende Aktivitätsmöglichkeiten nutzen, ihren natürlichen Bewegungsdrang ausleben und soziale Kontakte erfahren.
Die Eltern (oder Großeltern, Tagespflegepersonen) begleiten ihre Kinder dabei und können sie unterstützen, mitspielen oder beim Spielen beobachten.
Die Kinder bewegen sich in luftiger Kleidung mit Stoppersocken oder barfuß und benötigen ausreichend Getränke.

Bitte mitbringen: luftige Kleidung, Stoppersocken oder barfuß für die Kinder, ausreichend Getränke

4162

Miniturnen - Am Nachmittag

Leitung Lena Nordmann
Termin Beginn ist am Montag, 18.01.2021, 8 Nachmittage, jeweils montags, 17:00 – 17:45 Uhr
Gebühr 43,00 €
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

Oksana Kuzmina / Shutterstock.com

4163

Miniturnen - Am Nachmittag

Leitung Lena Nordmann
Termin Beginn ist am Montag, 22.03.2021, 8 Nachmittage, jeweils montags, 17:00 – 17:45 Uhr
Gebühr 43,00 €
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

4164

Miniturnen - Am Nachmittag

Leitung Lena Nordmann
Termin Beginn ist am Montag, 07.06.2021, 8 Nachmittage, jeweils montags, 17:00 – 17:45 Uhr
Gebühr 43,00 €
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

4165

Miniturnen - Am Vormittag

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Mittwoch, 20.01.2021, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 10:15 – 11:15 Uhr
Gebühr 45,00 €
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

4166

Miniturnen - Am Vormittag

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Mittwoch, 14.04.2021, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 10:15 – 11:15 Uhr
Gebühr 45,00 €
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

Eltern-Kind-Turnen Für Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 2 Jahren, die bereits laufen können

Beim Eltern-Kind-Turnen können die Kleinsten erste Bewegungserfahrungen in der Turnhalle machen. Hier krabbeln und purzeln die Minis über dicke Matten und klettern auf und über Turnbänke. Bälle kullern durch die Halle und in Gymnastikmatten kann man sich einrollen. Abwechslungsreich wird es durch Lieder, Gruppen- und Fingerspiele. Die Kinder benötigen bequeme Kleindung (wie kurze Hosen oder Leggings), damit sie sich optimal bewegen können. Turnen können sie barfuß oder mit Stoppersocken.
Voraussetzung für die Teilnahme ist, dass ihr Kind bereits laufen kann.

Bitte mitbringen: luftige Kleidung, Stoppersocken oder barfuß für die Kinder, ausreichend Getränke

4168

Eltern-Kind-Turnen

Leitung Sarah Willoh
Termin Beginn ist am Freitag, 22.01.2021, 8 Nachmittage, jeweils freitags, 16:30 – 17:30 Uhr
Gebühr 57,00 €
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

4169

Eltern-Kind-Turnen

Leitung Sarah Willoh
Termin Beginn ist am Freitag, 19.03.2021, 8 Nachmittage, jeweils freitags, 16:30 – 17:30 Uhr
Gebühr 57,00 €
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

„Unsere Kursangebote erscheinen regelmäßig in der Tages- und Wochenpresse.
Bitte achten Sie auf die entsprechenden Veröffentlichungen.“

Musikgarten – Wir machen Musik Für Eltern mit ihren Kindern zwischen 1,5 und 3 Jahren

Musikgarten ist das bewährte musikalische Eltern-Kind-Konzept von der Geburt bis zum fünften Lebensjahr. Durch Singen, Musizieren, Bewegen und Musikhören wird die natürliche musikalische Veranlagung der Kinder geweckt und entwickelt. Einfache Instrumente wie Klanghölzer, Glöckchen, Rasseln und Trommeln führen in die Welt der Klänge ein.
Ziel von Musikgarten ist, Kinder spielerisch an Musik heranzuführen und Musizieren zu einem festen Bestandteil des Familienlebens zu machen. Die Kinder sollen ohne Leistungserwartungen die Gelegenheit bekommen, Musik aufzunehmen und selbst zu gestalten. In einer Musikgarten-Stunde kommen in der Regel 10 Eltern-Kind-Paare zusammen, um Musik singend, tanzend und hörend zu erleben. Damit wird der Grundstein für ein Leben mit Musik gelegt. Langzeitstudien bestätigen inzwischen den positiven Einfluss von Musikerziehung auf die ganzheitliche Entwicklung des Kindes, auf die musikalische Begabung, das Sozialverhalten und das Lernen.
Die Musikgarten-Phasen sind jeweils auf das Alter und den Entwicklungsstand der Kinder angepasst. Diese Kurse richten sich an Kinder zwischen 1,5 bis 3 Jahren und gehen auf den wachsenden Erlebnisraum der Kinder ein. Die Themen heißen Zuhause, Tierwelt, beim Spiel und Draußen. Der immer größer werdenden Selbstständigkeit der Kinder wird mit interaktiven Spielen und Freiraum für eigene Gestaltungsideen Rechnung getragen.

Inklusive ist ein Elternabend, der nach Rücksprache mit der Dozentin festgelegt wird.
Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern zwischen 1,5 und 3 Jahren

4172

Musikgarten

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 27.04.2021, 11 Nachmittage, jeweils dienstags, 16:00 – 16:45 Uhr
Gebühr 74,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4173

Musikgarten

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 20.04.2021, 6 Nachmittage, dienstags, 14-tägiger Rhythmus, 17:00 – 17:45 Uhr
Gebühr 42,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Ist die Mindestteilnehmeranzahl **5 Tage vor Kursbeginn** nicht erreicht, müssen wir den Kurs leider absagen.
Melden Sie sich rechtzeitig an!

HIGHLIGHT

4171

Fit mit Kind – Workout mit dem Kinderwagen

Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit Ihre Ausdauer zu trainieren und dabei die Fettverbrennung anzukurbeln. Eine zusätzliche Kinderbetreuung ist überflüssig, da die Kinder in das Training eingebunden werden. Wir werden mit dem Kinderwagen an der frischen Luft trainieren. So können Sie gemeinsam mit Ihrem Kind die Abwechslung genießen und es spielerisch an Bewegung und Sport heranführen.
Ziel:
- Ausdauer trainieren
- die Fettverbrennung ankurbeln
- gemeinsame Aktivität
- spielerische Heranführung an Bewegung

Leitung Margot Bartels
Termin Beginn ist am Montag, 08.03.2021, 10 Vormittage, jeweils montags, 10:30 – 11:30 Uhr
Gebühr 55,00 €
Ort Vechta, Darener Wald

Rostislav_Sedlacek / Shutterstock.com

Familientreff

4174

Musikgarten

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 27.04.2021, 6 Nachmittage, dienstags, 14-tägiger Rhythmus, 17:00 – 17:45 Uhr
Gebühr 42,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4175

Musikgarten

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 28.04.2021, 11 Nachmittage, jeweils mittwochs, 15:00 – 15:45 Uhr
Gebühr 64,50 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4176

Musikgarten

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 28.04.2021, 11 Nachmittage, jeweils mittwochs, 16:10 – 16:55 Uhr
Gebühr 64,50 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4177

Musikgarten

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 28.04.2021, 11 Nachmittage, jeweils mittwochs, 17:15 – 18:00 Uhr
Gebühr 64,50 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Kreative Bastelnachmittage Für Kinder in Begleitung eines bastelfreudigen Erwachsenen

Durch den Umgang mit verschiedenen Materialien werden Feinmotorik, Koordination, Spracherziehung und Bewegung geschult. Häufig spielen Kinder lieber mit Gegenständen aus dem Alltag und Selbstgebasteltem als mit ihrem Kinderspielzeug. Nach einer gemeinsamen Spiel- und Entdeckerrunde stellt die Dozentin jeweils die Gestaltungsmöglichkeiten vor und erklärt das Vorgehen. Auch Kleinkinder ab 2 Jahren können hier schon in die Bastelarbeit einbezogen werden. Ältere Kinder können schon mehr Arbeitsschritte übernehmen.

Bitte mitbringen: Kleingeld für Material

4179

Pustespiele und mehr Für Kinder ab 2 Jahren in Begleitung eines bastelfreudigen Erwachsenen

Für die Entwicklung der Mundmotorik ist das zielgerichtete Pusten z.B. durch einen Strohhalm sehr förderlich - außerdem macht es den Kindern einen Riesenspaß. Die Teilnehmenden können an diesem Nachmittag verschiedene Pustespiele (z.B. den beliebten Becher, aus dem ein Handschuh steigt) aus vorbereitetem Material herstellen und direkt mit nach Hause nehmen.

Leitung Linda Hoge
Termin Freitag, 22.01.2021, 14:45 – 16:15 Uhr
Gebühr 6,50 €, zzgl. Materialkosten
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4180

Pustespiele und mehr Für Kinder ab 2 Jahren in Begleitung eines bastelfreudigen Erwachsenen

Für die Entwicklung der Mundmotorik ist das zielgerichtete Pusten z.B. durch einen Strohhalm sehr förderlich - außerdem macht es den Kindern einen Riesenspaß.

New Africa / Shutterstock.com

Die Teilnehmenden können an diesem Nachmittag verschiedene Pustespiele (z.B. den beliebten Becher, aus dem ein Handschuh steigt) aus vorbereitetem Material herstellen und direkt mit nach Hause nehmen.

Leitung Linda Hoge
Termin Freitag, 22.01.2021, 16:30 – 18:00 Uhr
Gebühr 6,50 €, zzgl. Materialkosten
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4181

Spielzeugklassiker: Purzelzwerge, Zauberschlange und Co. Für Kinder ab 5 Jahren in Begleitung eines bastelfreudigen Erwachsenen

Kinder sind immer in Bewegung - genau wie die lustigen, kindgerechten Purzelzwerge! Diese schlagen auf schrägen Ebenen einen Purzelbaum nach dem anderen und schenken schon den Allerkleinsten viel Freude beim Spielen und Zusehen. Auch die Zauberschlange ist ein Spielzeugklassiker und beliebt bei Groß und Klein.
Die Teilnehmenden können an diesem Nachmittag verschiedene Purzelzwerge, Zauberschlangen und andere Ideen aus vorbereitetem Material herstellen und direkt mit nach Hause nehmen.

Leitung Linda Hoge
Termin Freitag, 21.05.2021, 14:45 – 16:15 Uhr
Gebühr 10,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Welche Weiterbildung / Veranstaltung / Kurse wünschen Sie sich für Ihre persönliche und / oder gesellschaftliche Weiterentwicklung?

„Gestaltung und Kreativität."

(w, 26 Jahre)

4182

Spielzeugklassiker: Purzelzwerge, Zauberschlange und Co. – Für Kinder ab 5 Jahren in Begleitung eines bastelfreudigen Erwachsenen

Kinder sind immer in Bewegung - genau wie die lustigen, kindgerechten Purzelzwerge! Diese schlagen auf schrägen Ebenen einen Purzelbaum nach dem anderen und schenken schon den Allerkleinsten viel Freude beim Spielen und Zusehen. Auch die Zauberschlange ist ein Spielzeugklassiker und beliebt bei Groß und Klein.
Die Teilnehmenden können an diesem Nachmittag verschiedene Purzelzwerge, Zauberschlangen und andere Ideen aus vorbereitetem Material herstellen und direkt mit nach Hause nehmen.

Leitung Linda Hoge
Termin Freitag, 21.05.2021, 16:30 – 18:00 Uhr
Gebühr 10,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4183

Maracas und andere Instrumente selbstgemacht – Für Kinder ab 2 Jahren in Begleitung eines bastelfreudigen Erwachsenen

Die Teilnehmenden können an diesem Nachmittag Maracas und andere Instrumente aus vorbereitetem Material herstellen und direkt mit nach Hause nehmen.

Leitung Linda Hoge
Termin Freitag, 18.06.2021, 14:45 – 16:15 Uhr
Gebühr 10,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4184

Maracas und andere Instrumente selbstgemacht – Für Kinder ab 2 Jahren in Begleitung eines bastelfreudigen Erwachsenen

Die Teilnehmenden können an diesem Nachmittag Maracas und andere Instrumente aus vorbereitetem Material herstellen und direkt mit nach Hause nehmen.

Leitung Linda Hoge
Termin Freitag, 18.06.2021, 16:30 – 18:00 Uhr
Gebühr 10,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche

4200

Ferienangebot
Für Kinder von 6 bis 12 Jahren

Die Inhalte des Ferienangebotes werden rechtzeitig bekanntgegeben.
Getränke, Obst und Mittagessen sind im Preis inbegriffen!
Bitte informieren Sie uns rechtzeitig über Allergien/Unverträglichkeiten Ihres Kindes.
Zielgruppe: Kinder von 6 bis 12 Jahren

Leitung Dozententeam
Termin Montag, 30.08.2021, 8:30 – 16:30 Uhr
Dienstag, 31.08.2021, 8:30 – 16:30 Uhr
Mittwoch, 01.09.2021, 8:30 – 16:30 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4201

Wildtiere in der Stadt – Für Kinder in der 1. bis 3. Klasse

Anhand kleiner und großer Rätsel wird den Kindern das Leben der Wildtiere in Stadt und Wald nähergebracht. Dabei sind Igel und Eichhörnchen nicht nur Helfer, sondern auch Teil der Rätsel. Die Kinder können sich das Thema durch unterschiedliche Methoden und Rätsel im Wald erarbeiten und bespielen. Bitte die Kleidung auf das Spielen und Entdecken im Wald anpassen. Den Treffpunkt erhalten Sie vor Kursstart mit der Rechnung bzw. im Familientreff.
Bitte mitbringen: Kleidung zum Spielen und Entdecken im Wald
Zielgruppe: Kinder in der 1. bis 3. Klasse

Leitung Miriam Wengerowski
Termin Samstag, 17.04.2021, 9:00 – 11:30 Uhr
Gebühr 6,50 €
Ort Vechta. Welper Wald

HIGHLIGHT

4203

Brasilianisches Jiu Jitsu
Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Brasilianisches Jiu Jitsu ist eine Kampfsportart, bei der vorwiegend Techniken für die Selbstverteidigung erlernt werden. Hierzu zählen beispielsweise Hebeltechniken am Boden, um den Partner zum Aufgeben zu bringen. Dieser Kurs bietet Kindern zwischen 8 und 12 Jahren die Möglichkeit eigene Grenzen zu erforschen und zu lernen und sich in gewissen Situationen mit speziellen Techniken zu behaupten. Zudem wird die motorische Entwicklung der Kinder spielerisch gefördert. Es müssen keine Voraussetzungen erfüllt sein, nur Sportkleidung ohne Reißverschlüsse und Knöpfe, ein Getränk und natürlich gute Laune sind erforderlich.

Bitte mitbringen: Sportkleidung ohne Reißverschlüsse und Knöpfe, Getränk
Zielgruppe: Kinder von 8 bis 12 Jahren

Leitung Tim Schauder
Termin Beginn ist am Mittwoch, 20.01.2021, 10 Nachmittage, jeweils mittwochs, 16:30 – 18:00 Uhr
Gebühr 85,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

UvGroup / Shutterstock.com

Suchspiel

Ich finde…

5 gelbe Enten,
die Zahl 6,
3 grüne Spülbürsten,
einen Dinosaurier
und
3 Muscheln.

Ich finde auch…

4 orangene Ringe,
einen silbernen und einen pinken Eimer,
4 Schildkröten
und eine hellblaue Gießkanne.

4202

Biene, Marienkäfer und Co. Für Grundschulkinder

Wir wollen uns gemeinsam die Insektenwelt näher ansehen. Die Kinder können Insekten basteln. Dabei können wir bereits verschiedene Besonderheiten von Insekten besprechen. Darüber hinaus werden wir uns auch noch deren Lebensraum spielerisch erschließen.
Bitte mitbringen: Kleingeld für Materialkosten
Zielgruppe: Grundschulkinder

Leitung Miriam Wengerowski
Termin Samstag, 29.05.2021, 9:00 – 11:30 Uhr
Gebühr 6,50 €, zzgl. Materialkosten
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Kreatives Nähen Für Kinder ab 8 Jahren

In diesen Kursen lernt ihr das Zuschneiden und den Umgang mit einer Nähmaschine sowie den Umgang mit Nadel und Faden. Ihr könnt euch ein tolles Kissen, eine Umhängetasche, eine praktische Utensilien-Box oder ein eigenes Kuscheltier nähen.
Bitte mitbringen: Nähmaschine (nur wenn auch damit gearbeitet werden soll), Nähnadeln, Stecknadeln, Nähgarn, Schere, Stoffreste, Knöpfe zum Dekorieren, evtl. bunte Webbänder.
Zielgruppe: Kinder ab 8 Jahren

4204

Kreatives Nähen

Leitung Maria Eilermann
Termin Beginn ist am Mittwoch, 13.01.2021, 10 Nachmittage, jeweils mittwochs, 16:30 - 18:00 Uhr
Gebühr 50,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4205

Kreatives Nähen

Leitung Stefanie Bohne
Termin Beginn ist am Donnerstag, 14.01.2021, 10 Nachmittage, jeweils donnerstags, 16:00 – 17:30 Uhr
Gebühr 50,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Ermolaev Alexander / Shutterstock.com

Pressmaster / Shutterstock.com

4206

Kreatives Nähen

Leitung Stefanie Bohne
Termin Beginn ist am Donnerstag, 15.04.2021, 11 Nachmittage, jeweils donnerstags, 16:00 – 17:30 Uhr
Gebühr 55,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4207

Tastschreiben mit dem 10-Finger-Tastsystem Ein Ferienkurs für Kinder ab 10 Jahren

Egal ob in der Schule oder Freizeit, wer seine Texte für Hausaufgaben, E-Mails an Freunde oder im Chatroom schnell und fehlerfrei eingeben kann, behält den Kopf frei zum Formulieren, spart Zeit und Konzentration.
Neue Methoden nutzen das so genannte „bildhafte Vorstellungsvermögen“ und bringen Spaß beim Üben. Die einzelnen Tasten werden mit Farben und Bildern hinterlegt und mit Musik zu einer lustigen Geschichte verknüpft. Nach nur wenigen Doppelstunden werden das Tastenfeld und das 10-Finger-Tastsystem vertraut sein.
Zielgruppe: Kinder ab 10 Jahren

Leitung Anna Scholz
Termin Dienstag, 06.04.2021, 8:30 – 12:00 Uhr
Donnerstag, 08.04.2021, 8:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 50,00 €, inkl. Lehrbuch
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Familientreff

Welche Weiterbildung / Veranstaltung / Kurse wünschen Sie sich für Ihre persönliche und / oder gesellschaftliche Weiterentwicklung?

„Jetzt nicht mehr, aber mit 16 hätte ich mir einen Kurs gewünscht in dem man erfährt, was nach der Schule wichtig ist: Bausparvertrag, Berufsunfähigkeit, Lebensversicherung, usw. “

(w, 27 Jahre)

Babysitterkurs Für Mädchen und Jungen ab der 6. Klasse

Babysitter sind für Familien mit Kindern oft der erste Ansprechpartner, wenn es darum geht, ein paar Stunden Freizeit zu genießen - und auch oft der erste Kontakt, der nicht innerhalb der Familie stattfindet. Eine gute Qualifikation, die Kindern, Eltern und Babysittern Sicherheit verspricht, ist Grundlage für eine vertrauensvolle Zusammenarbeit. Diese Veranstaltung bereitet die zukünftigen Babysitter auf ihre neue Aufgabe vor. Kursinhalte werden beispielsweise die Auseinandersetzung mit dem Job „Babysitter“, Wickel- und Trageübungen an einer Puppe und Tipps zur Ersten Hilfe am Kind sein. Darüber hinaus werden Möglichkeiten, Kinder zu beruhigen besprochen und Beschäftigungsmöglichkeiten für Kinder unterschiedlichen Alters gesammelt und teilweise ausprobiert. Am Ende der Veranstaltung erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat.

Bitte mitbringen: Schreibmaterialien, Babypuppe (falls vorhanden)
Zielgruppe: Kinder und Jugendliche ab der 6. Klasse

4208

Babysitterkurs

Leitung Erika Ellers
Termin Dienstag, 30.03.2021, 9:00 – 12:30 Uhr
Mittwoch, 31.03.2021, 9:00 – 12:30 Uhr
Gebühr 30,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4209

Babysitterkurs - Inhouse-Schulung -

Leitung Erika Ellers
Termin nach Vereinbarung
Gebühr nach Vereinbarung
Ort nach Vereinbarung

New Africa / Shutterstock.com

4210

Fast Food = Fit Food Für Jugendliche von 13 bis 17 Jahren

Dieser Nachmittag richtet sich an alle Jugendlichen zwischen 13 und 17 Jahren, die sich für Leckereien interessieren, die nicht nur schnell zuzubereiten sind, sondern im Vergleich zum bereits bekanntem „Fast Food“ einen großen Vorteil haben: Sie machen FIT und SATT! Diese Veranstaltung sorgt dafür, dass die Jugendlichen danach wissen, wie „Fit Food“ zubereitet wird und vor allem, wie gut es schmeckt!
Zielgruppe: Jugendl. von 13 bis 17 Jahren

Leitung Anne Specker
Termin Mittwoch, 21.04.2021, 16:00 – 18:00 Uhr
Gebühr 8,50 €, zzgl. Lebensmittelumlage
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!

4211

Pimp your Pausendose Für Jugendliche von 13 bis 17 Jahren

Wer es im wahrsten Sinne des Wortes „satt“ hat, Tag für Tag das gleiche Frühstück in seiner Pausendose zu haben, der ist hier genau richtig. Jugendliche zwischen 13 und 17 Jahren erfahren an diesem Nachmittag ganz praktisch, wie ihre Pausenbox mit ein paar einfachen Tipps und Tricks zu einem Highlight in der Schule wird und sie zugleich stark für den Tag macht. Soviel sei gesagt: Käsestulle und Salamibrote waren gestern...
Zielgruppe: Jugendl. von 13 bis 17 Jahren

Leitung Anne Specker
Termin Mittwoch, 09.06.2021, 16:00 – 18:00 Uhr
Gebühr 8,50 €, zzgl. Lebensmittelumlage
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

stockcreations / Shutterstock.com

Welche Fähigkeiten glauben Sie, werden in Zukunft für die Gesellschaft wichtig sein?

„Rücksichtnahme und Unterstützung“

(w, 69 Jahre)

Familienangebote der Stadt Vechta

VECHTA PUNKTUM.

Angebote – Projekt „EFi“ Elternarbeit – Frühe Hilfen Migrationsfamilien der Stadt Vechta

Das Integrationsprojekt „EFi“ der Stadt Vechta ist Teil des Förderprogramms „Familie mit Zukunft“ des Landes Niedersachsen. Es richtet sich an Migrantinnen und Migranten, die in „Mutter-Kind-Gruppen“, in den Grundschulen, in Kindergärten und diversen Einrichtungen in der Stadt Vechta in vielen Fragen beraten und unterstützt werden. Im Mittelpunkt der Förderung stehen Sprache, Bildung, Erziehung und Gesundheit der Kinder, sowie alle wichtigen Fragen rund um Thema „Familien“.

Kontaktdaten: Projektleitung „EFi“:
Frau Yurdagül Erdogdu und Indira Ejupi
Stadt Vechta, Burgstraße 6,
Zimmer E 03, 49377 Vechta
Telefon: 04441 886 - 5012 oder
Telefon: 04441 886 - 5013
E-Mail: efi@Vechta.de,
Internet: www.vechta.de

Offene Sprechstunde für Migrantenfamilien

Termine: jeden Montag und Dienstag von 08:30 - 12:00 Uhr und donnerstags von 14.30 - 16.30 Uhr
Ort: Rathaus Vechta, Burgstraße 6, Zimmer E03, Tel.: 04441 886-520
Leitung EFi- Team

Mutter-Kind-Spielgruppe

Leitung: Yurdagül Erdogdu und Indira Ejupi
Termine: jeden 2. Dienstag im Monat, 14:30 - 17:00 Uhr
Ort: Mütterzentrum, Willohstr. 20

Müttertreff

Leitung: Yurdagül Erdogdu
Termine: jeden Mittwoch, 09:30 - 12:30 Uhr
Ort: Mütterzentrum, Willohstr.20

Mutter-Kind-Gruppe im Mütterzentrum

Leitung: Indira Ejupi
Termine: jeden Mittwoch, 10:00 - 12:30 Uhr
Ort: Mütterzentrum, Willohstr.20

Deutschkurse für Frauen (mit Kinderbetreuung)
Gruppe für Anfänger und Fortgeschrittene

– finanziert durch die Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Vechta –
Leitung: Veronika Fraile (Fortgeschrittene)
Termine: jeden Mittwoch, 16:00 - 18:00 Uhr
Ort: KiTa Arche Noah, Heinestraße 8
Infos: Sandra Lindenthal (Gleichstellungsbeauftragte), Tel: 04441 8898696
Yurdagül Erdogdu (EFi-Projekt),
Tel.: 04441 886520

Eltern-Kind-Turnen
(multikulturelle Gruppe mit Kindern im Alter von 1 - 6 Jahren)

Leitung: Indira Ejupi
Termine: jeden Mittwoch, 16:30 - 18:00 Uhr
Ort: KiTa Arche Noah, Heinestraße 8, Turnhalle

Turngruppe „Frauen in Bewegung“

Leitung: EFi-Team und Inga Sinitskaya
Termine/Ort: jeden Do., 16:00 - 17:00 Uhr in der KiTa der AWO, Graskamp 1, Turnhalle
jeden Samstag von 09:00 – 10:00 Uhr in der Kita Arche Noah, Heine-Str. 8

Mütter Café in Kooperation mit dem Mütterzentrum e.V.

Leitung: Yurdagül Erdogdu und Indira Ejupi in Kooperation mit dem Mütterzentrum e.V.
Termine: jeden Freitag, 09:30 - 12:00 Uhr
Ort: Mütterzentrum Willohstr.20

Beratungsstunde in verschiedenen Sprachen

Leitung: EFi-Projekt
Termin: 1. und 3. Donnerstag im Monat
morgens: arabisch und
nachmittags: russisch und polnisch
2. und 4. Donnerstag im Monat
morgens: mazedonisch und serbisch
nachmittags: rumänisch
Ort: Rathaus Vechta, Burgstraße 6, Zimmer E03, Tel.: 04441 886520

Einmal in der Woche bieten wir im Wechsel eine Beratung in verschiedenen Sprachen an (Arabisch, Mazedonisch, Rumänisch, Serbisch, Kosovarisch, Albanisch, Russisch und Polnisch). Die Integrationslotsinnen sind jeden Donnerstag von 10 bis 12 Uhr und von 14:30 bis 16:30 Uhr im Rathaus (Zimmer E03 im Erdgeschoss) anzutreffen.
Zurzeit finden die Angebote aufgrund der Pandemie nicht statt, möchten aber so schnell wie möglich wieder starten.

VECHTA

Schulische Bildung

Gabriela Pollmann
Tel.: 04442 / 93708-16
g.pollmann@kvhs-vechta.de

5001

Realschulabschlusskurs

Die Kreisvolkshochschule Vechta e.V. bietet jungen Menschen die Möglichkeit, den Realschulabschluss nachträglich in Vollzeit zu erwerben. In diesem Vorbereitungskurs für den nachträglichen Erwerb des Realschulabschlusses für Nicht-Schüler werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Biologie, Politik/Geschichte und Wirtschaft unterrichtet. In diesen Fächern finden auch die schriftlichen und mündlichen Prüfungen gemäß der Prüfungsverordnung des Landes Niedersachsen statt. Der Kurs läuft über 10 Monate. Die Abschlussprüfungen werden im Frühsommer 2022 vor der Landesschulbehörde Osnabrück abgelegt. Voraussetzung: Die Schulpflicht wurde bereits erfüllt. Informationen bei Gabriela Pollmann, 04442 93708 16.
Gesamtkosten 750.- € (in Raten zahlbar).

Leitung Dozententeam
Termin 10 Monate, montags bis freitags, Kurstermine ab 30.08.2021 von 8:00 Uhr bis 13:00 Uhr
Gebühr 750,00 €
Ort Lohne, Kreisvolkshochschule, Lindenstraße 49

5002

Fachoberschule Wirtschaft Info

In diesem berufsbegleitend durchgeführten Lehrgang wird auf die Abschlussprüfung an Fachoberschulen - Fachrichtung „Wirtschaft“ - im Frühjahr 2023 vorbereitet. Voraussetzung für die Teilnahme sind das Abschlusszeugnis der Realschule, der Berufsfachschule Wirtschaft oder ein gleichwertiges Zeugnis und eine abgeschlossene einschlägige Berufsausbildung mit Berufsschulabschlusszeugnis. Der Unterricht wird in den Fächern Deutsch, Englisch, Mathematik, BWL, VWL, Rechnungswesen/Controlling, Politik, Physik und Wirtschaftsinformatik erteilt.
Geplanter Beginn ab Anfang November 2021!
Informationen unter: 04442/937080

Leitung Dozententeam
Termin 1,5 Jahre, dienstags und mittwochabends, samstagvormittags, Kurstermine ab 12.10.2021 von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr
Gebühr 2.195,00 € (95,00 € pro Monat zzgl. Prüfungsgebühr!)
Ort Lohne, Kreisvolkshochschule, Lindenstraße 49

LStockStudio / Shutterstock.com

Melden Sie sich bitte rechtzeitig an:
Telefon: 04442/93708-0
oder 04441/93778-0
Telefax: 04442/93708-29
oder 04441/93778-29
Mail: info@kvhs-vechta.de

5003

Mathematik-Training: 10. Klasse Realschule

Wiederholung und Festigung der wichtigsten Inhalte in Vorbereitung auf die Zentralprüfung im Fach Mathematik:

- Lineare und quadratische Gleichungen, lineare Gleichungssysteme
- Proportionale und antiproportionale Zuordnung
- Prozent- und Zinsrechnung
- Lineare und quadratische Funktionen
- Sätze am rechtwinkligen Dreieck
- Berechnungen an geometrischen Körpern
- Stochastik

Leitung N.N.
Termin Beginn ist am Mittwoch, 17.02.2021, 10 Abende, jeweils mittwochs, 17:00 – 18:30 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Welche Fähigkeiten glauben Sie, werden in Zukunft für die Gesellschaft wichtig sein?

„Flexibilität, Teamfähigkeit, Empathie, Zusammenhalt, Rücksicht.“

(w, 34 Jahre)

Berufliche Bildung

Pädagogik 58

Fortbildungen nur für Kindertagespflege-personen aus Vechta und Visbek 60

Fortbildungen für Kindertagespflege-personen aus dem Landkreis Vechta 62

Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen 62

Aufbauqualifizierung für Kindertagespflege-personen aus dem Landkreis Vechta 63

vhsConcept 66

Sprachen 70

EDV 72

Wirtschaft. 73

Gesundheit. 76

Miriam Nost
Tel.: 04441 / 93778-20
familientreff@kvhs-vechta.de

Bettina Espelage, Gabriele Deters, Maria Hoping-Warnking und Bianca Senouwoe
Tel.: 04441 / 93778-18
ktp@kvhs-vechta.de

Pädagogik

6001

Vorankündigung: Präsentationstechniken souverän anwenden

In vielen Berufsfeldern wird die prägnante und kurzweilige Präsentation immer wichtiger. Ob in Zweiergesprächen, in Gruppenbesprechung oder bei Vorträgen, geht es immer darum, sein Gegenüber präzise und emotional anzusprechen und dadurch die volle Aufmerksamkeit zu gewinnen. Dabei kommt es vor allem auf die unterhaltende „Verpackung“ an, denn Standard ist langweilig. Das sogenannte „Story-Telling“ (Geschichtenerzählen) ist eine wirksame Methode, um Inhalte nachhaltig zu vermitteln. Dabei kommen nicht nur Gestik, Mimik und Stimme zum Einsatz, sondern auch die Fantasie und Leidenschaft des Vortragenden. Präsentieren passiert von Mensch zu Mensch, daher sind neben Rhetorik und Körpersprache, auch Humor und Kreativität enorm wichtig, denn selbstsicheres Auftreten entsteht durch das Zusammenspiel von innerer und äußerer Haltung.
Das Seminar bietet folgende Inhalte und praktische Übungen: Präsentationsstärken sichern mit PowerPoint Karaoke, Aufbau und Ablauf verschiedener Kurzpräsentationen (z.B. „Elevator Pitch“ oder Businessplan), Inszenierung von beeindruckenden Präsentationen auch ohne PowerPoint.

Leitung Stephanie Trapp
Termin Samstag, 09.10.2021, 10:00 – 17:00 Uhr
Gebühr 80,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

6003

Kindertagespflege – Was ist das?

Diese Informationsveranstaltung richtet sich an alle Interessierte, die an einer Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson teilnehmen möchten. Auch interessierte Eltern sind eingeladen.
Eine Anmeldung ist erforderlich.

Welche Weiterbildung / Veranstaltung / Kurse wünschen Sie sich für Ihre persönliche und / oder gesellschaftliche Weiterentwicklung?

„Aufbaukurse zur Qualifizierung.“

(w, 33 Jahre)

HIGHLIGHT

6002

Vielfalt gestalten – Leitungskompetenzen fördern. nifbe-Gruppen-Coaching für KiTa-Leitungskräfte

Kitas sind Orte der Vielfalt von Anfang an und Leitungskräfte tragen u.a. eine zentrale Verantwortung für den kompetenten Umgang mit den verschiedenen Vielfaltsdimensionen und -aspekten in ihrer Einrichtung. Sie sind dabei ebenso für die konzeptionelle Ausrichtung und Raumgestaltung ihrer Einrichtung wie auch für die konkrete Gestaltung und begleitende Reflexion der Interaktions-, Kommunikations- und Entwicklungsprozesse verantwortlich. Als Leitungskräfte müssen Sie dabei zugleich die Pädagogik, das Personal, das Budget sowie die Kinder und Eltern „im Blick“ haben.
Das nifbe-Coaching soll Leitungskräfte dabei unterstützen ihre anspruchsvolle und herausfordernde Arbeit im Hinblick auf den Umgang mit Vielfalt in der Einrichtung zu reflektieren. Die Bearbeitung verschiedener Themen ist möglich und soll sich auf die konkreten Fragen der teilnehmenden Leitungskräfte beziehen - von der Konzeption über die vielfaltskompetente Interaktions- und Beziehungsgestaltung oder sozialräumliche Vernetzung bis hin zu Fallbesprechungen.
Zielgruppe: KiTa-Leitungskräfte
Ziel: Das nifbe-Coaching soll Leitungskräfte dabei unterstützen, ihre anspruchsvolle und herausfordernde Arbeit im Hinblick auf den Umgang mit Vielfalt in der Einrichtung zu reflektieren.
Inhalte:
- Bearbeitung verschiedener Themen
- Konkrete Fragen der teilnehmenden Leitungskräfte in Bezug auf Konzeption, Interaktions- und Beziehungsgestaltung, sozialräumliche Vernetzung bis hin zu Fallbesprechungen erarbeiten

Leitung Bärbel Kruthaup
Termin Beginn ist am Donnerstag, 25.03.2021, 9:00 - 12:00 Uhr,
Freitag, 04.06.2021, 9:00 - 12.00 Uhr
Dienstag, 23.11.2021, 9:00 - 12:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Leitung Bettina Espelage
Termin Montag, 25.01.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Kindertagespflege – eine flexible Betreuungsform

Die Kindertagespflege hat sich als zweites Standbein der Kinderbetreuung etabliert. Sie wird von Eltern gerne als Betreuungsangebot angenommen, die eine flexible und bedarfsorientierte Betreuung für ihre Kinder suchen, d.h. individuelle Betreuungszeiten können passgenau mit der Tagespflegeperson abgestimmt werden.

Dies ist auch ein Grund, an Interessierte zu treten, denen der Umgang mit Kindern Freude bereitet und die Kinder in ihrer Entwicklung unterstützen und fördern wollen.

Die KVHS bietet die Möglichkeit, sich zur Tagesmutter/-vater qualifizieren zu lassen. Nähere Informationen erhalten Sie unter: 04441/93778-18.

Oksana Kuzmina / Shutterstock.com

6004

Qualifikation zum/r SchulbegleiterIn und InklusionshelferIn

Kinder sind unsere Zukunft. Kinder mit körperlichen und geistigen Einschränkungen haben das gleiche Recht einen Kindergarten oder eine Regelschule zu besuchen, wie andere Kinder auch. Da diese Kinder aber häufig einen erhöhten Bedarf an Fürsorge und Aufmerksamkeit benötigen, werden Inklusionshelfer und/oder Schulbegleiter eingesetzt, die auf die Bedürfnisse des von Ihnen betreuten Kindes eingehen können und es so in seinem Alltag begleiten und unterstützen. Dieser Kurs vermittelt Ihnen grundlegendes Wissen über die Arbeit mit Inklusionskindern. Neben rechtlichen Grundlagen und einer Einführung in das berufliche Selbstverständnis, bekommen Sie einen Überblick über typische Krankheitsbilder und Behinderungsarten.
Zum erfolgreichen Abschluss des Kurses und zum Erhalt eines Abschlusszertifikats wird eine Projektarbeit gefordert, die Sie im Kurs vorstellen und damit zeigen können, was Sie im Unterricht gelernt haben.
Nach Beendigung des Kurses sind Sie in der Lage, Inklusionskinder qualitativ hochwertig zu betreuen und zu unterstützen.

Leitung Daniela Lamping
Termin Beginn ist am Samstag, 06.02.2021, 9 Tage, jeweils samstags, 8:30 – 16:00 Uhr
Gebühr 220,00 €
Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

6005

Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson

Zunehmend mehr Familien sind auf die Unterstützung einer Kindertagespflegeperson angewiesen. In diesem 160 Unterrichtsstunden umfassenden Lehrgang, dessen erfolgreiche Teilnahme zur Erlangung des Zertifikats „Qualifizierte Kindertagespflegeperson“ des Bundesverbandes für Kindertagespflege e. V. führt, bereiten sich interessierte Frauen und Männer auf eine Tätigkeit als Kindertagespflegeperson vor. Die Inhalte des Lehrgangs sind unter anderem: das Anforderungsprofil für Kindertagespflegepersonen, die Kinderbetreuung in der Kindertagespflege und ihre Rahmenbedingungen, rechtliche Aspekte der Kindertagespflege, Bildung, Erziehung und Betreuung der Kinder.
Der Unterricht wird außerhalb der Schulferien mittwochs und freitags, sowie an 3 - 4 Samstagen durchgeführt.

Leitung Dozententeam
Termin 40 Tage, jeweils mittwochs und freitags, Kurstermine ab 14.04.2021 von 8:30 Uhr bis 11:45 Uhr
Gebühr nach Absprache mit den zuständigen Städten und Gemeinden
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Oksana Kuzmina / Shutterstock.com

„Unsere Kursangebote erscheinen regelmäßig in der Tages- und Wochenpresse. Bitte achten Sie auf die entsprechenden Veröffentlichungen.“

Was wünschen Sie sich von der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. als Einrichtung der Erwachsenenbildung?

„Tolle Weiterbildungskurse, die man spezieller für die Qualifizierung weiter nutzen kann! Vielleicht mal kleine Praktika, um in die Materie reinzukommen und sie zu verstehen.“

(w, 33 Jahre)

Fortbildungen nur für Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Anmeldungen sind nur telefonisch ab **Mittwoch, 13.01.2021, 8:30 Uhr** über das Kindertagespflegebüro unter 04441-93778-18 möglich.

6020

Tagesseminar: Nähe und Distanz in der Kindertagespflege

Die Kindertagespflege ist die familienähnlichste Betreuungsform. Darin besteht die große Herausforderung, den Balanceakt von Nähe und Distanz mit den zu betreuenden Kindern und der Familie angemessen zu gestalten. Die Wahrnehmung der eigenen Grenzen und die der zu betreuenden Personen schafft die Grundlage für ein professionelles Arbeiten als Kindertagespflegeperson.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek
Ziel: - Eigener Umgang mit Nähe- und Distanzverhalten
- Kinderschutz

Leitung Lisa Kirchner
Termin Samstag, 06.02.2021, 9:00 – 16:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Welche Weiterbildung / Veranstaltung / Kurse wünschen Sie sich für Ihre persönliche und / oder gesellschaftliche Weiterentwicklung?

„Ich wünsche mir Weiterbildungen zum Thema „U-3“. Dies wäre gut für meine Arbeit und Vechta sehr zentral für mich.“

(w, 23 Jahre)

6021

Tagesseminar: Inklusion / Behinderung / Teilhabe – Was habe ich damit in der Kindertagespflege zu tun?

Am 3. Mai 2008 ist das Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen in Kraft getreten - die „UN-Behindertenrechtskonvention“!
Seitdem beschäftigen sich viele kluge Köpfe mit den Auswirkungen und der entsprechend notwendigen Umsetzung in der jeweiligen Kommune.
In diesem Kursangebot wollen wir uns mit Behinderungsbildern beschäftigen, die uns im Alltag immer wieder begegnen. Die eigenen Erfahrungen mit dem Thema „Behinderung“ sollen dabei Platz finden. Wir sprechen über Teilhabe und Inklusion, über die Individualität des Einzelnen und was die UN letztendlich verändert wissen wollte. Weiterhin beschäftigen wir uns mit dem jeweiligen Kostenträger der Eingliederungshilfe, was dieser aktuell tun muss und weshalb der mündige Bürger immer weniger durchblickt. Am Ende des Kurses werden alle Teilnehmenden einen besseren Durchblick haben und aktiv den Hilfeprozess mitgestalten können.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek
Ziel: - Behinderungsbilder
- öffentliche Hilfen für Menschen mit Behinderung (Eingliederungshilfe)
- BTHG, BeNi, ICF, HIlfeplanung
- Reflexion bzgl. eigener Erfahrungen mit dem Thema „Behinderung“

Leitung André Grabbe
Termin Samstag, 20.02.2021, 9:00 – 14:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Olesia Bilkei / Shutterstock.com

6022

Erste Hilfe bei Stress – Information und Unterstützung

Kinesiologie ist eine Methode, die die körperliche, geistige und seelische Beweglichkeit fördern kann. Dieser Mitmach-Vortrag informiert und zeigt einige der genialen kinesiologischen Übungen, die zur Entspannung beitragen können. Des Weiteren beschäftigen wir uns allgemein mit dem Thema Stress: Was ist Stress? Mit welchen Reaktionen zeigt unser Körper Stress an? Wie kann ich ihn erkennen und am besten (für mich) damit umgehen? Die Übungen lassen sich sehr gut in den Alltag integrieren und begeistern häufig auch Kinder.
Bitte mitbringen: Wasser als Getränk.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek
Ziel: - frühzeitiges Erkennen der Stressoren und der eigenen Stressreaktionen
- „Erste-Hilfe-Notfall-Set“ , welches jederzeit und überall anwendbar ist

Leitung Christina Oberschmidt
Termin Montag, 31.05.2021, 17:30 – 20:45 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

6023

Tagesseminar: Die Kunst des Vorlesens – lebendiges Vorlesen von Geschichten

„Vorlesen ist die Mutter des Lesens“. Dieses Zitat von J. W. v. Goethe klingt an, dass ein gutes Vorlesen Kinder zum späteren Selbstlesen inspirieren kann. Aber wie gelingt es, kleine oder auch große Zuhörer zu begeistern und bereits mit den ersten Worten in den Bann zu ziehen?

Um die Kunst des Vorlesens zu erlernen, werden wir in diesem Seminar an verschiedenen Texten arbeiten, um gemeinsam die Möglichkeiten zum spannenden Vortragen, zur Betonung und Lautstärke, zur klaren Artikulation und zum lebendigen Erzählen zu entdecken. Die Teilnehmenden erfahren auf anregende und kreative Weise einen neuen Zugang zu ihrer persönlichen Vorlesestärke.

Durch Techniken aus dem Schauspiel wird die Stimme so zum Klingen gebracht, das Worte zu Bildern werden, die beim Zuhörer die Phantasie in Gang setzen. Die Teilnehmenden werden mit dem sprachlichen Werkzeug ausgerüstet, das ihnen ermöglicht, jede Art von Text individuell zu gestalten und mitreißend vorzutragen.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek
Ziel: neuer Zugang zur persönlichen Vorlesestärke

Leitung Stephanie Trapp
Termin Samstag, 12.06.2021, 10:00 – 15:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6024

Informationsveranstaltung: Caritas-Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche – In Kooperation mit der Caritas-Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

„Einen Menschen zu erziehen heißt, ihm zu sich selbst zu verhelfen“, P. Altenberg. Um als Ressource Eltern, Bezugspersonen und Fachleuten bei der Bewältigung dieser Aufgabe zu unterstützen, gibt es das Angebot der Erziehungsberatung. Dahinter verbirgt sich ein breites Angebot von beratenden, begleitenden, stützenden und vorbeugenden Hilfen, die in dieser Veranstaltung vorgestellt werden. Thematische Vertiefungen sind in Absprache mit den Teilnehmenden willkommen.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek
Ziel: Informationen zu beratenden, begleitenden, stützenden und vorbeugenden Hilfen der Erziehungsberatungsstelle

Leitung Walburga Rolfes
Termin Montag, 14.06.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!

6025

Praxisworkshop: Wahrnehmung, Sprache und Bewegung fördern

In Zeiten von Corona sollen wir möglichst wenig singen – es gibt jedoch reichlich Alternativen!
In diesem Praxisworkshop probieren wir Fingerspiele, Rhythmusgeschichten, Reime und Kreisspiele für Kinder unter 3 aus.
Bitte mitbringen: größere Puppe (sofern vorhanden)
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek
Ziel: Einfluss der jeweiligen Fingerspiele etc. auf die Förderung von Wahrnehmung, Sprache und Bewegung der Kinder

Leitung Linda Hoge
Termin Donnerstag, 15.07.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Vernetzungstreffen für Kindertagespflegepersonen aus Vechta

Ein Treffpunkt für alle aktiven Tagespflegepersonen aus Vechta, die zu Hause betreuen und für Kinderfrauen. Die Vernetzungstreffen dienen dem Informations- und Erfahrungsaustausch mit anderen Tagespflegepersonen aus Vechta. Um Anmeldung wird gebeten.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta

6026

Vernetzungstreffen in Vechta

Leitung Bettina Espelage
Termin Dienstag, 02.03.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6027

Vernetzungstreffen in Vechta

Leitung Bianca Senouwoe
Termin Montag, 28.06.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6028

Vernetzungstreffen der Großtagespflegestellen aus Vechta und Visbek

Ein Treffpunkt für alle aktiven Tagespflegepersonen, die in einer Großtagespflege arbeiten. Die Vernetzungstreffen dienen dem Informations- und Erfahrungsaustausch mit anderen Tagespflegepersonen aus Vechta und Visbek.
Um Anmeldung wird gebeten.
Zielgruppe: aktive Kindertagespflegepersonen, die in einer Großtagespflegestelle in Vechta oder Visbek arbeiten

Leitung Bettina Espelage, Bianca Senouwoe
Termin Mittwoch, 05.05.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6029

Vernetzungstreffen in Visbek

Ein Treffpunkt für alle aktiven Tagespflegepersonen aus Visbek, die zu Hause betreuen und für Kinderfrauen. Die Vernetzungstreffen dienen dem Informations- und Erfahrungsaustausch mit anderen Tagespflegepersonen aus Visbek.
Um Anmeldung wird gebeten.
Zielgruppe: aktive Kindertagespflegepersonen aus Visbek

Leitung Maria Hoping-Warnking
Termin Montag, 15.02.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Montag, 12.04.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Montag, 05.07.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Welche Fähigkeiten glauben Sie, werden in Zukunft für die Gesellschaft wichtig sein?

„Soziale, interkulturelle Fähigkeiten.“

(w, 48 Jahre)

Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen aus dem Landkreis Vechta

Anmeldungen sind nur telefonisch ab **Mittwoch, 13.01.2021, 08:30 Uhr** über das Kindertagespflegebüro unter 04441-93778-18 möglich.

6040

Gesundes Aufwachsen in psychisch belasteten Familien – In Kooperation mit dem Sozialdienst katholischer Frauen (SkF) e.V. Vechta

Viele Studien zeigen, dass Kinder mit psychisch erkrankten Elternteilen ein erhöhtes Risiko haben selbst Störungen zu entwickeln. Wie kann deren psychische Widerstandskraft gestärkt werden? Welche Möglichkeiten gibt es in der Kindertagespflege Schutzfaktoren und Ressourcen der Kinder und Eltern zu fördern?
Die Dozentinnen vom SkF e. V. Vechta berichten über ihre Arbeit im Angebot „Hilfen für Kinder psychisch erkrankter Eltern“, geben Anregungen zur kindgerechten Psychoedukation und weiteren Unterstützungsmöglichkeiten für Kinder und Eltern. Nach diesem inhaltlichen Vortrag wird es noch die Möglichkeit zum allgemeinen Austausch und zum Gespräch geben.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus dem Landkreis Vechta

Leitung Karin Sander, Vera Fleddermann
Termin Donnerstag, 27.05.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6041

Tagesseminar: Entwicklung des kindlichen Essverhaltens

Diese Tagesfortbildung richtet sich an interessierte Tagepflegepersonen, die das Essen als Beziehungs- und Bildungsangebot nutzen möchten. Es geht u.a. um die Entwicklung und Einflussfaktoren des kindlichen Essverhaltens, um die positiven Effekte gemeinsamer Mahlzeiten sowie um die Rolle, die die Tagespflegeperson, die Umgebung und das Kind dabei einnehmen. Praktische Erfahrungen finden an diesem Tag genauso Platz, wie Umsetzungsmöglichkeiten und offene Fragen, um am Ende das Bewusstsein dafür zu schärfen, dass Essen mehr als nur ein Punkt auf der alltäglichen Tagesordnung ist.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus dem Landkreis Vechta

Leitung Anne Specker
Termin Samstag, 05.06.2021, 9:00 – 14:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen

6050

Tragfähige Beziehungen zu Kindern und Eltern gestalten: Bindung und Beziehung

An diesem Abend möchte die Dozentin mit den Teilnehmenden darüber ins Gespräch kommen, welchen Stellenwert eine gute Bindung der Kindertagespflegeperson zum Tageskind in der täglichen Arbeit hat. Bindung und emotionale Sicherheit sind Voraussetzungen für gelungene Lernsituationen. Unter anderem durch den persönlichen Austausch von Erfahrungen wird erarbeitet, wie tragfähige Beziehung zum Tageskind und dessen Eltern aufgebaut werden können. Thematisch fließen ebenfalls Konzepte zu Empathie und Individualität in die Fortbildung ein.

HIGHLIGHT

6051

Umgang mit Konflikten in der Kindertagespflege

Ein großer Bestandteil des täglichen Miteinanders sind Konflikte. Wir werden täglich auf die Probe gestellt, Probleme zu lösen und Kompromisse zu finden. In der Arbeit mit Familien und Kindern spielen Konflikte ebenfalls eine wichtige Rolle. Neben negativen Gefühlen wie Verzweiflung, Wut und Enttäuschung, zählen sie dennoch als wertvolle Bildungssituationen für alle Beteiligten. Eine angemessene Begleitung und Lösung von Konflikten erleichtert das Miteinander und stärkt fürs Leben.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen
Ziel: - eigener Umgang mit Konflikten
- Entwicklung von Lösungsstrategien im Umgang mit Konflikten

Leitung Lisa Kirchner
Termin Samstag, 29.05.2021, 9:00 – 12:15 Uhr
Gebühr 21,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Oksana Kuzmina / Shutterstock.com

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen
Ziel: - Bindungstheorien
- Beurteilungskriterien für Bindungsprozesse

Leitung Erika Ellers
Termin Dienstag, 26.01.2021, 18:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 16,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Aufbauqualifizierung für Kindertagespflegepersonen aus dem Landkreis Vechta

Anmeldungen sind nur telefonisch ab **Dienstag, 12.01.2021, 08:30 Uhr** über das Kindertagespflegebüro unter 04441-93778-18 möglich.

6060

Tagesseminar: Erziehungspartnerschaft – Modul 1

Die Erziehungspartnerschaft ist die Basis für eine gelungene und wertschätzende Zusammenarbeit mit dem Kind und den Eltern. An diesem Tag wollen wir unter anderem an folgenden Fragestellungen gemeinsam arbeiten: Was bedeutet dieser pädagogische Ansatz für die Zusammenarbeit mit den Eltern und die pädagogische Arbeit am Kind? Welche Formen und Möglichkeiten gibt es um eine partnerschaftliche Zusammenarbeit zu gestalten? Wo sind Grenzen der partnerschaftlichen Zusammenarbeit?
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel: - Gewichtung und Bedeutung von Erziehungspartnerschaft
- Formen und Möglichkeiten partnerschaftlicher Zusammenarbeit
- Nutzen und Grenzen partnerschaftlicher Zusammenarbeit

Leitung Sandra Bolles
Termin Samstag, 27.02.2021, 9:00 – 16:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6061

Gemeinsam sind wir stark! - Erziehungspartnerschaft in der Kindertagespflege - Modul 1

Erziehungspartnerschaft bedeutet die Zusammenarbeit von Eltern und Tagespflegepersonen. Eine wichtige Basis zum Wohle des Kindes. Für dieses Ziel entwickeln beide Seiten gemeinsame Schritte, diskutieren über Ziele und Methoden der Erziehung des Kindes sowie über die dabei auftauchenden Probleme und Lösungsideen.
An diesem Abend kommt die Dozentin mit den Tagespflegepersonen ins Gespräch, wie eine dialogische Grundhaltung im regelmäßigen Austausch gegenseitigen Respekt, Ehrlichkeit und Verbindlichkeit im Umgang mit den Eltern gewährleisten kann. Fallbeispiele sind herzlich willkommen.

Leitung Linda Hoge
Termin Donnerstag, 11.03.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel: - dialogischer Ansatz
- Wahrnehmung des positiven Enflusses von Respekt, Ehrlichkeit und Verbindlichkeit in Erziehungspartnerschaften

6062

Gemeinsam sind wir stark! - Erziehungspartnerschaft in der Kindertagespflege - Modul 1

Erziehungspartnerschaft bedeutet die Zusammenarbeit von Eltern und Tagespflegepersonen. Eine wichtige Basis zum Wohle des Kindes. Für dieses Ziel entwickeln beide Seiten gemeinsame Schritte, diskutieren über Ziele und Methoden der Erziehung des Kindes sowie über die dabei auftauchenden Probleme und Lösungsideen.
An diesem Abend kommt die Dozentin mit den Tagespflegepersonen ins Gespräch, wie eine dialogische Grundhaltung im regelmäßigen Austausch gegenseitigen Respekt, Ehrlichkeit und Verbindlichkeit im Umgang mit den Eltern gewährleisten kann. Fallbeispiele sind herzlich willkommen.

Leitung Linda Hoge
Termin Donnerstag, 24.06.2021, 19:00 – 20:55 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel: - dialogischer Ansatz
- Wahrnehmung des positiven Enflusses von Respekt, Ehrlichkeit und Verbindlichkeit in Erziehungspartnerschaften

6063

Im Gespräch bleiben – Kommunikation in der Kindertagespflege - Modul 4

„Reden kann ich, da muss ich nichts lernen." - so oder so ähnlich reagieren viele Menschen, wenn sie hören, dass man ein Seminar zum Thema „Kommunikation" besucht. Und trotzdem ist es wichtig, auf positive Art und Weise im Gespräch zu bleiben. Nicht jedes Gespräch gelingt und so manche Botschaft will mein Gegenüber nicht hören oder verstehen. An diesem Vormittag wollen wir uns mit gelingender Kommunikation und dem eigenen Kommunikationsverhalten beschäftigen.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel: Grundlagen der Kommunikation, Reflexion der eigenen Gesprächsführung, Umgang mit schwierigen Situationen/Gesprächspartnern

Leitung André Grabbe
Termin Samstag, 06.03.2021, 9:00 – 12:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Welche Fähigkeiten sind speziell für Sie wichtig?

„Team- und Gruppenarbeit, Austausch."

(w, 33 Jahre)

6064

Kommunikation - Modul 4

Im Zusammenhang mit dem Thema „Kommunikation“ beschränken wir uns häufig auf die verbale Kommunikation. Wir kommunizieren jedoch darüber hinaus häufig auch auf der nonverbalen Ebene. Diese Unterschiede der Kommunikation, deren Zusammenhänge sowie verschiedene Methoden und Systeme der verbalen und nonverbalen Kommunikation, möchten wir an diesem Vormittag gemeinsam erarbeiten. Dabei haben wir sowohl die Kommunikation mit dem Kind sowie mit den Erwachsenen im Blick.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel: Die Teilnehmenden lernen die Unterschiede, verschiedene Methoden und Systeme der verbalen und nonverbalen Kommunikation mit dem Kind und dem Erwachsenen kennen und werden befähigt, diese Erkenntnisse in ihre Arbeit einfließen zu lassen.

Leitung Sandra Bolles
Termin Samstag, 03.07.2021, 9:00 – 12:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6065

Eingewöhnung - neue Wege zum gelungenen Start in die Kindertagespflege - Modul 10

Die Fremdbetreuung bedeutet für die Familien und Kinder ein neuer Lebensabschnitt, der oft mit Zweifeln und Unsicherheiten einhergeht. Daher ist es für alle Beteiligten umso wichtiger, einen behutsamen und sicheren Weg in die Kindertagespflege zu finden. Angelehnt an wissenschaftliche Theorien ist ein fachliches Eingewöhnungskonzept die Grundlage für eine wertschätzende und fachliche Betreuung. Im Kurs werden neue Perspektiven und Wege zur Eingewöhnung erarbeitet.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel: Gezielte praktische Anleitungen von Strategien und Methoden der Eingewöhnung, unter Berücksichtigung der wissenschaftlichen Erkenntnisse

Leitung Lisa Kirchner
Termin Samstag, 08.05.2021, 9:00 – 12:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6066

Von einer Situation in die Andere - Übergänge im Alltag gestalten - Modul 10

Übergänge begegnen uns und den Kindern immer wieder im Alltag. Da gibt es die großen Übergänge von der Familie in die Kindertagespflege und von dort in den Kindergarten. Aber auch die vielen kleinen Übergänge im Alltag, wie z.B. der Weg vom Spiel zur Mahlzeit, sind von großer Bedeutung und können Sie in Ihrer Arbeit auch unterstützen und entlasten. An diesem Abend möchte ich Ihnen einen Einblick in die Gestaltung von Mikrotransitionen, den kleinen Übergängen im Alltag, geben.
Zielgruppe: Tagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel:
- Theoretisches Wissen über die vielfältigen Übergänge im Alltag der Kinder und deren Bedeutung für die Pädagogik
- Handlungswissen zur Begleitung und Unterstützung der Kinder bei Übergängen
- Methoden der Gestaltung von Mikrotransitionen im Alltag der Kindertagespflege

Leitung Nina Trottnow
Termin Donnerstag, 10.06.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Wie stellen Sie sich einen Kurs / eine Veranstaltung in der Zukunft vor?

„Flexibel, viral, ans Netz angebunden, um von zuhause aus zuzuschalten.“

(w, 27 Jahre)

6067

Tagesseminar: Jungen - Mädchen - Gender: Eine geschlechtsbewusste Pädagogik gestalten - Modul 11

„Ich mache keine Unterschiede beim Geschlecht!“
Mit dieser Aussage verschwindet das Geschlechterthema von der Tagesordnung. Allerdings: Gerade die Bewusstseinswahrnehmung von Unterschieden und der kompetenzorientierte Umgang damit sind Merkmale von Professionalität geschlechterbewusster Pädagogik.
In diesem Seminar geht es darum, Studienergebnisse aus dem pädagogischen Alltag kennenzulernen und diese effektiv für die Reflexion der eigenen Haltung zur Genderpädagogik zu nutzen. Dabei wird „doing gender“ als zentrale Aufgabe verstanden, jedes Kind in seinem aktiven Entwickeln und Gestalten seiner Geschlechtsidentität zu unterstützen.
Zielgruppe: Tagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel: theoretische und praktische Arbeitshilfen für eine gelingende geschlechtsbewusste Pädagogik im frühpädagogischen Feld

Leitung Bärbel Kruthaup
Termin Dienstag, 27.04.2021, 9:00 – 16:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6068

Sozialkompetenz im Bereich Verhaltensauffälligkeiten, besonderer Förderbedarf und Fördermöglichkeiten - Modul 15

Wann ist ein Kind in seiner Entwicklung auffällig? Wann besteht besonderer Förderbedarf? Was für Fördermöglichkeiten gibt es? Wo kann ich mir Hilfe holen? Mit all diesen Fragen und noch mehr möchten wir uns an diesem Abend beschäftigen. Im guten Mix aus Theorie und Praxis soll Ihnen dieses Thema näher gebracht werden und Sie für ihren Alltag mit den Kindern und der Zusammenarbeit mit den Eltern stärken.
Zielgruppe: Tagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen

Ziel: - von der Norm abweichende Entwicklungsverläufe
- Fördermöglichkeiten

Leitung Sandra Bolles
Termin Donnerstag, 28.01.2021, 18:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6069

Entwicklung der Selbstständigkeit im Kindesalter - Modul 15

Selbstständigkeit als zentrale Aufgabe des gesamten kindlichen Lebensweges umfasst viele einzelne Fähigkeiten, die gut zusammenwirken müssen. In diesem Seminar werden die dafür notwendigen Schritte in der emotionalen, sozialen und kognitiven Entwicklung dargestellt, um unter Berücksichtigung der Erfahrungen von Teilnehmenden deutlich zu machen, ob und wie der Prozess der Selbstständigkeit gefördert werden kann.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel: Wahrnehmung der kognitiven, emotionalen und sozialen Entwicklung von Kindern, um den Alltag so zu gestalten, dass deren Sozialkompetenz gefördert und gefordert wird

Leitung Dr. Erika Butzmann
Termin Samstag, 17.04.2021, 10:00 – 13:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6070

Förderung der Sozialkompetenz beim Kind - Modul 15

Die Fähigkeit in der Gemeinschaft zu leben und zurecht zu kommen ist ein wichtiger Lernprozess im Betreuungsalltag der Kindertagespflege. Was benötigen Kinder, um empathisch zu werden, Freundschaften zu schließen und anderen zu helfen? Der Mensch ist von Natur aus ein soziales Wesen. Wie können wir dieses Potential erkennen und fördern? Das Seminar bietet wissenschaftliche und praktische Grundlagen zur Förderung der Sozialkompetenz beim Kind.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel: Sozialverhalten erkennen und gezielt fördern

Leitung Lisa Kirchner
Termin Samstag, 10.07.2021, 9:00 – 14:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6071

Tagesseminar: Beobachtung = Beachtung - Modul 16

Kleine Kinder haben ganz spezielle Interessen und Bedürfnisse. Sie verfolgen eigene Wege des Denkens, Verstehens und Lernens und sie entwickeln spezifische Deutungs- und Ausdrucksformen. Beobachtung und Dokumentation verfolgen somit das Ziel, die Interessen, Bedürfnisse und Themen der Kinder zu entschlüsseln und auf der Grundlage der hier gewonnenen Erkenntnisse den pädagogischen Alltag und die Entwicklungsbegleitung der einzelnen Kinder fachlich fundiert zu gestalten.
In dieser Tagesveranstaltung wollen wir uns mit diesen Inhalten, sowie mit verschiedenen Möglichkeiten der Beobachtung und Dokumentation befassen. Im guten Mix aus Theorie und Praxis möchten wir die Wichtigkeit und Bedeutung von Beobachtung und Dokumentationen gemeinsam erarbeiten.
Zielgruppe: Tagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel: unterschiedliche Möglichkeiten der Beobachtung und Dokumentation

Leitung Sandra Bolles
Termin Samstag, 16.01.2021, 9:00 – 16:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6072

Beobachtung und Dokumentation - Portfolio - Modul 16

Beobachten passiert immer und überall. In unserem Alltag ist die Beobachtung von zentraler Bedeutung. Der Alltag mit Kleinkindern ist geprägt von Anschauen, Nachprüfen, Acht geben und Aufpassen. Kinder sollen und wollen auch gesehen werden und haben ein Recht auf Beobachtung.
Diese Veranstaltung soll Ihnen das Thema Beobachtung und Dokumentation näher bringen und die Besonderheiten in der Arbeit mit Kleinstkindern verdeutlichen. Des Weiteren beschäftigen wir uns mit dem Prozess der Beobachtung und Dokumentation. Wir besprechen die Planung einer Beobachtung und Sie lernen die unterschiedlichen Beobachtungsmethoden und Möglichkeiten der Dokumentation kennen. Wir werden Beobachtungsübungen anhand von Videosequenzen durchführen und sprechen über Beobachtungsfehler und deren Reduktion.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel: Erlernen von Beobachtungsverfahren

Leitung Kristina Röhling
Termin Samstag, 05.06.2021, 9:00 – 14:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6073

Aufbauqualifizierung: Lerngruppe

Die Lerngruppe dient zum einen der Vernetzung und der Konzeptentwicklung. Zum anderen ist die Vertiefung neuer Kenntnisse, die durch die Teilnahme an Fortbildungen der Aufbauqualifizierung erworben wurden, Gegenstand des Austausches.
Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen, festgelegte Gruppe

Leitung Maria Hoping-Warnking
Termin Mittwoch, 10.02.2021, 19:30 – 21:00 Uhr
Mittwoch, 14.04.2021, 19:30 – 21:00 Uhr
Mittwoch, 07.07.2021, 19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Welche Fähigkeiten sind speziell für Sie wichtig?

„Im Bereich Erziehung und Bildung."

(w, 48 Jahre)

Sabina Kramer
Tel.: 04441 / 93778-14
s.kramer@kvhs-vechta.de

vhsConcept

vhsConcept ist ein Verband von 57 Volkshochschulen in Niedersachsen. Gemeinsam entwickeln und bieten wir nach festgelegten Qualitätsstandards landesweit Weiterbildungsprogramme und Lehrgänge zur Qualifizierung und Fortbildung in den Bereichen Gesundheit, Bildung und Soziales an. Bei erfolgreicher Teilnahme erhalten Sie einen qualifizierten Nachweis oder bei prüfungsbezogenen Lehrgängen ein Zertifikat von „vhs-Concept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.“. Zum Fortbildungsangebot gehören u.a. folgende Lehrgänge:
- FachwirtIn Kindertageseinrichtungen (VHS)
- Bildung im Elementarbereich (VHS)
- Psychologie und Beratung in Ehrenamt und Beruf (VHS)

Nähere Informationen über diese und weitere Lehrgänge erhalten Sie in den KVHS-Geschäftsstellen unter Telefon: 04442/93708-0 oder 04441/93778-0.

Phovoir / Shutterstock.com

6080

Infoveranstaltung: Systemische/r BeraterIn

Dieser Lehrgang bietet Personen, die in sozialen Arbeitsfeldern mit Familien bzw. Teilfamilien arbeiten, die Möglichkeit, ihre Handlungskompetenzen zu erweitern. Sie werden im Lehrgang eine neue - systemische - Sichtweise erarbeiten und diese in ihre bisherige Tätigkeit integrieren. In diesem berufsbegleitenden Lehrgang können eigene Erfahrungen eingebracht werden, ein Transfer der Lehrgangsinhalte in den eigenen Arbeitszusammenhang wird ermöglicht.
Zielgruppen sind Personen in pädagogischen, sozialen und beratenden Arbeitsfeldern wie z. B.:
- MitarbeiterInnen in Einrichtungen der Familien- und Erziehungshilfe,
- freien Praxis der Familien- und Paarberatung, Adoptionsvermittlung u. a.
- Beratungslehrkräfte an Schulen
- Psychologinnen und Psychologen
- Erzieherinnen und Erzieher
- Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen
- Ein Einstieg in die laufende Fortbildung ist nicht möglich. InteressentInnen für einen neuen Lehrgang erhalten Informationen in der Geschäftsstelle der Kreisvolkshochschule in Vechta.

Inhalte:
- Soziales Wirken und Systemisches Modell
- Kommunikation mit Familien
- Krisengespräche mit (Teil-)Familien
- Familien-Rekonstruktionen
- Suchtstrukturen in Familien
- Selfcare der Familienberater/innen

Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab. Jede/r Teilnehmende erhält nach absolvierter Prüfung ein Zertifikat von vhs-Concept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e.V.

Leitung Heike Moed-Kohl
Termin Dienstag, 02.03.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Weiter mit Bildung!

6081

Infoveranstaltung: Fachkraft Kleinstkindpädagogik

Leitung Sandra Bolles, Dieter Walf, Kristina Röhling, Sabine Heitmann, Renate Kreienborg, Jasmin Winter, Petra Piepel-Feistmann
Termin Dienstag, 13.04.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6082

Infoveranstaltung: Fachwirt/in für Kindertagesstätten

Fachwirt/-in Kindertageseinrichtungen (VHS)
Dieser berufsbegleitende Lehrgang richtet sich an Personen, die in pädagogischen und sozialen Arbeitsfeldern tätig sind und in Kindertageseinrichtungen eine leitende Position anstreben bzw. innehaben. In berufsfeldbezogenen Einheiten werden neben theoretischen Kenntnissen vor allem konkrete und alltagsorientierte Kompetenzen vermittelt sowie die Praxisreflexion gefördert.
Teilnehmen können Sozialpädagogen/-pädagoginnen oder Erzieher/-innen mit einer mindestens zweijährigen Berufserfahrung im Bereich Kindertageseinrichtungen bzw. Personen mit vergleichbarem Ausbildungsabschluss und entsprechender Berufserfahrung.

Bausteine
- Leitungspersönlichkeit und Selbstmanagement
- Personal-/Teamentwicklung
- Finanzierung und Verwaltung/ Büroorganisation/EDV
- Kindheit, Familie und Gesellschaft/ Pädagogische Ansätze
- Modernes Marketing/Organisationsentwicklung
- Gesprächsführung/Zusammenarbeit mit Eltern und Institutionen
- Praxisreflexion/Supervision
- 355 Unterrichtsstunden

Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab. Jede/-r Teilnehmer/- in erhält nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.

Leitung Ulrike Bolles
Termin Mittwoch, 17.03.2021, 18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6083

Infoveranstaltung: Pädagogische Mitarbeiter*innen an Grundschulen

In dieser Veranstaltung werden Sie über den „Lehrgang für pädagogische Mitarbeiter*innen an Grundschulen“ informiert.
Der Lehrgang umfasst insgesamt 165 Unterrichtsstunden, die sich in
- 105 Unterrichtsstunden Präsenzunterricht,
- 20 Unterrichtsstunden Hospitation an einer Grundschule sowie
- 40 Unterrichtsstunden Selbstlernzeit aufgliedern.

Im Rahmen einer intensiven Beschäftigung mit den praxisnahen Inhalten aus den Themenfeldern
- Pädagogik
- Methodik und Didaktik
- Kommunikation
- Unterrichtsergänzende Angebote
- Organisations- und Rechtsfragen

eignen sich die Teilnehmenden ein grundlegendes pädagogisches Fachwissen an und entwickeln ihre Kompetenzen, die sie im Rahmen ihrer Tätigkeit als pädagogische/-r Mitarbeiter/-in aktiv einbringen können, praxisnah weiter. Aktuelle schulische Entwicklungen wie Inklusion oder Ganztagsschulen finden ebenfalls Berücksichtigung.

Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen bescheinigt.

Leitung Dozententeam
Termin Donnerstag, 22.04.2021, 18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6084

Infoveranstaltung: Suchtkrankenhelfer

In der Suchtkrankenhilfe arbeiten eine Vielzahl ehrenamtlicher Mitarbeiter/-innen, die vor dem Hintergrund eigener oder in der Familie erlebter Abhängigkeit Hilfe leisten. Aber auch in unterschiedlichen beruflichen Kontexten (z.B. Betriebe, JVA, Schule u.a.) gibt es die Notwendigkeit eines Engagements in der Suchtberatung. Hilfe für Suchtkranke erfordert somit eine Zusammenarbeit von ehrenamtlichen und hauptberuflichen Mitarbeitern sowie eine entsprechende Qualifikation. Mit dem Ansatz, die Erfahrungen beider Bereiche füreinander nutzbar zu machen, wurde dieser berufsbegleitende Lehrgang gemeinsam mit den unterschiedlichsten Einrichtungen in der Suchtkrankenhilfe in Niedersachsen erarbeitet und ist über lange Jahre erprobt.

Er hat das Ziel, Selbsthilfegruppen in ihrer Arbeit zu unterstützen sowie die Kompetenz von Suchtkrankenhelfer/-innen im beruflichen und privaten Rahmen zu erweitern.

Inhalte
- Soziologische Aspekte der Sucht
- Psychologische und sozialpsychologische Aspekte
- Medizinische und pharmakologische Aspekte
- Rechtliche und organisatorische Bedingungen
- Pädagogische Aspekte
- Supervision und Selbsterfahrung
- Hospitation

180 Unterrichtsstunden

Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab. Jede/-r Teilnehmer/-in erhält nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.

Leitung Dozententeam
Termin Dienstag, 27.04.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

„Unsere Kursangebote erscheinen regelmäßig in der Tages- und Wochenpresse. Bitte achten Sie auf die entsprechenden Veröffentlichungen.“

6085

Infoveranstaltung: Resilienz im beruflichen Kontext

Herausfordernde Situationen konstruktiv zu meistern und Krisen als Chance zu bewerten - das steckt hinter dem Begriff Resilienz. In Zeiten unzähliger Möglichkeiten der Lebensgestaltung, fortschreitender Arbeitsverdichtung und Digitalisierung sowie unzähliger Optionen und Entscheidungen, die täglich getroffen werden wollen, ist dies eine wesentliche Kompetenz, um sein Leben aktiv und selbstwirksam gestalten zu können. In diesem Lehrgang erarbeiten Sie sich im Rahmen von 120 UE das Thema aus drei unterschiedlichen Perspektiven:

Modul 1: Meine eigene Resilienz stärken - Mit Resilienz zum persönlichen Gesundheitsplan
- Einführung in das Konzept der Resilienz
- Kennenlernen verschiedener Resilienzfaktoren
- Entwicklung eines persönlichen Gesundheitsplans

Modul 2: Resilienz stärken bei Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen, Eltern
- Resilienz bei der eigenen Zielgruppe fördern
- Herausforderungen mit der eigenen Zielgruppe beleuchten und resilient bewältigen
- Entwicklung eines Handlungskonzepts für den eigenen beruflichen Alltag

Modul 3: Resilienz im eigenen Arbeitsumfeld
- Sich selbst resilient führen
- Kommunikation, Konflikte, Teams
- resilient agieren
- Entwicklung einer Prozessbeschreibung zur Weitergabe von Informationen innerhalb der eigenen Organisation

Unter bestimmten Voraussetzungen (Besuch der Lerngruppe aller Module, Erstellung einer Hausarbeit, Abschlusskolloquium) kann die erfolgreiche Teilnahme am Lehrgang mit einem Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. bescheinigt werden.

Leitung Stephanie Trapp
Termin Donnerstag, 29.04.2021, 18:30 – 20:45 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Seminarangebote für Unternehmen

Unser Dozent

Unser Dozent Frank Berends arbeitet im beruflichen Umfeld als Bankkaufmann und auch privat gezielt an der Umsetzung eines papierarmen Büros. Er nutzt die technischen Möglichkeiten, um dem Idealbild einer papierlosen Organisation näher zu kommen. Gleichermaßen ist er bestrebt, die Möglichkeiten der zur Verfügung stehenden Hard- und Software immer weiter auszunutzen und mit den gegebenen Mitteln eine weitere Effizienzsteigerung zu erreichen. Nach seiner Überzeugung bedarf es nicht laufend neuer Geräte, Programme und Apps für die täglichen Aufgaben. Vielmehr ist die vollständige Beherrschung der gegebenen IT-Infrastruktur deutlich zielführender und ressourcenschonender.

Die folgenden Seminare sind als Inhouse-Schulungen konzipiert und werden von der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. nach Ihren Bedürfnissen angepasst:

Papierloses Arbeiten

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie Ihren Arbeitsplatz papierlos und digital organisieren. Sie lernen mögliche Vorgehensweisen für die Umstellung von analog zu digital kennen und beschäftigen sich mit den Gründen und Folgen einer Umstellung.

In weiteren Schritten betrachten Sie praxisorientiert konkrete Möglichkeiten, unterwegs – sei es in Sitzungen, bei Konferenzen oder bei Ihrem Kunden – effektiv und effizient auf Ihre Daten zuzugreifen, diese zu bearbeiten und für vielfältige Zwecke einzusetzen.

Begleitet werden die Inhalte durch Impulse aus dem Zeitmanagement und dem Selbstmanagement, dem im Rahmen einer digitalen Arbeitsweise ein hoher Stellenwert zukommt.

Aufbaukurs Excel

Als Teilnehmer des Kurses MS Excel Aufbaukurs lernen Sie, wie Sie mit Zellbezügen und der bewussten Verwendung von Zelladressierungen Ihre Formeln und Tabellen übersichtlicher gestalten. Daneben erfahren Sie, welche Funktionen MS Excel für die Durchführung Ihrer Berechnungen und Auswertungen bereithält.
Neben Berechnungen mit und ohne Bedingungen erfahren Sie mehr über die Datenanalyse. Bedingte Formatierungen helfen Ihnen im Anschluss, Ihre Arbeit auch grafisch zu optimieren und für eine Präsentation ansprechend aufzubereiten.
Abschließend werden hilfreiche Funktionen zur Dokumentation innerhalb der Datei vermittelt. Außerdem lernen Sie Möglichkeiten kennen, Ihre Datei vor Veränderungen und unberechtigter Ansicht zu schützen.

Aufbaukurs Word

Als Teilnehmer des Kurses MS Word Aufbaukurs lernen Sie, wie Sie Ihre Dokumente mit Formatvorlagen schnell und einheitliche Formatieren und Ihre Texte damit übersichtlicher gestalten. Daneben erfahren Sie, wie Sie diese Funktion für Berichte, Protokolle und andere Ausarbeitungen, beispielsweise Studienarbeiten, nutzen können.
Neben Textmarken und Querverweisen lernen Sie die Möglichkeiten für die Erstellung von Zitat- und Literaturverzeichnissen kennen. Damit sind Sie in der Lage, Ihre Arbeit auch nach wissenschaftlichen Anforderungen aufzubauen. MS Word unterstützt Sie dabei und hilft Ihnen, Ihre wertvolle Arbeitszeit sinnvoll einzusetzen.
Außerdem lernen Sie die Möglichkeiten des Seriendrucks kennen. Sie können nach dem Seminar Briefe und andere Dokumente oder Vorlagen mit Daten aus einer externen Datenquelle befüllen. Dabei helfen Ihnen die Wenn-Dann-Bedingung und die Feldformatierung, externe Daten in MS Word nach Ihren Anforderungen zu verändern. Verschiedene Möglichkeiten zum Ausdruck des Dokuments lassen Sie Ihre Arbeit verteilen.

GROSSARTIGE LÖSUNGEN ENTSTEHEN DURCH GROSSARTIGE LEUTE.

Du suchst neue Perspektiven und ein gutes Miteinander?

Wir sind führender Hersteller innovativer Kunststofflösungen mit weltweit mehr als 2.500 engagierten Mitarbeitenden. Gemeinsam und mit viel Know-how und Leidenschaft arbeiten wir an hochwertigen Produkten und Services. Dabei übernehmen wir jeden Tag auf‘s Neue Verantwortung. Wir kümmern uns. Um unsere Kunden, die Zukunft, um verantwortungsvolle Lösungen – und umeinander.

Wir freuen uns auf deine Bewerbung!

Ausbildungsberufe (m/w/d):

- Elektroniker für Betriebstechnik
- Fachinformatiker; Fachrichtung Anwendungsentwicklung
- Fachkraft für Lagerlogistik
- Industriekaufmann
- Industriemechaniker
- IT-Systemelektroniker
- Mechatroniker
- Technischer Produktdesigner
- Verfahrensmechaniker für Kunststoff- und Kautschuktechnik
- Werkzeugmechaniker

Duale Studiengänge (m/w/d):

PHWT Diepholz

Bachelor of Engineering

- Maschinenbau – Fachrichtung Kunststofftechnik

PHWT Vechta

Bachelor of Arts

- Wirtschaftsinformatik

Hochschule Osnabrück

Bachelor of Science

- Kunststofftechnik
- Maschinenbau

PÖPPELMANN

Pöppelmann GmbH & Co. KG · Bakumer Straße 73 · 49393 Lohne
Telefon +49 4442 982-1972 · Fax +49 4442 982-1975
ausbildung@poeppelmann.com · www.poeppelmann.com

AUSBILDUNG
Der Grundstein.

Sabina Kramer
Tel.: 04441 / 93778-14
s.kramer@kvhs-vechta.de

Gabriela Pollmann
Tel.: 04442 / 93708-16
g.pollmann@kvhs-vechta.de

Sprachen

6100

Infoveranstaltung: Fremdsprachenkorrespondent Englisch

Zunehmende Internationalisierung und Globalisierung der Märkte sind Gründe für Arbeitnehmer, sich in Sachen Fremdsprachen fit zu machen. Zum Nachweis dieser Fremdsprachenkenntnisse bietet die Kreisvolkhochschule wieder einen Vorbereitungslehrgang auf die Prüfung vor der Industrie- und Handelskammer an. Neben den klassischen Aufgaben des Fremdsprachenkorrespondenten wie Übersetzen, Aufbereiten und Wiedergeben wirtschaftsbezogener Texte und dem selbstständigen Formulieren und Gestalten von Geschäftsbriefen spielt auch die mündliche Kommunikation in der Fremdsprache eine sehr wichtige Rolle.
Voraussetzung: Englischkenntnisse, die dem Niveau der Mittleren Reife entsprechen.
Der Unterricht findet dienstags von 18:30 - 20:00 Uhr und samstags von 09:00 - 12.15 Uhr statt, bzw. Online-Module (vhs.cloud)
Der Beginn ist für März 2021 geplant.
Dauer: ca. 1,5 Jahre.
Voraussetzungen: Englischkenntnisse, die dem Niveau der Mittleren Reife entsprechen.
Anmeldung erforderlich!

Leitung Dozententeam
Termin Mittwoch, 17.02.2021, 18:30 – 19:30 Uhr
Gebühr 1.710,00 €, (80,00 € pro Monat zzgl. Prüfungsgebühr der IHK)
Ort Lohne, Kreisvolkshochschule, Lindenstraße 49

6101

Infoveranstaltung: Zusatzqualifikation Englisch für kaufmännische Azubis

Zusatzqualifikation Englisch für kaufmännische Auszubildende
(Vorbereitung auf die IHK Prüfung)
Zunehmende Internationalisierung sind Gründe für Unternehmen, ihre kaufmännischen Auszubildenden in Sachen Fremdsprachen fit zu machen. Zum Nachweis dieser Fremdsprachenkenntnisse bietet die Kreisvolkshochschule einen Vorbereitungslehrgang auf die Prüfung vor der Industrie- und Handelskammer an. Ziel der Ausbildung soll sein, dass die Teilnehmer in der Lage sind, in vielen Situationen ein wichtiger Ansprechpartner für ausländische Geschäftspartner zu sein.
Voraussetzung: Englischkenntnisse, die dem Niveau der Mittleren Reife entsprechen.
Dauer: ca. 6 Monate.
Dieser Kurs kann auch als firmeninterne Schulung durchgeführt werden.
Bei Interesse sprechen Sie uns an. Infos: Gabriela Pollmann 04442/93708 16
Anmeldung erforderlich!

Leitung Dozententeam
Termin Mittwoch, 24.02.2021, 18:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 570,00 €
Ort Lohne, Kreisvolkshochschule, Lindenstraße 49

6102

Business Englisch für Wiedereinsteiger – Niveau A1/A2

Sie haben bereits Englisch in der Schule gelernt, aber trauen sich nicht auf englisch Geschäftsgespräche durchzuführen? Dann ist dieser Kurs für Sie und behandelt Themen wie Geschäftskommunikation; Small Talk und „Enquiry“ (telefonische und schriftliche Erkundigung/ Anfrage).
Kursmaterial: Mehrere Bücher bzw. PowerPoint

Leitung Jack David Kayindu
Termin Beginn ist am Mittwoch, 17.02.2021, 10 Abende, jeweils mittwochs, 17:30 – 19:00 Uhr
Gebühr 86,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Firmeninterne Schulungen
Ermöglichen einen betriebsspezifischen Zuschnitt sowie flexiblere Gestaltungsmöglichkeiten. Gerne helfen wir Ihnen dabei, individuell konzipierte Fremdsprachen-Seminare und Trainings von A-Z für Ihr Unternehmen zu organisieren.

Rufen Sie uns an unter Telefon:

04442/93708-0
oder
04441/93778-0

Damit wir weitere Einzelheiten in einem Beratungsgespräch klären können.

6103

Business English Niveau B1

Möchten Sie Ihre Beschäftigungsfähigkeit (employability) verbessern? Dieses Trainingsangebot ist für Sie! Immer mehr Unternehmen in Deutschland suchen Mitarbeiter mit „Business English Skills“. Dieser Kurs behandelt Themen wie Geschäftskommunikation (Business English vocabulary); Small Talk; „First Impression“; Präsentationen sowie telefonische und schriftliche Kommunikation mit Kunden bzw. mit Geschäftspartner*innen.
Kursmaterial: Mehrere Bücher bzw. PowerPoint

Leitung Jack David Kayindu
Termin Beginn ist am Mittwoch, 17.02.2021, 10 Abende, jeweils mittwochs, 19:15 – 20:45 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Mit der „vhs.cloud“ auf dem Weg zum digitalen Lernen

Mit der Corona-Pandemie rücken digitale Lernangebote in den Fokus. Die Kreisvolkshochschule Vechta e. V. (KVHS) hat die Chancen schon früh für sich erkannt. Bereits seit 2018 besteht in der KVHS die Möglichkeit, über die vhs.cloud neue Lernangebote zu schaffen. Das hat sich in der Corona-Krise bewährt, denn innerhalb kurzer Zeit konnten einige Maßnahmen wie z. B. die Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme (BvB) auf digitales Lernen umgestellt werden und so trotz „Corona-Shut down“ fortgesetzt werden.

Die vhs.cloud ist ein bundesweites Netzwerk, das vom Deutschen Volkshochschul-Verband e. V. entwickelt wurde. Mit der Cloud ist Lehren, Lernen und Arbeiten jetzt auch online möglich. Die Kreisvolkshochschule Vechta e. V. wird so zu einer virtuellen Volkshochschule. Die vhs.cloud kann über alle digitalen Endgeräte abgerufen werden, ob PC, Laptop, Tablet oder Smartphone.

vectorfusionart / Shutterstock.com

Das digitale Angebot kann selbst verwaltet werden. Dazu haben die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie die Kursleitungen jeweils einen Zugang zur vhs.cloud. So können sie Informationen austauschen oder online gemeinsam an Konzepten arbeiten, ohne dass alle vor Ort im selben Gebäude sitzen müssen.

In Gruppen oder virtuellen Kursräumen können sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit den Kursleitenden austauschen oder Fragen stellen. Zusätzlich zu dem Präsenzunterricht können die Kursleiter*innen digitale Angebote zur Verfügung stellen, wie Aufgaben oder ergänzendes Kursmaterial. Möglich sind auch Kurse, die vollständig online in der vhs.cloud stattfinden.

Dafür stehen in der Cloud unterschiedliche Kommunikations- und Organisationswerkzeuge zur Verfügung wie Messenger, Chatforen, Webkonferenzen, Terminverwaltungen, E-Mail oder die zentrale Ablage von Formularen und Unterlagen. Die vhs.cloud gewährleistet eine schnelle und datensichere Kommunikation.

Zusätzlich können sich die KVHS-Mitarbeiter*innen über das Netzwerk der vhs.cloud mit Mitarbeitenden und Kursleitungen anderer Volkshochschule deutschlandweit austauschen und profitieren so von der großen vhs-Community.

Charliene Sölter
Tel.: 04441 / 93778-23
c.soelter@kvhs-vechta.de

Kathrin Wotsch
Tel.: 04441 / 93778-16
k.wotsch@kvhs-vechta.de

Gabriela Pollmann
Tel.: 04442 / 93708-16
g.pollmann@kvhs-vechta.de

EDV

Excel Grundkurs

MS Excel ist die am weitesten verbreitete Tabellenkalkulationsprogramm, mit dem sich vielfältige mathematische, kaufmännische und statistische Berechnungen durchführen lassen. Mit Excel organisieren Sie Daten und präsentieren diese anschaulich in Tabellen und Diagrammen. Zudem bietet es sich als einfache Datenbank an. Viele dieser Funktionen sind in den anderen Programmen der Office-Familie nutzbar.

Lernen Sie im Anfänger-Seminar:
- Einführung, Bedienoberfläche
- Zellenformatierungen, bedingte Formatierungen
- Arbeiten mit Formeln, direkten Bezügen, variablen Bezügen
- Kopieren von Zellen, Formeln, Arbeitsblätter
- Listenverwaltung, Suchen und Sortieren, Blatt schützen
- Erstellen und Bearbeiten von Diagrammen
- Arbeiten mit einfachen Funktionen wie SUMME, MITTELWERT, MIN, MAX usw.
- Arbeiten mit erweiterten Funktionen wie WENN, UND, SVERWEIS usw. und deren Verschachtelungen
- Einfache Datumfunktionen

Bitte mitbringen: USB-Stick
Voraussetzungen: Gute Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC

6200

Excel Grundkurs

Leitung Bernd Wendelken
Termin Beginn ist am Dienstag, 09.02.2021, 6 Abende, jeweils dienstags und donnerstags, 18:00 – 21:00 Uhr
Gebühr 120,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6201

Excel Grundkurs

Leitung Bernd Wendelken
Termin Beginn ist am Dienstag, 08.06.2021, 6 Abende, jeweils dienstags und donnerstags, 18:00 – 21:00 Uhr
Gebühr 120,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Wie stellen Sie sich einen Kurs/eine Veranstaltung in der Zukunft vor?

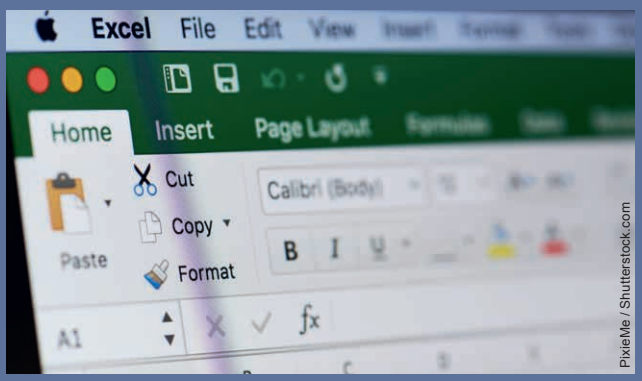
„So geplant, dass es auch mit Corona umsetzbar ist.“

(w, 32 Jahre)

HIGHLIGHT

Excel Kompaktkurs

Wer zügig und kompakt die grundlegenden Funktionen von Excel kennenlernen will, ist in diesem Kurs genau richtig:
- Einführung, Bedienoberfläche
- Zellenformatierungen, bedingte Formatierungen
- Arbeiten mit Formeln, direkten Bezügen, variablen Bezügen
- Kopieren von Zellen, Formeln, Arbeitsblätter
- Listenverwaltung, Suchen und Sortieren, Blatt schützen
- Erstellen und Bearbeiten von Diagrammen



PixieMe / Shutterstock.com

- Arbeiten mit einfachen Funktionen wie SUMME, MITTELWERT, MIN, MAX usw.

Bitte mitbringen: USB Stick

6202

Excel Kompaktkurs

Leitung Bernd Wendelken
Termin Samstag, 17.04.2021, 9:00 – 16:00 Uhr
Gebühr 40,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6203

Excel Kompaktkurs

Leitung Bernd Wendelken
Termin Samstag, 10.07.2021, 9:00 – 16:00 Uhr
Gebühr 40,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Wirtschaft

Telefontraining für Auszubildende

Häufig fühlen sich Auszubildende total gestresst, wenn sie sich professionell am Telefon in der Firma melden sollen.
Wir werden Sie in vielen praktischen Übungen auf die konkreten Situationen im Betrieb vorbereiten und im Rollenspiel trainieren. Tonbandaufzeichnungen helfen uns, einen eigenen Eindruck von unserer Stimme und unserer Sprechweise zu bekommen.
Wie können wir an Sicherheit gewinnen?

Durch:
- vollen Einsatz der Ausdrucksmöglichkeiten unserer Stimme
- klare und deutliche Sprechweise
- eine ansprechende Satzmelodie
- verständliche Formulierungen
- Einsatz von Pausen
- das „richtige“ Bild vom Kunden
- den erfolgreichen Einsatz von Fragetechniken
- perfektes Serviceverhalten am Telefon
- aktives Verhalten am Telefon
- Empathie mit dem Kunden
- souveränen Umgang mit schwierigen Kunden
- Vermeiden von Negativ-Formulierungen

Weiter mit Bildung!

6300

Telefontraining für Auszubildende

Leitung Erich Machura
Termin Samstag, 06.03.2021, 9:00 – 16:00 Uhr
Gebühr 60,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6301

Telefontraining für Auszubildende

Leitung Erich Machura
Termin Samstag, 27.03.2021, 9:00 – 16:00 Uhr
Gebühr 60,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Melden Sie sich bitte rechtzeitig an:
Telefon: 04442/93708-0
oder 04441/93778-0
Telefax: 04442/93708-29
oder 04441/93778-29
Mail: info@kvhs-vechta.de

Welche Fähigkeiten sind speziell für Sie wichtig?

„Sprache: Rhetorik, Stil, Wortwahl

- ***Körpersprache: Mimik, Gestik und Haltung***
- ***Gesprächsstrategien: Krise, Konflikt, Kritik***
- ***Werte und Normen, Kreativität“***

(w, 26 Jahre)

HIGHLIGHT

6302

BWL für „Nicht-Betriebswirte“

Betriebswirtschaftliche Kenntnisse sind in jedem Unternehmen auch für „Nicht-Betriebswirte“ von enormer Wichtigkeit. Egal in welchem Unternehmensbereich Sie tätig sind, wirtschaftliches Knowhow wird immer gefordert.

Modul 1: Grundlagen der BWL (online - Modul vhs.cloud)
Modul 2: Finanzierung und Investitionen
Modul 3: Rechnungswesen
Modul 4: Materialwirtschaft und Beschaffung
Modul 5: Controlling
Modul 6: Marketing
Modul 7: Personalmanagement
(Jedes Modul umfasst 10 Unterrichtsstunden.)
Abschluss: Zertifikat der KVHS
Unterricht 6 x donnerstags 18:30 - 21: 30 Uhr und 6 x samstags 08:00 - 13:00 Uhr
Kostenloser Infoabend: Donnerstag 20.05.2021, 18:30 Uhr (um Anmeldung wird gebeten!)

Leitung Dozententeam
Termin 12 Termine, donnerstags 18:30 - 21:30 Uhr und samstags 08:00 - 13:00 Uhr, Kurstermine ab 03.06.2021 von 18:30 Uhr bis 21:30 Uhr
Gebühr 380,00 €
Ort Lohne, Kreisvolkshochschule, Lindenstraße 49

Ein „Hallo“ allein ist schon ein Missgeschick

Telefontraining für Auszubildende vermittelt sicheres Telefonieren

Facebook, WhatsApp, Instagram oder SnapChat - Junge Menschen kommunizieren heute auf so vielfältigen Wegen wie nie zuvor. Doch wenn sie sich professionell am Telefon in ihrem Ausbildungsunternehmen melden sollen, fühlen sie sich häufig überfordert. „In ihren Medien wie z. B. WhatsApp haben die Jugendlichen Zeit, um den Text zu formulieren und sie verwenden häufig nur kurze Sätze. Sie haben verlernt sich „komplett“ auszudrücken“, sagt Erich Machura. Der Betriebswirt bietet bereits seit 15 Jahren die Kurse „Telefontraining für Auszubildende“ an. Am Telefon habe man keine Zeit lange zu überlegen. Hier komme es auf den ersten Eindruck an, ergänzt er. „Das Telefon ist die Visitenkarte des Unternehmens“, so Machura. Sich nur mit „Hallo“ zu melden, sei nicht nur unhöflich, sondern ein fatales Missgeschick, denn es widerspreche den Regeln für das Telefonieren in der Berufswelt. „Im schlimmsten Fall kann ein unprofessionell abgewickeltes Telefonat Ärger einbringen und Geld kosten“, erläutert Machura.

In den Telefontraining-Kursen an der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. geht Erich Machura zuerst auf die Grundlagen der Kommunikation ein. Er erklärt den Teilnehmenden, wie sich die Wahrnehmung beim Sender und beim Empfänger einer Botschaft unterscheiden kann und wie Kommunikation funktioniert. Erich Machura setzt in seinen Kursen auf praktische Übungen und Rollenspiele, die auf die konkreten Situationen im Betrieb vorbereiten. So sollen Hemmschwellen abgebaut werden. „Mit Hilfe von Tonbandaufzeichnungen gewinnen die Auszubildenden einen Eindruck von der eigenen Stimme und der eigenen Sprechweise“, erläutert er die Zielsetzung. Zudem lernen die Auszubildenden, ihre Stimme ausdrucksvoll einzusetzen sowie eine klare und deutliche Sprechweise, den vollen Einsatz der Ausdrucksmöglichkeiten der Stimme, aktives und kundenorientiertes Verhalten am Telefon ebenso wie den souveränen Umgang mit schwierigen Kunden. „Auf diese Weise erhalten sie mehr Sicherheit bei zukünftigen Telefonaten“, fasst Machura zusammen.

Neben den Kursen, die mehrmals im Semester an den Standorten der Kreisvolkshochschule in Vechta und in Visbek durchgeführt werden, bietet die Kreisvolkshochschule für Unternehmen auch Inhouse-Seminare an. „Viele Unternehmen nutzen diese Möglichkeit bereits. Entweder sie buchen den Kurs bei sich im Unternehmen oder die Mitarbeiter kommen zu uns in die Kreisvolkshochschule“, erläutert Gabriela Pollmann, Fachbereichsleiterin für berufliche Bildung an der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. „Wir können dann die Übungen branchenspezifisch gestalten und auf die jeweiligen Anforderungen des Betriebes eingehen“, ergänzt sie.

Telefontipps für Auszubildende:

1. Mache Dich mit der Bedienung der Telefonanlage des Unternehmens frühzeitig vertraut.
2. Übe das Weiterleiten von Telefonaten.
3. Erkundige Dich, welche Begrüßungsformel im Unternehmen üblich ist. In der Regel gilt folgendes: Firmenname, eigener Name, Guten Morgen / Tag je nach Tageszeit.
4. Wenn Du dem Gesprächspartner nicht weiterhelfen kannst, leite das Gespräch an einen Kollegen weiter.
5. Schriftliche Telefonnotizen sollten neben der Nachricht auch immer den Namen des Anrufers, die Firma, die Telefonnummer und den Zeitpunkt des Anrufes beinhalten
6. Sei immer freundlich, auch wenn es ein schwieriger Kunde ist.

Veranstaltungen in Kooperation mit dem

Niels·Stensen·Werk Vechta
ZENTRUM FÜR GESUNDHEITSVORSORGE
EINRICHTUNG VON ÄRZTEN IN DER STADT VECHTA UND DES ST. MARIENHOSPITALS VECHTA

Maria Abeling-Stegkämper
Tel.: 04441 / 99280-4
m.abeling-stegkaemper@kvhs-vechta.de

Nicole Mucker
Tel.: 04441 / 99280-3
n.mucker@kvhs-vechta.de

Gesundheit

6400

Infoveranstaltung: Qualifizierung zur Betreuungskraft nach § 43b, 53c SGB XI

Dieser berufsbegleitende Lehrgang ist für Personen geeignet, die in stationären Altenpflegeeinrichtungen als zusätzliche Betreuungskraft gem. § 43b, 53c SGB XI eingesetzt werden sollen und die dafür notwendige Qualifikation gemäß der Richtlinie, nachweisen müssen.
Die Qualifizierungsmaßnahme besteht aus drei Modulen (Basiskurs, Betreuungspraktikum und Aufbaukurs) und umfasst 160 Unterrichtsstunden sowie ein zweiwöchiges Betreuungspraktikum von 80 Stunden.
Zielgruppe: Interessierte, Berufsrückkehrer

Leitung Daniela Lamping
Termin Montag, 18.01.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6401

Qualifizierung zur Betreuungskraft nach § 43b, 53c SGB XI

Infotext siehe Infoveranstaltung

Leitung Dozententeam
Termin 34 Termine, jeweils am Dienstag- und Donnerstagvormittag und am Mittwochabend, Kurstermine ab 23.02.2021 von 8:15 Uhr bis 12:30 Uhr
Gebühr 725,00 € (inkl. Lehrgangsmaterial)
Der Kurs ist nach AZAV zertifiziert. Eine Förderung ist über die Arbeitsagentur bzw. das Jobcenter möglich. Interessierte benötigen einen Bildungsgutschein, den sie von dem/der für sie zuständigen Jobvermittler/in erhalten.
Ort Vechta. M24, Münsterstraße 24

6402

Infoveranstaltung: Qualifikation zum/zur HelferIn in der Pflege

Aufgrund des Pflegenotstandes werden dringend Pflegekräfte benötigt!
Die Qualifikation „Helfer/In in der Pflege“ ist ein sozialpflegerischer Beruf. Die Aufgabe eines Pflegehelfers umfasst die ganzheitliche Betreuung kranker und/oder alter Menschen in allen Lebensbereichen. Dazu gehören die Übernahme der Körperpflege, Unterstützung bei der Bewegung, Hilfe bei der Ernährung und weitere Hilfestellungen. Die Ausbildung umfasst 165 Unterrichtsstunden und ein dreiwöchiges Praktikum.
Zusätzlich ist die Qualifikation zur Übernahme bestimmter Leistungen der Behandlungspflege in der amb. Pflege (gem. § 132a Abs. 2 SGB V) inbegriffen.
Unterrichtsinhalte sind: Ethik, Alten- und Krankenpflege, Pflege von Patienten mit besonderen Erkrankungen, Anatomie und Physiologie, Gesundheits- und Ernährungslehre, Arzneimittellehre, hygienische Aspekte in der Pflege, Soziologie und Psychologie, Reanimation sowie Rechtsfragen im Alltag.
Zielgruppe: Interessierte, Berufsrückkehrer

Leitung Daniela Lamping
Termin Mittwoch, 20.01.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6403

Qualifikation zum/zur HelferIn in der Pflege

Infotext siehe Infoveranstaltung

Leitung Dozententeam
Termin 38 Termine, jeweils am Dienstag- und Donnerstagabend und am Mittwochmorgen, Kurstermine ab 23.02.2021 von 17:00 Uhr bis 20:30 Uhr
Gebühr 750,00 € (inkl. Lehrgangsmaterial)
Der Kurs ist nach AZAV zertifiziert. Eine Förderung ist über die Arbeitsagentur bzw. das Jobcenter möglich. Interessierte

Halfpoint / Shutterstock.com

benötigen einen Bildungsgutschein, den sie von dem/der für sie zuständigen Jobvermittler/in erhalten.
Ort Vechta. M24, Münsterstraße 24

6404

Thrombose und Thromboseprophylaxe

Eine Thrombose ist eine Verengung bzw. ein Verschluss eines Blutgefäßes durch einen Thrombus (Blutgerinnsel).
In diesem Seminar erwerben oder aktualisieren die Teilnehmer ihre Kenntnisse zur Thrombosegefahr, ihrer Entstehung sowie mögliche lebensbedrohliche Komplikationen.
Die Beobachtungsgabe wird geschult und es werden Kenntnisse zur lebenswichtigen Prophylaxe vermittelt.
Zielgruppe: HelferIn in der Pflege und Altenpflege

Leitung Daniela Lamping
Termin Montag, 26.04.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 20,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6405

Sturzprophylaxe

Stürze erleiden wir in allen Lebensphasen. Ältere Menschen stürzen jedoch nicht nur häufiger, sondern auch anders als junge Menschen. Ursachen hierfür sind altersbedingte Funktionseinschränkungen und vielfache Erkrankungen. Stürze können einen schwerwiegenden Einschnitt in die bisherige Lebensführung bedeuten. Eine selbständige Lebensführung kann dadurch gefährdet sein, und evtl. zugezogene Wunden oder Frakturen schränken den Bewegungsradius ein.
Die Sturzhäufigkeit ist in stationären Einrichtungen größer als allgemein angenommen. Besonders ältere Menschen stürzen statistisch gesehen einmal im Jahr.
Wie dieses Sturzereignis verhindert werden kann, wird in diesem Kurs vermittelt.
Zielgruppe: HelferIn in der Pflege und Altenpflege

Leitung Daniela Lamping
Termin Montag, 17.05.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 20,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6406

Infoveranstaltung: Weiterbildung zum/zur PflegeberaterIn (§ 7a SGB XI und § 45 SGB XI)

In Kooperation mit BueckerConsult - Bildung & Beratung im Gesundheitswesen (www.buecker-consult.de)
Seit dem 1. Januar 2009 besteht - laut dem, durch das Pflegeweiterentwicklungsgesetz eingeführten § 7a SGB XI, für alle Versicherten, die Leistungen nach dem SGB XI beziehen - der Anspruch auf eine umfassende Pflegeberatung. Diese sollte im Sinne eines individuellen Fallmanagements durchgeführt werden und die systematische Erfassung des Hilfebedarfs, die Erstellung eines individuellen Versorgungsplans mit allen erforderlichen Leistungen sowie die Überwachung der Durchführung des erstellten Konzepts umfassen. Die Pflegeberatung soll die Versorgungssituation von Pflegebedürftigen verbessern, pflegende Angehörige entlasten und somit auch die häusliche Pflege stärken. Diese neue Form der Pflegeberatung erfordert besondere Qualifikationen, um einem individuellen Fallmanagement nach § 7a SGB XI gerecht zu werden. Die Weiterbildung umfasst folgende Themenbereiche und Stundenverteilung:
1. Pflegefachwissen, 100 Unterrichtsstunden:
Es werden Kenntnisse der Gesundheits- und Krankenpflege sowie der Pflege- und Gesundheitswissenschaften vermittelt.
2. Case Management, 180 Unterrichtsstunden:
Dieser Themenbereich umfasst die theoretischen und praktischen Grundlagen des Case Managements sowie eine arbeitsfeldspezifische Vertiefung der erlernten Inhalte.
3. Recht, 120 Unterrichtsstunden:
Kernpunkte dieser Unterrichtsmodule sind das allgemeine Sozialrecht sowie besondere für die Pflege relevante Rechtsfelder.
4. Praktikum:
Die Qualifikation zum/zur PflegeberaterIn umfasst zusätzlich den Nachweis eines einwöchigen Praktikums in einem ambulanten Pflegedienst sowie eines zweitägigen Praktikums in einer teilstationären Pflegeeinrichtung.
Die Praktika sollen Eindrücke in den Pflegealltag vermitteln und somit eine Verbindung zwischen neu erlerntem Wissen und den praktischen Anforderungen an eine individuelle Pflegeberatung schaffen.
Zielgruppe: Staatlich anerkannte Pflegefachkräfte (Gesundheits- und Krankenpflege, Kinderkrankenpflege und Altenpflege), Sozialversicherungsfachangestellte, Studium der Sozialen Arbeit oder vergleichbares Studium

Leitung Thorsten Bücker
Termin Mittwoch, 20.01.2021, 18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

6407

Weiterbildung zum/zur PflegeberaterIn (§ 7a SGB XI und § 45 SGB XI)

Infotext siehe Infoveranstaltung

Leitung Thorsten Bücker
Termin 30 Termine, Kurstermine jeweils donnerstags. freitags und samstags ab 04.02.2021 von 9:00 Uhr bis 16:15 Uhr
Gebühr 2.250,00 €, (Ratenzahlung möglich), Einzelmodule buchbar
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

Was wünschen sie sich von der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. als Einrichtung der Erwachsenenbildung?

„Vielfältigkeit, pädagogische Fachkräfte.“

(w, 62 Jahre)

Weiter mit Bildung!

6408

Beratung neu definiert – das Bundesteilhabegesetz

Das zum Jahresende 2016 verabschiedete Bundesteilhabegesetz (BTHG) ist in drei Schritten bis zum 01. Januar 2020 in Kraft getreten. Für hilfsbedürftige Menschen sieht es viele Neuerungen und Verbesserungen vor, wie
z. B. die bundesweite Einrichtung einer ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatungsstelle (EUTB). Dieses Bundesangebot soll unter anderem Wege aufzeigen, um in der Beratung passgenaue Hilfsangebote bzw. Pflege zu vermitteln.
Ziel der Fortbildung ist es, einen Überblick zu verschaffen, welche Schritte im BTHG schon umgesetzt wurden und was sich verändert.
Inhalt:
- Definition des Behinderungsbegriffs im BTHG
- Beratung durch die EUTB
- unabhängige Teilhabeberatung
- Veränderungen im Planungs- und Koordinierungsverfahren im BTHG
- Umsetzung des persönlichen Budgets für pflegebedürftige Menschen

Zielgruppe: Pflegeberater/innen und Pflegefachkräfte

Leitung Thorsten Bücker
Termin Mittwoch, 23.06.2021, 8:00 – 16:00 Uhr
Gebühr 110,00 €
Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-

6409

Vorankündigung: Beratung neu definiert - das Bundesteilhabegesetz

Infotext siehe Kursnummer 6409

Leitung Thorsten Bücker
Termin Donnerstag, 09.09.2021, 8:00 – 16:00 Uhr
Gebühr 110,00 €
Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

HIGHLIGHT

6410

Infoveranstaltung: Weiterbildung zur Medizinischen Kodierfachkraft

In Kooperation mit BueckerConsult - Bildung & Beratung im Gesundheitswesen
Seit Einführung der Fallkostenpauschale im Januar 2004 unterliegen Krankenhäuser einem immer größer werdenden Druck, wirtschaftlich und effizient zu arbeiten. Erfahrungen zeigen, dass Ärzte und medizinisches Fachpersonal häufig mit der Doppelbelastung, bestehend aus Behandlungsalltag sowie Dokumentation und Kodierung der behandelten Fälle, überfordert sind. Um diese Berufsgruppen zu entlasten sowie die notwendige Informationsverarbeitung und -auswertung zu optimieren, wird immer mehr Fachpersonal im Gesundheitswesen benötigt. Dieses sollte über Kenntnisse verfügen, die weit über ein medizinisches Grundverständnis und die Grundlagen des DRG-Systems hinausreichen.
Seminarumfang:
80 Unterrichtsstunden Präsenz sowie tutorielle Begleitung, (5 Module a 3 Tage)
Zielgruppe: Fachwirt im Sozial- und Gesundheitswesen, Kaufmann im Gesundheitswesen, Masseure, MTAs, Ergotherapeuten, Logopäden, Gesundheits- und Krankenpfleger, Altenpfleger, Medizinische Fachangestellte, Ärzte, Interessierte Personen für den Bereich Dokumentation und Abrechnung

Leitung Thorsten Bücker
Termin Dienstag, 11.05.2021, 18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

6411

Weiterbildung zur Medizinischen Kodierfachkraft

Infotext siehe Infoveranstaltung

Leitung Thorsten Bücker
Termin 15 Tage, Kurstermine jeweils donnerstags, freitags und samstags ab 17.06.2021 von 9:00 Uhr bis 16:15 Uhr
Gebühr 1.795,00 € (Ratenzahlung möglich), Einzelmodule buchbar
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

Micolas / Shutterstock.com

Fort- und Weiterbildungen Med./Zahnmed. Fachangestellte

Die Kreisvolkshochschule bietet ein Angebot an Fortbildungen, die Kenntnisse und Fertigkeiten von medizinischen und zahnmedizinischen Fachangestellten auf den neusten Stand bringen. Qualitätsstandards, Beratungswunsch und Begleitungsnotwendigkeit sind nicht mehr allein in der Verantwortung des Ärzte, sondern fordern Kompetenzentwicklung von allen, die in der Praxis oder Klinik tätig sind. Berufsbegleitende Aufstiegs- und Schwerpunktfortbildungen komplettieren das Fortbildungsnagebot. Fachangestellten werden so die Möglichkeit geboten, sich auf die wachsenden Anforderungen in der Praxis vorzubereiten.
Durch die Anmeldung im Voraus, besteht die Möglichkeit, einige Fragen an den Referenten zu stellen, welche dann im Vortrag beantwortet werden.

(Fragen an Maria Abeling-Stegkämper, Tel.: 04441/99-2804 oder an Nicole Mucker, Tel:04441/99-2803, E-Mail: nsw@kvhs-vechta.de)

6412

Zahnersatzabrechnungen inkl. Festzuschüsse

- Zahnersatzabrechnung bei Prothesen und Brücken
- Festzuschüsse

Zielgruppe: Zahnmedizinische Fachangestellte (ZFA), Azubis

Leitung Maria Grötzschel
Termin Mittwoch, 03.03.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 30,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Welche Fähigkeiten glauben Sie, werden in Zukunft für die Gesellschaft wichtig sein?

„Grundkenntnisse in digitaler Form."

(w, 54 Jahre)

Grundlagen der Hygiene

Hygieneschulung für Arztpraxen, Zahnarztpraxen und Pflegeeinrichtungen
Eine effektive Hygiene bietet den Menschen Schutz und Sicherheit vor krankheitsverursachenden Erregern. Vor dem Hintergrund zunehmender Antibiotikaresistenzen ist gerade in medizinischen Einrichtungen ein besonderer Schutz notwendig. Diese Fortbildung vermittelt einen Überblick über mögliche Infektionsquellen und Infektionswege und zeigt Präventionsmaßnahmen auf. Durch dieses Wissen werden die Patientensicherheit und der Eigenschutz gesteigert.

Seminarinhalte:
- Erreger: Quellen, Infektionswege und Ziele
- Hygienemanagement
- Barrieremaßnahmen
- Persönliche Hygiene
- Flächenhygiene
- Arbeitsschutzmaßnahmen
- Umgang mit Desinfektionsmitteln
- Umgang mit Persönlicher Schutzausrüstung (PSA)

Zielgruppe: Medizinische Fachangestellte (MFA), Zahnmedizinische Fachangestellte (ZMFA), Azubis

6413

Grundlagen der Hygiene

Leitung Olaf Janssen
Termin Mittwoch, 17.03.2021, 18:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 30,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6414

Grundlagen der Hygiene

Leitung Olaf Janssen
Termin Mittwoch, 02.06.2021, 18:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 30,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!

Welche Fähigkeiten sind speziell für Sie wichtig?

„Geduld, Empathie."

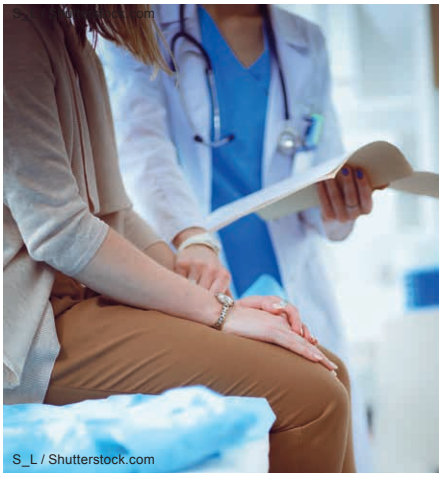
(w, 34 Jahre)

Notfälle in der Arztpraxis

Notfallsituationen sind in der zahn-/ärztlichen Praxis nicht alltäglich, trotzdem oder gerade deshalb ist es wichtig, dass Sie und Ihr Team gut vorbereitet sind. Wenige grundlegende Maßnahmen sichern Sie ab und können für den Patienten lebensrettend sein. Die notwendigen Grundlagen werden Ihnen in diesem Seminar in verständlicher, praxisnaher Form vermittelt.
Inhalte:
- Allgemeine Einführung und Wiederbelebung der Ersthelfer-Maßnahmen
- Risikomanagement und Notfallmanagement bei Erwachsenen
- Reanimation und Praxisnotfälle
- Rechtliche Grundlagen
- Notfallmedizinische Ausstattungsempfehlung für die Zahn-/Arztpraxis

Zielgruppe: Medizinische Fachangestellte (MFA), Zahnmedizinische Fachangestellte (ZMFA), Azubis

Leitung Oberarzt Hartmut Stunkat
Termin Mittwoch, 21.04.2021, 18:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 30,00 €
Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1, Amsterdam


S_L / Shutterstock.com

Mit Fort- und Weiterbildungen fit in Gesundheitsberufen

Lebenslanges Lernen ist eine Investition in die Zukunft für Mitarbeitende und Einrichtungen

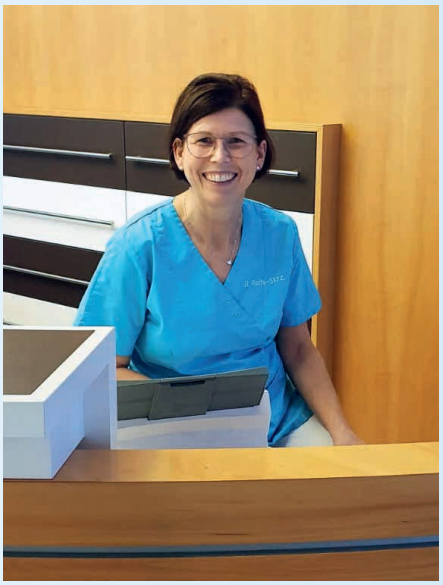
In medizinischen Berufen sorgen medizinischer Fortschritt, Digitalisierung und neue gesetzliche Regelungen für eine hohe Dynamik. Wer hier beruflich am Ball bleiben will und das eigene Wissen auf dem aktuellen Stand halten möchte, kommt um regelmäßige Fort- und Weiterbildungen nicht herum.

Das weiß auch Birgit Rolfs-Skrzipczyk aus Vechta. Seit 35 Jahren arbeitet sie als Medizinische Fachangestellte, davon 18 Jahre als Praxismanagerin in einer HNO-Praxis in Vechta. In ihrer beruflichen Laufbahn hat sie zahlreiche Fort- und Weiterbildungen an der Kreisvolkshochschule Vechta e. V. absolviert, wie z. B. Grundlagen der Hygiene, Intensivkurs Händehygiene oder MRSA-Sanierung im ambulanten Bereich. „Durch die regelmäßigen Fort- und Weiterbildungen sichern wir eine hohe Versorgungsqualität in unserer Praxis, die letztendlich den Patienten zugute kommt“, erklärt sie. Zudem würden Weiterbildungen den Mitarbeitenden mehr Sicherheit bei ihrer Tätigkeit geben, sodass sie routinierter und entspannter arbeiten und so mehr Spaß im Beruf hätten. „Früher mussten wir für die Kurse und Seminare immer nach Oldenburg fahren. Seitdem die Kreisvolkshochschule in Kooperation mit dem Niels-Stensen-Werk in Vechta Fort- und Weiterbildungen für Medizinische Fachangestellte anbietet, haben wir das direkt vor der Tür“, unterstreicht Birgit Rolfs-Skrzipczyk die Vorteile.

Seit 2013 besteht die Kooperation der beiden Bildungsträger bereits. Unter der Leitung von Maria Abeling-Stegkämper wird eine Vielzahl an Kursen aus dem Bereich Gesundheitsbildung angeboten, die von Fitness- und Ernährungskursen über Rehasport bis hin zu Vorträgen zu medizinischen Themen reichen. Einen Schwerpunkt bilden die beruflichen Bildungsmaßnahmen für Angehörige von Gesundheitsberufen, wie Medizinische und Zahnmedizinische Fachangestellte, Mitarbeitende in Pflegeberufen oder Therapeuten. Zum Kursangebot gehören unter anderem Hygieneschulungen, Datenschutz, Notfälle in Arztpraxen, Weiterbildung zur Hygienebeauftragte für Arztpraxen, Qualifizierungen zur Betreuungskraft, Weiterbildung zum Pflegeberater oder Qualifikation zum Helfer in der Pflege.

„Die Vorteile regelmäßiger Weiterbildung haben wir kürzlich direkt erleben können“, berichtet Birgit Rolfs-Skrzipczyk. „Ich hatte gerade an dem Kurs „Wenn das Gesundheitsamt in die Praxis kommt“ teilgenommen, als sich die Behörde zu einer Begehung anmeldete. Durch den Kurs wusste ich genau, welche Unterlagen zur Einsicht benötigt werden und welche Vorbereitungen getroffen werden müssen. Die Dozentin des Kurses hat uns zudem beratend unterstützt. So konnten wir die Begehung mit Bravour meistern“, erzählt sie.

Als einen wichtigen Kurs sieht sie auch „Notfälle in der Arztpraxis“. „Wenn jemand mal in der Praxis kollabiert, muss jeder wissen, was er zu tun hat und jeder Handgriff muss sitzen“, betont die Praxismanagerin. Als nächstes steht ein Telefontraining für Auszubildende und Mitarbeiter ganz oben auf der Weiterbildungsliste. „Der Umgangston ist rauer geworden, besonders auch durch die Corona-Zeit“, erzählt sie. Da sei es wichtig, am Telefon routiniert und sicher zu sein.



Birgit Rolfs-Skrzipczyk empfiehlt Mitarbeitenden in Gesundheitsberufen regelmäßige Fort- und Weiterbildungen als Investition in die Zukunft. Bildquelle: Privat

Birgit Rolfs-Skrzipczyk sieht Fort- und Weiterbildung als einen lebenslangen Prozess. Sie empfiehlt ihren Kollegen, so viele Kurse und Seminare wie möglich zu besuchen. „Der Aufwand ist nicht nur für die Praxis, sondern für jeden Einzelnen eine Investition in die Zukunft“, so ihr Fazit.

6416

Was ist zu tun, wenn das Gesundheitsamt / Behörde in die Praxis kommt!?

Arztpraxen und Krankenhäuser werden immer häufiger mit Überwachungen und Inspektionen durch staatliche Behörden konfrontiert. Im Rahmen von stichprobenartigen Kontrollen durch Gesundheitsämter oder andere zuständige Behörden, wird das Hygienemanagement oder die Aufbereitung von Instrumenten überprüft. Werden dabei Mängel festgestellt, kann dies zu erheblichen Konsequenzen für die Praxis führen.
In den vergangenen Jahren haben die zuständigen Behörden erhebliche Kapazitäten zur Überwachung und Begehung von Praxen und Krankenhäusern aufgebaut. Grundlage sind eine Vielzahl von Bundes- und Landesgesetzen, Verordnungen, behördliche Empfehlungen, Normen und sogenannte technische Regeln. Sie definieren unter anderem Anforderungen an den Infektionsschutz, den Umgang mit Medizinprodukten, aber auch mit Abfällen in der Praxis. Zudem hat der Arzt als Praxisinhaber und Arbeitgeber umfangreiche Pflichten hinsichtlich des Arbeits- und Gesundheitsschutzes seiner Mitarbeiter zu erfüllen.
Zielgruppe: Medizinische Fachangestellte (MFA), Zahnmedizinische Fachangestellte (ZMFA), Azubis

Leitung Katharina Hellwig
Termin Mittwoch, 19.05.2021, 18:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 30,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6418

Umgang mit schwierigen Patienten in der Arzt-/Zahnarztpraxis

Es kommt vor, dass Patienten in der Praxis aggressiv auftreten, wodurch eine angespannte Situation entstehen kann. Daher besteht in diesen Arbeitsbereichen eine besondere Notwendigkeit, sich mit der Entstehung von Gewalt und Aggression auseinander zu setzen und Möglichkeiten der Deeskalation zu erlernen.
Ziel der Fortbildung:
Professionalisierung des Umgangs mit Konflikten, Aggressionen und Gewalt, Etablierung von Handeln und Denken zur Erarbeitung von Deeskalationskompetenzen.
Zielgruppe: Medizinische Fachangestellte (MFA), Zahnmedizinische Fachangestellte (ZMFA), Azubis

Leitung Tim Reinermann
Termin Mittwoch, 23.06.2021, 17:00 – 20:00 Uhr
Gebühr 40,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Welche Weiterbildung / Veranstaltung / Kurse wünschen Sie sich für Ihre persönliche und / oder gesellschaftliche Weiterentwicklung?

„Mehr praktische Übungen, Praktikum in der KTP.“

(w, 37 Jahre)

HIGHLIGHT

6417

Qualitätsmanagement in der Arzt-/Zahnarztpraxis

Das Seminar beinhaltet die Grundlagen zum Qualitätsmanagement in einer Arztpraxis. Inhalt sind die Anforderungen der Richtlinie zum Qualitätsmanagement, die Anforderungen der Ärztekammer und der DIN ISO 9001.
Ziel ist es, einen praktischen Lösungsansatz für einen Praxisbetrieb zu vermitteln.
Zielgruppe: Medizinische Fachangestellte (MFA), Zahnmedizinische Fachangestellte (ZMFA), Azubis

Leitung Christina Fung
Termin Mittwoch, 09.06.2021, 18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr 30,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Büsra Tekdas und Marlene Wenning unterstützen die Kreisvolkshochschule

Lebenslanges Lernen ist eine Investition in die Zukunft für Mitarbeitende und Einrichtungen

Seit dem 1. September 2019 verstärken Büsra Tekdas und Marlene Wenning das Team der Kreisvolkshochschule Vechta e. V. Büsra Tekdas nimmt am Bundesfreiwilligendienst (BFD) teil und ist am Standort in Vechta im Einsatz. Marlene Wenning absolviert ein freiwilliges soziales Jahr (FSJ) im Haus der Bildung und Familie in Visbek. Dort arbeitet sie die halbe Zeit für die KVHS und die übrige Zeit für das Familienbüro der Gemeinde Visbek, das sich ebenfalls dort befindet.

Marlene Wenning

Büsra Tekdas hat in diesem Jahr ihr Abitur im Bereich Sozialpädagogik gemacht. „Eigentlich hatte ich vor, zu reisen und verschiedene Praktika zu machen, um mich beruflich zu orientieren“, erzählt sie. Doch Corona machte ihr einen Strich durch diese Pläne. Mit dem BFD hat sie jetzt die Möglichkeit, berufliche Erfahrungen zu sammeln. Zu ihren Aufgaben in der Kreisvolkshochschule gehört die Vorbereitung von Besprechungen und Kursen, die Gestaltung von Flyern, die Unterstützung der Dozenten und der Verwaltungsmitarbeiter, die Arbeit in der Telefonzentrale und die Betreuung von Teilnehmern. Gerade bei den Teilnehmern von Integrationskursen kommen ihr ihre Sprachkenntnisse zugute. Als gebürtige Türkin spricht sie Türkisch und Kurdisch als Muttersprache sowie Deutsch, Englisch und Französisch.

Ähnlich sind auch die Aufgaben von Marlene Wenning in Visbek: Kursanmeldungen entgegennehmen und einbuchen, Telefonate führen, Kurse mit organisieren und Kursräume vorbereiten. Gemeinsam mit Galina Klaut ist sie vor Ort die Ansprechpartnerin für Personen, die sich für das Programm der Kreisvolkshochschule interessieren. „Ich war mir nach dem Abitur noch nicht sicher, was ich studieren möchte, und wollte mal in den sozialen und den Bildungsbereich hineinschauen. Das bietet mir das FSJ an der Kreisvolkshochschule“, erklärt die 18-Jährige. Mittlerweile steht für sie fest: „Ich möchte Grundschullehramt studieren.“ Generell gefällt ihr an der Tätigkeit, dass die Arbeit sehr vielseitig und abwechslungsreich ist. Sie hofft jetzt, dass die Corona-Welle bald abflaut, damit sie auch mal bei Eltern-Kind-Kursen dabei sein kann.

Um einen Platz an der Kreisvolkshochschule zu erhalten, mussten sich die Jugendlichen über das Diakonische Werk Oldenburg bewerben. Sie hatten jedoch schon vorher Gespräche mit den Verantwortlichen geführt.
Insgesamt arbeiten sie 40 Stunden in der Woche, täglich von 8.00 – 17.00 Uhr und freitags bis 14.00 Uhr. Bis Ende August 2021 werden sie noch bei der Kreisvolkshochschule in Vechta bzw. Visbek tätig sein.

Angebote im Auftrag der Agentur für Arbeit und des Jobcenters Vechta

Zielgruppe: Jugendliche und junge Erwachsene (Maßnahmen der U-25 / Berufsberatung)

Berufsvorbereitende Maßnahme (BvB)
Inhalte: berufliche Orientierung, Bewerbungstraining, Theorie in Vorbereitung auf den Berufsschulunterricht, praktische Berufsfelderkundung in den Gewerken „Maler/ Lackierer“, „Metall“ und „Verwaltung/ Büro“, Betriebspraktika

Berufsvorbereitende Maßnahme (BvB) - Reha
Inhalte: berufliche Orientierung, Bewerbungstraining, Theorie in Vorbereitung auf den Berufsschulunterricht, praktische Berufsfelderkundung in den Gewerken „Hauswirtschaft“ und „Metall“, Betriebspraktika

Ausbildungsbegleitende Hilfen (abH)
Inhalte: individuelle Förderung in den Berufsschulfächern, Deutsch / DaF, sozialpädagogische Förderung

RehaINT (Fachpraktiker Hauswirtschaft und Metall)
Ausbildung in den beiden Berufen mit besonderem Förderbedarf

Zielgruppe: Personen in längerer Beschäftigungslosigkeit (Förderung durch das Jobcenter Vechta)

Fit für Arbeit
Sechsmonatige Trainingsmaßnahme zur Wiedereingliederung in den Beruf mit individueller Berufsorientierung, Bewerbungstraining, Förderung im beruflichen Grundlagenbereich (Theorie und Praxis), Praxisphasen im Betrieb

MitArbeit
Einzelcoaching für Langzeitarbeitslose mit erhöhtem individuellem Förderbedarf
Zielgruppe: Berufsrückkehrer nach langfristiger Arbeitslosigkeit mit individuellem Förderbedarf
gbB – ganzheitliche berufsbegleitende Betreuung (§16e und i / SGBII)
individuelles Einzelcoaching zu Beginn der Arbeitsaufnahme, Begleitung im Betrieb für Arbeitgeber und Arbeitnehmer

Zielgruppe: Berufsrückkehrerinnen (Förderung durch die Agentur für Arbeit Vechta / BCA)

Fit für Arbeit – Teilzeit
Berufliche Qualifizierungsmaßnahme für Frauen, die wieder in das Berufsleben eintreten wollen, mit dem Schwerpunkt EDV, Bürokommunikation, Berufserkundung speziell für Frauen, Bewerbungstraining, individuelle Praxisphasen in Betrieben.

Angebote zur beruflichen Qualifizierung (AZAV – zertifiziert) / Förderung über die Agentur für Arbeit und das Jobcenter Vechta möglich

Umschulung zum Koch/Köchin
Fortbildung zum/zur Küchenhelfer/in
Qualifizierung zum Helfer in der Pflege
Qualifizierung zur Betreuungskraft nach § 43b, 53c SGB XI

Bei Fragen zu diesen Maßnahmen berät Sie:
Gabriela Pollmann
Tel: 04442 / 937080
Info@kvhs-vechta.de

und jobcenter Vechta

Koordinierungsstelle
Frauen & Wirtschaft
im Oldenburger Münsterland

Beratung und Förderung für Berufsrückkehrerinnen

Was kann gefördert werden?

Förderfähig sind berufliche Qualifizierungen, die Ihre Chancen am Arbeitsmarkt verbessern. Der Antrag auf Förderung einer Fortbildung muss **vor Beginn der Maßnahme** bei der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft im Oldenburger Münsterland gestellt werden. Der Eigenanteil an den Fortbildungskosten beträgt mindestens 50%. Eine zuschussberechtigte Person kann maximal 400 € pro Jahr geltend machen. Bewilligte Anträge werden nach Vorlage der bezahlten Rechnung und der Teilnahmebescheinigung (Kopien) ausgezahlt.

Zuschussberechtigte Personen

Für die Förderung einer beruflichen Qualifizierung können Frauen und Männer in Elternzeit, Berufsrückkehrerinnen und Frauen mit geringfügigem Einkommen einen Antrag bei der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft stellen. Dieses Angebot richtet sich ebenfalls an zuschussberechtigte Personen ohne Leistungsbezug nach SGB II und SGB III im Oldenburger Münsterland. Auf dieses Angebot besteht kein Rechtsanspruch. Sozialversicherungspflichtig Beschäftigte und Selbständige erhalten keine Förderung durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft.

Antragstellung und Information:

Anette Schlarmann, Tel: 04441/ 898-2622
Nadine Bornemann, Tel: 04471/ 15-305

Sprechzeiten: Montag bis Freitag von 8:30 Uhr – 12:30 Uhr

Beratung

Gerne beraten wir Sie kostenlos im Kreishaus Cloppenburg und im Kreishaus Vechta zu Ihren Chancen am Arbeitsmarkt und den Wiedereinstieg in den Beruf!

Kontakt:

In **Cloppenburg**, Eschstr. 29: **Renate Hitz**, Tel: 04471/ 15-383
In **Vechta**, Ravensberger Str. 20: **Gaby Middelbeck**, Tel: 04441/898-2621

Eine Einrichtung in Trägerschaft des Landkreises Cloppenburg und des Landkreises Vechta, gefördert aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Landes Niedersachsen.

EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Sozialfonds

EUROPA FÜR NIEDERSACHSEN

Sprachen

Sabina Kramer
Tel.: 04441 / 93778-14
s.kramer@kvhs-vechta.de

Charliene Sölter
Tel.: 04441 / 93778-23
c.soelter@kvhs-vechta.de

Elnaz Allen
Tel.: 04441 / 93778-33
e.allen@kvhs-vechta.de

Englisch 87
Spanisch 90
Französisch 92
Italienisch 93
Russisch 93
Türkisch 94
Arabisch 94
Deutsch als Fremdsprache 94
Gebärdensprache 96
Latein 96

Verschiedene international anerkannte Prüfungen sind möglich: z. B Cambridge, LCCI, DELF, DALF, D.E.L.E., Goethe-INSTITUT	
C2 Oberstufe	Kann praktisch alles, was er liest oder hört, mühelos verstehen. Kann Sachverhalte und Argumente aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen wiedergeben und in einer kohärenten Darstellung zusammenfassen. Kann sich spontan, sehr fließend und differenziert ausdrücken und auch bei komplizierten Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.
C1 Oberstufe	Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, auch längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Kann sich beinahe mühelos spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter offensichtlich nach Worten suchen zu müssen. Kann die Sprache wirksam und flexibel im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium gebrauchen. Kann sich klar und strukturiert zu komplexen Sachverhalten äußern, etwas ausführlich beschreiben oder berichten und seine Aussagen inhaltlich und sprachlich verknüpfen.
B2 Aufbaustufe	Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen, versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit einem Muttersprachler ohne Belastung für beide Gesprächspartner möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einem Problem erklären und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.
Europäische Sprachenzertifikatsprüfungen möglich	
B1 Aufbaustufe	Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern. Kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.
Grundbausteinprüfung der Europäischen Sprachenzertifikate möglich	
A2 Grundstufe	Kann einzelne Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke im Zusammenhang mit Bereichen von unmittelbarer Bedeutung verstehen (z. B. Informationen zur Person, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Kann sich in einfachen routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten und direkten Austausch von Informationen und um vertraute Themen und Tätigkeiten geht. Kann mit einfachen Mitteln Personen, Orte, Dinge, die eigene Ausbildung und seine Umwelt beschreiben.
A1 Grundstufe	Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung einfacher, konkreter Bedürfnisse zielen. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z. B. Name, Wohnort, Bekannte, Dinge, die sie besitzen usw. – und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.

Sprachen

Wir freuen uns sehr, dass Sie sich für unsere Sprachkurse interessieren. Hier finden Sie eine Reihe von Anfänger-, Wiedereinsteiger- und Folgekursen. Quereinsteiger sind in allen Kursen herzlich Willkommen. Bitte beachten Sie, dass ein neuer Einstieg nach der 3. Sitzung nur nach Absprache möglich ist. Des Weiteren hat uns der aktuelle Anlass dazu bewegt, Online-Kurse anzubieten. Diese Kurse finden komplett in einem virtuellen Klassenzimmer statt, unserer vhs.cloud. Mehr zur vhs.cloud finden Sie auf **Seite 71**.
Sie benötigen lediglich eine gute Internetverbindung, Tablet / PC / Laptop mit Kamera, Headset und das Lehrbuch. Wir haben für Sie zwei Infoveranstaltungen im Angebot, in denen wir Ihnen die vhs.cloud kurz vorstellen.

Anleitung zur Registrierung in der vhs.cloud

1. Gehen Sie auf www.vhs.cloud.
2. Klicken Sie auf den Reiter „Für Kursteilnehmende“ und dann auf „Mitglied werden“.
3. Gehen Sie auf „Jetzt registrieren“ (orange hinterlegt).
4. Bitte geben Sie Ihre Daten ein.
5. Sie sind jetzt als Teilnehmer bei uns hinterlegt.
6. Schicken Sie Ihren Benutzernamen an **e.allen@kvhs-vechta.de**.
7. Sie werden von uns Ihrem Kurs hinzugefügt.
8. Sie erhalten eine Bestätigungsmail.

Einführung in die vhs.cloud

Die vhs.cloud ist die Online-Platform der Volkshochschulen in Deutschland. Diese Platform bietet viele Möglichkeiten des Lernens. An diesem Infoabend möchten wir Ihnen die vhs.cloud vorstellen und Ihnen zeigen, wie Sie sich anmelden können und wie der Unterricht in so einem virtuellen Raum aussieht. Gerne können Sie Ihr Tablet/Laptop mitbringen und vor Ort die Registrierung vornehmen. Die Teilnahme ist kostenlos und unverbindlich. Um Voranmeldung wird gebeten.

7000

Einführung in die vhs.cloud

Leitung Julian Hülsemann
Termin Montag, 18.01.2021, 18:00 – 18:45 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7000A

Einführung in die vhs.cloud

Leitung Julian Hülsemann
Termin Mittwoch, 20.01.2021, 18:00 – 18:45 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Cambridge Prüfungen

Die Cambridge Englisch Prüfungen sind weltweit bekannt und werden von Hochschulen, Arbeitgebern und Bildungsbehörden als Nachweis qualifizierter Sprachkenntnisse geschätzt und anerkannt.
So erkennen z. B. viele Hochschulen das Cambridge English: Advanced (CAE) und das Cambridge English: Proficiency (CPE) als sprachliche Zugangsvoraussetzung für ein Studium in englischer Sprache an. Die Prüfungen werden von der KVHS regelmäßig für Schüler aus dem Landkreis Vechta abgenommen.

Englisch

Einstufung und Beratung

Was trocken und nach Schulbank klingt, ist nicht nur klärend, sondern auch interessant und spannend. Dieses Angebot ist eine Orientierungshilfe für Englisch-Interessierte, die unsicher sind, welcher Kurs der Richtige ist. Durch standardisierte Tests und Gespräche werden die jeweiligen Vorkenntnisse festgestellt, so dass der passende Kurs ausgewählt werden kann. Um Voranmeldung wird gebeten.

7001

Einstufung und Beratung - Englisch

Leitung Jack David Kayindu
Termin Donnerstag, 07.01.2021, 16:30 – 18:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7002

Einstufung und Beratung - Englisch

Leitung Jack David Kayindu
Termin Donnerstag, 07.01.2021, 18:15 – 19:45 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7003

Einstufung und Beratung - Englisch

Leitung Jack David Kayindu
Termin Dienstag, 12.01.2021, 16:30 – 18:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7004

Einstufung und Beratung - Englisch

Leitung Jack David Kayindu
Termin Dienstag, 12.01.2021, 18:15 – 19:45 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

„Wer fremde Sprachen nicht kennt, weiß nichts von seiner eigenen.“

Johann Wolfgang von Goethe

A1/A2 Niveau

7005

Englisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse Niveau A1.1

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich ohne Vorkenntnisse zu haben, auf den Weg machen wollen, die englische Sprache zu erlernen.
Ziel dieses Kurses ist es, an einfachen Gesprächen teilnehmen zu können und Verständnis für die Grammatik der englischen Sprache zu entwickeln.
Bitte mitbringen: Easy English A1.1, Cornelsen Verlag
ISBN 978-3-06-520805-5

Leitung Mareike Holthaus-Hövemann
Termin Beginn ist am Dienstag, 16.02.2021, 12 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 83,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7006

Englisch für Anfänger 3 Niveau A1

Dieser Kurs richtet sich an alle Teilnehmer aus dem letzten Semester und an Interessierte, die sich mit geringen Vorkenntnissen auf den Weg machen wollen, die englische Sprache zu erlernen.
Ziel dieses Kurses ist es, an einfachen Gesprächen teilnehmen zu können und Verständnis für die Grammatik der englischen Sprache zu entwickeln.
Bitte mitbringen: Easy English A1.1, Cornelsen Verlag
ISBN 978-3-06-520805-5

Leitung Mareike Holthaus-Hövemann
Termin Beginn ist am Mittwoch, 20.01.2021, 12 Abende, jeweils mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 84,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7007

Englisch für Anfänger 5 Niveau A1

Dieser Englischkurs richtet sich an die Teilnehmer aus dem letzten Semester und an Interessierte mit geringen Vorkenntnissen.
Bitte mitbringen: Easy English A1.1, Cornelsen Verlag
ISBN 978-3-06-520805-5

Leitung Mareike Holthaus-Hövemann
Termin Beginn ist am Freitag, 22.01.2021, 12 Abende, jeweils freitags, 16:30 – 18:00 Uhr
Gebühr 84,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

7008

Englisch für Anfänger 12 Niveau A1/A2

Fortsetzungskurs für die Teilnehmer des Englisch 11-Kurses aus dem letzten Semester.
Das Unterrichtsmaterial wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

Leitung Mareike Holthaus-Hövemann
Termin Beginn ist am Donnerstag, 21.01.2021, 12 Abende, jeweils donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 84,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

A2/B1 Niveau

7009

English Refresher Course 9 Niveau A2

Alles vergessen? Dieser Kurs bezieht Ihre längst vergessenen Kenntnisse mit ein. Als Vorbereitung auf den kommenden Urlaub oder für die fortgeschrittenen Englischkurse im neuen Semester oder einfach, um die Sprachkenntnisse zu erfrischen bzw. zu erneuern. Die Schwerpunkte liegen auf Urlaubsthemen, alltäglichem Sprachgebrauch und Grammatikauffrischung. Voraussetzung für diesen Kurs sind etwa 3 - 4 Jahre Englischunterricht.
Bitte mitbringen: A New Start Refresher A2, Cornelsen Verlag
ISBN 9783464203286

Leitung Mareike Holthaus-Hövemann
Termin Beginn ist am Dienstag, 19.01.2021, 12 Abende, jeweils dienstags, 19:45 – 21:15 Uhr
Gebühr 87,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7010

Am Vormittag: Englisch für Fortgeschrittene 14 – Niveau A2

Enjoy the English language by reading, listening and talking about traveling, sightseeing, hobbies, family, friends and other interesting topics.

Dozentenvorstellung

James Norman

My name is James Norman and I have been teaching for 17 years, during which time I have taught students from a huge variety of countries, backgrounds, levels, and learning needs. I studied philosophy for my undergraduate degree and then sociocultural linguistics for my masters. I am a new teacher working for the VHS and I live in London, UK.

Bitte mitbringen: Fairway Refresher A2, KLETT Verlag
ISBN 978-3-12-501470-1

Leitung Annelie Bocklage
Termin Beginn ist am Dienstag, 09.02.2021, 12 Vormittage, jeweils dienstags, 9:30 – 11:00 Uhr
Gebühr 87,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7011

Brush up your English! Niveau A2/ B1

Basisgrammatik und Wortschatzerweiterung sind die die Schlüsselkomponenten dieses Kurses. Der Kurs ermöglicht nicht nur eine Auffrischung, sondern auch die Chance, Ihr Englisch zu verbessern. In einer freundlichen Lernatmosphäre behandeln wir unterschiedliche alltägliche Themen.
Kursmaterial: Mehrere Bücher bzw. PowerPoint

Leitung Jack David Kayindu
Termin Beginn ist am Dienstag, 16.02.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 18:45 – 20:15 Uhr
Gebühr 73,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Englisch - Fit for travel! Niveau A2/B1

Planen Sie eine Reise ins Ausland oder sind Sie in englischsprachigen Räumen viel unterwegs? Dieser Kurs beinhaltet u.a. Intercultural Communication Skills; English Phrases for Travel & Reservations; communicating at the airport, hotel, restaurant etc. Das Lernziel ist, mit Selbstvertrauen im Ausland bzw. mit englischsprachigen Bekannten kommunizieren zu können. Darüber hinaus vermittelt der Kurs interkulturelle Kompetenz. Es erwartet Sie eine entspannte, freundliche Lernatmosphäre mit Interaktionen!
Kursmaterial: Mehrere Bücher bzw. PowerPoint

7012

Englisch - Fit for travel! Niveau A2/B1

Leitung Jack David Kayindu
Termin Beginn ist am Montag, 15.02.2021, 10 Abende, jeweils montags, 19:15 – 20:45 Uhr
Gebühr 73,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7013

Englisch- Fit for travel! Niveau A2/B1

Leitung Jack David Kayindu
Termin Beginn ist am Montag, 10.05.2021, 9 Abende, jeweils montags, 19:15 – 20:45 Uhr
Gebühr 66,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

7014

English Conversation Course - Let´s Talk! Niveau A2/B1

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, Ihre mündlichen und verbalen Kommunikationsfähigkeiten zu verbessern. Der Kurs ist ideal für Menschen, die Sicherheit und Selbstvertrauen beim Englischsprechen in verschiedenen Kontexten und Umgebungen gewinnen möchten. Sie haben die Möglichkeit, an Gesprächen wie Small Talk, Debatten & Diskussionen, „short presentations“ teilzunehmen. Erwarten Sie eine entspannte, freundliche Lernatmosphäre mit vielen Interaktionen!

Leitung Jack David Kayindu
Termin Beginn ist am Donnerstag, 18.02.2021, 10 Abende, jeweils donnerstags, 19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 73,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

7015

English Conversation Course - Let´s Talk! Niveau A2/B1 - vhs.cloud

Improve your confidence in speaking English in classes (online) designed to make you feel comfortable. Learn new vocabulary and phrases as you need them, with some focus on pronunciation to help you understand and make yourself understood. Please note that the teacher does not speak any German.
Bitte mitbringen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer!

Leitung James Norman
Termin Beginn ist am Donnerstag, 21.01.2021, 10 Abende, jeweils donnerstags, 19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 73,00 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

B1/B2 Niveau

7016

English Conversation Course - Let´s Talk! – Niveau B1

In this course you will improve your oral (verbal) communication skills. The course is ideal for people who wish to gain confidence in speaking English in different contexts and settings. It will give you a chance to participate in speaking exercises (in the presence of a competent instructor) to enable you minimize grammatical errors. You will have the chance to participate in conversations such as Small Talk, debates & discussions, short presentations and mini-reports. Expect a relaxed and friendly learning atmosphere spiced up with games and interactions.
Kursmaterial: Mehrere Bücher bzw. PowerPoint

Leitung Jack David Kayindu
Termin Beginn ist am Montag, 15.02.2021, 10 Abende, jeweils montags, 17:30 – 19:00 Uhr
Gebühr 76,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Wie stellen Sie sich einen Kurs / eine Veranstaltung in der Zukunft vor?

„In Zeiten von Corona vielleicht in digitaler Form.“

(m, 35 Jahre)

7017

Englisch - Fit for travel!
Niveau B1

Planen Sie eine Reise ins Ausland oder sind Sie in englischsprachigen Räumen viel unterwegs? Dieser Kurs beinhaltet u.a. Intercultural Communication Skills; English Phrases for Travel & Reservations; communicating at the airport, hotel, restaurant etc.. Das Lernziel ist es, mit Selbstvertrauen im Ausland bzw. mit englischsprachigen Bekannten kommunizieren zu können. Darüber hinaus vermittelt der Kurs interkulturelle Kompetenz. Es erwartet Sie eine entspannte, freundliche Lernatmosphäre mit Interaktionen!
Kursmaterial: Mehrere Bücher bzw. PowerPoint

Leitung Jack David Kayindu
Termin Beginn ist am Donnerstag, 18.02.2021, 10 Abende, jeweils donnerstags, 17:30 – 19:00 Uhr
Gebühr 76,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

7018

Am Vormittag: Englisch für Fortgeschrittene 13
Niveau B1/B2

Improve your advanced language skills by reading, listening and talking about current topics concerning the English speaking world.
Lehrbuch: Wird zu Beginn des Kurses bekanntgegeben.

Leitung Annelie Bocklage
Termin Beginn ist am Dienstag, 09.02.2021, 12 Vormittage, jeweils dienstags, 11:15 – 12:45 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7019

English Conversation Group - Folgekurs
Niveau B1/B2

This course aims at talking about various topics of interest chosen by the participants. They should have a good knowledge of English, approximately level B1/B2. The course offers them the possibility to improve their fluency in lively conversations in a friendly atmosphere.
Visual material, listening texts or articles are taken as the basis of ensuing debates.

Leitung Heidemarie Wagner
Termin Beginn ist am Donnerstag, 21.01.2021, 10 Abende, jeweils donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr
Gebühr 76,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Undrey / Shutterstock.com

Spanisch

A1 Niveau

7100

Spanisch für Anfänger
Niveau A1.1

Der Kurs richtet sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse, die sich auf eine Reise in ein spanischsprachiges Land vorbereiten möchten oder einfach nur Spaß am Erlernen einer neuen Fremdsprache haben.
Bitte mitbringen: Caminos hoy A1, Klett Verlag 1. Auflage 2016
ISBN 978-3-12-515770-5

Leitung Montserrat García Yusta
Termin Beginn ist am Donnerstag, 14.01.2021, 10 Abende, jeweils donnerstags, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7101

Spanisch für Anfänger
Niveau A1.1- vhs.cloud

Dieser Anfängerkurs richtet sich an Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Sie lernen von Grund auf die Sprache. Bitte beachten Sie, dass dieser Kurs über die vhs.cloud läuft und somit online stattfindet. Das Teilnehmen erfordert keine großen EDV-Kenntnisse.
Bitte mitbringen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer!

HIGHLIGHT

vhs cloud Das Online-Netzwerk für Volkshochschulen

C1 Niveau

7020

English Conversation Course – Let´s Talk!
Niveau C1- vhs.cloud

Put your knowledge into practice with high level conversation in this online course. Speak more naturally and follow native speech better with a heightened awareness of pronunciation, and convey what you want to say more precisely with new vocabulary and phrases.

Bitte mitbringen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer!

Leitung James Norman
Termin Beginn ist am Dienstag, 26.01.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 82,00 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

Leitung Sebastian Granara
Termin Beginn ist am Dienstag, 26.01.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

Spanisch für Anfänger Niveau A1.2

Der Kurs richtet sich an Anfänger, die schon ein wenig Kontakt mit der spanischen Sprache haben.
Eine gute Voraussetzung ist die Teilnahme am Anfängerkurs. Aber auch Neueinsteiger, mit ersten Kenntnissen, sind willkommen.

Bitte mitbringen: Caminos hoy A1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-515770-5
Kurs- und Übungsbuch mit MP3-CD und DVD
1. Auflage 2016

7102

Spanisch für Anfänger mit ersten Vorkenntnissen Niveau A1.2

Leitung Montserrat García Yusta
Termin Beginn ist am Montag, 18.01.2021, 12 Abende, jeweils montags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 84,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7103

Spanisch für Anfänger mit ersten Vorkenntnissen Niveau A1.2

Leitung Montserrat García Yusta
Termin Beginn ist am Donnerstag, 15.04.2021, 12 Abende, jeweils donnerstags, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 84,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7104

Spanisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen Niveau A1.3

Leitung Montserrat García Yusta
Termin Beginn ist am Montag, 03.05.2021, 10 Abende, jeweils montags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7105

Spanisch für Anfänger Niveau A1/A2- vhs.cloud

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die vor einiger Zeit Spanisch gelernt haben und jetzt wieder eine Auffrischung wünschen. Bitte beachten Sie, dass dieser Kurs über die vhs.cloud läuft und somit online stattfindet. Das Teilnehmen erfordert keine großen EDV-Kenntnisse. Bitte mitbringen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer!

Leitung Sebastian Granara
Termin Beginn ist am Mittwoch, 20.01.2021, 10 Abende, jeweils mittwochs, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

A2/B1 Niveau

7106

Spanisch 11 Niveau A2

Der Kurs richtet sich an Interessierte, die ihre Spanischkenntnisse auffrischen oder vertiefen möchten. Dieser Kurs bietet Ihnen einen erfolgreichen Wiedereinstieg und eine Aktivierung des bereits Gelernten im Rahmen kommunikativer Situationen. Teilnehmer aus dem Kurs Niveau A1 und Neueinsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Das Lehrbuch wird in der 1.Stunde bekanntgegeben.

Leitung Olga Ester Ruiz Diaz Adorno
Termin Beginn ist am Montag, 25.01.2021, 12 Abende, jeweils montags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 87,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

HIGHLIGHT

vhs cloud Das Online-Netzwerk für Volkshochschulen

7107

Spanisch für Wiedereinsteiger Niveau A2/B1- vhs.cloud

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die vor einiger Zeit Spanisch gelernt haben und jetzt wieder eine Auffrischung wünschen. Bitte beachten Sie, dass dieser Kurs über die vhs.cloud läuft und somit online stattfindet. Das Teilnehmen erfordert keine großen EDV-Kenntnisse. Sie benötigen lediglich ein Log-In, gutes Internet und Kopfhörer.
Bitte mitbringen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer!

Leitung Sebastian Granara
Termin Beginn ist am Donnerstag, 28.01.2021, 10 Abende, jeweils donnerstags, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 73,00 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

Konversation

Die Konversationsabende sind für Einsteiger und Fortgeschrittene.
Der Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits einen Spanischkurs besucht oder anderweitig Kenntnisse erlangt haben. Dabei werden wir uns über Themen aus dem Alltag austauschen, sodass man Gelegenheit bekommt, auf Spanisch zu kommunizieren und das Erlernte zu üben.

7108

Spanisch Konversationsabend

Leitung Montserrat García Yusta
Termin Beginn ist am Montag, 18.01.2021, 12 Abende, jeweils montags, 19:45 – 20:30 Uhr
Gebühr 42,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7109

Spanisch Konversationsabend

Leitung Montserrat García Yusta
Termin Beginn ist am Montag, 03.05.2021, 10 Abende, jeweils montags, 19:45 – 20:30 Uhr
Gebühr 35,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Französisch

A1 Niveau

7200

Französisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen Niveau A1

Für alle, die die französische Sprache ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen kennenlernen möchten, um im Urlaub oder im Austausch mitreden zu können.
Bitte mitbringen: Voyages neu A1, KLETT Verlag ISBN 978-3-12-529412-7

Leitung Annelie Bocklage
Termin Beginn ist am Montag, 08.02.2021, 12 Abende, jeweils montags, 19:45 – 21:15 Uhr
Gebühr 84,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

B1/B2 Niveau

7201

Französisch für Fortgeschrittene Niveau B1/B2

Faites l'expérience de la fascination de la langue française en lisant, écoutant et parlant des régions, des fêtes, de l'histoire ou d'autres sujets actuels.
Bitte mitbringen: On y va ! Der Französischkurs B1, Hueber Verlag ISBN 978-3-19-003354-6

Leitung Annelie Bocklage
Termin Beginn ist am Montag, 08.02.2021, 12 Abende, jeweils montags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

B2/C1 Niveau

7202

Französisch für Fortgeschrittene Niveau B2/C1

Wir orientieren uns an aktuellen Themen aus Frankreich und der französischsprachigen Welt.
Dabei lesen wir Zeitungen, Magazine, erweitern unser Vokabular, Sprechfähigkeit und auch die französische Grammatik wird nicht vergessen.
Kurzgeschichten und ein abschließender Film runden das Programm ab.
Vous êtes bienvenu-e!

Leitung Christiane Kathe
Termin Beginn ist am Mittwoch, 24.02.2021, 10 Abende, jeweils mittwochs, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 79,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

DELF-Prüfungen für Schülerinnen und Schüler

DELF scolaire
DELF scolaire richtet sich an alle Schülerinnen und Schüler nichtfranzösischer Nationalität, die ihre Französischkenntnisse überprüfen oder z.B. für ein angestrebtes Hochschulstudium im In- oder Ausland nachweisen müssen. DELF überprüft und bescheinigt den Gebrauch der französischen Sprache in vielfältigen realistischen Situationen des alltäglichen Lebens. Die kommunikativen Kompetenzen werden sowohl im mündlichen als auch im schriftlichen Sprachgebrauch überprüft.

Zertifikatsstufen
DELF scolaire ist an den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER) angepasst. Seit Herbst 2005 gibt es die Prüfungen zu den Niveaustufen des GER: A1, A2 (allgemeine Sprachverwendung) und B1, B2 (selbstständige Sprachverwendung).
Die Prüfungen werden zweimal pro Jahr zu von der Botschaft vorgegebenen Terminen (Januar und Juni) von der KVHS Vechta für die örtlichen Schulen durchgeführt.

Weiter mit Bildung!

Wie stellen Sie sich einen Kurs / eine Veranstaltung in der Zukunft vor?

„Ich bevorzuge Präsenz-Unterricht, also nicht online“

(w, 50 Jahre)

Sprachen

Italienisch

A1 Niveau

7300

Italienisch für Anfänger
Niveau A1.1- vhs.cloud

Ein Italienisch-Anfängerkurs für Interessierte ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen. Bitte beachten Sie, dass der Unterricht online stattfindet (vhs.cloud).
Das Lehrmaterial wird in der 1. Stunde bekanntgegeben.
Bitte mitbringen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer!

Leitung Angelica Fortunato
Termin Beginn ist am Freitag, 21.05.2021, 9 Abende, jeweils freitags, 18:30 – 20:00 Uhr
Gebühr 63,00 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

7301

Italienisch Niveau A1+

Ein Italienischkurs für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen.
Das Lehrmaterial wird in der 1. Stunde bekanntgegeben.

Leitung Angelica Fortunato
Termin Beginn ist am Dienstag, 12.01.2021, 12 Abende, jeweils dienstags, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 84,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

A2 Niveau

7302

Italienisch – Niveau A2+

Ein Italienischkurs für die Teilnehmer aus dem letzten Semester und für Quereinsteiger mit geringen Vorkenntnissen.
Das Lehrmaterial wird in der 1. Stunde bekanntgegeben.

Leitung Angelica Fortunato
Termin Beginn ist am Donnerstag, 14.01.2021, 13 Abende, jeweils donnerstags, 19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 94,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Russisch

A1/A2 Niveau

7400

Russisch für Anfänger
Niveau A1.1- vhs.cloud

Für Teilnehmer ohne Vorkenntisse, die die russische Sprache erlernen möchten. Dieser Kurs findet online über die vhs.cloud statt.
Bitte mitbringen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer!
Lehrwerk wird am ersten Kurstag bekannt gegeben.

Leitung Olga Seebold
Termin Beginn ist am Montag, 11.01.2021, 10 Abende, jeweils montags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

7401

Russisch für Alltag und Reisende – Niveau A1/A2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen bis zu guten Vorkenntnissen der russischen Sprache. Sollten Sie eine Reise planen oder die Sprache für den Alltag oder den Beruf benötigen, sind Sie in diesem Kurs genau richtig. In einer freundlichen und entspannten Atmosphäre lernen wir die Sprache weiter.

Leitung Olga Seebold
Termin Beginn ist am Dienstag, 19.01.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

HIGHLIGHT

7303

Italienisch Kurs
Lingua e cultura italiana
Niveau A2+

Ein Italienischkurs für die Teilnehmer aus dem letzten Semester und für Quereinsteiger mit A2-Vorkenntnissen.
Das Lehrmaterial wird in der 1. Stunde bekanntgegeben.

Leitung Angelica Fortunato
Termin Beginn ist am Donnerstag, 06.05.2021, 7 Abende, jeweils donnerstags, 19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 52,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Arabisch

A1 Niveau

7600

Arabisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse – Niveau A1.1

Dieser Kurs ist für Teilnehmer die über keine Vorkenntnisse der arabischen Sprache verfügen.

Leitung Belal Elsayed
Termin Beginn ist am Mittwoch, 20.01.2021, 10 Abende, jeweils mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

7601

Arabisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse Niveau A1.1- vhs.cloud

Dieser Kurs ist für Teilnehmer die über keine Vorkenntnisse der arabischen Sprache verfügen. In diesem Kurs lernen Sie die Sprache von Anfang an. Bitte beachten Sie, dass dieser Kurs ausschließlich online über die vhs.cloud stattfindet. Bitte mitbringen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer!

Leitung Belal Elsayed
Termin Beginn ist am Mittwoch, 03.03.2021, 10 Abende, jeweils mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

7602

Arabisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen Niveau A1

Kursteilnehmer aus dem letzten Semester und Teilnehmer die bereits über geringe Vorkenntnisse der arabischen Sprache verfügen, sind herzlich willkommen.

Leitung Belal Elsayed
Termin Beginn ist am Dienstag, 19.01.2021, 8 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 56,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Deutsch als Fremdsprache

A1 Niveau

Ein Deutschkurs für Teilnehmer ohne oder mit geringen Vorkenntnissen. Im Kurs werden grammatische Strukturen der deutschen Sprache erarbeitet und ein Grundwortschatz aufgebaut. In einem abwechslungsreichen, kommunikativen Unterricht erlernen Sie die deutsche Sprache.
Das Lehrbuch wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

7700

Deutsch als Fremdsprache Niveau A1.1

Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Leitung Angelica Fortunato
Termin Beginn ist am Donnerstag, 21.01.2021, 12 Abende, jeweils donnerstags, 17:15 – 18:45 Uhr
Gebühr 84,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7701

Deutsch als Fremdsprache mit geringen Vorkenntnissen Niveau A1

Für Teilnehmer aus dem letzten Semester und für Quereinsteiger mit geringen Vorkennissen.

Leitung Emine Aktas
Termin Beginn ist am Dienstag, 19.01.2021, 12 Abende,

HIGHLIGHT

Türkisch

7500

Türkisch für Reisende – Anfängerkurs Niveau A1.1

Sie planen eine Reise in die Türkei oder interessieren sich für die Sprache? Dieser Türkischkurs richtet sich an Anfänger ohne Vorkenntnisse. Das Lehrmaterial wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

Leitung Emine Aktas
Termin Beginn ist am Dienstag, 23.02.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 70,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

jeweils dienstags,
17:45 – 19:15 Uhr
Gebühr 84,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

7702

Deutsch als Fremdsprache mit geringen Vorkenntissen Niveau A1

Für Teilnehmer aus dem letzten Semester und für Quereinsteiger mit geringen Vorkennissen.

Leitung Emine Aktas
Termin Beginn ist am Samstag, 16.01.2021, 12 Nachmittage, jeweils samstags, 15:00 – 16:30 Uhr
Gebühr 84,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

A2 Niveau

7703

Deutsch als Fremdsprache Niveau A2.1

Ein Deutschkurs für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Im Kurs werden grammatische Strukturen der deutschen Sprache erarbeitet und ein Grundwortschatz aufgebaut. In einem abwechslungsreichen, kommunikativen Unterricht erlernen Sie die deutsche Sprache.
Das Lehrbuch wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

Leitung Angelica Fortunato
Termin Beginn ist am Dienstag, 26.01.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 17:15 – 18:45 Uhr
Gebühr 73,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)

An dieser Prüfung können alle Interessierten teilnehmen, die ausreichende Deutsch-Sprachkenntnisse auf dem Niveau B1 haben. Die Prüfung besteht aus folgenden drei Teilen:
- Hören / Lesen
- Schreiben
- Sprechen

Das erforderliche Anmeldeformular ist im Büro der KVHS Vechta in der Bahnhofstraße 1 in Vechta erhältlich.

7704

Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 19.01.2021!

Leitung Dozententeam
Termin Freitag, 19.02.2021, 9:00 – 16:00 Uhr
Gebühr 140,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7705

Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 02.02.2021!

Leitung Dozententeam
Termin Freitag, 05.03.2021, 9:00 – 16:00 Uhr
Gebühr 140,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7706

Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 05.05.2021!

Leitung Dozententeam
Termin Freitag, 04.06.2021, 9:00 – 16:00 Uhr
Gebühr 140,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

B1/ B2 Niveau

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer mit bereits guten Deutschkenntnissen, die in Deutschland leben und arbeiten oder arbeiten möchten. Lebensnahe Alltags- und Arbeitssituationen stehen thematisch im Mittelpunkt des Kurses. Der Schwerpunkt liegt auf den kommunikativen Kompetenzen.

7707

Deutsch im Alltag und Beruf Niveau B1.1

Leitung Olga Seebold
Termin Beginn ist am Dienstag, 12.01.2021, 10 Abende, jeweils dienstags und donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 76,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7708

Deutsch im Alltag und Beruf Niveau B1.2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits den ersten Teil des Kurses (Niveau B1.1) abgeschlossen haben.

Leitung Olga Seebold
Termin Beginn ist am Donnerstag, 18.02.2021, 10 Abende, jeweils donnerstags und dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 76,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7709

Deutsch im Alltag und Beruf Niveau B1.3

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits den ersten und zweitenTeil des Kurses (Niveau B1.1 und B1.2) abgeschlossen haben.

Leitung Olga Seebold
Termin Beginn ist am Donnerstag, 25.03.2021, 10 Abende, jeweils donnerstags und dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 76,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7710

Deutsche Grammatik intensiv B1/B2

Die deutsche Grammatik ist für die meisten Lernenden eine Herausforderung. Mit diesem Kurs wollen wir lernen, die Regeln zu verstehen und sie richtig zu benutzen!
Der Kurs beinhaltet die Themen: Passiv, Konjunktiv I und II, Gebrauch der Tempora, richtige Nutzung der Präpositionen, Verben und ihre Ergänzungen, etc. Probleme werden gemeinsam erläutert und besprochen. Intensive Übungen sollen euch helfen, das neu erlernte Wissen zu festigen.
Alle Materialien werden von der Lehrkraft zur Verfügung gestellt.

Leitung Maria Sabina Jäger
Termin Beginn ist am Montag, 08.02.2021, 10 Abende , jeweils montags und mittwochs, 17:30 – 19:00 Uhr
Gebühr 76,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7711

Deutsch als Fremdsprache für Fortgeschrittene – Niveau B2.1

Der Kurs richtet sich an die fortgeschrittenen Teilnehmer, die ihr Wissen in den Bereichen Grammatik, Kommunikation, Leseverstehen und Hörverstehen vertiefen wollen.
Mit der offenen Form des Unterrichts werden die wichtigsten Aspekte des B2 Niveaus sachlich und kompetent erläutert. Es herrscht eine offene Atmosphäre mit viel Raum für Fragen und Kommunikation.
Bitte mitbringen: Einfach weiter! Deutsch B2 von TELC.

Leitung Maria Sabina Jäger
Termin Beginn ist am Montag, 12.04.2021, 10 Abende, jeweils montags und mittwochs, 17:30 – 19:00 Uhr
Gebühr 79,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Deutsche Gebärdensprache

Sie werden langsam mit der Sprache vertraut gemacht und lernen, einfache Gesprächssituationen zu meistern.
Die Deutsche Gebärdensprache dient der Kommunikation unter Gehörlosen und Ertaubten.
Interessierte, wie Eltern, Lehrer und Arbeitskollegen können sich durch das Erlernen der Gebärdensprache besser mit hörbehinderten Menschen verständigen.

7712

Deutsche Gebärdensprache für Anfänger kompakt vhs.cloud

Der Kurs findet online über die vhs.cloud statt.
Bitte mitbringen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer!

Leitung Doris Geist
Termin Freitag, 22.01.2021, 17:00 – 19:15 Uhr
Samstag, 23.01.2021, 9:00 – 14:00 Uhr
Gebühr 49,50 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, virtueller Raum 1

7713

Deutsche Gebärdensprache für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Leitung Karin Rensen, Sabine Lünswilken
Termin Beginn ist am Dienstag, 09.02.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 110,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Latein

7800

Lateinkurs für Fortgeschrittene - Kurze lateinische Texte: Pico della Mirandolas Rede über die Würde des Menschen

Texte zur Entdeckung des Menschen und der Welt!
Dieser Kurs ist für erwachsene Teilnehmer mit sehr guten Vorkenntnissen der lateinischen Sprache.

Leitung Wolfgang Zapfe
Termin Beginn ist am Donnerstag, 14.01.2021, 10 Vormittage, jeweils donnerstags, 9:30 – 11:00 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

HIGHLIGHT

7714

Deutsche Gebärdensprache für Anfänger – Aufbaukurs (DGS 2)

Dieser Aufbaukurs ermöglicht den Teilnehmern aus dem letzten Semester und Interessierten mit geringen Vorkenntnissen, die bereits erworbenen Kenntnisse der Deutschen Gebärdensprache zu erweitern. Sie werden langsam mit der Sprache vertraut und lernen, einfache Gesprächssituationen zu meistern.

Die Deutsche Gebärdensprache dient der Kommunikation unter Gehörlosen und Ertaubten.

Leitung Karin Rensen
Termin Beginn ist am Dienstag, 04.05.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 110,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Kreativität

Charliene Sölter
Tel.: 04441 / 93778-23
c.soelter@kvhs-vechta.de

Christiane Wolke
Tel.: 04441 / 93778-21
c.wolke@kvhs-vechta.de

Kunsthandwerk 100
Textiles Gestalten 101
Musik 102
Wohnraumgestaltung 102
Fotografie 104

Talente verleihen den Menschen Flügel

Veronika Fraile zeigt, wie man seine Talente findet und sinnvoll nutzen kann

„Ich glaube fest daran, dass in jedem Menschen unglaublich viele Schätze und Talente stecken“, sagt Veronika Fraile. So vielfältig und unterschiedlich wie die Menschen, seien auch ihre Talente. „Sie verleihen den Menschen Flügel.“

Wenn Veronika Fraile das sagt, spürt man die Leidenschaft und Begeisterung in ihren Worten. Diese Leidenschaft bringt sie auch in ihren Beruf als Dozentin an der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. ein.

Bereits seit 10 Jahren unterrichtet sie dort. Angefangen hat sie mit Malkursen für Kinder. „Malen ist eine meiner großen Leidenschaften“, sagt sie. Die Begeisterung für Kunst habe sie von ihrem Opa geerbt, der Künstler war und sie während ihrer Kindheit in Weißrussland unterrichtet hat. Außerdem hat sie eine Malschule besucht. 2002 kam sie nach Deutschland. Zwar hatte sie in ihrer Heimat vier Jahre Lehramt für Deutsch und Englisch studiert, doch wurde das Studium in Deutschland nicht vollständig anerkannt. Daher hat sie sich hier weitergebildet und Zusatzqualifikationen erworben, wie „Deutsch als Zweitsprache“, sowie Weiterbildungen absolviert zur Übersetzerin, zur sprachlichen Wirtschaftsassistentin und zum ‚International Culture Communications Trainer‘.

Als Expertin für berufsbezogenes Deutsch hat sie viele Jahre im Realschulabschluss-Kurs Deutsch unterrichtet. Als dann die Flüchtlingswelle

kam, übernahm sie Integrationskurse an der Kreisvolkshochschule. „Ich arbeite sehr gern mit Menschen unterschiedlicher Kulturen zusammen“, erzählt Veronika Fraile. „Es interessiert mich, wo es Unterschiede gibt und wo sich Kulturen gleichen. Irgendwann merkt man, dass die Probleme und das Streben der Menschen sich ähneln, auch wenn der kulturelle Hintergrund ein vollkommen anderer ist“, ergänzt sie.

Kreativität

„In den Kursen zeigt sich, dass die Menschen viele unterschiedliche Leidenschaften haben, die sie inspirieren. Der eine begeistert sich für Sport, der andere fürs Kochen und der nächste für Musik“, so Fraile. Da stecken viel Liebe, Faszination und Emotionen drin. Diese Emotionen versucht sie in ihren Kursen zu nutzen. So motiviert sie die Kursteilnehmer, von ihren Hobbys und Leidenschaften zu erzählen. „Das ist besser, als einfach Vokabeln zu lernen“, ist sie überzeugt. „Wenn man mit Emotionen lernt, lernt man besser“, so ihr Credo.

„Außerdem erfahre ich so, welche Interessen die Kursteilnehmer haben und kann ihnen Wege aufzeigen, wie sie ihre Talente hier in Deutschland nutzen können“, erzählt Veronika Fraile weiter.

Veronika Fraile selbst nutzt ihr künstlerisches Talent, um die Eindrücke aus ihrem beruflichen und privaten Leben zu verarbeiten und die Menschen zu inspirieren. Viele Bilder zeigen Frauen, überwiegend mit dunklen Haaren. „Damit fühle ich mich verbunden. Die Frauenportraits spiegeln häufig Lebenssituationen von mir wider“, erklärt sie. Aber auch Tierportraits gehören zu ihrem Repertoire: Stiere, weiße Löwen und schwarze Panther. „Mich fasziniert die Kraft und Stärke der Tiere und doch sind sie gleichzeitig graziös“, erläutert sie. Bei ihren Bildern arbeitet sie mit Acrylfarben. Mit Materialien wie Federn oder Stoffresten bringt sie Struktur ins Bild. Auffällig sind die Glitzersteinchen, die in fast allen Bildern zu finden sind. „Die Glitzersteine symbolisieren den Schatz des Momentes, den Wert des Augenblicks. Man muss danach suchen“, erläutert sie.

Das Bild „Frau aus dem Rahmen“ stellt ihre Begeisterung für Kunst dar und symbolisiert wohl am besten das, was sie empfindet und auch ihren Kursteilnehmern zu vermitteln versucht: „Manchmal ist es notwendig, aus dem Rahmen des Gewohnten herauszukommen, um die Talente und Schätze, die in jedem von uns stecken, zu entdecken.“

Veronika Fraile plant zurzeit Ausstellungen, wo sie ihre Bilder der Öffentlichkeit präsentieren wird. Auch in der Kreisvolkshochschule in Vechta, wird es im Jahr 2021 eine Ausstellung mit Bildern der Künstlerin geben.

Kunsthandwerk

8001

Modellieren mit Ton

Dieser Kurs ist an alle gerichtet, die plastische Dinge aus Ton gestalten möchten. Vorkenntnisse sind hierzu nicht erforderlich.

Leitung Rolf Brüning
Termin Samstag, 06.03.2021, 11:30 – 17:00 Uhr
Sonntag, 07.03.2021, 11:00 – 17:00 Uhr
Gebühr 55,00 € (zzgl. Materialkosten)
Ort Bramsche-Malgarten, Atelier im Malgarten, Am Kloster 4

8002

Bildhauerei in Sand- und Speckstein, „Was will der Stein, was will ich?“

„Was will der Stein? Was will ich?“
Dieser Kurs möchte den Teilnehmern Mut machen, sich, mit Unterstützung des Dozenten, kreativ an einen Stein heran zu wagen. Speckstein ist ein an Marmor erinnernder Stein, ohne dessen Härte zu besitzen. Er ist recht mühelos zu bearbeiten. Sandstein ist etwas härter. Beides regt zu vielfältigen figürlichen oder abstrakten Formen an.

Leitung Rolf Brüning
Termin Samstag, 08.05.2021, 11:30 – 17:00 Uhr
Sonntag, 09.05.2021, 11:00 – 17:00 Uhr
Gebühr 55,00 € (zzgl. 40€ Materialkosten)
Ort Bramsche-Malgarten, Atelier im Malgarten, Am Kloster 4

8004

Betonskulpturen „Schlank und lang“

Wir arbeiten mit dem faszinierenden Material Beton.
Die Skulptur ist abstrakt und ca. 1,20 Meter lang. Wir schnitzen das Grundgerüst nach eigenen Wünschen aus einem feinen Beton. Ob mit oder ohne anliegende Arme, männlich oder weiblich, mit oder ohne Haare. Ihrer Kreativität sind hier keine Grenzen gesetzt.
Die Skulptur ist wetterfest und ein Hingucker als moderne Deko für draußen oder drinnen.
Eine gute Standfestigkeit für draußen ist durch eine Eisenstange (mit 14 mm x 100 cm), die man in die Erde stecken kann, gegeben.
Bitte mitbringen: Arbeitskleidung-Schürze, Gummihandschuhe und Arbeitshandschuhe

Leitung Judite Weitekamp
Termin Donnerstag, 29.04.2021, 18:30 – 21:30 Uhr
Freitag, 30.04.2021, 18:30 – 21:30 Uhr
Gebühr 52,00 € (zzgl. 40,00 € Materialkosten)
Ort Lohne, Kreisvolkshochschule, Lindenstraße 49

HIGHLIGHT

8003

Faszination Wellen und Meer in Harz

Kommen Sie und entspannen Sie sich am Meer und spüren Sie das Wasser. Spüren Sie, wie der Stress verschwindet und erinnern Sie sich an schöne Momente.
Lassen Sie sich verzaubern von der Resin-Giesstechnik. Es werden die Grundlagen zum Arbeiten mit Epoxidharz (nicht giftig) vermittelt und viel experimentiert.
Neue Maltechniken und Materialien, die in den sozialen Netzwerken auf großes Interesse stoßen, werden in diesem Kurs mit einbezogen. Da die Technik leicht umzusetzen ist, werden Sie, auch ohne Vorkenntnisse zu haben, von dem Ergebnis begeistert sein.
Am Montag, 31.05.2021 können Sie sich Ihr fertiges Bild/ Dekoobjekt in der Kreisvolkshochschule in Lohne abholen.
Bitte mitbringen: Haartrockner/Föhn, eine Schürze, Einmalhandschuhe, Mundschutz, eine Rolle Küchentücher

Leitung Judite Weitekamp
Termin Sonntag, 30.05.2021, 11:00 – 16:45 Uhr
Gebühr 45,00 €, zzgl. 65,00 € Materialkosten (werden vor Ort erhoben)
Ort Visbek. Werkraum, Am Bruch 8

Kreativität

Textiles Gestalten

Sommerworkshops 2021

8200

Sommerworkshop 2021 - Patchwork - Weben

Leitung Ursula Stahr
Termin Mittwoch, 28.07.2021, 14:00 – 17:00 Uhr
Donnerstag, 29.07.2021, 8:30 – 17:00 Uhr
Freitag, 30.07.2021, 8:30 – 17:00 Uhr
Samstag, 31.07.2021, 8:30 – 14:00 Uhr
Gebühr 190,00 € (zzgl. Materialkosten)
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

8201

Sommerworkshop 2021 - Patchwork - Schnipseltechnik

Leitung Monika Maas
Termin Mittwoch, 28.07.2021, 14:00 – 17:00 Uhr
Donnerstag, 29.07.2021, 8:30 – 17:00 Uhr
Freitag, 30.07.2021, 8:30 – 17:00 Uhr
Samstag, 31.07.2021, 8:30 – 14:00 Uhr
Gebühr 190,00 € (zzgl. Materialkosten)
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

8202

Sommerworkshop 2021 - Patchwork - Häuser

Leitung Eli Thomae
Termin Mittwoch, 28.07.2021, 14:00 – 17:00 Uhr
Donnerstag, 29.07.2021, 8:30 – 17:00 Uhr
Freitag, 30.07.2021, 8:30 – 17:00 Uhr
Samstag, 31.07.2021, 8:30 – 14:00 Uhr
Gebühr 190,00 €, (zzgl. Materialkosten)
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Nähkurse am Vormittag

Bitte mitbringen: eine Nähmaschine, Nähutensilien und Stoffe

8203

Nähkurs am Vormittag

Leitung Stefanie Bohne
Termin Beginn ist am Montag, 11.01.2021, 9 Vormittage, jeweils montags, 9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr 81,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

8204

Nähkurs am Vormittag - Folgekurs

Leitung Stefanie Bohne
Termin Beginn ist am Montag, 12.04.2021, 13 Vormittage, jeweils montags, 9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr 117,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

8205

Nähkurs am Vormittag - Folgekurs

Leitung Stefanie Bohne
Termin Beginn ist am Dienstag, 12.01.2021, 9 Vormittage, jeweils dienstags, 9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr 81,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

8206

Nähkurs am Vormittag - Folgekurs

Leitung Stefanie Bohne
Termin Beginn ist am Dienstag, 13.04.2021, 13 Vormittage, jeweils dienstags, 9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr 117,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Nähkurse am Abend

Bitte mitbringen: eine Nähmaschine, Nähutensilien und Stoffe

8207

Nähkurs am Abend

Leitung Stefanie Bohne
Termin Beginn ist am Donnerstag, 14.01.2021, 10 Abende, jeweils donnerstags, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

8208

Nähkurs am Abend

Leitung Stefanie Bohne
Termin Beginn ist am Donnerstag, 15.04.2021, 11 Abende, jeweils donnerstags, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 99,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

8209

Nähkurs am Abend

Leitung Maria Eilermann
Termin Beginn ist am Mittwoch, 13.01.2021, 9 Abende, jeweils mittwochs, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 81,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Welche Weiterbildung / Veranstaltung / Kurse wünschen Sie sich für Ihre persönliche und / oder gesellschaftliche Weiterentwicklung?

„Das Angebot der VHS ist für mich ausreichend."

(w, 39 Jahre)

Nähkurse am Wochenende

Sie sind motiviert und möchten nähen, wissen jedoch nicht, wie Sie Ihre Nähmaschine am besten zum Einsatz bringen. In diesem Kurs lernen Sie den Umgang mit der Maschine und alles das, was noch dazugehört. Genäht werden können: Kissenbezüge, Tischläufer, leichte Änderungsarbeiten, Teile nach Schnittmuster und vieles mehr.

Bitte mitbringen: eine Nähmaschine, Nähutensilien und Stoffe

8210

Nähkurs am Wochenende

Leitung Stefanie Bohne
Termin Samstag, 13.02.2021, 9:00 – 15:15 Uhr
Gebühr 35,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

8211

Nähkurs am Wochenende

Leitung Stefanie Bohne
Termin Samstag, 13.03.2021, 9:00 – 15:15 Uhr
Gebühr 35,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Musik

Gitarre für Anfänger

In diesem Gitarrenkurs werden einfache Techniken zur Liedbegleitung erarbeitet. Es werden die Grundakkorde und einfache Begleittechniken erlernt, um dann selbstständig Songs spielen (und nach Möglichkeit singen) zu können.
Benötigt wird nach Wahl: Eine Konzertgitarre (Nylonsaiten), eine Westerngitarre (Stahlsaiten) oder eine E-Gitarre (mit kleinem Verstärker), ein Notenständer und möglichst ein (einfaches) Stimmgerät.

8300

Gitarre für Anfänger

Leitung Thomas Kuhlmann
Termin Beginn ist am Dienstag, 13.04.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 18:45 – 19:45 Uhr
Gebühr 66,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

8301

Gitarre für Anfänger

Leitung Thomas Kuhlmann
Termin Beginn ist am Mittwoch, 14.04.2021, 10 Abende, jeweils mittwochs, 19:00 – 20:00 Uhr
Gebühr 66,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

8302

Gitarre für Fortgeschrittene

Dieser Kurs baut auf dem Anfängerkurs auf. Es sollten entsprechend die einfachen Akkorde und Rhythmen beherrscht werden. Neu werden in diesem Kurs Zupftechniken, Barréakkorde und aufwendigere Begleitrhythmen vermittelt. Nach Bedarf können auch Grundkenntnisse im Melodiespiel erlernt werden. Es ist kein Lehrbuch erforderlich. Benötigt wird nach Wahl: Eine Konzertgitarre (Nylonsaiten), eine Westerngitarre (Stahlsaiten) oder eine E-Gitarre (mit kleinem Verstärker), ein Notenständer und möglichst ein (einfaches) Stimmgerät.

Leitung Thomas Kuhlmann
Termin Beginn ist am Dienstag, 13.04.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 20:00 – 21:00 Uhr
Gebühr 66,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Wohnraumgestaltung

8500

Wohlfühlfaktor Farbe

In diesem Kurs geht es um die Bedeutung und Wirkung von Farben in Kombination mit stimmiger Wohnatmosphäre sowie die Grundregeln der Farblehre. Besonders durch Farben lassen sich unterschiedliche Wirkungen und Stimmungen auf uns übertragen.
Wir versuchen so neue Impulse für stimmungsvolle Farbgestaltung zu schaffen und für jeden die persönliche Note herauszuarbeiten.
Im Vordergrund stehen Farbkontraste und Farbharmonie. Zum Einsatz kommen Farbfächer, um so zwischen Farbklängen von ruhig, entspannend bis temperamentvoll und belebend unterscheiden zu können.

Leitung Lisa Hake
Termin Mittwoch, 10.02.2021, 18:30 – 20:00 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

8501

Mehr Lebensqualität durch Wohnraumgestaltung

In der heutigen Zeit ist unser Alltag immer mehr von Stress und Hektik eingenommen. Ich werde Ihnen anhand von Anschauungsmaterialien verschiedene Tipps und Tricks beibringen, mit denen Sie Ihr Heim so umgestalten können, dass Sie sich richtig wohlfühlen. Mit einfachen Handgriffen können Sie eigenständig eine Menge bewirken. Allein durch die Farbwahl, Textilien und Wohnaccessoires, können Sie einzelnen Räumen eine ganz neue Wirkung verleihen. Auch durch unterschiedliche Materialien, können Sie Räume auf eine ganz neue Art hervorheben.

Leitung Lisa Hake
Termin Freitag, 26.02.2021, 18:30 – 20:00 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

8502

Neubau

Sie planen Ihr Haus umzubauen oder ein neues Haus zu bauen und haben dafür bereits einen Grundriss vorliegen?
In diesem Kurs zeige ich Ihnen, worauf Sie bei der Planung der Innenräume achten sollten. Häufig können vorab kleine Fehler vermieden werden, um das Einrichten der Innenräume zu erleichtern. Hat Ihr Grundrissplaner zum Beispiel erfragt, welche Form ihr Sofa hat? Oder, ob Sie ein Boxspringbett haben, welches Sie unter die Dachschräge stellen möchten? Wurde bei der Planung der Ablauf Ihres

Kreativität

Alltags berücksichtigt und welche Laufwege für Sie am meisten Sinn machen? Dies sind nur einige Beispielfragen, die wir bearbeiten werden. Es erwarten Sie noch viele weitere Punkte, die Sie vor Baubeginn überdenken und berücksichtigen sollten.

Leitung Lisa Hake
Termin Freitag, 19.03.2021, 18:30 – 20:00 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Welche Fähigkeiten glauben Sie, werden in Zukunft für die Gesellschaft wichtig sein?

„Kreativität, Partnerschaftlichkeit, Selbstfürsorge."

(w, 29 Jahre)

8503

Kleine Veränderung – neues Raumgefühl

In diesem Kurs zeige ich Ihnen, wie Sie mit gezielter Dekoration einige Blickfänge in Ihrem Zuhause schaffen. Beispielsweise eine Bilderwand oder bunte Textilien, schenken einem Raum mit einfachen Handgriffen eine ganz neue Wirkung. Wir besprechen, wie Sie Ihre Fensterbänke, Kommoden, Ihr Sofa, etc. dekorativ in Szene setzen und wie Sie alte Möbelstücke mit neuen kombinieren können.

Leitung Lisa Hake
Termin Freitag, 16.04.2021, 18:30 – 20:00 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Wohnraumgestaltung

Haben Sie Interesse daran, Ihren Wohnraum individuell zu gestalten? Haben Sie Spaß daran Ihre Wohnräume einzurichten und zu dekorieren? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Ich zeige Ihnen liebevoll arrangierte Kompositionen zwischen Wänden, Möbeln und Dekoration. Bereits kleine Kniffe zeigen oftmals eine große Wirkung. Lernen Sie hier, Ihren eigenen, persönlichen und originellen Stil sowie Regeln für Ihre eigenen vier Wände kennen. Entwickeln Sie ein Gefühl für Proportionen und Blickfänge und lernen Sie, Ihre Wohnaccessoires effektiv einzusetzen.

8504

Wohnzimmer, Esszimmer und Küche

Leitung Lisa Hake
Termin Freitag, 07.05.2021, 18:30 – 20:00 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

8505

Flur, Schlafzimmer, Badezimmer und Ankleidezimmer

Leitung Lisa Hake
Termin Freitag, 21.05.2021, 18:30 – 20:00 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

HIGHLIGHT

8506

Ordnungshilfen

Sie können mit wenig Aufwand und einigen Produkten die jeder Zuhause hat, mehr Ordnung in die eigenen vier Wände bringen. Durch Ordnung können wir täglich Zeit einsparen, indem wir Alltagsgegenstände griffbereit haben. Schränke die beim Öffnen direkten Einblick auf ihren Inhalt bieten, ohne jedes mal Sachen von hinten nach vorne zu räumen. Anhand von Bildmaterialien werde ich Ihnen in diesem Seminar tolle Ideen und Umsetzungen präsentieren, die Sie danach eigenständig bei Ihnen zu Hause verwirklichen können.

Leitung Lisa Hake
Termin Freitag, 11.06.2021, 18:30 – 20:00 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Kostikova Natalia / Shutterstock.com

8507

Licht, Textilien und Materialien

Häufig zweifeln wir an unserer ausgesuchten Einrichtung, da alles nicht stimmig erscheint und die gewisse Wärme im Gesamtbild fehlt. Dieses Problem kann durch richtig gesetztes Licht, schöne Textilien und den passenden Materialien behoben werden. Ich zeige Ihnen in diesem Seminar, wie Sie teils selbstständig Ihre Räumlichkeiten durch die drei genannten Punkte zu einer Wohlfühloase verwandeln können.

Leitung Lisa Hake
Termin Freitag, 16.07.2021,
18:30 – 20:00 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Fotografie

8600

Fotografieren mit Spiegelreflex-/Systemkamera Theorie und Praxis

Sind Sie mit Ihren Fotos oft unzufrieden? Möchten Sie sich vom „Automatik-Modus“ Ihrer Kamera lösen, fühlen sich aber überfordert mit der Fülle an Drehrädern und Einstellknöpfen? Das „Foto-Einmaleins“ von Blende, Verschlusszeit und ISO würden Sie gerne beherrschen? Dann ist dieser Fotokurs genau richtig für Sie!
Am 1. Abend (Wochentag) setzen wir uns mit der Kamera, den fotografischen Grundlagen und der Bildgestaltung auseinander.
Am 2. Tag (Samstag) geht´s als kleine Gruppe auf Foto-Tour durch Vechta. Gemeinsam und unter Anleitung setzen wir unterschiedlichste Motive und fotografische Herausforderungen um: Portraits ansprechend gestalten, schnelle Bewegungen erfassen, mit Schärfe und Hintergrundunschärfe spielen. Dabei verlassen wir den „Automatik-Modus“ und nutzen gezielt den kreativen Spielraum der Kamera.
Tipps und Anregungen für Kamerakauf, Objektivauswahl und Zubehör runden den praxisnahen Kurs ab.
Diese Veranstaltung ist für Einsteiger ohne Vorkenntnisse bzw. „digitale Neueinsteiger“ - mit jeder Bridge-, System- oder Spiegelreflexkamera - geeignet!
Bitte mitbringen: Kamera mit vollem Akku und leerer Speicherkarte, ggfs. auch Zubehör.

Leitung Gundolf Renze
Termin Mittwoch, 03.03.2021,
18:30 – 21:00 Uhr
Samstag, 06.03.2021,
10:30 – 14:45 Uhr
Gebühr 65,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Fotografieren mit der Spiegelreflex-/Systemkamera Fotospaziergang Engelmannsbäke

Der Fotokurs beginnt mit einem Theorie-Abend im Haus der Bildung und Familie in Visbek. Dabei schauen wir uns in lockerer Runde die verschiedenen Einstellmöglichkeiten der Kamera an. Neben dem Fotografieren mit Motivprogrammen werden auch manuelle Einstellungen geübt. Weiter geht es mit den Grundregeln der fotografischen Bildgestaltung für spannendere Bilder.
Am 2. Tag (Samstag) geht´s auf Fototour durch die Wälder bis zu den größten Steindenkmälern Norddeutschlands (Visbeker Braut & Bräutigam). Ob naturnaher Bachlauf im feuchten Auebereich oder Heidenopfertisch, es gibt in diesem Naturschutzgebiet fotografisch immer viel zu entdecken. Wir verlassen dabei den „Automatik-Modus“ und erfahren, wie man Blende, Zeit, ISO, Blitz und Belichtungskorrektur gezielt einsetzen kann.
Dieser Kurs ist für Einsteiger ohne Vorkenntnisse bzw. „digitale Neueinsteiger“ - mit jeder Bridge,- System- oder Spiegelreflexkamera - geeignet!

Bitte mitbringen: Kamera mit vollem Akku und leerer Speicherkarte, ggfs. auch Zubehör.

8601

Fotospaziergang Engelmannsbäke

Leitung Gundolf Renze
Termin Donnerstag, 25.02.2021,
18:30 – 21:00 Uhr
Samstag, 27.02.2021,
10:30 – 14:45 Uhr
Gebühr 65,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Wie stellen Sie sich einen Kurs / eine Veranstaltung in der Zukunft vor?

„Üben praktischer Fertigkeiten mit Werkstätten.“

(m, 62 Jahre)

8602

Fotospaziergang Engelmannsbäke

Leitung Gundolf Renze
Termin Donnerstag, 03.06.2021,
18:30 – 21:00 Uhr
Samstag, 05.06.2021,
10:30 – 14:45 Uhr
Gebühr 65,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Gajus / Shutterstock.com

Welche Fähigkeiten sind speziell für Sie wichtig?

„Kreativität.“

(w, 69 Jahre)

Anzeige
Druckerei
Goldschmidt

Welche Fähigkeiten glauben Sie, werden in Zukunft für die Gesellschaft wichtig sein?

„Digitale Bearbeitung, Fremdsprachen, Kommunikation.“

(w, 50 Jahre)

8603

Bildbearbeitung mit Photoshop – Grundkurs

Sie möchten Ihre Fotos optimieren (Belichtung, Farben, Kontrast, Bildzuschnitt) und „Störendes“ im Bild entfernen können? In diesem Einsteigerkurs lernen Sie die praktische Arbeit mit Adobe Photoshop Elements kennen. Das führende Programm der digitalen Bildbearbeitung bietet eine ideale Kombination aus Leistungsfähigkeit und Benutzerfreundlichkeit. Sie erfahren, wie die Benutzeroberfläche aufgebaut ist und arbeiten mit den wichtigsten Werkzeugen. Sie können Ihre „Lieblingsfotos“ für Ausdrucke oder ein Fotobuch vorbereiten und kreativ mit Text- oder Designelementen gestalten. Zudem lernen Sie Bildfehler mit einfacher Retusche zu beheben. Motive freistellen (vom unruhigen Hintergrund lösen) ist ein weiterer Schwerpunkt.
Voraussetzungen: Sicheres Arbeiten am PC.

Leitung Gundolf Renze
Termin Donnerstag, 11.03.2021, 18:30 – 21:45 Uhr
Donnerstag, 18.03.2021, 18:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 56,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Nach individueller Absprache ist ein Aufbaukurs mit folgenden Themen möglich: Retusche, Freistellen, Fotomontage (Ebenen-Technik) bzw. RAW-Entwicklung.

Weiter mit Bildung!

8604

Fotobuch kreativ gestalten

Ob als persönliche Erinnerung an den Urlaub oder als Geschenk - Fotobücher werden immer beliebter. Mit Hilfe der kostenlosen Software von CEWE lernen Sie alle Arbeitsschritte von der Softwareinstallation über die Gestaltung bis zur Bestellung des Fotobuches kennen. Ihnen stehen eine Fülle an kreativen Gestaltungsmöglichkeiten zur Verfügung: Stile, Seitenlayouts, Hintergründe, Clip Arts, Masken etc. Fotos - wie auch eigene Texte - können dank verschiedener Tools und Effekte professionell bearbeitet werden. Nebenbei erhalten Sie viele Inspirationen und wichtige Infos zur Produktauswahl, Einbänden, Papiersorten. Der Kurs enthält Gutscheine von CEWE im Wert von 21,95 Euro!
Bitte mitbringen: USB-Stick - ggfs. mit eigenen Bildern (es werden aber auch Foto-Übungsdateien bereitgestellt!)
Voraussetzungen: Sichere Kenntnisse im Umgang mit dem PC

Leitung Gundolf Renze
Termin Mittwoch, 21.04.2021, 18:30 – 21:00 Uhr
Mittwoch, 28.04.2021, 18:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 56,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Andrew Angelov / Shutterstock.com

Welche Fähigkeiten glauben Sie, werden in Zukunft für die Gesellschaft wichtig sein?

„Einander zuhören und verstehen, Kommunikation.“

(w, 71 Jahre)

Gorodenkoff / Shutterstock.com

Veranstaltungen in Kooperation mit dem

Niels-Stensen-Werk Vechta
ZENTRUM FÜR GESUNDHEITSVORSORGE
EINRICHTUNG VON ÄRZTEN IN DER STADT VECHTA UND DES ST. MARIENHOSPITALS VECHTA

Gesundheit / gesunde Ernährung / Sport

Maria Abeling-Stegkämper
Tel.: 04441 / 99280-4
m.abeling-stegkaemper@kvhs-vechta.de

Nicole Mucker
Tel.: 04441 / 99280-3
n.mucker@kvhs-vechta.de

Patientenvorträge 108
Therapien 110
Gesunde Ernährung 111
Entspannung und Bewegung 112
10er-Karte 118
Reha-Sport 121

Kurse in Zusammenarbeit mit dem Niels-Stensen-Werk Vechta

Am 11.06.2013 haben die Kreisvolkshochschule (KVHS) Vechta e.V. und das Niels-Stensen-Werk Vechta einen Kooperationsvertrag zur Durchführung von Angeboten zur Gesundheitsbildung geschlossen. Die Ihnen bis dahin bekannten und vertrauten Angebote des Niels-Stensen-Werks finden Sie in unserem Programmheft wieder. Frau Maria Abeling-Stegkämper und Frau Nicole Mucker werden für alle Teilnehmer als Ansprechpartnerinnen zur Verfügung stehen und mit dem Team der KVHS gemeinsam für Sie neue Angebote im Bereich Gesundheit schaffen.
Sollten Sie selbst Ideen und Anregungen haben, setzen Sie sich bitte mit dem Niels-Stensen-Werk Vechta (Tel: 04441/99-2800) oder mit der KVHS Vechta e.V. (Tel.: 04441/93778 0) in Verbindung.

Patientenvorträge

An dieser Stelle bieten sowohl niedergelassene Ärzte als auch Ärzte des St. Marienhospitals Vechta gGmbH aus den unterschiedlichsten Fachbereichen Vortragsveranstaltungen zu zahlreichen Krankheitsbildern an. Zu den laienorientierten Vorträgen sind nicht nur Betroffene und deren Angehörige eingeladen, sondern alle, die sich mit dem Thema auseinandersetzen möchten bzw. müssen.
Die Referenten machen in den Vorträgen den Teilnehmern die Hintergründe der Erkrankungen, deren Ursachen und Verlauf sowie Therapiemöglichkeiten verständlich.
Ferner besteht zum Ende eines Vortrags in der Regel die Möglichkeit, dem Referenten persönlich Fragen zu stellen.

Aufgrund der aktuellen Situation ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist. Das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes im Gebäude ist Pflicht.
Wir sind dazu verpflichtet, Namen und Adresse der Teilnehmer zu dokumentieren.
Bitte beachten Sie die Hygieneregeln in unserem Gebäude.

9001

Arthrose großer Gelenke

Arthrose (Gelenkverschleiß) kann viele Ursachen haben. Zu den größten Risikofaktoren zählen langjährige Fehl- und Überbelastungen sowie erbliche Faktoren oder Verletzungen. Typische Anzeichen sind Schmerzen in den Gelenken sowie Bewegungseinschränkungen, die gewohnte Alltagsabläufe erschweren und so mit einer erheblichen Minderung der Lebensqualität einhergehen. Aufgrund der zahlreichen Betroffenen wird die sogenannte Arthrose als Volkskrankheit bezeichnet. In dieser Vortragsveranstaltung wird der Referent die Zuhörer darüber informieren, welche Möglichkeiten der Behandlung bestehen, in welchem Fall eine Prothese notwendig ist oder ob eine nicht-operative Behandlungsform sinnvoll ist. Der Spezialist wird die Thematik umfassend und allgemeinverständlich darstellen und gerne die Fragen der Teilnehmer beantworten.

Leitung Oberarzt Hartmut Stunkat
Termin Montag, 08.02.2021, 19:00 – 21:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9002

Blutarmut und Eisenmangel - Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten

Ein blasses Gesicht, Atemnot, Konzentrationsstörungen oder Kopfschmerzen können Anzeichen für eine Blutarmut sein. Sie entsteht durch eine unzureichende Produktion oder einer gesteigerten Produktion roter Blutkörperchen. In diesem Vortrag zum Thema Blutarmut und Eisenmangel wird auf verschiedene Phasen des Lebens eingegangen und die Möglichkeiten der Eisentherapie bei Blutarmut erläutert: Während der Schwangerschaft und nach der Geburt, bei Herzschwäche, Eisenmangelanämie, etc. Im Anschluss an den Vortrag besteht ausreichend Zeit für Fragen der Zuhörer an den Referenten.

Leitung Priv. Doz. Dr. med. Christian Hönemann
Termin Montag, 22.02.2021, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9003

Schmerzen in der Schulter – was kann man tun?

Die Schulter ist das beweglichste Gelenk des menschlichen Körpers. Aufgrund des komplexen Aufbaus ist es aber auch sehr anfällig für Schädigungen. Im Gegensatz zu den meisten anderen Gelenken, wird die Stabilität hier nicht insbesondere durch die Knochen, sondern durch die Bänder und Muskeln gewährleistet. Verletzungen und andere Probleme der Schulter führen deshalb zu deutlich längeren Heilungs- und Rehabilitationszeiten als bei „normalen“ Gelenken.
Schulterschmerzen machen sich häufig beim Anheben der Arme über die Schulterhöhe hinaus bemerkbar. Viele Patienten klagen über Schmerzen bei Druck auf der Schulter. Bei Sportlern kann es durch einseitige Überbelastung oder Verletzungen zu Einklemmungen und Instabilitäten kommen. Bei bestimmten Bewegungen und zusätzlicher Krafteinwirkung treten dann Schmerzen auf.
In dieser Vortragsveranstaltung erläutert der Referent Dr. med. Burkhard Rasch, Leitender Oberarzt der Klinik für Orthopädie, Hand- und Unfallchirurgie, St. Marienhospital Vechta, wie Erkrankungen des Schultergelenkes entstehen und wie diese behandelt werden können. Die moderne Schulterchirurgie hat im letzten Jahrzehnt einen starken Wandel mit deutlich schonenderen operativen Verfahren erlebt. Außerdem wird er darauf eingehen, wie man Verletzungen vermeiden und wie man sein Schultergelenk trainieren kann. Im Anschluss an den Vortrag besteht reichlich Zeit, um Fragen an den Facharzt zu stellen.

Leitung Dr. med. Jens Hilgenberg
Termin Dienstag, 09.03.2021, 19:00 – 21:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9004

Bleiben Sie gesund! – Alternative Blut- und Darmdiagnostik

Von welchem Gesundheitszustand zeugt ihr Blut? Die Betrachtung des Blutes (Vitamine, Mineralien und Spurenele-

mente) gibt Aufschlüsse über eine falsche Lebensweise, schlechte Ernährung oder einer zu intensiven Arbeitsweise. Darüber hinaus wird oftmals der Darm als Ursache von Erkrankungen nicht erkannt. In diesem Vortrag wird der Fokus auf die Betrachtung unseres Immunsystems gelegt und was wir tun können, um dauerhaft gesund zu werden und zu bleiben. Viele Beschwerden (z.B. chronische Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Blähungen, Völlegefühl, chronische Krankheiten, Hauterkrankungen, Allergien, Kopfschmerzen, usw. können mittels der Blut- und Darmdiagnostik gelindert bzw. behoben werden.

Leitung Nicole Pille
Termin Donnerstag, 11.03.2021, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Welche Fähigkeiten sind speziell für Sie wichtig?

„Empathie."

(w, 56 Jahre)

Chronische Schmerzen – Moderne Therapiemöglichkeiten

Ca. 20 Millionen Deutsche leiden unter chronischen oder immer wiederkehrenden Schmerzen. Die Ursachen für Schmerzen sind dabei ganz unterschiedlich und können die Lebensqualität der Betroffenen stark einschränken. Fehlbelastungen des Bewegungsapparates, Schlaflosigkeit und sozialer Rückzug sind nur einige der Nebeneffekte, die ständige Schmerzen mit sich bringen können. Um die Lebensqualität und Selbständigkeit der Patienten wiederherzustellen bzw. zu erhalten, bedarf es einer speziellen Behandlung der Schmerzen. So individuell Schmerzen sein können, so individuell muss auch deren Anamnese und Behandlung durchgeführt werden. Welche Möglichkeiten die moderne Schmerztherapie bietet, wird der Referent Priv. Doz. Dr. med. Christian Hönemann, Chefarzt der Abteilung für Anästhesie und operative Intensivmedizin am St. Marienhospital Vechta, erläutern. Er wird die verschiedenen Therapieansätze aufzeigen sowie die persönlichen Fragen der Teilnehmer gerne beantworten. Anmeldungen erbeten unter Tel. 04441/ 99-2800.

9007

Chronische Schmerzen – Moderne Therapiemöglichkeiten

Leitung Priv. Doz. Dr. med. Christian Hönemann
Termin Montag, 22.03.2021, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9008

Vorankündigung: Chronische Schmerzen – Moderne Therapiemöglichkeiten

Leitung Priv. Doz. Dr. med. Christian Hönemann
Termin Montag, 11.10.2021, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

HIGHLIGHT

9005

Der ambulante Hospizdienst der Sozialstation Nordkreis Vechta gGmbH stellt sich vor

Die Sozialstation Nordkreis Vechta unterstützt seit 1979 als zuverlässiger Pflegedienst im Nordkreis Vechta kranke und pflegebedürftige Menschen in ihrer häuslichen Umgebung. Bereits im Jahr 1994 gründete die Sozialstation Nordkreis Vechta ihren ambulanten Hospizdienst. Dieses Angebot einer Begleitung durch ehrenamtliche Hospizhelfer/innen soll neben der pflegerischen Versorgung eine menschliche Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen sowie eine Entlastung ihrer Angehörigen in der letzten Lebensphase ermöglichen. Sterben als ein Teil des Lebens zu betrachten, das ist der Leitgedanke der Hospizbewegung. Heute gibt es in Deutschland neben den stationären Hospizen ca. 1500 ambulante Hospizdienste, die die schwerkranken und sterbenden Menschen in ihrer Häuslichkeit begleiten. Die Referentin wird an diesem Abend über die konkrete Arbeit des ambulanten Hospizdienstes informieren.

Leitung Elisabeth Muhle
Termin Montag, 15.03.2021, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie

9006

Vorankündigung: Der ambulante Hospizdienst der Sozialstation Nordkreis Vechta gGmbH stellt sich vor

Leitung Elisabeth Muhle
Termin Montag, 23.08.2021, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

Motortion Films / Shutterstock.com

9009

Borreliose und naturheilkundliche Behandlungsansätze

Gelenkbeschwerden, die einfach nicht besser werden wollen, unerklärliche Müdigkeit, Vergesslichkeit, Stimmungsschwankungen, Magenbeschwerden und vieles andere mehr, aber es kann keine Ursache gefunden werden? Manchmal ist die Ursache eine Borreliose, eine oft durch Zecken übertragene Infektionskrankheit. Sie macht eine Fülle unterschiedlichster Symptome und bleibt häufig unentdeckt, vor allem aber unbehandelt.
Wann der Verdacht auf diese Krankheit besteht und wie sie aus naturheilkundlicher Sicht mitbehandelt werden kann, ist Inhalt dieses Vortrages.

Leitung Ingrid vom Felde
Termin Mittwoch, 14.04.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9010

Schmerzen in der Hüfte – Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

Die Hüfte gehört zu den am stärksten belasteten Gelenken des Menschen. Dabei kommt es im Verlauf des Lebens bei jedem dritten Bundesbürger zu Verschleißerkrankungen, auch Arthrose genannt. Die Erkrankung geht oft mit einem hohen Verlust an Lebensqualität einher. Die Hauptursache für eine Verschleißerkrankung ist das Zusammenwirken von altersbedingten Gelenkknorpelabrieb und genetischen Einflüssen. Aber auch Übergewicht, Überlastung, Fehlstellung, Verletzungen und Entzündungen spielen eine wichtige Rolle. Welche modernen Therapien können helfen und wann muss operiert werden? Diese und weitere Fragen wird der Referent Dr. med. Jens Hilgenberg, Chefarzt der Klinik für Orthopädie, Hand- und Unfallchirurgie, St. Marienhospital Vechta, beantworten und gerne auf persönliche Fragen der Teilnehmer eingehen.

Leitung Dr. med. Jens Hilgenberg
Termin Dienstag, 20.04.2021, 19:00 – 21:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9011

Was Sie schon immer über Diabetes wissen wollten! Fragen und neue Erkenntnisse

„Diabetes ist eine Volkskrankheit“. Zwar wissen die meisten, dass es sich bei Diabetes um die sogenannte „Zuckerkrankheit“ handelt, aber viel mehr ist oft nicht bekannt.
In einer Vortragsveranstaltung im Niels-Stensen-Haus wird die Referentin Frau Annette Konken, Fachärztin für Innere Medizin, Diabetologie, die zwölf häufigsten Fragen sowie persönliche Fragen der Teilnehmer rund um den Diabetes beantworten.

Leitung Annette Konken
Termin Mittwoch, 05.05.2021, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9012

Wild- und Unkräuter

Das was für viele nur lästiges Unkraut im Garten ist, ist seit langem aus der Volksheilkunde als Heilmittel in vielerlei Zusammenhängen bekannt. Wissen Sie, dass das Gänseblümchen unter anderem der Blutreinigung dient und außerdem genauso wie die Kapuzinerkresse den Salat bereichern kann? Hier im Oldenburgischen kochen noch einige Menschen Eintopf mit Giersch/Geeskohl. Ob Sie wissen, dass diese Pflanze schon lange gegen Gicht und Rheuma eingesetzt wurde und wird?
In diesem Vortrag gehe ich auf die Pflanzen und ihre Heilwirkungen ein, die am Wegesrand wachsen und uns im Garten so oft stören.

Leitung Ingrid vom Felde
Termin Mittwoch, 09.06.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 10,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

9013

Vorankündigung: Informationen zum Thema Organtransplantation

Leitung Priv. Doz. Dr. med. Christian Hönemann
Termin Montag, 20.09.2021, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

Vorträge zum Thema Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten finden Sie im Fachbereich Gesellschaft / Kultur / Umwelt.

Therapien

9100

Fußreflexzonenmassage

FRZM Grundkurs: An insgesamt fünf Abenden lernen Sie alles über die Massage an den Füßen. Wir besprechen die rechtlichen Grundlagen, Kontraindikationen und Sie lernen, wo sich die Reflexzonen der Organe im Fuß befinden. Welche Aufgabe haben die Organe im menschlichen Körper und wie sind die verschiedenen Massagetechniken am Fuß wo anzuwenden? Die Wirkung der FRZM dürfen Sie dann gleich selbst am ersten Abend am Körper erfahren.
Bitte mitbringen: Decke, Kissen, evtl. Knierolle und Getränk. Auf Wunsch auch gerne eine Fußcreme.

Leitung Dörthe Münz
Termin Beginn ist am Mittwoch, 14.04.2021, 5 Abende, jeweils mittwochs, 18:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 220,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9101

Handreflexzonenmassage

Die Handreflexzonenmassage hat neben einigen Kontraindikationen viele praktische Anwendungsmöglichkeiten:
Sie erlernen verschiedene Massagetechniken und wie Sie diese wann, wie und in welcher Dosierung anwenden können.

Niels-Stensen-Werk Vechta ZENTRUM FÜR GESUNDHEITSVORSORGE

Bitte mitbringen: Schreibutensilien, Buntstifte, Getränk

Leitung Dörthe Münz
Termin Mittwoch, 02.06.2021, 18:00 – 21:15 Uhr
Mittwoch, 09.06.2021, 18:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 95,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9102

Schröpfen

Das Schröpfen ist eine jahrhundertalte Form, um den Körper zu entgiften. Es wird bei Rücken-, Nacken-, und Schulterproblemen, gynäkologischen Erkrankungen, Nieren-Blasen-Problematiken, Lungenthemen uvm. eingesetzt.
An diesem Tag lernen Sie den Unterschied zwischen trockenem und blutigem Schröpfen kennen. Auch über das Schröpfen mit Feuer erlangen Sie in diesem Kurs Kenntnisse. Im theoretischen Teil werden Sie über die Möglichkeiten und Grenzen des Verfahrens informiert. Wir sprechen über weitere Entgiftungsmöglichkeiten, die das Schröpfen unterstützen können.
Zielgruppe: Physiotherapeuten, Heilpraktiker, Heilpraktikeranwärter, Kosmetikerinnnen

Leitung Dörthe Münz
Termin Samstag, 12.06.2021, 10:00 – 15:00 Uhr
Gebühr 95,00 € (zzgl. 7,50 € Materialkosten)
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Gesunde Ernährung

Gesunde Ernährung heißt vor allem, alle lebensnotwendigen Nährstoffe wie Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate, Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente in einem ausgewogenen und individuell angepassten Verhältnis zu sich zu nehmen. Es werden Ihnen verschiedene Wege und Möglichkeiten aufgezeigt, wie sich eine gesunde Ernährung in den Alltag integrieren lässt.
Gesunde Rezepte werden vorgestellt und gemeinsam ausprobiert. Zudem wird auf verschiedene Krankheitsbilder eingegangen, so dass auch bei Unverträglichkeiten oder Allergien eine ausgewogene und geschmackvolle Ernährung umgesetzt werden kann.

Anne Specker, Studentin B.Sc. Ernährungswissenschaften, Heilpädagogin, Zertifizierte Fachberatung für Kinderernährung

9200

Beratung für ernährungsspezifische Probleme

Nicole Döbbeler, Diätassistentin und Ernährungsberaterin / DGE

Die Ernährung eines jeden Menschen muss auf seine persönliche Lebenssituation abgestimmt sein.
Die Diätassistentin und Ernährungsberaterin / DGE Nicole Döbbeler gibt in einer Einzelberatung Tipps zu ernährungsspezifischen Problemen. Sie beantwortet persönliche Ernährungsfragen, informiert über eine gesunde Ernährung und hilft, die Ernährungsempfehlungen Ihres Arztes in die Tat umzusetzen.
Themen können sein:
- Ernährung während der Schwangerschaft und Stillzeit
- Ernährung für übergewichtige Kinder und Erwachsene
- Gesunde Ernährung im Alter
- Diagnosebezogene Ernährungsberatung, z.B. bei Allergien, Lebensmittelunverträglichkeiten, Diabetes mellitus, Rheuma, erhöhte Blutfette etc.

Leitung Nicole Döbbeler
Termin Termin nach Absprache unter 04441/992800
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

HIGHLIGHT

9103

Fuß-, Hand-, Kopfmassage

Die Fuß-, Hand-, Kopfmassage ist eine wunderbare und schonende Massage an Füßen, Händen und am Kopf.
Bitte mitbringen: Schreibutensilien, Buntstifte, Decke, Getränk, evtl. Kissen

Leitung Dörthe Münz
Termin Mittwoch, 23.06.2021, 18:00 – 21:15 Uhr
Mittwoch, 30.06.2021, 18:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 95,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Sergphotocool / Shutterstock.com

9201

Basenfasten – Was ist das?

Basenfasten ist eine milde Form des Fastens, bei der Sie für einige Zeit nur auf die Säurebildner in der Nahrung verzichten. Das entsäuert, baut Schlacken ab und hilft Ihnen, fit und gesund zu bleiben. Und ganz nebenbei tun Sie auch noch etwas für Ihre Figur.
Während der Basenfastenzeit dürfen Sie eigentlich ganz normal essen; Sie lassen lediglich alle säurebildenden Nahrungsmittel weg. Mit Hilfe naturkundlicher Möglichkeiten, wie z.B. den Schüßler Salzen, wird der Stoffwechsel aktiviert und die Entschlackung und Fettverbrennung gefördert.
Basenfasten eignen sich für alle Menschen, die etwas für sich und ihre Gesundheit tun möchten.

Leitung Ulrike Fortmann
Termin Termin nach Absprache, Tel. 0170/9854833
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

9202

Es muss nicht immer Zucker sein - Snackideen mit natürlichen Alternativen zum Süßen

Das Thema Zucker ist nicht nur in aller Munde, sondern auch in (fast) allen Lebensmitteln zu finden. Mal ganz offensichtlich, mal „gut“ versteckt... Neben einigen Informationen, was ein „Zuviel“ an Zucker mit dem Körper machen kann oder wie clever die Lebensmittelindustrie ihn nahezu überall „unterjubelt“, geht es an diesem Abend vor allem darum, wie man mit natürlichen Alternativen zum Süßen tolle Snackideen zubereiten kann.
Ziel: Anregungen zu erhalten, wie schon die Jüngsten aktiv in der Familienküche mitwirken können, welche Effekte dadurch für das spätere (Familien-)Leben und Essverhalten ausgelöst werden und welch hohe Relevanz die gemeinsamen Mahlzeiten für das Familienleben und die Vielfalt in der Essensauswahl haben können.

Leitung Anne Specker
Termin Mittwoch, 19.05.2021, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 8,50 €, zzgl. Lebensmittelumlage
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Entspannung und Bewegung

AquaFitness

AquaFitness umfasst gezielte Wassergymnastik zur Förderung der allgemeinen Fitness und Entspannung und ist ein gesundheitsorientiertes Ganzkörpertraining.
Bewegungsformen im Wasser haben zum Ziel, effektiv aber gelenkschonend die Beweglichkeit, die Kraftausdauer und die koordinativen Aspekte zu fördern.
Im Vordergrund des Kurses steht ein umfassendes Bewegungstraining, bei dem im Wasser gleichzeitig Gesundheit, Fitness und Entspannung erfahren werden können. Trainiert wird zum Teil bei aktivierender Musik und mit verschiedenen Trainingsgeräten.

9300

AquaFitness

Leitung Jan Holthaus
Termin Beginn ist am Dienstag, 12.01.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 17:00 – 17:45 Uhr
Gebühr 60,00 €
Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9301

AquaFitness

Leitung Jan Holthaus
Termin Beginn ist am Dienstag, 12.01.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 17:45 – 18:30 Uhr
Gebühr 60,00 €
Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9302

AquaFitness - Fortgeschrittene

Leitung Jan Holthaus
Termin Beginn ist am Dienstag, 13.04.2021, 7 Abende, jeweils dienstags, 17:00 – 17:45 Uhr
Gebühr 42,00 €
Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9303

AquaFitness - Fortgeschrittene

Leitung Jan Holthaus
Termin Beginn ist am Dienstag, 13.04.2021, 7 Abende, jeweils dienstags, 17:45 – 18:30 Uhr
Gebühr 42,00 €
Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9304

AquaFitness

Leitung Jan Holthaus
Termin Beginn ist am Dienstag, 01.06.2021, 8 Abende, jeweils dienstags, 17:00 – 17:45 Uhr
Gebühr 48,00 €
Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9305

AquaFitness

Leitung Jan Holthaus
Termin Beginn ist am Dienstag, 01.06.2021, 8 Abende, jeweils dienstags, 17:45 – 18:30 Uhr
Gebühr 48,00 €
Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

Hatha-Yoga für Jedermann

Mit Yoga ist uns ein Schlüssel in die Hand gegeben, unseren Körper gesund, widerstands- und leistungsfähig zu erhalten, indem wir konzentriert bestimmte Übungen durchführen, die für Menschen jeder Altersstufe gedacht sind und von allen ausgeführt werden können. Yoga ist weder Gymnastik noch Akrobatik, sondern hilft uns durch altbewährte Übungen zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit, körperlicher Gesundheit und Vitalität zu kommen, um die täglichen An- und Überforderungen besser meistern zu können. Bitte eine eigene Gymnastikmatte und Decke mitbringen!

Niels-Stensen-Werk Vechta
ZENTRUM FÜR GESUNDHEITSVORSORGE

Gesundheit / gesunde Ernährung / Sport

9306

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Dienstag, 12.01.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 110,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

9307

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Dienstag, 12.01.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
Gebühr 110,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

9308

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Dienstag, 04.05.2021, 11 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 121,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

9309

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Dienstag, 04.05.2021, 11 Abende, jeweils dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
Gebühr 121,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

9310

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Freitag, 15.01.2021, 10 Abende, jeweils freitags, 16:00 – 17:30 Uhr
Gebühr 130,00 €
Ort Damme. Kontorhaus, Donaustraße 22

9311

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Freitag, 15.01.2021, 10 Abende, jeweils freitags, 17:45 – 19:15 Uhr
Gebühr 130,00 €
Ort Damme. Kontorhaus, Donaustraße 22

9312

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Freitag, 15.01.2021, 10 Abende, jeweils freitags, 19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 130,00 €
Ort Damme. Kontorhaus, Donaustraße 22

9313

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Freitag, 07.05.2021, 10 Abende, jeweils freitags, 16:00 – 17:30 Uhr
Gebühr 130,00 €
Ort Damme. Kontorhaus, Donaustraße 22

9314

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Freitag, 07.05.2021, 10 Abende, jeweils freitags, 17:45 – 19:15 Uhr
Gebühr 130,00 €
Ort Damme. Kontorhaus, Donaustraße 22

9315

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Freitag, 07.05.2021, 10 Abende, jeweils freitags, 19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 130,00 €
Ort Damme. Kontorhaus, Donaustraße 22

Yoga für Jedermann

Zeit für sich haben, Abstand von der Hektik des Alltags bekommen und Verantwortung für das eigene Wohlergehen übernehmen:
In diesem Kurs lernen wir uns selbst wieder besser zu spüren, bewusst zu fühlen, wo Verspannungen sitzen und wie wir diesen mit gezielten Yoga-Übungen entgegenwirken können. Wir lernen unsere Denk- und Bewegungsmuster kennen, die sich im Laufe unseres Lebens eingeschlichen haben und wie oft wir unsere Atmung im Alltag blockieren. Yoga ist ein ganzheitlicher Übungsweg: Wir erkennen, was aus dem Gleichgewicht geraten ist, kehren zur natürlichen Atmung zurück und bringen die Atmung mit der Bewegung in Einklang. Das sorgt für ein besseres Körpergefühl und erhöht unsere Vitalität. In der Klangentspannung können Stresshormone abgebaut werden, geistige Ruhe kehrt ein und hilft, die Herausforderungen des Lebens entspannter und positiver anzunehmen.

9316

Yoga für Jedermann

Bitte mitbringen: zwei Decken und ein kleines Kissen

Leitung Christa Richter
Termin Beginn ist am Donnerstag, 21.01.2021, 8 Abende, jeweils donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 88,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Weiter mit Bildung!

AOK
Die Gesundheitskasse.

Damit aus Schmunzeln Lächeln wird.

Mit einer professionellen Zahnreinigung können Sie dazu beitragen, Ihre Zahngesundheit zu erhalten. Und damit Ihr Lächeln möglichst lange anhält, beteiligen wir uns an den Kosten* für zwei professionelle Zahnreinigungen im Jahr.

*Wir erstatten die Kosten zu 80 %, bis zu 250 Euro im Jahr für alle Mehrleistungen zusammen.

AOK – Die Gesundheitskasse
Servicezentrum Vechta
Neuer Markt 18, 49377 Vechta
E-Mail: aok.vechta@nds.aok.de

aok.de

Bild: colurbox.de

9317

Yoga für Jedermann -Folgekurs-

Bitte mitbringen: zwei Decken und ein kleines Kissen

Leitung Christa Richter
Termin Beginn ist am Donnerstag, 15.04.2021, 10 Abende, jeweils donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 110,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

9318

Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter
Termin Beginn ist am Dienstag, 26.01.2021, 8 Vormittage, jeweils dienstags, 10:00 – 11:30 Uhr
Gebühr 88,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

9319

Yoga für Jedermann -Folgekurs-

Leitung Christa Richter
Termin Beginn ist am Dienstag, 20.04.2021, 10 Vormittage, jeweils dienstags, 10:00 – 11:30 Uhr
Gebühr 110,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

9320

Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter
Termin Beginn ist am Dienstag, 26.01.2021, 8 Abende, jeweils dienstags, 17:30 – 19:00 Uhr
Gebühr 88,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

9321

Yoga für Jedermann -Folgekurs-

Leitung Christa Richter
Termin Beginn ist am Dienstag, 20.04.2021, 10 Abende, jeweils dienstags, 17:30 – 19:00 Uhr
Gebühr 110,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Kundalini Yoga für Schwangere

Mit Yoga auf die inneren und äußeren Veränderungen einstellen. Spezielle Atem- und Körperübungen, tiefe Entspannung und Meditation führen zu stärkerer Harmonie mit sich selbst und dem heranwachsenden Baby. So unterstützt Yoga die Schwangerschaft und die Geburt. Dieser Kurs wirkt aktivierend und entspannend zugleich. Einfach loslassen und auftanken!
Es sind keine Vorkenntnisse nötig!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, kleines Kissen, Handtuch

9322

Kundalini Yoga für Schwangere

Leitung Ulrike Fortmann
Termin Beginn ist am Montag, 18.01.2021, 5 Abende, jeweils montags, 17:00 – 18:00 Uhr
Gebühr 45,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

9323

Kundalini Yoga für Schwangere

Leitung Ulrike Fortmann
Termin Beginn ist am Montag, 22.02.2021, 5 Abende, jeweils montags, 17:00 – 18:00 Uhr
Gebühr 45,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Autogenes Training

Mit etwas Geduld und Selbstdisziplin lernen Sie in diesem Kurs die Formeln und Anwendungen des Autogenen Trainings. Mit Hilfe dieser Methode lernen Sie, bei regelmäßigem Üben, sich systematisch zu entspannen und so zu mehr innerer Ruhe zu kommen. Auf stressbedingte Störungen wie Schlaflosigkeit, Konzentrationsschwäche, Nervosität und mehr, können Sie mit Autogenem Training positiven Einfluss nehmen. Ziel ist es, mit sich selbst bewusster umzugehen. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung zum Kurs.

Bitte mitbringen: eine Decke und warme Socken

9324

Autogenes Training für Anfänger

Leitung Ulrike Mallas
Termin Beginn ist am Montag, 15.02.2021, 6 Abende, jeweils montags, 17:30 – 19:00 Uhr
Gebühr 48,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9325

Autogenes Training für Anfänger

Leitung Ulrike Mallas
Termin Beginn ist am Mittwoch, 20.01.2021, 6 Abende, jeweils mittwochs, 17:00 – 18:30 Uhr
Gebühr 48,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Welche Fähigkeiten glauben Sie, werden in Zukunft für die Gesellschaft wichtig sein?

„Geduld."

(w, 37 Jahre)

9326

Autogenes Training für Fortgeschrittene

Leitung Ulrike Mallas
Termin Beginn ist am Dienstag, 13.04.2021, 6 Abende, jeweils dienstags, 17:30 – 19:00 Uhr
Gebühr 48,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

9327

Autogenes Training für Fortgeschrittene

Leitung Ulrike Mallas
Termin Beginn ist am Mittwoch, 03.03.2021, 6 Abende, jeweils mittwochs, 17:00 – 18:30 Uhr
Gebühr 48,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Kzenon / Shutterstock.com

Pilates

Das Pilates-Training ist ein sanftes und in sportphysiologischer und gesundheitlicher Hinsicht sehr wirkungsvolles Ganzkörpertraining, da es Körper und Geist gleichermaßen herausfordert. Es ist eine moderne Alternative zu traditionellen Gymnastikprogrammen, weil es vor allem die tiefliegende Muskulatur, die unsere Wirbelsäule und Gelenke unmittelbar umgibt, beansprucht.

Präzise ausgeführte Übungen mit geschmeidigen Bewegungen, sowie ein größtmögliches Maß an Entspannung und eine natürliche tiefe Atmung sind charakteristisch für diese Trainingsform. Durch das Pilates-Training können muskuläre Dysbalancen korrigiert und somit haltungsbedingte Verspannungen und Schmerzen gelindert oder sogar ganz beseitigt werden.
Die Körperwahrnehmung wird geschult und die mentale Ausgeglichenheit wird gefördert, so dass die Belastbarkeit im Alltag gestärkt wird. Das Pilates-Training eignet sich auch hervorragend für Teilnehmer mit einer Beckenbodenschwäche.

Bitte eine eigene Gymnastikmatte mitbringen!

9328

Pilates - Anfänger

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Donnerstag, 07.01.2021, 8 Vormittage, jeweils donnerstags, 9:00 – 10:00 Uhr
Gebühr 64,00 €
Ort Vechta, LadyFit 21, Lohner Straße 34

9329

Pilates - Anfänger

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Donnerstag, 04.03.2021, 8 Vormittage, jeweils donnerstags, 9:00 – 10:00 Uhr
Gebühr 64,00 €
Ort Vechta, LadyFit 21, Lohner Straße 34

9330

Pilates - Anfänger

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Donnerstag, 06.05.2021, 5 Vormittage, jeweils donnerstags, 8:00 – 10:00 Uhr
Gebühr 40,00 €
Ort Vechta, LadyFit 21, Lohner Straße 34

9331

Pilates - Anfänger

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Donnerstag, 17.06.2021, 7 Vormittage, jeweils donnerstags, 9:00 – 10:00 Uhr
Gebühr 56,00 €
Ort Vechta, LadyFit 21, Lohner Straße 34

Pilates - Mittelstufe

9332

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Dienstag, 12.01.2021, 7 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr
Gebühr 56,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9333

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Dienstag, 02.03.2021, 7 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr
Gebühr 56,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Welche Fähigkeiten glauben Sie, werden in Zukunft für die Gesellschaft wichtig sein?

„Der richtige Umgang miteinander, EDV, Ausgleiche wie Sport.“

(w, 39 Jahre)

Niels-Stensen-Werk Vechta
ZENTRUM FÜR GESUNDHEITSVORSORGE

9334

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Dienstag, 04.05.2021, 6 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr
Gebühr 48,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9335

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Dienstag, 15.06.2021, 6 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr
Gebühr 48,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9336

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Mittwoch, 13.01.2021, 7 Abende, jeweils mittwochs, 17:30 – 18:30 Uhr
Gebühr 56,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9337

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Mittwoch, 03.03.2021, 7 Abende, jeweils mittwochs, 17:30 – 18:30 Uhr
Gebühr 56,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Unsere Kursangebote erscheinen regelmäßig in der Tages- und Wochenpresse. Bitte achten Sie auf die entsprechenden Veröffentlichungen.

Begleitung und Unterstützung

Wir bieten ein Klönschnack-Frühstück

jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat
von 8.30 Uhr bis 10.30 Uhr
im Niels-Stensen-Werk,
Bürgermeister-Möller-Platz 1
49377 Vechta,
für alle onkologischen Patienten und deren Angehörigen an.

Anmeldungen sind nicht erforderlich.

Kommen Sie doch einfach mal vorbei und lernen uns kennen!

Wenn es noch Fragen gibt, dann rufen Sie uns gerne an.
0176 / 32 90 81 93

www.hilfe-bei-krebs-vechta.de

kontakt@hilfe-bei-krebs-vechta.de

9338

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Mittwoch, 05.05.2021, 6 Abende, jeweils mittwochs, 17:30 – 18:30 Uhr
Gebühr 48,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Wie stellen Sie sich einen Kurs / eine Veranstaltung in der Zukunft vor?

„Mehr Rollenspiele."

(w, 56 Jahre)

9339

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Mittwoch, 16.06.2021, 6 Abende, jeweils mittwochs, 17:30 – 18:30 Uhr
Gebühr 48,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,

Weiter mit Bildung!

Gesundheit / gesunde Ernährung / Sport

Bahnhofstraße 1

9340

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Mittwoch, 13.01.2021, 7 Abende, jeweils mittwochs, 18:30 – 19:30 Uhr
Gebühr 56,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9342

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Mittwoch, 05.05.2021, 6 Abende, jeweils mittwochs, 18:30 – 19:30 Uhr
Gebühr 48,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9343

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Mittwoch, 16.06.2021, 6 Abende, jeweils mittwochs, 18:30 – 19:30 Uhr
Gebühr 48,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9344

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Donnerstag, 07.01.2021, 8 Vormittage, jeweils donnerstags, 10:00 – 11:00 Uhr
Gebühr 64,00 €
Ort Vechta, LadyFit 21, Lohner Straße 34

9345

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Donnerstag, 04.03.2021, 8 Vormittage, jeweils donnerstags, 10:00 – 11:00 Uhr
Gebühr 64,00 €
Ort Vechta, LadyFit 21, Lohner Straße 34

9346

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Donnerstag, 06.05.2021, 5 Vormittage, jeweils donnerstags, 10:00 – 11:00 Uhr
Gebühr 40,00 €
Ort Vechta, LadyFit 21, Lohner Straße 34

9347

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Donnerstag, 17.06.2021, 7 Vormittage, jeweils donnerstags, 10:00 – 11:00 Uhr
Gebühr 56,00 €
Ort Vechta, LadyFit 21, Lohner Straße 34

Pilates - Fortgeschrittene

9348

Pilates - Fortgeschrittene

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Dienstag, 12.01.2021, 7 Abende, jeweils dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr
Gebühr 56,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9349

Pilates - Fortgeschrittene

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Dienstag, 02.03.2021, 7 Abende, jeweils dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr
Gebühr 56,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9350

Pilates - Fortgeschrittene

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Dienstag, 04.05.2021, 6 Abende, jeweils dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr
Gebühr 48,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9351

Pilates - Fortgeschrittene

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Dienstag, 15.06.2021, 6 Abende, jeweils dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr
Gebühr 56,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

10er-Karte

Die 10er-Karte gibt Ihnen die Möglichkeit, variabel je nach Lust und Zeit, an allen Kursen des 10er-Karten Kurssystem teilzunehmen. Selbstverständlich kann zwischen den einzelnen Kursangeboten variiert werden. Der Einstieg in die Kurse, die ganzjährig fortlaufend stattfinden, ist jederzeit ohne Anmeldung möglich. Die 10er-Karte kostet 49,00 € und ist ein Jahr gültig. Für alle, die regelmäßig und mehrmals wöchentlich an unserem Kursprogramm teilnehmen möchten, besteht die Möglichkeit, eine 3-Monats-Karte für 89,00 € zu erwerben. Sie können auch durch ein einmaliges Probetraining (5,00 €) ganz unverbindlich ins Kursangebot „hineinschnuppern“.

Bitte mitbringen: eigene Gymnastikmatte, Handtuch und ein Getränk.

Hinweis: Die Karten sind nicht übertragbar auf andere Personen!

Kursplan siehe **Seite 123**

Niels-Stensen-Werk Vechta
ZENTRUM FÜR GESUNDHEITSVORSORGE

Welche Weiterbildung / Veranstaltung / Kurse wünschen Sie sich für Ihre persönliche und / oder gesellschaftliche Weiterentwicklung?

„Rückenschule, rückenschonender arbeiten."

(w, 34 Jahre)

9400

Gymnastik für Seniorinnen

Dieser Kurs ist für alle Frauen ab 60, die Spaß an der Bewegung haben. Durch ein gezieltes Übungsprogramm werden vorhandene motorische und koordinative Fähigkeiten erhalten und verbessert; gleichzeitig werden große Muskelgruppen wie Rücken-, Bauch- oder Beinmuskulatur gekräftigt und gedehnt. Seniorengymnastik ist aber nicht allein Zweckgymnastik zur Erhaltung der Beweglichkeit und Mobilität im Alltag, sondern sie unterstützt auch geistige Fähigkeiten und hat eine positive Wirkung auf das seelische Wohlbefinden.
Schwerpunkt: Dehnen, Strecken und Kräftigen

Leitung Beate Lonnemann
Termin montags, 10:30 - 11:15 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

Bodystyling

Einen flachen Bauch, feste Oberschenkel und einen knackigen Po - das wünschen Sie sich? Dann sind Sie hier richtig! Denn in diesem Kurs steht die Figurformung im Vordergrund. Mit dem richtigen Training können Sie einiges erreichen. Ein abwechslungsreiches Aufwärmprogramm, eine intensive Gymnastik zur Kräftigung für die Problemzonen von Bauch, Beinen und Po sowie Dehnübungen sind Inhalte der Stunde.
Schwerpunkt: Kräftigung & allgemeine Fitness

9401

Bodystyling

Leitung Beate Lonnemann
Termin montags, 9:30 - 10:15 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9402

Bodystyling

Leitung Mirca Knüpling
Termin dienstags, 18:00 - 18:45 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9403

Becken-Fit

Zielgruppe dieses Kurses sind Frauen, die eine geschwächte Beckenbodenmuskulatur haben oder einer Beckenbodenschwäche vorbeugen wollen. Gleichzeitig wird der Cellulite vorgebeugt und Bauch, Beine und Po werden gestrafft. Die Übungen kräftigen den Körper und erhöhen die Widerstandsfähigkeit. Ein gezieltes Training der Beckenbodenmuskulatur beugt aber auch der Harninkontinenz vor und unterstützt die Rehabilitation einer bereits bestehenden Erkrankung.
Schwerpunkt: Kräftigung & Widerstandsfähigkeit

Leitung Beate Lonnemann
Termin dienstags, 9:30 - 10:15 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9404

Gymnastik für Frauen

Ein speziell für Frauen abgestimmtes Programm. Der Kurs beinhaltet ein angepasstes Herz-Kreislauf-Training, Kräftigung der Muskulatur, spezielle Wirbelsäulengymnastik sowie Stretching- und Entspannungsübungen.
Schwerpunkt: Verbesserung der konditionellen Fähigkeiten und Kräftigung der Muskulatur.

Leitung Gabriele Frilling
Termin mittwochs, 9:00 - 9:45 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

Val Thoermer / Shutterstock.com

9405

Jumping® Fitness Fitness

Jumping® ist ein dynamisches Fitnesstraining auf dafür speziell entwickelten Trampolinen. Für das Training werden traditionelle Aerobic-Schritte genutzt, die allerdings durch den federnden Untergrund gelenkschonender sind, als wenn diese auf festem Boden ausgeführt werden. Durch Jumping® werden der Gleichgewichtssinn und die Körperkoordination wesentlich verbessert.
Beim Spiel mit der Schwerkraft werden mehr als 400 Muskeln ge- und entspannt, mehr als bei anderen Ausdauer-Sportarten.
Das Training beschränkt sich auf die Fläche des Trampolins, das ausschließlich dem Teilnehmer zur Verfügung steht. Durch die Kombination aus schnellen, sprintähnlichen und langsamen, aus dem Kraftsport stammenden Sprüngen, wird die effektive Fettverbrennung des Körpers stark gefördert. Ein wesentlicher Teil des Trainings widmet sich der körperlichen Balance, die durch das flexible Trampolin gefördert und gestärkt wird. Dieses spezielle Balancetraining festigt vor allem die tiefliegende Rückenmuskulatur, die in der Regel nur schwer trainiert werden kann.

Leitung Madleen Grawe
Termin mittwochs, 18:00 - 18:45 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9406

Faszien-Fitness

Bei diesem speziellen Training werden Muskelgruppen im Rücken, in den Hüften, im Bauch und innerhalb der Schultern aufgebaut und trainiert sowie das Bindegewebe durch gezieltes Workout gekräftigt. Eine Mischung aus Stabilität, Beweglichkeit, Spannkraft aber auch Flexibilität garantiert Belastbarkeit von Sehnen und Bändern, vermeidet schmerzhafte Reibereien in Hüftgelenken und Bandscheiben, schützt die Muskulatur vor Verletzungen und hält Sie in Form.
Schwerpunkt: Beweglichkeit, Spannkraft & Flexibilität

Leitung Beate Lonnemann
Termin mittwochs, 19:00-19:45 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9407

Gymnastik für Männer

Männer unterscheiden sich im Körperbau erheblich von Frauen. So beträgt z.B. der Fettanteil bei Männern ca. 20 Prozent (bei Frauen ca. 30 Prozent) und der Muskelanteil bei Männern beträgt ca. 42 Prozent (bei Frauen ca. 36 Prozent). Männer verfügen außerdem über ein größeres Herzvolumen und somit über niedrigere Belastungspulswerte als Frauen. In diesem Kurs, speziell für Männer, wird in dosierter Form das Herz-Kreislaufsystem gestärkt, die Muskulatur gekräftigt und gedehnt. Außerdem wird eine gezielte Wirbelsäulengymnastik durchgeführt.
Schwerpunkt: Verbesserung der konditionellen Fähigkeiten Kräftigung der Muskulatur.

Leitung Beate Lonnemann
Termin donnerstags, 9:30 - 10:15 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9408

Dance Workout

In diesem Kurs erarbeiten wir Choreographien mit Elementen aus dem Fitness- und Aerobic Bereich sowie tänzerischen Elementen. Der Spaß am Tanzen und an der Bewegung zur Musik stehen hier im Vordergrund. Es werden verschiedene Musikrichtungen eingesetzt wie z.B. 80/90er Jahre, Latino- oder Charts-Hits. Die Stunde wird beendet mit Dehn- und Kräftigungsübungen. Dieses Tanztraining beansprucht alle Körperpartien, verbrennt spielend leicht Kalorien und sorgt ganz einfach für Lebensfreude.
Schwerpunkt: Rhythmus

Leitung Karin Schräder
Termin donnerstags,18:00 - 18:45 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9409

Zumba Fitness®

Das Workout basiert auf dem Prinzip FUN AND EASY TO DO. Für Zumba Fitness® muss man nicht tanzen können, das WICHTIGSTE ist, sich zur Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben. Die lateinamerikanischen und exotischen Rhythmen wirken dabei sehr motivierend. Zumba® Fitness wurde in Amerika schnell zur Fitness-Sensation, denn es ist heiß, spannend und geeignet für jedermann.

Leitung Michaela Dwars
Termin donnerstags, 19:00 - 19:45 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

Niels-Stensen-Werk Vechta
ZENTRUM FÜR GESUNDHEITSVORSORGE

Rücken-Fit

Bringen Sie Ihren Rücken in Schwung und machen ihn stabil und beweglich für Alltagsbelastungen. Nach einem kurzen Aufwärmen und Konditionstraining erfolgt eine gezielte Kräftigung der Rumpfmuskulatur. Durch Gymnastik werden die Muskelgruppen in Rücken, Schultern, Bauch und Gesäß trainiert. Einseitigen Belastungen, die längerfristig zu Haltungsschäden führen können, wird entgegengewirkt. Eine Verbesserung der Beweglichkeit der Wirbelsäule sowie eine Kräftigung der Haltemuskulatur werden angezielt. Abschließend erfolgen leichte Entspannungsübungen.
Schwerpunkt: Rumpf & Stabilität

9410

Rücken-Fit

Leitung Karin Schräder
Termin montags, 19:00 - 19:45 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9411

Rücken-Fit

Leitung Beate Lonnemann
Termin freitags, 9:30 - 10:15 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

Reha-Sport

Seit Mai 2009 bieten wir in Kooperation mit dem Reha- und Behindertensportverein Vechta e.V. in unserer Gymnastikhalle Reha-Sport / Trockengymnastik, unter der Leitung der Physiotherapeutin Gabriele Frilling und der Übungsleiterin Beate Lonnemann, an. Reha-Sport wird vom Arzt verordnet und bezieht sich auf einen Zeitraum von 12 oder 24 Monaten. Ziel des Trainings sind der Erhalt und die Verbesserung von Funktionen bestimmter körperlicher Strukturen (Gelenke, Muskeln etc.). Der Reha-Sport ist kein Hochleistungssport, sondern eine bewegungstherapeutische Maßnahme und wird daher in der Regel auch von den Krankenkassen anerkannt. Sprechen Sie uns an! Alle Kurse finden in der Gymnastikhalle des Niels-Stensen-Hauses statt. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Handtuch, eigene Gymnastikmatte und Getränk.

Die Sporthalle ist ausschließlich mit sauberen Hallenschuhen zu betreten.

9500

Reha-Sport Rückengruppe

Leitung Beate Lonnemann
Termin dienstags, 8:30 - 9:15 Uhr
Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9501

Reha-Sport Rückengruppe

Leitung Gabriele Frilling
Termin dienstags, 10:30 - 11:15 Uhr
Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9502

Reha-Sport Rückengruppe

Leitung Gabriele Frilling
Termin mittwochs, 8:00 - 8:45 Uhr
Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9503

Reha-Sport Rückengruppe

Leitung Beate Lonnemann
Termin donnerstags, 10:30 - 11:15 Uhr
Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9504

Reha-Sport Rückengruppe

Leitung Beate Lonnemann
Termin freitags, 08:30 - 09:15 Uhr
Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9505

Reha-Sport Rückengruppe

Leitung Beate Lonnemann
Termin freitags, 10.30 - 11:15 Uhr
Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9506

Reha-Sport Knie-/ Hüftgruppe

Leitung Gabriele Frilling
Termin dienstags, 11:30 - 12:15 Uhr
Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9507

Reha-Sport Schultergruppe

Leitung Beate Lonnemann
Termin donnerstags, 8:30 - 9:15 Uhr
Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

Wie stellen Sie sich einen Kurs/eine Veranstaltung in der Zukunft vor?

„Weiterhin als Präsenzveranstaltung."

(w, 54 Jahre)

vhs Kreisvolkshochschule Vechta e.V.

In Kooperation mit:

Niels-Stensen-Werk Vechta
ZENTRUM FÜR GESUNDHEITSVORSORGE
EINRICHTUNG VON ÄRZTEN IN DER STADT VECHTA UND DES ST. MARIENHOSPITALS VECHTA

Fit und gesund!

Die 10er-Karte
Trainieren ohne Vertragsbindung

Heute Bodystyling, morgen Rücken-Fit. Die 10er-Karte ermöglicht es, zwischen den Kursen zu variieren. Sie bezahlen nur für die Kurse, an denen Sie teilgenommen haben. Der Einstieg in die Kurse, die ganzjährig fortlaufend stattfinden, ist jederzeit ohne Anmeldung möglich. Wenn Sie mehrmals die Woche trainieren, können Sie auch eine 3-Monatskarte erwerben.

10er-Karte, 49,00 EUR, Gültigkeit: 1 Jahr
3-Monatskarte 89,00 EUR
Probetraining 5,00 EUR

Diese Kurse finden in der Gymnastikhalle des Niels-Stensen-Hauses in Vechta, Bürgermeister-Möller-Platz 1, statt.

Niels-Stensen-Werk Vechta
ZENTRUM FÜR GESUNDHEITSVORSORGE

10er-Karte Sportkurse Niels-Stensen-Werk Vechta

Der Sportplan gilt aufgrund der Corona-Krise bis auf Weiteres ab dem 11.01.2021. Bitte informieren Sie sich regelmäßig über mögliche Änderungen und zusätzliche Sportangebote. Aktuelle Infos erhalten Sie auf unserer Webseite www.kvhs-vechta.de oder in der Tagespresse.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
09:30 - 10:15 Uhr **Bodystyling** *Beate Lonnemann*	**09:30 - 10:15 Uhr** **Becken-Fit** *Beate Lonnemann*	**09:00 - 09:45 Uhr** **Gymnastik für Frauen** *Gaby Frilling*	**09:30 - 10:15 Uhr** **Gymnastik für Männer** *Beate Lonnemann*	**09:30 - 10:15 Uhr** **Rücken-Fit** *Bärbel Stoye*
10:30 - 11:15 Uhr **Gymnastik für Seniorinnen** *Beate Lonnemann*				
	18:00 - 18:45 Uhr **Bodystyling** *Mirca Knüpling*	**18:00 - 18:45 Uhr** **Jumping Fitness** *Madleen Grawe*	**18:00 - 18:45 Uhr** **Dance Workout** *Karin Schräder*	
19:00 - 19:45 Uhr **Rücken-Fit** *Karin Schräder*		**19:00 - 19:45 Uhr** **Faszien-Fitness** *Beate Lonnemann*	**19:00 - 19:45 Uhr** **Zumba** *Michaela Dwars*	
Programm gültig ab 11.01.2021 (mit Vorbehalt)		**Wo: Turnhalle im Niels-Stensen-Haus, Bgm.-Möller-Platz 1, Vechta**		

Dozentenliste

Abeling-Brinkmann, Anne	Zertifizierte Pflegeberaterin, Fachschwester für Nephrologie, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Aktas, Emine	Dozentin
Averbeck, Anni	Yogalehrerin BDY/EYU
Balz, Angelika	Landwirtin
Bartels, Margot	Jumping® Fitness Instructorin
Beyer, Dr. Colja	Dozent
Bocklage, Annelie	Gymnasiallehrerin
Böckmann, Joost	Landwirt
Bohne, Stefanie	Textil- und Bekleidungstechnikerin, Integrationskursdozentin
Bolles, Sandra	Erzieherin mit heilp. Zusatzausbildung
Bolles, Ulrike	Erzieherin mit heilpäd. Zusatzausbildung
Bolte, Birgitta	Dozentin
Bröring, Franziska	Heilpädagogin
Brüning, Rolf	Künstler
Bücker, Thorsten	Dipl. Pflegewirt (FH), Autor und Business Coach im Gesundheitswesen
Butzmann, Dr. Erika	Pädagogik M.A., Entwicklungspsychologin
Carius, Dr. Wulf	Biologe
De Schutter, Hannelore	Inhaberin SchokoLaden
Döbbeler, Nicole	Diätassistentin und Ernährungsberaterin/DGE
Dopp, Otto	Schwimmlehrer
Dwars, Michaela	Zumba Instructor - Alle Lizenzen -
Dwertmann, Stefanie	Hebamme
Eilermann, Maria	Dozentin
Ellers, Erika	Erzieherin
Elsayed, Belal	Dozent

Espelage, Bettina	Dipl. Sozialarb./-päd. (FH)
Fischer, Susanne	Krankenschwester
Fleddermann, Vera	Dozentin
Fortmann, Ulrike	Kinesiologin, Kundalini-Yoga Dozentin
Fortunato, Angelica	Dozentin
Friedenberger-Traidl, Melanie	Dozentin
Frilling, Eva	Rettungs- und Sicherheitsingenieurin, Gefahrgutbeauftragte, Rettungsassistentin
Frilling, Gabriele	Physiotherapeutin, Rehabilitationssport
Frühling, Willi	Dozent
Fung, Christina	Qualitätsmanagement und Organisationsentwicklung, Schwester Euthymia Stiftung
García Yusta, Montserrat	Dozentin
Geers, Horst	Dozent
Gehrmann, Julian	Dozent
Geist, Doris	Gebärdensprachdozentin
Gelhaus, Matthias	Rechtsanwalt
Grabbe, André	Dipl. Sozialarb./Sozialpäd. (FH)
Granara, Sebastian	Sprachlehrer, Betriebswirt
Grawe, Madleen	Jumping® Fitness Instruktorin
Griesehop, Christiane	Krankenschwester, Praxisanleiterin
Groth, Sonja	Fachkrankenschwester für intensiv und Anästhesiepflege
Grötzschel, Maria	Berufsschullehrerin
Gutersohn, Regina	Fachkrankenschwester für Intensiv- und Anästhesiepflege
Hake, Lisa	Innenarchitektin
Hanken, Karl-Heinz	Landwirt
Haring, Stefanie	Dozentin
Harjes, Anne	Dozentin

Allgemeine Infos

Hein, Jennifer	Geschäftsführerin Lamameer, stellv. Direktorin HVHS Loccum e.V., Coach (Kontaktstudium)
Heitmann, Sabine	Erzieherin
Hellwig, Katharina	Hygienebeauftragte
Hilgenberg, Dr. med. Jens	Chefarzt der Klinik für Chirurgie und Orthopädie, St. Marien-hospital Vechta
Hoge, Linda	Religionspädagogin
Hogg, Alan	Dozent
Holthaus, Jan	Physiotherapeut, Aquafitness Instructor
Holthaus-Hövemann, Mareike	Lehramt für Gymnasium deutsch und englisch
Homann, Carsten	Religionspädagoge
Hönemann, Priv. Doz. Dr. med. Christian	Chefarzt der Anästhesie und operativen Intensivmedizin, Organtransplantationsbeauf-tragter, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Honkomp, Ruth	Dozentin
Hoping-Warnking, Maria	Dipl. Pädagogin
Horstmann, Martin	BARMER Geschäftsführer
Hülsemann, Julian	päd. Mitarbeiter KVHS Vechta e.V.
IQ-Netzwerk Niedersachsen, bus GmbH	Beratungsstelle für ausländi-sche Berufsabschlüsse
Jäger, Maria Sabina	Lehrerin / Germanistik
Jagla-Frilling, Elke	Musikgeragogin
Janssen, Olaf	Fachkrankenpfleger für Krankenhaushygiene
Kathe, Christiane	Dozentin
Kayindu, Jack David	Journalist
Kirchner, Lisa	Soziale Arbeit B.A.
Klan, Ruth	Krankenschwester, Gerontologin (B.A.)
Kleier, Verena	Fachkrankenschwester für Geriatrie, Fachwirtin im Ge-sundheits- und Sozialwesen, Praxisanleiterin
Knüpling, Mirca	Übungsleiterin, Jumping® Fitness Instructorin

Kohl, Monika	Krankenschwester, Pflege-dienstleitung
Konken, Annette	Fachärztin für Innere Medizin, Diabetologin KVN, Psychoso-matische Grundversorgung
Koops, Annette	Krankenschwester
Kreienborg, Renate	Dozentin
Kruthaup, Bärbel	Dipl. Pädagogin
Kühling, Claudia	Rechtsanwältin, Kanzlei Dr. Lenze & Partner
Kuhlmann, Thomas	Dozent
Lamping, Daniela	Gesundheits- und Kranken-pflegerin, Fachtherapeut Tra-cheotomie und Laryngektomie
Läsche, Maria	Lehrerin für Krankenpflege i.R.
Lonnemann, Beate	Übungsleiterin, Rehabilitations-sport
Lünswilken, Sabine	Dozentin
Lupfer, Sandra	Dozentin
Maas, Monika	Dozentin
Machura, Erich	Betriebswirt (IDB)
Mähler, Kerstin	Kleinkindpädagogik, Kinderkrankenschwester
Mallas, Ulrike	Entspannungspädagogin
Mekelnborg, Bernd	Krankenpfleger
Meyer, Anna-Maria	Gesundheits- und Kranken-pflegerin
Moed-Kohl, Heike	Systemische Therapeutin / Familientherapeutin (DGSF)
Moorkamp, Bernhard	Pflegeberater
Morawietz, Dr. Holger	Dozent
Muhle, Elisabeth	Leitung amb. Hospiz u. Palliativversorgung der Sozial-station Nordkreis gGmbH
Münz, Dörthe	Heilpraktikerin
Nordmann, Lena	Grundschullehrerin
Norman, James	Sprachlehrer, Sprachwissen-schaftler, Philosophiewissen-schaftler
Nost, Miriam	Dipl. Sozialarb. / Sozialpäd. (FH), PEKiP-Gruppenleiterin

Oberschmidt, Christina	Kinesiologin
Piepel-Feistmann, Petra	Dozent
Pille, Nicole	Heilpraktikerin, Klassische Homöopathie
Pohlmann, Petra	Dipl. Gerontologin
Reinermann, Tim	Dipl. Sozialpädagoge, Vollzugsabteilungsleiter
Reiners-Homann, Margret	Dozentin
Rensen, Karin	Dozentin
Renze, Gundolf	Dozent
Richter, Christa	Yogalehrerin
Riecken, Kerstin	Erzieherin, PEKiP-Gruppenleiterin
Rohe, Ludger	Fachanwalt für Arbeitsrecht, Kanzlei Bode & Partner
Röhling, Kristina	Dipl. Pädagogin
Rolfes, Walburga	Dozentin der Caritas-Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche
Rosenbaum, Marianne	Dozent
Ruhmöller, Rahel	Dozentin, Klin. Kodierfachkraft, Pflegeberaterin
Ruiz Diaz Adorno, Olga Ester	Dozent
Rüwe, Erika	Dipl. Sozialarbeiterin / Sozialpädagogin (FH), Dipl. Gerontologin, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Sander, Karin	Dipl. Pädagogin
Schauder, Tim	Dozent
Scholz, Anna	Dozentin
Schräder, Karin	Übungsleiterin
Schwartz, Jürgen	Pfarrer
Seebold, Olga	Dozentin
selbstgestALTER,	Sozialstation Nordkreis Vechta gGmbH
Senouwoe, Bianca	Sozialarbeiterin (B.A.)
Sieveke, Janina	Hebamme
Simon, Annette	Staatlich anerkannte Sozialpädagogin
Specker, Anne	Studentin B.Sc. Ernährungswissenschaften
Stahr, Ursula	Dozentin
Stoye, Bärbel	Zertifizierte Pilates-Trainerin, Übungsleiterin Rehabilitationssport
Stunkat, Oberarzt Hartmut	Funktionsoberarzt der Chirurgischen Klinik, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Tebbe, Stephan	Landwirt
Thomae, Eli	Dozentin
Traidl, Konrad	Dozent
Trapp, Stephanie	Schauspielpädagogin, Coach Präsentations-Training
Triemer, Stephanie	Stillberaterin
Trottnow, Nina	M.A. Inklusive Pädagogik und Elementarbildung
Voelcker, Eduard	Dozent
Voget, Giseltraud	Dozentin
vom Felde, Ingrid	Heilpraktikerin
von dem Berge, Saskia	Bürokauffrau, Fremdsprachenkorrespondentin
Wagner, Heidemarie	Dozentin
Walf, Dieter	Dozent
Weitekamp, Judite	Dozentin
Wendelken, Bernd	Dozent
Wengerowski, Miriam	Student/-in
Wiediger, Dennis	Rechtsanwalt, Kanzlei Dr. Lenze & Partner
Willoh, Sarah	Heilpädagogin
Winter, Jasmin	Dozentin
Zapfe, Wolfgang	Gymnasiallehrer
Zwick, Maria	Gesundheits- und Krankenpflegerin

Allgemeine Teilnahmebedingungen der KVHS Vechta e.V.

Mit der Anmeldung werden die folgenden „Allgemeinen Teilnahmebedingungen“ anerkannt:

1. Anmeldung

Die Anmeldung zu Weiterbildungsveranstaltungen ist telefonisch, schriftlich oder über das Anmeldeformular per Internet bei der KVHS Vechta e.V. vorzunehmen. Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangsdatums berücksichtigt. Vertragspartner ist der Teilnehmer, soweit sich nicht etwas anderes aus der Anmeldung ergibt. Die KVHS Vechta bestätigt Ihre Anmeldung schriftlich. Besondere Zulassungs- oder Auswahlkriterien für bestimmte Maßnahmen bleiben davon unberührt. Kann eine Anmeldung nicht berücksichtigt werden, so informiert die KVHS hierüber telefonisch oder schriftlich.

2. Zahlungsbedingungen

Das Teilnahmeentgelt wird bei kostenpflichtigen Weiterbildungsveranstaltungen vor Beginn der Veranstaltung in Rechnung gestellt. Der Rechnungsbetrag ist innerhalb von 14 Tagen bzw. bei kurzfristiger Anmeldung sofort zu zahlen. Die Zahlungen haben unabhängig von den Leistungen Dritter (z. B. der Arbeitsagentur) zu erfolgen. Kosten für Lernmittel, Tests und Prüfungen können gesondert berechnet werden.

3. Nichtinanspruchnahme von Unterrichtseinheiten

Die Nichtinanspruchnahme einzelner Unterrichtseinheiten berechtigt nicht zu einer Ermäßigung des Rechnungsbetrages.

4. Rücktritt

Bei Seminaren (1 – 3-tägige Veranstaltungen bzw. Veranstaltungen unter 50 Unterrichtsstunden) kann der Vertragspartner über die gesetzlichen Vorschriften hinaus vom Vertrag zurücktreten, wenn er den Rücktritt unter Einhaltung einer Frist von mindestens fünf Werktagen vor Beginn der Veranstaltung schriftlich der KVHS mitteilt. Maßgebend ist hierbei der Eingang der Rücktrittserklärung bei der KVHS. Bei später eingehenden Rücktrittserklärungen oder bei Nichtteilnahme ist der Vertragspartner zur Zahlung des vollen Entgelts verpflichtet. Das Nichterscheinen zum Seminar befreit nicht von der Verpflichtung zur Entrichtung des Entgelts. Das Stellen eines Ersatzteilnehmers unter Einhaltung der jeweiligen Auswahlkriterien ist möglich. Bei Lehrgängen (ab 50 Unterrichtsstunden, ganztägig oder berufsbegleitend) kann der Vertragspartner über die gesetzlichen Vorschriften hinaus vom Vertrag zurücktreten, wenn er den Rücktritt unter Einhaltung einer Frist von mindestens drei Wochen vor Beginn des Lehrgangs schriftlich der KVHS mitteilt. Maßgeblich ist der Eingang der Rücktrittserklärung bei der KVHS. Bei einem späteren Rücktritt ist ein Entgeltanteil von 30 % zu zahlen. Bei Lehrgängen mit mehr als 200 Unterrichtsstunden ist in diesem Fall ein Entgeltanteil von 30 % für den ersten Abschnitt (s. u. 5) zu zahlen. Ein Rücktritt nach Lehrgangsbeginn ist nicht möglich. Das Nichterscheinen zum Lehrgang befreit nicht von der Verpflichtung zur Entrichtung des Lehrgangsentgelts. Das Stellen eines Ersatzteilnehmers unter Einhaltung der jeweiligen Auswahlkriterien ist bis zum Beginn der ersten Lehrgangsstunde möglich. Dem Vertragspartner ist in sämtlichen vorgenannten Fällen der Nachweis gestattet, dass ein Schaden nicht oder in geringerer Höhe entstanden ist. Die Bestimmungen zum Rücktritt lassen das Widerrufsrecht des Verbrauchers unberührt.

5. Kündigung

Lehrgänge mit mehr als 200 Unterrichtsstunden sind in Abschnitte von jeweils drei Monaten aufgeteilt. Bei dieser Lehrgangsform kann der Vertragspartner den Lehrgang unter Einhaltung einer Kündigungsfrist von zwei Wochen zum Ende eines Abschnitts schriftlich gegenüber der KVHS kündigen. Maßgebend ist hierbei der Eingang der Kündigung bei der KVHS. Der Vertragspartner bleibt zur Zahlung des anteiligen Lehrgangsentgeltes bis zum Ablauf der Kündigungsfrist verpflichtet. Kosten für bereits erhaltene Bücher und Unterrichtsmaterial werden in Rechnung gestellt. Dem Vertragspartner ist der Nachweis gestattet, dass ein Schaden nicht oder in geringerer Höhe entstanden ist. Hat der Vertragspartner bereits den Gesamtbetrag des Lehrgangsentgeltes gezahlt, wird bei Kündigung der anteilig zuviel gezahlte Betrag unverzüglich erstattet. Das Recht zur außerordentlichen Kündigung aus wichtigem Grund sowie das Widerrufsrecht des Verbrauchers nach Ziffer 4 bleiben unberührt. Die KVHS ist insbesondere dann zum Ausspruch einer fristlosen Kündigung berechtigt, wenn der Vertragspartner das Lehrgangsentgelt oder Teile hiervon nicht zahlt. Die KVHS setzt ihm bei Nichtzahlung des Lehrgangsentgelts oder Teilen hiervon nach Ablauf der gesetzten Zahlungsfrist eine Nachfrist, die mindestens zwei Wochen beträgt, bevor sie eine fristlose Kündigung ausspricht. Kündigt die KVHS das Vertragsverhältnis fristlos, steht ihr ein Anspruch auf pauschalierten Schadensersatz in Höhe des Lehrgangsentgelts zu, das bis zum Ablauf der ordentlichen Kündigungsfrist zu zahlen gewesen wäre. Dem Vertragspartner ist der Nachweis gestattet, dass ein Schaden nicht oder in geringerer Höhe entstanden ist.

6. Absage und organisatorische Änderungen von Veranstaltungen

Die Veranstaltung kann mangels kostendeckender Teilnehmerzahl, wegen kurzfristiger Nichtverfügbarkeit des Referenten ohne Möglichkeit des Einsatzes eines Ersatzreferenten oder aufgrund höherer Gewalt durch die KVHS abgesagt werden.
Der Teilnehmer wird unverzüglich informiert und bereits gezahlte Entgelte werden erstattet. Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen, sofern die Haftung nicht auf grober Fahrlässigkeit der KVHS Vechta oder eines ihrer Erfüllungsgehilfen beruht. Die KVHS ist zum Wechsel von Referenten oder Verschiebungen im Ablaufplan aus triftigem Grund, z.B. Erkrankung des Referenten, berechtigt, soweit dies dem Teilnehmer zumutbar ist.

7. Ausschluss aus besonderen Gründen

Die KVHS ist berechtigt, Teilnehmer in besonderen Fällen, z. B. bei Zahlungsverzug (siehe Ziffer 2.) oder Störung der Veranstaltung und des Betriebsablaufs, von der weiteren Teilnahme auszuschließen. In diesen Fällen hat die KVHS einen Anspruch auf die Zahlung des vollen Teilnahmeentgeltes bzw. Abschnittsbetrages.

8. Datenschutz

Ihre personenbezogenen Daten werden von der KVHS Vechta ausschließlich im Rahmen der Kurs- und Zahlungsabwicklung verwendet (gemäß Art. 6 Abs. 1 lit. b EU DS-GVO). Der Umgang mit Ihren Daten erfolgt unter Einhaltung sämtlicher datenschutzrechtlicher Vorschriften. Innerhalb der KVHS Vechta erhalten nur diejenigen Stellen Zugriff auf die Daten, die diese zur jeweiligen rechtmäßigen Aufgabenerfüllung benötigen. Alle MitarbeiterInnen und DozentInnen sind zum vertraulichen Umgang mit den TeilnehmerInnen-Daten auch über das Kursende hinaus verpflichtet. Eine Weitergabe Ihrer personenbezogenen Daten an Dritte erfolgt nicht, sofern Sie dieser nicht ausdrücklich eingewilligt haben. Ausgenommen hiervon sind Übermittlungen, die im Rahmen einer gesetzlichen Verpflichtung oder für Zwecke der Vertragsabwicklung erforderlich sind. Ihre Daten verbleiben bei uns bis zum Ablauf der gesetzlichen Aufbewahrungsfristen.
Gemäß Art. 12 EU DS-GVO weisen wir Sie auf Ihre Rechte auf Auskunft, Löschung, Berichtigung, Widerruf, Datenübertragbarkeit sowie Einschränkung hin. Unabhängig davon stehen Ihnen die Beschwerderechte gegenüber der Behörde nach Art. 77 EU DS-GVO zu.
Zusätzlich haben Sie das Recht auf Widerspruch gemäß Art. 21 EU DS-GVO zu.
Bitte richten Sie mögliche Anfragen direkt an datenschutz@kvhs-vechta.de. Weitere Informationen zum Datenschutz und zu Ihren Rechten finden Sie in unserer Datenschutzerklärung unter www.kvhs-vechta.de/datenschutzerklaerung/.

9. Haftung

Die Haftung der KVHS Vechta ist – gleich aus welchem Rechtsgrund – beschränkt auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit, einschließlich dem Vorsatz und der groben Fahrlässigkeit unserer Vertreter oder Erfüllungsgehilfen. Im Fall der Verletzung einer wesentlichen Kardinalspflicht haften wir für jeden Grad des Verschuldens. Hier ist unsere Haftung jedoch auf vorhersehbare, typischerweise eintretende Schäden begrenzt. Die Haftung wegen schuldhafter Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit bleibt unberührt; dies gilt auch für die zwingende Haftung nach dem Produkthaftungsgesetz, bei arglistiger Täuschung oder der Übernahme einer Garantie.

10. Urheberrecht

Arbeitsunterlagen und verwendete Computersoftware sind urheberrechtlich geschützt. Das Kopieren oder die Weitergabe an Dritte ist nur nach vorheriger Zustimmung des Urheberrechteinhabers zulässig.

11. Gerichtsstand und Erfüllungsort

Ausschließlicher Gerichtsstand und Erfüllungsort – sofern gesetzlich zulässig - ist Vechta.

12.Schlussbestimmungen

Nebenabreden sind nicht getroffen.

Datenschutzhinweise gemäß Art. 13 EU DS-GVO

Der sensible Umgang mit Ihren Daten hat für die Kreisvolkshochschule Vechta e. V. eine hohe Priorität. Aus diesem Grund informieren wir Sie nachfolgend gemäß Art. 13 EU DS-GVO über die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten.

Verantwortliche Stelle:
Kreisvolkshochschule Vechta e. V.
Bahnhofstraße 1
49377 Vechta

Datenschutzbeauftragter:
Kreisvolkshochschule Vechta e. V.
Bahnhofstraße 1
49377 Vechta
E-Mail: datenschutz@kvhs-vechta.de

Zweck und Rechtsgrundlage für die Erhebung und Verarbeitung

Ihre Daten werden zur Teilnahme an den Kursangeboten inkl. Zahlungs- und Kursabwicklung gemäß Art. 6 Abs. 1 lit. b EU DS-GVO verarbeitet. Zudem ist die Rechtsgrundlage Art. 6 Abs. 1 lit. c EU DS-GVO i. V. m. § 2h Satz 2 CoronaVO zum Zweck des Nachvollzugs von Infektionsketten im Zusammenhang mit Covid-19. Die Angabe Ihrer Daten ist für die Vertragserfüllung erforderlich. Sollten Sie in der Zeit der Corona-Pandemie mit der Erfassung Ihrer Daten nicht einverstanden sein, dürfen Sie nicht an unseren Bildungsangeboten und Prüfungen teilnehmen.

Empfänger Ihrer Daten

Empfänger Ihrer Daten sind die am jeweiligen Geschäftsprozess beteiligten internen Stellen sowie ggf. im Auftrag tätige Dienstleister im Sinne von Art. 28 EU DS-GVO. Gemäß § 11 Abs. 3 des Niedersächsischen Erwachsenenbildungsgesetzes können Prüfungsdienstleister Auskünfte über die Daten verlangen. Im Infektionsfall sind wir dazu verpflichtet, Ihre Daten (Vor-, Name, Adresse, Telefonnr.) an das jeweils zuständige Gesundheitsamt zu übermitteln. Eine Übermittlung an Drittstaaten oder internationalen Organisationen ist nicht vorgesehen.

Speicherung Ihrer Daten

Die Speicherung Ihrer Daten erfolgt grundsätzlich nur für den oben genannten Zweck und richtet sich nach gesetzlichen Aufbewahrungsfristen gemäß Handelsgesetzbuch und Abgabenordnung.

Ihre Rechte

Auf schriftliche Anfrage teilen wir Ihnen gemäß Art. 15 EU DS-GVO entsprechend unserer gesetzlichen Verpflichtung nach Art. 12 EU DS-GVO mit, ob und welche personenbezogenen Daten von Ihnen durch uns verarbeitet bzw. gespeichert werden. Des Weiteren haben Sie das Recht auf Berichtigung unrichtiger Daten gemäß Art. 16 EU DS-GVO, Datenübertragbarkeit gemäß Art. 20 EU DS-GVO, Sperrung und Löschung Ihrer personenbezogenen Daten gemäß Art. 17 EU DS-GVO – sofern keine gesetzlichen Aufbewahrungspflichten entgegenstehen – sowie das Recht auf Einschränkung der Verarbeitung gemäß Art. 18 EU DS-GVO. Darüber hinaus haben Sie das Recht, sich an die zuständige Aufsichtsbehörde nach Art. 77 EU DS-GVO zu wenden.
Zusätzlich steht Ihnen das Recht auf Widerspruch gemäß Art. 21 EU DS-GVO zu.

Es besteht selbstverständlich jederzeit gemäß Art. 7 Abs. 3 EU DS-GVO die Möglichkeit, dass Sie Ihre Einwilligung uns gegenüber für die Zukunft widerrufen.

Bitte richten Sie grundsätzlich alle Anfragen direkt an **datenschutz@kvhs-vechta.de**.

Verwaltungsrat der Kreisvolkshochschule Vechta e.V.

Vorsitzende	Inge Wenzel, Oberstudiendirektorin, Vechta
Stellv. Vorsitzender	Michael Scheper, Studiendirektor, Dinklage
Weitere Mitglieder	Werner Becker, Stadtoberamtsrat a. D., Lohne Benno Fangmann, Dipl.-Bankbetriebswirt ADG, Dinklage Gregor Raabe, Dipl.- Ingenieur, Vechta Stefanie Fangmann, Berufssoldatin, Visbek

Widerrufsbelehrung (Dienstleistung)

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns mittels einer eindeutigen, **schriftlichen** Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren.

Der Widerruf ist zu entrichten an:
Kreisvolkshochschule Vechta e.V.
Lindenstraße 49 · 49393 Lohne
Fax: 04442 93708-29
Mail: info@kvhs-vechta.de

Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Sie können aber auch das Muster-Widerrufsformular oder eine andere eindeutige Erklärung auch auf unserer Webseite (www.kvhs-vechta.de) elektronisch ausfüllen und übermitteln. Machen Sie von einer dieser Möglichkeit Gebrauch, so werden wir Ihnen unverzüglich (z. B. per E-Mail) eine Bestätigung über den Eingang eines solchen Widerrufs übermitteln. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, dass Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet.
Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistungen während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

Besonderer Hinweis

Bei einer Dienstleistung erlischt Ihr Widerrufsrecht vorzeitig, wenn Ihr Vertragspartner – **die Kreisvolkshochschule Vechta e.V.** – mit der Ausführung der Dienstleistung mit Ihrer ausdrücklichen Zustimmung vor Ende der Widerrufsfrist begonnen hat oder Sie diese selbst veranlasst haben.

Ende der Widerrufsbelehrung

Widerrufsformular

(Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen wollen, füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück.)

Kreisvolkshochschule Vechta e.V.
Lindenstraße 49 · 49393 Lohne
Fax: 04442/93708-29 · E-Mail: info@kvhs-vechta.de

Hiermit widerrufe ich den von mir abgeschlossenen Vertrag über die Erbringung folgender Dienstleistung:

Veranstaltung: _____

Kurs-Nummer: _____

Name des Verbrauchers: _____

Anschrift des Verbrauchers: _____

Datum: _____ Unterschrift des Verbrauchers: _____

peter kenkel gmbh

Agil. Mutig. Kreativ.

AGIL UNTERWEGS
MUTIG UMSETZEN
KREATIV DIGITALISIEREN

Arbeitswelten **digital**, **modern**
und **zukunftsorientiert** gestalten

Peter Kenkel GmbH | Turmtannen 10 | 49451 Holdorf
Showroom: Großer Kamp 12 | 49692 Cappeln | Tel. 0 44 78 / 94 190-0 | info@peterkenkel.de

www.peterkenkel.de

www.vr.de

Voller Freude neugierig in die Zukunft blicken.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Sie suchen einen starken Finanzpartner, der erst zuhört und dann berät? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Mit unserer **Genossenschaftlichen Beratung** stehen Ihre Ziele und Wünsche stets im Mittelpunkt.

Volksbanken im Kreis Vechta