



Programm 1. Halbjahr 2023

Vernetzen. Wissen teilen. **Bildung stärken!**

www.kvhs-vechta.de

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

Philipp Lampe
Rechtsanwalt

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



Liebe Leserinnen und Leser,

mit dieser Ausgabe möchten wir Ihnen unser neues Programm und Motto vorstellen: Vernetzen. Wissen teilen. Bildung stärken! Diese Schlagwörter begleiten uns nicht nur seit eh und je, sondern sind in unserer heutigen Zeit auch nicht mehr wegzudenken.

Ein Jahr voller Ereignisse und Hürden haben wir zu Ende gebracht. Kaum hatten wir uns von der Corona-Pandemie erholen können, wurden wir von der schrecklichen Nachricht des Ukraine-Kriegs erschüttert. Die Anteilnahme der Bürger in Deutschland war und ist groß und die Farben blau und gelb bekamen eine neue Bedeutung. Sie symbolisierten nicht nur die Ukraine-Flagge: Nein sie standen auch für Gemeinsamkeit und Zusammenhalt! Auch wir sind eine Anlaufstelle für Geflüchtete aus der Ukraine und konnten als Brücke zwischen den Menschen und der Bildung dienen. Denn wir als Kreisvolkshochschule sehen uns als einen zentralen Ort der Vernetzung und des Diskurses. So ist es nicht verwunderlich, dass Volkshochschulen einer der bekanntesten Weiterbildungsanbieter in Deutschland sind. Angesichts der aktuellen Herausforderungen, ist unsere Beteiligung am gesellschaft-

lichen Zusammenhalt, einem friedlichen Zusammenleben und beruflicher Bildung und Weiterbildung essentiell. Mit unserer jahrelangen Bildungserfahrung und demokratischen Grundsätzen müssen wir uns diversen Herausforderungen stellen. Ein Prozess der nicht immer einfach und frei von Hindernissen ist, dennoch ist eins klar:

Gemeinsam sind wir stark.

Angelehnt an dieses Motto, finden Sie in diesem Heft Beispiele für Kooperationsspiele, da sie in unserem pädagogischen Kontext einen großen Mehrwert zur Gemeinschaftsförderung und in unserem täglichen Miteinander führen.

Wir haben unsere Mitarbeiter gefragt was sie mit dem Wort „vernetzt“ in Verbindung bringen. Auf Seite 71 finden Sie das Ergebnis in einer Wortwolke zusammengefasst. Die Schriftgröße spiegelt hierbei die Popularität wider. Was verstehen Sie unter dem Begriff „vernetzt“ und wie wichtig ist es für die heutige Zeit? Eine Frage, die in der jetzigen Zeit immer mehr an Bedeutung gewinnt, und die uns noch lange begleiten wird.



Liebe Leserin und lieber Leser, ich bin gespannt was das Jahr 2023 mit sich bringt und welche Herausforderungen es an uns stellen wird, aus denen wir gestärkt hervorgehen werden. Ich bin zuversichtlich und freue mich, weiterhin diesen Weg mit Ihnen gehen zu dürfen und Brücken zu bauen. Ich hoffe, dass wir Ihnen auch mit dieser Ausgabe wieder eine Freude bereiten können.

Bleiben Sie zuversichtlich!

Ulrike Ripke
Pädagogische Leitung



Gut vernetzt zum Wohl von Familien

Team der Kindertagespflege der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. ist Anlaufpunkt für Eltern, Kindertagespflegepersonen und Kommunen

Foto: KVHS/Böckermann



Maria Hopping-Warneck (3. v. rechts) mit einigen der Tagesmütter aus der Gemeinde Visbek und dem Leiter des Familienbüros der Gemeinde Visbek Wolfgang Niehaus (links)

Visbek – Bei Maria Hopping-Warneck laufen alle Fäden zusammen. Als Mitarbeiterin im Team der Kindertagespflege der Kreisvolkshochschule Vechta e. V. betreut sie die Tagesmütter in der Gemeinde Visbek. Sie ist die zentrale Kontaktstelle für die Tagesmütter, die Eltern, für die Gemeinde und den Landkreis sowie für angehende Tagesmütter und Tagesväter. Ihr Aufgabengebiet umfasst die Qualifizierung und Fortbildung von Kindertagespflegepersonen, die Beratung der Eltern, die Vermittlung von geeigneten Tagespflegepersonen und die Begleitung von Betreuungsverhältnissen.

Insgesamt 11 Kindertagespflegepersonen betreuen in Visbek und den umliegenden Ortschaften insgesamt rund 50 Kinder, entweder im eigenen Zuhause oder in zwei Großtagespflegestellen. „Ich stehe bei meiner Arbeit in engem Kontakt mit dem Familienbüro der Gemeinde Visbek. Gemeinsam erarbeiten wir Wege, um eine bedarfsorientierte Kinderbetreuung zu gewährleisten“, betont Maria Hopping-Warneck. „Neben den Krippen übernehmen die Kindertagespflegepersonen eine wichtige Funktion, um eine flexible Kinderbetreuung zu ermöglichen, wie sie

Allgemeine Infos

von vielen Familien gewünscht wird“, ergänzt Wolfgang Niehaus, Leiter des Familienbüros. „Wir profitieren davon, dass wir mit dem Kindertagespflegeteam der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. einen starken Partner beim Thema Kinderbetreuung haben“, fügt er hinzu.

Neben den regelmäßigen Einzelkontakten lädt Maria Hoping-Warneck die Tagesmütter mehrmals im Jahr zu Vernetzungstreffen ins Haus der Bildung und Familie in Visbek ein. „Hier kann ich wichtige Informationen weitergeben, wie z. B. zu Fortbildungen, aktuellen Themen oder zu gesetzliche Änderungen. Gleichzeitig sehe ich die Reaktionen und merke, wenn es irgendwo Probleme gibt,“ erläutert sie. Die Tagesmütter schätzen diese Treffen, denn hier können sie Probleme ansprechen und sich mit anderen Tagesmüttern austauschen. So werden Fallbeispiele durchgesprochen, es wird auf aktuelle Fortbildungen hingewiesen oder es werden auch mal Buchvorstellungen durchgeführt. „Wir arbeiten als Tagesmutter ja allein oder zu zweit, da ist es gut, wenn man hier mal Probleme diskutieren kann“, erklärt Melanie Reinke. Früher hätte man sich auch häufig mal so auf einen Kaffee getroffen, aber das sei durch die Corona-Zeit eingeschlafen, erzählen die Tagesmütter. Heute sei man untereinander über WhatsApp vernetzt, was aber nicht den persönlichen Austausch ersetze.

Wie wichtig, der Austausch ist, zeigt das im August 2021 in Kraft getretene neue Niedersächsische Kita Gesetz (NKitaG). Es ist auch in den Vernetzungstreffen immer wieder das beherrschende Thema, da es mit neuen Dokumentationspflichten und Auflagen zusätzliche Belastungen für die Tagesmütter bedeutet. Maria Hoping-Warneck steht dazu auch immer wieder in Kontakt mit den zuständigen Personen beim Landkreis Vechta. Während die Tagesmütter die praktische Umsetzung im Alltag sehen, kann Maria Hoping-Warneck durch die Vernetzung mit dem Landkreis die Sichtweisen und Ziele der Behörden und der Landesregierung darstellen und beschwichtigen, wenn der Ärger einmal hochkocht. Sie unterstützt und vermittelt zudem, wenn es Probleme zwischen den Kindertages-



Das Team der Kindertagespflege der Kreisvolkshochschule Vechta e. V. ist zuständig für die Qualifizierung, Vermittlung und Betreuung der Tagesmütter in der Gemeinde Visbek und in der Stadt Vechta: Von links: Bettina Espelage, Gabriele Deters, Maria Hoping-Warneck und Bianca Senouwoe

pflegepersonen und dem Landkreis als zuständige Stelle für die Pflegeerlaubnis, Erteilung von Urlaub und die Bezahlung gibt. In den Vernetzungstreffen erfährt sie, wo der Schuh im Alltag drückt. Sieht sie zu bestimmten Themen Fortbildungsbedarf, greift sie das in Gesprächen mit der KVHS auf. So ist beispielsweise eine Fortbildung zu den Dokumentationspflichten des NKitaG geplant. Bei Problemen ist Maria Hoping-Warneck auch der Austausch mit ihren Kolleginnen Bettina Espelage, Bianca Senouwoe und Gaby Deters vom Kindertagespflege-Team wichtig. So profitieren sie von den Erfahrungen untereinander und können gemeinsam Lösungen erarbeiten.

„Maria ist für uns eine wichtige Ansprechperson, wenn es darum geht, wie wir Vorgaben in der Praxis umsetzen können und sie unterstützt uns bei Fragen und Problemen“, fassen die Tagesmütter zusammen. „Durch die Vernetzung mit dem Familienbüro, dem Landkreis, Eltern, der KVHS und dem Austausch mit den Tagesmüttern finden wir die richtigen Lösungen“, so Maria Hoping-Warneck. „Vernetzung basiert auf Vertrauen und genau das zeichnet die Zusammenarbeit mit allen Personen aus“, so ihr Fazit.

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 per E-Mail, wenn die Veranstaltung stattfindet. Geben Sie deshalb bei Ihrer Anmeldung immer ihre vollständigen Kontaktdaten 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.

Behindertengerechte Begehrbarkeit

Das Gebäude der Kreisvolkshochschule in Vechta ist mit einem behindertengerechten Eingang, Toiletten sowie einem Fahrstuhl, welcher bis in das 1. Ober-

geschoss 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!

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@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@kvhs-vechta.de

Geschäftszeiten

dienstags 13:00 – 16:00 Uhr



Niels-Stensen-Werk Vechta

Bürgermeister-Möller-Platz 1 · 49377 Vechta

Telefon 04441 / 992800

Telefax 04441 / 992801

E-Mail nsw@kvhs-vechta.de

LEITUNG
04441 / 93778-0



Ralf Schopmans
Gesamtleitung/Vorstand



Ulrike Ripke
Pädagogische Leitung

**PÄD.
MITARBEITER**



Charlene Sölter
Referentin der Geschäftsführung
Buchhaltung und Personalwesen
Tel.: 04441 / 93778-23
c.soelter@kvhs-vechta.de



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



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



Maria Jäger
Tel.: 04441 / 93778-36
m.jaeger@kvhs-vechta.de

VERWALTUNG

Vechta



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

Vechta



Petra Rolfes
Tel.: 04441/93778-26
p.rolfes@kvhs-vechta.de

Vechta



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

Vechta



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

Vechta



Delia Wulf
Tel.: 04441/93778-21
d.wulf@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 Döbbling
Personalwesen
Tel.: 04441 / 93778-25
h.doebbeling@kvhs-vechta.de

FAMILIEN- TREFF

04441 / 93778-20



Miriam Nost
m.nost@
kvhs-vechta.de



Nina Trottnow
n.trottnow@
kvhs-vechta.de



Linda Hoge
l.hoge@
kvhs-vechta.de



Sandra Moormann
s.moormann@
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



Gabriele Deters
g.deters@
kvhs-vechta.de

Verwaltung

NIELS- STENSEN- WERK



Maria Abeling-Stegkämper
Tel.: 04441 / 99-2804
m.abeling-stegkaemper@
kvhs-vechta.de



Nicole Mucker
Tel.: 04441 / 99-2803
n.mucker@
kvhs-vechta.de



Dirk Schopmans
Tel.: 04441 / 93778-34
d.schopmans@
kvhs-vechta.de

E-COMMERCE

SERVICE



Burkhard Sommer
Hausmeister Vechta



Josef Grave
Hausmeister Lohne

IT/TECHNIK



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

i Allgemeine Informationen	
Vorwort	3
Team der Kindertagespflege der KVHS	4
Wichtig zu wissen	6
Geschäfts- und Außenstellen	7
Mitarbeiter/innen	8

I Gesellschaft/Kultur/Umwelt	
Recht	15
Politik	15
Gesellschaft	16
Religion	18
Umwelt	18

II Pädagogik/Psychologie/Philosophie	
Pädagogik/Psychologie/Philosophie	24

60+ III Seniorenbildung	
Gesellschaft	28
Technik	28
Gesundheit	31

IV Familientreff	
Vorträge / Angebote für Eltern und Interessierte	34
Angebote für Eltern und Kinder	38
Angebote zur Baby- und Kindermassage	38
Eltern-Kind-Gruppen für Eltern mit Babys	41
Lernen durch Spielen	45
Bewegungsangebote	46
Musikangebote	48
Kreativangebote	50
Angebote für Kinder und Jugendliche	50
Sprachkurse für Kinder	53

V Schulische Bildung	
Schulische Bildung	56

VI Berufliche Bildung	
Pädagogik	60
Fortbildungen nur für Kindertagespflege- personen aus Vechta und Visbek	61
Aufbauqualifizierung für Kindertagespflege- personen aus dem Landkreis Vechta	66

EDV	69
Wirtschaft	74
Gesundheit	75

VII Sprachen	
Englisch	89
Spanisch	92
Französisch	93
Italienisch	94
Latein	95
Türkisch	96
Arabisch	96
Portugiesisch	96
Niederländisch	96
Persisch	97
Chinesisch	97
Deutsch als Fremdsprache	97
Gebärdensprache	101
Sprachkurse für Kinder	101

VIII Kreativität	
Kunsth Handwerk	104
Textiles Gestalten	104
Musik	104
Innendesign	105
Fotografie	107
Wassersport	108

Gesundheit	
Patientenvorträge	112
Gesunde Ernährung	116
Bewegung	116
10er-Karte	121
Reha-Sport	124

i Allgemeine Informationen	
Fit und gesund – Die 10er Karte	126
Sportkurse-Plan	127
Dozentenliste	128
Allgemeine Geschäftsbedingungen	130
Datenschutz	132
Verwaltungsrat	132
Widerrufsbelehrung	133
Notizen	134
Anmeldung	137
SEPA-Lastschriftmandat	138



Digital vernetzt. Aktiv verbunden.

Entdecken Sie jetzt das vielfältige
Kursangebot Ihrer Volkshochschule!



ENT..
SCHWÖ
RUNGS
THEO
RETIKER

Schärfe dein
politisches Bewusstsein.



Politik/ Gesellschaft/ Kultur/Umwelt



Ulrike Ripke

Tel.: 04441 / 93778-35
u.ripke@kvhs-vechta.de



Charlene Sölter

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

Recht	15
Politik	15
Gesellschaft	16
Religion	18
Umwelt	18



LENZE & PARTNER

FACHANWÄLTE · RECHTSANWÄLTE

RECHTSBERATUNG GIBT ES FAST ÜBERALL.

KOMPETENZ BEI UNS!



FAMILIENRECHT



MIET- UND WOHNUNGS-
EIGENTUMSRECHT



ARBEITSRECHT



VERKEHRSRECHT



ERBRECHT



BAU- UND
ARCHITEKTENRECHT

DER RICHTIGE ANWALT FÜR IHRE ANGELEGENHEITEN

Die Kanzlei Lenze & Partner steht seit den 1920er Jahren in Vechta für kompetente und zuverlässige Rechtsberatung und Rechtsvertretung. Für viele Unternehmen und Privatpersonen aus der Region, aber auch weit darüber hinaus sind wir ein zuverlässiger und zum Teil langjähriger Partner. Mit derzeit sieben Rechtsanwälten, sind wir eine der größten Kanzleien in und um Vechta. Dank konsequenter Fortbildung und Schwerpunktsetzung finden Sie bei uns für viele Rechtsgebiete den richtigen Ansprechpartner.

So bieten Ihnen die sachkundige Beratung durch Fachanwälte in den Rechtsgebieten Arbeitsrecht, Erbrecht, Familienrecht, Miet- und Wohnungseigentumsrecht sowie Verkehrsrecht. Wir arbeiten spezialisiert, digital und effektiv. Wir arbeiten stets am Puls der Zeit und bieten eine rundum erstklassige Dienstleistung, bei der stets der Mandant und dessen Interessen im Fokus unserer Arbeit stehen.

ERFAHRUNG & KOMPETENZ

BERNARD INHESTERN

Rechtsanwalt und Notar a.D.
Handels- und Gesellschaftsrecht
Erbrecht

CARSTEN SCHNIEDERS

Rechtsanwalt
Fachanwalt für Familienrecht
Fachanwalt für Miet- und
Wohnungseigentumsrecht

DENNIS WIEDIGER

Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Fachanwalt für Verkehrsrecht

REINHARD GOTTKEHASKAMP

Rechtsanwalt
Fachanwalt für Familienrecht
Fachanwalt für Verkehrsrecht

CLAUDIA KÜHLING

Rechtsanwältin
Fachanwältin für Familienrecht
Fachanwältin für Erbrecht

CHRISTIAN JOHANNES

Rechtsanwalt
Arbeitsrecht
Bau- und Architektenrecht

ELLENA PELLENWESSEL

Rechtsanwältin
Erbrecht
Verkehrsrecht

WWW.RALENZE.DE

LENZE & PARTNER | Burgstraße 8 | 49377 Vechta | Tel. 0 44 41 / 9262 - 0 | Mail: info@ralenze.de



Recht

1001

Familienrecht

Der Kurs vermittelt Grundlagen über:

- Folgen von Corona im Familienrecht
- Scheidung
- Folgeangelegenheiten (Unterhalt, Zugewinn, etc.)
- Scheidungskinder
- Kosten der Verfahren im Überblick

Leitung Claudia Kühling

Termin Donnerstag, 02.03.2023,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr 3,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1002

Erbrecht

Der Kurs vermittelt Grundlagen über:

- gesetzliche Erbfolge vs. erbvertragliche Regelung
- Möglichkeiten der Testamentsgestaltung
- Erbschaftssteuer, Freibeträge

Leitung Claudia Kühling

Termin Donnerstag, 27.04.2023,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr 3,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1003

Arbeitsrecht, insbesondere Kündigungsschutzangelegenheiten

- Was tun im Fall der Kündigung meines Arbeitsvertrages?
- Abgrenzung fristloser und ordentlicher Kündigung
- Anwendung des Kündigungsschutzgesetzes, Voraussetzungen
- Erfolgsaussichten einer Klage
- Prozessuales etc.

Leitung Ludger Rohe

Termin Donnerstag, 01.06.2023,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr 3,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1004

Seminar: Steuerrecht für nebenberufliche Dozenten/innen an Bildungseinrichtungen

Sie sind mit Herzblut in Ihrem Fachgebiet an der VHS tätig und damit stellen sich ob Sie wollen oder nicht-auch steuerliche Fragen bezüglich Ihres Honorars und allem drumherum, was mit dieser Tätigkeit zu tun hat. Muss ich den Beleg für die Anschaffung der Arbeitsutensilien aufbewahren und wie kann ich die Fahrtkosten zu meinem wöchentlichen Kurs geltend machen?

In dieser Tagesveranstaltung erfahren Sie alles Wissenswerte zum Thema Einkommensteuer und Umsatzsteuer, was Sie als nebenberufliche/r Dozent/in zumindest schon einmal gehört haben sollten.

Selbst wenn Sie für die Erstellung der Steuererklärungen einen Steuerberater

beauftragt haben, kann es hilfreich sein, selbst soviel Ein- und Überblick zu haben, um zu wissen, wie hoch aktuell der sog. Übungsleiterfreibetrag ist und was dazu zählt, bzw. bis zu welcher Umsatzhöhe keine Umsatzsteuer anfällt und vieles mehr.

Da in den Steuererklärungen nicht nur Ihre Dozenteneinkünfte (Einkünfte aus selbständiger Arbeit) verarbeitet werden, sondern auch Ihre übrigen steuerpflichtigen Einkünfte, werden wir erfahrungsgemäß an diesem Tag ausreichend Inhalte, Beispiele und ggf. Zeit für Fragen haben.

Leitung Claudia Hollander

Termin Samstag, 22.04.2023,
9:00 – 16:30 Uhr

Gebühr 81,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!

HIGHLIGHT

Politik

1100

Gleichstellung vernetzt! Die Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Vechta stellt sich und ihre Arbeit vor

Sich zu vernetzen ist ein umfassender Vorteil- im Beruf, im Privatleben, im Ehrenamt, in der gesellschaftlichen Teilhabe. Sich zu vernetzen ist eine vielseitige Kunst – für Jung und Alt, für alle Geschlechter, für alle Lebensbereiche.

Sich zu vernetzen ist eine spannenden Reise - Vorhandenes stärken, Vielfalt kennenlernen, Neues wagen.

Am Beispiel der Querschnittsarbeit einer Gleichstellungsbeauftragten - die in Arbeitsfelder wie politische Beteiligung und Führungspositionen, Vereinbarkeit von Beruf und Familie, Gesundheit und Gewaltprävention, Bildung und Beruf, Rollenbilder und Vorurteilen Kooperationen sucht und Netze knüpft - sprechen wir über hilfreiche Strukturen, über Fallstricke und über gewinnende Kommunikation. Dabei gibt es keine Patentlösungen,

aber Tipps, Wegweiser und Best Practice – und die Erkenntnis, dass Vernetzung Mut, Spaß und schlau macht. Und bunt sowieso.

Leitung Astrid Brokamp

Termin Dienstag, 23.05.2023,
18:30 – 20:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Rawpixel.com / Shutterstock.com



Gesellschaft

Einbürgerungstest



leungchopan / Shutterstock.com

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. Der Test dauert 60 Minuten.

1201

Einbürgerungstest

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 19.01.2023!

Leitung N.N.

Termin Donnerstag, 23.02.2023,
16:00 – 17:00 Uhr

Gebühr 25,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1202

Einbürgerungstest

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 16.03.2023!

Leitung N.N.

Termin Donnerstag, 20.04.2023,
16:00 – 17:00 Uhr

Gebühr 25,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1203

Einbürgerungstest

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 15.05.2023!

Leitung N.N.

Termin Donnerstag, 15.06.2023,
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.

Die Plätze für die Einzelberatung sind begrenzt. Eine Teilnahme ist nur mit telefonischer oder persönlicher Voranmeldung möglich!

Bitte bringen Sie bei Bedarf einen Dolmetscher zur Beratung mit!

Bitte mitbringen: beglaubigten übersetzte Dokumente

1204

Beratung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

Leitung bus GmbH IQ-Netzwerk Niedersachsen

Termin Dienstag, 14.03.2023,
10:00 – 16:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1205

Beratung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

Leitung bus GmbH IQ-Netzwerk Niedersachsen

Termin Donnerstag, 16.03.2023,
10:00 – 16:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1206

Was Sie schon immer über die KVHS wissen wollten!

Leitung N.N.

Termin Donnerstag, 23.03.2023,
15:00 – 17:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1





1207

Waldführungen im Friedwald in Cloppenburg

Sich mit dem Gedanken befassen: „Wo möchte ich beerdigt werden nach meinem Tod?“ Ist ein Gedanke der vielen Menschen unangenehm ist, der Angst entstehen lässt. Es gibt mittlerweile viele verschiedene Möglichkeiten der Bestattung. Die Bestattung in einem Friedwald ist eine davon. Die Friedwaldförsterin Ingrid vom Felde führt Sie an diesem Tag durch den Friedwald Cloppenburg und zeigt Ihnen die Möglichkeiten, die diese Form der Bestattung bietet.

Machen Sie sich ein Bild davon ob diese Form der Beisetzung für Sie in Frage kommen könnte und genießen Sie den wunderschönen Fahrenholzer Fahrenkamp Wald.

Leitung Ingrid vom Felde

Termin Samstag, 29.04.2023,
11:00 – 13:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Cloppenburg, Friedwald, Alte Friesoyther Straße am Trimmich-Pfad



Weiter mit Bildung!

Wir finden den richtigen Weg!

Mit verbundenen Augen den richtigen Weg finden!

Schwierigkeit: schwer

Fokus: gemeinsam Taktik entwickeln, Kommunikation, Vertrauen

Dauer: ca. 30 - 90 Minuten

Material:

- Sicherer Weg in der Natur mit mindestens einer Abzweigung ca. 50 Meter lang mit vielen Merkmalen wie Bäumen großen Steinen oder anderen Merkmalen, zur Orientierung
- Augendbinden

Tip: Bei einer größeren Teilnehmerzahl sollte der Weg entsprechend länger sein, oder die Gruppe in mehrere Teams aufgeteilt werden

Ziel: Ziel des Spiels ist es, sich als Team einen Weg so einzuprägen, dass er später blind abgelaufen werden kann.

Ablauf und Regeln:

- Bei einer größeren Gruppe werden Teams von 5 - 10 Personen gebildet.
- Das Team hat nun 20 Minuten Zeit, sich den vorgegebenen Weg von Start bis Ziel einzuprägen und abzulaufen
- Danach kehren alle an den Start zurück und den Teammitgliedern werden die Augen verbunden
- Nun hat das Team die Aufgabe, gemeinsam blind den Weg zum Ziel zu finden

Wichtig: Es sollte immer eine Spielleitung geben, die sehen kann und im Notfall eingreift.

- Sollte die Gruppe nach 10-15 Minuten das Ziel nicht gefunden haben oder auf dem völlig falschen Weg sein, kann das Spiel abgebrochen werden und der Gruppe noch einmal 10 Minuten Zeit gegeben werden, sich eine neue Taktik zu überlegen.

Taktiken

Taktiken, die sich ausgezahlt haben, wenn euer Team wirklich gar keine gute Taktik entwickeln kann:

1. Jedes Teammitglied merkt sich nur einen Teil der Strecke. Das Team bildet eine Schlange, Die Person vorne hat sich den ersten Teil des Weges bis zu einem bestimmten Punkt (z.B. Baum, Stein etc.) gemerkt. Dort bleibt sie stehen und die Person hinter ihr übernimmt die Führung für den nächsten Abschnitt.
2. Die Personen, die ihren Zwischenpunkt gefunden haben, bleiben dort stehen und gehen nicht weiter, sodass mittels Stimmkommandos/Kommunikation an diesen Ort zurückgekehrt werden kann, sollte ein Zwischenpunkt weiter vorne nicht gefunden werden können.





Religion

1300

Vorankündigung: Buddhismus in der modernen Welt

Als ob es noch nicht genug Religionen gäbe könnte jeder, der sich mit Buddhismus beschäftigt, den Eindruck bekommen, dass es „den Buddhismus“ scheinbar gar nicht gibt.

Wer sich allerdings die Mühe macht, einmal genauer hin zu sehen wird feststellen, dass dieser Eindruck trügt. Gemäß den Überlieferungen, hat der historische Buddha Shakyamuni (Siddhartha Gautama, ca. 500 vor Christus) sehr lange auf dem indischen Subkontinent gelehrt; man spricht von etwa 84.000 Belehrungen in 45 Jahren.

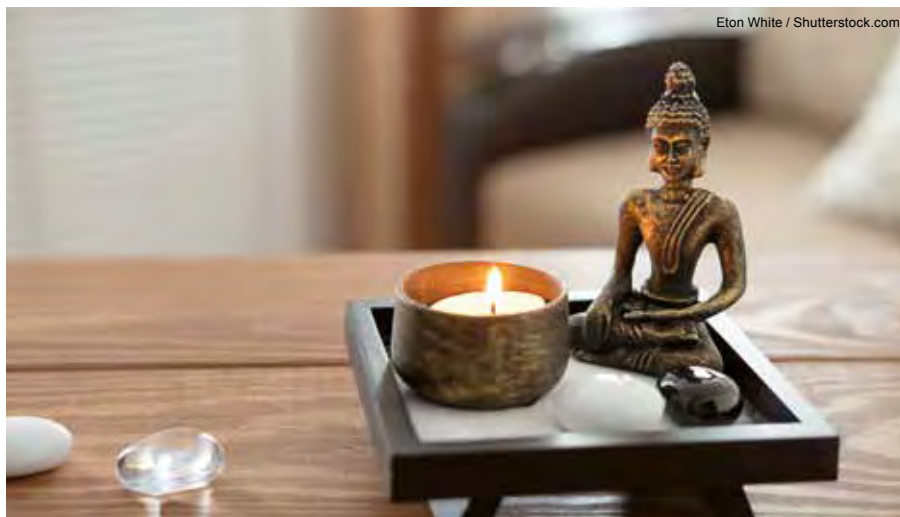
Die verschiedenen Aspekte des heute zu erlebenden Buddhismus spiegeln diesen Reichtum an Wissen und Methoden wieder.

Der heutige Vortrag soll einen Eindruck vermitteln, wie die Lehre Buddhas in un-

serer heutigen Welt genutzt werden kann, um ein glückliches Leben zu führen.

Leitung Thomas B. Frosig
Termin Freitag, 22.09.2023,
20:00 – 22:15 Uhr

Gebühr 7,00 €, (Gebühr wird an der Abendkasse eingesammelt!)
Ort Visbek, Heimatverein Visbek
e.V. Rechterfelder Straße 1



HIGHLIGHT

Umwelt

1400

Möglichkeiten materielle Dinge nachhaltig und verantwortungsvoll zu spenden und zu kaufen

Warum kaufen wir immer neue Dinge und schmeißen Ungenutztes und für uns Unbrauchbares einfach weg? Viel mehr sollten wir uns die Frage stellen: Wie findet die seit Jahren ungetragene Kleidung oder der alte nicht gewollte Schrank einen neuen Besitzer oder eine neue Besitzerin? Wo kann ich die aussortierte Kleidung sinnvoll hinbringen? Wo kann ich ressourcenschonend ein neues Ober- oder neue Möbel kaufen? An diesem Abend werden Fragen rund um den zweiten Lebensweg unserer Kleidung und anderer materieller Dinge beantwortet. Als Gäste stellen die DRK Kleidercontainer, Malteser Kleidercontainer, die Tauschbörse Langförden und das kleine Kaufhaus Vechta ihre Arbeit sowie Wege

und Möglichkeiten vor, wie wir den Umgang mit unserer Kleidung und anderen brauchbaren aber ungewollten Dingen nachhaltiger gestalten können.

Leitung N.N.
Termin Freitag, 05.05.2023,
16:30 – 19:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1





1401

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, 08.04.2023,
15:00 – 17:15 Uhr

Gebühr 15,00 €

Ort Deindrup, Lebens- und Arbeitsgemeinschaft Sonnenhof,
Schwichteler Straße 43

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



Lipatova Maryna / 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

Herzlich Willkommen!

Wir freuen
uns auf Ihren
Besuch!



Visbeker Deern

♦ HOTEL GARNI ♦

49429 Visbek · Rechterfelder Str. 11 · Tel. 04445-986 911 00
www.visbeker-deern.de · info@visbeker-deern.de

Warum bist du unsere Kundin,
Marie Schön?

Weil Nähe heißt, füreinander da zu sein

Wir brauchen doch alle jemanden,
der für uns da ist. Von Anfang an.
Deshalb bin ich bei der LzO.
Weil's um mehr als Geld geht.

Mehr erfahren: lzo.com/fuersorge

Unsere Nähe bringt dich weiter.

 **LzO**
meine Sparkasse

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!



**AUFS
INNERE
ACHTER**

**Höre auf Dein
Inneres!**



Pädagogik / Psychologie / Philosophie



Ulrike Ripke

Tel.: 04441 / 93778-35

u.ripke@kvhs-vechta.de



Charlene Sölter

Tel.: 04441 / 93778-23

c.soelter@kvhs-vechta.de



HIGHLIGHT

2001

Ich gegen den Rest der Welt- Vom Aussortieren, Fokussieren und wieder zu Kräften kommen

Wenn die Weltlage frustriert, wenn äußere Ereignisse oder innere Zustände die eigene Zuversicht dauerhaft bedrohen, dann wird es Zeit zum Aussortieren: welche Energiefresser räumt man aus dem Weg und auf welche Werte, Ziele und Kraftquellen konzentriert man sich? Wie kommt man mitten im Sturm wieder zu mehr Gelassenheit? Voraussetzung dafür ist eine neue Haltung und die ehrliche Inventur: Von was oder wem lasse ich mir die Energie rauben und welche Ansichten und Lebensmodelle sind mir wirklich wichtig?

Das Seminar geht diesen Fragen und möglichen Antworten darauf nach und bietet verschiedene praktische Herangehensweisen, wie man die persönliche Stressbewältigung ausbauen und eine neue Lebens-Gangart etablieren kann.

Leitung Stephanie Trapp
Termin Montag, 27.02.2023,
9:00 – 13:00 Uhr
Gebühr 50,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



fizkes / Shutterstock.com

rigkeit besteht darin, Aufgaben aus ganz verschiedenen Lebensrollen gegeneinander abzuwägen.

Was treibt einen an Ja zu sagen, statt das geplante Nein? Wo fällt es mir leichter meine Pläne umzusetzen, meine Ziele nicht aus den Augen zu verlieren? Welche Ressourcen stecken in meinem Verhalten? Sich regelmäßig eine konstruktiv-kreative Auszeit zu nehmen, um die eigenen Prioritäten zu vergegenwärtigen und Ziele zu definieren, ist eine Grundlage im Alltag intuitiv bei seinen Plänen zu bleiben. Dieser Kurs bietet hierzu die Gelegenheit. Mit Ansätzen aus dem lösungsfokussierten Arbeiten und dem systemischen Zeitmanagement werden wir die eigenen Methoden der Priorisierung professionalisieren und das konstruktive Nein-Sagen üben. Die Bereitschaft an eigenen und fremden Fallbeispielen aus dem Teilnehmerkreis zu arbeiten ist Voraussetzung.

Leitung Dr. Meral Köbrich
Termin Samstag, 06.05.2023,
9:30 – 16:30 Uhr
Gebühr 80,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

2002

Resilienz

In einer Gesellschaft, deren Alltag uns fast permanent überfordert, ist Resilienz- der kompetente Umgang mit Belastungen- eine nahezu überlebenswichtige und uns gesunderhaltende Fähigkeit. „Stehaufmännchen“ - kennen Sie diese Spielzeugfiguren noch aus der Kindheit? Diese Männchen ließen sich nicht beirren und kamen schnell wieder auf die Beine und ins Gleichgewicht. Wäre es nicht schön eine solche Fähigkeit nicht nur im Spiel sondern auch im realen Leben zu haben? Dann würden uns auch Anforderungen, Stress und Krisen im Alltag nur kurzfristig und nicht dauerhaft aus dem Gleichgewicht bringen.

Inhalte

- Was ist Resilienz?
- Bedeutung der Resilienz für Arbeit, Familie und die Work-life-Balance
- die Kunst der Stehaufmännchen, ihre besonderen Fähigkeiten

- ihr Resilienzprofil, Reflektion bisheriger Erfahrungen
- Sie entwickeln ihre individuelle Strategie im Umgang mit Belastungen
- Ressourcenorientierung

Leitung Claudia Hollander
Termin Samstag, 25.03.2023,
9:00 – 16:30 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

2003

Was treibt mich an, immer „Ja“ zu sagen? Prioritäten-Management

Eine wesentliche Grundlage im Umgang mit unserer Zeit ist Wichtiges von -Dringlichem zu unterscheiden, letztendlich Aufgaben zu priorisieren. Und damit die persönlichen (beruflichen) Ziele im Blick zu halten. In der Arbeit herrscht oft der Eindruck „Alles ist wichtig“. Eine Schwie-

2004

Machtvolles Auftreten für Frauen – Macht und Kraft der Körpersprache

Zielsetzung: Durchsetzungskräfte auf verbaler und non verbaler Ebene sichern und trainieren

Persönliches Verhältnis zum Begriff „Macht“ klären / individuelle Stärken im Auftreten erkennen / Kommunikatives Statusverhalten erkunden (körpersprachlicher Hoch- und Tiefstatus) / Dominanz und Unterwürfigkeit- das Spiel um die Macht / Zusammenspiel von inneren Werten und Ambitionen und äußerer Verkörperung / Verbalattacken und Konfliktsituationen souverän begegnen / Machtspiele und Manipulation erkennen und abwehren.

Inhalte: Informationen in Verbindung mit praktischen Übungen

Basics zu Körpersprache / Gender-Körpersprache/ Übungen zur freien Rede (z.B. auch mit Power Point Karaoke) / Übungen zum Standhalten in exponierten oder heiklen Situationen / Rollenspiele zu gewünschten Situationen (z. B. „Ratssitzung“ oder „Rede halten“)



Leitung Stephanie Trapp
Termin Donnerstag, 25.05.2023,
9:00 – 13:00 Uhr
Donnerstag, 08.06.2023,
9:00 – 13:00 Uhr
Gebühr 99,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Erklär mir was du siehst!

Gegenstände erklären, dass der andere sie versteht, ohne hinzusehen!

Schwierigkeit: leicht

Fokus: Kommunikation

Dauer: ca. 5-10 Minuten

Material:

- Ausgedruckte Vorlagen
(je eine Kopie pro Zweierteam)
- Weißes Papier und Stifte
- Stoppuhr/Uhr

Ziel: Ziel des Spiels ist es, dem Partner die vor sich liegende Zeichnung so gut wie möglich zu erklären, damit dieser sie möglichst genau nachzeichnen kann.

Ablauf und Regeln:

Es werden Zweierteams gebildet. Eine Person wird zum Erklärer/Erklälerin, die andere zeichnet. Dabei sitzen die beiden Rücken an Rücken. Die erklärende Person versucht nun, die Figur vor sich so gut wie möglich zu beschreiben, sodass der Partner/ die Partnerin sie zeichnen kann.

Dabei ist es nicht erlaubt, den Gegenstand zu benennen

z.B. „Du zeichnest einen Kürbis“ sondern nur abstrakte Formen.

z.B. Male einen großen Kreis, in die Mitte des Kreises kommt ein Dreieck, bei dem die Spitze nach oben zeigt. Das Dreieck ist ca. 2 - 3 cm groß ...“ Die zeichnende Person darf keine Rückfragen stellen!

Das Team hat 5 Minuten Zeit.

Am Ende wird das Original mit der entstandenen Zeichnung verglichen.

HIGHLIGHT

2005

Selbstmanagement / Selbstfürsorge – Persönlich planvoll planen

Im Seminar lernen Sie aktuelle Zeitmanagement-Werkzeuge kennen. Die Zeiten des noch mehr und kompakter Planen sind im Zeitmanagement Vergangenheit. Stattdessen gilt es ein systemisches-kreatives Zeitmanagement mit dem Fokus auf die persönlichen Planungsgewohnheiten und Struktur zu erstellen und zu nutzen. Kreativ Chaotisches, als auch strukturiert Organisatorisches finden sich in Persönlichkeiten und der Arbeitswelt wieder. Beides enthält Ressourcen, um bei den alltäglichen Anforderungen die Zeit und (persönlichen) Ressourcen zu nutzen. Sie entwickeln ein persönliches System mit effektiven Techniken, um Ziele und Interessen im Blick zu behalten. Dabei wird ein weiterer Fokus auf die Kraft der Pausen gesetzt: Im (Berufs-)Leben spielen Pausen eine untergeordnete Rolle, im Gegenteil: Pausen sind der

Bestandteil des beruflichen Alltags, der „getrost“ gestrichen werden kann. Im Privaten kennen wir auch kaum Pausen – wird doch die freie Zeit aktiv verplant und nicht selten der Schlaf reduziert. Doch welche Auswirkung hat diese Reduzierung, das pausenfreie Arbeiten? Mit wissenschaftlicher und spielerischer Neugier wollen wir uns diesen Themen widmen, um Antworten zu finden und Handlungsmöglichkeiten auszutesten. Ziel: Selbstmanagement, persönliche organisatorische Ressourcen kennenlernen und ausbauen, Stress auslösende Faktoren erkennen und konstruktiv begegnen, Planungstipps und -tools, Methoden zur Entscheidungsfindung, individuelle Arbeit an Stärken und Baustellen

Leitung Dr. Meral Köbrich

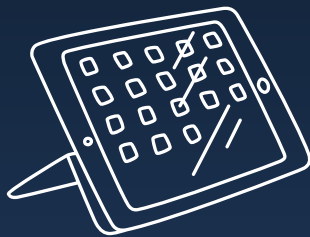
Termin Samstag, 10.06.2023,
9:30 – 16:30 Uhr

Gebühr 80,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



TippaPatt / Shutterstock.com



**DURCH
STEI
GER**

**Begib dich auf
neues Terrain.**



60+

Senioren- bildung



Julian Hülsemann

Tel.: 044 41/93 778-24

j.huelsemann@kvhs-vechta.de

Gesellschaft.....	28
Technik.....	28
Gesundheit.....	31

Gesellschaft



3001

**Seniorenfrühstück Diakonie –
offener Gesprächskreis**

Leitung Margret Reiners-Homann,
Giseltraud Voget
Termin Donnerstag, 02.02.2023,
9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Ev. Gemeindehaus,
Marienstraße

3003

**Pfingsten –
das eher unbekannte Fest**

Leitung Carsten Homann
Termin Donnerstag, 04.05.2023,
9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Ev. Gemeindehaus,
Marienstraße

3004

Seniorenfrühstück - N.N.

Leitung Margret Reiners-Homann,
Giseltraud Voget
Termin Donnerstag, 08.06.2023,
9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Ev. Gemeindehaus,
Marienstraße

3005

Frühstück in der Manufaktur

Leitung N.N.
Termin Donnerstag, 06.07.2023,
9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Ev. Gemeindehaus,
Marienstraße

3006

Cafesurfer

Wir sind eine offene Gruppe von Seniorinnen und Senioren die sich jeden Frei-

tag um 14 Uhr treffen, sich gegenseitig bei Fragen rund um die digitale Welt helfen und im Anschluss zusammen einen Kaffee trinken gehen.

Leitung Eduard Voelcker
Termin Beginn ist am Freitag,
06.01.2023,
jeweils freitags,
14:00 – 17:00 Uhr
Gebühr die Teilnahme ist kostenlos
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Technik

**Die ersten Schritte mit
dem eigenen Smartphone**

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



HIGHLIGHT

3002

**Alexander Humboldt – Alles
hängt mit allem zusammen**

Leitung Pfarrer Jürgen Schwartz
Termin Donnerstag, 02.03.2023,
9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Ev. Gemeindehaus,
Marienstraße



„DAS DIGITAL-TANDEM“

GENERATIONEN LERNEN VONEINANDER



SMARTPHONE, COMPUTER UND TABLET IN BEGLEITUNG ERKUNDEN

Weitere Informationen und Anmeldung telefonisch unter +49 4441 15 186 (10-20 Uhr, Mo-Fr)
oder per Email an bernd.josef.leisen@uni-vechta.de



DIE CAFESURFER



Ehrenamtliche helfen sich gegenseitig

Wir sind die **Cafesurfer**, eine Gruppe von Senioren und Seniorinnen, die Angenehmes mit Spannendem verbinden. Jeden Freitag treffen wir uns in der Kreiskolleg Vechta (KVHS) und **helfen uns gegenseitig bei Fragen rund um das Internet, Technik und Co.**

Es gibt einiges zu entdecken. Zum Beispiel gelingt mit dem **Digital-Kompass** und dem **Digital-Tandem** der Einstieg in die digitale Welt spielend leicht, aber auch für Fortgeschrittene haben wir einiges zu bieten. Mit VR-Brillen, Spielekonsolen und Videovorträgen halten wir unseren Kopf fit. Schnall' deinen Klapprechner, dein Tablet oder Smartphone unter den Arm und schau vorbei.

Jeden Freitag 14 - 17.00 Uhr,
Kreiskolleg Vechta, Bahnhofstraße 1

Kontakt:

Julian Hülsemann
j.hulsemann@kvhs-vechta.de
04441 / 93778 24

Eduard Voelcker
edmo@ausvechta.de



Der Senioren Technik- und Internet-Stammtisch in der Kreiskolleg Vechta.

3100

Die ersten Schritte mit dem eigenen Smartphone

Leitung Ruth Honkomp

Termin Beginn ist am Montag,
06.02.2023, 3 Vormittage,
jeweils montags,
8:30 – 11:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

nerlei 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

3101

Die ersten Schritte mit dem eigenen Smartphone

Leitung Ruth Honkomp

Termin Beginn ist am Montag,
17.04.2023, 3 Vormittage,
jeweils montags,
8:30 – 11:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

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 kei-

3102

Die ersten Schritte mit dem eigenen Tablet

Leitung Ruth Honkomp

Termin Beginn ist am Montag,
05.06.2023, 3 Vormittage,
jeweils montags,
8:30 – 11:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

3103

Die ersten Schritte mit dem eigenen Tablet

Leitung Ruth Honkomp

Termin Beginn ist am Montag,

06.03.2023, 3 Vormittage,
jeweils montags,
8:30 – 11:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

3104

Computer oder Laptop , Internet & Co. am Nachmittag

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 sichere Umgang mit der Tastatur
- das Startmenü
- Öffnen und Schließen von Programmen
- Dateioorganisation mit Ordern 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,
16.02.2023, 6 Nachmittage,
jeweils donnerstags,
14:30 – 17:45 Uhr

Gebühr 88,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

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



pikselstock / Shutterstock.com

3106

Computer oder Laptop, Internet & Co. am Nachmittag 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.

Die Inhalte im Überblick:

- 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, 11.05.2023, 4 Nachmittage, jeweils donnerstags, 14:30 – 17:45 Uhr

Gebühr 66,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Sergey Nivens / Shutterstock.com



Gesundheit

"Sieben Tage Sonntag - Traum oder Albtraum" Auseinandersetzung mit dem Ruhestand

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, 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! Auseinandersetzung mit dem Ruhestand begleitet von den Gerontologinnen der selbstgestALTER



3201

Traum oder Albtraum? Bestandsaufnahme: Wo stehe ich heute?

Leitung Petra Pohlmann

Termin Freitag, 20.01.2023, 9:30 – 11:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

3202

Happy End oder Never End? Den Berufsausstieg erfolgreich gestalten

Leitung Petra Pohlmann

Termin Freitag, 03.02.2023, 9:30 – 11:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

3203

Erfolg oder Misserfolg? Motivation und Inspiration für den Ruhestand

Leitung Petra Pohlmann

Termin Freitag, 17.02.2023, 9:30 – 11:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

3204

Plan oder planlos? Freiräume gestalten

Leitung Petra Pohlmann

Termin Freitag, 03.03.2023, 9:30 – 11:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

3205

Wahl oder Qual? Welche Aktivität passt zu mir?

Leitung Petra Pohlmann

Termin Freitag, 17.03.2023, 9:30 – 11:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

3206

Entspannung oder Verspannung? Resümee: Achtsamkeit im Feierabend

Leitung Petra Pohlmann

Termin Freitag, 14.04.2023, 9:30 – 11:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Weiter mit Bildung!



**Zusammen erleben –
zusammen lernen.**



Familientreff



Miriam Nost

Tel.: 044 41 / 93 778-20
familientreff@kvhs-vechta.de



Nina Trottnow

Tel.: 044 41 / 93 778-20
familientreff@kvhs-vechta.de

Vorträge/Angebote

für Eltern und Interessierte	34
Angebote für Eltern und Kinder	38
Angebote zur Baby- und Kindermassage ...	38
Eltern-Kind-Gruppen für Eltern mit Babys ..	41
Lernen durch Spielen	45
Bewegungsangebote	46
Musikangebote	48
Kreativangebote	50
Angebote für Kinder und Jugendliche	50
Sprachkurse für Kinder	53



Vorträge/Angebote für Eltern und Interessierte

4001

Eltern werden – viel zu wissen und zu organisieren In Kooperation mit dem Diakonischen Werk Oldenburger Münsterland

Die Geburt eines Kindes bringt große Veränderungen für die gesamte Familie mit sich. Bereits während der Schwangerschaft tauchen viele Fragen auf. Welche (finanziellen) Hilfen stehen den Eltern vor und nach der Geburt zur Verfügung? Wo können individuelle Fragen beantwortet werden? Dieser Abend verschafft einen Überblick über die Themen Mutterschutz, Mutterschaftsleistungen, Elterngeld, Elternzeit und Kindergeld. Es besteht für jeden Teilnehmenden die Möglichkeit zur persönlichen Terminvereinbarung in der Schwangerschaftsberatung des Diakonischen Werks, Vechta zur Klärung weiterer Fragen, zur Hilfe bei der Antragsstellung oder zur Abstimmung der eigenen Situation. Die Terminvereinbarung kann auch unabhängig zum Vortrag erfolgen.

Leitung Andrea Hinrichsmeyer
Termin Donnerstag, 09.03.2023, 19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 3,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4002

Wir bekommen ein Kind - allgemeine Leistungen während und nach der Schwangerschaft In Kooperation mit der BAR-MER 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 Mittwoch, 03.05.2023, 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 3,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Säuglingspflegekurse Ein Angebot für Schwangere, werdende Väter, junge Eltern und Interessierte

Das Leben mit Ihrem Baby stellt Sie als werdende Eltern vor eine neue Herausforderung. Damit Sie gut vorbereitet diese Zeit genießen können, wird durch Theorie und Praxis Hilfestellung bei folgenden Themen gegeben:

- Sinnvolle Erstlingsausstattung
- Säuglingspflege (Wickeln, Baden, Umgang mit dem Säugling)
- Ernährung (Stillen und Flaschennahrung)
- Rooming-in
- vorbeugende Maßnahmen gegen den plötzlichen Kindstod (Informationen zur Schlafumgebung)

Zielgruppe: Schwangere und werdende Väter, junge Eltern und Interessierte

4003

Säuglingspflegekurs

Leitung Nicole Festerling
Termin Donnerstag, 02.02.2023, 19:00 – 21:30 Uhr
Gebühr 12,75 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4004

Säuglingspflegekurs

Leitung Nicole Festerling
Termin Donnerstag, 04.05.2023, 19:00 – 21:30 Uhr
Gebühr 12,75 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Stillvorbereitungskurse

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.

4005

Stillvorbereitungskurs

Leitung Stephanie Triemer
Termin Montag, 13.02.2023, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 3,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4006

Stillvorbereitungskurs

Leitung Stephanie Triemer
Termin Montag, 17.04.2023, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 3,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4007

Stillvorbereitungskurs

Leitung Stephanie Triemer
Termin Montag, 19.06.2023, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 3,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



FamVeld / Shutterstock.com



Kinderschlaf in bedürfnis-orientierten Familien

In den Kursen lernen Sie die Grundlagen zum Einschlafen, Durchschlafen sowie die Gestaltung einer sicheren Schlafumgebung kennen. Zudem erhalten Sie zahlreiche Informationen zu den biologischen Hintergründen des Kinderschlafs und die Dozentin wird mit Vorurteilen aufräumen. Dabei orientiert sie sich an der aktuellen Studienlage, wie ein Kind gesund aufwachsen kann.

Zielgruppe: (Werdende) Eltern, Großeltern und Interessierte

4008

Kinderschlaf in der bedürfnis-orientierten Familie

Leitung Lea Lampe
Termin Mittwoch, 01.03.2023,
16:00 – 19:15 Uhr
Gebühr 26,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

4009

Kinderschlaf in der bedürfnis-orientierten Familie

Leitung Lea Lampe
Termin Mittwoch, 07.06.2023,
16:00 – 19:15 Uhr
Gebühr 26,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

4010

Wickeln verbindet – Stoffwindel-Infovormittag

An diesem Vormittag 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 Falntechniken von Stoffwindeln werden vorgestellt und können von ihnen an einer Puppe ausprobiert werden.

Eine individuelle Beratung für Interessierte kann mit der Dozentin vereinbart werden.

Zielgruppe: Schwangere, junge Eltern und Interessierte

Leitung Saskia von dem Berge
Termin Samstag, 24.06.2023,
9:30 – 11:45 Uhr
Gebühr 5,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Rückbildungskurse

Die Rückbildungskurse können frühestens 8 Wochen nach der Entbindung besucht werden. 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.

Die Kinder können gerne mitgebracht werden.

Bitte mitbringen: Handtuch und Getränke für den Eigenbedarf

Zielgruppe: Mütter, mindestens 8 Wochen nach der Entbindung

4011

Visbek

Leitung Stefanie Dwertmann
Termin Beginn ist am Mittwoch,
15.02.2023, 10 Vormittage,
jeweils mittwochs,
9:00 – 10:00 Uhr
Gebühr Die Kosten für 10 x werden von den Krankenkassen übernommen.
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4012

Visbek

Leitung Stefanie Dwertmann
Termin Beginn ist am Mittwoch,
26.04.2023, 10 Vormittage,
jeweils mittwochs,
9:00 – 10:00 Uhr
Gebühr Die Kosten für 10 x werden von den Krankenkassen übernommen.
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Beikostworkshops

Um den 5. - 7. Lebensmonat herum beginnt die Zeit der B(r)eikost. Dazu stellen sich viele Fragen und Eltern müssen sich gleichzeitig durch einen Dschungel an unterschiedlichen Informationen, Ratschlägen und Produkten kämpfen. In diesen Workshops möchte die Dozentin der Beikost-Zeit ihren Schrecken nehmen und aufzeigen, wie dieser Zeit entspannt entgegen gesehen werden kann. Babys sind herzlich willkommen.

Bitte mitbringen: Decke für Eltern und Kind

Zielgruppe: Eltern, die noch nicht mit Beikost begonnen haben

4013

Beikostworkshop

Leitung Stephanie Triemer
Termin Samstag, 04.02.2023,
9:30 – 11:45 Uhr
Gebühr 11,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

4014

Beikostworkshop

Leitung Stephanie Triemer
Termin Samstag, 13.05.2023,
9:30 – 11:45 Uhr
Gebühr 11,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

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 Veranstaltungen.

Weiter mit Bildung!



4015

Abendkurs

Leitung Janina Sieveke

Termin Mittwoch, 08.03.2023,
19:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 12,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

4016

Vormittagskurs

Leitung Janina Sieveke

Termin Freitag, 17.03.2023,
9:00 – 11:15 Uhr

Gebühr 18,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Kreative Bastelangebote

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. Die Materialkosten werden nach Verbrauch vor Ort erhoben.

4017

Bilder- oder Fotobuch für Kleinkinder - Ein Ich-Buch für die Kita -

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 zur Verfügung sowie weiteres Material, Laminierfolien, eine kleine Überraschung und viele Ideen.

Gelocht und mit einem Buchring versehen, erhalten Sie ein tolles Buch für Ihre Kinder. Die Seiten können jederzeit nachgelegt und getauscht werden.

Bitte mitbringen: Nach Belieben Fotos (kleiner als DIN A5), Stoffreste, Verzierung, Stempel, Stanzen, besondere Stifte und Scheren, besonderes Papier (gerne weitere Laminiergeräte). Kleingeld für Materialkosten zwischen 2 € und 6 €

Leitung Linda Hoge

Termin Dienstag, 17.01.2023,
19:00 – 22:00 Uhr

Gebühr 14,50 €, zzgl. Materialkosten
von 2 € bis 6 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4018

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.

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

Leitung Linda Hoge

Termin Montag, 27.02.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 11,00 €, zzgl. Materialkosten
von 2 € bis 6 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4019

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.

Bitte mitbringen: Kleingeld für Materialkosten

Leitung Linda Hoge

Termin Donnerstag, 13.04.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 11,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4020

Bilder- oder Fotobuch für Kleinkinder – Ein Ich-Buch für die Kita

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 zur Verfügung sowie weiteres Material, Laminierfolien, eine kleine Überraschung und viele Ideen.

Gelocht und mit einem Buchring versehen, erhalten Sie ein tolles Buch für Ihre Kinder. Die Seiten können jederzeit nachgelegt und getauscht werden.

Bitte mitbringen: Nach Belieben Fotos (kleiner als DIN A5), Stoffreste, Verzierung, Stempel, Stanzen, besondere Stifte und Scheren, besonderes Papier (gerne weitere Laminiergeräte!) Kleingeld für Materialkosten zwischen 2 € und 6 €

Leitung Linda Hoge

Termin Montag, 12.06.2023,
19:00 – 22:00 Uhr

Gebühr 14,50 €, zzgl. Materialkosten
von 2 € bis 6 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6



Weitere Kurse finden Sie auf
unserer Homepage unter Familientreff!



HIGHLIGHT

Singen in der Familie – Workshops für Erwachsene

An diesen Abenden möchte die Dozentin gemeinsam mit den Eltern in die Musikwelt der Kinder eintauchen. Die Kurse sollen allen Teilnehmenden mehr Sicherheit im Singen mit ihren Kindern geben und ihnen neue Ideen an die Hand geben. Die Dozentin stellt sowohl alte als auch neue Kinderlieder vor. Es ist wichtig auch das Singen alter Kinderlieder zu pflegen, damit die Großeltern musikalisch einbezogen werden können. Im Kurs lernen die Teilnehmenden Einführungsmöglichkeiten für Lieder kennen und wie sie diese mit den Kindern umsetzen. Die Dozentin arbeitet mit einer Musikkiste, mit der Kinder selbstbestimmt Lieder auswählen können.

Zielgruppe: Eltern, Großeltern und Interessierte

4021

Workshop in Vechta

Leitung Marlene Aßling
Termin Dienstag, 07.02.2023, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 12,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4022

Workshop in Vechta

Leitung Marlene Aßling
Termin Dienstag, 20.06.2023, 19:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 12,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



Evgeny Atamanenko / Shutterstock.com

4023

Entwicklung des Selbstwertgefühls und kindliches Lügen

Das Selbstwertgefühl ist eine zarte Pflanze, die Kinder mit allen Mitteln zu schützen versuchen. Dazu gehört auch das kindliche Lügen. Dies ist den Kindern bis weit ins Grundschulalter hinein nicht bewusst. Wie sich das Selbstwertgefühl im Laufe der Kindheit entwickelt und welche Rolle das kindliche Lügen dabei spielt,

soll mit diesem Vortrag nachgezeichnet werden. Eltern und Erzieherinnen und Erzieher können mit diesem Wissen die Kinder unterstützen, im Grundschulalter ein Bewusstsein für die Bedeutung des Lügens zu entwickeln und es dann in den meisten Fällen zu unterlassen.

Leitung Dr. Erika Butzmann
Termin Dienstag, 07.03.2023, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 20,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4024

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, 22.04.2023, 10:00 – 13:15 Uhr
Gebühr 18,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4025

Brennpunkt Schule – Einführung

Dieser Vortrag richtet sich an alle Eltern, die sich im Umgang mit den Herausforderungen des Schulalltags ihrer Kinder Unterstützung wünschen. In dieser Einführung für den Kurs „Brennpunkt Schule“ erhalten Sie wichtige Informationen, welche Aufgaben beim Lernen Ihrer Kinder für Sie wichtig sind! Wo und wann sollten Sie Ihre Kinder einfach machen lassen, wann müssen Sie eingreifen? Bitte mitbringen: Wasser als Getränk
 Zielgruppe: Eltern

Ziel:

- Informationen zur Rolle der Eltern im Lernsystem ihrer Kinder
- erste Feuerlöschübungen aus der lösungsorientierten Kinesiologie und dem Lern-Coaching

Leitung Christina Oberschmidt
Termin Montag, 12.06.2023, 18:30 – 20:45 Uhr
Gebühr 13,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



4026

Kleine Pausen im Alltag – Wellness mit Kinesiologie, ein Geschenk an mich selbst – Zum Mutter- und Vatertag

Bei diesem „Mitmach-Vortrag“ bekommen die Teilnehmenden Gelegenheit, sich selbst etwas Gutes zu gönnen. Nach einer kurzen allgemeinen Einführung erfahren die Teilnehmenden, wie sie im Alltag Stress erkennen, vermeiden und lösen können. Einige benötigen Übungen für mehr Energie, weil sie ausgepowert sind und andere stehen ständig unter Strom und brauchen Entspannung. Sie lernen kurze Pausen (2-3 Minuten) mit einfachen kinesiologischen Mitteln zu genießen.

Bitte mitbringen: Wasser als Getränk.

Leitung Christina Oberschmidt

Termin Montag, 08.05.2023,
18:30 – 20:45 Uhr

Gebühr 13,20 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Angebote für Eltern und Kinder

Stilltreff

Der Stilltreff, der jeweils am 1. und 3. Mittwoch im Monat stattfindet, bietet zum einen einen allgemeinen Austausch der Mütter untereinander und zum anderen vielfältige Informationen rund ums Stillen, zur Säuglingsnahrung, Beikost uvm. Ein Einstieg in die Gruppe ist jederzeit möglich, solange noch freie Kursplätze zur Verfügung stehen.

Bitte mitbringen: Verpflegung für Eltern und Kind, Wickelutensilien, Decke oder großes Handtuch für Elternteil und Kind
Zielgruppe: Stillende, Schwangere, Mütter von nicht (mehr) gestillten Kindern
Ziel: informierter Umgang mit Säuglings- und Stillzeit



UvGroup / Shutterstock.com

4100

Stilltreff

Leitung Stephanie Triemer

Termin Mittwoch, 18.01.2023,
10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 01.02.2023,
10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 15.02.2023,
10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 01.03.2023,
10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 15.03.2023,
10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 05.04.2023,
10:45 – 11:45 Uhr

Gebühr 20,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4101

Stilltreff

Leitung Stephanie Triemer

Termin Mittwoch, 19.04.2023,
10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 03.05.2023,
10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 17.05.2023,
10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 07.06.2023,
10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 21.06.2023,
10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 05.07.2023,
10:45 – 11:45 Uhr

Gebühr 20,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

Angebote zur Baby- und Kindermassage

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 diesen umfangreichen Kursen erfahren Eltern in einer kleinen Runde gemeinsam mit ihrem Baby alles Wissenswerte rund um die Babymassage und erlernen die konkreten Handgriffe. Die Kursleiterinnen



führen 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



Kuznetsov Dmitry / Shutterstock.com

4102

Vechta

Leitung Sandra Moormann

Termin Beginn ist am Freitag,
13.01.2023, 5 Vormittage,
jeweils freitags,
10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4103

Vechta

Leitung Sandra Moormann

Termin Beginn ist am Freitag,
03.03.2023, 5 Vormittage,
jeweils freitags,
10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

Weiter mit Bildung!



4104

Vechta

Leitung Sandra Moormann

Termin Beginn ist am Dienstag,
09.05.2023, 5 Vormittage,
jeweils dienstags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und
Anleitungsbuch

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4105

Vechta

Leitung Sandra Moormann

Termin Beginn ist am Dienstag,
27.06.2023, 5 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und
Anleitungsbuch

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4106

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Freitag,
13.01.2023, 5 Vormittage,
jeweils freitags,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und
Anleitungsbuch

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4107

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag,
07.02.2023, 5 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und
Anleitungsbuch

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4108

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag,
21.03.2023, 5 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und
Anleitungsbuch

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4109

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Freitag,
14.04.2023, 5 Vormittage,
jeweils freitags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und
Anleitungsbuch

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4110

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Freitag,
02.06.2023, 5 Vormittage,
jeweils freitags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und
Anleitungsbuch

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4111

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag,
13.06.2023, 5 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und
Anleitungsbuch

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4112

Update - Babymassage - Berührung mit Respekt®

Dieser Babymassagekurs richtet sich an Eltern, deren vorheriger Massagekurs bereits Wochen, Monate oder sogar Jahre her ist. Dadurch können Massagegriffe, wie die Kolikmassage, Bewusstseinszustände, die Signale der Babys und viele weitere wichtigen Themen aus diesem Kurskonzept verblasst sein. Manchmal fehlt zuhause auch Ruhe und Zeit für eine Quality-Time mit Baby.

In diesem Auffrischkurs werden Massagegriffe gemeinsam wiederholt und mit dem Baby erneut geübt, wenn es dazu bereit ist. Außerdem ist Zeit für alle Inhalte des Babymassagekurses - Berührung mit Respekt®. Zusätzlich ist der Austausch über die Massage-Routine zuhause und über Schwierigkeiten Teil dieses Kurses. Das Baby ist größer und beweglicher geworden, dadurch benötigt die Massage-Routine häufig eine Veränderung.

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

Zielgruppe: Teilnehmen können alle, die in irgendeiner Form Babymassage-Erfahrungen gemacht haben.

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch,
08.02.2023, 3 Vormittage,
jeweils mittwochs,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 35,00 €, inkl. Massageöl

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6



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



Eltern-Kind-Massage – Berührung mit Respekt® in Vechta Ein Geschenk für dich und dein Kind! Für Eltern mit ihren Kin- dern von 5 bis 10 Jahren

Kindererziehung beansprucht Energie und Ausdauer. Die eigenen Ideale sind im Alltag häufig nur schwer umsetzbar, denn viele Anforderungen benötigen die ganze Kraft. Die Pflege der Beziehung und Bindung zum eigenen Kind kann dabei schnell aus den Augen geraten. Durch das Erlernen der „Kindermassage“ bekommen Sie die Möglichkeit, kleine Oasen der Ruhe und Entspannung zu schaffen - für sich - ihr Kind - sie gemeinsam. Diese können ein kostbares Geschenk für Ihren Alltag darstellen. Gemeinsame Ruhepunkte tragen zu Harmonie und Verbundenheit in der Familie bei. Dieser Kurs beinhaltet die Einführung in die theoretischen Grundlagen der Kindermassage und setzt den Schwerpunkt in der praktischen Einübung und Umsetzung, um vor allem die innige Bindung zueinander zu pflegen.

Bitte mitbringen: Getränke, Decke oder großes Handtuch für Elternteil und Kind. Gerne bequeme Kleidung und dicke Socken tragen.

Zielgruppe: Elternteil-Kind-Paare, Kinder im Alter von 5-10 Jahren

HIGHLIGHT

4113

Schnuppernachmittag

Dieser Schnupperworkshop bietet Ihnen eine kleine theoretische und praktische Einführung in die Grundlagen der Kindermassage. So haben Sie und Ihr Kind die Möglichkeit des Ausprobierens.

Leitung Sandra Moormann
Termin Donnerstag, 26.01.2023,
16:15 – 18:30 Uhr
Gebühr 23,00 €, inklusive Massageöl
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4114

Eltern-Kind-Massage

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Dienstag,
14.02.2023, 5 Nachmittage,
jeweils dienstags,
16:15 – 17:45 Uhr
Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und
Anleitungsbuch
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4115

Eltern-Kind-Massage

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Dienstag,
06.06.2023, 5 Nachmittage,
jeweils dienstags,
16:15 – 17:45 Uhr
Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und
Anleitungsbuch
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

Mitarbeiter-Vorstellung

Sandra Moormann

Mein Name ist Sandra Moormann, 48 Jahre jung, verheiratet und Mama aus Leidenschaft. Wir haben 5 tolle Kinder im Alter von 23 bis 10 Jahren und unsere Fellnase Marley!



Im ersten Berufsleben Bürokauffrau bin ich durch die Kinder vor 12 Jahre in den pädagogischen Bereich gekommen. Gestartet als Kindertagespflegeperson, habe ich dann die Weiterbildung zur Parens® Referentin gemacht. Während der Weiterbildung habe ich gemerkt, dass mir die Berührungsarbeit so wichtig ist. So bin ich zur DGBM e.V. gekommen, wo ich zuerst die Babymassage Weiterbildung und später noch die Kindermassage Weiterbildung gemacht habe. Um einen weiteren Einblick sowie einen beruflichen Abschluss zu haben, bin ich in die nebenberufliche Ausbildung zur sozialpädagogischen Assistentin gegangen. Danach habe ich den Elternbegleiter gemacht und bilde mich gerade zum Dialog Begleiter weiter. Ich bin immer auf der Suche nach Ideen und Workshops im Eltern-Kind-Bereich.

Im Oktober 2021 bin ich als Dozentin bei der KVHS e.V. in Vechta gestartet und seit Oktober 2022 als festangestellte Kollegin im Familientreff. Zu meinen Kursen gehören verschiedene Eltern-Kind-Gruppen sowie die Baby- und die Kindermassage Kurse.



Eltern-Kind-Gruppen für Eltern mit Babys

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, Decke oder großes Handtuch für Elternteil und Kind, Wickelutensilien, mehrere Handtücher, leichte Kleidung für die Erwachsenen



4120

Geburtsmonate Januar und Februar 2023

Leitung Miriam Nost

Termin 1 Abend 9 Vormittage, Elternabend am 20.03.2023 um 20:00 Uhr, Kurstermine jeweils mittwochs ab 12.04.2023 von 8:45 Uhr - 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4121

Geburtsmonate Januar und Februar 2023 - Folgekurs -

Leitung Miriam Nost

Termin Beginn ist am Mittwoch, 14.06.2023, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Babytreff

In diesen Kursen entdecken und erkunden die Babys zwischen 1 - 12 Monaten ihre Umwelt und erfahren allererste Begegnungen mit anderen Babys und Eltern.

Im warmen Raum auf 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.

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, Decke oder großes Handtuch für Elternteil und Kind, Wickelutensilien, mehrere Handtücher, leichte Kleidung für die Erwachsenen

4122

Geburtsmonate Dezember 2022 u. Januar 2023

Leitung Nina Trottnow

Termin Beginn ist am Montag, 13.03.2023, 10 Vormittage, jeweils montags, 10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4123

Geburtsmonate Dezember 2022 u. Januar 2023 - Folgekurs -

Leitung Nina Trottnow

Termin Beginn ist am Montag, 19.06.2023, 10 Vormittage, jeweils montags, 10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Eltern-Kind-Gruppen in Vechta und Visbek

Den Eltern-Kind-Gruppen in Vechta und Visbek 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 Kursleiterinnen setzen dabei auch auf Alltagsmaterial, so experimentieren schon die Kleinsten. Sie möchten 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 wertorientierten Begleitung der zertifizierten Referentinnen.

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

4124

Vechta Geburtsmonate Mai und Juni 2022

- Folgekurs -

Leitung Sandra Moormann

Termin Beginn ist am Dienstag, 14.02.2023, 10 Vormittage, jeweils dienstags, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3



4125

**Vechta
Geburtsmonate
Juli und August 2022
- Folgekurs -**

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Dienstag,
28.03.2023, 10 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:45 – 12:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4126

**Vechta
Geburtsmonate
September und Oktober 2022
- Folgekurs -**

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Donnerstag,
23.03.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4127

**Vechta
Geburtsmonate
September und Oktober 2022
- Folgekurs -**

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Donnerstag,
22.06.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4128

**Vechta
Geburtsmonate
Oktober und November 2022**

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Donnerstag,
12.01.2023, 10 Vormittage,

jeweils donnerstags,
10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4129

**Vechta
Geburtsmonate
Oktober und November 2022
- Folgekurs -**

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Donnerstag,
20.04.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4130

**Vechta
Geburtsmonate
März und April 2023**

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Dienstag,
20.06.2023, 10 Vormittage,
jeweils dienstags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4131

**Vechta
Geburtsmonate
Mai und Juni 2023**

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Dienstag,
22.08.2023, 10 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4132

**Vechta
Geburtsmonate
Juli und August 2023**

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Donnerstag,
05.10.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4133

**Vechta
Für Eltern mit ihren Kindern
von 9 bis 18 Monaten**

Diese Eltern-Kind-Gruppe in Vechta 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.

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Freitag,
17.02.2023, 6 Vormittage,
jeweils freitags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 46,20 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4134

**Vechta
Für Eltern mit ihren Kindern
von 9 bis 18 Monaten**

Diese Eltern-Kind-Gruppe in Vechta 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.

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Freitag,
05.05.2023, 6 Vormittage,
jeweils freitags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 46,20 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

Weiter mit Bildung!



Familienangebote der Stadt Vechta



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“.

Kontakt Daten: Projektleitung „EFi“:
Indira Ejupi und Yurdagül Erdogan
Stadt Vechta, Burgstraße 6,
Zimmer E 03, 49377 Vechta
Telefon: 044 41/886 - 5012
oder 044 41/886 - 5013
Handynummer:
Yurdagül Erdogan: 01 74/3 06 87 58
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.: 044 41/886 - 50 13
Leitung: EFi-Team

Mütter Café in Kooperation im Haus der Jugend

Leitung: Yurdagül Erdogan und Indira Ejupi
Termine: jeden Freitag, 09.30 - 12.00 Uhr
Anmeldung: telefonisch 044 41/886 - 50 13
Ort: Zitadelle 13

Turngruppe „Frauen in Bewegung“

Leitung: EFi-Team und Inga Sinitskaya
Termine/Ort: jeden Donnerstag, 16:30 - 17:45 Uhr in der KiTa der AWO, Graskamp 1, Turnhalle



4135

Vechta Für Eltern mit ihren Kindern von 9 bis 18 Monaten

Diese Eltern-Kind-Gruppe in Vechta richtet sich an alle Kinder zwischen 9 und 18 Monaten, die krabbeln oder laufen. 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.

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Freitag, 23.06.2023, 6 Vormittage, jeweils freitags, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 46,20 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4136

Visbek Geburtsmonate März und April 2022 - Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag, 03.02.2023, 7 Termine, jeweils freitags, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 53,90 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4137

Visbek Geburtsmonate Mai und Juni 2022 - Folgekurs -

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Donnerstag, 02.03.2023, 10 Vormittage, jeweils donnerstags, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6



Flamingo Images / Shutterstock.com



4138

**Visbek
Geburtsmonate
Juli und August 2022
- Folgekurs -**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag,
13.02.2023, 10 Vormittage,
jeweils montags,
10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4139

**Visbek
Geburtsmonate
Juli und August 2022
- Folgekurs -**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag,
15.05.2023, 8 Vormittage,
jeweils montags,
10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 61,60 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4140

**Visbek
Geburtsmonate
September und Oktober 2022
- Folgekurs -**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Donnerstag,
16.03.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4141

**Visbek
Geburtsmonate
September und Oktober 2022
- Folgekurs -**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Donnerstag,

15.06.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4142

**Visbek
Geburtsmonate
November und Dezember 2022**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag,
06.02.2023, 10 Vormittage,
jeweils montags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4143

**Visbek
Geburtsmonate
November und Dezember 2022
- Folgekurs -**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag,
08.05.2023, 10 Vormittage,
jeweils montags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4144

**Visbek
Geburtsmonate
Januar und Februar 2023**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag,
14.04.2023, 10 Vormittage,
jeweils freitags,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

Weiter mit Bildung!

4145

**Visbek
Geburtsmonate
Januar und Februar 2023
- Folgekurs -**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag,
07.07.2023, 10 Vormittage,
jeweils freitags,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4146

**Visbek
Geburtsmonate
März und April 2023**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Donnerstag,
01.06.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4147

**Visbek
Geburtsmonate
Mai und Juni 2023**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag,
18.08.2023, 10 Vormittage,
jeweils freitags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4148

**Visbek
Geburtsmonate
Juli und August 2023**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Donnerstag,
05.10.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6



Lernen durch Spielen

Für Mütter, Väter und Großeltern mit ihren Kindern/Enkelkindern 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 Versuch der ersten 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.

Bitte mitbringen: Decke oder großes Handtuch für Eltern-/Großeltern teil und Kind

4150

Vechta

Leitung Sandra Moormann

Termin Beginn ist am Dienstag, 14.02.2023, 10 Nachmittage, jeweils dienstags, 15:00 – 16:00 Uhr

Gebühr 51,35 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4151

Vechta

Leitung Sandra Moormann

Termin Beginn ist am Dienstag, 16.05.2023, 8 Nachmittage, jeweils dienstags, 15:00 – 16:00 Uhr

Gebühr 41,10 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4152

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch, 08.02.2023, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4153

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch, 03.05.2023, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4154

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch, 23.08.2023, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4155

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch, 01.03.2023, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4156

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch, 24.05.2023, 9 Vormittage, jeweils mittwochs, 10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 69,30 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4157

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag, 14.03.2023, 10 Vormittage, jeweils dienstags, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4158

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag, 06.06.2023, 10 Vormittage, jeweils dienstags, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6



Oksana Kuzmina / Shutterstock.com



Weitere Kurse finden Sie auf unserer Homepage unter Familientreff!



Bewegungsangebote

Miniturnen Für Eltern mit ihren Kindern von 11 bis 18 Monaten

Diese Kurse bieten Kindern, die krabbeln, an der Hand laufen oder das Laufen erst vor kurzem entdeckt haben, vielfältige und wiederkehrende Bewegungsmöglichkeiten.

Das Miniturnen bietet Bezugspersonen (Eltern, Großeltern, Tagespflegeperson, etc.) und Kindern die optimalen inhaltlichen Rahmenbedingungen, um neue Gleichgewichte zwischen der Förderung des Bindungsverhaltens und des immer stärker werdenden Erkundungswunsches (Explorationsverhalten) der Kinder herzustellen.

Die Bezugspersonen können ihre Rolle als sichere Basis und ihre Bindung zum Kind pflegen und ausbauen durch Begleitung, Unterstützung und Mitspielen bei den Aktionen der Kinder.

Diese bewegen sich über Matten, Kästen und Turnbänke, kriechen durch Kriechtunnel, spielen mit bunten Bällen und großen Bausteinen und erleben dadurch altersentsprechende Aktivitätsmöglichkeiten, die neugieriges Auskundschaften und Erkunden der Umgebung anregen. Das sind wichtige Voraussetzungen für das Lernen und die Entwicklung des Kindes. Dabei können die Begleitpersonen sich immer länger und häufiger in die Beobachterrolle zurückziehen und die Eigenständigkeit der Kinder fördern.

Die Kindern können ihren natürlichen Bewegungsdrang ausleben, neue Erfahrungen sammeln und gemeinsam mit ihren Bezugspersonen soziale Kontakte erleben.

Es kann nur jeweils eine Bezugsperson pro Kind pro Termin teilnehmen. Geschwisterkinder müssen separat angemeldet werden.

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

Zielgruppe: Eltern, Großeltern, Kindertagespflegepersonen jeweils mit Begleitkind von 11 bis 18 Monaten

4160

Miniturnen - Am Nachmittag

Leitung Lena Nordmann

Termin Beginn ist am Mittwoch, 11.01.2023, 8 Nachmittage, jeweils mittwochs, 15:30 – 16:15 Uhr

Gebühr 49,50 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

4161

Miniturnen - Am Nachmittag

Leitung Lena Nordmann

Termin Beginn ist am Mittwoch, 15.03.2023, 8 Nachmittage, jeweils mittwochs, 15:30 – 16:15 Uhr

Gebühr 49,50 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

4162

Miniturnen - Am Nachmittag

Leitung Lena Nordmann

Termin Beginn ist am Mittwoch, 24.05.2023, 7 Nachmittage, jeweils mittwochs, 15:30 – 16:15 Uhr

Gebühr 43,30 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

4163

Miniturnen - Am Nachmittag

Leitung Silvana Gastardo

Termin Beginn ist am Montag, 23.01.2023, 8 Nachmittage, jeweils montags, 16:45 – 17:45 Uhr

Gebühr 39,60 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

4164

Miniturnen - Am Nachmittag

Leitung Silvana Gastardo

Termin Beginn ist am Montag, 17.04.2023, 8 Nachmittage, jeweils montags, 16:45 – 17:45 Uhr

Gebühr 39,60 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

4165

Miniturnen - Am Vormittag

Leitung Sandra Lupfer

Termin Beginn ist am Mittwoch, 22.02.2023, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 10:15 – 11:15 Uhr

Gebühr 49,50 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

4166

Miniturnen - Am Vormittag

Leitung Sandra Lupfer

Termin Beginn ist am Mittwoch, 17.05.2023, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 10:15 – 11:15 Uhr

Gebühr 49,50 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

Säuglings- und Kleinkinderschwimmen

Aufgrund der Energiekrise und der damit verbundenen Notwendigkeit, Maßnahmen zur Energieeinsparung kurzfristig umzusetzen, ist die Schwimmhalle in Langförden geschlossen und eine Wiederöffnung ist nicht absehbar.

Aus diesem Grund können wir aktuell keine Schwimmkurse für Säuglinge und Kleinkinder anbieten.

Wir informieren Sie auf unserer Homepage, sobald ein Neustart möglich ist.

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

FÜR UNSERE KUNDEN BLEIBEN WIR NEUGIERIG.

Denn **Qualität** lebt von
Weiterbildung.

Und Bildung beginnt
mit **Neugier.**



Wir entwickeln das Konzept für Ihre erfolgreiche Unternehmenskommunikation.
Beratung – Layout – Druck ... alles aus einer Hand!



Musikangebote

MusiKüsschen Für Eltern mit ihren Kindern von 6 Monaten bis 2 Jahren

Diese Musikgruppen richten sich an Eltern, die gemeinsam mit ihren Kindern Musik erleben wollen.

Durch Singen, Fingerspiele, Tanzen/Bewegen und den Einsatz von Instrumenten (Orffsche Instrumente), werden die Kinder spielerisch an Musik herangeführt, sodass sich Musizieren zu einem festen Bestandteil des Familienlebens entwickeln kann. Die Eltern erhalten Handwerkszeug, wie und wann Musik und Bewegung angemessen für ihre Kinder in den Alltag integriert wird.

Zielgruppe: Eltern und Großeltern mit ihren Kindern zwischen 6 Monaten und 2 Jahren

4180

MusiKüsschen

Leitung Regina Janßen

Termin Beginn ist am Montag,
09.01.2023, 10 Vormittage,
jeweils montags,
8:45 – 9:30 Uhr

Gebühr 44,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4181

MusiKüsschen

Leitung Regina Janßen

Termin Beginn ist am Montag,
17.04.2023, 9 Vormittage,
jeweils montags,
8:45 – 9:30 Uhr

Gebühr 39,60 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

Musikzwerge Für Eltern mit ihren Kin- dern von 1 bis 2 Jahren

Der Kurs umfasst die frühe musikalische Bildung der Kleinsten von 1 bis 2 Jahren und ihrer Eltern. Die Eltern-Kind-Bindung soll während des Kurses gefestigt

werden. Neben der Kreativität wird die sprachliche Bildung der Kinder gefördert. Das gemeinsame Musizieren unterstützt die Merkfähigkeit der Kleinen schon sehr früh.

Durch das Vorsingen der Dozentin und der Eltern wird durch das Hören, Sehen und durch eigenes „Machen“ von Musik die Verbindung und Aktivität beider Gehirnhälften der Kinder angeregt. Neben dem einfachen Singen von alten bis hin zu neuen Kinderliedern, wird Bewegung zur Begleitung der Lieder eingesetzt, ergänzt durch Finger- und Kreisspiele. Die Kinder können durch den Einsatz einer Musikkiste selbstbestimmt auswählen, welche Lieder sie singen möchten.

Zielgruppe: Eltern, Großeltern, Tagespflegepersonen jeweils mit Begleitkind von 1 bis 2 Jahren

HIGHLIGHT

4182

Musikzwerge

Leitung Marlene Aßling

Termin Beginn ist am Montag,
23.01.2023, 10 Nachmittage,
jeweils montags,
15:00 – 15:45 Uhr

Gebühr 44,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3



4183

Musikzwerge

Leitung Marlene Aßling

Termin Beginn ist am Montag,
17.04.2023, 10 Nachmittage,
jeweils montags,
15:00 – 15:45 Uhr

Gebühr 44,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

Musikzwerge

Für Eltern mit ihren Kindern von 3 bis 4 Jahren

Der Kurs umfasst die frühe musikalische Bildung der Kleinsten von 3 bis 4 Jahren und ihrer Eltern. Die Eltern-Kind-Bindung soll während des Kurses gefestigt werden. Neben der Kreativität wird die sprachliche Bildung der Kinder gefördert. Das gemeinsame Musizieren unterstützt die Merkfähigkeit der Kleinen schon sehr früh.

Durch das Vorsingen der Dozentin und der Eltern wird durch das Hören, Sehen und durch eigenes „Machen“ von Musik die Verbindung und Aktivität beider Gehirnhälften der Kinder angeregt. Neben dem einfachen Singen von alten bis hin zu neuen Kinderliedern, wird Bewegung zur Begleitung der Lieder eingesetzt, ergänzt durch Finger- und Kreisspiele. Die Kinder können durch den Einsatz einer Musikkiste selbstbestimmt auswählen, welche Lieder sie singen möchten.

Zielgruppe: Eltern, Großeltern, Tagespflegepersonen jeweils mit Begleitkind von 3 bis 4 Jahren

4184

Musikzwerge

Leitung Marlene Aßling

Termin Beginn ist am Montag,
23.01.2023, 10 Nachmittage,
jeweils montags,
16:00 – 16:45 Uhr

Gebühr 44,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3



4185

Musikzwerge

Leitung Marlene Aßling

Termin Beginn ist am Montag,
17.04.2023, 10 Nachmittage,
jeweils montags,
16:00 – 16:45 Uhr

Gebühr 44,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

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 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. Dieser Kurs richtet sich an Kinder zwischen 1,5 bis 3 Jahren und geht 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.

Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern zwischen 1,5 und 3 Jahren

4186

Musikgarten®

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag,
17.01.2023, 11 Nachmittage,
jeweils dienstags,
15:00 – 15:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4187

Musikgarten®

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag,
18.04.2023, 11 Nachmittage,
jeweils dienstags,
15:00 – 15:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4188

Musikgarten®

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag,
17.01.2023, 11 Nachmittage,
jeweils dienstags,
16:00 – 16:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4189

Musikgarten®

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag,
18.04.2023, 11 Nachmittage,
jeweils dienstags,
16:00 – 16:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4190

Musikgarten®

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag,
17.01.2023, 11 Nachmittage,
jeweils dienstags,
17:00 – 17:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4191

Musikgarten®

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag,
18.04.2023, 11 Nachmittage,
jeweils dienstags,
17:00 – 17:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4192

Musikgarten®

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch,
18.01.2023, 11 Nachmittage,
jeweils mittwochs,
15:00 – 15:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4193

Musikgarten®

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch,
19.04.2023, 11 Nachmittage,
jeweils mittwochs,
15:00 – 15:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4194

Musikgarten®

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch,
18.01.2023, 11 Nachmittage,
jeweils mittwochs,
16:00 – 16:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4196

Musikgarten®

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch,
18.01.2023, 11 Nachmittage,
jeweils mittwochs,
17:00 – 17:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6



Kreativangebote

4198

Kreativer Bastelnachmittag mit Kindern

- Maracas und andere Instrumente selbstgemacht
Für Kinder ab 2 Jahren 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. Die Teilnehmenden können an diesem Nachmittag Maracas und andere Instrumente aus vorbereitetem Material herstellen und direkt mit nach Hause nehmen. Bitte mitbringen: Kleingeld für Material
Zielgruppe: Elternteil oder Erwachsener mit einem Kind ab 2 Jahren

Leitung Linda Hoge

Termin Freitag, 14.04.2023,
16:30 – 18:00 Uhr

Gebühr 11,00 €, zzgl. Materialkosten, werden nach Verbrauch vor Ort erhoben

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6



Oksana Kuzmina / Shutterstock.com

Angebote für Kinder und Jugendliche

Musikalische Früherziehung Für Kinder von 4 bis 6 J.

Das Kursangebot musikalische Früherziehung ist für Kinder im Alter von 4 - 6 Jahren gedacht. Die Dozentin möchte gemeinsam mit den Kindern Singen, Tanzen und sich bewegen. Zusätzlich umfasst der Kurs die Instrumenten- und Gehörbildung. Die Dozentin möchte so die ersten wichtigen Grundlagen für die Musiklehre legen, um die Kinder auf späteren musikalischen Unterricht vorzubereiten. Im Vordergrund des Kurses steht die Freude am gemeinsamen Musizieren, dieses fördert nicht nur die Musikalität sondern auch viele andere Kompetenzen wie die Sprache, die kognitiven Fähigkeiten, das Rhythmusgefühl und die Motorik. Auch die sozialen Kompetenzen durchs gemeinsame Singen und Tanzen in der Gruppe werden weitergebildet.

Zielgruppe: Kinder zwischen 4 und 6 J.

4200

Musikalische Früherziehung

Leitung Marlene Aßling

Termin Beginn ist am Montag,
23.01.2023, 10 Nachmittage,
jeweils montags,
17:00 – 17:45 Uhr

Gebühr 44,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4201

Musikalische Früherziehung

Leitung Marlene Aßling

Termin Beginn ist am Montag,
17.04.2023, 10 Nachmittage,
jeweils montags,
17:00 – 17:45 Uhr

Gebühr 44,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

HIGHLIGHT

4199

Gestalten mit Speckstein Für Eltern mit Kindern ab Grundschulalter

„Was will der Stein? Was wollen wir?“

In diesem Kurs können sich Eltern mit ihren Kindern im Grundschulalter kreativ an einen Stein heranwagen und diesen gestalten. Mit Unterstützung des Dozenten können künstlerisch aus kleinen Steinchen z.B. Anhänger entstehen. Speckstein ist ein an Marmor erinnernder Stein, ohne dessen Härte zu besitzen.

Er ist recht mühelos durch schmirgeln, raspeln und polieren zu bearbeiten. Die Arbeit mit den Steinrohlingen regt zu vielfältigen unterschiedlichen Formen an. Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern (ab Grundschulalter)

Leitung Rolf Brüning

Termin Samstag, 29.04.2023,
15:00 – 18:00 Uhr

Gebühr 20,00 €, zzgl. Materialkosten, werden nach Verbrauch vor Ort erhoben

Ort Bramsche-Malgarten, Atelier im Malgarten, Am Kloster 4



AnaCrisMont / Shutterstock.com



HIGHLIGHT

4202

Hoferkundung für Grundschulkinder (Projekt Gänse)

Seit einiger Zeit arbeitet der Verein Arbeitsgemeinschaft regionales Lernen (AGRELA) mit dem Gänsehof Tapphorn zusammen und organisiert mit Iris Tapphorn spannende Hoferkundungen. Fragen rund um diese spannenden Tiere werden beantwortet: Wie lebt die Gans auf dem Hof? Welche Produkte bekommen wir von der Gans? Wie viel wiegt ein Gänseei? Wie viele Daunen benötigt man für ein warmes und flauschiges Kissen? Und wie fühlt es sich an „Frau Holle“ zu spielen?

Im Kreativstudio gibt es zum Abschluss noch die Möglichkeit Gänseeier für Ostern zu bemalen.

Zielgruppe: Grundschulkinder

Leitung Esther Barth

Termin Dienstag, 28.03.2023, 9:00 – 12:30 Uhr

Gebühr 9,80 €

Ort Lohne. Gänsehof Tapphorn, Klunpott 7



Kindermassage – Berührung mit Respekt® und Autogenes Training Für Kinder im Grundschulalter

Die Kindermassage ist ein Beziehungs- und Kommunikationsmittel und hat das Ziel, Berührung zwischen Menschen verschiedener Altersstufen respektvoll zu gestalten. Die Kinder lernen ihre Bedürfnisse und Grenzen kennen und dürfen diese klar kommunizieren. Bei der gemeinsamen Massage und dem



gemeinsamen Erleben wird nur das gemacht, was das Kind möchte. Die Signale und Grenzen der Kinder stehen an erster Stelle.

Zusätzlich werden Entspannungstechniken im Rahmen des Autogenen Trainings vorgestellt, um den Kindern Möglichkeiten aufzuzeigen, wie sie im Alltag ihre Auszeiten entspannter erleben können.

Bitte mitbringen: Verpflegung/Getränke, Decke oder großes Handtuch zum Liegen

Zielgruppe: Grundschulkinder, paarweise mit Geschwisterkind oder Freund/Freundin

4203

Schnupperkurs

Leitung Sandra Moormann

Termin Donnerstag, 30.03.2023, 16:30 – 18:00 Uhr

Gebühr 7,70 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4204

Kindermassage – Berührung mit Respekt®

Leitung Sandra Moormann

Termin Beginn ist am Dienstag, 18.04.2023, 5 Nachmittage, jeweils dienstags, 16:15 – 17:45 Uhr

Gebühr 38,50 €, inkl. Unterlagen für Zuhause

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Kreatives Nähen Für Kinder ab 8 Jahren

In diesen Kursen lernt ihr das Zuschneiden und den Umgang mit einer Nähmaschine sowie die Handhabung 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), Nähadeln, Stecknadeln, Nähgarn, Schere, Stoffreste, Knöpfe zum Dekorieren, evtl. bunte Webbänder.

Zielgruppe: Kinder ab 8 Jahren

4205

Für Kinder ab 8 Jahren

Leitung Maria Eilermann

Termin Beginn ist am Mittwoch, 18.01.2023, 10 Nachmittage, jeweils mittwochs, 16:30 – 18:00 Uhr

Gebühr 66,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4206

Für Kinder ab 8 Jahren

Leitung Maria Eilermann

Termin Beginn ist am Mittwoch, 12.04.2023, 10 Nachmittage, jeweils mittwochs, 16:30 – 18:00 Uhr

Gebühr 66,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4207

Für Kinder ab 10 Jahren - Folgekurs -

Leitung Stefanie Bohne

Termin Beginn ist am Donnerstag, 12.01.2023, 8 Nachmittage, jeweils donnerstags, 16:00 – 17:30 Uhr

Gebühr 52,80 €, zzgl. Materialkosten
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4208

Für Kinder ab 10 Jahren - Folgekurs -

Leitung Stefanie Bohne

Termin Beginn ist am Donnerstag, 13.04.2023, 9 Nachmittage, jeweils donnerstags, 16:00 – 17:30 Uhr

Gebühr 59,40 €, zzgl. Materialkosten
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3





Ei-Matsche?

Schwierigkeit: leicht - mittel

Fokus: gemeinsam Taktik entwickeln, Zusammenarbeit

Dauer: ca. 40 Minuten

Material:

- Ein rohes Ei pro Team (Ersatz einplanen)
- Ein geeignetes Waldstück
- Einen erhöhten Punkt, von dem man das Ei werfen kann

Ziel: Das Ei mit Naturmaterialien so einpacken, dass es den Fall aus der Höhe überlebt.

Ablauf:

- Die Gruppe wird in kleine Teams von ca. 5 Leuten aufgeteilt.
- Jedes Team erhält ein rohes Ei
- Die Teams haben eine halbe Stunde Zeit, das Ei mit Naturmaterialien, die sie im Wald finden, so zu verpacken, dass es den Fall vom erhöhten Punkt überlebt.
- Es sollten keine Bäume etc. zu Schaden kommen.
- Es dürfen ausschließlich Naturmaterialien verwendet werden
- Nach Ablauf der Zeit werden die Eier nacheinander vom erhöhten Punkt fallen gelassen und danach geschaut, ob das Team erfolgreich war

4209

Tastschreiben mit dem 10-Finger-Tastsystem Ein Kurs 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 kann sich besser konzentrieren. 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 Montag, 17.04.2023, 16:00 – 17:30 Uhr
Dienstag, 18.04.2023, 16:00 – 17:30 Uhr
Montag, 24.04.2023, 16:00 – 17:30 Uhr
Dienstag, 25.04.2023, 16:00 – 17:30 Uhr

Gebühr 55,00 €, inkl. Lehrbuch

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4210

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. Dieser Kurs 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 aufgezeigt, Kinder zu beruhigen und Beschäftigungsmöglichkeiten für Kinder unterschiedlichen Alters gesammelt und teilweise ausprobiert.

Am Ende der Veranstaltung erhalten die Teilnehmenden eine Bescheinigung.

Bitte mitbringen: Schreibmaterialien, Decke, Babypuppe (falls vorhanden)

Zielgruppe: Kinder und Jugendliche ab der 6. Klasse

Leitung Erika Ellers

Termin Dienstag, 04.04.2023, 9:00 – 12:30 Uhr
Mittwoch, 05.04.2023, 9:00 – 12:30 Uhr

Gebühr 33,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Gameslabor – Wir programmieren Spiele!

Du interessierst dich für Computerspiele und wolltest schon immer mal einen Blick hinter die Kulissen werfen und herausfinden, wie man selbst ein Spiel entwickelt? Dann bist du beim Games-Labor genau richtig!

Zusammen unternehmen wir einen Ausflug in die spannende und herausfordernde Welt der Spieleentwicklung und experimentieren mit Variablen, Funktionen und Codes.

Unter Anleitung von Branchenprofi Michael Schaefer bekommst du von Anfang alles beigebracht, Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Wir arbeiten mit der Programmiersprache „C#“ und „Unity“, dem weltweit meist genutzten Programm für Spieleentwickler. Es bietet alle notwendigen Dinge, um deine Ideen Wirklichkeit werden zu lassen.

Und nebenbei werden dein logisches Denken, deine Kreativität und die Fähigkeit, im Team Probleme und Herausforderungen zu lösen, gefördert.

Bitte mitbringen: E-Mail-Adresse, USB-Stick, Laptop (wenn vorhanden).

HIGHLIGHT

4211

Für Kinder von 11 - 14 Jahren

In diesem Kurs, erlernst du den Umgang mit Unity und wie du ein kleines Level selbst erstellst. Außerdem erlebst du mit ersten Programmcodes, wie du deine Helden und andere Objekte zum Bewegen bringst.

Zielgruppe: Kinder von 11 - 14 Jahren

Leitung Michael Schäfer

Termin Beginn ist am Mittwoch, 25.01.2023, 8 Nachmittage, jeweils mittwochs, 16:30 – 18:00 Uhr

Gebühr 88,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



4212

Intensiv-Workshop – Für Kinder von 12 - 15 Jahre

In diesem Kurs, der an 2 Tagen statt findet, erstellen wir im Team ein kleines Spiel, welches du am Ende mitnehmen und stolz deinen Eltern / Freunden zu Hause am Computer vorführen kannst. Während der Entwicklung erlernst du den Umgang mit Unity oder, falls du bereits Vorkenntnisse besitzt, kannst du diese festigen und ausbauen.

Zielgruppe: Kinder von 12 - 15 Jahren

Leitung Michael Schäfer

Termin Freitag, 31.03.2023,
10:00 – 17:00 Uhr
Samstag, 01.04.2023,
10:00 – 17:00 Uhr

Gebühr 88,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Sprachkurse für Kinder

4300

Persisch für Kinder

Mit Spielen, Kinderbüchern und künstlerischen Ausdrucksformen lernen die Kinder die neupersische Sprache und Schrift kennen. Konversationsübungen greifen den Alltag der Kinder auf: Familie, Feste, Schule, Essen und Trinken. Farsi wird ganzheitlich und kreativ gelernt, um schnell erste Erfolge zu erzielen. Dieser Kurs richtet sich an Kinder im Grundschulalter.

Bitte mitbringen: Das Lehrmaterial wird vom Dozenten gestellt.

Zielgruppe: Grundschulalter

Leitung NN

Termin Beginn ist am Donnerstag,
16.02.2023, 10 Nachmittage,
jeweils donnerstags,
16:00 – 16:45 Uhr

Gebühr 49,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

4301

Italienisch A1 für Kinder (ab 8 Jahre)

Ein Italienischkurs für Kinder ab 8 Jahre in den Ferien. Die Kinder lernen hier den italienischen Wortschatz und dazugehörige Satzkonstruktionen aus Themenbereichen wie Nahrungsmittel, Familie, Gefühle, Jahreszeiten, Wetter, Alphabet, Nummern, Reisen usw., und das in kindgerechten Lektionen, die aus Liedern, Spielen, Flashcards, Mal- und Bastelarbeiten etc. bestehen.

Dieser Kurs findet vormittags in den Ferien statt.

Bitte mitbringen: Das Lehrmaterial wird vom Dozenten gestellt.

Zielgruppe: Kinder ab 8 Jahre

Leitung Angelica Fortunato

Termin Beginn ist am Montag,
17.07.2023, 5 Vormittag,
Montag bis Freitag,
jeweils 9:30 – 12:45 Uhr

Gebühr 93,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



polya_olya / Shutterstock.com

Starrer Blick!

Wie gut ist deine Beobachtungsgabe und wie gut kannst du dir Details merken?

Schwierigkeit: leicht

Fokus: gemeinsam Taktik entwickeln, Kommunikation

Dauer: ca. 15-20 Minuten

Material:

- Stoppuhr

Ziel: Als Team eine Strategie überlegen, sich möglichst viele Einzelheiten der anderen Gruppe zu merken.

Ablauf:

Alle Mitspieler/innen werden in zwei Mannschaften aufgeteilt. Sie überlegen sich gemeinsam eine Strategie, wie sie sich am besten die Kleidungsstücke der Gegner/innen merken können. Nun haben beide Mannschaften ein paar Minuten Zeit sich gegenseitig zu betrachten. Anschließend darf jede Gruppe bis zu 10 Veränderungen vornehmen. Welche Gruppe findet alle Veränderungen?

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



**AUF DER
ERSTEN
BANK
SITZER**

**Einfach mal
besser machen.**



Schulische Bildung



Ulrike Ripke

Tel.: 04441 / 93778-35

u.ripke@kvhs-vechta.de



5001

Realschulabschlusskurs- Vorankündigung

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 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 2024 vor der Landesschulbehörde Osnabrück abgelegt. Voraussetzung: Die Schulpflicht wurde bereits erfüllt. Gesamtkosten 750,00 € (in Raten zahlbar).

Weitere Informationen:

Tanja Höhle, Tel.: 044 42 / 93 708-64

Wir bitten um eine schriftliche Anmeldung für einen Eignungstest mit Lebenslauf und Zeugniskopien!

Leitung Tanja Höhle, Uwe Schulz, Enis Kaplan

Termin 10 Monate, montags bis freitags, Kurstermine ab

28.08.2023 von 8:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Gebühr 750,00 €

Ort Lohne, Kreisvolkshochschule, Lindenstraße 49



LStockStudio / Shutterstock.com

Wer bekommt den angespitzten Bleistift?

Gruppengröße: 10 bis 20 Personen

Alter: 16 Jahre und älter

Dauer: ca. 30 Minuten und länger

Material:

- Zettel
- 1 abgebrochener Bleistift
- 1 Anspitzer

Ablauf:

Man teilt die Gruppe in drei Gruppen, die sich jeweils einen Namen ausdenken. Eine Gruppe erhält einen abgebrochenen Bleistift, eine andere einen Anspitzer und die dritte Gruppe mehrere leere Blätter Papier. Ziel jeder Gruppe ist es, so viele Blätter wie möglich mit ihrem Gruppennamen zu beschriften. Jede Gruppe soll sich zunächst über ein Vorgehen einigen, denn sie handelt als Gemeinschaft (Zeitvorgabe, z.B. 10 Min.). Dann beginnt die Kontaktaufnahme und das Verhandeln mit den anderen Gruppen (höchstens 15 Minuten). Dann Auswertung.

Bemerkung: Jede Gruppe soll erkennen, dass sie ohne Kooperation mit den anderen Gruppen nicht zum Ziel kommt. Weigert sich eine Gruppe ganz und stellt unrealistische Bedingungen, kommt keine Gruppe zum Ziel.



Deutsch lernen:
vhs-lernportal.de/Deutsch
 kostenfrei – jederzeit – an jedem Ort



GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



**Erweitere deine
Kompetenz.**



Berufliche Bildung

Pädagogik	60
Fortbildungen nur für Kindertagespflege- personen aus Vechta und Visbek	61
Aufbauqualifizierung für Kindertagespflege- personen aus dem Landkreis Vechta	66
EDV	69
Wirtschaft	74
Gesundheit	75



Miriam Nost und Nina Trottnow

Tel.: 044 41 / 93 778 - 20
familientreff@kvhs-vechta.de



Bianca Senouwoe, Gabriele Deters, Maria Hopping-Warneck und Bettina Espelage

Tel.: 044 41 / 93 778 - 18
ktp@kvhs-vechta.de

Pädagogik

HIGHLIGHT

Kindertagespflege – Was ist das?

Diese Informationsveranstaltungen richten sich an alle Interessierten, die an einer Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson teilnehmen möchten. Auch interessierte Eltern sind eingeladen. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Zielgruppe: Interessierte an einer Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson und interessierte Eltern

6001

Informationsabend

Leitung Bettina Espelage
Termin Mittwoch, 25.01.2023, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6002

Informationsabend

Leitung Maria Hopping-Warneck
Termin Montag, 06.02.2023, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

6003

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 in der Regel außerhalb der Schulferien mittwochs und freitags, sowie an 3 - 4 Samstagen durchgeführt.

Zielgruppe: Personen, die die Aufnahme einer Betreuungsarbeit als Kindertagespflegeperson planen

Leitung Dozententeam
Termin voraussichtlich ab Frühjahr 2023
Gebühr 200,00 €, zzgl. weiterer Kursgebühr nach Absprache mit den zuständigen Städten und Gemeinden
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

6004

Medienbildung in der Kindertageseinrichtung

Kinder wachsen in einer zunehmend digitalen Welt auf. Die digitalen Medien durchdringen unseren Alltag und begleiten auch die Kinder von Anfang an. Ihnen begegnen digitale Hilfsmittel fast täglich und auch aus dem pädagogischen Alltag sind diese nicht mehr weg zu denken. Bedeutend ist es in diesem Kontext, sich als Team auf den Weg zu machen und die Bedeutung der digitalen Medien für sich zu definieren. Der Einsatz dieser als Werkzeug in der Arbeit mit den Kindern stellt einen weiteren wichtigen Aspekt dar.

Wir können Ihnen individuelle Fortbildungen für Ihr Team anbieten. Von der Bedeutung der Medienkompetenz im Kindesalter, über den Einsatz digitaler Medien mit den Kindern, hin zur Erstellung eines Medienkonzepts bieten wir Ihnen das passende Paket an. Die Gestaltung einer Fortbildung erfolgt nach individueller Absprache.

Leitung Nina Trottnow
Termin nach Vereinbarung
Gebühr nach Absprache
Ort nach Absprache

6006

Zappelphilipp und nun bald in der Schule

Scheinbar sind immer mehr Kinder heutzutage hyperagil. Sie sind motorisch unruhig, Konzentration und Aufmerksamkeit fallen ihnen schwer. Dies beginnt häufig im Säuglingsalter. Mit zunehmendem Alter werden diese Kinder, oft Zappelphilipp genannt, häufig defizitär im Sozialverhalten, da bei einer unzureichenden sensorischen Integration auch die Verhaltensebene betroffen ist.

Für Eltern und Pädagogen gilt es diese Kinder zu stärken auf körperlicher Ebene und in der Sozialkompetenz. Schwerpunkte dieser Fortbildung sind:
Was ist eine SI Störung?
Welche Auswirkungen hat sie motorisch und auf Verhaltensebene?
Welche Hilfestellungen sind wann notwendig?
Welche Maßnahmen sind von Eltern umzusetzen?



Zielgruppe: Therapeuten, Mitarbeiter von Frühförderstellen, Pädagogen, Erzieher aus Kindergärten, Krippen und sozialpädagogischen Einrichtungen.

Leitung Bettina Radola, N.N.

Termin Donnerstag, 16.03.2023,
14:30 – 17:45 Uhr

Gebühr 65,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6007

Vorankündigung: „Vielfalt leben und erleben – Demokratie stärken“ nifbe-Gruppen-Coaching für Kita-Leitungskräfte

Im nächsten Jahr soll die landesweite Qualifizierungsinitiative „Vielfalt leben und erleben - Demokratie stärken“ wieder mit den gewohnten Maßnahmen-Formaten wie dem Leitungsscoaching angeboten werden.

Inhalte:

- Bearbeitung verschiedener Themen
- Konkrete Fragen der teilnehmenden Leitungskräfte in Bezug auf Konzeption, Interaktions- und Beziehungsgestaltung, sozialräumliche Vernetzung bis hin zu Fallbesprechungen erarbeiten

Die Bewilligung dieser Maßnahmen steht noch aus (nifbe). Demzufolge können wir unsere Programmplanung erst Anfang 2023 abschließen.

Zielgruppe: Kita-Leitungskräfte

Ziel:

- Das nifbe-Coaching soll Leitungskräfte dabei unterstützen, ihre anspruchsvolle und herausfordernde Arbeit in der Einrichtung zu reflektieren.

Leitung N.N.

Termin Frühjahr 2023

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.“

Fortbildungen nur für Kindertagespflege- personen aus Vechta und Visbek

Anmeldungen sind nur telefonisch ab Mittwoch, 11.01.2023, ab 10:00 Uhr über das Kindertagespflegebüro unter 04441-93778-18 möglich.

6020

Grundlagen zur artgerecht® Betreuung in der Kindertages- pflege

Im Kurs lernen die Teilnehmenden Grundlagen zum Einschlafen, Durchschlafen und dem Schaffen einer sicheren Schlafumgebung in der bedürfnisorientierten Betreuung kennen. Zudem erhalten Sie zahlreiche Informationen zu den biologischen Hintergründen des Kinderschlafs und die Dozentin wird mit Vorurteilen aufräumen. Dabei orientiert sie sich an der aktuellen Studienlage, wie ein Kind gesund aufwachsen kann. Der Kurs wird aus Vortrag, aktiven Teilen und Austausch mit anderen Kindertagespflegepersonen bestehen.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel:

- Verständnis von kindlichen Bedürfnissen anhand der menschlichen Biologie
- Umfangreiches Wissen zur Vermeidung von SIDS (plötzlicher Kindstod)
- Wissensvermittlung über die biologischen Vorgänge beim Einschlafen

Leitung Lea Lampe

Termin Freitag, 13.01.2023,
16:45 – 19:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



6021

Das Konzept als Visitenkarte der eigenen Professionalität

An diesem Abend wollen wir die Notwendigkeit und Wertigkeit einer Konzeptentwicklung gemeinsam erarbeiten. Anhand von bereits erstellten Konzepten und im gemeinsamen Austausch werden wichtige Aspekte besprochen. Die eigene Arbeit kann anhand einer guten Konzeption für Eltern und Institutionen transparent gestaltet werden. Eine Konzeption soll dem eigenen professionellen Handeln Ausdruck verleihen und ist die Visitenkarte der eigenen Professionalität. Diese werden wir in diesem Zusammenhang ebenfalls konkretisieren. Jede Kindertagespflegeperson benötigt laut dem „NKitaG“ ein pädagogisches Konzept, in dem die Umsetzung des Bildungs- und Erziehungsauftrags beschrieben wird.

Bitte mitbringen: eigene Konzeptionen

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel: kritischer Blick auf die eigenen Konzeptionen und gegebenenfalls deren Überarbeitung anhand der erarbeiteten Kriterien

Leitung Erika Ellers

Termin Donnerstag, 26.01.2023,
18:30 – 21:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Medienbildung in Kindertageseinrichtungen

Der Einsatz von Tablets im Kinderhaus St. Anna

Dinklage – Im Frühjahr 2022 kam das Kinderhaus St. Anna aus Dinklage mit folgender Anfrage auf die KVHS zu: „Wir bekommen Tablets für unser Kinderhaus und brauchen eine Fortbildung für den Einsatz dieser mit den Kindern.“ Daraufhin entwickelte unsere Mitarbeiterin Nina Trottnow in Kooperation mit der Leitung des Kinderhauses eine individuelle Fortbildung zu dem Thema. Schwerpunkte sollten zum einen bei der Bedeutung der Medienbildung im Elementarbereich liegen und zum anderen bei der praktischen Umsetzung im Alltag.

So fand an zwei Samstagen die Schulung von insgesamt 32 pädagogischen Fachkräften statt. Zunächst wurde das Thema theoretisch vorgestellt und die Bedeutung verdeutlicht. Das Thema digitale Medien gehört zu der Lebenswelt der Kinder heute dazu. Die Aufgabe der Kindertageseinrichtung ist dabei, die Kinder dabei zu unterstützen Medienkompetenz zu entwickeln. Dazu gehört ein kreativer Umgang mit z.B. Tablets. Besonders bedeutend für das Team war der Vergleich mit einem Hammer. Ein Tablet ist ein Werkzeug, wie ein Hammer und sollte dann eingesetzt werden, wenn es gebraucht wird. Anschließend wurde aktiv mit den bereits vorhandenen Tablets gearbeitet und viel ausgetestet und erprobt. So wurden in Kleingruppen kurze Stop-Motion-Filme erstellt, QR-Codes erzeugt, mit dem digitalen Mikroskop Materialien erforscht und Apps getestet. Begleitend wurde immer wieder hinterfragt, wie der Einsatz in der Praxis aussehen könnte.



Erprobung des Tellimero

Nach einer mehrwöchigen Erprobungsphase wurde das bisher Erlebte in großer Runde reflektiert. Das Team stellte fest: „Das Thema digitale Medien ist für uns kein Tabu mehr“ und „Auch im Team hat es eine Veränderung der Bereitschaft (sich mit dem Medium Tablet zu beschäftigen) gegeben.“



Digitale Lupe im Einsatz



Tellimero

Es wurden Ziele für die Zukunft in den Blick genommen: „Ich würde mir wünschen, dass das Thema aktiv und präsent in unserem Alltag bleibt“. Die Leitung Lena Burhorst fasste abschließend nochmal zusammen: „Mein Blick auf das Thema hat sich total verändert. Vor der Fortbildung habe ich mich gefragt, ob Tablets in der Kita sein müssen und jetzt denke ich ganz anders darüber. Der Vergleich mit dem Hammer machte mir das nochmal besonders bewusst.“



Einen Film erstellen mit Toontastic

Fortbildungen zu den verschiedenen Bereichen des Thema's Medienbildung können Kindertageseinrichtungen als individuelle Angebote bei uns buchen. Dabei sind verschiedene Themenschwerpunkte möglich: (Kurs 23F-6004)

- Medienaneignung und Medienkompetenz im Kindesalter
- Reflexion der Medienbiografie der Fachkräfte
- Digitale Medien: Was gibt es für Kitas?
- Digitale Medien im Einsatz mit Kindern
- Apps und andere Hilfsmittel im Einsatz
- Medienkonzept erstellen
- Entwicklung von Medienleitlinien/ Umgang der Kinder mit den Medien



Medienhelden malen



6022

Aus welchen Quellen schöpfe ich?

Mehr Wohlbefinden im aufregenden Alltag mit Kindern

Kindertagespflegepersonen sind emotional stark beansprucht. Sie müssen sich in die Lebenssituationen und Bedürfnislagen anderer hineinversetzen und sich auf sie einstellen. Sie bemühen sich um Einfühlbarkeit, wissen aber manchmal wenig über die eigenen Bedürfnisse. Zu diesen berufsspezifischen Ansprüchen kommen allgemeine Belastungsfaktoren, die Stress verursachen, hinzu: Zeitdruck, Überforderung, Existenzsorgen, Umweltbelastungen. Wenn Stress zur Daueranspannung oder der dauerhaften Überschreitung der Belastungsgrenze führt, können sich langfristige körperliche und seelische Probleme (Kopfschmerzen, Bluthochdruck, Schlafstörungen, Erschöpfung, Depression) einstellen.

Es geht darum, die nötigen Rahmenbedingungen für einen ausgewogenen Alltag zu schaffen und mit Belastungen gut umzugehen. Unter anderem können dabei regelmäßig angewendete Entspannungstechniken und Meditationseinheiten helfen, um für einen notwendigen Wechsel von Anspannung und Entspannung zu sorgen. Gerade auch die Einbindung von „Oasen der Stille“ während der Arbeit mit den Kindern ist wichtige Vorbildfunktion und Bildungsauftrag. Auch Kinder müssen neben Zeiten für Toben und Lärmen Stille, zur Ruhe kommen und Innehalten erfahren.

An diesem Abend haben Sie die Möglichkeit, erste Erfahrungen mit dem Konzept „Stark auch ohne Muckis“ zu sammeln. Gemeinsam werden Techniken kennengelernt, die die Teilnehmenden schnell in die Entspannung und zur Ruhe bringen können. An praktischen Beispielen zeigt die Dozentin Möglichkeiten auf, wie Kindertagespflegepersonen sowohl eigene Wohlfühlöasen wie auch gemeinsame mit den Kindern auf spielerische Weise schaffen können.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel:

- Die Teilnehmenden lernen durch Achtsamkeitsübungen und Meditationen ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse wahrzunehmen.

- Sie erfahren die Bedeutung von Zeiten der Ruhe und Stille als Abwechslung zu Toben und Lärmen im Umgang mit den Kindern.

Leitung Erika Ellers

Termin Donnerstag, 23.02.2023,
18:30 – 21:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6023

Beobachtung und Dokumentation – was heißt das für die Kindertagespflege?

Im niedersächsischen Gesetz für Kindertagesstätten und Kindertagespflege (NKitaG) steht: „Ausgangspunkt der Förderung eines Kindes [...] in der Kindertagespflege ist die regelmäßige Beobachtung, Reflexion und Dokumentation seines Entwicklungs- und Bildungsprozesses.“ Was genau bedeutet dies aber nun für den Alltag der Kindertagespflegepersonen? Unter anderem mit dieser Frage möchte sich die Dozentin an diesem Abend mit den Teilnehmenden auseinander setzen. Weiterhin wird es einen Einblick in die vom Landkreis Vechta empfohlenen Verfahren zur Dokumentation von Entwicklungsprozessen geben.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel:

- Vermittlung der Bedeutung von Beobachtung und Dokumentation zur Gestaltung des Alltags
- Einblick in Methoden der Dokumentation
- Perspektiven zur Umsetzung in der Kindertagespflege

Leitung Nina Trottnow

Termin Mittwoch, 08.03.2023,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6024

Entwicklung der Demokratiefähigkeit bei Kindern

Das Lernen von Demokratiefähigkeit bei Kindern in professioneller Betreuung wird derzeit ständig politisch gefordert; doch wie entwickelt sich diese Fähigkeit bei

Kindern? Mit dieser Veranstaltung wird darüber informiert, welche Vorläufer diese Fähigkeit in der frühen Entwicklung hat. Damit ist es Kindertagespflegepersonen möglich, Demokratiefähigkeit bei Kindern zu fördern, so dass diese dann im Grundschulalter ein Verständnis für demokratisches Handeln aufbauen können.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel:

- Vermittlung profunder Kenntnisse über die Vorläufer von Demokratiefähigkeit
- Kenntnisse über Fördermöglichkeiten von Demokratiefähigkeit

Leitung Dr. Erika Butzmann

Termin Dienstag, 21.03.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos!

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6025

Krisen und Konflikte in der Kindertagespflege

„I don't like Mondays“ sangen vor vielen Jahren „The Boomtown Rats“ - und viele Menschen stöhnen auch heute noch so am Wochenanfang. Okay, nicht jeder Montag führt zu schlechter Laune oder löst eine Krise aus, aber der Start in die neue Arbeitswoche fällt manchmal schwer.

In der Kindertagespflege ist das vielleicht anders, oder? Wie gehen Sie mit Stress und Konflikten um? Haben Sie dafür eine gute Selbstsorge entwickelt? Welchen Stress bringen die Kinder mit, die täglich von Ihnen versorgt, betreut und gefördert werden? Und welche Krisen und Konflikte lösen die Eltern aus, die ihre Kinder in die Obhut der Kindertagespflege geben, wo dann den ganzen Tag gespielt, gesungen und gelacht wird?!!

In diesem Kurs wollen wir ins Gespräch kommen. Finden Sie Wertschätzung und Anerkennung im beruflichen Alltag oder fühlen Sie sich wie eine Erzieherin zweiter Klasse? Wir wollen uns mit unserem Verhalten bei Konflikten beschäftigen. Und wie gehen wir mit krisenhaften Entwicklungen um, die wir bei den Kindern und Familien, die wir betreuen, sehen oder vermuten? Wir sprechen über das berühmte Bauchgefühl und unsere Verantwortung, damit sorgsam umzugehen. Bringen Sie Ihre Fragen und Themen mit.



Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel:

- Eigenes Verhalten in Konfliktsituationen besser verstehen
- Die Teilnehmenden lernen und verstehen, Konflikte frühzeitig zu lösen.
- Die Teilnehmenden lernen den Gegenüber in Konflikten anders wahrzunehmen, indem sie ihren Blickwinkel auf die Situation hin verändern lernen.

Leitung André Grabbe

Termin Samstag, 13.05.2023,
9:00 – 12:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6026

Digitale Helfer im Einsatz Medienbildung in der Kindertagespflege

Kinder wachsen in einer digitalen Welt auf, in ihrem Alltag begegnen ihnen täglich digitale Helfer. An diesem Abend möchte die Dozentin sich gemeinsam mit Ihnen verschiedene digitale Helfer anschauen, dabei wird es um den sinnvollen Einsatz dieser Werkzeuge im pädagogischen Alltag gehen. Aber auch darum, wie Sie als Kindertagespflegeperson sich gemeinsam mit den Kindern auf den Weg machen können, die Chancen der digitalen Helfer zu entdecken.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel:

- Wissen über verschiedene digitale Helfer
- Erprobung der vorgestellten Materialien
- Vermittlung von Ideen und Anregung für den Einsatz der digitalen Helfer in der Kindertagespflege

Leitung Nina Trottnow

Termin Donnerstag, 01.06.2023,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6027

Neue Lieder für die Kindertagespflege

An diesem Abend möchte die Dozentin mit den Teilnehmenden verschiedene

Kinderlieder entdecken, dabei wird es auch um Einsatzmöglichkeiten im Alltag der Kindertagespflege gehen. Die Kindertagespflegepersonen bekommen neue Ideen und Umsetzungsmöglichkeiten im Musizieren und Singen mit Kindern. Es werden Varianten der Gestaltung von Singkreisen gezeigt, die die Kinder aktiv mit einzubeziehen. Am Ende dieses Abends haben die Teilnehmenden die Möglichkeit mit vielen neuen Ideen im Bereich Musik und deren Umsetzung in den Alltag der Kindertagespflege zu gehen.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel:

- Kennenlernen neuer Lieder in der Kindertagespflege
- Vermittlung von Ideen zum Einsatz der Lieder im Alltag
- Möglichkeiten der Beteiligung von Kindern in der Gestaltung des Musizieren

Leitung Marlene Aßling

Termin Dienstag, 13.06.2023,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos!

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6028

Gemeinsam sind wir stark! – Erziehungspartnerschaft in der Kindertagespflege

Erziehungspartnerschaft bedeutet die Zusammenarbeit von Eltern und Kindertagespflegepersonen. Ein partnerschaftlicher Umgang zwischen Eltern und der Kindertagespflegeperson stellt eine wichtige Basis in der Arbeit mit Kindern dar. Dabei ist es wichtig, gemeinsam Schritte zu entwickeln und sich über Methoden der Erziehung des Kindes sowie über die dabei auftauchenden Probleme und Lösungsideen auszutauschen.

An diesem Abend kommt die Dozentin mit den Kindertagespflegepersonen 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.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel:

- Kennenlernen des dialogischen Ansatzes

- Wahrnehmung des positiven Einflusses von Respekt, Ehrlichkeit und Verbindlichkeit in Erziehungspartnerschaften

Leitung Linda Hoge

Termin Donnerstag, 22.06.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Vernetzungstreffen für Kindertagespflege- personen

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

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek, die zu Hause betreuen

6030

Vernetzungstreffen in Vechta

Leitung Bianca Senouwoe, Bettina Espelage

Termin Dienstag, 17.01.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6031

Vernetzungstreffen in Vechta

Leitung Bettina Espelage, Bianca Senouwoe

Termin Dienstag, 14.03.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6032

Vernetzungstreffen in Vechta

Leitung Bianca Senouwoe, Bettina Espelage

Termin Dienstag, 09.05.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



6033

Vernetzungstreffen in Visbek

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Visbek, die zu Hause betreuen

Leitung Maria Hoving-Warneck

Termin Montag, 13.03.2023,
19:30 – 21:45 Uhr
Montag, 08.05.2023,
19:30 – 21:45 Uhr
Montag, 03.07.2023,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Vernetzungstreffen der Großtagespflegestellen aus Vechta und Visbek

Ein Treffpunkt für alle aktiven Kindertagespflegepersonen, die in einer Großtagespflege arbeiten. Die Vernetzungstreffen dienen dem Informations- und Erfahrungsaustausch mit anderen Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek.

Um Anmeldung wird gebeten.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die in einer Großtagespflegestelle in Vechta oder Visbek arbeiten

6034

Vernetzungstreffen

Leitung Maria Hoving-Warneck

Termin Mittwoch, 03.05.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Großtagespflegestelle

6035

Vernetzungstreffen

Leitung Bettina Espelage

Termin Mittwoch, 03.05.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Großtagespflegestelle

6036

Vernetzungstreffen

Leitung Bianca Senouwe

Termin Mittwoch, 03.05.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Großtagespflegestelle

Aufbauqualifizierung für Kindertagespflege- personen aus dem Landkreis Vechta

Anmeldungen sind nur telefonisch ab Montag, 05.12.2022, 10:00 Uhr über das Kindertagespflegebüro unter 04441 - 93778-18 möglich.

6060

Klarheit und Kommunikation Erste Elterngespräche führen - passen wir zusammen? – Modul 1

Gerade neue Kindertagespflegepersonen fühlen sich bei den ersten Elterngesprächen unsicher, es fehlt (noch!) die Erfahrung und die Sicherheit im Umgang mit der Situation. In diesem Workshop erarbeiten wir mit Ihnen als Kindertagespflegepersonen einen Rahmen, wichtige Eckpunkte und ein Konzept für dieses erste wichtige Treffen, wovon auch erfahrene Kindertagespflegepersonen profitieren. Alle beteiligten Erwachsenen müssen harmonisch und wohlwollend zusammenarbeiten, um die bestmögliche Betreuung für das Kind zu erreichen. Bitte mitbringen: Wasser als Getränk.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen

Ziel:

- Rahmen, Eckpunkte und Konzept für erste Elterngespräche
- 5-Schritte Lernmodell nach Dr. Paul Dennison

Leitung Eva Wolke-Hanenkamp

Termin Dienstag, 18.04.2023,
18:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6061

Kommunikation - das kann man üben – Modul 4

Eigentlich fühlen wir uns sicher in der Art und Weise, wie wir miteinander reden. In

der Familie hören wir schon am Tonfall, wie etwas gemeint ist. Freunde müssen oft nicht viel sagen und trotzdem wissen wir Bescheid...

Doch wie ist es in unserem beruflichen Alltag? In der Kindertagespflege ist es hilfreich und sinnvoll, wenn man sich mit dem Thema „Kommunikation“ einmal auseinandersetzt und praktisch übt. Kennen Sie Gesprächstechniken, wie bereiten Sie kritische Gespräche gut vor? Wie wirken Sie auf ihren Kommunikationspartner, können Sie das Gespräch steuern?

In diesem Kursangebot wollen wir miteinander ins Gespräch kommen. Neben theoretischem Wissen ist das Ausprobieren viel wichtiger, lassen Sie uns reden.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen

Ziel:

- Gesprächstechniken
- Grundlagen der Kommunikation
- Reflexion der eigenen Gesprächsführung
- Umgang mit schwierigen Situationen/ Gesprächspartnern

Leitung André Grabbe

Termin Samstag, 06.05.2023,
9:00 – 12:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Wer fällt in Ohnmacht?

Gruppengröße: 10 bis 15 Personen

Schwierigkeit: leicht

Fokus: Vertrauen, Kooperation, Wahrnehmung

Ablauf:

Bei diesem Spiel handelt es sich um eine Vertrauensübung. Jeder Teilnehmer erhält eine Nummer – die Gruppe bekommt einen Moment Zeit sich die Nummern der Mitspieler*innen einzuprägen.

Die Musik wird gestartet und alle Teilnehmer der Gruppe laufen im Raum durcheinander. Der Spielleiter stoppt die Musik und ruft eine Nummer in den Raum. Der Teilnehmer mit dieser Nummer beginnt nun langsam in „Ohnmacht“ zu fallen. Alle anderen Teilnehmer müssen schnell erkennen, wer in „Ohnmacht“ fällt und der Person stützend beiseite stehen, bevor sie am Boden liegt. Wenn die Musik wieder startet, laufen die Spieler wieder durcheinander bis die nächste Nummer aufgerufen wird.

Steigerung: Der Spielleiter ruft mehrere Nummern hintereinander auf, sodass zwei oder drei Teilnehmer in „Ohnmacht“ fallen.



6062

Souverän und sicher Eingewöhnung des Kindes professionell und liebevoll gestalten – Modul 10

In diesem Vortrag klären wir zunächst allgemein die Situation, wenn ein Kind neu in die Kindertagespflege kommt und sich integrieren muss. Sie bekommen Informationen, welche Emotionen hinter dem Verhalten der Eltern und Kinder steht. Wir erarbeiten einen Rahmen, um eine gute Balance herzustellen im Eltern-Kindertagespflegepersonen-Team, der den Kindern im Alltag die Sicherheit gibt, die sie brauchen.

Bitte mitbringen: Wasser als Getränk.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel:

- in der Eingewöhnung: minimaler Stress beim Kind und gute Gruppenintegration
- 5-Schritte Lernmodell nach Dr. Paul Dennison

Leitung Christina Oberschmidt

Termin Montag, 22.05.2023,
18:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6063

Meine Kultur, deine Kultur - Kultursensible Pädagogik in der Kindertagespflege – Modul 11

An diesem Tag möchte die Dozentin mit den Teilnehmenden das Thema „Kultursensible Pädagogik“ erarbeiten. Sie schaut gemeinsam mit den Teilnehmenden, was kultursensible Pädagogik in der Kindertagespflege bedeutet. Es wird weiter darum gehen, wie jeder seine eigenen Werte, Traditionen und Vorstellungen in den Kindertagespflegealltag einbringt und wie wir den Werten, Traditionen und Vorstellungen der anderen respektvoll begegnen können.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel:

- Theoretisches Wissen zu einer kultursensiblen Pädagogik
- Vermittlung von Methoden und Anregungen um das pädagogische Angebot kultursensibel zu gestalten

- Reflektion des eigenen Handelns

Leitung Nina Trottnow

Termin Samstag, 18.02.2023,
9:30 – 14:30 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6064

Empathie und soziales Verstehen – Modul 15

Über die Entwicklung dieser Fähigkeiten gibt es immer wieder unterschiedliche Darstellungen, die in manchen Fällen zur Überforderung der Kinder in der Praxis führen können. Deshalb soll mit dieser Veranstaltung die Entwicklung in ihren Einzelheiten nachgezeichnet werden, damit Fachkräfte Anhaltspunkte haben, um die Kinder in ihrem Verhalten besser zu verstehen. Es wird darüber informiert, welche Vorläufer es für die Empathiefähigkeit gibt und wie sich das im Verhalten bei den kleinen Kindern zeigt. Mit diesem Wissen ist es Kindertagespflegepersonen möglich, das soziale Denken und Verstehen der Kinder zu fördern.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel:

- Kenntnisse über die Vorläufer von Empathiefähigkeit
- Kenntnisse über Anzeichen im Verhalten bei kleinen Kindern
- Möglichkeiten der Förderung von sozialem Denken und Verstehen

Leitung Dr. Erika Butzmann

Termin Samstag, 11.03.2023,
10:00 – 13:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6065

Beobachtung und Dokumentation – Modul 16

Beobachtung ist die Grundlage von elementarpädagogischem Handeln und der Gestaltung einer anregenden Lernumgebung. Sie soll das Ziel verfolgen, die Bedürfnisse, Interessen und Themen der Kinder zu entschlüsseln und die Kinder so in ihrer Entwicklung zu begleiten. Geeignete Beobachtungsmöglichkeiten und deren Dokumentation (u.a. EBD nach

Petermann) kennenzulernen ist das Ziel des Kurses.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel:

- Die Beobachtung als Grundlage von elementarpädagogischem Handeln für die Bildung und Erziehung der Kinder zu nutzen.
- Bedürfnisse, Interessen und Themen der Kinder entschlüsseln und sie so in ihrer Entwicklung zu begleiten
- ungerichtete und gerichtete Beobachtungsverfahren, wie Entwicklungsbeobachtung und Dokumentation (EBD) nach Petermann kennenlernen und anwenden

Leitung Birgit Griefing

Termin Samstag, 04.03.2023,
9:00 – 14:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6066

Dokumentation von Entwicklungsprozessen – Modul 16

Ergänzend zum Modul Beobachtung und Dokumentation (23F-6065) möchte die Dozentin an diesem Abend das Thema Dokumentation in den Fokus rücken. Die Dokumentation stellt die Entwicklungsprozesse der Kinder dar und kann die Kindertagespflegepersonen dabei unterstützen, Meilensteine sichtbar zu machen. Es werden die beiden Dokumentationsverfahren „Der Beobachtungsbogen für Kinder unter 3 (Schnecke)“ und die Bildungs- und Lerngeschichten von Margaret Carr betrachtet, erprobt und ihr Einsatz in der Praxis besprochen.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen
Ziel:

- Vertiefung des Wissens zur Bedeutung von Dokumentation
- Kennenlernen verschiedener Instrumente der Dokumentation von Entwicklungsprozessen (Der Beobachtungsbogen für Kinder unter 3 Jahren „Schnecke“ und Bildungs- und Lerngeschichten)
- Möglichkeiten der Umsetzung in der pädagogischen Praxis

Leitung Nina Trottnow

Termin Donnerstag, 13.04.2023,
19:00 – 22:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



vhsConcept



Ulrike Ripke

Tel.: 04441 / 93 778 - 35
u.ripke@kvhs-vechta.de



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 „vhsConcept/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:
04442/93 708 - 0
oder
04441/93 778 - 0.



6081

Systemische/r Berater/in

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,
- der freien Praxis der Familien- und Paarberatung, Adoptionsvermittlung u. a.
- BeraterInnen in Einrichtungen der Familien- und Erziehungshilfe,
- der freien Praxis der Familien- und Paarberatung, Adoptionsvermittlung u. a.
- Beratungslehrkräfte an Schulen
- Psychologinnen und Psychologen
- Erzieherinnen und Erzieher
- Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen

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 „vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e.V.“.

Leitung N.N.

Termin Beginn ist am Freitag,
13.01.2023, 24 Abende,

Berufliche Bildung

jeweils freitags und samstags,
15:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 2.530,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6082

Systemische/r Familienberater/ in Aufbauqualifizierung (vhs-Concept)

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,
- der freien Praxis der Familien- und Paarberatung, Adoptionsvermittlung u. a.
- Beratungslehrkräfte an Schulen
- Psychologinnen und Psychologen
- Erzieherinnen und Erzieher
- Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen

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 „vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e. V.“.

Leitung Heike Moed-Kohl

Termin Beginn ist am Freitag,
24.02.2023, 24 Abende,
jeweils freitags,
15:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 2.110,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



HIGHLIGHT

6084

Infoveranstaltung: Fachkraft Kleinstkindpädagogik



Rawpixel.com / Shutterstock.com

Der Ausbau der Kinderbetreuung ist ein erklärtes Ziel der Bundesregierung. Neben der Notwendigkeit, mehr Krippenplätze einzurichten und die Infrastruktur

zu verbessern, ist die frühkindliche Bildung in den Fokus gerückt.

Ergebnisse der entwicklungspsychologischen, neurowissenschaftlichen und erziehungswissenschaftlichen Forschung haben dazu geführt, die kindliche Entwicklung in den ersten Lebensjahren neu zu bewerten. Hinzu kommt die Erkenntnis, dass Kinder, die unter schwierigen Lebensbedingungen aufwachsen, unter einer Beeinträchtigung von Bildungschancen leiden.

In der Gestaltung früher Lern- und Lebenswelten spielt neben der Familie folglich die Kindertageseinrichtung eine zentrale Rolle. Eltern wünschen sich die qualitativ beste Betreuung für ihr Kind. Um diesem Anspruch gerecht zu werden, vermittelt unser Lehrgang den Teilnehmenden eine dem aktuellen Lern- und Wissensstand angemessene Reihe praxisbezogener Inhalte.

Auflistung der Inhalte ist auf unserer Homepage angezeigt.

Die Teilnehmenden erhalten nach er-

folgreicher Teilnahme an der 170 Unterrichtsstunden umfassenden Weiterqualifizierung ein Zertifikat von „vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e.V.“. Voraussetzung dafür sind u.a. die aktive Teilnahme am Lehrgang sowie die erfolgreiche Teilnahme am Abschlusskolloquium.

Der Fortbildungslehrgang „Fachkraft Kleinstkindpädagogik“ soll im Herbst 2023 starten.

Zielgruppe:

- Pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen
- Erzieher/-innen
- Kinderpfleger/-innen
- Sozialassistent/-innen
- Pädagogische Mitarbeiter/-innen

Leitung Kristina Röhling, Sandra Bolles

Termin Dienstag, 18.04.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Charliene Sölter

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



Kathrin Wotsch

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

EDV

6200

Windows Grundlagenkurs

Dieser Einführungskurs ist speziell für Anfänger gedacht, die keinerlei Erfahrungen mit dem Computer haben und daran interessiert sind, in Ruhe die Grundlagen sowie verschiedene Anwendungsmöglichkeiten langsam kennen zu lernen und auszuprobieren.

Inhalte im Überblick:

- Elemente und Aufbau eines Computers oder Laptops
- Arbeiten mit Dateien, Dateiordnern und Verzeichnissen
- E-Mail, Internet

Bitte mitbringen: USB-Stick

Leitung Hans-Werner Bidder

Termin Beginn ist am Mittwoch,
11.01.2023, 3 Nachmittage,
jeweils mittwochs,
14:30 – 16:45 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Pressmaster / Shutterstock.com

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.

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.

Weitere Informationen zu unseren Ausbildungsberufen und dualen Studiengängen findest du auf unserer Homepage. **Wir freuen uns auf deine Bewerbung!**



SCAN MICH!



PÖPPELMANN

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

AUSBILDUNG
Der Grundstein.



Was verbindest du mit dem Begriff „vernetzt“ ?





6201

Textverarbeitung mit Word

Sie kennen das Textverarbeitungsprogramm WORD, nutzen das Programm aber nur als „Schreibmaschine“ und möchten das ändern.

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Word beruflich, privat oder für den Verein nutzen möchten. In kompakter Form werden wesentliche Elemente des Programms vorgestellt. Systematisch werden Seiten-, Zeichen- und Absatzformatierungen, deren feine Unterschiede sowie Tricks und Kniffe gezeigt.

Weitere Themen sind der

- Umgang mit Tabulatoren
- Tabellen
- Kopf- und Fußzeilen
- Aufzählungen
- Nummerierungen
- Seriendruckfunktionen und deren vielfältigen Anwendung
- Nutzung von Excel-Tabellen für den Seriendruck

Bitte mitbringen: USB-Stick

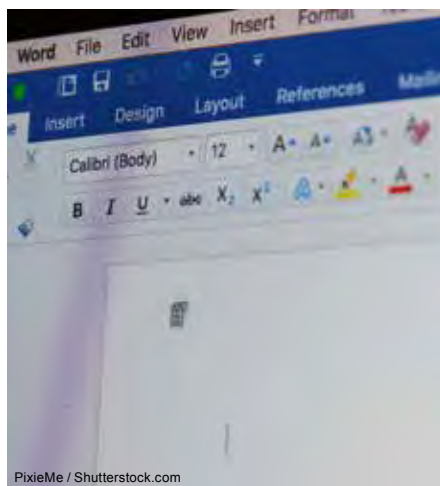
Voraussetzungen: Grundkenntnisse Windows

Leitung Hans-Werner Bidder

Termin Beginn ist am Mittwoch, 01.02.2023, 5 Nachmittage, jeweils mittwochs, 14:00 – 16:15 Uhr

Gebühr 105,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



PixieMe / Shutterstock.com

Weiter mit Bildung!



monticello / Shutterstock.com

6202

Outlook

Mit Outlook können Sie Termine organisieren und planen. Sie können ein Adressbuch pflegen, um schnell eine Telefonnummer zu finden. Mit den Aufgaben und der Nachverfolgung behalten Sie die Übersicht in Ihrem Posteingang. Profitieren Sie von nützlichen Tipps rund um Outlook!

Inhalte im Überblick:

- Planen von Terminen
- Drucken eines Terminkalenders
- Exportieren und Verwalten von Adressen
- Erstellen von Aufgaben und Notizen
- Tipps und Tricks zum Thema E-Mail

Bitte mitbringen: USB-Stick

Voraussetzungen: EDV Grundkenntnisse

Leitung Hans-Werner Bidder

Termin Beginn ist am Donnerstag, 20.04.2023, 3 Nachmittage, jeweils donnerstags, 14:30 – 16:45 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

vorstellen können. Mit Layout-Vorlagen können Präsentationen schnell und effektiv erstellt werden.

Anhand praktischer Übungen erproben Sie das Einfügen von Bildern, Grafiken, Elementen aus Word und Excel, die Festlegung zeitlicher Abläufe und Animationen.

Bitte mitbringen: USB-Stick

Voraussetzungen: EDV Grundkenntnisse

Leitung Hans-Werner Bidder

Termin Beginn ist am Mittwoch, 10.05.2023, 3 Nachmittage, jeweils mittwochs, 14:30 – 16:45 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Excel

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.

6203

PowerPoint

Präsentieren Sie noch oder überzeugen Sie schon?

Dieser Kurs zeigt, wie Sie eine Bildschirmpräsentation professionell gestalten und

6205

Excel Grundkurs

Lernen Sie im Anfänger-Seminar:

- Einführung, Bedienoberfläche



HIGHLIGHT

6204

Excel in Ruhe lernen

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

Leitung Bernd Wendelken

Termin Beginn ist am Dienstag, 07.02.2023, 6 Abende, jeweils dienstags und donnerstags, 18:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 132,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

- Zellenformatierungen, bedingte Formatierungen
- Arbeiten mit Formeln, direkten Bezügen, variablen Bezügen
- Kopieren von Zellen, Formeln, Arbeitsblätter
- Listenverwaltung, Suchen und Sortieren, Blatt schützen
- Erstellen, 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

Leitung Bernd Wendelken

Termin Beginn ist am Donnerstag, 02.03.2023, 6 Abende, jeweils donnerstags und dienstags, 18:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 132,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

KURZBACH
GmbH

Ihr Systemhaus für
Büroeinrichtung und
Bürokommunikation

www.kurzbach-vechta.de

**Ihr Partner für
Büro & Bildung.**



Berufliche Bildung

6206

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

Bitte mitbringen: USB Stick

Voraussetzungen: Gute Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC

Leitung Bernd Wendelken

Termin Samstag, 06.05.2023,
9:00 – 16:00 Uhr

Gebühr 44,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6207

Excel Aufbaukurs

Erlernen Sie im Fortgeschrittenen-Seminar:

- Umfangreichere Formeln (Verweise, Wenn-Dann, Text oder Datumsfunktionen)
 - Datenaustausch in andere Office-Programme
 - Datenimport, -organisation z.B. in Pivottabellen
 - Umsetzen komplexer Projekte nach Interesse der Teilnehmer z.B. Erstellen eines Dienstplans, eines Tilgungsplans
- Voraussetzungen: Voraussetzung für diesen Kurs sind ein geübter Umgang mit dem PC, die Teilnahme an einem vorangegangenen Anfängerkurs oder gute Grundkenntnisse in Excel.

Leitung Ralf Schiffer

Termin Beginn ist am Samstag,
22.04.2023, 2 Tage,
jeweils samstags,
9:00 – 14:00 Uhr

Gebühr 84,00 €

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?

digital campus
niedersachsen

Alle.
Einfach.
Digital.



jetzt auf www.digitalcampus-nds.de

Arbeit und
Leben
NIEDERSACHSEN

BNW

bildungswerk
ver.di

EVIA INSTITUT FÜR
ERWACHSENENBILDUNG
NIEDERSACHSEN

VERBUND

LEB

EVHS

vhs

Landesverband
Niedersachsen

VNB

VERBUND

VERBUND

VERBUND



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 Frage-techniken
- perfektes Serviceverhalten am Telefon
- aktives Verhalten am Telefon
- Empathie mit dem Kunden
- souveränen Umgang mit schwierigen Kunden
- Vermeiden von Negativ-Formulierungen

Unter der Leitung des Betriebswirtes Erich Machura werden viele praktische Übungen und Rollenspiele durchgeführt, die auf die konkreten Situationen im Betrieb vorbereiten.

Mit Hilfe von Tonbandaufzeichnungen gewinnen die Auszubildenden einen Eindruck von der eigenen Stimme und der eigenen Sprechweise.

Sie lernen, 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.

6300

Telefontraining für Auszubildende

Leitung Erich Machura

Termin Samstag, 11.03.2023,
9:00 – 16:00 Uhr

Gebühr 66,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6301

Telefontraining für Auszubildende

Leitung Erich Machura

Termin Samstag, 25.03.2023,
9:00 – 16:00 Uhr

Gebühr 66,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Veranstaltungen in Kooperation mit dem



Maria Abeling-Stegkämper

Tel.: 04441 / 99-2804
m.abeling-stegkaemper
@kvhs-vechta.de



Nicole Mucker

Tel.: 04441 / 99-2803
n.mucker@kvhs-vechta.de

Gesundheit

6400

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

Dieser berufsbegleitende Lehrgang ist für Personen geeignet, die in stationären Altenpflegeeinrichtungen als zusätzliche Betreuungskraft gem. § 43b, 53b 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 170 Unterrichtsstunden sowie ein zweiwöchiges Betreuungspraktikum von 80 Stunden.

Zielgruppe: Interessierte, Berufsrückkehrer, Neueinsteiger

Leitung Daniela Lamping

Termin Donnerstag, 09.02.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6401

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

Infotext siehe Infoveranstaltung

Leitung Daniela Lamping, Maria Zwick,
Rahel Ruhmüller, Verena Ries,

Elisabeth Muhle, Erika Rüwe, Annette Kooops, Daniela Rost
Kursbeginn ist am 14.03.2023
Der Unterricht findet dienstags und donnerstags vormittags und mittwochs abends statt.

Termin

Gebühr 1.062,50 €,

(inkl. Lehrgangsmaterial)
Der Kurs ist nach AZAV zertifiziert. Eine Förderung ist über die Arbeitsagentur bzw. das Jobcenter möglich. Interessierte benötigen einen Bildungsgutschein vor Kursbeginn, den sie vom zuständigen Jobvermittler erhalten.

Ort

Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6402

Infoveranstaltung: Qualifikation zum/zur HelferIn in der Pflege

Aufgrund des Pflegenotstandes werden dringend Pflegekräfte benötigt!

Die Qualifikation „HelferIn 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 174 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, Neueinsteiger

Leitung Daniela Lamping

Termin Mittwoch, 08.02.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



6403

Qualifikation zum/zur Helfer/in in der Pflege

Infotext siehe Infoveranstaltung

Leitung Daniela Lamping, Maria Zwick, Thurid Wensky, Anna-Maria Meyer, Susanne Fischer, Bernd Mekelnborg, Julia Langhorst, Rahel Ruhmöller, Verena Ries

Termin Kursbeginn ist am 14.03.2023
Der Unterricht findet dienstags und donnerstags abends und mittwochs vormittags statt.

Gebühr 1.177,98 €, (inkl. Lehrgangsmaterial)
Der Kurs ist nach AZAV zertifiziert. Eine Förderung ist über die Arbeitsagentur bzw. das Jobcenter möglich. Interessierte benötigen einen Bildungsgutschein vor Kursbeginn, den sie vom zuständigen Jobvermittler/in erhalten.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6404

Infoveranstaltung: Behandlungspflege nach LG1+LG2

Die Behandlungspflege beschreibt Leistungen, die von den Leistungserbringern im Rahmen der häuslichen Pflege mit den Krankenkassen verhandelt wurden. In Niedersachsen können Tätigkeiten aus der Leistungsgruppe (LG) 1 und 2 von Pflegehelfern übernommen werden. Darunter fallen unter anderem das An- und Ausziehen von Kompressionsstrümpfen, das Vorbereiten und Durchführen von Inhalationen, medizinische Einreibungen, das Richten von dermatologischen Bädern und das Verabreichen von Medikamenten. Zusätzlich vermittelt dieser Kurs auch Tätigkeiten der Behandlungspflege, die in der stationären Pflege benötigt werden, wie beispielsweise das Messen von Blutdruck und Blutzucker oder das Richten von Injektionen. Nach Abschluss des Kurses sind Sie qualifiziert bestimmte Leistungen der Behandlungspflege gemäß §7 der Vereinbarung über die häusliche Krankenpflege in Niedersachsen vom 01.03.2016 i.V. m. §132 a Abs. 2 SGB V durchzuführen.

Zielgruppe: Helfer in der Pflege und Altenpflege

Leitung Daniela Lamping

Termin Mittwoch, 28.06.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6405

Infoveranstaltung: Alltagshelfer nach SGB XI (AZUA)

Menschen, die sich nicht mehr vollständig selbst versorgen können, benötigen die Hilfe von anderen Menschen. Dies betrifft nicht nur die körperliche, sondern auch die psychische und seelische Verfassung. Um Hilfebedürftigen die Möglichkeit zu geben möglichst lange in der Häuslichkeit zu verbleiben, sind sie auf die Hilfe von anderen Menschen angewiesen. Diese Hilfe umfasst z.B. Unterstützung beim Einkaufen, Begleitung zu Arztbesuchen oder einfache Betreuungsleistungen. In diesem Kurs erhalten Sie benötigtes Wissen und Fertigkeiten, die ihnen bei ihren Aufgaben als „Alltagshelfer“ von Nutzen sein werden.

Dieser Kurs entspricht den Anforderungen der Verordnung über die Anerkennung von Angeboten zur Unterstützung im Alltag nach dem 11. Buch des Sozialgesetzbuchs (AnerkVO SGB XI) vom 11. Januar 2022 und des §45 SGB XI.

Leitung Daniela Lamping

Termin Donnerstag, 29.06.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



Weiter mit Bildung!

6406

Infoveranstaltung: Weiterbildung zum/zur PflegeberaterIn (§ 7a, § 45, § 37,3 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 Verbin-



dung 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 Bucker

Termin Donnerstag, 09.02.2023, 18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

6407

Weiterbildung zum/zur PflegeberaterIn (§ 7a, § 45, § 37,3 SGB XI)

Infotext siehe Infoveranstaltung

Leitung Thorsten Bucker

Termin Kursbeginn ist am 23.03.2023
10 Module
je Modul: donnerstags, freitags und samstags

Gebühr 2.500,00 €, (Ratenzahlung möglich), Einzelmodule buchbar

Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

6408

Refresher Pflegeberatung bei Demenz Typ Alzheimer

In Kooperation mit Bueckerconsult – Bildung & Beratung im Gesundheitswesen (www.buecker-consult.de)

Die Pflegeberatung nimmt einen immer größeren Stellenwert im Gesundheitswesen bei einem Anstieg pflegebedürftiger Menschen im Versorgungssystem ein. Einen Angehörigen zu begleiten, der z. B. an einer Demenzerkrankung leidet, erfordert Kraft, Geduld und Einfühlungsvermögen. Die Symptome der Erkrankung können sehr vielschichtig sein. Ebenso wie die Herausforderung durch die Pflegesituation, die Belastung im sozialen Umfeld und die Leistungsmöglichkeiten zur Unterstützung. In dieser Fortbildung wird nochmal auf das Krankheitsbild Demenz Typ Alzheimer eingegangen, auf die Optionen für eine

Pflegeberatung sowie auf lösungs- und systemorientierte Beratung für PB nach § 7a SGB XI.

Zielgruppe: Pflegeberater § 7a SGB XI, Pflegeberater nach § 45b SGB XI, PDL, Interessierte

Leitung Thorsten Bucker

Termin Donnerstag, 23.02.2023, 9:00 – 16:15 Uhr

Gebühr 135,00 €

Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

6409

Vorankündigung: Refresher Pflegeberatung bei Lipödemen

In Kooperation mit Bueckerconsult - Bildung & Beratung im Gesundheitswesen Die Pflegeberatung nimmt immer mehr einen großen Stellenwert im Gesundheitswesen bei einem Anstieg pflegebedürftiger Menschen im Versorgungssystem ein.

In dieser Fortbildung geht es um das Krankheitsbild Lipödem. Dabei handelt es sich um eine Fettverteilungsstörung an den Extremitäten, Hüfte und Gesäß. Inhalte dieser Veranstaltung sind das Lipödem als Störung der Fettverteilung, das Lipödem als Merkmal der Pflegebedürftigkeit, sowie die Optionen für eine Pflegeberatung und lösungs- und systemorientierte Beratung für PB nach § 7a SGB XI.

Zielgruppe: Pflegeberater § 7a SGB XI, Pflegeberater nach § 45b SGB XI, PDL, Interessierte

Leitung Thorsten Bucker

Termin Donnerstag, 14.09.2023, 9:00 – 16:15 Uhr

Gebühr 135,00 €

Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

6410

Infoveranstaltung: Weiterbildung zur Medizinischen Kodierfachkraft

In Kooperation mit BueckerConsult - Bildung & Beratung im Gesundheitswesen Das Berufsbild der Medizinischen Kodierfachkraft gewinnt immer mehr an Bedeutung. Die Krankenhäuser unterliegen einem immer größer werdenden Druck, wirtschaftlich und effizient zu arbeiten.

Erfahrungen zeigen, dass Ärzte/Ärztinnen und medizinisches Fachpersonal häufig mit der Doppelbelastung, bestehend aus Behandlungsalltag sowie der wachsenden Komplexität einer sachgerechten Dokumentation und Kodierung der behandelten Fälle, überfordert sind. Um diese Berufsgruppen zu entlasten sowie die notwendige Informationsverarbeitung und -auswertung zu optimieren, sind die deutschen Kliniken zunehmend auf speziell ausgebildete Kodierfachkräfte angewiesen. Dieses sollten über Kenntnisse verfügen, die weit über ein medizinisches Grundverständnis, weiterführende Kenntnisse zum DRG-System, betriebswirtschaftlichen Sachverstand sowie praxisorientierte EDV-Kompetenzen hinausreichen.

Ziel ist es, dass die TeilnehmerInnen in dieser praxisnahen Weiterbildung die Kodierung der ICD- und OPS-Schlüssel sowie den Umgang mit den deutschen Kodierrichtlinien (DKR) zur sachgerechten Umsetzung im DRG-System lernen.

Seminarumfang:

80 Unterrichtsstunden Präsenz sowie tutorielle Begleitung, (5 Module á 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 Bucker

Termin Donnerstag, 23.03.2023, 18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

6411

Weiterbildung zur Medizinischen Kodierfachkraft

Infotext siehe Infoveranstaltung

Leitung Thorsten Bucker

Termin Termin auf Anfrage
5 Module

Je Modul: donnerstags, freitags und samstags

Gebühr 1.795,00 €, (Ratenzahlung möglich), Einzelmodule buchbar

Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

Einfach, effizient, erfolgreich: SEMCO und KVHS Vechta starten Ausbildungskooperation

Glasveredeler SEMCO aus Vechta und die KVHS Vechta e.V. kooperieren

Vechta – Der Glasveredeler SEMCO aus Vechta und die KVHS Vechta e.V. kooperieren ab sofort im Bereich der beruflichen Ausbildungsförderung. SEMCO setzt zur Gewinnung junger Nachwuchskräfte seit einiger Zeit verstärkt auf die Zusammenarbeit mit Bildungseinrichtungen.



(v. l. n. r.) Bernhard Feldmann (Geschäftsführer Region Nord der SEMCO-Gruppe), Ulrike Ripke (Pädagogische Leiterin KVHS Vechta), Sylvia Wessel (Maßnahmeleitung BvB im Ludgerus-Werk Lohne), Jasmin Gassert (Mitarbeiterkoordinatorin SEMCO-Vechta) und Andy Baumann (kfm. Niederlassungsleiter SEMCOVechta).

Daraus ist ein echtes Erfolgsmodell entstanden. „Als SEMCO-Gruppe sind wir ein großer Mittelständler mit langer Tradition und tiefer Verwurzelung an all unseren Standorten. Dennoch müssen wir bei der Gewinnung von Auszubildenden immer kreativer werden“, erklärt Bernhard Feldmann, Geschäftsführer Region Nord, mit Blick auf den zunehmenden Fachkräftemangel. Für SEMCO habe sich der persönliche Kontakt zu Schulen, Lehrkräften und Schülern bewährt. „So können wir uns gegenseitig kennenlernen und unkompliziert über Schnuppertage und Praktika eine Zusammenarbeit testen.

Diese mündet in den meisten Fällen nahtlos ohne unnötige Bürokratie in ein Ausbil-

dungsverhältnis. Einfach, effizient, erfolgreich – von diesem Dreiklang profitieren alle Beteiligten“, so Feldmann weiter.

Bei ihren Kooperationen beschränkt sich die SEMCO-Gruppe keinesfalls nur auf klassische Schulformen. So arbeitet das Unternehmen im Ammerland mit zwei Förderschulen mit dem Schwerpunkt emotionale und soziale Entwicklung zusammen. Und auch mit Bildungsträgern im Bereich der Erwachsenenbildung, wie der KVHS Vechta und dem Ludgerus-Werk Lohne, die als Bietergemeinschaft in der Berufsvorbereitenden Bildungsmaßnahme (BvB) Jugendliche auf einen Schulabschluss auf dem 2. Bildungsweg oder eine Ausbildung vorbereiten.

„Wir freuen uns sehr über die Kontaktaufnahme und Offenheit der SEMCO. Das ist leider nicht selbstverständlich“, sagt Sylvia Wessel, Maßnahmeleiterin im Ludgerus-Werk für die BvB. „Für unsere Teilnehmer suchen wir nach Türöffnern, die ihnen eine Chance geben. Das ist für ihren weiteren Lebensweg elementar. Mit SEMCO haben wir einen weiteren Türöffner und Chancengeber gefunden“, so Ulrike Ripke, pädagogische Leiterin KVHS Vechta. Im Rahmen der Kooperationsvereinbarung bietet SEMCO pro Schul- oder Kalenderjahr u. a. zwei Besuche in den Partnereinrichtungen, einen Projekttag zur Erstellung kleiner Glasprodukte, ein Bewerbungstraining, zwei Betriebsbesichtigungen, die Teilnahme an Ausbildungsmessen der Einrichtungen sowie Praktikumsmöglichkeiten für Schüler sowie Lehrkräfte bzw. Teilnehmer und Betreuer.

In der SEMCO-Gruppe genießt die Berufsausbildung seit über 40 Jahren einen besonderen Stellenwert. Aktuell werden insgesamt mehr als 100 Nachwuchskräfte ausgebildet. 2023 sollen gruppenweit weitere 60-70 Auszubildende bei SEMCO in ihr Berufsleben starten. „Während das Ausbildungsplatzangebot in vielen Unternehmen sinkt, steigt unser Ausbildungsbedarf von Jahr zu Jahr“, berichtet Bernhard Feldmann. Auch in Vechta suche das Unternehmen wieder angehende Maschinen- und Anlagenführer sowie Industriekaufleute. Bewerbungen sowie Kooperationsanfragen nimmt **Frau Jasmin Gassert** als Mitarbeiterkoordinatorin der SEMCO-Vechta unter **044 41/92 44 66** sowie **j.gassert@semcoglas.de** entgegen.

Über SEMCO

Die SEMCO-Gruppe ist mit rund 1.800 Mitarbeitern europaweit 21 Standorten Kompetenzpartner für Glas in Fenster, Fassade und Interieurbereichen und zählt zu den Taktgebern bei Fortschritt und Innovation in der europäischen Flachglasbranche. Die Gruppe wird von der Semcoglas Holding im niedersächsischen Westerstede gesteuert und mit zentralen Dienstleistungen unterstützt. 2021 erwirtschaftete das Unternehmen einen Gesamtumsatz von rund 290 Millionen Euro. SEMCO wurde 2019 vom FAZ Institut als Deutschlands begehrtester Arbeitgeber der Glasindustrie und 2021 mit dem 1. Preis für innovative Ausbildung der Nordwest-Zeitung ausgezeichnet. In Vechta produziert und vertreibt SEMCO mit seinen rund 90 Beschäftigten vorwiegend Isoliergläser für Fenster und Fassaden.

Ausbildungsberufe bei SEMCO Vechta

- **Gewerblich-technisch:**
Maschinen- und Anlagenführer (m/w/d)
- **Kaufmännisch:**
Industriekaufmann (m/w/d)



Fortbildungen für Medizinische/ Zahnmedizinische Fachangestellte

6412

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 Begleitung 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 Heike Hammer-von Seggern

Termin Mittwoch, 01.03.2023,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Notfälle in der ärztlichen Praxis

Notfallsituationen sind in der 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 Arztpraxis

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

6413

Notfälle in der ärztlichen Praxis

Leitung Hartmut Stunkat

Termin Mittwoch, 15.03.2023,
18:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 33,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Bürgerm.-Möller-Platz 1

6414

Notfälle in der ärztlichen Praxis

Leitung Hartmut Stunkat

Termin Mittwoch, 21.06.2023,
18:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 33,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Bürgerm.-Möller-Platz 1

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

Berufliche Bildung

- Arbeitsschutzmaßnahmen
- Umgang mit Desinfektionsmitteln
- Umgang mit Persönlicher Schutzausrüstung (PSA)

6415

Grundlagen der Hygiene

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

Leitung Bianca Rommel

Termin Mittwoch, 19.04.2023,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

HIGHLIGHT

6416

Multiresistente Erreger (MRE) – Sanierung eines Patienten

Die Resistenz diverser Bakterien auf Antibiotika nimmt zu. Wenn Bakterien gegen mehrere Antibiotika resistent sind spricht man von multiresistenten Erregern.

In dieser Schulung erfahren Sie, wie Sie einen Patienten in der Praxis sanieren und richtig behandeln bei einer MRSA Infektion. Was muss unternommen werden und wie ist der Ablauf der Sanierung?

Seminarinhalte:

- MRSA-Sanierung
- Einführung multiresistente Erreger
- MRSA, ESBL, MRGN, VRE
- Hygienemanagement
- Barriere Maßnahmen

Zielgruppe:

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

Leitung Bianca Rommel

Termin Mittwoch, 10.05.2023,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!



6417

Aufbereitung von Medizinprodukten

- Neuerungen in der Gesundheitsversorgung - Kostendruck und erhöhte Anforderungen im Bereich der Medizinprodukte-Aufbereitung erfordern nicht nur bei Ärzten einen hohen Kenntnisstand, sondern auch bei Zahn/Medizinischen Fachangestellten. Diese Fortbildung vermittelt Ihnen einen Überblick über die gesetzlichen Anforderungen, Normen, Verordnungen und Empfehlungen. Durch Ihr Wissen erhöhen Sie die Patientensicherheit und Ihren Eigenschutz wesentlich und erfüllen die gesetzlichen Verpflichtungen.

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

Leitung Heike Hammer-von Seggern
Termin Mittwoch, 24.05.2023, 18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr 33,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6418

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.

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

Ziel: Ziel ist es, einen praktischen Lösungsansatz für einen Praxisbetrieb zu vermitteln.

Leitung Yvonne Borgerding
Termin Mittwoch, 07.06.2023, 18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr 33,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6420

Vorankündigung: Die richtige Händedesinfektion in der Praxis

Wie wichtig die richtig durchgeführte Händedesinfektion ist, ist uns Menschen ja nicht erst seit der Pandemie klar. Insbesondere ist sie in Einrichtungen, wo viele erkrankte Menschen aufeinander treffen, wie in Kliniken oder Arztpraxen, extrem wichtig. Studien belegen, dass nur 50% des medizinischen Personals die einschlägigen Empfehlungen zur Händehygiene befolgen.

Unser Kurs gibt Ihnen einen umfangreichen Überblick über die aktuellen Entwicklungen.

Themen sind:

- Einführung
- Die Hand als Überträger
- Händewaschung
- Hygienische Händedesinfektion
- (chirurgische Händedesinfektion) falls notwendig
- Einmalhandschuhe
- Hautschutz
- Praktische Übungen mit der Schwarzlichtbox

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

Leitung Bianca Rommel
Termin Mittwoch, 06.09.2023, 18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

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)



6421

Vorankündigung: Grundlagen der Hygiene

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

Leitung Bianca Rommel
Termin Mittwoch, 11.10.2023, 18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr 33,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

HIGHLIGHT

6419

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.

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

Ziel: Ziel der Fortbildung: Professionalisierung des Umgangs mit Konflikten, Aggressionen und Gewalt, Etablierung von Handeln und Denken zur Erarbeitung von Deeskalationskompetenzen.

Leitung Tim Reinermann
Termin Mittwoch, 05.07.2023, 17:00 – 20:00 Uhr

Gebühr 44,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



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“, „Transport/Lagerlogistik“ 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

RehaINT (Fachpraktiker Hauswirtschaft und Metall)

Ausbildung in den beiden Berufen für Personen mit besonderem Förderbedarf

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

ganzheitliche berufsbegleitende Betreuung - gbB (§16e und i / SGBII)

individuelles Einzelcoaching zu Beginn der Arbeitsaufnahme nach längerer Beschäftigungslosigkeit, Begleitung im Betrieb für Arbeitgeber und Arbeitnehmer

Angebote der KVHS zur beruflichen Qualifizierung (AZAV-zertifiziert)



Zielgruppe: Personen in längerer Beschäftigungslosigkeit

Fit für Arbeit (Vollzeit)

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: Berufsrückkehrerinnen

Fit für Arbeit – Teilzeit

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

Zielgruppe: sonstige Personen

Bewerbungscoaching (BWC)

Bewerbungstraining für alle, die einen Ausbildungsplatz suchen, arbeitslos sind oder von der Arbeitslosigkeit bedroht sind und mit einer überzeugenden Bewerbungsstrategie die Chancen im Arbeitsmarkt verbessern wollen

Umschulung zum/zur Koch/Köchin

Fortbildung zum/zur Küchenhelfer/in

Qualifizierung zum/zur Helfer/in in der Pflege

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

Bei Fragen zu diesen Maßnahmen berät Sie:

Ralf Schopmans, Tel: 04441 / 93778-0, info@kvhs-vechta.de



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**, Bürgermeister-Winkler-Str. 35: **Renate Hitz**, Tel: 04471/ 15-383

In **Vechta**, Ravensberger Str. 20: **Nancy Menke**, 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.





**SPRACH
BARRI
ERE
„ÜBER
WIND
ERIN**

**Mache dir
Fremdes vertraut.**



Sprachen



Elnaz Allen

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



Maria Jäger

Tel.: 04441 / 93778-36
m.jaeger@kvhs-vechta.de

Englisch	89
Spanisch	92
Französisch	93
Italienisch	94
Latein	95
Türkisch	96
Arabisch	96
Portugiesisch	96
Niederländisch	96
Persisch	97
Chinesisch	97
Deutsch als Fremdsprache	97
Gebärdensprache	101
Sprachkurse für Kinder	101



SPRACHNIVEAU - Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen (GER)

	Stufe A1	Stufe A2	Stufe B1	Stufe B2
Hören	Ich kann alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen, wenn deutlich und langsam gesprochen wird.	Ich kann einfache Informationen zu Themen, wie Beziehung, Familie, persönliche Interessen, Arbeit, Wohnen und Umgebung verstehen. Lautsprecherdurchsagen (Flughafen, Bahnhof) verstehe ich, wenn kurz und klar gesprochen wird.	Ich kann das Wesentliche verstehen, wenn es um Themen geht, die mir vertraut sind und klare Standardsprache verwendet wird. Bei Radio- und Fernsehsendungen verstehe ich das Wesentliche, wenn mich die Themen interessieren und langsam und deutlich gesprochen wird.	Ich kann in Alltag und Beruf längeren Redebeiträgen folgen, wenn mir die Thematik einigermaßen vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen und Reportagen verstehen.
Lesen	Ich kann vertraute Namen, Wörter und einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern, Plakaten oder in Prospekten.	Ich kann in kurzen Texten (Anzeigen, Prospekte, Faxe, E-Mails, Fahrpläne usw.) das Wichtigste verstehen.	Ich kann längere Texte verstehen, in denen überwiegend solche Sprache vorkommt, die in Alltag und Beruf häufig verwendet wird.	Ich kann Artikel und Berichte lesen, auch in Fachzeitschriften zu mir vertrauten beruflichen Themen. Ich verstehe literarische Texte wie z. B. Kurzgeschichten oder Krimis.
An Gesprächen teilnehmen	Ich bin darauf angewiesen, dass meine Gesprächspartner sehr langsam sprechen und sich darauf einstellen, dass ich die Sprache noch nicht lange spreche.	Ich kann mich in Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten, direkten Austausch von Informationen geht. Ich verstehe aber noch nicht genug, um selbst ein Gespräch länger in Gang zu halten.	Ich kann die meisten Situationen sprachlich bewältigen, denen man auf Reisen begegnet. Ich kann ohne Vorbereitung an Gesprächen über Themen teilnehmen, die mir vertraut sind oder mich interessieren.	Ich kann mich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne besondere Anstrengung für die Gesprächspartner oder für mich möglich ist.
Zusammenhängend sprechen	Ich kann einfache Wendungen und Sätze gebrauchen, um anderen z. B. mitzuteilen, was ich möchte und was mich interessiert.	Ich kann in einigen Sätzen und mit einfachen Worten z. B. meine Familie, andere Leute, meine Ausbildung, meine Interessen, meine berufliche Tätigkeit beschreiben.	Ich kann Erfahrungen und Ereignisse, Wünsche und Ziele zusammenhängend beschreiben. Ich kann meine Meinung und Pläne erklären und begründen.	Ich kann mich zu sehr vielen Themen ausführlich äußern. Ich kann dabei Standpunkte erklären und Argumente ausführlich abwägen.
Schreiben	Ich kann eine kurze Postkarte, z. B. mit Fergiengrüßen, schreiben. Ich kann auf Formularen, z. B. bei Reisen, Namen, Adresse, Nationalität usw. eintragen.	Ich kann kurze Notizen und kurze persönliche Briefe verfassen.	Ich kann einen zusammenhängenden Text über mir vertraute Themen schreiben. Ich kann persönliche und formelle Briefe verfassen.	Ich kann ausführliche, verständliche Texte über eine Vielzahl von privaten und beruflichen Themen schreiben.



**ver·net·zen – networked – en réseau – en red –
in rete – شبكة الإتصال – ağ bağlantılı – 联网的 –
شبکه شده – объединять**

Liebe Kursteilnehmerinnen und liebe Kursteilnehmer,

vernetzt sein – das ist das Motto unserer aktuellen Ausgabe. Die besondere Fähigkeit spielt nicht nur im Alltag eine große Rolle, sondern auch beim Sprachunterricht. Individuelle Bedarfe können unterschiedlich abgerufen werden. Wir haben mehr Spielraum und unsere Möglichkeiten wachsen. Heute im Kursraum und morgen online. Doch was bedeutet Vernetzung eigentlich? Im Prinzip nicht mehr (oder weniger) als verbunden sein. Und das ist der Schlüssel zum Lernen.

Wir möchten Ihnen auch dieses Semester wieder ein buntes Programm anbieten. Von sprachlicher Flexibilität bis hin zu modernen Kurskonzepten. Ich hoffe das richtige Angebot ist für Sie dabei. Lassen Sie uns gemeinsam Verbindungen herstellen.

Cambridge Prüfungen

Die Cambridge English 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 Cam-

Haben Sie Interesse Ihre Fachkenntnisse weiter zu vermitteln?

Wir suchen immer neue Sprachdozenten. Schicken Sie Ihre Bewerbungsunterlagen an bewerbung@kvhs-vechta.de.

bridge 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.

Französisch 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.

Sollten Sie Interesse an einer Firmenschulung für Sprachen haben, kommen Sie gerne auf uns zu. Wir beraten Sie und stellen einen individuellen Lehrplan für Sie auf, der einen zielorientierten Unterricht verfolgt. Unsere Schulungen können auch online stattfinden. Bei Fragen stehen Ihnen die Fachbereichsleiter zur Verfügung.



Was sind Hybrid-Kurse:

Bei unseren Hybridkursen ist eine Online-Teilnahme an einem Präsenzkurs möglich. Die Dynamik eines „echten“ Kurses soll dabei erhalten bleiben. Über eine Plattform wie z.B. die vhs.cloud oder Zoom betritt der Teilnehmer den „visuellen“ Kursraum.

Dazu benötigen Sie nur einen Rechner mit Internet-Browser und einen normal schnellen Webzugang, idealerweise ein Headset und eine durchschnittliche Webcam (wie sie oft an den neuen Computern und Laptops schon integriert ist). Die Online-Teilnehmer hören dann sowohl den Dozenten als auch alle anderen Kurs-Teilnehmer. Sie sehen auf dem eigenen Bildschirm das vom Dozenten präsentierte Text-, Bild- oder Video-Material und natürlich ein Bild des Schulungsraumes. Die Online-Teilnehmer werden hingegen vom Dozenten immer virtuell in den Kurs einbezogen und deren Ton per Lautsprecher übertragen. Somit kann jeder Teilnehmer mit jedem kommunizieren – fast so, als wären alle Personen im Raum real anwesend! Hybrid-Kurse machen es möglich! Die Zugangsdaten bekommen Sie vor Kursbeginn zugeschickt.

Was sind Online-Kurse:

Online-Kurse finden ausschließlich über eine Plattform in einem virtuellen Klassenzimmer statt. Sie sind die moderne Version althergebrachter Kurse. In den Online-Kursen können Lerninhalte organisiert, erstellt und geteilt werden, sodass die Teilnehmer ihre Kenntnisse zu einem Thema erweitern können. Die Zugangsdaten bekommen Sie vor Kursbeginn zugeschickt.

Unsere Online-Kurse erkennen Sie an diesem Symbol:



Unsere Hybrid-Kurse erkennen Sie an diesem Symbol:



Unsere Hybrid- und Online-Kurse im Überblick:



Roman Samborskyi / Shutterstock.com



Einstufung und Beratung

Sie möchten einen Kurs bei uns belegen, wissen aber nicht auf welchem Sprachniveau Sie sich befinden? Vielleicht interessieren Sie sich auch für unsere Angebote und möchten beraten werden? An diesem Abend stehen wir Ihnen für Fragen zur Verfügung und stellen Ihnen bei Bedarf unsere gängigen Lehrwerke vor. Um Voranmeldung wird gebeten. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

7001

Einstufung und Beratung – Sprachen

Termin Donnerstag, 19.01.2023, 17:00 – 19:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Englisch

A1 Niveau

In diesen Anfängerkursen lernen Sie mit Leichtigkeit Englisch und stehen als Lernender dabei stets im Mittelpunkt. Ganz nebenbei erfahren Sie Wissenswertes und Ungewöhnliches über die englische Kultur und Sprache. So sind Abwechslung und Spaß garantiert und Sie machen schnelle Lernfortschritte. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich. Bitte mitbringen: Let's Enjoy English A1.1 Klett Verlag
 ISBN 978-3-12-501630-9

7002

Englisch für Anfänger Niveau A1.1

Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Termin Beginn ist am Dienstag, 07.02.2023, 10 Abende, jeweils dienstags, 17:00 – 18:30 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!

7003

Englisch Kleingruppe – Online – Niveau A1.1



Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Ab einer Teilnehmerzahl von 7 vor Kursbeginn reduziert sich die Kursgebühr.

Leitung Irene Balla
Termin Beginn ist am Mittwoch, 22.02.2023, 10 Abende, jeweils mittwochs, 19:45 – 21:15 Uhr
Gebühr 110,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

7004

Englisch A1 ab Lkt. 8



Dieser Kurs richtet sich an alle Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Wir lernen ab Lektion 8 weiter.

Leitung Marita Nienaber
Termin Beginn ist am Donnerstag, 09.02.2023, 10 Abende, jeweils donnerstags, 17:30 – 19:00 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

A2 Niveau

7005

Englisch für Anfänger Niveau A2.1



Sie haben Sprachkenntnisse auf dem A1-Niveau und möchten nun diese erweitern? Sie wollen Englisch lernen, wie es wirklich gesprochen wird? In diesem Kurs erfahren Sie nebenbei noch Wissenswertes und Ungewöhnliches über die Kultur und Sprache. Lassen Sie sich überraschen, wie schnell und leicht es ist, Fortschritte im echten Englisch zu machen. Bitte mitbringen: Let's Enjoy English A2.1 Klett Verlag
 ISBN 978-3-12-501638-5

Termin Beginn ist am Dienstag, 21.02.2023, 10 Abende,

jeweils dienstags, 18:45 – 20:15 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

B1 Niveau

7006

Englisch am Vormittag Niveau B1.1



Sie haben schon gute Grundkenntnisse aus einem anderen Anfängerkurs (A2) oder aus Ihrer Schulzeit und möchten nun Ihre Englischkenntnisse erweitern? Dann sind Sie in diesem B1-Kurs genau richtig! Hier stehen Sie als Lernender im Mittelpunkt: Sie sprechen, hören, lesen und schreiben Englisch in echten Lebenssituationen. Ganz nebenbei lernen Sie Englisch als globale Sprache kennen und erfahren Wissenswertes und Ungewöhnliches über mehrere englischsprachige Länder der Welt. Machen Sie Fortschritte in echtem Englisch! Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich. Das Lehrbuch wird in der ersten Stunde bekannt gegeben.

Leitung Annelie Bocklage
Termin Beginn ist am Dienstag, 07.02.2023, 10 Vormittage, jeweils dienstags, 9:30 – 11:00 Uhr
Gebühr 80,30 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7007

Englisch B1



Ein Englischkurs für Teilnehmer, die auf dem B1-Niveau lernen möchten. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich. Bitte mitbringen: Easy English B1.1
 ISBN: 978-3-06-520819-2

Leitung Mareike Holthaus-Hövmann
Termin Beginn ist am Donnerstag, 09.03.2023, 10 Abende, jeweils donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 80,30 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



7008

Englisch B1 Teil 2 Kleingruppe



Sie möchten in einer entspannten Atmosphäre Ihre Englischkenntnisse auf dem B1-Niveau auffrischen oder erweitern? Hier lernen Sie in einer Kleingruppe (5-6 Teilnehmern) und finden eine bunte Mischung aus grammatikalischen Strukturen, neuen Vokabeln und nützlichen Redewendungen. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich. Die Gebühr reduziert sich ab 7 Teilnehmern vor Kursbeginn.

Leitung Amin Shahmohammadi

Termin Beginn ist am Donnerstag,
12.01.2023, 8 Vormittage,
jeweils donnerstags,
10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 94,60 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7009

Englisch B1



Improve your advance language skills by reading, listening and talking about current topics concerning the English speaking world. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Leitung Mareike Holthaus-Hövmann

Termin Beginn ist am Dienstag,
10.01.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
19:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 83,60 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7010

English for Travel Niveau B1



Planen Sie eine Reise ins Ausland oder befinden Sie sich schon in englischsprachigen Räumen viel unterwegs? Hier ist ein entsprechendes Angebot für Sie. Dieses Trainingsangebot beinhaltet u.a. „Intercultural Communication Skills“; „English Phrases for Travel & Reservations“; communicating at the airport, hotel, restaurant etc.. Das Lernziel dieses Angebotes ist es, mit Selbstvertrauen

im Ausland bzw. mit englischsprachigen Bekannten kommunizieren zu können. Darüber hinaus vermittelt der Kurs interkulturelle Kompetenz. Erwarten Sie eine entspannte, freundliche Lernatmosphäre mit Interaktionen! Je unterschiedlicher der Altersgruppen der Teilnehmer*innen, umso besser.

Leitung Jack David Kayindu

Termin Beginn ist am Montag,
06.02.2023, 10 Abende,
jeweils montags,
17:15 – 18:45 Uhr

Gebühr 89,10 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7011

English Conversation Course – Niveau B1



In this course you will improve your 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 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. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich. Material wird vom Kursleiter gestellt.

Leitung Jack David Kayindu

Termin Beginn ist am Montag,
06.02.2023, 10 Abende,
jeweils montags,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 89,10 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7012

English Conversation Group – Folgekurs Niveau B1/B2



This course aims at talking about various topics of interest chosen by the participants. You 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,
16.02.2023, 7 Abende,
jeweils donnerstags,
20:00 – 21:30 Uhr

Gebühr 65,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, Seminarraum
11 EG



Englisch: Aktuelle Informationen und weitere Kurse bitte hier scannen!

S-F / Shutterstock.com





B2 / C1 Niveau

7013



Englisch am Vormittag für Fortgeschrittene – Niveau B2

Improve your advanced language skills by reading, listening and talking about current topics concerning the English speaking world.

Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Bitte mitbringen:

Cambridge English Empower B2

Student's Book

ISBN 978-3-12-540392-5

Leitung Annelie Bocklage

Termin Beginn ist am Dienstag, 07.02.2023, 10 Vormittage, jeweils dienstags, 11:15 – 12:45 Uhr

Gebühr 86,90 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7014



Englisch C1.1 Kleingruppe

Sie verfügen bereits über sehr gute Sprachkenntnisse der Stufe B2 und möchten in einer entspannten Atmosphä-

re Ihre Englischkenntnisse auf dem C1-Niveau auffrischen oder erweitern? Hier lesen wir authentische Texte und lernen systematisch. Alle Fertigkeiten (Sprechen, Schreiben, Lesen und Hören) werden geübt und abgerufen. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich. Die Gebühr reduziert sich ab 7 Teilnehmern vor Kursbeginn.

Leitung Amin Shahmohammadi

Termin Beginn ist am Donnerstag, 13.04.2023, 8 Abende, jeweils donnerstags, 19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 101,20 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

HIGHLIGHT

Business English

In dieser Kursreihe erlernen Sie einige kaufmännische Grundlagen, wie z.B. das richtige Verfassen von E-Mails, Telefongespräche, Geschäftsbriefe etc. Hier geht der Kursleiter auf die Bedarfe der Teilnehmer ein. Ein gutes englisches Sprachverständnis sollte vorhanden sein. Das Kursmaterial wird vom Kursleiter gestellt.

7015

Business English Niveau B1 - E-Mails



Leitung Jack David Kayindu
Termin Freitag, 10.02.2023, 12:30 – 14:45 Uhr

Gebühr 14,55 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7017

Business English Niveau B1 - Telephoning



Leitung Jack David Kayindu
Termin Freitag, 24.02.2023, 12:30 – 14:45 Uhr

Gebühr 14,55 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7019

Business English Niveau B1 - Small Talk



Leitung Jack David Kayindu
Termin Freitag, 10.03.2023, 12:30 – 14:45 Uhr

Gebühr 14,55 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7018

Business English Niveau B1 - Presentation



Leitung Jack David Kayindu
Termin Freitag, 03.03.2023, 12:30 – 14:45 Uhr

Gebühr 14,55 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7020

Business English Niveau B1 - Intercultural Communication Skills



Leitung Jack David Kayindu
Termin Freitag, 17.03.2023, 12:30 – 14:45 Uhr

Gebühr 14,55 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7016



Business English Niveau B1 - Geschäftsbriefe

Leitung Jack David Kayindu
Termin Freitag, 17.02.2023, 12:30 – 14:45 Uhr

Gebühr 14,55 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



tsy/hun / Shutterstock.com



HIGHLIGHT

Workshops: A2 bis C1 Niveau

Diese Workshops sind für alle geeignet, die aufbauend auf Ihren Grundkenntnissen Ihr Englisch erweitern möchten. Ob für den Beruf oder für den Urlaub: Hier aktivieren Sie vergessene Vokabeln und lernen Neues dazu. Vor allem wird die Sprechfertigkeit und Aussprache sowie gängige Redewendungen systematisch eingeübt. Verschiedene Themen der Grammatik werden ebenfalls angeboten. Je nach Niveaustufe werden unterschiedlich authentische Texte zum Einsatz kommen, welche im Unterricht intensiv bearbeitet werden. Der Dozent spricht nur Englisch. Das Kursmaterial wird gestellt.

7021

Englisch Workshop Niveau A2/B1

Leitung Amin Shahmohammadi
Termin Samstag, 11.02.2023,
9:00 – 12:15 Uhr
Samstag, 18.02.2023,
9:00 – 12:15 Uhr
Samstag, 25.02.2023,
9:00 – 12:15 Uhr

Gebühr 49,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7022

Englisch Workshop Niveau B1/B2

Leitung Amin Shahmohammadi
Termin Samstag, 04.03.2023,
9:00 – 12:15 Uhr
Samstag, 11.03.2023,
9:00 – 12:15 Uhr
Samstag, 18.03.2023,
9:00 – 12:15 Uhr

Gebühr 49,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7023

Englisch Workshop Niveau B2/C1

Leitung Amin Shahmohammadi
Termin Samstag, 15.04.2023,
9:00 – 12:15 Uhr
Samstag, 22.04.2023,
9:00 – 12:15 Uhr
Samstag, 29.04.2023,
9:00 – 12:15 Uhr

Gebühr 49,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Spanisch

A1 Niveau

Sie möchten die spanische Sprache von Grund auf lernen?

Mit Con gusto lernen Sie mit viel Vergnügen! Damit Sie in den sagen und schreiben 21 spanischsprachigen Ländern der Welt nicht mehr gestikulierend ein Hotelzimmer reservieren oder mit Händen und Füßen Ihr Essen bestellen müssen. Nach dem Kurs haben Sie Grundkenntnisse in Wortschatz und Grammatik und können sich in den wichtigsten Situationen des Alltags verständigen.

Bitte mitbringen: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514671-6

7100

Spanisch für Anfänger - Niveau A1.1 - Online

Dieser Kurs findet nur online statt. Es geht mit Lektion 1 los.

Leitung Sebastian Granara
Termin Beginn ist am Dienstag,
07.02.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
17:00 – 18:30 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

7101

Spanisch für Anfänger - Niveau A1.1 - Online

Dieser Kurs findet nur online statt. Es geht mit Lektion 1 los.

Leitung Sebastian Granara
Termin Beginn ist am Montag,
27.02.2023, 10 Vormittage,
jeweils montags,
13:00 – 14:30 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

7102

Spanisch für Anfänger Niveau A1.1

Wir beginnen mit Lektion 1. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Leitung Emiliano Perez Fuentes
Termin Beginn ist am Mittwoch,
08.02.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
18:30 – 20:00 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7103

Spanisch für Anfänger Niveau A1 ab Lektion 3

Wir beginnen mit Lektion 3. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Leitung Itzia Castelo
Termin Beginn ist am Donnerstag,
12.01.2023, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
17:00 – 18:30 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1





7104

Spanisch für Anfänger Niveau A1 ab Lektion 5



Wir beginnen mit Lektion 5. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Leitung Montserrat García Yusta

Termin Beginn ist am Dienstag,
10.01.2023, 9 Abende,
jeweils dienstags,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 69,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7105

Spanisch für Anfänger Niveau A1 ab Lektion 6



Wir lernen ab Lektion 6 weiter. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Donnerstag,
02.02.2023, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
19:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7106

Spanisch für Anfänger - Niveau A1 ab Lektion 10 - Online



Wir lernen ab Lektion 10 weiter.

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Montag,
13.02.2023, 10 Abende,
jeweils montags,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

A2 Niveau

7107

Spanisch A2 Wiedereinsteiger

Sie besitzen bereits solide Grundkenntnisse in Spanisch und möchten diese kontinuierlich erweitern? Wenn die Antwort Con gusto lautet, dann sind Sie in diesem Kurs richtig!

Hier werden Sie Ihre schriftliche und mündliche Kommunikation verbessern, Ihre Wortschatz- und Grammatikkenntnisse erweitern und darüber hinaus eine Menge über die Kultur sowie über Land und Leute der spanischsprachigen Welt erfahren. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Bitte mitbringen:

Con gusto nuevo A2

Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514677-8

Leitung Olga Ester Ruiz Diaz Adorno

Termin Beginn ist am Dienstag,
09.01.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 80,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

B1 Niveau

7108

Spanisch Kleingruppe - Niveau B1 ab Lekt. 3 - Online



500 Millionen Menschen auf der Welt kommunizieren auf Spanisch, darunter auch Sie. Con gusto ermöglicht Ihnen, Ihre Spanischkenntnisse für Beruf, Reisen oder Freizeit zu perfektionieren. Der Kurs legt besonderen Wert auf mündlicher Kommunikation, ohne das Lesen und Schreiben zu vernachlässigen. Hier kommen Sie auf den Geschmack von Kultur und Lebensweise Spaniens und Lateinamerikas - nicht nur auf den Landeskundeseiten 'Con sabor'. Die Teilnehmergebühr reduziert bei 7 Teilnehmern vor Kursbeginn.

Bitte mitbringen:

Con gusto nuevo B1

Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514684-6

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Mittwoch,
14.12.2022, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 113,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum



Spanisch: Aktuelle Informationen und weitere Kurse bitte hier scannen!

Französisch

A1 / A2 Niveau

7201

Französisch für Anfänger Niveau A1 ab Lektion 6



Wir lernen ab Unité 6. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Bitte mitbringen:

Voyages neu A1

KLETT Verlag, ISBN 978-3-12-529412-7

Leitung Annelie Bocklage

Termin Beginn ist am Mittwoch,
08.02.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7202

Französisch für Anfänger Niveau A2 ab Lekt. 1



Wir lernen ab Unité 1. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Bitte mitbringen:

Voyages neu A2

Klett Verlag, ISBN 978-3-12-529422-6

Leitung Annelie Bocklage

Termin Beginn ist am Montag,
06.02.2023, 10 Abende,
jeweils montags,
19:45 – 21:15 Uhr

Gebühr 80,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



HIGHLIGHT

7203

Französisch für Wiedereinsteiger Niveau A2

In diesem Wiedereinsteigerkurs auf dem Niveau A2 können Sie Ihre Französischkenntnisse ohne Druck im Gespräch mit anderen anwenden und auffrischen. Sie trainieren, sich in alltäglichen Gesprächssituationen spontan zu äußern und in Unterhaltungen flüssig mitzureden. Originelle Themen laden zum lebhaften Austausch ein. Nebenbei aktivieren und erweitern Sie Ihren Wortschatz und prägen sich geläufige Wendungen dauerhaft ein.

Leitung Christiane Kathe

Termin Beginn ist am Mittwoch, 01.02.2023, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 11:00 – 12:30 Uhr

Gebühr 80,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

B2 / C1 Niveau

7204

Französisch für Fortgeschrittene Niveau B2

Actualité et débats, civilisation et littérature : plongez dans la culture française! Des documents écrits, audio et vidéo serviront de base à la discussion, au travail de groupe, à l'approfondissement des compétences grammaticales et lexicales. Si vous avez déjà un solide niveau B1, ce cours est fait pour vous. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Bitte mitbringen: ÉDITO B2, ab Unité 5
Klett Verlag
ISBN 978-3-12-529394-6

Leitung Annelie Bocklage

Termin Beginn ist am Montag, 06.02.2023, 10 Abende, jeweils montags, 18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 86,90 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7205

Französisch für Fortgeschrittene Niveau B2/C1

Wir orientieren uns an aktuellen Themen aus Frankreich und der französischsprachigen Welt.

Dabei lesen wir Zeitungen, Magazine und erweitern unser Vokabular, auch die Sprechfähigkeit und die französische Grammatik werden nicht vergessen.

Kurzgeschichten und ein abschließender Film runden das Programm ab.

Vous êtes bienvenu-e!

Leitung Christiane Kathe

Termin Beginn ist am Mittwoch, 01.02.2023, 10 Abende, jeweils mittwochs, 19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 86,90 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



Französisch: Aktuelle Informationen und weitere Kurse bitte hier scannen!

Italienisch

A1 Niveau

So macht Italienisch lernen Spaß! Der Kurs vermittelt Ihnen grundlegende Sprachkenntnisse, um Alltagssituationen zu meistern, z. B. sich vorzustellen und etwas über sich selbst zu erzählen, einzukaufen, im Restaurant zu bestellen und vieles mehr. In aktuellen Texten erfahren Sie Wissenswertes über Italien, seine Regionen und Kultur. Abwechslungsreiche Übungen ermöglichen Ihnen, das Erlernte anzuwenden.

prochasson frederic / Shutterstock.com



Bitte mitbringen:

DIECI A1

Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-005647-7

7300

Italienisch für Anfänger Niveau A1.1

Ein Italienischkurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Leitung Florian Niehaus

Termin Beginn ist am Montag, 27.02.2023, 10 Abende, jeweils montags, 19:15 – 20:45 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7301

Italienisch für Anfänger Niveau A1.1 - Online

Ein Online-Kurs für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Voraussetzungen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer

Leitung Irene Balla

Termin Beginn ist am Donnerstag, 23.02.2023, 10 Abende, jeweils donnerstags, 19:45 – 21:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum



Italienisch: Aktuelle Informationen und weitere Kurse bitte hier scannen!



7302

Italienisch für Anfänger Niveau A1.1 - intensiv



Ein Kurs für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Der Kurs findet vom 17.07.23 bis zum 22.07.23 abends statt.

Leitung Angelica Fortunato
Termin Beginn ist am Montag,
17.07.2023, 6 Abende,
Montag bis Samstag
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 69,30 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7303

Italienisch Kleingruppe - Online Niveau A1 ab Lektion 3



Wir lernen ab Lektion 3 weiter. Die Gebühr reduziert sich ab 7 Teilnehmer vor Kursbeginn.

Voraussetzungen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer

Leitung Irene Balla
Termin Beginn ist am Donnerstag,
16.02.2023, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 110,00 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

7304

Italienisch für Anfänger Niveau A1 ab Lektion 3



Wir lernen ab Lektion 3 weiter.

Leitung Florian Niehaus
Termin Beginn ist am Dienstag,
14.02.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags und montags,
17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

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

7305

Italienisch - Online Niveau A1 ab Lektion 6



Ein Online-Kurs für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Wir lernen ab Lektion 6 weiter.

Voraussetzungen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer

Leitung Angelica Fortunato
Termin Beginn ist am Mittwoch,
11.01.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

7306

Italienisch - Online Niveau A1 ab Lektion 9



Ein Online-Kurs für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Wir lernen ab Lektion 9 weiter.

Voraussetzungen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer

Leitung Angelica Fortunato
Termin Beginn ist am Mittwoch,
22.03.2023, 8 Abende,
jeweils mittwochs,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 61,60 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

Latein

7510

Lateinkurs für Fortgeschrittene – Kurze lateinische Texte: Römische Herrschaft: Romkritik am Beispiel der Calgacus-Rede bei Tacitus (Agricola)



Römische Herrschaft: Romkritik am Beispiel der Calgacus-Rede bei Tacitus (Agricola).

Dieser Kurs ist für erwachsene Teilnehmer mit sehr guten Vorkenntnissen der lateinischen Sprache. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Leitung Wolfgang Zapfe
Termin Beginn ist am Donnerstag,
12.01.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
9:30 – 11:00 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Der Lateinkurs der KVHS Vechta auf Exkursion

Zum Abschluss einer Kurseinheit besuchte der Lateinkurs an der KVHS Vechta, der seit Jahren von Wolfgang Zapfe geleitet wird, die Ausstellung „Latein. Tot oder lebendig?“ im früheren Kloster Dalheim bei Paderborn. Die Ausstellung führt in 200 Exponaten internationaler Leihgeber durch 2100 Jahre bewegte Sprachgeschichte. Sie zeigt Entwicklungen und Veränderungen und den Stellenwert der Sprache für die europäische Bildungs- und Kulturschichte in elf Biografien von Cicero über Augustinus, von Hildegard von Bingen und Erasmus von Rotterdam bis hin zu Asterix und Obelix und Harrius Potter. Die Besuchergruppe aus Vechta erlebte in dieser Ausstellung, warum Latein auch heute noch „quicklebendig“ ist.





Türkisch

A1 Niveau

7520

Türkisch für Anfänger Niveau A1.1 - Kleingruppe



Sie planen eine Reise in die Türkei oder interessieren sich für die Sprache? Dieser Türkischkurs richtet sich an Anfänger ohne Vorkenntnisse oder mit geringen Vorkenntnissen. Das Kursformat ist eine Kleingruppe (5-6 Teilnehmer). Ab 7 Teilnehmer vor Kursbeginn reduziert sich die Gebühr.

Leitung Emine Aktas

Termin Beginn ist am Mittwoch,
01.03.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Artim / Shutterstock.com

Arabisch

A1 Niveau

Neugierig auf Arabisch? Schrecken Sie nicht vor der Andersartigkeit dieser faszinierenden Sprache zurück. Denn Salam! neu verfolgt einen Ansatz, der den Hintergrund westlicher Lerner systematisch berücksichtigt. Sie werden langsam, aber stetig an die fremde Schrift herangeführt, trainieren Ihre Aussprache, führen erste Alltagsdialoge und erfahren nebenbei viel Interessantes über den vielseitigen arabischsprachigen Kulturraum. Ein sanfter, motivierender Einstieg in das Hocharabische. Das Kursformat ist eine Minigruppe (3-4 Teilnehmer). Die Gebühr reduziert sich ab 5 Teilnehmer vor Kursbeginn. Bitte mitbringen: Salam! neu A1-A2 Arabisch für Anfänger
ISBN: ISBN 978-3-12-528835-5

7530

Arabisch - Minigruppe Niveau A1 ab Lektion 1



Ein Anfängerkurs für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Leitung Belal Elsayed

Termin Beginn ist am Montag,
13.02.2023, 10 Abende,
jeweils montags,
19:15 – 20:45 Uhr

Gebühr 154,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7531

Arabisch - Minigruppe Niveau A1 ab Lektion 7



Wir lernen ab Lektion 7 weiter.

Leitung Belal Elsayed

Termin Beginn ist am Mittwoch,
11.01.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 154,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



adznano3 / Shutterstock.com

Portugiesisch

7540

Portugiesisch – Niveau A1.1 - Kleingruppe



Ein Portugiesischkurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse. Das Augenmerk liegt auf dem brasilianischen Portugiesisch.

Es werden aber auch die Unterschiede zum europäischen besprochen. Die Gruppengröße liegt bei 5-6 Teilnehmern. Ab 7 Teilnehmern vor Kursbeginn reduziert sich die Teilnehmergebühr.

Bitte mitbringen: Oi, Brasil! aktuell

Niveau A1

ISBN 978-3-19-105420-5

Leitung Florian Niehaus

Termin Beginn ist am Mittwoch,
08.02.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Niederländisch

A1 Niveau

7550

Niederländisch für Anfänger – Niveau A1 ab Lkt. 5 - Online



Dieser Onlinekurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die schon ein bis zwei Semester Niederländisch gelernt haben und sich noch mehr mit der niederländischen Sprache und Kultur beschäftigen möchten. Wir wiederholen wichtige Strukturen und erweitern den Wortschatz. Authentische Sprechansätze fördern die aktive Sprachbeherrschung. Übungen zum Hör- und Leseverstehen geben Sicherheit. So fällt es einem immer leichter, in den Niederlanden oder in Belgien Kontakte zu knüpfen, sich auszutauschen und zurechtzufinden. Wir lernen ab Seite 44 (Lkt. 5) weiter.

Bitte mitbringen: Wat leuk! aktuell A1

Hueber Verlag

ISBN 978-3-19-105460-1

Leitung Harriet Spenke

Termin Beginn ist am Dienstag,
07.02.2023, 9 Abende,
jeweils dienstags,
17:00 – 18:30 Uhr

Gebühr 91,30 €

Ort virtueller Raum 1

Weiter mit Bildung!



Persisch

7570

Persisch für Anfänger Niveau A1 - Minigruppe



In diesem Anfängerkurs erlernen Sie die Sprache, sowie kulturelle Besonderheiten dieses Landes. Seien Sie gespannt und erfahren Sie, warum Taarof und Tahdig wichtiger Bestandteil des Irans sind. Denn wie heißt es so schön: Eine Sprache ist immer Ausdruck ihrer Kultur. Das Kursformat entspricht einer Minigruppe (3-4 Teilnehmer). Sollten sich zu Kursbeginn mehr Teilnehmer anmelden, wird die Kursgebühr angepasst.

Bitte mitbringen: Ba ham A1

Klett Verlag

ISBN 978-3-12-528866-9

Leitung Ana Hassani

Termin Beginn ist am Freitag,
11.02.2022, 10 Abende,
jeweils freitags,
17:00 – 18:30 Uhr

Gebühr 140,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

prochasson frederic / Shutterstock.com



nesische Sprache und Kultur näher kennen lernen möchten. In einer Minigruppe (3-4 Teilnehmer) lernen Sie in einer homogenen Gruppe. Sie werden nicht nur Kenntnisse der chinesischen Sprache und Schrift erwerben, sondern auch über Land und Kultur

Bitte mitbringen: Lóng neu A1-A2

Klett Verlag

ISBN: 978-3-12-528960-4

Leitung Xiaojia Frase

Termin Beginn ist am Donnerstag,
23.02.2023, 8 Abende,
jeweils donnerstags,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 145,20 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Leitung Emine Aktas

Termin Beginn ist am Samstag,
14.01.2023, 10 Nachmittage,
jeweils samstags,
13:00 – 14:30 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Chinesisch

7580

Chinesisch für Anfänger - Niveau A1.1 - Minigruppe - Online



Dieser Online-Kurs richtet sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse, die die chi-



badboydt7 / Shutterstock.com

Deutsch als Fremdsprache

A1 Niveau

7700

Deutsch für Anfänger Niveau A1.1



Ein Deutschkurs für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Bitte mitbringen:

Schritte plus Neu 1

A1.1, ISBN 978-3-19-301081-0

HIGHLIGHT

7701

Deutsch für Anfänger Niveau A1.1 - Intensiv



In diesem Intensivkurs für Deutsch als Fremdsprache lernen Teilnehmer ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen die Sprache von Grund auf. Der Kurs findet samstags und sonntags statt. Bitte mitbringen: Schritte plus Neu 1 A1.1

ISBN 978-3-19-301081-0

Leitung Belal Elsayed

Termin Beginn ist am Samstag,
04.02.2023, 10 Vormittage,
jeweils samstags und sonntags,
9:00 – 12:15 Uhr

Gebühr 154,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7702

Deutsch für Anfänger Niveau A1.1 - intensiv



In diesem Intensivkurs für Deutsch als Fremdsprache lernen Teilnehmer ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen die Sprache von Grund auf. Der Kurs findet mittwochs und donnerstags statt.

Leitung Ewgenia Wachtel

Termin Beginn ist am Mittwoch,
11.01.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs und donnerstags,
18:45 – 20:15

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7703

Deutsch für Anfänger Niveau A1 ab Lektion 6



Ein Deutschkurs für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen.

Leitung Ewgenia Wachtel

Termin Beginn ist am Samstag,
15.04.2022, 10 Nachmittage,
jeweils samstags,
13:15 – 14:45 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7704

Deutsch als Fremdsprache – Niveau A1.2 ab Lektion 3



Ein Deutschkurs für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. In diesem Kurs lernen wir ab A1.2 weiter. Es werden grammatische Strukturen der deutschen Sprache erarbeitet und ein Grundwortschatz aufgebaut. In einem abwechslungsreichen Unterricht erlernen Sie die deutsche Sprache.

Bitte mitbringen: Schritte plus Neu A1.2
Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-601081-7

Leitung Emine Aktas

Termin Beginn ist am Donnerstag,
12.01.2023, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

A2 Niveau

7705

Deutsch als Fremd- sprache – Niveau A2.1



Ein Deutschkurs für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Im Kurs werden grammatische Strukturen der deutschen Sprache erarbeitet und ein Grundwortschatz aufgebaut. In einem abwechslungsreichen, kommunikativen Unterricht erlernen Sie die deutsche Sprache.

Bitte mitbringen: Einfach gut! Deutsch für die Integration A2.1

ISBN: 978-3-946447-08-5

Leitung Olga Seebold

Termin Beginn ist am Dienstag,
07.02.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags und donnerstags,
20:15 – 21:45 Uhr

Gebühr 80,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

HIGHLIGHT

7706

Deutsch als Fremdsprache Niveau A2.1 - Online



Ein Online-Deutschkurs für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Im Kurs werden grammatische Strukturen der deutschen Sprache erarbeitet und ein Grundwortschatz aufgebaut. In einem abwechslungsreichen, kommunikativen Unterricht erlernen Sie die deutsche Sprache. Der Unterricht findet auch in den Osterferien statt.

Leitung Angelica Fortunato

Termin Beginn ist am Dienstag,
14.02.2023, 8 Abende,
jeweils dienstags,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 64,90 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

7707

Deutsch als Fremd- sprache – Niveau A2.2



Ein Deutschkurs für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Im Kurs werden grammatische Strukturen der deutschen Sprache erarbeitet und ein Grundwortschatz aufgebaut. In einem abwechslungsreichen, kommunikativen Unterricht erlernen Sie die deutsche Sprache.

Bitte mitbringen: Einfach gut! Deutsch für die Integration A2.1

ISBN: 978-3-946447-08-5

Leitung Olga Seebold

Termin Beginn ist am Dienstag,
14.03.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags und donnerstags,
20:15 – 21:45 Uhr

Gebühr 80,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

B1/ B2 Niveau

Diese Intensiv-Kurse (7708 und 7709) richten 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. Die Kurse finden 2 Mal pro Woche statt.

Bitte mitbringen:

Sicher in Alltag und Beruf! B1+

ISBN: 978-3-19-001209-1

7708

Deutsch im Alltag und Beruf – Niveau B1.1



Leitung Olga Seebold

Termin Beginn ist am Dienstag,
07.02.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags und donnerstags,
18:30 – 20:00 Uhr

Gebühr 83,60 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Deutsch: Aktuelle Informationen und weitere Kurse bitte hier scannen!



7709

Deutsch im Alltag und Beruf – Niveau B1.2



Leitung Olga Seebold

Termin Beginn ist am Dienstag,
14.03.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags und donnerstags,
18:30 – 20:00 Uhr

Gebühr 83,60 €

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.

Übungsmaterial zur Prüfung finden Sie im Internet unter: <https://www.telc.net/pruefungsteilnehmende/sprachpruefungen/pruefungen/detail/zertifikat-deutsch-telc-deutsch-b1.html>

7711

Zertifikat Deutsch / telc Deutsch B1



Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 06.02.2023!

Leitung NN

Termin Freitag, 10.03.2023,
9:30 – 16:30 Uhr

Gebühr 180,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7712

Zertifikat Deutsch / telc Deutsch B1



Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 08.03.2023!

Leitung NN, Meike Kähnlein

Termin Freitag, 14.04.2023,
9:30 – 16:30 Uhr

Gebühr 180,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Berufsbezogene Deutschsprachförderung



Zur besseren Integration auf dem deutschen Ausbildungs- und Arbeitsmarkt sowie zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse, bietet die Kreisvolkshochschule Vechta e.V. seit 2016 Berufssprachkurse nach §45a AufenthG von Niveau A2 bis B2 an. Berufssprachkurse sind für Menschen mit Migrationshintergrund, Zugewanderte und EU-Bürgerinnen und Bürger, die:

- einen Integrationskurs abgeschlossen haben;
- ein Zertifikat B1 vorliegen haben;
- ein bestimmtes Sprachniveau für die Berufsanerkennung brauchen;
- eine Ausbildung in Deutschland anfangen wollen; **oder**
- den Arbeitsalltag besser meistern wollen.

Wir bieten nach Bedarf folgende Kurse an:

- **Ziel A2** – passend für die, die an einem Integrationskurs teilgenommen haben, aber kein Zertifikat erhalten haben;
- **Ziel B1** – für alle, die einen Integrationskurs mit einem Zertifikat DTZ A2 abgeschlossen haben;
- **Ziel B2** – für alle, die ein Zertifikat DTZ auf dem Niveau B1 erreicht haben

Alle Kurse werden mit einer Sprachprüfung Deutschtest für den Beruf (DTB) abgeschlossen.

Die Kosten für nicht-Erwerbstätige werden vom BAMF übernommen.

Für die Anmeldung benötigen wir eine **Berechtigung**, die vom Jobcenter oder der Agentur für Arbeit ausgestellt werden. Oder stellen Sie den Antrag einfach selbst!

Für weitere Fragen stehen wir gerne zur Verfügung!

Integrationskurse mit und ohne Alphabetisierung

Die Kreisvolkshochschule Vechta e.V. ist anerkannter Träger von Integrationskursen nach dem Zuwanderungsgesetz.

Die vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) geförderten Integrationskurse bieten die Möglichkeit sowohl die deutsche Sprache bis zum Niveau B1, als auch die Grundlagen der deutschen Rechtsordnung, Geschichte und Kultur zu erlernen.

Ein Integrationskurs dauert zwischen 400 Unterrichtseinheiten (ein Intensivkurs) und 900 Unterrichtseinheiten (ein Integrationskurs mit Alphabetisierung). Ein Allgemeiner Integrationskurs dauert 600 Unterrichtseinheiten und schließt mit einem „Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)“ ab.

Im Anschluss an einen Integrationskurs bieten wir einen Orientierungskurs (100 UE) an, der mit einem Test „Leben in Deutschland (LiD)“ abschließt.

Wenn Sie eine Berechtigung, eine Verpflichtung, oder eine Zulassung gemäß §44 a des Aufenthaltsgesetzes haben, reichen Sie diese bitte der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. ein. Bringen Sie zusätzlich noch folgende Unterlagen mit:

- Pass
- Aufenthaltstitel
- Nachweis über soziale Leistungsbezüge (z. B. Leistungsbescheid des Jobcenters)

Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Einladung zum nächsten Einstufungstest, um Ihr Sprachniveau festzustellen. Damit können Sie in den für Sie passenden Kurs eingestuft werden. Das gilt auch für die Personen, die noch nicht alphabetisiert sind

Es werden kontinuierlich verschiedene Integrationskurse angeboten.

Melden Sie sich einfach bei uns! Wir beraten Sie gerne!



HIGHLIGHT

Niveau C1

7716

Workshop: Sprache lebt in Kunst – Niveau C1

Sprache lebt in Kunst: Wenn die deutsche Sprache der Kunst begegnet!

Dieser Sprachkurs richtet sich an fortgeschrittene Lerner, die über Deutschkenntnisse auf dem B2-Niveau verfügen und diese vertiefen wollen.

In diesem Workshop möchte die Dozentin Veronika Fraile - Sprachlehrerin in Integrations- und berufsbezogenen Deutschkursen, telc-Prüferin, Künstlerin, Trainerin für interkulturelle Kompetenz- Teilnehmer sprachlich fördern und zugleich an eine kulturelle Bildung herantführen. Durch die kunstpädagogische Begegnung mit dem Thema „Sprache lebt in Kunst“, sollen neue Sprachprozesse angestoßen und gefestigt werden. Diese Form von Auseinandersetzung ermöglicht ein Wechselspiel von sinnlicher Wahrnehmung, sprachlichem Ausdruck und kooperativem Lernen. Gleichzeitig trägt das inhaltsorientierte Lernen zum Ausbau eines differenzierten Sprachgebrauchs bei. Durch verschiedene Aktivitäten werden die unterschiedlichsten Ausdrucksformen geschult und kreative sprachliche Handlungen finden statt. Dies ermöglicht eine systematische Aktivierung und Förderung der sprachlichen Fertigkeiten Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben sowie das Eintauchen grammatikalischer Strukturen und eine Wortschatzerweiterung.

Bei den unterschiedlichen Übungsformen, die immer wieder Bezug zur Kunst nehmen, wird der Teilnehmer angeregt, die Sprache in neuen thematischen und situativen Zusammenhängen außerhalb des alltäglichen Gebrauchs kennen zu lernen, neue verbale und nonverbale Ausdrucksformen auszuprobieren und somit das ästhetische und gestalterische Potential von Sprache zu erleben. In bestimmten Phasen liegt der Schwerpunkt der Arbeit bewusst darauf, Konzentration und Aufmerksamkeit durch die Fokussierung auf ein Kunstwerk zu stärken.

In Phasen der kooperativen Arbeit dient das Gespräch über Bilder dazu, kreativ zu werden und eigene Ideen und Vorstellungen mit anderen auszutauschen und abzugleichen: Wir interpretieren, beschreiben und analysieren und lassen die Figuren der Kunstwerke in einen Dialog treten. Dabei erproben die Teilnehmer durch unterschiedliche Methoden, Rollenspiele oder phantasievolle Textarbeit neue Ausdrucksformen und Möglichkeiten der Selbstdarstellung, indem z.B. Briefe an die Figuren geschrieben werden. Durch die bewusste verbale und schriftliche Bearbeitung, wird das abstrakte Denken gefördert.

Viele Zugewanderte fühlen sich am Anfang fremd, vermissen ihre Heimat und Familie, sodass das Malen hier auch eine therapeutische Wirkung haben kann. Zum Beispiel können Sehnsüchte auf

das Papier gemalt werden, aber auch Lösungen für Probleme oder Träume. Eine Bereicherung für das eigene Leben, aber auch für das Leben in unserer heutigen Gesellschaft. In einer entspannten Atmosphäre, kann sich der Teilnehmer öffnen und in einen Dialog treten. Teilnehmer können sich gegenseitig stärken, denn Erfolge stärken das Selbstwertgefühl und führen dazu, selbstbewusster die deutsche Sprache anzuwenden.

Natürlich malen wir auch in diesem Kurs mit Acrylfarben auf einer Leinwand (20 cm x 30 cm). Die Materialkosten sind in der Kursgebühr abgedeckt.

Leitung Veronika Fraile

Termin Samstag, 15.04.2023,
9:00 – 17:00 Uhr

Gebühr 63,40 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1





7713

Deutsche Grammatik intensiv – Niveau 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. Ein Quereinstieg ist nach Absprache möglich. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Leitung Julia Lank

Termin jeweils dienstags und donnerstags
17:30 Uhr-19:00 Uhr

Gebühr 89,10 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

B2 Niveau

Diese Kurse (7714 und 7715) richten 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. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich. Der Kurs findet jeweils dienstags und donnerstags von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr statt. Bitte mitbringen: Einfach weiter! Deutsch B2 von TELC; ISBN: 978-3-946447-33-7

7714

Deutsch als Fremdsprache – Niveau B2.1



Leitung Julia Lank

Termin Beginn ist am Donnerstag, 13.04.2023, 10 Abende, jeweils donnerstags und dienstags, 17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 86,90 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7715

Deutsch als Fremdsprache – Niveau B2.2



Leitung Julia Lank

Termin Beginn ist am Donnerstag, 01.06.2023, 10 Abende, jeweils donnerstags und dienstags, 17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 86,90 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Gebärdensprache

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. Der Kurs beginnt mit dem Fingeralphabet und einfachen Gebärden. Die Gruppengröße (Kleingruppe) liegt bei 5-6 Teilnehmern. Ab einer 7 Teilnehmerzahl von vor Kursbeginn, reduziert sich die Gebühr.

7717

Deutsche Gebärdensprache für Anfänger



Leitung Doris Geist

Termin 05.05.2023 von 17:00 Uhr - 20:00 Uhr

06.05.2023 von 09:30 Uhr - 15:00 Uhr

Gebühr 55,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7718

Deutsche Gebärdensprache für Anfänger Teil 2



Leitung Doris Geist

Termin 02.06.2023 von 17:00 Uhr - 20:00 Uhr

03.06.2023 von 09:30 Uhr - 15:00 Uhr

Gebühr 55,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Sprachkurse für Kinder

4300

Persisch für Kinder

Mit Spielen, Kinderbüchern und künstlerischen Ausdrucksformen lernen die Kinder die neupersische Sprache und Schrift kennen. Konversationsübungen greifen den Alltag der Kinder auf: Familie, Feste, Schule, Essen und Trinken. Farsi wird ganzheitlich und kreativ gelernt, um schnell erste Erfolge zu erzielen. Dieser Kurs richtet sich an Kinder im Grundschulalter.

Das Lehrmaterial wird vom Dozenten gestellt.

Leitung Ana Hassani

Termin Beginn ist am Donnerstag, 16.02.2023, 10 Nachmittage, jeweils donnerstags, 16:00 – 16:45 Uhr

Gebühr 49,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4301

Italienisch A1 für Kinder (ab 8 Jahre)

Ein Italienischkurs für Kinder ab 8 Jahre in den Ferien. Die Kinder lernen hier den italienischen Wortschatz und dazugehörige Satzkonstruktionen aus Themenbereichen wie Nahrungsmittel, Familie, Gefühle, Jahreszeiten, Wetter, Alphabet, Nummern, Reisen usw., und das in kindgerechten Lektionen, die aus Liedern, Spielen, Flashcards, Mal- und Bastelarbeiten etc. bestehen.

Dieser Kurs findet vormittags in den Ferien statt.

Das Lehrmaterial wird vom Dozenten gestellt.

Leitung Angelica Fortunato

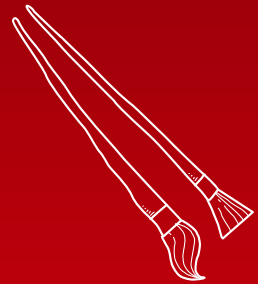
Termin Beginn ist am Montag, 17.07.2023, 5 Vormittag, Montag bis Freitag, jeweils 9:30 – 12:45 Uhr

Gebühr 93,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



Sprachkurse für Kinder:
Aktuelle Informationen & weitere Kurse bitte hier scannen!



**AUF DIE
LEINWAND
BRINGER**

**Es steckt so
viele in dir.**



Kreativität



Charlene Sölter

Tel.: 044 41 / 93 778-23

c.soelter@kvhs-vechta.de

Kunsthandwerk	104
Textiles Gestalten	104
Musik	104
Innendesign	105
Fotografie	107
Wassersport	108



Kunsthandwerk

8001

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, 20.05.2023,
11:30 – 17:00 Uhr
Sonntag, 21.05.2023,
11:30 – 17:00 Uhr

Gebühr 61,00 €, (zzgl. 40,00 € Materialkosten)

Ort Bramsche-Malgarten, Atelier im Malgarten, Am Kloster 4

8002

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, 04.03.2023,
11:30 – 17:00 Uhr
Sonntag, 05.03.2023,
11:30 – 17:00 Uhr

Gebühr 61,00 €, zzgl. Materialkosten

Ort Bramsche-Malgarten, Atelier im Malgarten, Am Kloster 4

4199

Gestalten mit Speckstein Für Eltern mit Kindern ab Grundschulalter

„Was will der Stein? Was wollen wir?“
In diesem Kurs können sich Eltern mit ihren Kindern im Grundschulalter kreativ an einen Stein heranwagen und diesen gestalten. Mit Unterstützung des Dozenten können künstlerisch aus kleinen Steinchen z.B. Anhänger entstehen.

Speckstein ist ein an Marmor erinnernder Stein, ohne dessen Härte zu besitzen. Er ist recht mühelos durch schmirgeln, raspeln und polieren zu bearbeiten. Die Arbeit mit den Steinrohlingen regt zu vielfältigen unterschiedlichen Formen an.
Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern (ab Grundschulalter)

Leitung Rolf Brüning

Termin Samstag, 29.04.2023,
15:00 – 18:00 Uhr

Gebühr 20,00 €, zzgl. Materialkosten, werden nach Verbrauch vor Ort erhoben

Ort Bramsche-Malgarten, Atelier im Malgarten, Am Kloster 4

Textiles Gestalten

Nähkurse am Vormittag

Bitte mitbringen: eine Nähmaschine, Nähutensilien und Stoffe

8200

Nähkurs am Vormittag

Leitung Stefanie Bohne

Termin Beginn ist am Montag,
09.01.2023, 9 Vormittage,
jeweils montags,
9:00 – 11:15 Uhr

Gebühr 94,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3



8201

Nähkurs am Vormittag

Leitung Stefanie Bohne

Termin Beginn ist am Montag,
17.04.2023, 9 Vormittage,
jeweils montags,
9:00 – 11:15 Uhr

Gebühr 94,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Nähkurse am Abend

Bitte mitbringen: eine Nähmaschine, Nähutensilien und Stoffe

8202

Nähkurs am Abend

Leitung Stefanie Bohne

Termin Beginn ist am Donnerstag,
12.01.2023, 8 Abende,
jeweils donnerstags,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 84,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

8203

Nähkurs am Abend

Leitung Stefanie Bohne

Termin Beginn ist am Donnerstag,
13.04.2023, 9 Abende,
jeweils donnerstags,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 94,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Musik

Gitarre für Anfänger

Hier werden einfache Techniken zur Liedbegleitung und die notwendigsten Musikschriftkenntnisse 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.



HIGHLIGHT

8302

Keyboard für Einsteiger

In diesem Kurs werden die Handhabung und Grundbegriffe des Instrumentes, die korrekte Fingertechnik, Spielweise und absolut notwendigen Grundkenntnisse im Umgang mit Noten anhand von Spiel-literatur aus Pop, Rock, Klassik, Jazz und Folkmusic besprochen, angewandt und in der Gruppe mit Spaß und Freude erlernt. Dieser Kurs versteht sich als Einsteigerkurs und bietet daher ideale Voraussetzungen für weiterführenden Musikunterricht an der KMS Vechta im Einzel- und Orchester-/Bandunterricht.

Leitung Erich Radke

Termin Beginn ist am Donnerstag,
02.03.2023, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
19:15 – 20:15 Uhr

Gebühr 89,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6



Sergey Granov / Shutterstock.com

8300

Gitarre für Anfänger

Leitung Erich Radke

Termin Beginn ist am Dienstag,
10.01.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
19:15 – 20:15 Uhr

Gebühr 89,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

8301

Gitarre für Anfänger mit Vorkenntnissen

Für Teilnehmer aus dem letzten Semester.

Leitung Erich Radke

Termin Beginn ist am Dienstag,
10.01.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
20:15 – 21:15 Uhr

Gebühr 89,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

8303

Querflöte für Einsteiger

In diesem Kurs werden die Handhabung und Grundbegriffe des Instrumentes, die korrekte Atemtechnik, Spielweise und absolut notwendigen Grundkenntnisse im Umgang mit Noten anhand von Spielliteratur aus Pop, Rock, Klassik, Jazz und Folkmusic besprochen, angewandt und in der Gruppe mit Spaß und Freude erlernt. Dieser Kurs versteht sich als Einsteigerkurs und bietet daher ideale Voraussetzungen für weiterführenden Musikunterricht an der KMS Vechta im Einzel- und Orchester-/Bandunterricht.

Leitung Erich Radke

Termin Beginn ist am Donnerstag,
02.03.2023, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
20:15 – 21:15 Uhr

Gebühr 89,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

Innendesign

8500

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, 10.02.2023,
18:30 – 20:45 Uhr

Gebühr 18,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

Weiter mit Bildung!

**8501**

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, 10.03.2023,
18:30 – 20:45 Uhr**Gebühr** 18,00 €**Ort** Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6**8502**

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 Farbklässen von ruhig, entspannend bis temperamentvoll und belebend unterscheiden zu können.

Leitung Lisa Hake**Termin** Mittwoch, 12.04.2023,
18:30 – 20:45 Uhr**Gebühr** 18,00 €**Ort** Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6**Weiter mit Bildung!****8503**

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 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, 05.05.2023,
18:30 – 20:45 Uhr**Gebühr** 18,00 €**Ort** Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6**8504**

Flur, Schlafzimmer, Badezimmer und Ankleidezimmer

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.

Leitung Lisa Hake**Termin** Mittwoch, 24.05.2023,
18:30 – 20:45 Uhr**Gebühr** 18,00 €**Ort** Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Sergey Nivens / Shutterstock.com



8505

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 Mittwoch, 14.06.2023,
18:30 – 20:45 Uhr

Gebühr 18,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

8506

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, 30.06.2023,
18:30 – 20:45 Uhr

Gebühr 18,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

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

Fotografie

Fotokurs für Anfänger

8600

Fotokurs für Anfänger - Theorie und Praxis Fotografieren mit Spiegelreflex- / Systemkamera

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-Einmal-eins“ von Blende, Verschlusszeit und ISO würden Sie gerne beherrschen? Dann ist dieser Fotokurs genau richtig für Sie!

Am 1. Abend (Dienstag) setzen wir uns mit der Kamera, den fotografischen Grundlagen und der Bildgestaltung auseinander.

Am 2. Tag (Freitag) geht's in kleiner 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 Kamera- und 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 Dienstag, 07.02.2023,
18:30 – 21:00 Uhr
Freitag, 10.02.2023,
14:15 – 18:15 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Fotokurs für Fortgeschrittene

Sie haben unseren Anfängerkurs besucht oder sind bereits mit Ihrer Kamera

vertraut? Sie möchten Ihre Kenntnisse auffrischen? Sie verfügen auch schon über eine lichtstarke Festbrennweite bzw. ein Portraitobjektiv? Dann passt dieser zweiteilige Kurs mit hohem Praxisanteil genau.

Haben wir bisher an der Oberfläche gekratzt, so geht es in diesem Kurs für noch bessere Fotos in die Tiefen der Fotografie. Wir bauen auf den Grundlagen auf, Wiederholen und Vertiefen das bereits erlernte Wissen und ergänzen es um wertvolle Informationen und Erfahrungen. Insbesondere mit der Festbrennweite lernen Sie Ihr fotografisches Auge zu schulen und Motive - über eine prof. Bildgestaltung - zu erarbeiten.

Dieser Fotokurs besteht zum größten Teil aus der Praxis, einer kleinen Fototour auf der wir verschiedene Situationen fotografieren und Inspirationen für neue Fotoideen geben. Nachfolgend besprechen wir einige Ihrer Bilder und beantworten individuell die Fragen.

Wir werden die Vorteile von RAW anstatt JPG besprechen. Weiter geht es mit dem richtigen Bildaufbau (nach „Goldener Schnitt“ bzw. „Drittel-Regel“). Perspektive, Bildwirkung und viele Tipps zu unterschiedlichen Fotosituationen nehmen einen breiten Raum ein. Zudem lernen Sie, was ein Graufilter (ND-Filter) ist, welche tollen Effekte man damit erstellen und wann man ihn kreativ einsetzen kann bei der Landschaftsfotografie.

Bitte mitbringen: Kamera mit vollem Akku und leerer Speicherkarte, ggfs. auch Zubehör.

Voraussetzungen:

- Grundlagen der Fotografie beherrschen
- Erfahrungen mit der Belichtung im AV (A) oder TV (S) Modus gesammelt haben.

8601

Fotokurs für Fortgeschrittene Besser fotografieren mit Spiegelreflex- / Systemkamera II

Leitung Gundolf Renze

Termin Dienstag, 18.04.2023,
18:30 – 21:00 Uhr
Samstag, 22.04.2023,
14:15 – 18:15 Uhr

Gebühr 80,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



8602

Fotokurs für Fortgeschrittene Fotografieren mit Spiegelre- flex-/Systemkamera Besser fotografieren mit Spie- gelreflex- /Systemkamera II

Leitung Gundolf Renze

Termin Mittwoch, 21.06.2023,
18:30 – 21:00 Uhr
Freitag, 23.06.2023,
14:30 – 18:30 Uhr

Gebühr 80,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

8603

Fotospaziergang Engelmannsbäke

Der Fotokurs beginnt mit einem Theorie-
Abend im Haus der Bildung und Familie
in Visbek. Dabei schauen wir uns in lo-
ckerer Runde die verschiedenen Einstell-
möglichkeiten der Kamera an. Neben
dem Fotografieren mit Motivprogrammen
werden auch manuelle Einstellungen

geübt. Weiter geht es mit den Grundre-
geln der fotografischen Bildgestaltung für
spannendere Bilder.

Am 2. Tag (Samstag) geht's auf Foto-
tour durch die Wälder bis zu den größten
Steindenkmälern Norddeutschlands (Vis-
beker Braut & Bräutigam). Ob naturnaher
Bachlauf im feuchten Auebereich oder
Heidenopfertisch, es gibt in diesem Na-
turschutzgebiet fotografisch immer viel
zu entdecken. Wir verlassen dabei den
„Automatik-Modus“ und erfahren, wie
man Blende, Zeit, ISO, Blitz und Belich-
tungskorrektur gezielt einsetzen kann.
Dieser Kurs ist für Einsteiger ohne Vor-
kenntnisse bzw. „digitale Neueinsteiger“
- mit jeder Bridge,- System- oder Spiegel-
reflexkamera - geeignet!
Bitte mitbringen: Kamera mit vollem Akku
und leerer Speicherkarte, ggfs. auch Zu-
behör.

Zielgruppe: Anfänger Fotokurs - Theorie
und Praxis

Leitung Gundolf Renze

Termin Mittwoch, 14.06.2023,
18:30 – 21:00 Uhr
Freitag, 16.06.2023,
14:15 – 18:15 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

Wassersport

8701

Sportführerschein „See und Binnen“

Anfängerkurs für die international aner-
kannten Sportbootführerscheine im Be-
reich der See- und Binnengewässer - es
wird kein seemännisches Fachwissen
vorausgesetzt. Im Kursverlauf werden wir
uns mit Navigation, Seerecht, dem Wet-
ter an der Küste und natürlich auch mit
der praktischen Seemannschaft beschäf-
tigen. Parallel zur theoretischen Ausbil-
dung kann in einem Zusatzangebot auch
die praktische Motorbootausbildung er-
folgen. Am Ende des Kurses können die
Prüfungen zum Sportbootführerschein
See und Binnen vor dem Deutschen Mo-
tor-Yacht-Verband (DMYV) abgelegt wer-
den. Ausführliche Informationen erhalten
Sie am Wassersport-Informationsabend
(23F-8700).

Der Kurs findet in Kooperation mit der
Wassersportschule Kapitän Kruse (Ol-
denburg) statt.

Voraussetzungen:

Mindestalter 16 Jahre und 9 Monate zur
Prüfung

Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre

HIGHLIGHT

8700

Infoabend Wassersportlehrgänge

An diesem Abend erhalten Sie Informati-
onen zu folgenden Kursangeboten:

- Sportbootführerschein „See“ und
„Binnen“ (23F-8701)
- Seefunkzeugnisse „SRC“ und „UBI“
(23F-8702)
- Sportküstenschiffer (SKS) unter Motor/
Segel (23F-8703)

Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre

Leitung N.N.

Termin

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Adam Melnyk / Shutterstock.com



Leitung N.N.

Termin

Gebühr 290,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

8702

Seefunkzeugnisse „SRG“ und „UBI“

Privatyachten sowie Charterschiffe sind zunehmend mit modernen Systemen für die Kommunikation und Navigation ausgerüstet. UKW-DSC-Funkanlagen, NAVTEX, EPIRB oder AIS gehören heute zum Standard im weltweiten Seenot- und Sicherheitsfunksystem GMDSS. Jede/r Führer/in eines Sportbootes muss im Seefunkdienst entsprechend der funktechnischen Ausrüstung des Bootes mindestens über das Beschränkt Gültige Funkbetriebszeugnis (SRC) verfügen. Auch für Funkstellen in der Binnenschifffahrt ist ein UKW-Sprechfunkzeugnis (UBI) vorgeschrieben. Dieser Kurs begleitet die Wassersportler/innen in Theorie und Praxis zum Erwerb beider Funkzeugnisse. Die praktischen Übungen an den Funkgeräten werden in Kleingruppen durchgeführt. Das begleitende Lernmaterial wird am ersten Kursabend vorgestellt. Weitere Informationen erhalten Sie am kostenlosen Infoabend „Wassersport“ in Kooperation mit der Wassersportschule Kapitän Kruse.

Voraussetzungen:

Mindestalter 16 Jahre

Prüfungsgebühren sind nicht der Kursgebühr enthalten!

Leitung N.N.

Termin

Gebühr 330,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

8703

Sportküstenschiffer (SKS) unter Motor/Segel

Angehende Skipper/innen erhalten in diesem Kurs eine vertiefende Ausbildung in Navigation, Gezeitenkunde, Seerecht, Wetterkunde und Seemannschaft. Vermittelt wird in diesem Theoriekurs das nötige Rüstzeug zur Durchführung von Motorbootfahrten bzw. Segeltörns in Nord- und Ostsee, dem Mittelmeer und

vieler klassischer Segelreviere. Wir lernen viel über das Segeln, vom Setzen der Segel bis hin zu den verschiedenen Manövern wie Wende oder Halse. Darüber hinaus treffen wir uns an Bord einer seegehenden Yacht und besprechen das erlernte im maritimen Umfeld. Teilnahmevoraussetzung ist der Sportbootführerschein SEE. Am Ende des Kurses kann die Theorieprüfung zum Sportküstenschiffer abgelegt werden (1. Teilprüfung). Die praktische Ausbildung an Bord von Hochseeyachten kann auf der Nordsee, Ostsee oder im Mittelmeerraum ebenfalls absolviert werden. Am Ende einer Praxisausbildung ist ebenfalls eine Prüfung (2. Teilprüfung) möglich. Ausführliche Informationen erhalten Sie am Wassersport-Informationsabend (23F-8700).

Prüfungsgebühr und praktische Ausbildung sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre

Leitung N.N.

Termin

Gebühr 390,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Hände verknoten

Ablauf:

Die Spieler*innen bilden zu Beginn einen Kreis, schließen die Augen und verengen den Kreis, in dem die Spieler*innen aufeinander zu gehen. Dabei greift jeder Teilnehmer*in zwei andere Hände (nicht von der gleichen Person). Hat jeder ein weiteres Hand-Paar gefunden, öffnen die Teilnehmer*innen die Augen und versuchen den entstandenen Knoten zu entwirren.

Wichtig ist, dass die Hände nicht voneinander gelöst werden sollten!



Letyi / Shutterstock.com



**AUF SICH
ACHTERIN**

**Zusammen kann
alles einfach sein.**

Veranstaltungen in Kooperation
mit dem



Gesundheit



Maria Abeling-Stegkämper

Tel.: 04441 / 99-2804

m.abeling-stegkaemper@kvhs-vechta.de



Nicole Mucker

Tel.: 04441 / 99-2803

n.mucker@kvhs-vechta.de

Patientenvorträge	112
Gesunde Ernährung	116
Bewegung	116
10er-Karte	121
Reha-Sport.....	124



Kurse in Zusammenarbeit mit dem



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.: 04441/93 77 80) in Verbindung.

Patientenvorträge

An dieser Stelle bieten Ärzte und Fachkräfte aus dem Gesundheitswesen 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.

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.

Bitte beachten Sie die Hygieneregeln in unserem Gebäude.

9000

Hören statt Taubheit – Wie funktioniert ein Cochlea – Implantat?

Millionen von Menschen in aller Welt leiden an einem Hörverlust, der sich auf unterschiedlichste Weise auswirkt und verschiedenste Ursachen hat. Der Alltag der

Patienten ist dadurch sehr eingeschränkt: Unterhaltungen, Fernsehen oder Kinobesuche können zur anstrengenden Aufgabe werden oder sind gar nicht mehr möglich. Ein Hörverlust hat verschiedene Schweregrade, von ganz geringen Einschränkungen bis hin zur Taubheit. Mit Hörimplantaten ist die Behandlung von Hörverlusten möglich, selbst wenn starke Hörgeräte nicht mehr helfen. Sie übernehmen einen Teil des natürlichen Hörvorgangs und bieten sehr viele Vorteile. In dieser Vortragsveranstaltung wird der Referent unter anderem folgende Fragen klären: Wie funktioniert das Cochlea-Implantat? Für wen ist es geeignet? Wie ist der Ablauf der Versorgung mit einem Cochlea-Implantat und wie gestaltet es sich in der Berufstätigkeit? Im Anschluss an den Vortrag besteht reichlich Zeit, Fragen an den Chefarzt zu stellen.

Leitung Dr. med. Knut Frese

Termin Montag, 23.01.2023,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Bürgermeister-Möller-Platz 1

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 Hartmut Stunkat

Termin Dienstag, 07.02.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Bürgermeister-Möller-Platz 1

9002

Bleiben Sie gesund! - Alternative Blut- und Darmdiagnostik zur Beurteilung des Immunsystems

Obwohl Deutschland kein Vitaminmangelnd ist, ist die Versorgung mit bestimmten Mikronährstoffen dennoch nicht zufriedenstellend. In diesem Vortrag erfahren Sie, welche Vitamine, Mineralien, Spurenelemente und essentiellen Fettsäuren wichtig sind und in welchem Zusammenhang dabei der Darm zu berücksichtigen ist. Der Vortrag vermittelt Ihnen ein Verständnis von einer optimalen Nährstoffversorgung. Ein intaktes Immunsystem kann die Disposition für spätere Erkrankungen positiv beeinflussen. Welche Beschwerden im Gegensatz dazu bei einem unausgewogenen Versorgungsverhältnis u.U. jetzt schon resultieren (Kopfschmerzen, Müdigkeit, Infektanfälligkeit, Schlafstörungen etc.) wird ebenfalls Thema sein.

Leitung Nicole Pille

Termin Donnerstag, 23.02.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 10,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

9003

Pflegeberatung - Möglichkeiten und Hilfen in der häuslichen Pflege

Neues Pflegestärkungsgesetz ab 01.01.2017 - Was bedeutet das für Sie? Die Zahl pflegebedürftiger Personen steigt kontinuierlich an. In Deutschland hat sich eine umfangreiche Versorgungslandschaft entwickelt, um dem damit verbundenen steigenden Bedarf an Pflege entsprechend zu begegnen. Diese ist allerdings sehr unübersichtlich. Für die meisten Betroffenen ist es daher schwierig, das passende Angebot auszuwählen. Um dennoch eine angemessene, auf die individuellen Bedürfnisse der Pflegebedürftigen abgestimmte Pflege sicherzustellen, haben alle pflegebedürftigen Personen einen gesetzlichen Anspruch auf eine individuelle Pflegeberatung. Was aber kann Pflegeberatung alles leisten? Welche Leistungen kommen in der häuslichen Umgebung zum Tragen? Welche



Leistungen gehören zur Verwaltung und pflegerischen Versorgung? Wo findet Pflegeberatung statt? Auf all diese Fragen wird die Referentin an diesem Abend eingehen.

Leitung Anne Abeling-Brinkmann

Termin Donnerstag, 23.02.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus,
Bürgerm.-Möller-Platz 1

HIGHLIGHT

9004

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 die Referentin, 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 erläutert sie, wie man Verletzungen vermeiden und das Schultergelenk trainieren kann. Im Anschluss an den Vortrag besteht reichlich Zeit, um Fragen zu stellen.

Leitung Dr. med. Nicola Jansen

Termin Dienstag, 14.03.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus,
Bürgerm.-Möller-Platz 1

9005

Digitale Hilfe per App: Potenziale und Grenzen von DiGas und DiPas

Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGAs) wurden 2021 unter dem Slogan „App auf Rezept“ beworben und eingeführt. Seit dem Sommer 2022 sind erste Digitale Pflegeanwendungen (DiPAs) auf dem Markt. Der Vortrag behandelt den potenziellen Nutzen und die Grenzen der Apps, thematisiert werden zudem den Prozess der Zertifizierung und zeigt auf, wie Bürger:innen die Apps nutzen können.

Zielgruppe: Interessierte, tendenziell pflegende Angehörige, Beschäftigte im Gesundheitswesen

Leitung Christian Vaske

Termin Freitag, 17.03.2023,
16:00 – 18:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos!

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

9006

Krampfadern schonend entfernen

ELVeS Radial - minimal invasive Lasertherapie bei Krampfadern - Schonendes Verfahren zur Entfernung auch ausgeprägter Krampfadern

Deutschlandweit leiden mehrere Millionen Menschen an Venenkrankheiten. Schwere und müde Beine, Schmerzen, Krampfadern, Anschwellen der Gliedmaßen oder auch Hautveränderungen an den Unterschenkeln können typische Symptome sein. Dank modernsten Therapien können alle Formen der venösen Erkrankungen der Beine - zum Beispiel Krampfadern, Venenentzündungen oder Thrombosen - ohne Belastung für den Patienten diagnostizieren und schließlich konservativ oder operativ behandelt werden. Die meisten Patienten können bereits am Tag der Operation wieder ihren Alltagsaktivitäten nachgehen und sind fast ausnahmslos einen Tag nach der Behandlung wieder arbeitsfähig. In der kostenlosen Vortragsveranstaltung wird der Referent die moderne Technik erläutern und gerne die Fragen der Teilnehmer beantworten.

Leitung Dr. med. Volker Jasnoch

Termin Dienstag, 21.03.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus,
Bürgerm.-Möller-Platz 1

9007

„Keine Angst vor der Intensivstation!“ Ein Einblick auf die Intensivstation des St. Marienhospitals Vechta

Eine akute Erkrankung und ein plötzlicher Aufenthalt auf einer Intensivstation löst bei einigen Menschen Angst aus. Das kann gleich bei der Aufnahme geschehen, sowie auch nach der Entlassung, da durch Stress vielleicht nicht alles Geschehene verarbeitet werden konnte. Einige Patienten erleiden ein sogenanntes Delir - das ist ein akuter Verwirrheitszustand - und sie wissen nicht was mit Ihnen passiert ist und haben Sorge vor einem erneuten Aufenthalt.

Die Referentinnen werden die Intensivstation des St. Marienhospitals Vechta näher erläutern, das bedeutet sie erklären Handlungsabläufe der Station. Des Weiteren betrachten sie das Delir genauer und beantworten etwaige Fragen dazu.

Ggfls. wird es am Ende des Vortrages für Freiwillige eine Führung auf der Intensivstation geben. Das kann allerdings nur spontan entschieden werden, je nach Pandemiegeschehen und aktuellem Arbeitsaufkommen dort. Wer generell Interesse hat sich diese Station anzuschauen, der bringt je nach aktuellen Hygienevorschriften des St. Marienhospital Vechta gGmbH bitte eine FFP2-Maske und einen tagesaktuellen negativen Coronatest mit.

Leitung Kerstin Tinnemeyer, Beate Langhorst

Termin Mittwoch, 29.03.2023,
17:15 – 19:30 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus,
Bürgerm.-Möller-Platz 1

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



9008

TELAV: Televersorgung im Landkreis Vechta

Das Projekt TELAV - Televersorgung im Landkreis Vechta versucht mit Praxispartnern vor Ort passende Lösungen für eine Televersorgung zu identifizieren und umzusetzen. Bestehende Angebote sollen darüber erweitert und leichter für mehr Zielgruppen zugänglich gemacht werden. Die Vortragenden berichten aus dem Projekt und stellen aktuelle Lösungen vor.

Zielgruppe: Interessierte, tendenziell pflegende Angehörige, Beschäftigte im Gesundheitswesen

Leitung Beate Langhorst, Christian Heitmann

Termin Freitag, 31.03.2023, 16:00 – 18:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

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.

9009

Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Julian Gehrman

Termin Dienstag, 04.04.2023, 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

9010

Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Julian Gehrman

Termin Dienstag, 18.04.2023, 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Lohne, Kreisvolkshochschule, Lindenstraße 49

9011

Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Julian Gehrman

Termin Dienstag, 16.05.2023, 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9012

Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Erika Rüwe

Termin Mittwoch, 07.06.2023, 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

9013

Potenziale der Telemedizin für junge Eltern in ländlichen Räumen

Julian Gick promoviert derzeit zu dem Thema Akzeptanz und Nutzungsbedingungen junger Familien bezüglich telemedizinischer Anwendungen in ländlichen Räumen. Das Forschungsprojekt ist im

Promotionsprogramm „Digitale Lebenswelten in Dörfern - Verantwortung und Steuerung der digitalen Transformation. Chancen und Risiken des digitalen Wandels für Dörfer“ an der Universität Vechta angesiedelt und verläuft in Kooperation mit der Leibniz-Universität Hannover und der HAWK Göttingen. Er stellt die aktuellen Ergebnisse seiner Arbeit vor und möchte, mit den Teilnehmer:innen über deren Erfahrungen sprechen.“

Zielgruppe: Interessierte, tendenziell pflegende Angehörige, Beschäftigte im Gesundheitswesen

Leitung Julian Gick

Termin Freitag, 14.04.2023, 16:00 – 18:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9014

Ambulanter Hospizdienst: Begleitung in schweren Lebensphasen Der ambulante Hospizdienst der Sozialstation Nordkreis Vechta gGmbH stellt sich vor

In dieser Veranstaltung stellt Elisabeth Muhle (Koordinatorin ambulanter Hospizdienst der Sozialstation Nordkreis Vechta) die Form der Begleitung, die der ambulante Hospizdienst bietet, vor.

Es geht u.a. um die Fragen, wie die Begleitung aussehen kann und welche Menschen diese Begleitung in Anspruch nehmen können; dabei sind nicht nur die Betroffenen im Blick sondern auch die Angehörigen.

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, 17.04.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

9015

Digitalisierung nutzbar machen. Warum digitale Gesundheitskompetenzen gestärkt werden müssen.

Digitalisierung im Gesundheitswesen bedeutet für Beschäftigte und Bürger:innen nicht selten, dass neue Anwendungen eingeführt werden, die einen vermeintlichen Vorteil versprechen. Damit die Digitalisierung jedoch nicht zum Selbstzweck wird, sondern auch konkreten Nutzen mit sich bringt, sind bei Anwender:innen und Bürger:innen digitale gesundheitsbezogene Kompetenzen zu stärken. Der Vortrag möchte deren Bedeutung und Wege aufzeigen, wie dies gelingen kann.

Zielgruppe: Interessierte, tendenziell pflegende Angehörige, Beschäftigte im Gesundheitswesen

Leitung Nils Holtmann

Termin Freitag, 28.04.2023,
16:00 – 18:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos!

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

9017

Alte Hausmittel - neu entdeckt! Was Küche und Keller an Heil- mitteln bereit halten.

In diesem Vortrag geht es um wertvolle Hilfen, die in vielen Haushalten vorrätig sind. Welche Wirkungen entfalten Salzbäder oder Essigumschläge. Kann Quark tatsächlich eine Bronchitis oder eine Gelenkentzündung lindern? Warum sind Kartoffeln nicht nur ein hochwertiges Lebensmittel, sondern auch ein wertvolles Heilmittel? Was kann ich bei einem Insektenstich sofort tun? Wussten Sie schon, dass man Kohl das Antibiotikum der Armen nennt? Wann ist er uns wertvolle Unterstützung?

Leitung Ingrid vom Felde

Termin Mittwoch, 14.06.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 11,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

9018

Vorankündigung: 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 Gelenkknorpelabbau 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 persönliche Fragen beantwortet die Referentin dem Vortrag.

Leitung Dr. med. Nicola Jansen

Termin Dienstag, 26.09.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Bürgermeister-Möller-Platz 1

Weiter mit Bildung!

HIGHLIGHT

9016

Frühlingskräuter

Lassen Sie uns gemeinsam entdecken was am Wegesrand und im Garten gedeiht und welchen Nutzen es uns bringen kann. Oft wissen wir gar nicht, dass sogenannte „Unkräuter“ eine große Heilwirkung haben. In diesem Vortrag erfahren sie Näheres von der Dozentin dazu.

Leitung Ingrid vom Felde

Termin Mittwoch, 10.05.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 11.00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1





9019

Vorankündigung: „Wenn die Galle Ärger macht“

Die Galle findet im normalen Alltag kaum Beachtung. Dabei spielt die Galle eine sehr wichtige Rolle, um Fette aus der Nahrung zu verarbeiten. Kommt es zu Völlegefühl, Übelkeit, Erbrechen, Schmerzen im Bereich des Rippenbogens oder z.B. zu einer Gelbfärbung der Augen, kann das auf Gallenprobleme hinweisen und sollte von einem Facharzt abgeklärt werden. In dieser Vortragsveranstaltung werden die Referenten über die Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten bei Gallenleiden informieren. Im Anschluss an den Vortrag beantworten die Ärzte die Fragen der Besucher.

Leitung Andreas Fangmann, Andrada Gabriela Dinculescu

Termin Termin wird im Herbst bekannt gegeben!

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

9020

Vorankündigung: Schmerzen im Knie – Welche Behandlung ist für mich die richtige?

Das Knie ist eine höchst komplizierte Konstruktion. Es ist die gelenkige Verbindung zwischen Ober- und Unterschenkel. Beugung, Streckung, Rotation und Gleiten, alles das muss das Knie - oft auch alles gleichzeitig - können. Knieprobleme sind sehr häufig, denn das Kniegelenk wird im Alltag und bei sportlicher Betätigung stark belastet. Die Ursachen von Knieproblemen sind vielfältig. Hierzu gehören Entzündungen durch Infektionen oder Bakterien, Arthrose, Meniskus-schäden oder Bandverletzungen (z.B. Kreuzbandriss).

In dieser Vortragsveranstaltung wird der Referent Möglichkeiten der Vorbeugung von Knieproblemen erläutern sowie verschiedene operative und nichtoperative Behandlungsverfahren vorstellen. Im Anschluss werden gerne die persönlichen Fragen der Teilnehmer beantwortet.

Leitung Dr. med. Jens Hilgenberg

Termin Dienstag, 07.11.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Bürgermeister-Möller-Platz 1

Gesunde Ernährung

9100

Beratung für ernährungs- spezifische Probleme

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 Abrechnung über die Krankenkasse ist möglich.



Nicole Döbbeler,
Diätassistentin
und Ernährungs-
beraterin/DGE

9101

Basenfasten - Wie funktioniert 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 nach Vereinbarung

Bewegung

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!

9200

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck

Termin Beginn ist am Dienstag,
10.01.2023, 12 Abende,
jeweils dienstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 132,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

9201

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck

Termin Beginn ist am Dienstag,
10.01.2023, 12 Abende,
jeweils dienstags,
20:00 – 21:30 Uhr

Gebühr 132,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3



9202

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck

Termin Beginn ist am Donnerstag,
12.01.2023, 12 Abende,
jeweils donnerstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 132,00 €

Ort Steinfeld, Heilpädagogischer
und Integrativer Kindergarten,
Zur Schemder Bergmark 2

9203

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck

Termin Beginn ist am Donnerstag,
12.01.2023, 12 Abende,
jeweils donnerstags,
19:45 – 21:15 Uhr

Gebühr 132,00 €

Ort Steinfeld, Heilpädagogischer
und Integrativer Kindergarten,
Zur Schemder Bergmark 2

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.

Bitte mitbringen: zwei Decken und ein kleines Kissen

9204

Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter

Termin Beginn ist am Dienstag,
24.01.2023, 8 Abende,
jeweils dienstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 100,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

9205

Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter

Termin Beginn ist am Dienstag,
18.04.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 125,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

9206

Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter

Termin Beginn ist am Dienstag,
24.01.2023, 8 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:00 – 11:30 Uhr

Gebühr 100,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

9207

Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter

Termin Beginn ist am Dienstag,
18.04.2023, 10 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:00 – 11:30 Uhr

Gebühr 125,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

9208

Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter

Termin Beginn ist am Donnerstag,
20.04.2023, 10 Abende,

jeweils donnerstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 125,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

9209

Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter

Termin Beginn ist am Donnerstag,
02.02.2023, 8 Abende,
jeweils donnerstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 100,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

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

9210

Autogenes Training für Anfänger

Leitung Ulrike Mallas

Termin Beginn ist am Donnerstag,
09.02.2023, 6 Abende,
jeweils donnerstags,
17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 53,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

Weiter mit Bildung!



9211

Autogenes Training für Anfänger

Leitung Ulrike Mallas

Termin Beginn ist am Mittwoch, 03.05.2023, 6 Abende, jeweils mittwochs, 17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 53,00 €

Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Bitte mitbringen: eine Decke, bequeme Kleidung, warme Socken, ein Duschhandtuch als Kopfunterlage und ein Getränk

reagieren, Techniken und Alltagsgegenstände zur Selbstverteidigung nutzen und unbeschadet kritische Situationen bewältigen können. Ab 16 Jahren! Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallenschuhe, ggfs. Schutzbekleidung

Leitung Julian Hülsemann

Termin Samstag, 04.03.2023, 14:00 – 18:00 Uhr

Gebühr 20,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9215

R.E.S.E.T- Zähne zusammenbeißen und durch

Das Kiefergelenk hat Einfluss auf viele Körperfunktionen. Stress und verspannte Muskeln können sich sofort durch Zähneknirschen, Migräne, Schlafstörungen oder Tinnitus bemerkbar machen. R.E.S.E.T. ist eine leicht zu erlernende Methode, um die körpereigenen Selbstheilungskräfte zu mobilisieren. Sie hilft dabei, Kiefermuskeln und -gelenke mit sanften Berührungen zu entspannen. An diesem Abend erhalten sie eine Einführung in das Thema und lernen erste Übungen kennen.

Leitung Christina Oberschmidt

Termin Montag, 19.06.2023, 17:00 – 19:15 Uhr

Gebühr 13,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9216

Erste Hilfe bei Stress- „Gefahr erkannt- Gefahr gebannt!“

Jeder spricht über Stress, wer hat ihn? Was ist überhaupt Stress? Wie zeigt unser Körper Stress an?

Wie kann ich ihn rechtzeitig bei mir und anderen erkennen und am besten damit umgehen?

Dieser Workshop informiert und zeigt einige der genialen kinesiologicalen Übungen, die zur Entspannung beitragen können.

Die Übungen begeistern auch Kinder und lassen sich sehr gut in den Alltag integrieren.

Leitung Christina Oberschmidt

Termin Montag, 26.06.2023, 18:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 19,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9214

Selbstverteidigung - Workshop

In diesem Workshop schnuppern sie in die Grundfertigkeiten der Selbstverteidigung (Krav Maga) hinein. .

Hier lernen Sie, wie Sie trotz körperlicher Unterlegenheit gefährliche Situationen deeskalieren, Gefahrensituationen frühzeitig einschätzen und vermeiden. Im Kurs werden Ihnen Kompetenzen vermittelt, wie Sie im Notfall auf Aggressoren

HIGHLIGHT

9212

Die Feldenkrais®-Methode

- Bewusstheit durch Bewegung -

Jeder von uns hat seine eigenen Bewegungs- und Haltungsmuster.

Mit der Feldenkrais-Methode – eine körperorientierte Lernmethode – die den Namen ihres Begründers Dr. Moshe Feldenkrais trägt, können Sie auf leichte und spielerische Art und Weise lebendiger und beweglicher werden und fühlen, was Ihnen gut tut.

Durch die angeleiteten und achtsam ausgeführten Bewegungsabläufe können Sie lernen, sich bewusster wahrzunehmen, Gewohnheiten in sich zu erkennen und alternative Bewegungsmöglichkeiten zu entdecken. Diese Bewegungslektionen können helfen, sich freier zu bewegen.

Voraussetzungen: auf dem Boden liegen können

Leitung Stephanie Timphaus

Termin Beginn ist am Montag, 20.02.2023, 4 Abende, jeweils montags, 19:15 – 20:15 Uhr

Gebühr 48,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

9213

Die Feldenkrais®-Methode

Leitung Stephanie Timphaus

Termin Beginn ist am Montag, 05.06.2023, 4 Abende, jeweils montags, 19:15 – 20:15 Uhr

Gebühr 48,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3



Eugene Titor / Shutterstock.com



AOK 

Mehr
erfahren
auf aok.de

Ernährungsberatung persönlich, am Telefon oder per Video.

Wann vereinbaren Sie einen Termin?

Ob Sie sich für eine ausgewogene Ernährung interessieren, Ihr Gewicht reduzieren möchten, an einer Allergie leiden oder chronisch krank sind. Unsere Ernährungsexperten beraten Sie gern persönlich, am Telefon oder per Video.

AOK Niedersachsen. Die Gesundheitskasse.


Gesunde Ernährung
mit der AOK



Pilates - Mittelstufe

Pilates - Workout für Körper und Geist
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 kann muskuläre Dysbalance 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.

Dieser Kurs eignet sich für alle, die unseren Anfänger-Kurs absolviert haben oder die sich über andere Wege mit den Pilates-Grundprinzipien und den Basic- und Anfängerübungen vertraut gemacht haben. Vorerfahrungen sind unbedingt erforderlich.



Kzenon / Shutterstock.com

9217

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Dienstag, 10.01.2023, 8 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9218

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Dienstag, 07.03.2023, 7 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9219

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Dienstag, 23.05.2023, 7 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9220

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Mittwoch, 11.01.2023, 8 Abende, jeweils mittwochs, 17:30 – 18:30 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9221

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Mittwoch, 08.03.2023, 7 Abende, jeweils mittwochs, 17:30 – 18:30 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9222

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Mittwoch, 24.05.2023, 7 Abende, jeweils mittwochs, 17:30 – 18:30 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9223

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Mittwoch, 11.01.2023, 8 Abende, jeweils mittwochs, 18:30 – 19:30 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9224

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Mittwoch, 08.03.2023, 7 Abende, jeweils mittwochs, 18:30 – 19:30 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9225

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Mittwoch, 24.05.2023, 7 Abende, jeweils mittwochs, 18:30 – 19:30 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!



9226

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Donnerstag,
12.01.2023, 8 Vormittage,
jeweils donnerstags,
10:00 – 11:00 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, LadyFit 21, Lohner
Straße 34

9227

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Donnerstag,
09.03.2023, 7 Vormittage,
jeweils donnerstags,
10:00 – 11:00 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, LadyFit 21, Lohner
Straße 34

9228

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Donnerstag,
25.05.2023, 7 Vormittage,
jeweils donnerstags,
10:00 – 11:00 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, LadyFit 21, Lohner
Straße 34

Pilates - Fortgeschrittene

9229

Pilates - Fortgeschrittene

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Dienstag,
10.01.2023, 8 Abende,
jeweils dienstags,
19:00 – 20:00 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

9230

Pilates - Fortgeschrittene

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Dienstag,

07.03.2023, 7 Abende,
jeweils dienstags,
19:00 – 20:00 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

9231

Pilates - Fortgeschrittene

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Dienstag,
23.05.2023, 7 Abende,
jeweils dienstags,
19:00 – 20:00 Uhr

Gebühr 63,00 €

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 Kurssystems 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 55,00 € 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 99,00 € zu erwerben. Sie können auch durch ein einmaliges Probetraining (6,00 €) ganz unverbindlich ins Kursangebot „hineinschnuppern“.

Bitte mitbringen: eigene Gymnastikmatte, Handtuch und ein Getränk.

Hinweis: Die Karten sind nicht übertragbar auf andere Personen!

Kursplan siehe im hinteren Bereich des Heftes.

9300

Gymnastik für Frauen

Dieser Kurs ist für alle Frauen, 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 Bein-

muskulatur gekräftigt und gedehnt. Frauengymnastik 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

9301

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 Beginn ist am Montag,
09.01.2023, 23 Abende,
jeweils montags,
18:00 – 18:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Gymnastikhalle, Bürgermeister-
Möller-Platz 1



Val Theormer / Shutterstock.com



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

9302

Bodystyling

Leitung Beate Lonnemann

Termin montags, 09:30 - 10:15 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9303

Bodystyling

Leitung Stephanie Vornhusen

Termin dienstags, 18:00 - 18:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9304

Bodystyling

Leitung Karin Schröder

Termin donnerstags, 18:00 - 18:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9305

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

9306

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

9307

Jumping® Fitness

Jumping® ist ein dynamisches Fitness-Training 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 Kör-

pers 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 Mirca Knüpling

Termin mittwochs, 18:00 - 18:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1



9308

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 Mirca Knüpling

Termin mittwochs, 19:00-19:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1



9309

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 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

Fitness-Training

Dieser Fitnesskurs ist ein full body workout - in jeder Stunde gibt es allerdings wechselnde Schwerpunkte: mal wird gezielt der Bauch, ein anderes Mal die Beine und der Po trainiert. Auf jeden Fall bringen wir den Kreislauf in Schwung, die Muskeln zum Arbeiten und ein Lachen (oder Lächeln) ins Gesicht.

9310

Fitness-Training

Leitung Stephanie Vornhusen

Termin montags, 08:20 - 09:05 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9311

Fitness-Training

Leitung Stephanie Vornhusen

Termin donnerstags, 19:00 - 19:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1



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

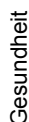
www.hilfe-bei-krebs-vechta.de
kontakt@hilfe-bei-krebs-vechta.de

Rücken-Fit

Bringen Sie Ihren Rücken in Schwung und machen ihn stabil und beweglich für Alltagsbelastungen. Nach einem Aufwärm- und Konditionstraining erfolgt eine gezielte Kräftigung der Rumpfmuskulatur. Die Muskelgruppen in Rücken, Schultern, Bauch und Gesäß werden 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



zedspider / Shutterstock.com



www.kvhs-vechta.de



ESB Professional / Shutterstock.com

9405

Reha-Sport Rücken

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

9406

Reha-Sport Rücken

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

9407

Reha-Sport Rücken

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

Weiter mit Bildung!

vhs Kreisvolkshochschule Vechta e.V.

Niels-Stensen-Werk Vechta
ZENTRUM FÜR GESUNDHEITSVORSORGE
EINRICHTUNG VON ARZTEN IN DER STADT VECHTA UND DES ST. MARIEHOSPITALS VECHTA

Rehabilitationssport und Funktionstraining

Um Menschen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen, die Möglichkeit zu geben, ihre Alltagskompetenzen auszubauen, gibt es den Rehabilitationssport und das Funktionstraining, welches von den Ärzten über eine Reha-Sportverordnung verschrieben werden kann. Diese Leistungen müssen beim Kostenträger (Krankenkasse) beantragt werden.

In Kooperation mit dem



Bei Fragen wenden Sie sich an den

Reha- und Behindertensport
Carsten Döding

Tel: 04441/9078030

Emailadresse: info@rbs-vechta.de



In Kooperation mit:



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, 55,00 EUR, Gültigkeit: 1 Jahr

3-Monatskarte 99,00 EUR

Probetraining 6,00 EUR

Diese Kurse finden in der Gymnastikhalle des Niels-Stensen-Hauses in Vechta, Bürgermeister-Möller-Platz 1, statt.



10er-Karte Sportkurse Niels-Stensen-Werk Vechta

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
08:20 - 09:05 Uhr Fitness-Training Stephanie Vornhusen				
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 Beate Lonnemann
10:30 - 11:15 Uhr Gymnastik für Frauen Beate Lonnemann				
18:00 - 18:45 Uhr Zumba Michaela Dwars	18:00 - 18:45 Uhr Bodystyling Stephanie Vornhusen	18:00 - 18:45 Uhr Jumping Fitness Mirca Knüpling	18:00 - 18:45 Uhr Rücken-Fit Karin Schröder	
19:00 - 19:45 Uhr Rücken-Fit Karin Schröder		19:00 - 19:45 Uhr Becken-Fit Mirca Knüpling	19:00 - 19:45 Uhr Fitness-Training Stephanie Vornhusen	
Programm gültig ab 09.01.2023		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
Aßling, Marlene	Erzieherin, Pädagogische Fachkraft für musikalische Förderung im Elementarbereich
Averbeck, Anni	Yogalehrerin BDY/EYU
Balla, Irene	Dozentin
Barth, Esther	Dozentin
Bidder, Hans-Werner	IT-Administrator im Ruhestand
Bocklage, Annelie	Gymnasiallehrerin
Bohne, Stefanie	Textil- und Bekleidungstechnikerin, Integrationskursdozentin
Bolles, Sandra	Erzieherin mit heilp. Zusatzausbildung
Borgerding, Yvonne	Qualitätsmanagement und Organisationsentwicklung, Schwester Euthymia Stiftung
Brokamp, Astrid	Gleichstellungsbeauftragte Landkreis Vechta
Brüning, Rolf	Künstler
Bücker, Thorsten	Dipl. Pflegewirt (FH), Autor und Business Coach im Gesundheitswesen
Butzmann, Dr. Erika	Pädagogik M.A., Entwicklungspsychologin
Castelo, Itzia	Dozentin
De Schutter, Hannelore	Inhaberin SchokoLaden
Dinculescu, Andrada Gabriela	Oberärztin der Abteilung für Gastroenterologie, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Döbbeler, Nicole	Diätassistentin und Ernährungsberaterin/DGE
Dr. Köbrich, Meral	Heilpraktikerin für Psychotherapie
Dwars, Michaela	Zumba Instructor -Alle Lizenzen-
Dwertmann, Stefanie	Hebamme
Eilermann, Maria	Dozentin
Ellers, Erika	Erzieherin
Elsayed, Belal	Dozent
Espelage, Bettina	Dipl. Sozialarb./-päd.(FH)
Fangmann, Andreas	Oberarzt der Abteilung für Gastroenterologie, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Festerling, Nicole	Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin
Fischer, Susanne	Krankenschwester
Fortmann, Ulrike	Kinesiologin, Kundalini-Yoga Dozentin
Fortunato, Angelica	Dozentin
Fraile, Veronika	Sprachlehrerin in Integrations- und berufsbezogenen Deutschkursen, telc-Prüferin, Künstlerin, Trainerin für interkulturelle Kompetenz
Frase, Xiaojia	Dozentin
Frese, Dr. med. Knut	Chefarzt der HNO-Klinik, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Friedenberger-Traidl, Melanie	Dozentin
Frilling, Gabriele	Physiotherapeutin, Rehabilitationssport
Frosig, Thomas B.	Dozent

García Yusta, Montserrat	Dozentin
Gastardo, Silvana	Dozentin
Gehrmann, Julian	Dozent
Geist, Doris	Gebärdensprachdozentin
Gick, Julian	Dozent
Gökgöz, Melek	Zulassung für Integrationskurse
Grabbe, André	Dipl. Sozialarb./Sozialpäd. (FH)
Granara, Sebastian	Sprachlehrer, Betriebswirt
Griefing, Birgit	Erzieherin
Hake, Lisa	Innenarchitektin
Hammer-von Seggern, Heike	Hygienebeauftragte
Hassani, Ana	Dozentin
Heitmann, Christian	Pflegedienstleitung des St. Marienhospitals Vechta gGmbH
Hilgenberg, Dr. med. Jens	Chefarzt der Klinik für Chirurgie und Orthopädie, St. Marienhospital Vechta
Hinrichsmeyer, Andrea	Dozentin
Hoge, Linda	Religionspädagogin
Höhle, Tanja	
Hollander, Claudia	Mediatorin, Coach, Dipl. Finanzwirtin
Holthaus, Jan	Physiotherapeut, Aquafitness Instructor
Holthaus-Hövmann, Mareike	Lehramt für Gymnasium Deutsch und Englisch
Holtmann, Nils	Dozent
Homann, Carsten	Religionspädagoge
Honkomp, Ruth	Dozentin
Hoping-Warcking, Maria	Dipl. Pädagogin
Horstmann, Martin	BARMER Geschäftsführer
Hülsemann, Daria	Dozentin
Hülsemann, Julian	päd. Mitarbeiter KVHS Vechta e.V.
IQ-Netzwerk Niedersachsen, bus GmbH	Beratungsstelle für ausländische Berufsausschlüsse
Jansen, Dr. med. Nicola	Oberärztin der Klinik für Orthopädie, Hand- und Unfallchirurgie, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Janßen, Regina	Rhythmiklehrerin
Jasnoch, Dr. med. Volker	Facharzt für Dermatologie, Venerologie, Allergologie, Phlebologie, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Kaplan, Enis	Bachelor, Lehramt Mathe und Biologie
Kathe, Christiane	Dozentin
Kayindu, Jack David	Journalist
Knüpling, Mirca	Übungsleiterin, Jumping® Fitness Instructorin, Sportlehrerin, C-Lizenz
Koops, Annette	Krankenschwester, Klangschalentherapeutin
Kühling, Claudia	Rechtsanwältin, Kanzlei Dr. Lenze & Partner

Allgemeine Infos

Lampe, Lea	Dozentin
Lamping, Daniela	Gesundheits- und Krankenpflegerin, Praxisanleiterin in der Pflege, Fachtherapeut Tracheotomie und Laryngektomie; geprüfte Dozentin in der Erwachsenenbildung
Langhorst, Beate	Gerontologin B A, Fachkrankenschwester für Intensiv- und Anästhesiepflege
Langhorst, Julia	Krankenschwester
Lank, Julia	Grundschullehrerin
Lonnemann, Beate	Übungsleiterin, Rehabilitationssport
Lupfer, Sandra	Dozentin
Maas, Monika	Dozentin
Machura, Erich	Betriebswirt (IDB)
Mallas, Ulrike	Entspannungspädagogin
Mekelnborg, Bernd	Krankenpfleger
Meyer, Anna-Maria	Gesundheits- und Krankenpflegerin
Moed-Kohl, Heike	Systemische Therapeutin/Familientherapeutin (DGSF)
Moormann, Sandra	Sozialpädagogische Assistentin, Kursleiterin Baby- und Kindermassage (DGBM e.V.)
Morawietz, Dr. Holger	Dozent
Muhle, Elisabeth	Leitung amb. Hospiz u. Palliativversorgung der Sozialstation Nordkreis gGmbH
Niehaus, Florian	Dozent
Nienaber, Marita	Dozentin
Nordmann, Lena	Grundschullehrerin
Nost, Miriam	Dipl. Sozialarb. / Sozialpäd. (FH), PEKiP-Gruppenleiterin
Oberschmidt, Christina	Kinesiologin
Perez Fuentes, Emiliano	Dozent
Pille, Nicole	Heilpraktikerin, Klassische Homöopathie
Pohlmann, Petra	Dipl. Gerontologin
Radke, Erich	Komponist, Instrumentalist
Radola, Bettina	Kinderphysiotherapeutin, Bobath-, SI Lehr- und Atemtherapeutin, rehaKINDfachberaterin
Reinermann, Tim	Dipl. Sozialpädagoge, Vollzugsabteilungsleiter
Reiners-Homann, Margret	Dozentin
Renze, Gundolf	Fotograf, Webdesigner
Richter, Christa	Yogalehrerin
Ries, Verena	Fachkrankenschwester für Geriatrie, Fachwirtin im Gesundheits- und Sozialwesen, Praxisanleiterin
Rohe, Ludger	Fachanwalt für Arbeitsrecht, Kanzlei Bode & Partner
Röhling, Kristina	Dipl. Pädagogin
Rommel, Bianca	Hygienefachkraft im St. Marienhospital Vechta gGmbH
Rost, Daniela	Kinderkrankenschwester

Ruhmüller, Rahel	Dozentin, Klin. Kodierfachkraft, Pflegeberaterin
Ruiz Diaz Adorno, Olga Ester	Dozentin
Rüwe, Erika	Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (FH), Dipl. Gerontologin, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Schäfer, Michael	Dozent
Schene, Ludger	Staatlich geprüfter Betriebswirt
Schiffer, Ralf	Betriebswirt im Gesundheitswesen (B.A.)
Scholz, Anna	EDV-Dozentin
Schräder, Karin	Übungsleiterin
Schulz, Uwe	Master of Education für Realschule
Schwartz, Jürgen	Pfarrer
Seebold, Olga	Dozentin
Senouwoe, Bianca	Sozialarbeiterin (B.A.)
Shahmohammadi, Amin	Dozent
Sieveke, Janina	Hebamme
Spenke, Harriet	Dozentin
Stoye, Bärbel	Zertifizierte Pilates-Trainerin, Übungsleiterin Rehabilitationssport
Stunkat, Hartmut	Funktionsoberarzt der Chirurgischen Klinik, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Thomae, Eli	Dozentin
Timphaus, Stephanie	Physiotherapeutin, Feldenkrais®-Lehrerin
Tinnemeyer, Kerstin	Krankenschwester auf der Intensivstation
Tobin, Gabriele	Dozentin
Trapp, Stephanie	Schauspielpädagogin, Coach Präsentations-Training
Triemer, Stephanie	Stillberaterin (AFS), Fachkraft für babyfreundliche Beikost
Triphaus, Hanna	EDV-Dozentin
Trottnow, Nina	M.A. Inklusive Pädagogik und Elementarbildung
Vaske, Christian	Dozent
Voelcker, Eduard	Dozent
Voget, Gisela	Dozentin
vom Felde, Ingrid	Heilpraktikerin
von dem Berge, Saskia	Bürokauffrau, Fremdsprachenkorrespondentin
Vornhusen, Stephanie	Yogalehrerin, Pränatal-Yogalehrerin, Tanz- und Fitnesstrainerin
Wachtel, Ewgenia	Dozentin
Wagner, Heidemarie	Dozentin
Wendelken, Bernd	Dozent
Wensky, Thuid	Dozentin
Wolke-Hanenkamp, Eva	Kinesiologin
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. Rechnungsversand

Der Rechnungsversand kann nach unserer Wahl auf dem Postweg oder per E-Mail erfolgen. Der Teilnehmer stimmt zu, dass er Rechnungen elektronisch erhält. Elektronische Rechnungen werden dem Teilnehmer per E-Mail im PDF-Format an die bekannt gegebene E-Mail-Adresse übersandt.

4. Nichtinanspruchnahme von Unterrichtseinheiten

Die Nichtinanspruchnahme einzelner Unterrichtseinheiten berechtigt nicht zu einer Ermäßigung des Rechnungsbetrages.

5. Rücktritt

Bei Seminaren (1–3tägige 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.

6. 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 Lehr-

Allgemeine Geschäftsbedingungen

gangsentgelt 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.

7. 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.

8. 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.

9. 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/.

10. 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.

11. Urheberrecht

Arbeitsunterlagen und verwendete Computersoftware sind urheberrechtlich geschützt. Das Kopieren oder die Weitergabe an Dritte ist nur nach vorheriger Zustimmung des Urheberrechtinhabers zulässig.

12. Gerichtsstand und Erfüllungsort

Ausschließlicher Gerichtsstand und Erfüllungsort – sofern gesetzlich zulässig – ist Vechta.

13. 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

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 Möglichkeiten 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, das 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: _____

Kreisvolkshochschule Vechta e.V.
Bahnhofstraße 1
49377 Vechta

HINWEIS:

Bitte die Anmeldekarte
vollständig ausfüllen und in
einer unser Geschäfts- und
Außenstellen abgeben.

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Kurse und Veranstaltungen bei der
Kreisvolkshochschule Vechta e.V. an:

1. Kursnummer		Kursbeginn	
Kurstitel			
2. Kursnummer		Kursbeginn	
Kurstitel			

Name		Vorname	
Geschlecht	☐ männlich ☐ weiblich ☐ divers	Geb.-datum	
Straße + Nr.			
Postleitzahl		Ort	
E-Mail			
Telefon		Mobilnummer	

gewünschte Zahlungsweise:

- ☐ Ich bin damit einverstanden, dass die Kursgebühr abgebucht wird.
☐ Das SEPA-Lastschriftmandat dafür liegt vor.
☐ Das SEPA-Lastschriftmandat dafür füge ich bei.

- ☐ Ich überweise die Kursgebühr.
Bitte schicken Sie mir eine Rechnung.

Ort, Datum

Unterschrift *

Unterschrift * eines Erziehungsberechtigten bei Minderjährigen

* Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der KVHS an und bestätige, die Datenschutzerklärung und die Widerrufsbelehrung zur Kenntnis genommen zu haben. Sie sind im Halbjahresprogramm abgedruckt und können auf unserer Homepage unter www.kvhs-vechta.de sowie in unseren Geschäfts- und Außenstellen eingesehen werden.



Kreisvolkshochschule Vechta e.V.
Bahnhofstraße 1
49377 Vechta

Unsere Gläubiger-ID.:
DE98ZZZ00001964686

Ihre Mandatsreferenz:
Wird separat mitgeteilt.

Bitte senden Sie das SEPA-
Lastschriftmandat immer
als Original an die KVHS!

SEPA-Lastschriftmandat

für Kurse und Veranstaltungen bei der Kreisvolkshochschule Vechta e.V.

Hiermit erteile ich (als Kontoinhaber*in) das unten stehende SEPA-Lastschriftmandat

Name		Vorname	
Straße / Nr.			
Postleitzahl		Ort	
Bankname			
BIC		IBAN	

für mich und folgenden Kursteilnehmer:

Name		Vorname	
------	----------------------	---------	----------------------

SEPA-Lastschriftmandat

an die Kreisvolkshochschule Vechta e.V. mit der Gläubiger-ID: DE98ZZZ00001964686

Ich ermächtige die Kreisvolkshochschule Vechta e.V. Zahlungen für mich und den zusätzlich genannten Kursteilnehmer von meinem oben aufgeführten Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Ich bin damit einverstanden, dass zur Erleichterung des Zahlungsverkehrs die grundsätzlich 14-tägige Frist für die Information vor Einzug einer fälligen Zahlung bis auf einen Tag vor Belastung verkürzt werden kann.

Das erteilte SEPA-Lastschriftmandat ist 36 Monate gültig und verlängert sich mit jeder Abbuchung um weitere 36 Monate. Es kann jederzeit widerrufen werden.

Ort, Datum

Unterschrift Kontoinhaber*in

Seite 1 von 1





INTERAKTIV KOMMUNIZIEREN

MODERNE KONFERENZTECHNIK
UNSERE PRODUKTBUNDLE

(OPS-RECHNER + 4K-HQ-WEBCAM + SOUNDBAR)

WWW.PETERKENKEL.DE



Diese Banken gehören den Menschen von hier.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Jetzt Mitglied werden und profitieren!

Unsere Mitglieder sind Teilhaber unserer Bank. Sie bestimmen den Geschäftskurs demokratisch mit, erhalten Einblick in unsere Unternehmenszahlen und werden mit einer Dividende am Bankgewinn beteiligt. So handeln wir immer im Interesse unserer Mitglieder. Und genau das macht uns so stark.

**Volksbanken
im Kreis Vechta**

