



Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.

Programm 1. Halbjahr 2025

ZUKUNFT GESTALTEN

Kompetenzen für eine Welt im Wandel



kvhs-vechta.de

#zukunftsor_t_vhs



BODE & PARTNER

Steuerberater • Rechtsanwälte
Wirtschaftsprüfer • Notarin



Bode & Partner Ihr Partner für alle Fälle



**RECHTS-
BERATUNG**



**STEUER-
BERATUNG**



NOTARIAT



**WIRTSCHAFTS-
BERATUNG**



**WIRTSCHAFTS-
PRÜFUNG**

Diplom-Kaufmann
Werner Bode
Steuerberater

Diplom-Kauffrau
Ruth Honkomp
Steuerberaterin

Diplom-Kauffrau
Catharina Wassmann
Steuerberaterin

Christian Bode, MBAL
Wirtschaftsprüfer
Steuerberater

Diplom-Ökonom
Christopher Wehming
Wirtschaftsprüfer
Steuerberater

Ludger Rohe
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Fachanwalt für Medizinrecht

Jutta Recker-Meyer
Rechtsanwältin
Steuerberaterin
Betriebswirtin (BA)
Notarin

Philipp Lampe
Rechtsanwalt

Silke Gröneweg
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Familienrecht
Fachanwältin für Sozialrecht

Andre Wilken, M.Sc.
Steuerberater

Werde Teil eines motivierten Teams.

Besuchen Sie uns unter:
www.karriere-bode-partner.de

BODE & PARTNER mbB

Steuerberater • Rechtsanwälte • Wirtschaftsprüfer • Notarin

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,

Was denken Sie, wenn Sie unser aktuelles Titelbild betrachten? Wahrscheinlich sehen Sie es sofort: Dieses Bild wurde von einer KI erstellt. Innerhalb weniger Sekunden, nachdem wir sie mit unseren Ideen gefüttert hatten. Obwohl wir in der Kreisvolkshochschule Werkzeuge wie ChatGPT inzwischen kennen und nutzen, waren wir überrascht von dem Ergebnis – und wie gut es zu unserem aktuellen Titelthema „Zukunftskompetenzen“ passt. Was macht menschliche Arbeit noch aus, wenn Maschinen immer intelligenter werden? Eine faszinierende Frage, die gleichzeitig Unbehagen auslöst.

Unbestreitbar birgt Künstliche Intelligenz ein enormes Potenzial und kann uns in zahlreichen Bereichen unterstützen. Das trifft in besonderem Maße auf das Bildungswesen zu, in dem neue digitale Formate entstehen, die das Lehren und Lernen individueller und effizienter machen.

Doch was müssen wir Menschen eigentlich lernen, um mit Wandel und Fortschritt gut umgehen zu können und nicht aus dem Takt zu kommen? Der Deutsche Volkshochschulverband (DVV) widmet dieser Frage sein Jahresthema „Future Skills“ – Kompetenzen also, die wir für die Zukunft brauchen. Dazu zählen nicht nur digitale Schlüsselkompetenzen wie ein souveräner Umgang mit KI, sondern auch soziales Knowhow, Urteils- und Kritikfähigkeit oder kommunikative Fähigkeiten und Fremdsprachenkenntnisse.



Wenn es um die Vermittlung dieser Kompetenzen geht, sind die Volkshochschulen wichtige Partner. Doch schaffen wir nicht nur entsprechende Angebote für Sie, liebe Leserinnen und Leser, sondern lernen auch als Organisation ständig dazu, bilden uns weiter und nutzen die zur Verfügung stehenden Technologien so gut es geht.

Die Arbeitswelt ist im Wandel. Wie die Kreisvolkshochschule darauf reagiert, welche Angebote sie schafft, wie sie Zukunft gestaltet, erfahren Sie in unserem aktuellen Heft. KI-Experte Benjamin Möbus berichtet über den Einsatz von Künstlicher Intelligenz in der Bildung. KI sei ein Thema, das man nicht aussitzen könne, ist er überzeugt. An der Kreisvolkshochschule gibt Möbus sein Wissen in Kursen für verschiedene Zielgruppen weiter. Erfahren Sie außerdem, wie Ärzte und weitere medizinische Fachkräfte aus dem Ausland in unserem berufsspezifischen Deutschunterricht ihre Sprachkenntnisse erweitern und lernen Sie unser Qualifizierungsangebot für die Pflegebranche kennen.

“Die Zukunft menschlicher Arbeit liegt da, wo die Verbindung von Intellekt und Emotion gefordert ist”, schreibt der DVV. Und das lässt uns an der Kreisvolkshochschule optimistisch in die Welt von morgen blicken. Wir möchten Sie einladen, uns auf dieser abenteuerlichen Reise zu begleiten.

Viel Spaß beim Lesen wünscht

Ihre

Ulrike Ripke
Pädagogische Leitung



www.blauer-engel.de/uz195

- ressourcenschonend und umweltfreundlich hergestellt
- emissionsarm gedruckt
- hauptsächlich aus Altpapier

i Allgemeine Informationen	
Vorwort	3
Wichtig zu wissen	6
Geschäfts- und Außenstellen	7
Mitarbeiter/innen	8
Schwerpunkt:	
Kompetenzen für eine Welt im Wandel	10
Aktuelles aus der KVHS	22
Komplizen	28
Der besondere Kurs	30

👤 Mensch und Umwelt	
KI im Beruf und Alltag	36
Recht	38
Gesellschaft	38
Wassersport	45

👨👩👧👦 Familientreff	
Angebote für Eltern	48
Angebote für Eltern und Kinder	50
Angebote zur Baby- und Kindermassage	51
Eltern-Kind-Gruppen für Eltern mit Babys	52
Lernen durch Spielen	56
Bewegungsangebote	57
Säuglings- und Kleinkinderschwimmen	58
Musikangebote	60
Angebote für Kinder und Jugendliche	62
Kreativangebote	63

📖 Schulische Bildung	
Schulische Bildung	66

🎓 Berufliche Bildung	
Pädagogik	70
Fortbildungen nur für Kindertagespflege- personen aus Vechta und Visbek	70
Aufbauqualifizierung für Kindertagespflegepersonen aus dem Landkreis Vechta	73
vhsConcept	74
EDV	75
Wirtschaft	79

Gesundheit	80
Fortbildungen für Medizinische / Zahnmedizinische Fachangestellte	82

🗣️ Sprachen	
Englisch	91
Spanisch	92
Französisch	94
Italienisch	95
Russisch	95
Latein	95
Türkisch	96
Portugiesisch	96
Chinesisch	96
Deutsch als Fremdsprache	96

🎨 Kreativität	
Kunsthandwerk	104
Textiles Gestalten	105
Musik	107
Fotografie	107

🏃 Gesundheit	
Patientenforen	112
Gesunde Ernährung	116
Bewegung und Entspannung	118
Aqua Fitness	123
10er-Karte	124
Reha-Sport / Funktionstraining	126

i Allgemeine Informationen	
Unsere Karten – 10er Karte & KORCE®-Karte	128
Sportkurseplan	129
Dozentenliste	130
Allgemeine Geschäftsbedingungen	132
Datenschutz	134
Verwaltungsrat	134
Widerrufsbelehrung	135
Notizen	136
Anmeldung	137
SEPA-Lastschriftmandat	138



Digital vernetzt. Aktiv verbunden.

Gemeinsam lernen in einer Welt im Wandel.

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 per E-Mail. Wenn die Veranstaltung stattfindet, erhalten Sie die Rechnung zum 1. Kurstag per E-Mail. 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

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 der Volksbank eG Lohne-Dinklage-Steinfeld-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.

Barrierefreie Begehrbarkeit

Alle unsere Geschäfts- und Außenstellen sind barrierefrei zugänglich. Alle Veranstaltungen, die in Räumlichkeiten stattfinden, die barrierefrei zugänglich sind, sind im Programmheft und auf unserer Homepage mit folgendem Symbol gekennzeichnet: 

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, Firmenschulung und 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!

**Anregungen? Beschwerden?
Lob? Auf unserer Homepage:**

beschwerdemanagement@kvhs-vechta.de

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 07:30 – 16:30 Uhr

freitags 07:30 – 12:30 Uhr



Geschäftsstelle Vechta

Bahnhofstraße 1 · 49377 Vechta

Telefon 04441 / 93778-0

Telefax 04441 / 93778-29

E-Mail info@kvhs-vechta.de

Geschäftszeiten

montags - donnerstags 08:30 – 12:30 Uhr & 14:00 – 16:30 Uhr

freitags 08:30 – 12:30 Uhr



Außenstellen Visbek Haus der Bildung und Familie

Bremer Tor 6 · 49429 Visbek

Telefon 04445 / 9867642

E-Mail info@kvhs-vechta.de

Geschäftszeiten

montags - donnerstags 09:00 – 12:00 Uhr

mittwochs 14:00 – 16:00 Uhr

freitags 09:00 – 12:00 Uhr



Niels-Stensen-Haus Vechta

Bürgermeister-Möller-Platz 1 · 49377 Vechta

Telefon 04441 / 992800

Telefax 04441 / 992801

E-Mail nsw@kvhs-vechta.de

Geschäftszeiten

montags - donnerstags 08:00 – 12:00 Uhr & 13:30 – 16:30 Uhr

freitags 08:00 – 12:00 Uhr

LEITUNG
044 41 / 93 778 - 0



Ralf Schopmans
Gesamtleitung / Vorstand



Ulrike Ripke
Pädagogische Leitung

**PÄD.
MITARBEITER**



Julian Hülsemann
Tel.: 044 41/93 778 - 24
j.huelsemann@kvhs-vechta.de



Maria Jäger
Tel.: 044 41/93 778 - 36
m.jaeger@kvhs-vechta.de



Stephanie Borchers
Tel.: 044 41/93 778 - 33
s.borchers@kvhs-vechta.de



Tanja Höhle
Tel.: 044 42/93 708 - 14
t.hoehle@kvhs-vechta.de



Caroline Tapphorn
Tel.: 044 41/93 778 - 23
c.tapphorn@kvhs-vechta.de

VERWALTUNG

Vechta



Elena Köhler
Tel.: 044 41/93 778 - 13
e.koehler@kvhs-vechta.de

Vechta



Petra Gottkehaskamp
Tel.: 044 41/93 778 - 26
p.gottkehaskamp@kvhs-vechta.de

Vechta



Karin Triphaus
Tel.: 044 41/93 778 - 12
k.triphaus@kvhs-vechta.de

Vechta



Kathrin Wotsch
Tel.: 044 41/93 778 - 16
k.wotsch@kvhs-vechta.de

Auszubildender



Jan-Erik Friedrichs
Tel.: 044 41/93 778 - 0
j.friedrichs@kvhs-vechta.de

Vechta



Delia Wulf
Tel.: 044 41/93 778 - 21
d.wulf@kvhs-vechta.de

Lohne



Cornelia Huntemann
Tel.: 044 42 / 93 708 - 17
c.huntemann@kvhs-vechta.de

Buchhaltung



Evelin Bavendiek
Tel.: 044 42 / 93 708 - 12
e.bavendiek@kvhs-vechta.de

Buchhaltung



Elke Lübbling
Tel.: 044 42 / 93 708 - 16
e.luebbing@kvhs-vechta.de

Personalwesen



Heike Döbbling
Tel.: 044 41 / 93 778 - 25
h.doebbling@kvhs-vechta.de

**FAMILIEN-
TREFF**

04441 / 93778-20



Miriam Nost
m.nost@
kvhs-vechta.de



Katharina Wehage-Zittlau
k.wehage-zittlau@
kvhs-vechta.de



Linda Hoge
l.hoge@
kvhs-vechta.de

**KINDER-
TAGESPFLEGE**

04441 / 93778-18



Bettina Espelage
b.espelage@
kvhs-vechta.de



Maria Hoping-Warcking
m.hoping-warcking@
kvhs-vechta.de



Bianca Senouwoe
b.senouwoe@
kvhs-vechta.de



Gabriele Deters
g.deters@
kvhs-vechta.de

Verwaltung



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



Josef Kohl
Hausmeister Vechta, Visbek

IT/TECHNIK



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

Future Skills – Kompetenzen für die Zukunft

Menschliche Arbeit neu denken



Im Zeitalter der Künstlichen Intelligenz wird menschliche Arbeit neu gedacht. Welche Fähigkeiten werden noch gebraucht, wenn schon heute viele Tätigkeiten von Robotern übernommen werden können? Doch nicht nur im Berufsleben, auch im Privaten gilt es, sich auf eine Welt einzustellen, die von rasanten Veränderungen und technologischem Fortschritt geprägt ist. Etwa, wenn es um den sorgsamsten Umgang mit digitalen Medien und mit den eigenen Daten geht. Darum, echt und fake zu unterscheiden. Urteils- und kritikfähig zu sein. Der Deutsche Volkshochschulverband widmet sich in seinem Jahresschwerpunkt 2025 dem Thema „Future Skills“ – Fähigkeiten, die nicht nur nach Ansicht des DVV in Zukunft gebraucht werden. Auch andere Organisationen befassen sich mit dieser Thematik wie etwa der Stifterverband. Die politische Dringlichkeit zeigt sich in der Nationalen Weiterbildungsstrategie (NWS), die auf Bundesebene Zukunfts- und Schlüsselkompetenzen fördern will und das Jahrzehnt der Weiterbildung

ausruft. Berufliche Weiterbildungen und lebenslanges Lernen nehmen dabei eine zentrale Rolle ein. Die Volkshochschulen seien ein wichtiger Partner bei der Umsetzung der Strategie, erläutert KVHS-Vorstand Ralf Schopmans. „Überall in Deutschland können Menschen in der VHS digitale, kognitive, kommunikative und soziale Kompetenzen erlernen.“

Für die KVHS Vechta also kein gänzlich neues Arbeitsfeld. „Neu ist jedoch die Dringlichkeit, entsprechende Strukturen, Angebote und Netzwerke weiterzuentwickeln und sichtbarer zu machen. Die Volkshochschulen haben sich, selbst unter erschwerten Bedingungen, den Herausforderungen und Krisen gestellt und ihren Teil zur Bewältigung beigetragen“, sagt Schopmans. Als Beispiele nennt er die Corona-Pandemie, die Unternehmen in die Digitalisierung gezwungen habe, den Ausbau der Onlineangebote und die kurzfristig auf die Beine gestellten Sprachkurse für Ukrainer und Ukrainerinnen.

„Wir entwickeln uns und unsere Angebote kontinuierlich weiter, um den Wandel in der Gesellschaft mitzugestalten“, stellt Schopmans heraus. Ziel

müsse es sein, die Volkshochschulen als unverzichtbaren Partner der gesellschaftlichen Transformation zu etablieren.

Future Skills für Fachkräfte von morgen Was Menschen in einer Welt im Wandel können müssen

Fachkräfte von morgen brauchen technologische und digitale Kompetenzen, aber auch viele überfachliche Fähigkeiten wie Kommunikationskönnen, Soziale Kompetenzen oder Kreativität. „Die Zukunft menschlicher Arbeit liegt da, wo die Verbindung von Intellekt und Emotion gefordert ist“, schreibt der DVV zum diesjährigen Jahresthema „Future Skills“. Doch welche Fähigkeiten genau werden gefordert sein? Hier ein Überblick*

Technologische Kompetenzen

Data Analytics & KI, Software-Entwicklung, IT-Architektur, Robotik oder Quantencomputing sind ausschlaggebend für Innovation und Standortentwicklung. Es sind vor allem Tec-Spezialistinnen und Spezialisten, die über technologische Kompetenzen verfügen müssen. Alle anderen Kategorien betreffen nahezu jeden Menschen.

Digitale Schlüsselkompetenzen

Ein kompetenter Umgang mit digitalen Medien ist unverzichtbar für jeden Einzelnen, aber auch für Unternehmen und den Arbeitsmarkt. Digitale Endgeräte bedienen, gängige Software nutzen, sorgsam mit den eigenen Daten umgehen, Desinformation im Netz erkennen, digitale Information und das eigene digitale Handeln kritisch hinterfragen, Kollaboration und Kommunikation mit anderen, digitale Lernformate nutzen, agiles Arbeiten – die Liste ist lang. Klar ist: digitale Fähigkeiten nützen nicht nur im Beruf sondern auch privat.

Klassische Kompetenzen

Die klassischen Kompetenzen waren schon immer wichtig. Dazu gehören zum Beispiel: Lösungsfähigkeit, Kreativität, unternehmerisches Handeln und Eigeninitiative, Soziale Kompetenz und Resilienz, (Interkulturelle) Kommunikationskompetenz und Fremdsprachen-Knowhow. Eine gute Kommunikationskultur ist unverzichtbar für effiziente Teamarbeit und für gelebte Demokratie. Das erfordert den sicheren Umgang mit der eigenen Sprache und die Kenntnis anderer Sprachen.

Übrigens: Zusammengekommen sind die Volkshochschulen Europas größte Sprachschule.

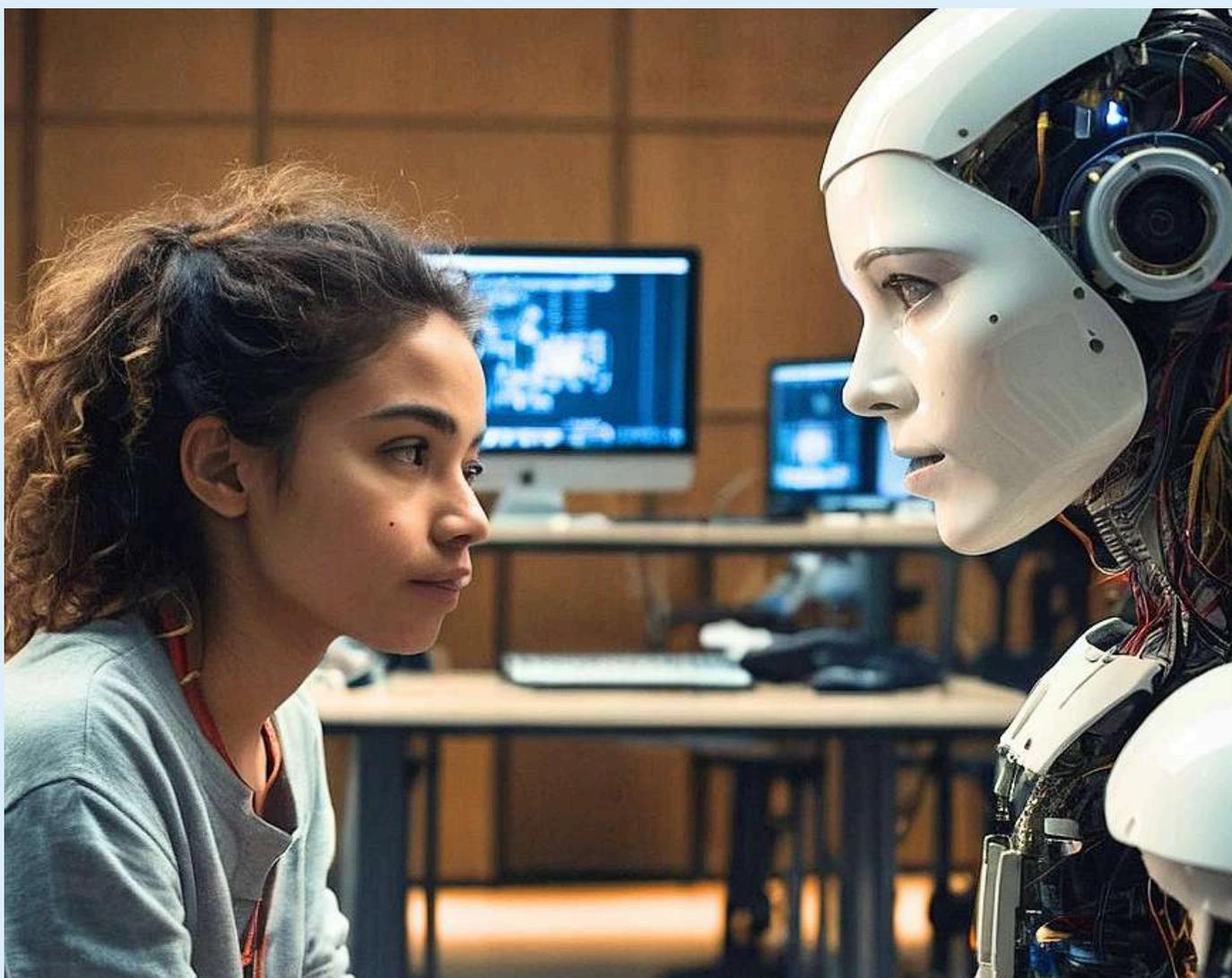
Transformative Kompetenzen

Um sich besser auf stetige Veränderungen einstellen zu können, braucht es Kompetenzen wie Urteilsfähigkeit und Reflexionsvermögen, Dialog- und Konfliktfähigkeit, nachhaltiges Wirtschaften, Innovationskompetenz und Ideenreichtum. Und: Verständnis für die Dynamiken von Gruppen, Institutionen, Netzwerken und Systemen sowie Akzeptanz für nachhaltige, kulturelle Veränderungen.

*Die Kategorisierung stammt aus dem Future Skills Framework des Stifterverbandes in Zusammenarbeit mit McKinsey.

Interview mit Benjamin Möbus zum Thema Künstliche Intelligenz im Bildungswesen

„KI kann man nicht aussitzen, das Thema brennt“



Mensch und Maschine: Künstliche Intelligenz ist längst im Bildungswesen angekommen. Dieses Bild haben wir mit dem Image Generator "Leonardo AI" erstellt.

„KI kann man nicht aussitzen, das ist ein Thema, das brennt“, sagt Benjamin Möbus. Er ist wissenschaftlicher Mitarbeiter in den Erziehungswissenschaften an der Uni Vechta. Dort hat er sich mit einer kleinen Gruppe von Enthusiasten zusammengefunden, die sich mit der Frage beschäf-

tigt: Was bedeutet KI für die Lehrer-Ausbildung. An der Kreisvolkshochschule Vechta e. V. ist Benjamin Möbus als freier Dozent in den Kursen „Künstliche Intelligenz (KI) für Einsteiger“ und „KI im Ehrenamt“ tätig. Im Interview spricht er über KI in Schule und Bildungswesen.

Redaktion: Wie beurteilen Sie die aktuelle Situation zum Thema KI und Bildung?

Benjamin Möbus:

KI ist ein superspannendes Thema und ein großes Diskursfeld. Mit der Veröffentlichung von ChatGPT ist die Debatte intensiver geworden und mehr in die breite Öffentlichkeit gerückt. Ich glaube, aktuell befinden wir uns noch in einer Phase der Findung und Positionierung. Aber das Thema brennt und das ist eben der Imperativ, da relativ niederschwellig, schnell und pointiert zu reagieren. KI ist bereits überall verfügbar. Es ist auf jedem Laptop, es ist in der Hosentasche der Schülerinnen und Schüler. Mein subjektives Gefühl ist, dass KI bei Schülerinnen und Schülern deutlich prominenter ist in der Nutzung als bei Lehrkräften.

Redaktion: Wie kann KI zukünftig in Bildung integriert werden?

Benjamin Möbus:

Die Prämisse ist erst einmal eine datenschutzkonforme, funktionale und auch verlässliche IT-Infrastruktur. Es gibt ganz verschiedene Modelle und Tools mit denen man arbeiten kann. Aber schauen wir uns die Potenziale im Bildungsbereich etwas genauer an: Eine zentrale Nutzungsmöglichkeit ist die Personalisierung und Individualisierung des Lernens. KI-gestützte Systeme können sehr effektiv individuelle Stärken und Herausforderungen von Lernenden analysieren und darauf basierend individuelle Lernpfade anbieten.

Das bedeutet, dass Lerninhalte in Tempo, Tiefe und Format individuell und damit besonders lernförderlich angepasst werden können, um den individuellen Bedürfnissen der Lernenden gerecht zu werden. Das bedeutet nicht, das möchte ich wirklich betonen, dass die Nutzung von KI damit Hand in Hand gehen sollte, dass alle nur noch individualisiert und isoliert lernen aber, dass individuelle Lernangebote mit Hilfe von KI leicht in vielfältige Lehr-Lern-Settings integriert werden können.

Ein weiteres Anwendungsfeld, das mir sofort einfällt, ist die Unterstützung von obligatorischen Tätigkeiten der Lehrenden, die sich mitunter sehr zeitintensiv und nicht immer vergnügungsteuerpflichtig darstellen. So kann KI etwa, sofern man sich der diesbezüglich besonders hilfreichen Tools bedient, Lehrende dabei unterstützen, effektiv und effizient Feedback zu Texten zu geben sowie im Spiegel des Datenschutzes Tätigkeiten wie die Bewertung von Prüfungen unterstützen. Dadurch bleibt mehr Zeit für die eigentliche pädagogische Kernarbeit und die persönliche Betreuung der Lernenden.

"Mehr Zeit für die pädagogische Kernarbeit."

gogische Kernarbeit und die persönliche Betreuung der Lernenden.

Im Kontext einer inklusiven Bildung eröffnet KI ebenfalls zahlreiche neue Wege. Sprachassistenzsysteme und automatische Übersetzungsdienste können etwa Menschen mit Lern- und Sprachbarrieren helfen, diese niedrigschwellig abzubauen und so die Bildung für alle zugänglicher machen.

Kurz zusammengefasst: KI wird die Lehrkraft sicherlich nicht ersetzen, aber sie kann als leistungsstarkes Werkzeug dienen, um Bildung zugänglicher, lernförderlicher und individueller zu gestalten – vorausgesetzt, wir setzen sie mit Bedacht ein.

Redaktion: Welche Herausforderungen kommen auf Lehrende und Bildungseinrichtungen zu?

Benjamin Möbus:

Besonders relevante Herausforderungen sind u.a. Datenschutz, Urheberrechtsschutz und der Schutz von Persönlichkeitsrechten. Es gibt mittlerweile einige KI-Tools, die auf Lehrkräfte spezialisiert sind. Einige wenige sind diesbezüglich sinnvoll nutzbar. Es ist ein riesenmarkt, auf den sich aktuell viele sog. Edu-Tech-Anbieter stürzen. Aber es stellen sich implikationsreiche gesellschaftliche und ganz konkrete Fragen in den verschiedenen Lehr-Lern-Kontexten: Welche Daten

"Welche Gesellschaft wollen wir?"

wollen wir in KI-Systeme einspeisen und nutzen? Inwiefern können wir wirklich garantieren, dass Datenschutz und Urheberrechte eingehalten werden? Inwiefern wollen wir eine Gesellschaft, die durch KI geprägt ist, respektive in welchen Bereichen soll KI keine Rolle spielen? Das sind wichtige Diskussionen, hinsichtlich derer es leider keine ganz einfachen Antworten gibt.

Redaktion: Welche Kompetenzen sind notwendig?

Benjamin Möbus:

Neben den technischen Voraussetzungen ist entscheidend, dass Lehrkräfte und auch SchülerInnen digitale Kompetenzen im Bereich KI besitzen. Es wird medial suggeriert, dass KI ein unfassbar niedrigschwelliges Tool ist. Das ist es nicht. Man muss verstehen, dass KI eben keine Logikmaschine ist, sondern ein auf Wahrscheinlichkeiten basierendes System ist, dass eine gewisse Ideologie und eine gewisse Perspektive auf die Welt hat und auch fehleranfällig ist. Das muss man verstehen und lernen.

"KI ist keine Logikmaschine, sondern basiert auf Wahrscheinlichkeiten."

Die Herausforderung ist, Lehrende und Lernende kompetent zu machen, um KI kritisch zu hinterfragen und zu nutzen. Es fängt mit der Sensibilisierung an, dass man nicht alles einfach nur konsumiert. Im Spiegel von KI müssen wir darstellen, erfahren, lernen und lehren wie die Technologie funktioniert, wie sie z. B. für Desinformationskampagnen und Fake News missbraucht werden kann, und wir müssen diese Mechanismen aufdecken. In unserer komplexen Welt ist es der Imperativ der Bildungseinrichtungen, die Lernenden so zu fördern, dass sie aktive, politisch handelnde, kritisch denkende Personen werden. Das sind Future Skills.

Wichtig ist auch die Fähigkeit als Lernender in der Lage zu sein, das eigene Lernen zu steuern. Das bedeutet: ich benutzte KI, aber ich will auch in der Lage sein, Dinge selbst zu tun, ohne auf KI angewiesen zu sein.

Redaktion: Was empfehlen sie Lehrkräften und Dozierenden?

Benjamin Möbus:

Neugierig bleiben und sich mit den völlig legitimen, eigenen Vorbehalten und Ängsten auseinandersetzen, aber auf keinen Fall sollte man, finde ich, sich den neuen Chancen komplett verschließen. Man sollte sich aber eben auch kritisch mit der Frage beschäftigen, wie KI das eigene Arbeiten und Lehren besser, effektiver und effizienter machen kann; KI ist eben kein Selbstzweck, sondern die Nutzung sollte auch sinnvoll sein. Man sollte sich ferner auch immer wieder als Lehrender fragen: Von welchen Tätigkeiten, die KI übernehmen könnte, profitiere ich eigentlich, wenn ich diese weiterhin selbst übernehme, und welche Tätigkeiten kann ich problemlos auslagern? Nicht alles, was ausgelagert werden kann, sollte auch von KI übernommen werden. Insofern ist KI ein weiterer, willkommener Impuls, über die eigene Lehrenderrolle kritisch nachzudenken.

Redaktion: Wie sehen Sie die Zukunft von KI in der Bildung?

Benjamin Möbus:

Ich erwarte nicht, dass KI das Schul- und Bildungssystem in wenigen Jahren vollständig verändert haben wird. Ich glaube eher, dass wir jetzt in die Phase der Findung und Ausdifferenzierung wirklich sinnvoller Nutzungsszenarien für die verschiedenen Lehr-Lern-Kontexte gehen werden und auch im Spiegel des gesellschaftlichen Einflusses von KI die Ziele von Bildungseinrichtungen überdenken und anpassen müssen.



Schaut positiv in die Zukunft: Benjamin Möbus ist wissenschaftlicher Mitarbeiter der Universität Vechta und beschäftigt sich intensiv mit dem Einsatz von KI im Bildungswesen.

Ich schaue diesbezüglich aber, ehrlich gesagt, sehr positiv in die Zukunft. Für mich überwiegen die zahlreichen Möglichkeiten, das Lehren besser, effektiver und effizienter zu machen, aber dennoch müssen wir natürlich die gesellschaftlichen Folgen sehr kritisch im Auge behalten und auch die Nutzung in Lehr-Lern-Settings immer kritisch reflektieren.

KVHS qualifiziert Fachkräfte für Pflegeberufe

Veränderungen mitgestalten

Digitale Schlüsselkompetenzen sind elementar, um sich auf Fortschritt und Veränderung einzustellen. Daneben stehen, nicht minder wichtig, soziale und kommunikative Fähigkeiten und der Wille, sich Veränderungen anzupassen. Die Kreisvolkshochschule leistet einen wichtigen Beitrag, um Menschen auf die beruflichen Anforderungen vorzubereiten und Fachkräfte für Unternehmen (weiter) zu qualifizieren.

Zum Beispiel in der Pflege. So bietet die KVHS in Zusammenarbeit mit der Schwester Euthymia Stiftung am St. Marienhospital einen berufsspezifischen

Deutschkurs für Pflegekräfte, medizinische Fachkräfte und Ärzte aus dem Ausland an. „Damit begegnen wir dem Personalmangel in dieser Branche lösungsorientiert und effizient“, sagt Fachbereichsleiterin Maria Jäger, die den Sprachkurs maßgeblich mitentwickelt hat.

Daneben bietet die KVHS Qualifizierungen für Pflegeberufe an, etwa den Erwerb des Kleinen Betreuungsscheins und die Qualifizierung zur Betreuungskraft.

Lesen Sie auf den folgenden Seiten mehr zur Weiterbildung von Fachkräften aus Pflege und Medizin.

Berufsspezifischer Deutschkurs für Fachkräfte aus dem Ausland in Kooperation mit der Schwester Euthymia Stiftung ist gestartet

Medizinische Fachkräfte erweitern ihre Deutschkenntnisse an der KVHS

Pflegekräfte und medizinische Fachkräfte aus dem Ausland sind eine wichtige Säule, um die pflegerische und medizinische Versorgung zu sichern. Neben der fachlichen Kompetenz sind gute Deutschkenntnisse ein wesentlicher Faktor für eine Tätigkeit in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen. Die Kreisvolkshochschule Vechta e.V. hat dafür gemeinsam mit Annedore Dierksen von der Schwester Euthymia Stiftung einen berufsspezifischen Deutschkurs für Pflegekräfte, medizinische Fachkräfte und Ärzte entwickelt.

Der Kurs setzt auf dem Sprachniveau B1 an. „Viele Fachkräfte, die nach Deutschland kommen, verfügen bereits über Grundkenntnisse der deutschen Sprache. Was fehlt sind fachspezifische und wei-

terführende Sprachkenntnisse“, erläutert Maria Jäger, die als Fachbereichsleiterin Sprachen für die Deutsch- und Integrationskurse an der Kreisvolkshochschule zuständig ist.

Einer der Teilnehmer ist Selim Özdemir aus der Türkei. Der 29-Jährige hat in seinem Heimatland ein Studium als Anästhesie-Techniker und Krankenpfleger absolviert und erste Berufserfahrung gesammelt. Dort hat er auch schon Grundlagen der deutschen Sprache gelernt. Zurzeit arbeitet er im St. Franziskus-Hospital in Lohne, das zum Klinikverbund der Schwester Euthymia Stiftung gehört, und ist dort in der Anästhesie und in der Geriatrie im Einsatz. Mit dem Sprachkurs möchte er seine Deutschkenntnisse weiter verbessern.



Bild: Martina Böckermann

Veronika Fraile (4. von links) mit einigen der Teilnehmerinnen und Teilnehmern des Deutschkurses für medizinische Fachkräfte

„Für derartige fachspezifische Deutschkurse bedarf es auch speziell geschulter Dozenten“, erklärt Maria Jäger. Mit Veronika Fraile ist die Kreisvolkshochschule hier gut aufgestellt. Die engagierte Dozentin unterrichtet seit vielen Jahren in den Kursen „Deutsch als Fremdsprache“ und ist als Dozentin „Deutsch für medizinische Fachkräfte“ zertifiziert.

Seit September 2024 läuft der Sprachkurs, an dem zugewanderte Pflegekräfte, OP-Fachkräfte und Ärzte aus Syrien, der Türkei, Iran oder der Ukraine teilnehmen. Gefördert wird der Kurs vom Landkreis Vechta im Rahmen seiner Sprachförderrichtlinie. Der Unterricht findet ein Jahr lang 14-tägig statt und umfasst dann immer 4 Unterrichtsstunden am Stück. Dieser Unterrichtsrythmus ermöglicht es, jeweils eine geschlossene Unterrichtseinheit durchzunehmen. So können auch Teilnehmende, die beispielsweise aufgrund des Schichtdienstes eine Unterrichtseinheit verpasst haben, den Kurs beim nächsten Mal problemlos wieder fortsetzen. Zudem ist es möglich, online an dem Kurs teilzunehmen.

Der Schwerpunkt liegt auf der Erweiterung des Wortschatzes durch Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben. Dabei geht es speziell auch um medizinische Fachbegriffe und berufliche Themen. „Ich mache beispielsweise gerne Wortspiele mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, wie z.B. Synonyme finden“, erzählt Veronika Fraile. Das lockere den Unterricht auf. Auch die Kommunikation mit Patienten sowie die Pflegedokumentation und -berichterstattung sind Themen des Kurses. Grammatik spielt auf der anderen Seite diesem Kurs eine untergeordnete Rolle. Ein wichtiger Aspekt für Veronika Fraile ist auch der Austausch der Teilnehmenden untereinander. Da gehe es dann häufig um Probleme und Hürden im beruflichen Umfeld. Ein weiterer Themenschwerpunkt ist die interkulturelle Kommunikation im Gesundheitswesen.

Der Kurs bereitet auf die Telc-Prüfung B1/B2 – „Deutsch für Pflegekräfte“ vor. Er ist ein Zusatzangebot zu den klassischen Deutsch-B2-Kursen, ersetzt diese aber nicht.

Von Martina Böckermann

Kreisvolkshochschule bietet zwei Wege zum Betreuungsschein: „Qualifizierung zur Betreuungskraft nach §§ 43b, 53b SGB XI“ und „Kleiner Betreuungsschein nach § 45b SGB XI“

Als Quereinsteiger/-in den Weg in einen Pflegeberuf finden



Einen Betreuungsschein machen – mit dieser Option können Menschen, die in der Pflege tätig werden möchten, einen Einstieg finden, auch wenn sie bisher über keine Erfahrung verfügen. Die Kreisvolkshochschule Vechta e.V. bietet hierzu zwei Möglichkeiten: Die Qualifizierung zur Betreuungskraft nach §§ 43b, 53b SGB XI oder den sogenannten Kleinen Betreuungsschein nach § 45b SGB XI.

„In Zeiten von Personalmangel und eng getakteten Pflegeplänen leisten Betreuungskräfte nach §§ 43b, 53b SGB XI bzw. nach § 45b SGB XI eine

wertvolle Unterstützung für das Pflegepersonal ebenso wie für Angehörige. Sie sorgen für zusätzliche Beaufsichtigung, Betreuung und Aktivierung der pflegebedürftigen Menschen in Pflegeeinrichtungen bzw. im häuslichen Umfeld“, erläutert Maria Abeling-Stegkämper, Leiterin des Gesundheitsbereichs an der Kreisvolkshochschule Vechta e.V.

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

Der Qualifizierung zur Betreuungskraft nach §§ 43b, 53b SGB XI bietet interessierten Menschen die Möglichkeit, sich in relativer kurzer Zeit für eine Betreu-

ungstätigkeit zu qualifizieren. „Mit dem erfolgreichen Abschluss des Lehrgangs erfüllen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die notwendigen Voraussetzungen, um in stationären Pflegeeinrichtungen tätig zu werden und dort die Betreuung von pflegebedürftigen Menschen zu übernehmen. Sie arbeiten in enger Kooperation und fachlicher Absprache mit den Pflegekräften und den Pflegeteams zusammen. Sie übernehmen jedoch keine pflegerischen Aufgaben“, erläutert Daniela Lamping, die als Dozentin die Qualifizierungsmaßnahme leitet.

Die Qualifizierungsmaßnahme besteht aus drei Modulen (Basiskurs, Betreuungspraktikum und Aufbaukurs) und umfasst 170 Unterrichtsstunden sowie ein zweiwöchiges Betreuungspraktikum von 80 Stunden. Neben dem Wissen zu Erkrankungen im Alter werden Themen wie Psychologie, Kommunikation, Biografiearbeit, Konfliktlösung, Freizeitgestaltung, Bewegungsübungen, Pflege und Pflegedokumentation behandelt sowie Grundkenntnisse der Hauswirtschaft, Ernährung, Hygiene sowie rechtliche Aspekte vermittelt.

Kleiner Betreuungsschein nach § 45b SGB XI

Die Weiterbildung zur Betreuungskraft nach § 45b SGB XI bietet eine Basisqualifikation zur Unterstützung von Pflegebedürftigen und deren Angehörige im Alltag. Bei dieser Maßnahme handelt es sich um eine wesentlich einfachere Qualifizierung, die in kürzerer Zeit und mit geringerem Aufwand durchgeführt wird. Daher auch der Name „Kleiner Betreuungsschein“. In insgesamt 40 Unterrichtseinheiten (ohne Erste Hilfskurs) werden grundlegende Kenntnisse in der Kommunikation, zu den verschiedenen Alterserkrankungen speziell auch zum Thema dementielle Veränderungen, zur Hygiene sowie zu rechtlichen Grundlagen und Beschäftigungsmöglichkeiten mit Pflegebedürftigen vermittelt. Dieser Kurs ermöglicht es den Teilnehmenden, sich auf die Betreuung von hilfsbedürftigen Menschen vorzubereiten und sie bestmöglich zu unterstützen. „Der Schwerpunkt der Tätigkeit liegt hier in der Unterstützung im häuslichen Umfeld und kann auch die Zubereitung und Anreicherung von Mahlzeiten sowie hauswirtschaftliche Tätigkeiten umfassen“, erläutert Daniela Lamping. Auch hier werden keine pflegerischen Maßnahmen

Gut zu wissen!



Der Gesetzgeber hat die zusätzliche Betreuung und Aktivierung von Pflegebedürftigen im SGB XI geregelt. Voraussetzung ist jeweils, dass ein Pflegegrad vorliegt.

Nach § 43b SGB XI haben Pflegebedürftige in stationären Pflegeeinrichtungen Anspruch auf zusätzliche Betreuung und Aktivierung, die über die nach Art und Schwere der Pflegebedürftigkeit notwendige Versorgung hinausgeht. Pflegebedürftige in häuslicher Pflege haben nach § 45b SGB XI Anspruch auf einen Entlastungsbetrag in Höhe von bis zu 125 Euro monatlich. Der Betrag ist zweckgebunden einzusetzen für qualitätsgesicherte Leistungen zur Entlastung pflegender Angehöriger und vergleichbar Nahestehender in ihrer Eigenschaft als Pflegenden sowie zur Förderung der Selbständigkeit und Selbstbestimmtheit der Pflegebedürftigen bei der Gestaltung ihres Alltags.



durchgeführt. Die Teilnehmenden können nach Beendigung des Kurses als Arbeitnehmer/-innen bei einem ambulanten Pflegedienst oder in einer Tagespflegeeinrichtung arbeiten. Als selbständige Betreuungspersonen können sie auch haushaltsnahe Dienstleistungen über die Pflegekassen abrechnen.

Voraussetzungen

Menschen, die als Betreuungskraft arbeiten möchten, müssen körperlich und geistig für diese

Auf einem Blick:

Betreuungskraft §§ 43b SGB XI vs. Kleiner Betreuungsschein

	Qualifizierung Betreuungskraft §§ 43b, 53b SGB XI	Kleiner Betreuungsschein § 45b SGB XI
Kursdauer	170 Unterrichtsstunden 80 Stunden Betreuungspraktikum	40 Unterrichtsstunden
Lerninhalte	Basiskurs, Betreuungspraktikum, Aufbaukurs	Grundkenntnisse der Betreuung
Einsatzbereich	Stationäre Pflegeeinrichtungen, Tagespflegeeinrichtungen, Ambulante Pflegedienste	Ambulante Pflegedienste, Häusliche Betreuung als selbständige Privatperson
Voraussetzungen	Respektvoll, Zuverlässig, Teamfähig, Flexibel, gepflegtes Äußeres, körperlich und geistig geeignet, Deutschkenntnisse auf Niveau B1, Nachweis über 40 Stunden, Orientierungspraktikum	Respektvoll, Zuverlässig, Teamfähig, Flexibel, gepflegtes Äußeres, körperlich und geistig geeignet, Deutschkenntnisse auf Niveau B1
Mindestalter	18 Jahre	16 Jahre
Kursgebühr	1.062,50 € inkl. Lehrgangsmaterial	250,00 €

Zur Person: Daniela Lamping



Tätigkeit geeignet sein. „Sie sollten sozial kompatibel sein, dem Anlass entsprechend ein gepflegtes äußeres Erscheinungsbild haben und in der Lage sein, sich auf den Pflegebedürftigen einzulassen“, erklärt Daniela Lamping. Dazu gehöre Geduld, Einfühlungsvermögen und Empathie. Zuverlässigkeit, Flexibilität und Teamfähigkeit sind weitere Voraussetzungen. Wichtig sind zudem gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift auf dem Niveau B1)*. Für die Qualifizierung als Betreuungskraft nach §§ 43b, 53b SGB XI ist zudem ein 40 Stunden umfassendes Orientierungspraktikum nachzuweisen.

Kosten

Entsprechend dem Umfang der Qualifizierungsmaßnahme unterscheiden sich die Kosten erheblich. Für den „Kleinen Betreuungsschein“ berechnet die Kreisvolkshochschule Vechta e. V. eine Kursgebühr von 250 Euro. Die Qualifizierung zur Betreuungskraft nach §§ 43b, 53b SGB XI ist aufgrund des größeren Lernumfangs teurer. Hier liegen die Lehrgangsgebühren bei 1.062,50 Euro inkl. Lehrgangsmaterial. Für Personen, die einen Betreuungsschein machen möchten, besteht unter bestimmten Voraussetzungen die Möglichkeit, die Kosten erstattet zu bekommen. So übernimmt die Agentur für Arbeit in einigen Fällen die Kosten über einen Bildungsgutschein. Eine weitere Möglichkeit ist, dass der zukünftige Arbeitgeber sich ganz oder teilweise an den Kosten beteiligt. „Mit ihrer Arbeit leisten Betreuungskräfte – ob stationär oder ambulant – einen wichtigen Beitrag zur Verbesserung der Betreuungs- und Lebensqualität von Heimbewohnern und Pflegebedürftigen zu Hause. Durch ihre Zuwendung, zusätzlichen Betreuung und Aktivierung bringen sie den Pflegebedürftigen eine höhere Wertschätzung entgegen. Sie ermöglichen ihnen mehr Austausch mit anderen Menschen und mehr Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft. Gleichzeitig entlasten sie die pflegenden Angehörigen“, fasst Daniela Lamping die Leistung zusammen und unterstreicht damit gleichzeitig die wichtige und sinnvolle Arbeit der Betreuungskräfte – egal ob über den großen oder den kleinen Betreuungsschein.

**Anm.: Die benötigten Deutschkenntnisse können bei Bedarf in den Kursen „Deutsch als Fremdsprache“ an der Kreisvolkshochschule erworben werden.*

Von Martina Böckermann

Die Dozentin Daniela Lamping ist ausgebildete Gesundheits- und Krankenpflegerin. Sie arbeitete von 2009 bis 2023 am St. Marienhospital Vechta, wo sie in unterschiedlichen Abteilungen und Stationen tätig war. In dieser Zeit absolvierte sie Weiterbildungen zur „Praxisanleiterin in der Pflege“ sowie zur Fachtherapeutin Tracheotomie und zur Fachtherapeutin Laryngektomie. Seit 2013 unterrichtet sie neben ihrem Beruf auch als Dozentin an der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. in dem Kurs „Qualifizierung zum/zur Helfer/-in in der Pflege“. Seit 2017 ist sie die Kursleitung. Im Januar 2021 übernahm sie mit dem Kurs „Qualifizierung zur Betreuungskraft nach 43b, 53b SGB XI“ eine weitere Maßnahme an der Kreisvolkshochschule. Inzwischen hat sie eine Fernweiterbildung zur „Geprüften Dozent/-in in der Erwachsenenbildung“ absolviert. Im Jahr 2023 wechselte sie vom St. Marienhospital zu dem ambulanten Pflegedienst pro vita GmbH und ist dort in der Funktion der Teamleitung tätig. Ihre umfangreichen Kenntnisse und Erfahrungen in der Pflege bringt sie in ihren Kursen mit ein, wovon die Teilnehmenden profitieren.

Kurskonzept „In drei Semestern zum B1-Abschluss“
bietet langfristige Perspektive für Teilnehmende

„Deutsch als Fremdsprache“ startet mit neuem Konzept in Visbek



fizkes / Shutterstock.com

Im Frühjahr 2025 startet die Kreisvolkshochschule Vechta e. V. auch in Visbek mit ihrem neuen Konzept für die Sprachkurse „Deutsch als Fremdsprache“. „Wir wollen unseren Kursteilnehmerinnen und -teilnehmern die Möglichkeit geben, in drei Semestern den B1 Abschluss zu erlangen und sich damit für den Einbürgerungstest zu qualifizieren“, erklärt Maria Jäger, die als Fachbereichsleiterin Sprachen für die Deutsch- und Integrationskurse an der Kreisvolkshochschule zuständig ist. Zusammengefasst heißt das: Ein Semester – ein Sprachniveau. Die ersten Kurse auf den jeweiligen Sprachniveaus A1.1, A2.1 und B1.1 starten im Frühjahrssemester 2025. So können beispielsweise Anfänger bis zum Ende des Semesters das Sprachniveau A 1.2 erreichen. Im Herbstsemester 2025 wird dann ein Aufbaukurs angeboten, der das Sprachniveau A2 zum Ziel hat und im Frühjahrsse-

mester 2026 folgt dann der Kurs für das Niveau B1. „Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen in einer geschlossenen Gruppe, die sich auf einem einheitlichen Niveau befindet“, erklärt Maria Jäger. Voraussetzung für die Teilnahme ist, dass vorher ein Einstufungstest gemacht wurde, der auf der Internetseite der Kreisvolkshochschule Vechta e. V. bei den jeweiligen Sprachkursen zu finden ist. Die Mindestteilnehmerzahl beträgt sieben Personen. Bei einer höheren Anmeldezahl können auch Kurse geteilt werden. Die Kurse finden zweimal pro Woche jeweils von 18:00 – 19:30 Uhr statt. So können auch berufstätige Personen mit Migrationshintergrund teilnehmen. Ergänzend werden samstags Deutschkurse für Anfänger und Fortgeschrittene angeboten, jeweils 4 Stunden vormittags für Anfänger und 4 Stunden nachmittags für Fortgeschrittene.

Entsprechend dem neuen Konzept wurde auch ein neues Lehrbuch mit dem Titel „Momente“ eingeführt. Das Buch ist auf dieses Lernsystem angepasst. So wird in jeder Doppelstunde ein Kapitel bearbeitet. Die Teilnahmegebühr beträgt ab 150 Euro pro Kurs. Die Gemeinde Visbek gewährt Privatpersonen, die Deutsch lernen möchten einen Zuschuss von 100 Euro pro Jahr. Anträge können im Familienbüro im Haus der Bildung und Familie gestellt werden.

„Wir bitten Interessierte, sich frühzeitig anzumelden, damit wir besser planen können“, betont Maria Jäger. Weitere Informationen zu den Kursen sind über Maria Jäger von der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. unter der Telefonnummer 04441/93778-36 erhältlich oder im Internet unter www.kvhs-vechta.de. Anmeldungen nimmt die Kreisvolkshochschule Vechta e.V. unter Tel. 04441/937780 entgegen.



Maria Jäger möchte mit dem neuen Konzept für die Deutschkurse den Teilnehmerinnen und Teilnehmern eine langfristige Perspektive für das Lernen der deutschen Sprache geben.

Von Martina Böckermann

Als "Bufti" an der KVHS 👍

Rund 90.000 junge Leute leisteten laut Bundesfamilienministerium Jahr für Jahr einen Freiwilligendienst, um sich nach der Schulzeit beruflich zu orientieren. Dazu gehört seit August 2024 auch die 18-jährige Lea Kühling, die hauptsächlich den Visbeker Standort der Kreisvolkshochschule tatkräftig unterstützt.

Lea Kühling kommt selbst aus Visbek und hat das Gymnasium Antonianum bis zur 12. Klasse besucht. „Durch das BFD mache ich nun mein Fachabitur“, sagt sie. In ihrer Freizeit engagiert sie sich als Leiterin einer Mädchengruppe für die Kirchengemeinde St. Vitus. Nebenbei arbeitet sie als Kellnerin in der Gastronomie. Am BFD an der Kreisvolkshochschule reize sie vor allem der Kontakt zu vielen verschiedenen Menschen. „Außerdem habe ich abwechslungsreiche Tätigkeiten und nette, hilfsbereite Kolleginnen und Kollegen“, fasst sie nach fast vier Monaten als „Bufti“ an der KVHS zusammen.



**Ausstellung mit Bildern von Veronika Fraile und Aktionstag zum Weltfrauentag
am 8. März 2025 / Vernissage am 6. März 2025**

Bilder sind Texte mit vielen Metaphern

Wenn Veronika Fraile über ihr Hobby die Malerei spricht, spürt man Leidenschaft, Kreativität und Poesie. „Für mich sind Bilder wie Texte, wie eine eigene Sprache“, erklärt sie. „Die Kunst verbindet Menschen, auch wenn sie unterschiedliche Sprachen sprechen.“ Ihre Leidenschaft für Kunst und Sprache nutzt die Deutsch-Dozentin seit vielen Jahren auch in ihren Kursen und Workshops für Zugewanderte an der Kreisvolkshochschule, wie z.B. in dem Kurs „Sprache lebt in Kunst“.

Im Frühjahr 2025 wird Veronika Fraile ihre Bilder in der Kreisvolkshochschule in Vechta ausstellen. Der Termin ist bewusst rund um den Weltfrauentag am 8. März 2025 geplant, denn Frauen spielen eine große Rolle in den Werken der Künstlerin. Etwa 25 Motive werden zu sehen sein. Die Ausstellung trägt den Titel „Unsichtbare Fäden – Kunst erschafft Verbindungen“. „Jede Idee, jedes Symbol, jeder Pinselstrich oder jedes Collage-Element bei der Erstellung eines Bildes sowie jedes Empfinden, jeder Gedanke und jedes Gefühl des Betrachters beim Anschauen werden zu Fäden, die das Gewebe unserer gemeinsamen Erlebnisse und Emotionen weben“, erläutert Veronika Fraile ihre Gedanken zum Titel der Ausstellung.

Die Vernissage ist für Donnerstag, den 6. März 2025 um 18:30 Uhr geplant. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben die Möglichkeit, Teil eines Kunstwerkes zu werden, denn die Künstlerin möchte an diesem Abend mit Bezug auf den Ausstellungstitel eine Performance zum Thema Fäden und Verbindung durchführen. Am Samstag, den 8. März 2025 ist ein Aktionstag mit einem offenen Workshop, Lesungen und Kinderaktionen geplant. Zudem wird Veronika Fraile einen Vortrag über Kunst und Symbolik anbieten. „Bilder kann man wie ein Buch lesen“, erklärt sie, aber man müsse einen Schlüssel haben, um sie zu verstehen.

Das Gespür für Symbolik und Sprache wurde Veronika Fraile in die Wiege gelegt. Sie wuchs in Belarus in einer Lehrerfamilie auf. Der Vater ist Sprachwissenschaftler. Schon in ihrer Kindheit war sie von Kunst umgeben. „An den Wänden hingen wunderschöne Öl-Gemälde von meinem Großvater und holzgeschnitzte Bilder von meinem Vater, überall im Haus gab es Stickerarbeiten der Großmutter und der Mutter sowie selbstgebaute Möbel. Meine Bilderbücher waren Reproduktionen von Leonardo da Vinci und Raffael aus der Sammlung meines Großvaters, der Kunstlehrer war“, erinnert sie sich. Auch wurde viel über Literatur und Kunst gesprochen.

Schon sehr früh fing Veronika Fraile an zu malen. Die Eltern bemerkten ihre Leidenschaft für Kunst und meldeten sie an einer Kunstschule an. Zu ihren Lieblingsmotiven gehörten Prinzessinnen in wunderschönen Kleidern mit vielen Verzierungen. Schon damals hat sie verschiedene Materialien in ihre Bilder integriert. Auch heute noch sind häufig Frauen als Prinzessinnen auf ihren Bildern zu sehen, umgeben von vieldeutigen Symbolen.

„Symbolik spielt eine große Rolle in meinen Bildern, es sind Texte mit vielen Metaphern“, beschreibt Veronika Fraile ihre Werke. „Die Collage-Technik bietet ihr die Möglichkeit, die Vielfalt von Farben, Formen, Motiven und Tönen auf eine besondere Art auszudrücken und aus unterschiedlichen Materialien ein harmonisches Ganzes zu kreieren. Ihre Portraits sind mal filigran und lyrisch, mal stark und expressiv, und immer voller Emotionen, die den Betrachter in die Welt individueller kreativer Assoziationen mitnehmen.“

Aktuelles aus der KVHS

Auch das Titelbild ihrer Ausstellung zeigt eine Prinzessin. Welche Ideen und welche Symbolik dahinterstehen, verrät sie auf der Vernissage. „Jeder versteht ein Bild anders“, sagt sie und ergänzt: „Ich finde es immer spannend zu hören, was andere in meinen Bildern sehen.“ Wer mehr darüber erfahren möchte, wie man Bilder „liest“ und interpretiert ist herzlich zu ihren Workshops eingeladen.

Von Martina Böckermann

Was sehen Sie in diesem Bild?

Was die Symbolik dieses Bildes verrät und wie man Bilder „liest“ verrät Veronika Fraile im Rahmen der Ausstellung „Unsichtbare Fäden – Kunst erschafft Verbindungen“.



Zur Person: Veronika Fraile



Bereits seit über 10 Jahren unterrichtet Veronika Fraile an der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. 2002 kam sie aus Belarus nach Deutschland. Zwar hatte sie in ihrer Heimat vier Jahre Lehramt für Deutsch und Englisch studiert, doch wurde das Studium in Deutschland nicht vollständig anerkannt. Daher hat sie sich hier weitergebildet und Zusatzqualifikationen erworben, wie „Deutsch als Zweitsprache“, sowie Weiterbildungen absolviert zur Übersetzerin, zur sprachlichen Wirtschaftsassistentin und zum ‚International Culture Communications Trainer‘. An der Kreisvolkshochschule hat sie zunächst Malkurse für Kinder gegeben. Als Expertin für Integrations- und berufsbezogene Deutschkurse unterrichtete sie viele Jahre im Realschulabschluss-Kurs Deutsch. Als dann die Flüchtlingswelle kam, übernahm sie Integrationskurse an der Kreisvolkshochschule. „Ich arbeite sehr gerne mit Menschen unterschiedlicher Kulturen zusammen“, erzählt Veronika Fraile.

„Es interessiert mich, wo es Unterschiede gibt und wo sich Kulturen gleichen. Irgendwann merkt man, dass die Probleme und das Streben der Menschen sich ähneln, auch wenn der kulturelle Hintergrund ein vollkommen anderer ist“, ergänzt sie. Aktuell unterrichtet sie in den Kursen „Deutsch als Fremdsprache“ und „Deutsch für Pflegekräfte“. Außerdem gibt sie Malworkshops und Seminare zum Thema „Die Kunst des interkulturellen Verstehens“.

Berufsbegleitendes Qualifizierungsangebot von Kreisvolkshochschule Vechta e.V. und BBS Marienhain stärkt Qualität der Ausbildung und Arbeit in Kindertageseinrichtungen

Erzieherinnen beenden „Zusatzqualifizierung Praxismentoring“ erfolgreich



Die erfolgreichen Absolventinnen der Zusatzqualifikation mit den Dozentinnen Luzia Ries-Kattinger (3. Von links), Ilona Eswein (rechts) und Miriam Nost, Fachbereichsleitung Pädagogik an der Kreisvolkshochschule (knieend rechts)

Erzieherinnen aus 13 unterschiedlichen Einrichtungen haben im August an der dreitägigen „Zusatzqualifizierung Praxismentoring“ in der Kreisvolkshochschule in Vechta teilgenommen. Zum erfolgreichen Abschluss konnten alle Teilnehmerinnen ein Zertifikat in Empfang nehmen. Organisiert wurde die Zusatzqualifizierung von der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. in Kooperation mit der BBS Marienhain. Der Kurs, der 24 Unterrichtseinheiten umfasste, setzte sich aus drei Modulen mit folgenden Inhalten zusammen: Modul 1

„Bezogen auf Praxismentoring beraten und reflektieren“, Modul 2 „Praxismentoring organisieren“ und Modul 3 „Netzwerke und Ausbildungskonzepte entwickeln und verankern“.

Zuvor hatten die Teilnehmerinnen bereits an einer Grundqualifizierung „Praxismentoring“ erfolgreich teilgenommen. „Beim Praxismentoring geht es um die fachliche Anleitung, Beratung und Unterstützung von Auszubildenden in pädagogischen Einrichtungen“, erklärt Ulrike Ripke, Pädagogische Lei-

terin der Kreisvolkshochschule Vechta „Durch ihre Arbeit leisten die Praxismentorinnen und Praxismentoren in Kindertageseinrichtungen einen wesentlichen Beitrag zur Entwicklung der Persönlichkeit und der Professionalität der Auszubildenden“, ergänzt Miriam Nost, Fachbereichsleitung Pädagogik an der Kreisvolkshochschule. Das stärke nicht nur die Ausbildungsqualität und die Auszubildenden selbst, sondern wirke sich auch positiv auf die Qualität der Arbeit in den Kindertageseinrichtungen aus, ist sich Miriam Nost sicher. So umfasst das Praxismentoring im weiteren Sinne auch übergeordnete Aufgaben der Organisation sowie die Weiterentwicklung und Verankerung im Team und in der Konzeption.

Die jetzt abgeschlossene Zusatzqualifizierung ermöglichte es den Erzieherinnen sich noch weitergehend mit dem Thema zu beschäftigen. Während sich das Thema „Ausbildungsbegleitung“ in der Grundqualifizierung eher auf der persönlichen Ebene der in Ausbildung befindlichen Erzieherinnen bewegte, wurde das Thema in der Zusatzqualifizierung auf die Ebene der Einrichtung gehoben. Insgesamt vier Dozentinnen der BBS Marienhain hatten die inhaltliche Ausarbeitung und Umsetzung übernommen. Gefördert wurde der Kurs vom niedersächsischen Kultusministerium.

Die nächste Grundqualifizierung ist für Frühjahr 2025 geplant. In 48 Unterrichtsstunden werden sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in fünf Modulen mit der Identität des Praxismentors oder der -mentorin befassen sowie mit der Planung und Begleitung der praktischen Ausbildung, der Beobachtung und Beurteilung, der Beratung von Auszubildenden und der Reflexion. Auch dieser Kurs wird wieder in Kooperation mit der BBS Marienhain durchgeführt. Zurzeit läuft die Bewerbung um neue Fördermittel beim Kultusministerium. Bei einem positiven Bescheid ist es möglich, auch den nächsten Kursdurchgang „Praxismentoring“ kostenfrei anbieten zu können.

Interessenten für die nächste Grundqualifizierung können sich bereits jetzt bei der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. unter der **Telefonnummer 04441/937780** oder **online über www.kvhs-vechta.de** vormerken lassen. Weitere Informationen sind erhältlich über die Kreisvolkshochschule Vechta e.V. **Ansprechpartnerin ist Miriam Nost (m.nost@kvhs-vechta.de)**.

Von Martina Böckermann

Selbstgestalter und KVHS lenken Aufmerksamkeit auf den Ruhestand

Altwerden weiter denken



Foto: von links: Petra Pohlmann, Janine Devers, Sarah Berkensträter, Isabell Bergmann

Die einen können es kaum erwarten und zählen schon die Tage, bis sie endlich ihren Schreibtisch räumen. Anderen fällt der Abschied vom Berufsleben schwer und beim Gedanken an die viele freie Zeit macht sich Unbehagen breit. Der Ruhestand ist eine neue Lebensphase, die langjährige Routinen umwälzt und gleichzeitig viele Chancen mit sich bringt.

Dieser Lebensphase widmen sich die Selbstgestalter und die Kreisvolkshochschule mit ihrem gemeinsamen Seminarangebot **„7 Tage Sonntag – Traum oder Albtraum?“**.

„Menschen werden immer älter und verbringen heutzutage durchschnittlich ein Viertel ihres Lebens im Ruhestand“, sagt Petra Pohlmann aus dem Innovationsteam Selbstgestalter. Die Gerontologin weiß um die Erwartungen, Ängsten und Sorgen von Rentnern und Rentnerinnen.

Pohlmann gehört zum vierköpfigen „Innovationsteam Selbstgestalter“, das 2014 von der St. Hedwig-Stiftung in Vechta ins Leben gerufen wurde. Damit möchte die Stiftung der demografischen Entwicklung konstruktiv begegnen.

Unter dem Motto „Wir denken Altwerden weiter“ beschäftigen sich die vier Gerontologinnen des Innovationsteams mit allen Facetten des Alter(n)s. „Unsere Vision ist es, ein positives Altersbild zu verbreiten und Rahmenbedingungen für mehr Lebensqualität im Alter zu schaffen“, erläutert Pohlmann. Die regionalen Strukturen und Besonderheiten spielten dabei eine große Rolle. Deshalb sind die Selbstgestalter eng mit den Kommunen im Nordkreis Vechta vernetzt. Die Mitarbeiterinnen pflegen den Austausch mit lokalen Einrichtungen, Gruppen, Vereinen und engagierten Bürgerinnen und Bürgern. So auch mit der Kreisvolkshoch-

schule, die bereits zum dritten Mal in Folge das gemeinsame Seminarangebot „7 Tage Sonntag“ auflegen kann.

Im Mittelpunkt der Arbeit mit der Generation 60 Plus stehe die ressourcenorientierte Biografiearbeit. „Diese Methode ermöglicht es älteren Menschen, ihre Lebensgeschichte mit neuen Augen zu betrachten und sie zu würdigen“, sagt Pohlmann. „Die Anerkennung von erbrachten Lebensleistungen spielt eine zentrale Rolle. Sie unterstützt ältere Menschen dabei, ihre eigenen Potenziale und Ressourcen zu entdecken und zu nutzen. Der Blick auf persönliche Stärken und Wachstumspotenziale lenkt die Aufmerksamkeit auf erfolgreiche Bewältigungsstrategien und erhöht das Bewusstsein für die eigene Selbstwirksamkeit“, erklärt Pohlmann.

Ein Schlüsselfaktor in diesem Prozess sei die intrinsische Motivation, die nicht von äußeren Belohnungen abhängt, sondern inneren Anreizen wie persönlichem Interesse und Freude an der Tätigkeit entspringt. „Wenn ältere Menschen ihre intrinsische Motivation entdecken und entfalten, werden sie zu wertvollen Vorbildern und Inspirationsquellen für andere“, sagt die Gerontologin. Neben der Stärkung der offenen Altenhilfe sind weitere Schwerpunkte des Innovationsteams

Selbstgestalter die Fördermittelakquise und die Projektkonzeption in der Pflege etwa zur Digitalisierung, Mitarbeitergewinnung und -bindung, Integration ausländischer Fachkräfte sowie der Umstellung auf Elektromobilität und erneuerbare Energien.

Mit dem KVHS-Angebot „7 Tage Sonntag – Traum oder Altraum“ möchte das Innovationsteam ältere Menschen dabei unterstützen, ihre Potenziale zu entfalten und sich selbst neu zu entdecken. Denn eins haben sie alle gemeinsam: neu gewonnene, freie Zeit. „Der Eintritt in den Ruhestand bietet erstmals im Leben die Chance, seinen gesamten Alltag nach den eigenen Wünschen und Vorstellungen zu gestalten“, sagt Pohlmann. Das Seminar beinhaltet ein Gruppencoaching, in dem die Teilnehmenden ihren Ruhestand unter die Lupe nehmen und sich mit ihren Bedürfnissen, Wünschen und Zielen auseinandersetzen können.

Weitere Infos zum Kursangebot und zur Anmeldung finden Sie in diesem Programmheft auf Seite 40.

Von Martina Böckermann

Teilnehmerinnen aus ganz Deutschland treffen sich zum Patchworken und Quilten in der Kreisvolkshochschule

Im Sommerworkshop entstehen nachhaltige textile Kunstwerke



Sommerworkshop: Eli Thomae gehört zum erweiterten Vorstand der Patchwork-Gilde Deutschland e.V. und leitet seit 15 Jahren Patchwork- und Quilt-Kurse im Rahmen des Sommerworkshops an der Kreisvolkshochschule Vechta e.V.

Wandbehänge in geometrischen Mustern hängen an den Wänden, Nähmaschinen surren, bunte Stoffe liegen auf den Tischen und es wird über Muster, Farben und Nähtechniken diskutiert. Bereits seit über 15 Jahren treffen sich in der Kreisvolkshochschule in Vechta in jedem Sommer Nähbegeisterte aus ganz Deutschland, um eine Woche lang zu Patchworken und zu Quilten. Jedes Jahr stehen andere Themen auf dem Programm. 2024 konnten

die Teilnehmerinnen beispielsweise zwischen drei Kursen wählen: „Bordüren“, Quilt as you go“ und „Bilder“.

Eine der Teilnehmerinnen im Jahr 2024 war Rosemarie Bluhm aus Bad Pyrmont. Schon mehrmals ist sie bei dem Sommerworkshop dabei gewesen. Für sie ist es eine willkommene Auszeit, um sich mit den anderen rund 30 Teilnehmerinnen auszutauschen und sich eine Woche ganz auf ihr Hobby



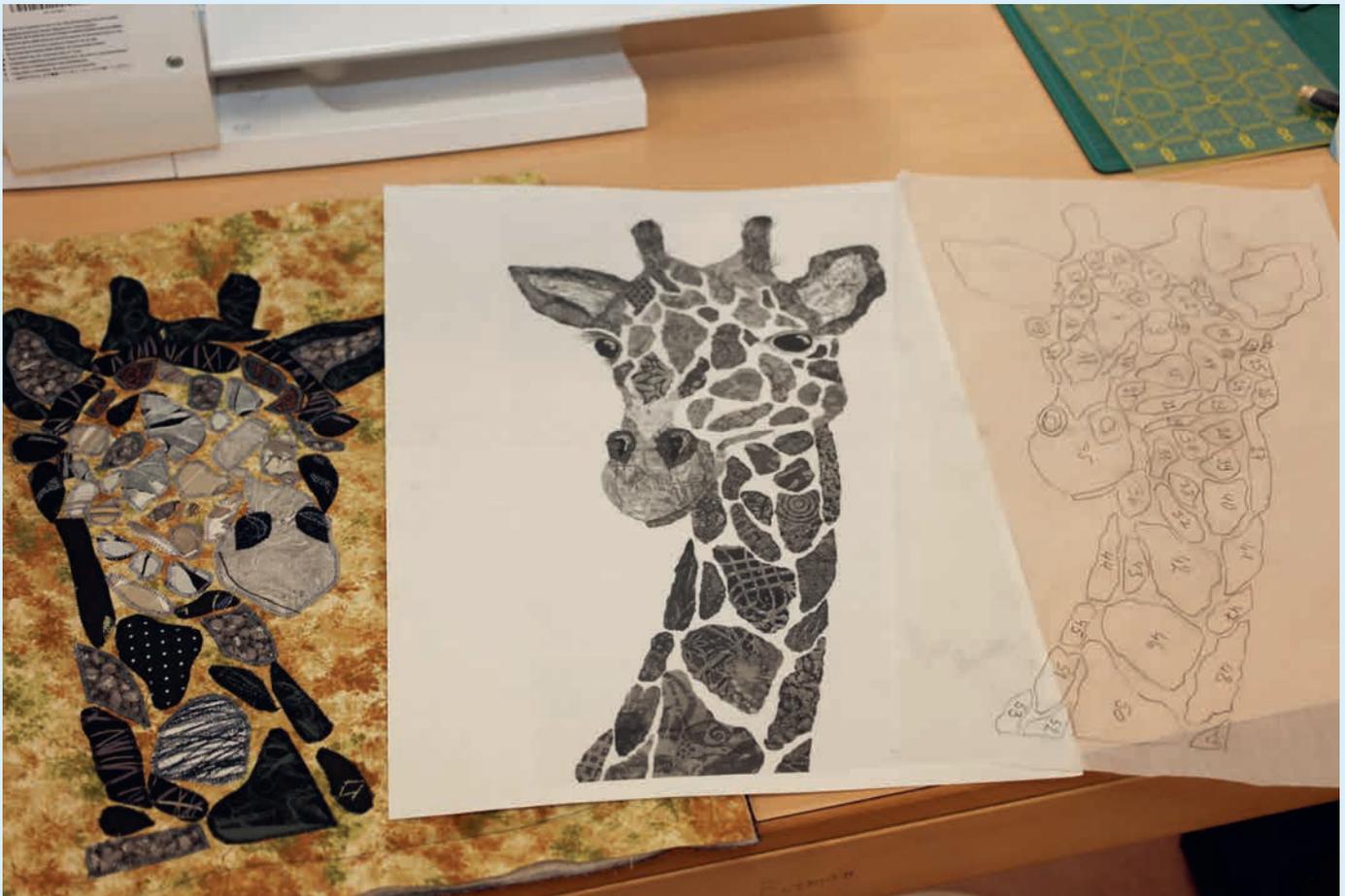
Beim Zusammenstellen der Muster und Textilblöcke muss millimetergenau gearbeitet werden. Gestaltungs- und Farblehre sowie mathematisches Vorstellungsvermögen spielen eine wichtige Rolle.

zu konzentrieren. Dieses Mal hatte sich Rosemarie Bluhm für den Workshop „Bordüren“ entschieden. Einen Wandbehang für ihre Wohnung möchte sie gestalten. Auf einem Schneidebrett mit Millimeterangaben hat sie aus kleinen geometrischen Stoffstücken Muster zu quadratischen Blöcken zusammengestellt. „Es ist ganz wichtig, millimetergenau zu arbeiten, damit am Ende auch alles zusammenpasst“, erklärt sie. Dabei ist auch die Nahtzugabe zu berücksichtigen: Immer ein Nähfüßchen breit. Im nächsten Schritt werden die Stoffblöcke zu einem Patchwork-Muster zusammengenäht. Dieses Patchwork-Top wird dann mit einer Wattierung z.B. einem Vlies unterlegt. Zum Schluss folgt der Rückseitenstoff, der in der Regel aus einem Stück besteht. Nun beginnt das Verbinden dieser drei Schichten, das Quilten. „Das kann mit der Nähmaschine erfolgen, aber besser ist es, das per Hand zu machen, da der Quilt dann nicht so fest wird und die Nähte nachgiebiger sind“, erklärt Eli Thomaе, die die Leitung des Kurses übernommen hat. Durch das Quilten entsteht ein plastisches Steppmuster aus Linien und Diagonalen oder auch Blumen und Rosetten.

Die Diplom-Designerin aus dem Allgäu ist schon seit vielen Jahren beim Sommerworkshop dabei. „Farbzusammenstellung und Gestaltungslehre ebenso wie ein mathematisches Vorstellungsvermögen spielen bei der Patchwork-Arbeit eine wichtige Rolle, denn davon hängt die Wirkung des Gesamtwerkes ab“, erklärt sie.

„Die Patchwork-Technik entstand schon vor tausenden von Jahren z.B. in Ägypten und China und findet sich in allen Kulturen wieder. In den USA ist sie bekannt geworden durch die „Quilts“, gesteppte Patchwork-Decken, die von der amischen Bevölkerungsgruppe hergestellt werden. Dadurch ist das Handwerk auch in Europa wiederentdeckt worden“, erklärt Eli Thomaе. Hinter der Patchwork-Technik stecke die nachhaltige Idee, Stoffreste, die noch gut sind, wiederzuverwerten und daraus etwas Neues zu gestalten. Was früher aus der Not heraus entstanden ist, könnte man heute auch als „Upcycling“ bezeichnen.

Eli Thomaе ist auch Mitglied im erweiterten Vorstand der Patchwork Gilde Deutschland e.V. Der Verein fördert und pflegt das Patchwork-, Quilt- und Textilkunsthandwerk, z.B. durch Kurse, Nachwuchsarbeit und Ausstellungen. So gibt es viele verschiedene Patchwork-Techniken in unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen. Viele Patchwork-Muster haben eine lange Tradition und werden über Generationen weitergegeben, wie etwa Nine Patch, Log Cabin oder Friendship Star.



Verzauberte Naturobjekte entstanden in dem Workshop „Bilder“. Nach detaillierten Vorlagen werden Tiere, Pflanzen oder Muscheln aus Stoffresten erarbeitet.

Mit Streifen, Diagonalen, Dreiecken oder Sternen sind der Kreativität aber keine Grenzen gesetzt. Eine etwas andere Technik, die speziell für Anfänger und Anfängerinnen geeignet ist, wurde im vergangenen Jahr in dem Kurs „Quilt as you go“ unter der Leitung von Gaby Tobin angewendet. Bei dieser Technik wird quasi „nebenbei“ gequiltet. Die Einzelteile der Vorderseite werden direkt auf das Vlies genäht und nach jedem Schritt festgesteppt, d. h. die dreilagigen Blöcke werden einzeln angefertigt und erst zum Schluss zusammengesetzt.

„Mit Patchwork lassen sich nicht nur Wandbehänge und Decken fertigen“, erklärt Monika Maas, die im vergangenen Jahr den Workshop „Bilder“ leitete. Hier entstanden unter ihrer Anleitung Bil-

der mit verzauberten Naturobjekten. Dazu werden nach einer Vorlage Stoffreste zu Bildern gestaltet, wie Muscheln, Blumen oder Tiere. Durch das anschließende Quilten entsteht eine plastische Wirkung. Die Leuchtkraft der Farben wird mit aufgenähten Perlen und Pailletten verstärkt. Am ersten Tag entstanden so kleine Postkarten, damit sich die Teilnehmerinnen mit der Technik vertraut machen konnten. Im Laufe des Kurses wurden dann großflächigere Motive wie Wandbilder umgesetzt.

Der nächste Sommerworkshop ist in den Sommerferien 2025 vom 5. bis 8. August 2025 geplant. Die Themen werden dann sein: „Spiel mit Farben anhand von Amish Mustern“, „Japanische Faltechnik“ und „Schichten, Schneiden, Schieben“.

Von Martina Böckermann

Neuer Kurs mit Tina Weiland startet im Frühjahrssemester

KORCE® – Neues Trainings-Angebot an der Kreisvolkshochschule Vechta e.V.

Im Frühjahrssemester startet an der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. ein neuer Fitnesskurs KORCE® mit der Mastertrainerin Tina Weiland. Start ist am Mittwoch, den 15. Januar 2025 um 18:00 Uhr mit einem kostenlosen Schnuppertraining. Danach findet das KORCE®-Training jeden Mittwoch von 18:00 bis 19:00 Uhr in der kleinen Sporthalle der Geschwister-Scholl-Oberschule in Vechta statt.

„KORCE® steht für Mobilität, Stabilität und Core-Power“, erklärt die Trainerin. Das Ziel sei die Kräftigung der Körpermitte. „Fließende Bewegungen verbunden mit Mobilitäts- und Stabilitätsübungen lassen den Körper kraftvoll und geschmeidig werden“, ergänzt Tina Weiland. „Dieser Kurs der Kreisvolkshochschule ist der erste KORCE®-Kurs dieser Art im Landkreis Vechta“, erklärt Maria Abeling-Stegkämper, die den Gesundheitsbereich bei der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. leitet. Mitmachen kann jeder, der Spaß an Fitness mit Musik in der Gruppe hat. „Das Fitness-Level spielt dabei keine Rolle, ich hole jeden dort ab, wo er steht“, erläutert die Trainerin.

Der Kurs wird über eine Zehnerkarte abgerechnet, die 75 Euro kostet. Der Vorteil dabei: Es besteht keine Vertragsbindung und man bezahlt nur für die Stunden, an denen man teilgenommen hat. Die 10er Karte kann bei der Kreisvolkshochschule Vechta e. V. erworben werden. **Interessierte sind auch im laufenden Kurs zu einer einmaligen kostenlosen Schnuppertrainingseinheit willkommen.**



Tina Weiland stellt als Mastertrainerin das neue Trainingsprogramm KORCE® an der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. vor. Foto: Tina Weiland

KORCE® wurde von dem Institut IFHIAS aus Hamburg entwickelt. Es ist ein sportwissenschaftlich fundiertes Training, das durch abwechslungsreiche Übungen bei mitreißender Musik motiviert. Tina Weiland ist Referentin und Mastertrainerin für KORCE® und Hot Iron®, einem Langhanteltraining, und damit eine ausgewiesene Expertin auf dem Gebiet. Auf Instagram lässt sie ihre rund 8.000 Follower an ihren Erfahrungen teilhaben.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Eine Gymnastikmatte, Hallensportschuhe, Sportkleidung, ein Handtuch und ein Getränk sollten mitgebracht werden. Weitere Informationen sind auf der Internetseite der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. unter www.kvhs-vechta.de zu finden.

Von Martina Böckermann

vhs

Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



**Zusammen ein Leben
lang lernen.**



Mensch und Umwelt



Ulrike Ripke

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



Julian Hülsemann

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

KI im Beruf und Alltag	36
Recht	38
Gesellschaft	38
Wassersport	45



HIGHLIGHT

KI im Beruf und Alltag

Die digitale Transformation der Gesellschaft ist in vollem Gange. Künstliche Intelligenz (KI) wird nicht nur in hochspezialisierten Bereichen eingesetzt, sondern berührt inzwischen auch Alltag und Beruf mehr und mehr. In unseren KI-Kursen für verschiedene Zielgruppen erfahren Sie, wie generative Sprachmodelle wie ChatGPT funktionieren und lernen, diese im Alltag und im Beruf praktisch anzuwenden.

Mit Benjamin Möbus, der an der Universität Vechta zum Thema KI lehrt und forscht, konnten wir einen ausgewiesenen Experten aus der Region als Dozenten gewinnen.

1001

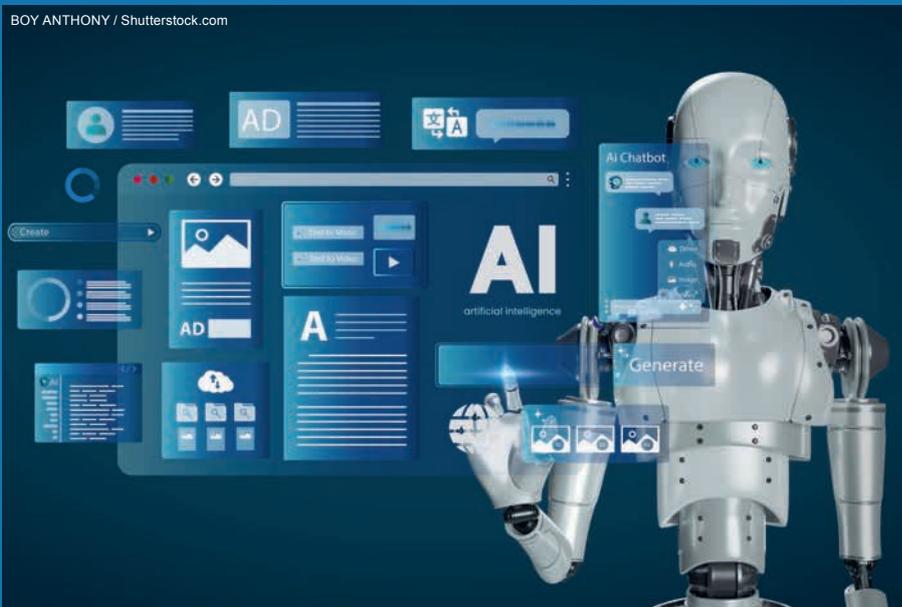
Künstliche Intelligenz (KI) für Einsteiger*innen – Ein Crashkurs mit ChatGPT und Co.

In dem Crashkurs tauchen wir in die faszinierende Welt der Künstlichen Intelligenz (KI) ein. Sie werden nicht nur erfahren wie generative Sprachmodelle wie zum Beispiel ChatGPT grundsätzlich funktionieren, sondern vor allem praktische Anwendungsbeispiele kennenlernen. Der Workshop konzentriert sich dabei vor allem darauf, mit Ihnen gemeinsam konkrete Praxisbeispiele zu entwickeln, die Ihren privaten und beruflichen Alltag erleichtern und effizienter gestalten können.

In dem Workshop wird eine datenschutzkonforme und niedrighschwellige Nutzung von generativer KI ermöglicht; ein bestehender Account von ChatGPT und Co. wird nicht vorausgesetzt. KI-Vorkenntnisse sind für die Teilnahme an dem Workshop ebenfalls nicht nötig. Wir bitten allerdings alle Teilnehmende, ein digitales Endgerät - am besten einen Laptop oder ein Tablet - mitzubringen; herzlichen Dank!

Leitung Benjamin Möbus
Termin Montag, 03.02.2025,
18:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 19,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



1002

KI für Schülerinnen und Schüler – Smarter Lernen mit Künstlicher Intelligenz

Im Workshop zeigen wir, wie Schülerinnen und Schüler Künstliche Intelligenz (KI) datenschutzkonform und sinnvoll nutzen können, um ihr Lernen effektiver und effizienter gestalten. Ob beim Organisieren von Informationen, bei der Recherche oder bei der Lösung komplexer Aufgaben - KI bietet viele Möglichkeiten, den Lernalltag zu erleichtern. Durch praxisnahe Beispiele und interaktive Übungen erfahren die Teilnehmenden, wie sie KI sicher und kreativ einsetzen können, um motivierter und effektiver zu lernen. Dieser Workshop richtet sich an alle Schülerinnen und Schüler, die neugierig sind, wie sie die Chancen der KI für ihre Lernziele nutzen sowie den Herausforderungen und Risiken der Technologie begegnen können. Ihre Eltern sind auch herzlich eingeladen.

In dem Workshop wird eine datenschutzkonforme und niedrighschwellige Nutzung von generativer KI ermöglicht; ein bestehender Account von ChatGPT und Co. wird nicht vorausgesetzt. KI-Vorkenntnisse sind für die Teilnahme an dem Workshop ebenfalls nicht nötig. Wir bitten

allerdings alle Teilnehmende, ein digitales Endgerät - am besten einen Laptop oder ein Tablet - mitzubringen; herzlichen Dank!

Leitung Benjamin Möbus
Termin Montag, 17.02.2025,
18:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 19,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1003

Endlich mehr Zeit für das Wesentliche – Künstliche Intelligenz im Ehrenamt und für kleine und mittlere Unternehmen (KMU)

In diesem praxisorientierten Workshop lernen Sie, wie Künstliche Intelligenz (KI) zur Effizienzsteigerung und Unterstützung im Ehrenamt sowie in kleinen und mittleren Unternehmen (KMU) eingesetzt werden kann. Sie erhalten Einblicke in die Grundlagen von KI und entdecken konkrete Einsatzmöglichkeiten, um alltägliche Aufgaben wie das Erstellen von Pressemitteilungen, die automatische Verschriftlichung von Protokollen und die Entwicklung von Lehr- und Instruktionsmaterialien zu vereinfachen.



In dem Workshop wird eine datenschutzkonforme und niedrigschwellige Nutzung von generativer KI ermöglicht; ein bestehender Account von ChatGPT und Co. wird nicht vorausgesetzt. KI-Vorkenntnisse sind für die Teilnahme an dem Workshop ebenfalls nicht nötig. Wir bitten allerdings alle Teilnehmende, ein digitales Endgerät - am besten einen Laptop oder ein Tablet - mitzubringen; herzlichen Dank!

Leitung Benjamin Möbus
Termin Montag, 03.03.2025, 18:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 26,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

tet Ihnen eine umfassende Einführung in verschiedene generative KI-Anwendungen und deren praktische Nutzung. Wir stellen Ihnen prominente Anwendungen vor, darunter Midjourney zur Erstellung beeindruckender Bilder, HeyGen für die Erstellung personalisierter Videoavatare und Soundraw.io zur niedrigschwelligen Musikgenerierung. Sie werden lernen, wie Sie diese KI-Tools effizient in Ihre privaten oder beruflichen Medienprojekte integrieren können, um Ihre kreative Arbeit zu bereichern und zu beschleunigen. In dem Workshop wird eine datenschutzkonforme und niedrigschwellige Nutzung

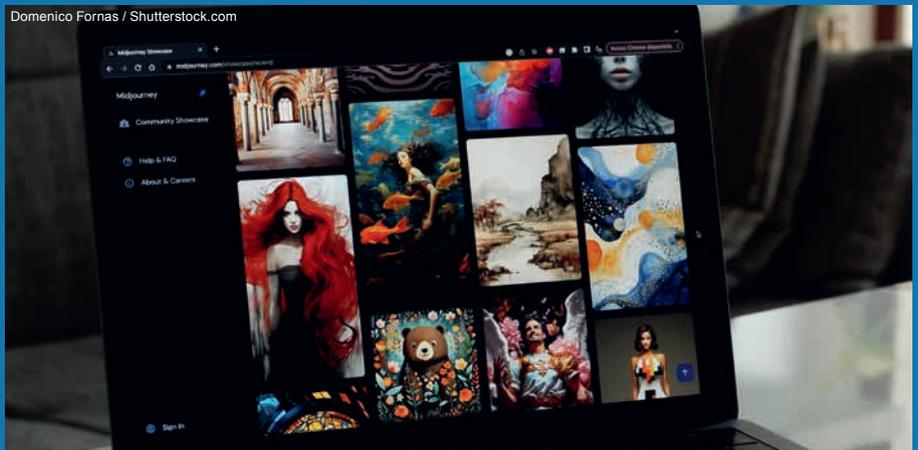
von generativer KI ermöglicht; ein bestehender Account von ChatGPT und Co. wird nicht vorausgesetzt. KI-Vorkenntnisse sind für die Teilnahme an dem Workshop ebenfalls nicht nötig. Wir bitten allerdings alle Teilnehmende, ein digitales Endgerät - am besten einen Laptop oder ein Tablet - mitzubringen; herzlichen Dank!

Leitung Benjamin Möbus
Termin Montag, 10.03.2025, 18:30 – 21:45 Uhr
Gebühr 26,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

1004

Kreativ mit Künstlicher Intelligenz – KI-basierte Bild-, Video- und Audiotools im praktischen Einsatz

Erleben Sie die faszinierenden Möglichkeiten von Künstlicher Intelligenz (KI) in der Medienproduktion und erweitern Sie Ihre kreativen Fähigkeiten mit den modernsten KI-Tools. Dieser Workshop bie-







NEU:
Ferienwohnung
für 2 Personen






Visbeker Deern
 † HOTEL GARNI †

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



Recht

1100



Erbrecht

Der Kurs vermittelt Grundlagen über:

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

Leitung Claudia Wiediger

Termin Donnerstag, 24.04.2025,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr 4,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1101



Familienrecht

Der Kurs vermittelt Grundlagen über:

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

Leitung Claudia Wiediger

Termin Donnerstag, 22.05.2025,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr 4,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



New Africa / Shutterstock.com

Gesellschaft

Einbürgerungstest



Seit dem 1. September 2008 müssen alle Ausländer, die die Einbürgerung beantragen, einen Einbürgerungstest machen. 33 Fragen aus den Bereichen "Leben in der Demokratie", "Geschichte und Verantwortung" sowie "Mensch und Gesellschaft" und aus dem eigenen Bun-

desland 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 13.01.2025!

Leitung N.N.

Termin Donnerstag, 20.02.2025,
16:00 – 17:00 Uhr

Gebühr 25,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1202



Einbürgerungstest

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 24.02.2025!

Leitung N.N.

Termin Donnerstag, 03.04.2025,
16:00 – 17:00 Uhr

Gebühr 25,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1203



Einbürgerungstest

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 28.04.2025!

Leitung N.N.

Termin Donnerstag, 12.06.2025,
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!

1204

Beratung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

Bitte mitbringen: beglaubigte und übersetzte Dokumente, Dolmetscher bei Bedarf

Leitung bus GmbH IQ-Netzwerk
Niedersachsen

Termin Dienstag, 11.03.2025,
10:00 – 16:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!



PeopleImages.com - Yuri A / Shutterstock.com



LENZE & FRERKER

NOTAR · FACHANWÄLTE · RECHTSANWÄLTE

RECHTSBERATUNG GIBT ES FAST ÜBERALL.

KOMPETENZ BEI UNS!



ARBEITSRECHT



BAU- UND
ARCHITEKTENRECHT



ERBRECHT



FAMILIENRECHT



KAUFRECHT



MEDIZINRECHT



MIET- & WOHNUNGS-
EIGENTUMSRECHT



BÜRGELDSACHEN



REISERECHT



STRAFRECHT



VERKEHRSRECHT



INKASSO



VERSICHERUNGSRECHT



WERKVERTRAGSRECHT

DER RICHTIGE ANWALT FÜR IHRE ANGELEGENHEITEN

ULRICH FRERKER

Rechtsanwalt und Notar

WILLEHAD MITTELBECK

Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Versicherungsrecht

CARSTEN SCHNIEDERS

Rechtsanwalt
Fachanwalt für Familienrecht
Fachanwalt für Miet- und
Wohnungseigentumsrecht

DENNIS WIEDIGER

Rechtsanwalt und Notar
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Fachanwalt für Verkehrsrecht

CLAUDIA WIEDIGER

Rechtsanwältin
Fachanwältin für Erbrecht
Fachanwältin für Familienrecht

REINHARD GOTTKEHASKAMP

Rechtsanwalt
Fachanwalt für Familienrecht
Fachanwalt für Verkehrsrecht

CHRISTIAN JOHANNES

Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Bau- und Architektenrecht

MELANIE SCHMIDTKE

Rechtsanwältin
Verkehrsrecht
Erbrecht
Medizinrecht

MICHAEL SCHRUL

Rechtsanwalt
Arbeitsrecht (auch kollektives
Arbeitsrecht)
Miet- und Wohnungseigentumsrecht

LENZE-FRERKER.DE

Burgstraße 8 • 49377 Vechta | Markt 6 • 49377 Vechta | Tel. 0 44 41 / 9262 - 0 | Mail: info@lenze-frerker.de



Bethel im Norden informiert über Heilpädagogische Pflegefamilien

An diesen Abenden werden die für den Bereich verantwortlichen Fachberater André Grabbe und Sascha Eigenbrodt dieses spezielle Angebot im Bereich der Jugendhilfe vorstellen.

In enger Kooperation mit den jeweils zuständigen Jugendämtern und der Eingliederungshilfe, vermittelt Bethel im Norden im Bereich des Heilpädagogischen Pflegekinderdienstes Kinder und Jugendliche mit einer chronischen Erkrankung oder einer Behinderung in geeignete Pflegefamilien, wenn die leiblichen Eltern die Versorgung nicht (mehr) gewährleisten können. André Grabbe und Sascha Eigenbrodt werden über die Arbeit mit und für die Kinder berichten, Erfahrungen weitergeben und aus dem Alltag der Familien berichten, die von ihnen bereits seit vielen Jahren intensiv begleitet werden

1205



Bethel im Norden informiert über Heilpädagogische Pflegefamilien

Leitung André Grabbe

Termin Dienstag, 25.02.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

1206



Bethel im Norden informiert über Heilpädagogische Pflegefamilien

Leitung André Grabbe

Termin Donnerstag, 27.02.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

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



Pixel-Shot / Shutterstock.com

1207



Online-Vortrag: Der Hund als Familienmitglied: Beschäftigung und geistige Auslastung für ein erfülltes Leben

In diesem Vortrag geht es um wichtige Aspekte für das harmonische Zusammenleben mit einem Hund. Themen sind ideale Liegeplätze, Fütterung, Gefahren im Haus, das Bellen sowie das Zusammenleben mit Kindern und das Spiel. Sie erhalten Tipps zur Integration von Hunden am Arbeitsplatz, beim Autofahren und im Urlaub sowie zur Suche nach einem Tiersitter. Weitere Punkte sind Hunde im Restaurant, die Vorteile für ältere Menschen und der Umgang mit dem Verlust eines Hundes. Ein Schwerpunkt liegt auf Beschäftigungsformen und geistiger Auslastung, um das Wohlbefinden des Hundes zu fördern und die Bindung zur Familie zu stärken.

Leitung Melina Sgorzaly

Termin Donnerstag, 06.03.2025, 18:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 29,00 €

Ort Virtuell. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, Zoom1

1208



7 Tage Sonntag – Traum oder Albtraum?

Auseinandersetzung mit dem Ruhestand

Menschen verbringen durchschnittlich ein Viertel ihres gesamten Lebens im Ruhestand - eine lange Zeit. Dieser neue Lebensabschnitt kann eine große Herausforderung werden, denn nach dem Berufsausstieg muss man selber entscheiden, wie der Tag mit Inhalten gefüllt wird. Aber es bietet sich gleichzeitig eine große Chance neue Schwerpunkte für mehr Wohlbefinden zu setzen.

In diesem Kurs setzen sich die Teilnehmer an fünf aufeinander aufbauenden Terminen aktiv mit der Gestaltung ihrer Freiräume in der nachberuflichen Phase auseinander. Sie lernen Methoden kennen, um den Ruhestand gezielt zu analysieren und nehmen die eignen Bedürfnisse, Wünsche und Ziele unter die Lupe. Mit der fachlichen Unterstützung des Innovationsteams selbstgestALTER werden die Kursteilnehmer unterstützt, motiviert und dazu angeregt, die Potenziale in sich selbst zu finden und sich für ein selbstbestimmtes Älterwerden einzusetzen.

Leitung Petra Pohlmann

Termin Beginn ist am Freitag, 17.01.2025, 5 Vormittage, jeweils freitags, 9:30 – 12:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos

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

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

Heilpädagogische Pflegefamilien

Bethel im Norden

Wir eröffnen Perspektiven...



Wir suchen für den Bereich der Jugendhilfe

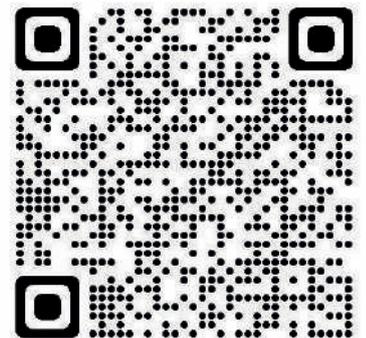
Heilpädagogische Pflegefamilien

Weitere Informationen dazu finden
Sie unter www.bin-jugendhilfe.de

Kontakt: André Grabbe

Tel.: 05441 97568-34

E-Mail: andre.grabbe@bethel.de



Heldenhafter Einsatz für Kinder und Jugendliche mit Handicaps

Unternehmensbereich Bethel im Norden informiert über Heilpädagogische Pflegefamilien

Heilpädagogische Pflegefamilien übernehmen eine der wichtigsten Aufgaben überhaupt: Sie bieten Kindern mit Handicap ein Zuhause. Für Fachberater André Grabbe sind Menschen, die sich dieser Mission widmen, nichts weniger als: Heldinnen und Helden. Grabbe berät gemeinsam mit seinem Kollegen Sascha Eigenbrodt Menschen, die sich vorstellen können, Kindern und Jugendlichen einen verlässlichen familiären Ort zu bieten. Zusammen bilden Grabbe und Eigenbrodt einen Teil des Teams für die Fachberatung für heilpädagogische Pflegefamilien der Kinder-, Jugend- und Familienhilfe des Unternehmens Bethel im Norden.

Die heilpädagogische Fachberatung ist ein ganz besonderes Angebot für Kinder mit Handicap. In enger Kooperation mit den jeweils zuständigen Jugendämtern und der Eingliederungshilfe vermittelt Bethel im Norden Kinder und Jugendliche mit einer chronischen Erkrankung oder einer Behinderung in geeignete Pflegefamilien, wenn die leiblichen Eltern die Versorgung nicht gewährleisten können. „Wir suchen Familien, Paare, Alleinerziehende oder auch Einzelpersonen, die diesen Kindern und Jugendlichen einen verlässlichen familiären Ort bieten“, erläutert Grabbe.

Interessierte können sich unter anderem bei den Infoabenden in der Kreisvolkshochschule am 25. und am 27. Februar 2025 über diese verantwortungsvolle Aufgabe informieren und austauschen. André Grabbe und Sascha Eigenbrodt werden über ihre Arbeit berichten, Erfahrungen weitergeben und Einblicke in den Alltag der Familien ermöglichen, die von ihnen bereits seit vielen Jahren intensiv begleitet werden. „Dazu stellen wir vorhandene Netzwerke vor, berichten über den Bewerbungsprozess, die notwendigen Voraussetzungen und informieren auch darüber, wie eine mögliche Aufnahme in dieser besonderen Pflegefamilie vorbereitet, durchgeführt und intensiv begleitet wird“, sagt Sascha Eigenbrodt.

Wer sich vorab über heilpädagogische Pflegefamilien informieren möchte oder schon ganz spezielle Fragen hat, kann sich an **André Grabbe (Tel.: 05441 97568-34; E-Mail: and-re.grabbe@bethel.de)** oder an **Sascha Eigenbrodt (Tel.: 05441 97568-36; E-Mail: sascha.eigenbrodt@bethel.de)** wenden. Gerne geben sie entsprechende Auskünfte oder vereinbaren mit Interessierten einen individuellen Termin zum gegenseitigen Kennenlernen.



Für den Heilpädagogischen Pflegekinderdienst werden von den Fachberatern André Grabbe und Sascha Eigenbrodt aus der Jugendhilfe des Unternehmensbereiches Bethel im Norden „liebvolle Held/innen“ gesucht, die Kindern oder Jugendlichen mit Handicaps einen verlässlichen familiären Ort bieten.



1209



Cafesurfer

Wir sind eine offene Gruppe von Seniorinnen und Senioren die sich jeden Freitag um 14 Uhr treffen, sich gegenseitig bei Fragen rund um die digitale Welt helfen und im Anschluss zusammen einen Kaffee trinken gehen. Alle Interessierten sind uns herzlich willkommen.

Leitung Olga Frank, Eduard Voelcker

Termin Beginn ist am Freitag,
10.01.2025,
jeweils freitags,
14:00 – 16:00 Uhr

Gebühr die Teilnahme ist kostenlos

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



HIGHLIGHT

1211



Bonsai - Workshop Großer Baum ganz klein

Bonsai ist der fernöstliche Begriff für Bon=Schale und Sai =Pflanze. Lernen Sie die Faszination dieser alten Kunst kennen. Schon vor ca. 1.800 Jahren wurde in China mit der Gestaltung von Miniaturlandschaften begonnen. Sowohl einzelne Pflanzen (Solitäre) als auch Wäldchen sind zum Teil mehrere hundert Jahre alt. Nahezu alle Baumarten (auch heimische Gehölze) können zu einem Bonsai gestaltet werden. Gut geeignet sind Ulmen, Ahorne und Buchen, um nur ein Paar zu nennen.

In der heutigen, schnelllebigen Zeit ist Bonsai eine sehr gute Möglichkeit zu Entspannen.

Ziel: Teilnehmer die bereits einen Bonsai besitzen oder daran denken sich ein kleines Bäumchen anzuschaffen, geben wir

wertvolle Tipps für langjährige Freude mit den kleinen Bonsais.

Es werden diverse Bonsai zur Demonstration vor Ort sein. Jeder Teilnehmer erhält eine Jungpflanze, der er ein Zuhause geben darf. Ein Bäumchen pro Teilnehmer ist in der Kursgebühr inklusive.

Leitung Ulrich Nageler, Thomas Spicker

Termin Donnerstag, 13.03.2025,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 25,00 €, (inkl. Bonsaibaum)

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



DIE CAFESURFER

vhs Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



Ehrenamtliche helfen sich gegenseitig

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

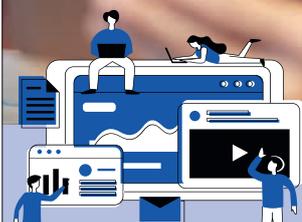
Es gibt einiges zu entdecken. Zum Beispiel gelingt mit dem **Digital-Kompass** und dem **Digital-Tandem** der Einstieg in die digitale Welt spielend leicht, aber auch für Fortgeschrittene haben wir einiges zu bieten. Mit VR-Brillen, Spielekonsolen und Videovorträgen halten wir unseren Kopf fit. Schnell'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

Jeden Freitag 14 - 16.00 Uhr,
Kreisvolkshochschule Vechta, Bahnhofstraße 1

Kontakt:

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

Eduard Voelcker
edmo@ausvechta.de



Der Senioren Technik- und Internet-Stammtisch in der Kreisvolkshochschule.



Kriminalprävention



1300



Vortrag Gefahren in der Öffentlichkeit

Der Wasserwerker an der Haustür oder der Kunde im Supermarkt, welcher von ihnen Hilfe benötigt, haben eines gleich. Sie geben etwas vor, um an das Geld ihrer ahnungslosen Opfer zu gelangen. Es sind Kriminelle, die so Diebstähle aus Wohnung oder Taschendiebstähle begehen. Durch einfache Handlungshinweise lassen sich diese Gefahren umgehen und Betrüger abhalten. Der Vortrag soll die kriminellen Maschen erläutern und Tipps für diese Situationen aufzeigen. Es erwartet Sie ein ca. einstündiger Vortrag der Polizei mit anschließender Fragerunde.

Leitung Ingo Buß
Termin Dienstag, 22.04.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr die Teilnahme ist kostenlos
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

1301



Vortrag Telefonbetrug: Gefahren am Telefon

Eine noch immer beliebte Masche von Betrügern ist es, vorwiegend ältere Menschen Zuhause anzurufen und mit erfundenen Aussagen oder Geschehnissen, diese zur Herausgabe von Bargeld oder Schmuck zu überreden. Sie geben sich als Polizeibeamter, Tochter oder Enkel aus und ziehen die Geschädigten so in eine Geschichte, aus der sie nicht mehr so schnell herauskommen. Aber auch jüngere Menschen werden durch Mitteilungen wie: „Hallo Mama, hallo Papa, das ist meine neue Handynummer. ...“ per Messenger oder SMS dazu gebracht, Geld an Betrüger zu überweisen. Im Vortrag werden die Betrugsmaschen und die Hintergründe der Tatabläufe aufgezeigt und Verhaltenstipps gegeben, wie man sich bei entsprechenden Anrufen oder Nachrichten verhalten soll. Es erwartet Sie ein ca. einstündiger Vortrag der Polizei mit anschließender Fragerunde.

Leitung Ingo Buß
Termin Dienstag, 06.05.2025, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr die Teilnahme ist kostenlos
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

1302



Vortrag Cybercrime / KI

Die Nutzung des Internets für Einkäufe und Banking und die Nutzung von Social Media Plattformen auf denen man vieles von sich preis gibt, ist für Kriminelle schon lange eine gute Möglichkeit zu betrügen. Auf diese Weise erlangen Betrüger durch sogenanntes Phishing, Smishing, Quishing oder auch über simple Kleinanzeigen das Geld ihrer gutgläubigen Opfer. Wenn dann noch KI benutzt wird, sind Wahrheit und Fälschung kaum noch zu unterscheiden. Der Vortrag soll Gefahren und Risiken im Netz aufzeigen und mit einfachen Tipps davor schützen.



„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



Leitung Ingo Buß
Termin Dienstag, 13.05.2025,
18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr die Teilnahme ist kostenlos
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

Wassersport

1700



Infoveranstaltung: Sportbootführerschein "See" und "Binnen"

Es gibt einen Einblick zu den verschiedenen Führerscheinen im Wassersport, insbesondere zu dem angebotenen Kurs für den Erwerb der Sportbootführerscheine „See“ & „Binnen“

Es werden die Geltungsbereiche der verschiedenen Befähigungsnachweise geschärft und es gibt eine Übersicht hinsichtlich der benötigten Unterrichtsmaterialien, Aufwände im Kontext der Prüfung sowie Möglichkeiten der Praxisausbildung.

Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre

Leitung Thomas Verlinden
Termin Donnerstag, 06.02.2025,
19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

In Kooperation mit der Wassersportschule Kapitän Kruse



Anna Kornak / Shutterstock.com

1701



Sportbootführerschein "See und Binnen"

Anfängerkurs für die international anerkannten Sportbootführerscheine im Bereich der See- und Binnengewässer - es wird kein seemännisches Fachwissen vorausgesetzt. Im Kursverlauf werden wir uns mit Navigation, Seerecht, dem Wetter an der Küste und natürlich auch mit der praktischen Seemannschaft beschäftigen. Parallel zur theoretischen Ausbildung kann in einem Zusatzangebot auch die praktische Motorbootausbildung erfolgen. Am Ende des Kurses können die Prüfungen zum Sportbootführerschein See und Binnen vor dem Deutschen Motor-Yacht-Verband (DMYV) abgelegt

werden. Ausführliche Informationen erhalten Sie am Wassersport-Informationsabend (23H-1700).

Der Kurs findet in Kooperation mit der Wassersportschule Kapitän Kruse (Oldenburg) statt.

Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre

Leitung Thomas Verlinden

Gebühr 320,00 €, (Prüfungsgebühren und praktische Ausbildung sind nicht in der Kursgebühr enthalten)

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

In Kooperation mit der Wassersportschule Kapitän Kruse



RUBBERT
INGENIEURE



Kirchstraße 5 | 27239 Twistringen
Telefon: 04243 / 94 25 15-0
Mail: info@rubbert-ing.de
www.rubbert-ing.de

**PLANEN
UND
BAUEN**

Beständigkeit seit
über 130 Jahren.

vhs



Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



**Zusammen leben –
zusammen lernen.**



Familientreff



Miriam Nost

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



Katharina Wehage-Zittlau

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

Angebote für Eltern.....	48
Angebote für Eltern und Kinder	50
Angebote zur Baby- und Kindermassage ...	51
Eltern-Kind-Gruppen für Eltern mit Babys ..	52
Lernen durch Spielen	56
Bewegungsangebote	57
Säuglings- und Kleinkinderschwimmen.....	58
Musikangebote	60
Angebote für Kinder und Jugendliche	62
Kreativangebote	63



Angebote für Eltern

4001

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

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

Leitung Martin Horstmann
Termin Dienstag, 08.04.2025,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 5,00 €
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 Flaschnahrung)
- Rooming-in
- vorbeugende Maßnahmen gegen den plötzlichen Kindstod (Informationen zur Schlafumgebung)

Zielgruppe: Schwangere und werdende Väter, junge Eltern und Interessierte

Eine Bitte!

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

4002

Säuglingspflegekurs

Leitung Nicole Festerling
Termin Donnerstag, 06.02.2025,
19:00 – 21:30 Uhr

Gebühr 15,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

4003

Säuglingspflegekurs

Leitung Nicole Festerling
Termin Donnerstag, 22.05.2025,
19:00 – 21:30 Uhr

Gebühr 15,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Stillvorbereitungskurse in Vechta

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 werden im Idealfall in Ihren Entscheidungen gestärkt.



UvGroup / Shutterstock.com

4004

Vechta

Leitung Stephanie Triemer
Termin Montag, 27.01.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 5,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

4005

Vechta

Leitung Stephanie Triemer
Termin Montag, 17.03.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 5,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Beikostworkshops in Vechta

Um den 5. - 7. Lebensmonat herum beginnt die Zeit der B(ri)kost. Dazu stellen sich viele Fragen und Eltern müssen sich gleichzeitig durch einen Dschungel an unterschiedlichen Informationen, Ratschlägen und Produkten kämpfen. In diesen Workshops möchten die Dozentinnen 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 möglichst noch nicht mit Beikost begonnen haben

4007

Vechta

Leitung Stephanie Triemer
Termin Samstag, 08.02.2025,
9:30 – 11:45 Uhr

Gebühr 11,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

4008

Vechta

Leitung Stephanie Triemer
Termin Samstag, 22.03.2025,
9:30 – 11:45 Uhr

Gebühr 11,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!



Babys verstehen von Geburt an: Die Dunstan-Methode für Eltern

Mit fünf universellen Reflexlauten teilen Neugeborene ihre wichtigsten Grundbedürfnisse mit, sodass Eltern schnell und sicher reagieren können. Die Dunstan Babysprache ist einfach zu erlernen, bindungs- und bedürfnisorientiert und sofort wirksam.

4010

Babys verstehen von Geburt an

Leitung Stefanie Kröger
Termin Mittwoch, 12.03.2025,
19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 45,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

4011

Babys verstehen von Geburt an

Leitung Stefanie Kröger
Termin Samstag, 29.03.2025,
9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr 45,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

4012



Mit Babys auf dem Weg zur Sprache/ Babyzeichensprache - Elternworkshop

Kommunikation, der Austausch eigener Gedanken mit der Umwelt ist schon sehr früh ein menschliches Grundbedürfnis. Bis zur verständlichen Lautsprache dienen die Babyzeichen dem Kind als Brücke, seine Wünsche und Gedanken leichter auszudrücken.

Dieser Anfänger-Workshop stellt eine Einführung in die Babyzeichensprache dar. Er vermittelt die Grundzüge und einen Überblick über die wichtigsten Babyzeichen für den Alltag.

Mit Hilfe der großen Auswahl an optionalem Zwergensprache-Lehrmaterial werden die Teilnehmenden in die Lage versetzt, die Babyzeichen anzuwenden und zur Kommunikation mit dem Baby einzusetzen. Abgerundet wird der Workshop durch konkrete Tipps und Empfehlungen, wie die private Einführung der



Onjira Leibe / Shutterstock.com

Babyzeichensprache gelingen kann, um den Alltag und den Weg zur Lautsprache spielerisch zu bereichern.

Zielgruppe: Eltern, Großeltern, Kindertagespflegepersonen und Interessierte

Leitung Britta Schraad
Termin Samstag, 15.03.2025,
9:30 – 12:30 Uhr

Gebühr 38,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

und weiterer nervender Verhaltensweisen in den ersten fünf bis sechs Jahren kann Mütter und Väter ratlos machen. Wenn Eltern jedoch mehr über die tieferen Ursachen des Verhaltens der Kinder wissen, können sie angemessen darauf reagieren. So wird der Familienalltag entlastet, die Eltern-Kind-Bindung gestärkt und die Entwicklung der Kinder gefördert.

Leitung Dr. Erika Butzmann
Termin Samstag, 17.05.2025,
10:00 – 13:15 Uhr

Gebühr 19,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

4014



Wutanfälle und Trennungsängste

Wutanfälle und Trennungsängste haben kleine Kinder häufig. Die Heftigkeit dieser

Weiter mit Bildung!



Mia Studio / Shutterstock.com



HIGHLIGHT

Glück und Leichtigkeit im Mama-Alltag finden

Inmitten des oft hektischen und anspruchsvollen Alltags, den das Mama-Sein mit sich bringt, ist es leicht, sich selbst zu vergessen. Viele kennen das Gefühl, ständig funktionieren zu müssen und hohen Ansprüchen gerecht zu werden. Doch es gibt Wege, diesen Kreislauf zu durchbrechen und ein Leben voller Leichtigkeit, Positivität und Glückseligkeit zu führen.

In diesem Workshop werden genau diese Wege gemeinsam erkundet. Es werden Bausteine vorgestellt, um aus dem Perfektionismus auszubrechen, inneren Druck loszulassen und Vertrauen in sich selbst und das Leben zu gewinnen. Die angewandten Methoden basieren auf wissenschaftlichen Erkenntnissen unter anderem aus der Positiven Psychologie. Diese Workshops können der erste Schritt zu einem neuen Lebensgefühl werden. Mit Unterstützung der Dozentin wird aus dem reinen Funktionieren ausgebrochen, um das Leben in vollen Zügen zu genießen.

4015



Workshop für Mütter in Vechta

Leitung Anna-Lena Burbrink

Termin Donnerstag, 13.02.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 17,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

4016



Workshop für Mütter in Vechta

Leitung Anna-Lena Burbrink

Termin Dienstag, 29.04.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 17,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Weitere Kurse für Visbek finden Sie auf unserer Homepage unter Familientreff

4019



Eltern im digitalen Zeitalter – Online-Kurs

In dem Kurs lernen Eltern, wie sie im digitalen Zeitalter ihre Kinder vor den Risiken von Social Media schützen können. Erfahren Sie, wie verschiedene Social-Media-Plattformen funktionieren und welche Auswirkungen sie auf das Leben Ihrer Kinder haben können.

Leitung Robin Weniger

Termin Dienstag, 01.04.2025,
10:00 – 12:15 Uhr

Gebühr 32,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

Angebote für Eltern und Kinder

Elterntreff

Bei diesen Treffpunkten für Eltern besteht die Möglichkeit, sich in einer entspannten und kinderfreundlichen Umgebung mit anderen Eltern zu treffen und auszutauschen.

Persönliche Erlebnisse und Herausforderungen der Elternschaft können mit anderen Eltern geteilt werden. Dabei können alle Teilnehmenden gegenseitig von den Erfahrungen profitieren und neue Perspektiven und Ideen durch die fachliche Expertise der Dozentin erhalten. Diese steht als Still- und Laktationsberaterin (Ibclc) und Gesundheits- und Krankenpflegerin als Gesprächspartnerin zu Verfügung.

Dozenten-Vorstellung

Anna-Lena Burbrink

Mamas erleben im Alltag oft das Gefühl, ständig funktionieren zu müssen – zwischen endlosen To-Do-Listen, hohen Erwartungen und wenig Zeit für sich selbst. Doch wie wäre es, diesen Kreislauf zu durchbrechen und das Familienleben mit mehr Leichtigkeit und Gelassenheit zu gestalten?



Ich bin **Anna-Lena Burbrink**, zertifizierte systemische Coachin und lege gerne den Fokus darauf, ein positives Mindset zu entwickeln. Mit einer Kombination aus systemischem Coaching und Inhalten aus Positiver Psychologie helfe ich Müttern, Stress zu reduzieren, Selbstvertrauen zu entwickeln und die kleinen Momente im Alltag wieder bewusst zu genießen.

Meine persönliche Mission: Müttern zu zeigen, wie sie mit Zuversicht und innerer Stärke zu einem Leben voller Zufriedenheit und Positivität kommen können.

Familientreff



Knüpfe neue Kontakte in einer offenen und unterstützenden Atmosphäre. Der Elterntreff bietet dir die Gelegenheit, dich mit anderen Eltern zu vernetzen, die ähnliche Lebenssituationen und Interessen teilen.

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

4100

Vechta

Leitung Isabell Herzog

Termin Beginn ist am Freitag, 31.01.2025, 5 Vormittage, jeweils freitags, 10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 25,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4101

Vechta

Leitung Isabell Herzog

Termin Beginn ist am Freitag, 25.04.2025, 5 Vormittage, jeweils freitags, 10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 25,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Angebote zur Baby- und Kindermassage

Baby- und Kindermassage - 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, Decke oder großes Handtuch, Wickelutensilien, mehrere Handtücher, leichte Kleidung für die Erwachsenen

4102

Vechta

Leitung Sandra Moormann

Termin Beginn ist am Freitag, 14.02.2025, 5 Vormittage, jeweils freitags, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4103

Vechta

Leitung Sandra Moormann

Termin Beginn ist am Freitag, 09.05.2025, 5 Vormittage, jeweils freitags, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4104

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag, 07.01.2025, 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

4105

Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Donnerstag, 20.02.2025, 5 Vormittage, jeweils donnerstags, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch

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

4106



Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Freitag, 13.06.2025, 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

4107

Schnupperkurs: Eltern-Kind-Massage – Berührung mit Respekt® Für ein Elternteil mit Kind von 4 bis 8 Jahren

Dieser Schnupperkurs vermittelt einen Einblick in die theoretischen Grundlagen der Kindermassage und ergänzt den theoretischen Input durch kleine praktische Übungen, um vor allem die innige Bindung zueinander zu erfahren. 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.

Gerne bequeme Kleidung und dicke Socken tragen.

Bitte mitbringen: Getränke, Decke oder großes Handtuch für Elternteil und Kind

Leitung Sandra Moormann

Termin Freitag, 28.03.2025, 15:30 – 17:45 Uhr

Gebühr 22,00 €, inkl. Massageöl und Handout

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Weiter mit Bildung!



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 angenehmen warmen Raum können Babys unbedeckt, 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, Wickelutensilien, mehrere Handtücher, leichte Kleidung für die Erwachsenen

4200

Geburtsmonate August und September 2024 - Folgekurs -

Leitung Miriam Nost
Termin Beginn ist am Mittwoch, 29.01.2025, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4201

Geburtsmonate August und September 2024 - Folgekurs -

Leitung Miriam Nost
Termin Beginn ist am Mittwoch, 23.04.2025, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

HIGHLIGHT

Babys in Bewegung – Mit allen Sinnen

Neues Kursangebot in der Kreisvolkshochschule Vechta e.V.: Über Bewegung und Sinneswahrnehmungen wird die Welt von Babys erforscht und erobert. Ab ihrem ersten Tag sind Babys aktiv, neugierig und natürlich lernfähig. Wichtig ist hier, dass die körperliche und geistige Entwicklung gleichermaßen gefördert werden. Eltern haben großen Einfluss auf die Entwicklung ihrer Kinder. Babys sollten die Möglichkeit bekommen Erfahrungen mit allen ihren Sinnen sammeln zu können.

4202

Vechta Geburtsmonate Mai, Juni und Juli 2024 - Folgekurs -

Leitung Lena Haberland
Termin Beginn ist am Montag, 17.02.2025, 10 Vormittage, jeweils montags, 10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Dozenten-Vorstellung

Lena Haberland

Babys seien von Anfang an aktiv, neugierig und lernfähig, sagt Lena Haberland, Dozentin des Kurses „Babys in Bewegung – Mit allen Sinnen“.



In dem neuen Angebot der Kreisvolkshochschule Vechta lernen Eltern, wie sie ihre Babys auf spielerische Weise und dem individuellen Entwicklungsstand entsprechend unterstützen können.

Sie erhalten Tipps zu verschiedenen Anregungen mit alltäglichen Gegenständen, die Babys fördern und begeistern. Ein Austausch zwischen den Eltern ist neben den ersten sozialen Erfahrungen der Babys mit Gleichaltrigen ein fester Bestandteil des Kurses.

Lena Haberland wohnt in Vechta, ist Mutter einer Tochter und seit 2018 in der Kindertagespflege tätig.



DIE KEPPEL GMBH

Ihr Fachgroßhandel für professionelle Pflege- und Reinigungsprodukte



PFLEGEINRICHTUNGEN



GEBÄUDEREINIGER



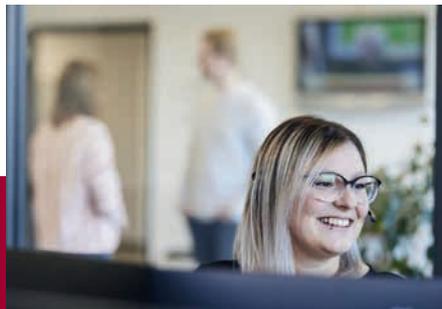
INKONTINENZVERSORGUNG



SCHULEN & KITAS



HOTEL & GASTRONOMIEGEWERBE



Keppel GmbH · Kreisheide 4 · 33790 Halle (Westf.) Tel. 05201 97179-0 info@keppel-gmbh.de

Keppel GmbH · Badberger Straße 19a · 49610 Quakenbrück
Tel. 05431 908942-0 info@keppel-gmbh.de



www.keppel-gmbh.de



4203

Vechta Geburtsmonate Mai, Juni und Juli 2024 - Folgekurs -

Leitung Lena Haberland
Termin Beginn ist am Montag,
24.02.2025, 10 Vormittage,
jeweils montags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4204

Vechta Geburtsmonate Mai, Juni und Juli 2024 - Folgekurs -

Leitung Lena Haberland
Termin Beginn ist am Montag,
19.05.2025, 8 Vormittage,
jeweils montags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 72,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4205

Vechta Geburtsmonate Februar und März 2025

Leitung Lena Haberland
Termin Beginn ist am Montag,
12.05.2025, 10 Vormittage,
jeweils montags,
10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4206

Vechta Geburtsmonate April und Mai 2025

Leitung Lena Haberland
Termin Beginn ist am Montag,
04.08.2025, 10 Vormittage,
jeweils montags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

Bindungsstärkendes Spiel

In diesen Eltern-Kind-Kursen wollen wir nach dem Bindungsbaumkonzept von Gundula Göbel die emotionale Gesundheit von Kindern stärken.

Wir wollen die Gefühle von Kindern und die Gefühlsregulation der Kinder im Spielen wahrnehmen, stärken und gegebenenfalls unterstützen. Hier können wir schon früh Bewältigungsstrategien und Lösungen für die Herausforderungen im Alltag entwickeln - auch und gerade bei belastenden Erfahrungen.

Die Eltern als Spielbegleiter begegnen Kindern auf Augenhöhe bindungsstärkend und bilden einen haltgebenden und sicheren Rahmen für das Spiel. Ihre Motivation und Freude am Spielen prägen die Situationen mit Kindern. Kindliches Spielen braucht Sicherheit, Zeit, sichere Beziehungserfahrungen und ausreichend Freiraum. Das Spielen bietet Kindern Entwicklungschancen und erhält gerade auch in Bildungs- und Bindungsangeboten einen immer höheren Stellenwert. Um nonverbale Botschaften im Spiel zu erkennen, aufzunehmen und entwicklungs- und bindungsstärkend begleiten zu können, braucht es die Feinfühligkeit des Spielbegleiters.

Die Angebote in den Kursen richten sich nach dem jeweiligen Alter der Kinder und bauen dann aufeinander auf.

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

4208

Vechta Geburtsmonate Februar, März und April 2024 - Folgekurs -

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Dienstag,
14.01.2025, 5 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 45,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

Weiter mit Bildung!

4209

Vechta Geburtsmonate Oktober und November 2024

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Dienstag,
14.01.2025, 10 Vormittage,
jeweils dienstags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 80,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4210

Vechta Geburtsmonate Oktober und November 2024- Folgekurs -

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Dienstag,
08.04.2025, 10 Vormittage,
jeweils dienstags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 90,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4211

Vechta Geburtsmonate Dezember 2024 und Januar 2025

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Dienstag,
04.03.2025, 10 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 80,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4212

Vechta Geburtsmonate Dezember 2024 und Januar 2025 - Folgekurs -

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Dienstag,
27.05.2025, 10 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 90,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3



Eltern-Kind-Gruppen

Den Eltern-Kind-Gruppen in 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 unbedeutend im angenehm warmen Raum bewegen und so sich selbst und die Berührungen der Eltern ungehindert wahrnehmen.

Die Kursleiterin setzt dabei auch auf Alltagsmaterial, so experimentieren schon die Kleinsten. Sie 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 Referentin.



Kzeanon / Shutterstock.com



Weitere Kurse finden Sie auf unserer Homepage unter Familientreff!

4213

Visbek
Geburtsmonate März und April 2024
- Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag, 28.02.2025, 10 Vormittage, jeweils freitags, 8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4214

Visbek
Geburtsmonate Mai und Juni 2024
- Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag, 17.03.2025, 10 Vormittage, jeweils montags, 10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4215

Visbek
Geburtsmonate Juli und August 2024 - Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Donnerstag, 27.02.2025, 10 Vormittage, jeweils donnerstags, 10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4216

Visbek
Geburtsmonate Juli und August 2024 - Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Donnerstag, 05.06.2025, 10 Vormittage, jeweils donnerstags, 10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4217

Visbek
Geburtsmonate September und Oktober 2024 - Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag, 10.03.2025, 10 Vormittage, jeweils montags, 8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4218

Visbek
Geburtsmonate September und Oktober 2024 - Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag, 16.06.2025, 10 Vormittage, jeweils montags, 8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6



4219



Visbek Geburtsmonate November und Dezember 2024

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag,
07.02.2025, 10 Vormittage,
jeweils freitags,
10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 80,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4220



Visbek Geburtsmonate November und Dezember 2024 - Folgekurs -

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag,
16.05.2025, 10 Vormittage,
jeweils freitags,
10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4221



Visbek Geburtsmonate Januar und Februar 2025

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Donnerstag,
03.04.2025, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 80,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4222



Visbek Geburtsmonate März und April 2025

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag,
16.06.2025, 10 Vormittage,
jeweils montags,
10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4223



Visbek Geburtsmonate Mai und Juni 2025

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag,
08.08.2025, 10 Vormittage,
jeweils freitags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

Lernen durch Spielen

Lernen durch Spielen Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 10 Mona- ten bis 2 Jahren

Kinder (ab 10 Monaten) 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.

4300

Vechta

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Donnerstag,
23.01.2025, 8 Nachmittage,
jeweils donnerstags,
15:30 – 17:00 Uhr
Gebühr 72,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4302



Visbek

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch,
08.01.2025, 10 Vormittage,
jeweils mittwochs,
10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 87,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4303



Visbek

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch,
26.03.2025, 10 Vormittage,
jeweils mittwochs,
10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4304



Visbek

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch,
18.06.2025, 10 Vormittage,
jeweils mittwochs,
10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4305



Visbek

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag,
28.01.2025, 10 Vormittage,
jeweils dienstags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 90,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

Ist die Mindestteilnehmeranzahl **5 Tage vor Kursbeginn**
nicht erreicht, müssen wir den Kurs leider absagen.

!!! Melden Sie sich rechtzeitig an !!!



4306



Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag,
22.04.2025, 10 Vormittage,
jeweils dienstags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 90,00 €

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



Oksana Kuzmina / Shutterstock.com

Bewegungsangebote

Miniturnen

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: luftige Kleidung, Stoppsocken oder barfuß für die Kinder, Sportschuhe für die Begleitpersonen, ausreichend Getränke

Zielgruppe: Eltern/Bezugspersonen mit Kindern von 10 bis 24 Monaten

4400

Miniturnen - Am Vormittag Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 10 bis 18 Monaten

Leitung Sandra Lupfer

Termin Beginn ist am Mittwoch,
29.01.2025, 10 Vormittage,
jeweils mittwochs,
10:15 – 11:15 Uhr

Gebühr 49,50 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Gymnastikhalle, Bürgermeister-
Möller-Platz 1, 49377 Vechta

4401

Miniturnen - Am Vormittag Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 10 bis 18 Monaten

Leitung Sandra Lupfer

Termin Beginn ist am Mittwoch,
23.04.2025, 10 Vormittage,
jeweils mittwochs,
10:15 – 11:15 Uhr

Gebühr 49,50 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Gymnastikhalle, Bürgermeister-
Möller-Platz 1, 49377 Vechta

4402

Miniturnen - Am Nachmittag Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 11 bis 18 Monaten

Leitung Nicole Festerling

Termin Beginn ist am Mittwoch,
22.01.2025, 10 Nachmittage,
jeweils mittwochs,
16:00 – 16:45 Uhr

Gebühr 50,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Gymnastikhalle, Bürgermeister-
Möller-Platz 1, 49377 Vechta

4403

Miniturnen - Am Nachmittag Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 11 bis 18 Monaten

Leitung Nicole Festerling

Termin Beginn ist am Mittwoch,
23.04.2025, 10 Nachmittage,
jeweils mittwochs,
16:00 – 16:45 Uhr

Gebühr 50,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Gymnastikhalle, Bürgermeister-
Möller-Platz 1, 49377 Vechta

4404

Miniturnen - Am Nachmittag Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 12 bis 24 Monaten

Leitung Nicole Festerling

Termin Beginn ist am Mittwoch,
22.01.2025, 10 Nachmittage,
jeweils mittwochs,
17:00 – 17:45 Uhr

Gebühr 50,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Gymnastikhalle, Bürgermeister-
Möller-Platz 1, 49377 Vechta

4405

Miniturnen - Am Nachmittag Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 12 bis 24 Monaten

Leitung Nicole Festerling

Termin Beginn ist am Mittwoch,
23.04.2025, 10 Nachmittage,
jeweils mittwochs,
17:00 – 17:45 Uhr

Gebühr 50,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Gymnastikhalle, Bürgermeister-
Möller-Platz 1, 49377 Vechta

Weiter mit Bildung!



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

Beim Eltern-Kind-Turnen können Kinder (1 bis 2 Jahre) erste Bewegungserfahrungen in der Turnhalle machen. Hier krabbeln und klettern die Kinder auf und über Kästen, Matten und einfache Parcours. Begleitet von den Eltern meistern sie diese Erfahrungen und lernen sich und ihre motorischen Fähigkeiten besser kennen. Das Eltern-Kind-Turnen bietet den Bezugspersonen (Eltern, Großeltern, Kindertagespflegepersonen etc.) und Kindern die optimalen inhaltlichen Rahmenbedingungen, um neue Gleichgewichte zwischen der Förderung des Bindungsverhaltens und des Entdeckungswunsches (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.

Bälle, Tücher und andere Materialien laden zum Spielen, Toben und Ausprobieren ein. Ein gemeinsamer Start und Abschluss mit Fingerspielen vervollständigt die Turnstunde.

Die Kinder benötigen bequeme Kleidung (wie kurze Hosen oder Leggings), damit sie sich optimal bewegen können. Turnen können sie barfuß oder auf Stoppersocken.

Voraussetzung für die Teilnahme ist, dass ihr Kind bereits laufen kann.

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

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

Zielgruppe: Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 1 bis 2 Jahren, die bereits laufen können

4406

Vechta Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 1 bis 2 Jahren, die bereits laufen können

Leitung Marlena Lemke

Termin Beginn ist am Montag,
13.01.2025, 10 Nachmittage,
jeweils montags,
16:45 – 17:45 Uhr

Gebühr 58,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Gymnastikhalle, Bürgermeister-
Möller-Platz 1, 49377 Vechta

Weiter mit Bildung!



4407

Vechta Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 1 bis 2 Jahren, die bereits laufen können

Leitung Marlena Lemke

Termin Beginn ist am Montag,
28.04.2025, 9 Nachmittage,
jeweils montags,
16:45 – 17:45 Uhr

Gebühr 52,20 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Gymnastikhalle, Bürgermeister-
Möller-Platz 1, 49377 Vechta

Säuglings- und Kleinkinderschwimmen

Säuglingsschwimmen in Langförden und Bakum

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

Es kann nur jeweils eine Bezugsperson pro Kind pro Termin teilnehmen.

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

Zielgruppe: Eltern/Bezugsperson mit Kind von 3 bis 18 Monaten

4500

Langförden Für Eltern/Begleitpersonen mit Kind von 6 bis 12 Monaten

Leitung Sandra Lupfer

Termin Beginn ist am Samstag,
25.01.2025, 10 Termine,
jeweils samstags,
8:45 – 9:30 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Langförden, Schwimmbad,
Schulstraße 2



HIGHLIGHT

4504

Bakum Für Eltern/Begleitpersonen mit Kind von 3 bis 18 Monaten

Leitung Barbara Pohl
Termin Beginn ist am Donnerstag,
 16.01.2025, 5 Termine,
 jeweils donnerstags,
 10:30 – 11:15 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Bakum, Hallenbad, Schulstr. 1

4506

Bakum Für Eltern/Begleitpersonen mit Kind von 3 bis 18 Monaten

Leitung Barbara Pohl
Termin Beginn ist am Donnerstag,
 16.01.2025, 5 Termine,
 jeweils donnerstags,
 11:15 – 12:00 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Bakum, Hallenbad, Schulstr. 1

4507

Bakum Für Eltern/Begleitpersonen mit Kind von 3 bis 18 Monaten

Leitung Barbara Pohl
Termin Beginn ist am Donnerstag,
 27.02.2025, 5 Termine,
 jeweils donnerstags,
 11:15 – 12:00 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Bakum, Hallenbad, Schulstr. 1

4505

Bakum Für Eltern/Begleitpersonen mit Kind von 3 bis 18 Monaten

Leitung Barbara Pohl
Termin Beginn ist am Donnerstag,
 27.02.2025, 5 Termine,
 jeweils donnerstags,
 10:30 – 11:15 Uhr
Gebühr 75,00 €
Ort Bakum, Hallenbad, Schulstr. 1



Familientreff

4501

Langförden Für Eltern/Begleitpersonen mit Kind von 6 bis 12 Monaten

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Samstag,
 26.04.2025, 10 Termine,
 jeweils samstags,
 8:45 – 9:30 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad,
 Schulstraße 2

4502

Langförden Für Eltern/Begleitpersonen mit Kind von 6 bis 12 Monaten

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Samstag,
 25.01.2025, 10 Termine,
 jeweils samstags,
 9:35 – 10:20 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad,
 Schulstraße 2

4503

Langförden Für Eltern/Begleitpersonen mit Kind von 6 bis 12 Monaten

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Samstag,
 26.04.2025, 10 Termine,
 jeweils samstags,
 9:35 – 10:20 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad,
 Schulstraße 2



Kleinkinderschwimmen

In diesen Kursen sollen Kinder (von 1 bis 3 Jahren) mit ihren Eltern an das Element Wasser herangeführt werden. Durch Spiel- und Singanregungen soll die Entwicklung unterstützt und die Bewegungsfreude gefördert werden.

Gemeinsame Wassererfahrungen intensiviert die Eltern-Kind-Bindung und fördert durch frühzeitigen Kontakt zu Gleichaltrigen die kindliche Entwicklung. Das Erlernen unterschiedlicher Halletechniken und das Singen von Liedern ergänzt das Angebot.

Es kann nur jeweils eine Bezugsperson pro Kind pro Termin teilnehmen.

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

4508

Langförden Für Eltern/Begleitpersonen mit Kind von 1 bis 2 Jahren

Leitung Sandra Lupfer

Termin Beginn ist am Samstag,
25.01.2025, 10 Termine,
jeweils samstags,
10:25 – 11:10 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Langförden, Schwimmbad,
Schulstraße 2

4509

Langförden Für Eltern/Begleitpersonen mit Kind von 1 bis 2 Jahren

Leitung Sandra Lupfer

Termin Beginn ist am Samstag,
26.04.2025, 10 Termine,
jeweils samstags,
10:25 – 11:10 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Langförden, Schwimmbad,
Schulstraße 2

4510

Langförden Für Eltern/Begleitpersonen mit Kind von 2 bis 3 Jahren

Leitung Sandra Lupfer

Termin Beginn ist am Samstag,
25.01.2025, 10 Termine,
jeweils samstags,
11:15 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Langförden, Schwimmbad,
Schulstraße 2

4511

Langförden Für Eltern/Begleitpersonen mit Kind von 2 bis 3 Jahren

Leitung Sandra Lupfer

Termin Beginn ist am Samstag,
26.04.2025, 10 Termine,
jeweils samstags,
11:15 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Langförden, Schwimmbad,
Schulstraße 2

Musikangebote

MusiKüsschen

Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 6 Monaten bis 2 Jahren

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

Man kann gar nicht früh genug anfangen, Kinder an Musik zu gewöhnen.

Für die positiven Effekte von Musik (Förderung der kognitiven und motorischen Entwicklung, Abbau von Spannung etc.), ist die Auswahl der Musikstücke nicht beliebig. Die Erwachsenen werden durch das Einüben und Wiederholen unterschiedlicher Musikstücke in die Lage versetzt, Musik aus dem Kurs im Alltag situations- und altersangemessen einzusetzen, sodass sich Musizieren zu einem festen Bestandteil des Familienlebens entwickeln kann. Mit Sing-, Bewegungs- und Fingerspielen mit und ohne Material (Trommeln, Rasseln, Spielzeug uvm) wird Musik mit den Teilnehmenden gemeinsam ausprobiert. Die Erwachsenen erfahren gemeinsam mit den Kindern das Singen und Musizieren in der Gruppe als zusätzliche Kontaktmöglichkeit neben einer rein verbalen Kommunikation. Durch Musik sind Gefühle transportierbar. Eine wertvolle Erfahrung gerade auch mit Kindern, die die verbale Kommunikation erst entdecken.

Zielgruppe: Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 6 Monaten bis 2 Jahren

4600

Vechta

Leitung Regina Janßen

Termin Beginn ist am Mittwoch,
29.01.2025, 9 Vormittage,



SpeedKingz / Shutterstock.com

Weiter mit Bildung!



jeweils mittwochs,
8:45 – 9:30 Uhr

Gebühr 39,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4601

Vechta

Leitung Regina Janßen

Termin Beginn ist am Mittwoch,
23.04.2025, 10 Vormittage,
jeweils mittwochs,
8:45 – 9:30 Uhr

Gebühr 44,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

Wir machen Musik – Alle Kinder sind musikalisch! Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 6 Monaten bis 3 Jahren

Durch Singen, Musizieren, Bewegen und Musikhören wird die natürliche musikalische Veranlagung der Kinder geweckt und entwickelt. Die Begleitung der Kinder durch ein Elternteil/eine Bezugsperson

sorgt dafür, dass die Kleinen sich geborgen fühlen und durch Nachahmung ihr eigenes Musikgefühl entdecken.

Es werden viele Anregungen gegeben und ausprobiert, wie Musik ein wichtiger und schöner Bestandteil des Alltags sein kann. Spaß und Freude, die Entdeckung der eigenen Stimme, die Entwicklung eines Körperbewusstseins, Entspannung und zufriedene Babys bzw. Kleinkinder stehen dabei an erster Stelle. Die Kinder sollen ohne Leistungserwartungen die Gelegenheit bekommen, Musik aufzunehmen und selbst zu gestalten.

Langzeitstudien bestätigen inzwischen den positiven Einfluss von Musikerziehung auf die ganzheitliche Entwicklung des Kindes - auf die musikalische Begabung, das Sozialverhalten und das Lernen.

In einem „Wir machen Musik“-Kurs kommen in der Regel acht Eltern-Kind-Paare zusammen. Die Dozentin hat die Ausbildung zur Musikgarten®-Kursleiterin am Mainzer Institut für elementare Musikerziehung absolviert und wird diese sowie andere musikalische und pädagogische Konzepte und Erfahrungen in die individuelle Gestaltung der Kurse einfließen lassen.

4602



Visbek

Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 6 bis 18 Monaten

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch,
12.02.2025, 8 Vormittage,
jeweils mittwochs,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 72,50 €

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

4603



Visbek

Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 6 bis 18 Monaten

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch,
23.04.2025, 8 Vormittage,
jeweils mittwochs,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 72,50 €

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

4604



Visbek

Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 6 bis 18 Monaten

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag,
11.03.2025, 8 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 72,50 €

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

4605



Visbek

Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 6 bis 18 Monaten

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag,
20.05.2025, 8 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 72,50 €

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



Oksana Kuzmina / Shutterstock.com



Angebote für Kinder und Jugendliche

4800

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

Leitung Erika Ellers
Termin Donnerstag, 10.04.2025, 9:00 – 12:30 Uhr
Freitag, 11.04.2025, 9:00 – 12:30 Uhr
Gebühr 39,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4606



Visbek Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 18 Monaten bis 3 Jahren

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 11.02.2025, 17 Nachmittage, jeweils dienstags, 15:00 – 15:45 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4609



Visbek Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 18 Monaten bis 3 Jahren

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 12.02.2025, 17 Nachmittage, jeweils mittwochs, 15:00 – 15:45 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4607



Visbek Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 18 Monaten bis 3 Jahren

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 11.02.2025, 17 Nachmittage, jeweils dienstags, 16:00 – 16:45 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4610



Visbek Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 18 Monaten bis 3 Jahren

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 12.02.2025, 17 Nachmittage, jeweils mittwochs, 16:00 – 16:45 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4608



Visbek Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 18 Monaten bis 3 Jahren

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 11.02.2025, 17 Nachmittage, jeweils dienstags, 17:00 – 17:45 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4611



Visbek Für Eltern/Begleitpersonen mit Kindern von 18 Monaten bis 3 Jahren

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 12.02.2025, 17 Nachmittage, jeweils mittwochs, 17:00 – 17:45 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6





Kreativangebote

HIGHLIGHT

4900

Acryl-Pouring Eltern-Kind-Kurs ab 3 Jahren Ein gemeinsames kreatives Erlebnis!

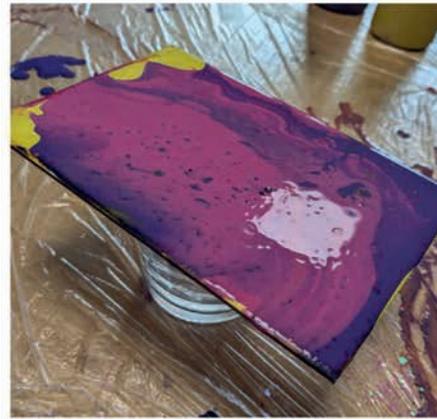
Erlebt zusammen, wie Farben zum Leben erwachen, über Leinwände fließen und dabei wahre Kunstwerke entstehen lassen. Mit verschiedenen Techniken lernt ihr, die Farben frei und fließend zu gießen- ein Abenteuer, bei dem ihr einander inspirieren und eure kreative Seite entfalten könnt. Dieses kreative Erlebnis stärkt die Fantasie und auch die Bindung zwischen Eltern und Kind, während ihr gemeinsam Spaß habt und einzigartige Erinnerungen schafft. Taucht ein in die farbenfrohe Welt des Acryl-Pourings.

Leitung Florinda und Fjolla Mucaj

Termin Samstag, 15.02.2025,
15:00 – 17:00 Uhr

Gebühr 22,00 €, inkl. Materialkosten, Schutzkleidung, Snacks und Getränken

Ort F & F Artstudio
Münsterstr. 39
49377 Vechta



4901



Visbek Acryl-Pouring Eltern-Kind-Kurs ab 3 Jahren Ein gemeinsames kreatives Erlebnis!

Leitung Florinda und Fjolla Mucaj

Termin Samstag, 15.03.2025,
15:00 – 17:00 Uhr

Gebühr 22,00 €, inkl. Materialkosten, Schutzkleidung, Snacks und Getränken

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

Weiter mit Bildung!

Kreatives Nähen Für Kinder ab 10 Jahren

In diesen Workshops wird die Kunst des Upcyclings vermittelt. Die Teilnehmenden probieren beispielsweise Stoffe wiederzuverwenden, um einzigartige Stücke zu schaffen. Die Dozentin zeigt den Umgang mit einer Nähmaschine und wie das Zuschneiden gemeistert werden kann. Die Teilnehmenden sollen ihre Kreativität mit Nadel und Faden entfalten. Es können individuelle Kissen, stylische Umhängetasche, praktische Utensilien-Boxen oder sogar eigene Kuschtiere- alles nachhaltig und umweltfreundlich – kreiert und genäht werden.

Bitte mitbringen: Nähmaschine (nur wenn auch damit gearbeitet werden soll), Nähadeln, Stecknadeln, Nähgarn, Schere, Stoffreste, Knöpfe zum Dekorieren, evtl. bunte Webbänder.

Zielgruppe: Kinder ab 10 Jahren

4902

Kreatives Nähen

Leitung Maria Eilermann

Termin Beginn ist am Mittwoch,
12.02.2025, 10 Nachmittage,
jeweils mittwochs,
16:30 – 18:00 Uhr

Gebühr 77,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4903

Kreatives Nähen

Leitung Maria Eilermann

Termin Beginn ist am Mittwoch,
21.05.2025, 10 Nachmittage,
jeweils mittwochs,
16:30 – 18:00 Uhr

Gebühr 77,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3



Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



Einfach machen.



Schulische Bildung



Ulrike Ripke

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



Tanja Höhle

Tel.: 04442 / 93708-14
t.hoehle@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, Physik 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 2026 vor der Landesschulbehörde Osnabrück abgelegt. Voraussetzung: Die Schulpflicht wurde bereits erfüllt. Gesamtkosten 750,00 € (in Raten zahlbar).



Weitere Informationen:
Tanja Höhle Tel.: 044 42/93 708-14

Wir bitten um eine schriftliche Anmeldung für einen Eignungstest mit Lebenslauf und Zeugniskopien! **Einstufungstest am 11.02.25 oder 13.02.25**

Leitung Tanja Höhle
Termin Beginn ist am Mi., 20.08.2025, Mo. - Fr. 08:00-13:00 Uhr
Gebühr 750,00 €
Ort Lohne, Kreisvolkshochschule, Lindenstraße 49

Teilnehmende der Berufsvorbereitenden Bildungsmaßnahme sind zu Besuch bei Pöppelmann und Semcoglas

Firmenbesichtigungen geben Jugendlichen Einblick in Berufe und Ausbildungsmöglichkeiten

Lohne/Vechta – Elf Jugendliche, die zurzeit an der Berufsvorbereitenden Bildungsmaßnahme (BvB) teilnehmen, und zwei Lehrkräfte besuchten kürzlich die Firmen Pöppelmann in Lohne und Semcoglas in Vechta. „Die Betriebsbesichtigungen dienen dazu, einen Einblick in unterschiedliche Betriebe und Ausbildungsberufe zu erhalten“, erläutert Sylvia Wessel, die die BvB-Maßnahmen leitet.

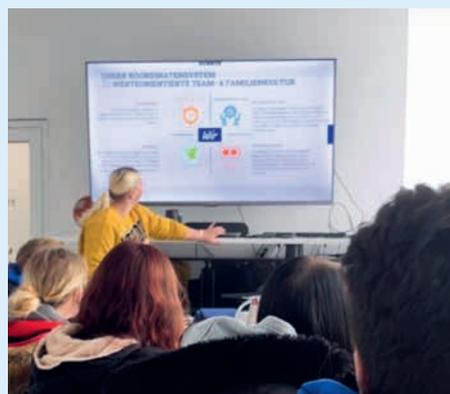
In der BvB-Maßnahme bereiten sich Jugendliche und junge Erwachsene, die ihre Schulpflicht bereits erfüllt haben, darauf vor, ihren Abschluss nachzuholen. Zusätzlich werden sie von den Bildungsbegleitern, zu denen neben Sylvia Wessel noch Sandra Mix gehört, auf die Arbeitswelt vorbereitet. Das umfasst Bewerbungstrainings ebenso wie Praktika in unterschiedlichen Berufsfeldern, wie Metallbau, Logistik, Büromanagement, Mediengestaltung, Pflege, Erzieherin oder Medizinisch Technische Assistenz. Betriebsbesichtigungen und Firmenbesuche sind ein weiterer wichtiger

Baustein. Das Team der BvB-Maßnahme arbeitet dafür mit einem Netzwerk von Betrieben zusammen, zu denen auch die Unternehmen Pöppelmann und Semcoglas gehören. Die Firmen profitieren davon, indem sie Kontakt zu potenziellen Auszubildenden erhalten.

Die beiden besuchten Firmen boten eine informative Power-Point-Präsentation mit einer anschließenden Betriebsbesichtigung. Auszüge aus der Geschichte der Unternehmen, Erklärungen einzelner Arbeitsvorgänge, Themen wie die Um-

setzung von Nachhaltigkeit und des Klimaschutzes und natürlich Arbeits- und Ausbildungsmöglichkeiten wurden den Jugendlichen vorgestellt. Besonders fasziniert zeigten sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von dem Einsatz der Maschinen in der Produktion.

Die Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme wird von der Agentur für Arbeit als Maßnahmenträger und in Kooperation mit der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. und dem Ludgerus-Werk e.V. Lohne als Bildungsträger durchgeführt.



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



GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

vhs

Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



**Erweitere deine
Kompetenz.**



Berufliche Bildung

Pädagogik	70
Fortbildungen nur für Kindertagespflege- personen aus Vechta und Visbek	70
Aufbauqualifizierung für Kindertagespflege- personen aus dem Landkreis Vechta	73
vhsConcept	74
EDV	75
Wirtschaft	79
Gesundheit	80
Fortbildungen für Medizinische/ Zahnmedizinische Fachangestellte	82



Berufliche Bildung



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



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

6021

Kommunikation in der Elternarbeit

An diesem Abend möchte die Dozentin anhand praktischer Beispiele und verschiedener Methoden das Thema „Kommunikation“ in unterschiedlichen Facetten erarbeiten. Die Adressaten der Kommunikation, Eltern oder Tageskinder, werden dabei gesondert betrachtet. Die hohe Wertigkeit der Kommunikation für eine gute Zusammenarbeit mit den Eltern wird verdeutlicht. Während der Veranstaltung soll erarbeitet werden, dass auch Konfliktgespräche positiv geführt werden können und sollten. Fallbeispiele der Teilnehmenden sind willkommen.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

- Ziel:**
- Kennenlernen unterschiedlicher Methoden aus dem Bereich Kommunikation
 - Stellenwert von Selbstreflexion in der Arbeit erkennen

Leitung Erika Ellers
Termin Mittwoch, 12.02.2025, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Pädagogik

HIGHLIGHT

6010

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 2025
Gebühr Gebühr in Absprache mit den zuständigen Kommunen
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Fortbildungen nur für Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Anmeldungen sind nur telefonisch **ab dem 07.01.2025, ab 10:00 Uhr** über das Kindertagespflegebüro unter 04441-93778-18 möglich.

6020

Erkennen von Entwicklungsverzögerungen

Wir möchten uns unter anderem mit folgenden Themen beschäftigen: ab wann gilt ein Kind als entwicklungsverzögert, wie kann das erkannt und was dann getan werden, welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es? Anhand von Fallbeispielen soll erarbeitete Theorie mit der Praxis verknüpft werden.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

- Ziel:**
- Mehr Sicherheit im Umgang mit Kindern und Eltern
 - Entwicklungspsychologische Grundlagen kennenlernen und vertiefen
 - Erkennen von Entwicklungsauffälligkeiten
4. Unterstützungssysteme kennenlernen, um sie einsetzen zu können

Leitung Sandra Bolles
Termin Samstag, 18.01.2025, 9:00 – 14:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



Weiter mit Bildung!

Berufliche Bildung

Als Tagesmutter oder Tagesvater selbstständig machen

Nächster Kurs „Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson“ startet im Frühjahr 2025

Das Kindertagespflege-Team der Kreisvolkshochschule Vechta e. V. plant im neuen Semester wieder einen „Qualifizierungslehrgang für Kindertagespflegepersonen“. Frauen und Männer, die sich für eine Tätigkeit als Tagesmutter bzw. Tagesvater interessieren, können sich beim Kindertagespflege-Team unter der Telefonnummer 044 41/93 778-18 anmelden.

Der Qualifizierungslehrgang bereitet die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf die Arbeit als Kindertagespflegeperson vor. Der Kurs umfasst 160 Stunden. Ein Dozententeam wird den angehenden Tagesmüttern und -vätern die pädagogischen Grundlagen sowie die rechtlichen und finanziellen Voraussetzungen für eine Kinderbetreuung vermitteln. Nach dem erfolgreichen Abschluss des Kurses erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer das Zertifikat „Qualifizierte Kindertagespflegeperson“ des Bundesverbandes für Tagespflege. Das Zertifikat ist

die Voraussetzung, um eine Pflegeerlaubnis zu erhalten und als Kindertagespflegeperson arbeiten zu dürfen.

Das Kindertagespflege-Team der Kreisvolkshochschule Vechta e. V. ist die zentrale Anlaufstelle für die Qualifizierung, Fortbildung und Vermittlung von Tagesmüttern und -vätern in den Nordkreis-Kommunen Vechta und Visbek. Umfassende Informationen für Kindertagespflegepersonen und solche, die es werden wollen, sowie für Eltern und für Unternehmen sind auch im Internet unter www.kvhs-vechta.de zu finden.

Das Team der Kindertagespflege an der Kreisvolkshochschule ist die Zentrale Anlaufstelle für die Qualifizierung, Fortbildung und Vermittlung von Tagesmüttern und Tagesvätern in den Nordkreis-Kommunen Vechta und Visbek. Von links: Bianca Senouwoe, Bettina Espegale, Maria Hopping-Warneck und Gabriele Deters.





6022

Selbstmitgefühl und Stressbewältigung

Das Leben in der Kinderbetreuung ist voller Freude, aber auch voller Herausforderungen. Zwischen der liebevollen Betreuung der Kinder, der Planung und Organisation des Alltags und den vielen kleinen, unvorhergesehenen Momenten bleibt oft wenig Raum für das eigene Wohlbefinden. In dieser Fortbildung soll es um Wege gehen, sich selbst mit derselben Fürsorge zu begegnen, die den zu betreuenden Kindern entgegengebracht wird.

In einer Kombination aus fundiertem Hintergrundwissen und alltagstauglichen Übungen entdecken die Teilnehmenden, wie sie ihre Stressoren bewusst wahrnehmen und verstehen und wie Selbstmitgefühl helfen kann, gelassener und stärker durch den Alltag zu gehen. Die Teilnehmenden erfahren so, wie sie sich selbst stärken können, um weiterhin mit Herz und Energie für die Kinder da zu sein - ohne sich dabei selbst zu verlieren.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel:

- die mentale Gesundheit stärken
- das Positive im beruflichen Alltag erkennen

Leitung Anna-Lena Burbrink

Termin Samstag, 01.03.2025, 9:00 – 12:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6023



Bindungsstärkendes Spiel nach Gundula Göbel

An diesem Abend erläutert die Dozentin die Grundlage des Bindungsstärkenden Spiels nach dem Bindungsbaum-Konzept von Gundula Göbel „Die Emotionale Gesundheit von Kindern stärken“.

Das Spielen bietet Kindern Entwicklungschancen und erhält gerade auch in Bildungs- und Bindungsangeboten einen immer höheren Stellenwert. Kindliches Spielen braucht Sicherheit, Zeit, sichere Beziehungserfahrungen und ausreichend Freiraum.

Die bindungsstärkenden und unterschiedlichen Facetten des Spielens werden dar-

gestellt. Themen werden zusätzlich die nonverbalen Botschaften des Kindes sein und wie sie verstanden werden können. Ebenso wird die Bedeutung des Spielens für die emotionale Gesundheit von Kindern erörtert und einige Spielsituationen beleuchtet und erlebbar gemacht. Diese Sichtweise auf das Spielen ermöglicht Erwachsenen einen anderen Blick auf das Kind sowie die Möglichkeit eine andere Bindung zu dem Kind aufzubauen.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel:

- Kenntnisse des Bindungsbaum-Konzepts von Gundula Göbel
- Rückblickende kritische Betrachtung vergangener Spielsituationen bis zum eigenen Spielverhalten
- Kenntnisse über Planung und Durchführung aktueller Spielangebote
- Kenntnisse über sinnvolle zukünftige Spielsettings

Leitung Sandra Moormann

Termin Mittwoch, 12.03.2025, 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6024



Die Welt der Montessori-Pädagogik und Montessori-Aktionstabletts

In dieser Fortbildung beschäftigen wir uns mit der Montessori-Pädagogik im Allgemeinen und der Idee der Aktionstabletts im Speziellen.

Montessori-Aktionstabletts sind flexible, transportable Tablettts, die je nach Bedürfnissen und Entwicklungsstand jedes Kindes vorbereitet sind und immer wieder anders gestaltet werden können. Das Tablett beinhaltet immer eine besondere Aktion mit den dazugehörigen Materialien. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf! Die Dozentin bringt ihre Erfahrung aus den Eltern-Kind-Gruppen mit, in denen sie verschiedene Materialien und Methoden getestet hat, die speziell für Gruppen und Kindern ab einem Jahr geeignet sind. Im zweiten Teil des Abends werden einfache Ideen direkt zum Mitnehmen umgesetzt.

Tauschen Sie sich mit anderen Teilnehmenden aus, teilen Sie Ihre Erfahrungen und sammeln Sie neue Ideen für die Umsetzung in der Praxis.

Bitte mitbringen: Kleingeld für Materialkosten 2 €

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel:

- Kennenlernen der Pädagogik von M. Montessori
- Kennenlernen des Montessori-Aktionstabletts
- Ideensammlung für die Umsetzung in die Praxis

Leitung Linda Hoge

Termin Donnerstag, 03.04.2025, 18:30 – 21:30 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

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

6025



Musizieren mit Kindern

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 Musizierens

Leitung Linda Hoge

Termin Dienstag, 06.05.2025, 18:30 – 21:30 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos!

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





Vernetzungstreffen für Kindertagespflegepersonen

Ein Treffpunkt für alle aktiven Kindertagespflegepersonen, die zu Hause betreuen. 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 Bettina Espelage
Termin Dienstag, 28.01.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

6031

Vernetzungstreffen in Vechta

Leitung Bianca Senouwoe
Termin Dienstag, 25.03.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6032

Vernetzungstreffen in Vechta

Leitung Bettina Espelage
Termin Dienstag, 03.06.2025,
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 Hoping-Warcking
Termin Montag, 27.01.2025,
19:00 – 21:15 Uhr
Montag, 24.03.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Montag, 02.06.2025,
19:00 – 21:15 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 Hoping-Warcking
Termin Mittwoch, 14.05.2025,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta. GTP

6035

Vernetzungstreffen

Leitung Bettina Espelage
Termin Mittwoch, 14.05.2025,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta. GTP

6036

Vernetzungstreffen

Leitung Bianca Senouwoe
Termin Mittwoch, 14.05.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta. GTP

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

Aufbauqualifizierung für Kindertagespflegepersonen aus dem Landkreis Vechta

Anmeldungen sind nur telefonisch **ab dem 09.12.2024, 10:00 Uhr** über das Kindertagespflegebüro unter 04441-93778-18 möglich.

6060



Erziehungspartnerschaft - HF 1

Die Erziehungspartnerschaft mit den Eltern der Tageskinder ist ein wichtiger Bestandteil der Arbeit von KTRP, damit die Förderung der Kinder gelingen kann. Was dabei zu beachten ist und welche psychologischen Kenntnisse dafür hilfreich sind, ist Inhalt des Seminars: Wie kann der partnerschaftliche Umgang mit den Familien dazu führen, gemeinsame Bildungs- und Erziehungsziele abzustimmen? Wie lässt sich die Situation eines Kindes wertschätzend darstellen und wie kann ein eigener klarer Standpunkt vertreten werden? Darüber hinaus wird die Möglichkeit erörtert, wie ein Elternabend gestaltet werden kann.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen

Leitung Dr. Erika Butzmann
Termin Samstag, 29.03.2025,
10:00 – 13:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1





6061



Übergänge gestalten - HF 10 Wie kann eine gute Eingewöhnung gelingen?

Gelingt es die Ankommzeit sensibel, achtsam und bedürfnisorientiert zu gestalten, prägt diese Erfahrung alle Übergänge, die das Kind in seinem weiteren Leben erfährt, in positiver Weise.

Aus diesem Grund ist es wichtig, Kindern und Eltern einen Raum zu bieten, wo sie Ankommen dürfen und Sicherheit finden. Kinder und Eltern sollten in dieser Zeit mit besonderem Augenmerk begleitet werden. Es ist eine wichtige Aufgabe.

Welche Voraussetzungen notwendig sind und welche Eingewöhnungsmodelle es gibt und was zu tun ist, wenn es in der Eingewöhnung stockt, soll Ziel des Kurses sein.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen

Ziel:

- Kennenlernen von Modellen und Methoden wie die Eingewöhnung gut begleitet werden kann
- Einstieg in die Kindertagespflege für Kinder und Eltern achtsam und bedürfnisorientiert gestalten
- Eine starke Partnerschaft mit Eltern aufbauen - Eingewöhnung für Eltern transparent machen

Leitung Birgit Griefing

Termin Mittwoch, 26.03.2025, 17:30 – 20:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6062



Förderung der Sozialkompetenz - HF 15 Sozialkompetenzen durch Bewegung stärken und fördern

Bewegung ist die Grundlage des Lernens. An diesem Vormittag haben wir viel Zeit und Raum, um uns mit der Frage zu beschäftigen: Was haben soziale Kompetenzen mit Bewegung zu tun? Warum ist Bewegung so wichtig für die kindliche Entwicklung? Wir werden in der Halle viele praktische Übungen machen, um diese Fragen und noch vieles mehr zu beantworten. Bitte bequeme Kleidung/ Sportkleidung mitbringen.

Bitte mitbringen: Bitte bequeme Kleidung/Sportkleidung mitbringen

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, die an der Aufbauqualifizierung teilnehmen

Ziel: - Bedeutung von Bewegung

- Verknüpfung der Sozialkompetenzen mit Bewegung
- Praktische Ideen und Anregungen für den Alltag bekommen

Leitung Sandra Bolles

Termin Samstag, 15.03.2025, 9:00 – 13:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Dinklage, Jahn-Retro-Halle, TVD, Schulstr.6

6080



Infoveranstaltung: Fachkraft Kleinstkindpädagogik, (vhsConcept)

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 erfolgreicher 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.



Miriam Nost

Tel.: 044 41 / 93 778 -20
familientreff@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 Niedersachsen e.V.“.

Zum Fortbildungsangebot gehören u.a. folgende Lehrgänge:

- Fachkraft Kleinstkindpädagogik
- Pädagogische Mitarbeiter/ in in der Grundschule
- Systemische Beratung

**Nähere Informationen über diese und weitere Lehrgänge erhalten Sie in den KVHS-Geschäftsstellen unter
Telefon: 0 44 41 / 93 778 - 0.**



Der Fortbildungslehrgang "Fachkraft Kleinstkindpädagogik" soll im Frühjahr 2025 starten.

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

Leitung Sandra Bolles, Kristina Röhling
Termin Dienstag, 28.01.2025,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6081



Fachkraft Kleinstkindpädagogik (vhsConcept)

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.

Inhalte der Weiterqualifizierung:

- Rolle und Selbstverständnis der Mitarbeiter/-innen
- Entwicklungspsychologie der ersten Lebensjahre
- Gestaltung inklusiver frühkindlicher Lernprozesse
- Kommunikation
- Körper- und Gesundheitspflege
- Beobachtung und Dokumentation
- Individuelle Entwicklungsgespräche
- Erziehungspartnerschaft mit Eltern
- Bildung und pädagogische Ansätze in der Kindertageseinrichtung

- Rahmenbedingungen und pädagogischer Ablauf
- Reflexion des individuellen Lernprozesses und Transfer

Die Teilnehmenden erhalten nach erfolgreicher 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.

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

Leitung Dozentinnenteam

Termin 32 Termine,
Kurstermine:
dienstags, 19:00 – 21:15;
samstags, 08:30 – 16:00
ab 29.04.2025 von
19:00 Uhr – 21:15 Uhr

Gebühr 1.600,00 € inkl. Prüfungsgebühr
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Caroline Tapphorn

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

EDV

6200



Der Einstieg in die digitale Welt – Der Umgang mit dem Computer/Laptop - Für Anfänger/-innen

Ein Kurs für Anfänger/-innen, die mit der Bedienung eines Computers/Laptops vertraut werden möchten und ein gemäßigtes Tempo mit vielen Wiederholungen bevorzugen.

Inhalt:

- Elemente und Aufbau eines Computers/Laptops
- Arbeit mit Dateien
- E-Mail
- Internet und mehr.

Bitte mitbringen: USB-Stick

Leitung Hans-Werner Bidder
Termin Beginn ist am Dienstag,
11.02.2025, 3 Nachmittage,
jeweils dienstags,
13:30 – 16:30 Uhr

Gebühr 112,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft möglich

6201



Der einfache Einstieg in Word

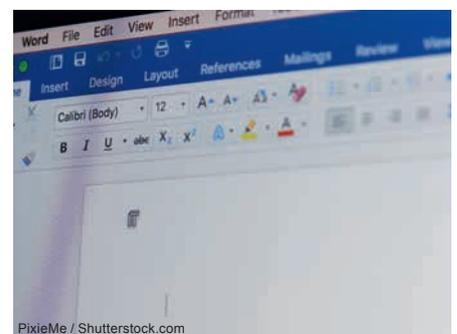
Der Kurs richtet sich an alle, die Word beruflich, privat oder für den Verein nutzen möchten. In kompakter Form werden wesentliche Elemente des Programms vorgestellt. Systematisch werden Seiten-, Zeichen- und Absatzformatierungen und deren feine Unterschiede sowie Tricks und Kniffe gezeigt. Weitere Themen sind der Umgang mit Tabulatoren, Tabellen, Kopf- und Fußzeilen, Aufzählungen, Nummerierungen u. a. mehr.

Bitte mitbringen: USB-Stick
Voraussetzungen: Grundkenntnisse Windows

Leitung Hans-Werner Bidder
Termin Beginn ist am Montag,
03.03.2025, 3 Nachmittage,
jeweils montags,
13:30 – 15:45 Uhr

Gebühr 105,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft möglich



Weiter mit Bildung!



Berufliche Bildung

6202



Serienbriefe und mehr

Serienbriefe und mehr

Die Seriendruck-Funktion in Word ist eine große Hilfe, wenn ein Brief an viele Adressaten verschickt werden soll. Im Kurs können Sie die Funktion anhand von vielen praktischen Beispielen ausprobieren, auch bei der Erstellung von Adressetiketten und Briefumschlägen. Außerdem lernen Sie Format- und Dokumentvorlagen kennen sowie die Nutzung von Excel-Tabellen für Serienbriefe. Voraussetzung: Word-Grundlagen
Mitzubringen: USB-Stick

Bitte mitbringen: USB-Stick

Voraussetzungen: Grundkenntnisse Windows

Leitung Hans-Werner Bidder

Termin Beginn ist am Montag, 24.03.2025, 3 Nachmittage, jeweils montags, 13:30 – 15:45 Uhr

Gebühr 105,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft möglich

6203



Outlook für das Berufs- und Privatleben

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!

Inhalt:

- 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 Dienstag, 17.06.2025, 3 Nachmittage, Dienstag bis Donnerstag, jeweils 13:30 – 15:45 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft möglich



monticello / Shutterstock.com

UM ARBEITS- WELTEN BESSER.



NA, NEUGIERIG?
kurzbach-vechta.de

KURZBACH





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:

**Ansprechpartnerin
Caroline Tapphorn
04441/93778-0**

Damit wir weitere Einzelheiten in einem Beratungsgespräch klären können.

Outlook- beherrsche deine E-Mails und Produktivität (Online-Kurs)

Entdecke in dem Kurs, wie du deine E-Mail-Organisation und Produktivität verbessern kannst. Lerne effektive Strategien für die E-Mail-, Kalender- und Aufgabenverwaltung kennen, nutze die vielfältigen Funktionen von Outlook optimal aus und erhalte wertvolle Tipps von erfahrenen Anwendern. Egal ob Berufstätiger, Student oder Zeitoptimierer - die-

ser Kurs bietet praxisnahe Lösungen, um deine Arbeitsabläufe zu optimieren. Melde dich jetzt an und werde zum Meister in der Nutzung von Outlook.

6204



Outlook- beherrsche deine E-Mails und Produktivität (Online-Kurs)

Leitung Robin Weniger
Termin Mittwoch, 07.05.2025,

16:00 – 18:15 Uhr
Gebühr 32,50 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

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

digital campus
niedersachsen

**Alle.
Einfach.
Digital.**



jetzt auf www.digitalcampus-nds.de

Arbeit und
Leben
NIEDERSACHSEN

BNW

bildungswerk
Ver.di

FAKULTÄT FÜR
BERUFSSCHULUNG
NIEDERSACHSEN

Landesinstitut
für Weiterbildung

ZIEB

HVHS

vhs

Landesverband
Niedersachsen

VNR

WIRTSCHAFTSKAMMER
NIEDERSACHSEN

Niedersächsisches Ministerium
für Wirtschaft und Kultur

Niedersächsisches Institut für
Arbeits-, Berufs- und Jugendberufshilfe



6205



Outlook- beherrsche deine E-Mails und Produktivität (Online-Kurs)

Leitung Robin Weniger
Termin Mittwoch, 18.06.2025,
16:00 – 18:15 Uhr

Gebühr 32,50 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

aus, um deine Präsentationen zu optimieren und dein Publikum zu begeistern. Erhalte praktische Tipps und werde zum Experten in der Nutzung von PowerPoint. Egal ob im Beruf, Studium oder Alltag - dieser Kurs bietet dir das nötige Know-how, um beeindruckende Präsentationen zu erstellen.

6207



Power-Point- Gestalte überzeugende Präsentationen (Online-Kurs)

Leitung Robin Weniger
Termin Donnerstag, 10.07.2025,
15:45 – 18:00 Uhr

Gebühr 32,50 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

6206



Power-Point- Gestalte überzeugende Präsentationen (Online-Kurs)

Leitung Robin Weniger
Termin Donnerstag, 06.03.2025,
15:45 – 18:00 Uhr

Gebühr 32,50 €
Ort Vechta. Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

Power-Point- Gestalte überzeugende Präsentationen (Online-Kurs)

Lerne wie du überzeugende und professionelle Präsentationen erstellen kannst sowie effektive Gestaltungstechniken, um deine Botschaft klar und ansprechend zu vermitteln. Erfahre, wie du Grafiken, Animationen und Multimedia-Elemente effektiv einsetzen kannst. Nutze die vielfältigen Funktionen von PowerPoint voll

Zoom für Teilnehmer – Professionelles Auftreten (Online-Kurs)

In dem Kurs lernst du, wie du in Online-Meetings professionell wirkst und die Tools effektiv nutzt. Erfahre, wie du dich vor der Kamera präsentierst und alle technischen Herausforderungen meistert. Der Kurs ist interaktiv gestaltet und deckt fortgeschrittene Funktionen wie Bildschirmfreigabe und Breakout-Räume

Weiter mit Bildung!

Jetzt bewerben!

Wir suchen zu sofort

- **Elektroniker**

sowie

- **Auszubildende zum Elektroniker**

Elektro Hövemann GmbH

Brägeler Straße 180 · 49393 Lohne · Tel. 044 42/803 88-0
Fax 044 42/803 88-10 · info@elektro-hoevermann.de





ab. Egal ob für berufliche Meetings oder virtuelle Präsentationen – werde zum virtuellen Profi!

6208



Zoom für Teilnehmer- Professionelles Auftreten (Online-Kurs)

Leitung Robin Weniger

Termin Montag, 26.05.2025,
13:30 – 15:00 Uhr

Gebühr 25,00 €

Ort Vechta. Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

6209



Zoom für Teilnehmer- Professionelles Auftreten (Online-Kurs)

Leitung Robin Weniger

Termin Montag, 21.07.2025,
13:30 – 15:00 Uhr

Gebühr 25,00 €

Ort Vechta. Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum



fizkes / Shutterstock.com

Canva-Workshop: Entdecke die Welt der Kreativität (Online-Kurs)

Entdecke die Welt der Kreativität mit dem interaktiven Canva-Workshop. Lerne die Grundlagen dieses benutzerfreundlichen Bildbearbeitungsprogramms kennen, von der Erstellung eines Kontos bis zur

Gestaltung professioneller Designs ohne Vorkenntnisse. Erfahre wichtige Designprinzipien und setze sie direkt in die Tat um, indem du verschiedene Projekte erstellst, darunter Social-Media-Grafiken und Präsentationen. Unterschiede zwischen der Premium- und Gratis-Version werden erklärt, ebenso wie wertvolle Tipps und Tricks, um deine Designs zu verbessern. Egal ob Unternehmer, Student oder Kreativinteressierter.

Mojahid Mottakin / Shutterstock.com



6210



Canva-Workshop: Entdecke die Welt der Kreativität (Online-Kurs)

Leitung Robin Weniger

Termin Montag, 24.03.2025,
17:30 – 20:30 Uhr

Gebühr 40,00 €

Ort Vechta. Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

6211



Canva-Workshop: Entdecke die Welt der Kreativität (Online-Kurs)

Leitung Robin Weniger

Termin Freitag, 25.07.2025,
15:00 – 18:00 Uhr

Gebühr 40,00 €

Ort Vechta. Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

Weiter mit Bildung!

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 zu bekommen.

6300



Telefontraining für Auszubildende

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.

Leitung Erich Machura

Termin Samstag, 15.03.2025,
9:00 – 16:00 Uhr

Gebühr 88,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

GaudiLab / Shutterstock.com





Gesundheit



Maria Abeling-Stegkämper

Tel.: 0 44 41 / 99-2804
m.abeling-stegkaemper
@kvhs-vechta.de



Nicole Mucker

Tel.: 0 44 41 / 99-2803
n.mucker@kvhs-vechta.de

Berufliche Bildung

6401



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

Beschreibung siehe Kurs 6402

Zielgruppe: Interessierte, Berufsrückkehrer, Neueinsteiger

Leitung Daniela Lamping

Termin Mittwoch, 12.02.2025,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6402

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

Dieser berufsbegleitende Lehrgang ist für Personen geeignet, die in voll- oder teilstationären Pflegeeinrichtungen, also beispielsweise in Pflegeheimen oder Einrichtungen der Kurzzeit-, Tages- oder Nachtpflege, 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 Betreuungspraktikum von 40 Stunden.

Leitung Daniela Lamping

Termin Beginn ist am Dienstag,
11.03.2025, 40 Termine,
jeweils dienstags, mittwochs
und donnerstags,
17:15 – 20:30 Uhr

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

HIGHLIGHT

6400

Qualifizierung "Kleiner Betreuungsschein" nach § 45b SGB XI

Der "Kleine Betreuungsschein", wie die Schulung zur Basisqualifizierung in alltagsunterstützenden Angeboten nach § 45b SGB XI auch genannt wird, bietet eine Qualifizierung im Bereich der Unterstützung im Alltag gemäß § 45b SGB XI. In insgesamt 40 Unterrichtseinheiten (ohne Erste Hilfekurs nach §19 FeV) werden grundlegende Kenntnisse in der Kommunikation der Betreuungsarbeit, den verschiedenen Krankheitsbildern sowie der Hygiene vermittelt. Dieser Kurs ermöglicht es den Teilnehmern, sich auf die Betreuung von hilfsbedürftigen Menschen vorzubereiten und sie dabei bestmöglich zu unterstützen.

Nach erfolgreichem Bestehen dieses Kurses, ist ein selbständiges Arbeiten als Privatperson oder als Arbeitnehmer in einem Betrieb möglich sowie haushaltsnahe Dienstleistungen über die Pflegekasse abzurechnen. Dies soll dazu dienen, pflegende Angehörige zu entlasten und Pflegebedürftige im Alltag zu unterstützen.

Zielgruppe:

- Personen, die ehrenamtlich tätig werden möchten (Nachbarschaftshilfe) oder
- Personen, die solche Angebote als Nebenjob ausüben möchten oder

- Arbeitssuchende, die ihre Chancen am Arbeitsmarkt erhöhen möchten oder
- Personen, die sich in diesem Bereich selbstständig machen möchten und
- Personen, die mind. 16 Jahre alt sind

Voraussetzungen:

- Zuverlässigkeit
- Flexibilität
- Teamfähigkeit
- aufgeschlossen und respektvoll gegenüber Menschen mit Krankheit, Pflegebedürftigkeit oder Behinderung

Leitung Daniela Lamping

Termin Beginn ist am Montag,
27.01.2025, 10 Abende,
jeweils montags,
17:30 – 20:45 Uhr

Gebühr 250,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Inside Creative House / Shutterstock.com

6403

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

Beschreibung siehe Kurs 6404

Zielgruppe: Staatlich anerkannte Pflegefachkräfte (Gesundheits- und Krankenpflege, Kinderkrankenpflege und Altenpflege), Sozialversicherungsfachangestellte, Studium der Sozialen Arbeit oder vergleichbares Studium

Leitung Bernhard Moorkamp

Termin Donnerstag, 23.01.2025,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

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



6404

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

„Eine qualitativ gute pflegerische Versorgung, ob mit oder ohne Pflegedienst, fängt mit einer guten individuellen Pflegeberatung an.“

Mit der Pflegeberatung entwickelt sich zusehends ein neues und interessantes Tätigkeitsfeld im Bereich der Versorgung eingeschränkter, behinderter oder pflegebedürftiger Menschen.

Die Pflegeberatung soll die Versorgungssituation von Pflegebedürftigen verbessern, pflegende Angehörige entlasten und somit auch die häusliche Pflege stärken.

In unserer zertifizierten Weiterbildung zur/zum Pflegeberater/in nach § 7 a, § 45 und § 37 Abs. 3 SGB XI werden praxisnah vielfältige Fachkenntnisse zu den verschiedenen Möglichkeiten von Pflegeberatungen vermittelt.

Einen Anspruch auf eine umfassenden Pflegeberatung nach § 7 a SGB XI haben alle Versicherten, die Leistungen aus der Pflegeversicherung beziehen oder von Pflegebedürftigkeit bedroht sind. Diese soll im Sinne eines individuellen Fallmanagements durchgeführt werden. Dabei wird der Hilfebedarf systematisch erfasst, ein individueller Versorgungsplan erstellt sowie die Durchführung der vereinbarten Maßnahmen unterstützt.

Pflegekassen sollen nach § 45 SGB XI unentgeltlich Pflegekurse und individuelle Schulungen anbieten. In unserer Weiterbildung erlernen Sie, welche Möglichkeiten von Kursen und Schulungen es gibt.

Wenn Pflegebedürftige das volle Pflegegeld beziehen sind sie verpflichtet, regelmäßig Beratungsbesuche nach § 37 Abs. 3 SGB XI durchführen zu lassen. Wir vermitteln, wie Sie diese Beratungsgespräche optimal durchführen können.

Erfahrene Dozenten aus verschiedenen Bereichen vermitteln rechtliche Hintergründe, erklären den Einsatz verschiedener Kommunikationsmöglichkeiten und zeigen Ihnen mit praxisnahem Unterricht die vielfältigen Möglichkeiten von Pflegeberatung auf.

Praktikum:

Wenn Sie über keine pflegerische Ausbildung (Altenpflege, Krankenpflege, Kinderkrankenpflege) verfügen (siehe Ziel-

gruppe Kursnr. 6403), ist ein 9-tägiges Praktikum vorgesehen. Dies soll Eindrücke in den Pflegealltag vermitteln und somit eine Verbindung zwischen neu erlerntem Wissen und den praktischen Anforderungen an eine individuelle Pflegeberatung schaffen.

Leitung Thorsten Bücken

Termin 10 Module

je Modul: donnerstags, freitags und samstags

Gebühr 2.750,00 €, (Ratenzahlung möglich), Einzelmodule buchbar

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

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

HIGHLIGHT

6405

Update zur Pflegeversicherung

Update zur Pflegeversicherung

- Änderungen für das Jahr 2025
- Pflegeberatung nach § 37 Abs. 3 SGB XI
- das neue Nachweisformular
- das Beratungsgespräch als Videokonferenz
- Gemeinsamer Jahresbetrag für Verhinderungspflege und Kurzzeitpflege
- Änderung bei der Pflegebegutachtung durch den Medizinischen Dienst (MD)

Zielgruppe: Pflegeberater nach § 7a, § 37,3 und nach § 45b SGB XI, PDL, Interessierte

Leitung Bernhard Moorkamp

Termin Samstag, 29.03.2025, 9:00 – 15:30 Uhr

Gebühr 135,00 €

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

6406

Aktuelles zur Hilfsmittel- und Pflegehilfsmittelversorgung

Aktuelles zur Hilfsmittel- und Pflegehilfsmittelversorgung

- Möglichkeiten und Beratungen zu wohnumfeldverbessernden Maßnahmen
- Der Entlastungsbetrag und seine Möglichkeiten

Zielgruppe: Pflegeberater nach § 7a, § 37,3 und nach § 45b SGB XI, PDL, Interessierte

Leitung Bernhard Moorkamp

Termin Samstag, 20.09.2025, 9:00 – 15:30 Uhr

Gebühr 135,00 €

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





Fortbildungen für Medizinische / Zahnmedizinische Fachangestellte

Notfälle in der Arzt-/ Zahnarztpraxis

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.

Seminarinhalte:

- Allgemeine Einführung und Wiederbelebung der Ersthelfer-Maßnahmen
- Risikomanagement und Notfallmanagement bei Erwachsenen
- Reanimation und Praxisnotfälle
- Rechtliche Grundlagen
- Notfallmedizinische Ausstattungsempfehlung für die Arztpraxis

6407

Notfälle in der Arzt-/ Zahnarztpraxis

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

Ziel: Notfallversorgung, Reanimation und Situationslösung sowie Situations einschätzung

Leitung Hartmut Stunkat

Termin Mittwoch, 23.04.2025, 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 33,00 €

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

6408

Notfälle in der Arzt-/ Zahnarztpraxis

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

Ziel: Notfallversorgung, Reanimation und Situationslösung sowie Situations einschätzung

Leitung Hartmut Stunkat

Termin Mittwoch, 05.11.2025, 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 33,00 €

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



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



Berufliche Bildung

- Hygienemanagement
- Barrieremaßnahmen
- Persönliche Hygiene
- Flächenhygiene
- Arbeitsschutzmaßnahmen
- Umgang mit Desinfektionsmitteln
- Umgang mit Persönlicher Schutzausrüstung (PSA)

6409



Grundlagen der Hygiene

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

Ziel: Grundlagen erlernen und umsetzen können. Über Richtlinien informiert sein.

Leitung Bianca Rommel

Termin Mittwoch, 23.04.2025, 18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6410



Grundlagen der Hygiene

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

Ziel: Grundlagen erlernen und umsetzen können. Über Richtlinien informiert sein.

Leitung Bianca Rommel

Termin Mittwoch, 03.12.2025, 18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



6411



Wundversorgung - Verbandswechsel

In dieser Fortbildung erlernen Sie die Grundlagen des Verbandwechsel, den sterilen Verbandwechsel sowie der einfache Wechsel eines Verbandes. Ferner lernen Sie das Reinigen einer Wunde und die Wundbeobachtung sowie die richtige Auswahl der Hilfsmittel dazu. Unter der Wundversorgung versteht man sämtliche Maßnahmen, die direkt zur Heilung einer Wunde beitragen sollen. In diesem Kurs erhalten Sie grundlegende Informationen dazu.

Zielgruppe: Medizinische Fachangestellte (MFA), Zahnmedizinische Fachangestellte (ZMFA), Azubis
Ziel: In Kenntnissetzung über Richtlinien sowie Handhabung dieser

Leitung Iris Vornhusen
Termin Mittwoch, 14.05.2025,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Bangkoker / Shutterstock.com

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

6412



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 Christina Fung
Termin Mittwoch, 11.06.2025,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6413

Die richtige Händedesinfektion in der Praxis

Insbesondere für Auszubildende, Berufsrückkehrer und neues Personal - wie wichtig die richtig durchgeführte Händedesinfektion ist, ist uns Menschen ja nicht erst seit der Pandemie klar. Vornehmlich ist sie in Einrichtungen, wie Kliniken oder Arztpraxen, extrem wichtig. Studien belegen, dass nur 50% des medizinischen Personals die einschlägigen Empfehlungen zur Händehygiene befolgen.

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

Seminarinhalte:

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

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

Ziel: Das korrekte Erlernen und Anwenden der hygienischen Händedesinfektion sowie die Vermittlung des Nutzen und der Notwendigkeit.

Leitung Bianca Rommel
Termin Mittwoch, 20.08.2025,
18:00 – 20:15 Uhr

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

6414



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

Ziel: Aufklärung und Problembekämpfung

Leitung Bianca Rommel
Termin Mittwoch, 08.10.2025,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Arif biswas / Shutterstock.com



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

Angebote der KVHS zur beruflichen Qualifizierung (AZAV-zertifiziert)



Zielgruppe: Berufsrückkehrerinnen

NeuStart – Teilzeitmaßnahme für Berufsrückkehrerinnen

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

Zielgruppe: sonstige Personen

Bewerbungscoaching (BWC)

Bewerbungstraining für alle, die eine 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, 53b SGB XI

Bei Fragen zu diesen Maßnahmen berät Sie:

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

Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft

im Oldenburger Münsterland



Beratung und Förderung für Berufsrückkehrerinnen

Was kann gefördert werden?

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

Zuschussberechtigte Personen

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

Antragstellung und Information:

Anette Schlarmann, Tel: 04441/ 898-2622

Nadine Bornemann, Tel: 04471/ 15-305

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

Beratung

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

Kontakt:

In **Cloppenburg**, 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.



EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Sozialfonds





Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



**Bau Brücken
mit Sprachen.**



Sprachen



Stephanie Borchers

Tel.: 04441 / 93778-28
s.borchers@kvhs-vechta.de



Maria Jäger

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

Englisch	91
Spanisch	92
Französisch	94
Italienisch	95
Russisch	95
Latein	95
Türkisch	96
Portugiesisch	96
Chinesisch	96
Deutsch als Fremdsprache	96



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.



Sprachen lernen an der KVHS Vechta

So finden Sie den richtigen Sprachkurs

Unsere Sprachkurse richten sich an die Zielgruppen Anfänger, Fortgeschrittene und Erfahrene. Als Basis für die Kurskonzeption dient der „Gemeinsame Europäische Referenzrahmen“ (GER), in dem die Sprachniveaus festgelegt sind und beschrieben werden. Dieser internationale Richtwert spielt zum Beispiel eine große Rolle für Menschen, die einen Einbürgerungstest anstreben und dafür ein B1-Niveau nachweisen müssen.



Roman Samborskiy / Shutterstock.com

Anfänger/innen	A1, A2
Fortgeschrittene	B1/B2
Erfahrene	C1

Was sich genau hinter den einzelnen Niveaustufen verbirgt, erfahren Sie in der Tabelle auf **Seite 88**.

Einstufungstests bieten Ihnen weitere Orientierung auf dem Weg zum richtigen Kurs. Wir schicken Ihnen gerne Informationen zum gewünschten Sprachtest per E-Mail zu.

Online, vor Ort oder hybrid: Hauptsache zusammen lernen

Seit einigen Jahren können Sie an der KVHS digital am Unterricht teilnehmen – in reinen Onlinekursen oder in unseren Hybridkursen. So können Sie flexibel im Urlaub oder zuhause lernen.

Hybrid-Kurse:

Liveschalte ins Klassenzimmer

Unser hybrides Angebot ermöglicht Ihnen, online an einem Präsenzkurs teilzunehmen. Über eine digi-

tale Plattform wie die vhs.cloud oder Zoom betreten Sie den virtuellen Klassenraum. Dazu benötigen Sie nur einen Rechner mit Internetbrowser, Webcam, Mikrofon und Lautsprecher, idealerweise ein Headset, sowie einen durchschnittlich schnellen Webzugang. Damit sind die Voraussetzungen erfüllt, um sich virtuell in einen echten Schulungsraum zu schalten und aktiv am Unterricht teilzunehmen.

Onlinekurse: Neue Lernformate groß im Kommen

Unsere Onlinekurse finden ausschließlich über eine digitale Plattform im virtuellen Klassenzimmer statt. Sie können sich via Webcam und Mikrofon mit den anderen Kursteilnehmenden austauschen. So bleibt die Dynamik eines Präsenzkurses erhalten. Gleichzeitig können in den Onlinekursen Lerninhalte organisiert, erstellt und geteilt werden – eine neue Form des Sprachenlernens, die den Unterricht vor Ort mehr und mehr ergänzt.

Die Zugangsdaten für Ihren Onlinekurs erhalten Sie vor Kursbeginn per Mail.



Unsere Onlinekurse erkennen Sie an diesem Symbol



Unsere Hybridkurse erkennen Sie an diesem Symbol

Kurs gefunden? Einfach anmelden

Sie können sich online über unsere Website, per E-Mail, telefonisch oder persönlich für den Kurs Ihrer Wahl anmelden. Anschließend erhalten Sie eine Anmeldebestätigung per E-Mail. Sollte es zu einer Kursverschiebung kommen, weil die Mindestteilnehmerzahl (je nach Kursformat zwischen fünf und sieben) nicht erreicht wurde, informieren wir Sie im Regelfall fünf Tage vor Kursbeginn.

Die Rechnung erhalten Sie am ersten Kurstag. Bezahlen können Sie bar oder per EC-Karte in unserer Zentrale oder per Überweisung.



Weitere Angebote aus dem Fachbereich Sprachen für Firmen und Privatpersonen

Sprachprüfungen und Firmenschulungen



Wer im Ausland studieren möchte oder einen Einbürgerungstest anstrebt, muss ein bestimmtes Sprachniveau nachweisen. Das geschieht durch internationale Sprachprüfungen. Die KVHS Vechta ist offizielles Prüfungszentrum für die Englischprüfung CAE, die Französischprüfung DELF und für die telc-Prüfung, die die Kenntnisse der deutschen Sprache abfragt.

Englisch: CAE **(Cambridge Advanced English)**

Das Cambridge Sprachdiplom wird weltweit als Nachweis fortgeschrittener Englischkenntnisse geschätzt und anerkannt. Bei CAE wird ausschließlich das C1-Niveau geprüft – und damit ein Universitätsniveau.

Die Cambridge-Prüfung findet jährlich im Frühjahr/Sommer an der KVHS Vechta statt.

Französisch: DELF

DELF scolaire richtet sich an Schülerinnen und Schüler und umfasst die Niveaustufen A2 bis B2. Die Prüfungen

finden jährlich im Frühsommer an der KVHS Vechta statt.

Deutsch: telc-Prüfungen

Telc hat Deutsch-Prüfungen für verschiedene Zielgruppen im Angebot. Wir bieten die so genannte Dual-Level-Prüfung für die Niveaus A2 und B1 an und damit skalierte Tests, die die Sprachkenntnisse auf zwei Kompetenzstufen bewerten. Die Prüfung richtet sich an Interessierte mit Deutschkenntnissen auf B1 Niveau. Teilnehmende erhalten ein Zertifikat entweder über das höhere oder das niedrigere Sprachniveau.

Ihr ganz persönlicher Kurs:

Sie haben eigene Ideen für einen Sprachkurs oder möchten eine besondere Sprache lernen? Sie haben sogar schon ein paar Mitstreiter? Hervorragend – dann organisieren wir alles weitere für Ihren persönlichen Wunschkurs bei uns an der KVHS.

Firmenschulungen

Ob Deutschkurse für Mitarbeitende in Industrie und Produktion, Sprachschulungen für Pflegekräfte im Krankenhaus oder Business-English für den Vertrieb: Arbeitgeber profitieren von unseren Firmenschulungen, die wir individuell und bedarfsgerecht konzipieren. Wenn Sie Fragen zu unserem Angebot für Unternehmen oder zu Fördermöglichkeiten haben, berät Sie Ihre Ansprechpartnerin Maria Jäger gerne. Schreiben Sie einfach eine Mail an: m.jaeger@kvhs-vechta.de



Englisch

A1/A2 Niveau

7001

Englisch für Anfänger/innen – Niveau A1.1



Ein Starterkurs für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse. In diesem Kurs lernen Sie die englische Sprache von Grund auf kennen.

Bitte mitbringen: Let's Enjoy English A1.1

Klett Verlag
ISBN 978-3-12-501630-9

Leitung Nensi Miruku
Termin Beginn ist am Montag,
13.01.2025, 10 Abende,
jeweils montags,
18:30 – 20:00 Uhr

Gebühr 110,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7002

Englisch für Anfänger/innen – Niveau A1.2 - Folgekurs



Dieser Starterkurs richtet sich an Anfänger/innen mit rudimentären Vorkenntnissen aus einem bereits absolvierten Anfängerkurs oder aus der Schulzeit. Der Kurs startete bereits im letzten Semester. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen.

Bitte mitbringen: Let's Enjoy English A1.1

Klett Verlag
ISBN 978-3-12-501630-9

Leitung Marita Nienaber
Termin Beginn ist am Mittwoch,
15.01.2025, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
18:30 – 20:00 Uhr

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

Weiter mit Bildung!

7003

Englisch für den Urlaub Kompaktkurs für Anfänger



Sie planen eine Reise und möchten gerne einen englischen Basis-Wortschatz aufbauen, mit dem Sie sich verständigen können? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Der kompakte Einstiegskurs macht Sie fit für den Urlaub und vermittelt das notwendige Vokabular, damit Sie sich im Ausland gut zurechtfinden.

Leitung Nensi Miruku
Termin Beginn ist am Mittwoch,
07.05.2025, 5 Abende,
jeweils mittwochs,
18:30 – 20:00 Uhr

Gebühr 55,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7010

Englisch für Anfänger/innen – Niveau A2.1



Ein Kurs für Anfänger mit Basiskenntnissen und für Wiedereinsteigerinnen, die ihre Englischkenntnisse auffrischen möchten.

Bitte mitbringen: Let's Enjoy English A2.1

Klett-Verlag
ISBN 978-3-12-501668-2

Leitung Marita Nienaber
Termin Beginn ist am Donnerstag,
13.02.2025, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
19:30 – 21:00 Uhr

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

7011

Englisch für Anfänger/innen – Niveau A2.2 - Folgekurs



Ein Kurs für Anfänger/innen, die bereits über grundlegende Kenntnisse der englischen Sprache verfügen. Dieser Kurs ist ein Folgekurs - neue Teilnehmende sind aber herzlich willkommen.

Bitte mitbringen: Let's Enjoy English A2.2
Klett Verlag, ISBN 978-3-12-501639-2

Leitung Marita Nienaber
Termin Beginn ist am Donnerstag,
13.02.2025, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
17:45 – 19:15 Uhr

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

B1 Niveau



Bitte mitbringen: Voices A2.2/B1.1
Verlag National Geographic Learning
ISBN: 978-0-357-44311-8

7020



Englisch für Fortgeschrittene – Niveau B1 - Folgekurs



Ein Kurs für Teilnehmer/innen, die ihre guten Englischkenntnisse auf das nächste Level heben möchten. Dieser Englischkurs ist ein Folgekurs - neue Teilnehmende sind aber herzlich willkommen.

Leitung Mareike Holthaus-Hövemann
Termin Beginn ist am Dienstag,
11.02.2025, 12 Abende,
jeweils dienstags,
19:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 92,40 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7021



Englisch für Fortgeschrittene – Niveau B1 - Folgekurs



Ein Kurs für geübte Teilnehmer/innen, die ihre Englischkenntnisse weiter ausbauen möchten. Neue Kursteilnehmer/innen sind herzlich willkommen.

Leitung Mareike Holthaus-Hövemann
Termin Beginn ist am Donnerstag,
20.02.2025, 12 Abende,
jeweils donnerstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 92,40 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



7022

Englisch für Fortgeschrittene – Niveau B1.2 - Folgekurs



Für Teilnehmer/innen mit guten Grundkenntnissen aus einem anderen Anfängerkurs (A2) oder aus ihrer Schulzeit. In diesem Kurs steht nicht nur die Vertiefung der Sprachkenntnisse im Sprechen, Hören und Lesen auf dem Plan. Ganz nebenbei lernen Teilnehmende Englisch als globale Sprache kennen und erfahren Wissenswertes und Ungewöhnliches über verschiedene englischsprachige Länder der Welt. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich. In diesem Folgekurs sind neue Teilnehmer/innen herzlich willkommen.

Bitte mitbringen: Great! B1, 2nd edition
Klett Verlag
ISBN 978-3-12-501758-0

Leitung Annelie Bocklage

Termin Beginn ist am Dienstag,
11.02.2025, 12 Termine,
jeweils dienstags,
9:30 – 11:00 Uhr

Gebühr 92,40 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Niveau B2/C1

7030

Englisch für Erfahrene Niveau B2/C1



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

Bitte mitbringen: Cambridge English Empower B2 Student's Book
ISBN 978-3-12-540392-5

Leitung Annelie Bocklage

Termin Beginn ist am Dienstag,
11.02.2025, 12 Termine,
jeweils dienstags,
11:15 – 12:45 Uhr

Gebühr 92,40 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Spanisch

A1 Niveau



Sie möchten die spanische Sprache ganz neu lernen oder Ihre Spanischkenntnisse auf ein neues Niveau heben? Wir bieten Ihnen Kurse verschiedener Niveaustufen - online, vor Ort oder hybrid.

7101



Spanisch für Anfänger/innen – Niveau A1.1 - Onlinekurs



Ein Spanischkurs für Anfänger/innen, die die Sprache neu erlernen möchten. Der Kurs findet nur online statt und ist als Kleingruppe konzipiert. Ab 7 Teilnehmenden reduziert sich die Kursgebühr.

Bitte mitbringen: Con gusto nuevo A1
Klett-Verlag
ISBN 978-3-12-514676-1

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Donnerstag,
16.01.2025, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
20:30 – 22:00 Uhr

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta. Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

7102



Spanisch für Anfänger/innen – Niveau A1.1 - Onlinekurs



Ein Spanischkurs für Anfänger/innen, die die Sprache neu erlernen möchten. Dieser Folgekurs widmet sich dem zweiten Teil des Anfängerniveaus (A1.2) und findet nur online statt. Der Kurs ist als Kleingruppe konzipiert. Ab 7 Teilnehmenden reduziert sich die Kursgebühr.

Bitte mitbringen: Con gusto nuevo A1
Klett-Verlag
ISBN 978-3-12-514676-1

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Donnerstag,
27.03.2025, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
20:30 – 22:00 Uhr

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta. Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

7103

Spanisch für Anfänger/innen – Niveau A1 - Folgekurs



Ein Kurs für Anfängerinnen oder Wiedereinsteiger mit geringen Vorkenntnissen. Dieser Folgekurs startete bereits im vergangenen Semester, neue Teilnehmende sind aber herzlich willkommen.

Leitung Montserrat García Yusta

Termin Beginn ist am Dienstag,
21.01.2025, 10 Abende,
jeweils dienstags,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

A2 Niveau



7110



Spanisch für Anfänger/innen – Niveau A2.1 - Onlinekurs



Ein Spanischkurs für Anfänger/innen, die ihre Basiskenntnisse ausbauen möchten. Der Kurs findet nur online statt und ist als Kleingruppe konzipiert. Ab 7 Teilnehmenden reduziert sich die Kursgebühr.

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Freitag,
17.01.2025, 10 Abende,
jeweils freitags,
20:30 – 22:00 Uhr

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta. Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

7111



Spanisch für Anfänger/innen – Niveau A2.1 - Onlinekurs



Ein Spanischkurs für Anfänger/innen, die bereits über Grundkenntnisse verfügen. Der Kurs findet nur online statt und ist als Kleingruppe konzipiert. Ab 7 Teilnehmenden reduziert sich die Kursgebühr.

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Freitag,
28.03.2025, 10 Abende,
jeweils freitags,



20:30 – 22:00 Uhr
Gebühr 110,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

Bitte mitbringen: Con gusto nuevo A2
Klett-Verlag
ISBN 978-3-12-514677-8

7112



Spanisch für Anfänger/ innen – Niveau A2 - Folgekurs



Dieser Kurs richtet sich an Anfänger/
innen mit Basiskenntnissen aus einem
A1-Kurs und an Wiedereinsteiger/innen,
die über Grundkenntnisse etwa aus der
Schulzeit verfügen. In diesem laufenden
Kurs sind neue Teilnehmer/innen herzlich
willkommen.

Leitung Montserrat García Yusta
Termin Beginn ist am Montag,

20.01.2025, 7 Abende,
jeweils montags,
19:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 53,90 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7113



Spanisch für Anfänger/ innen – Niveau A2 - Folgekurs



Dieser Kurs richtet sich an Anfänger/
innen mit Basiskenntnissen aus einem
A1-Kurs und an Wiedereinsteiger/innen,
die über Grundkenntnisse etwa aus der
Schulzeit verfügen. In diesem Folgekurs
sind neue Teilnehmende willkommen.

Leitung Olga Ester Ruiz Diaz Adorno
Termin Beginn ist am Montag,
17.03.2025, 11 Abende,
jeweils montags,
19:30 – 21:00 Uhr
Gebühr 84,70 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

B1 Niveau

Bitte mitbringen: Con gusto nuevo B1
Klett-Verlag
ISBN 978-3-12-514693-8

7120



Spanisch für Fortgeschrit- tene – Niveau B1 - Folgekurs



Für Interessierte, die bereits solide
Kenntnisse erworben haben und ihre
Sprachfertigkeiten vertiefen möchten.

Leitung Montserrat García Yusta
Termin Beginn ist am Montag,
20.01.2025, 7 Termine,
jeweils montags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 53,90 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



WIR SCHAFFEN

BEWEGENDE

ERLEBNISSE

Busbetrieb Schomaker Reisen GmbH & Co. KG
Tel.: 0 44 42 / 93 60-0 · info@schomaker-reisen.de
www.schomaker-reisen.de

Urlaub hat einen Namen...

SCHOMAKER



7121



Spanisch für Fortgeschrittene – Niveau B1 - Folgekurs



Für Interessierte, die bereits solide Kenntnisse erworben haben und ihre Sprachfertigkeiten vertiefen möchten.

Leitung Olga Ester Ruiz Diaz Adorno

Termin Beginn ist am Montag, 17.03.2025, 11 Termine, jeweils montags, 18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 84,70 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7122



Spanisch für Fortgeschrittene – Niveau B1.1 - Onlinekurs



Ein Onlinekurs für Teilnehmende mit soliden Spanischkenntnissen, die das Niveau B1 anstreben. Der Kurs findet nur online statt und ist als Kleingruppe konzipiert. Ab 7 Teilnehmenden reduziert sich die Kursgebühr.

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Montag, 13.01.2025, 10 Abende, jeweils montags, 16:30 – 18:00 Uhr

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

7123



Spanisch für Fortgeschrittene – Niveau B1.1 - Onlinekurs



Ein Spanischkurs für Fortgeschrittene, die ihre Kenntnisse weiter vertiefen möchten und das Niveau B1 anstreben. In diesem Folgekurs sind neue Teilnehmer/innen herzlich willkommen. Der Unterricht findet nur online statt und ist für eine Kleingruppe ausgerichtet. Ab 7 Teilnehmenden reduziert sich die Kursgebühr.

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Montag, 31.03.2025, 10 Abende,

jeweils montags, 16:30 – 18:00 Uhr

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

B2 Niveau

7130



Spanisch für Fortgeschrittene – Niveau B2.1 - Onlinekurs



Dieser Kurs richtet sich an Fortgeschrittene, die ihre guten B1-Kenntnisse ausbauen möchten und das Niveau B2 anstreben. Der Kurs findet nur online statt und ist als Kleingruppe konzipiert. Ab 7 Teilnehmenden reduziert sich die Kursgebühr.

Bitte mitbringen: Con gusto nuevo B2 Klett Verlag ISBN 978-3-12-515016-4

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Donnerstag, 16.01.2025, 10 Abende, jeweils donnerstags, 17:00 – 18:30 Uhr

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

7131



Spanisch für Fortgeschrittene – Niveau B2.1 - Onlinekurs



In diesem Folgekurs vertiefen erfahrene Teilnehmer/innen ihre sehr guten Spanischkenntnisse. Der Kurs ist als Kleingruppe geplant und findet nur online statt. Ab 7 Teilnehmenden reduziert sich die Kursgebühr.

Bitte mitbringen: Con gusto nuevo B2 Klett Verlag ISBN 978-3-12-515016-4

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Donnerstag,

27.03.2025, 10 Abende, jeweils donnerstags, 17:00 – 18:30 Uhr

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

Französisch

A1/A2 Niveau

7201



Französisch für Anfänger/innen – Niveau A1.2 - Onlinekurs



Der Online-Kurs bietet Teilnehmenden den Einstieg in die französische Sprache. Der Kurs richtet sich an Anfänger/innen, die die französische Sprache von Grund auf in einer Kleingruppe lernen möchten. Die Teilnahme ist nur online möglich; ab 7 Teilnehmenden reduziert sich die Kursgebühr.

Bitte mitbringen: Rencontres en français A1 Französisch für Anfänger ISBN 978-3-12-529647-3

Leitung Kshon Senouwoe

Termin Ab März 2025

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

7210

Französisch für Anfänger/innen – Niveau A2.2 - Folgekurs



Für Anfänger/innen mit Grundkenntnissen und Wiedereinsteiger/innen. Interessierte können vor Ort oder online teilnehmen. Weitere Interessierte sind in diesem Folgekurs willkommen.

Bitte mitbringen: Voyages neu A2 Klett Verlag ISBN 978-3-12-529422-6

Haben Sie Interesse Ihre Fachkenntnisse weiter zu vermitteln?

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



Leitung Annelie Bocklage
Termin Beginn ist am Montag,
10.02.2025, 12 Abende,
jeweils montags,
19:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 92,40 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

B2/C1 Niveau

7230

Französisch für Erfahrene Niveau B2/C1



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
Klett Verlag
ISBN 978-3-12-529394-6

Leitung Annelie Bocklage
Termin Beginn ist am Montag,
10.02.2025, 12 Abende,
jeweils montags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 92,40 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7231

Französisch B2/C1 Folgekurs



Dieser Kurs für Fortgeschrittene orientiert sich an aktuellen Themen aus Frankreich und der französischsprachigen Welt. Die Teilnehmenden lesen Zeitungen, Magazine und erweitern ihr Vokabular. Auch die Sprechfähigkeit und die französische Grammatik werden nicht vergessen. Kurzgeschichten und ein abschließender Film runden das Programm ab. Vous êtes bienvenue!

Leitung Christiane Kathe
Termin Beginn ist am Mittwoch,
29.01.2025, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
18:00 – 19:30 Uhr

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

Italienisch

A1 Niveau



So macht Italienisch lernen Spaß! Unsere Sprachkurse vermitteln Ihnen grundlegende Sprachkenntnisse, um Alltagssituationen zu meistern. In aktuellen Texten erfahren Sie Wissenswertes über Italien, seine Regionen und Kultur. Abwechslungsreiche Übungen ermöglichen Ihnen, das Erlernete anzuwenden.

HIGHLIGHT

7300

Italienisch für Anfänger/ innen – Niveau A1.1 - Onlinekurs



Dieser Onlinekurs richtet sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse, die in einer Kleingruppe die italienische Sprache lernen möchten. Ab 7 Teilnehmenden reduziert sich die Kursgebühr.

Bitte mitbringen: DIECI A1
Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-005647-7

Voraussetzungen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer

Leitung Gessica Ferretti
Termin Beginn ist am Mittwoch,
15.01.2025, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
18:15 – 19:45 Uhr

Gebühr 110,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum



Russisch

Niveau A1

7400



Russisch für Anfänger/ innen – Niveau A1.1



In diesem Folgekurs für Anfänger/innen sind neue Teilnehmende herzlich willkommen. Der Kurs ist als Kleingruppe geplant. Ab 7 Teilnehmenden reduziert sich die Kursgebühr.

Bitte mitbringen: Das Unterrichtsbuch wird vor Kursbeginn bekannt gegeben.

Leitung Daria Hülsemann
Termin Beginn ist am Mittwoch,
15.01.2025, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
19:15 – 20:45 Uhr

Gebühr 110,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Latein

7510

Latein für Fortgeschrittene Kurze lateinische Texte



Dieser Kurs richtet sich an erwachsene Teilnehmer/innen mit sehr guten Vorkenntnissen der lateinischen Sprache. Das Thema lautet: „Sallust, coniuratio Catilinae. Krisen in Staat und Gesellschaft- damals und heute“ Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Leitung Wolfgang Zapfe
Termin Beginn ist am Donnerstag,
09.01.2025, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
9:30 – 11:00 Uhr

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



Türkisch

A1 Niveau



Sie planen eine Reise in die Türkei oder interessieren sich für die Sprache? Dann besuchen Sie unsere Türkischkurse für Anfänger/innen.

7520



Türkisch für Anfänger/innen – Niveau A1.2 - Folgekurs



Dieser Folgekurs ist als Kleingruppe konzipiert, steht aber weiteren Anfänger/innen, die die türkische Sprache erlernen möchten, offen. Ab 7 Teilnehmerinnen reduziert sich die Kursgebühr.

Bitte mitbringen: Kolay gelsin! neu A1-A2

Türkisch für Anfänger
ISBN ISBN 978-3-12-528661-0

Leitung Emine Aktas

Termin Beginn ist am Mittwoch, 15.01.2025, 10 Abende, jeweils mittwochs, 18:30 – 20:00 Uhr

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

Chinesisch

7580



Chinesisch für Anfänger/innen – Niveau A1 - Onlinekurs



Dieser Online-Kurs richtet sich an Interessierte mit geringen Vorkenntnisse, die die chinesische Sprache und Kultur näher kennen lernen möchten. In diesem Folgekurs, der als Minigruppe geplant ist, sind neue Teilnehmer/innen herzlich willkommen. Ab 5 Teilnehmenden reduziert sich die Kursgebühr.

Bitte mitbringen: Lóng neu A1-A2

Klett Verlag
ISBN: 978-3-12-528960-4

Leitung Xiaojia Frase

Termin Beginn ist am Dienstag, 25.02.2025, 10 Abende, jeweils dienstags, 19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 154,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

Deutsch als Fremdsprache

A1 Niveau



Unser einzigartiges Kurskonzept Deutsch als Fremdsprache begleitet Sie ganz gezielt von dem absoluten Anfang bis zum Fortgeschrittenen-Niveau in nur 4 Semestern. Unser Prinzip: „Ein Semester - ein Sprachniveau“ fördert Ihre Sprachkenntnisse systematisch. Langfristig gedacht - Lernziele erreichbar machen! Alle Kurse können sowohl vor Ort als auch Online besucht werden.

7711



Deutsch A1.1



A1.1: Kurs für Anfänger ohne Sprachkenntnisse. Der Deutschkurs für Anfänger bietet eine solide Grundlage für den Einstieg in die deutsche Sprache. Der Kurs findet zweimal in der Woche statt. Nach dem Kurs A1.1 folgt die Fortsetzung des Kurses A1.2. So entsteht eine Möglichkeit in nur einem Semester das Sprachniveau A1 zu erreichen und in weiteren Semester das Lernen fortzusetzen. Das Lehrbuch für diesen Kurs ist „Momente A1.1“

Türkisch: Ön bilgisi olmayan yeni başlayanlar için kurs haftada iki kez yapılır.

Portugiesisch

7540



Portugiesisch für Anfänger/innen – Niveau A1.1 - Onlinekurs



Ein Portugiesischkurs für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse. Das Augenmerk liegt auf dem europäischen Portugiesisch. In diesem Kurs, erlernen Sie die Grundzüge der Grammatik und des Wortschatzes und werden auf Alltagssituationen und den Urlaub in Portugal vorbereitet. Die Teilnahme ist nur online möglich. Der Kurs ist als Kleingruppe konzipiert.

Bitte mitbringen: Das Unterrichtsbuch wird vor Kursbeginn bekannt gegeben.

Leitung Sabina Calheiros-Veloso

Termin Die Unterrichtstage und Uhrzeiten werden rechtzeitig auf unserer Website bekannt gegeben.

prochasson frederic / Shutterstock.com





A1.1 kursu tamamladıktan sonra A1.2 kursu yil sonuna kadar devam eder.

Polnisch: Kurs dla początkujących, odbywający się dwa razy w tygodniu. Po zakończeniu kursu A1.1 planowany jest bezpośrednio kurs A1.2 trwający do końca semestru.

English: Course for beginners without previous knowledge. The course takes place twice a week. After completing course A1.1, course A1.2 continues until the end of the half year.

Bitte mitbringen: "Momente A1.1"

Hueber Verlag

ISBN 978-3-19-001791-1

Leitung Fjona Ymeri

Termin Beginn ist am Mo., 06.01.2025, 21 Termine, jeweils montags und mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr 185,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Bitte mitbringen: Kursbuch "Momente A1.2"

Hueber Verlag

ISBN 978-3-19-201791-9

7712



Deutsch A1.2



Kurs für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen. Der Kurs baut auf den grundlegenden Sprachstrukturen und Vokabeln des A1.1-Kurses auf und ermöglicht den Teilnehmern, ihre Kenntnisse weiter zu vertiefen und auszubauen. Durch abwechslungsreiche Übungen, Dialoge und praktische Anwendungen werden die Teilnehmer befähigt, einfache Alltagssituationen auf Deutsch zu bewältigen, ihr Vokabular zu erweitern und ihre kommunikativen Fähigkeiten zu verbessern. Der Kurs findet zweimal pro Woche statt und setzt den Kurs A1.1 fort. Für Quereinsteiger ist ein Einstufungstest auf der Internetseite der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. erforderlich. Das Buch für den Kurs ist "Momente A1.2" vom Hueber Verlag.

Leitung Fjona Ymeri

Termin Beginn ist am Mi., 23.04.2025, 19 Termine, montags und mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr 167,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Berufsbezogene Deutschsprachförderung



Bundesamt für Migration und Flüchtlinge

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!

7713

Deutsch A1.2



Leitung Emine Aktas

Termin Beginn ist am Mo., 06.01.2025, 21 Termine, montags und donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr 185,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7714

Deutsch A1.1



A1.1: Kurs für Anfänger ohne Sprachkenntnisse. Der Deutschkurs für Anfänger bietet eine solide Grundlage für den Einstieg in die deutsche Sprache. Der Kurs findet zweimal in der Woche statt. Nach dem Kurs A1.1 folgt die Fortsetzung des Kurses A1.2. So entsteht eine Möglichkeit in nur einem Semester das Sprachniveau A1 zu erreichen und in weiteren Semester das Lernen fortzusetzen. Das Lehrbuch für diesen Kurs ist „Momente A1.1“

Türkisch: Ön bilgisi olmayan yeni başlayanlar için kurs haftada iki kez yapılır. A1.1 kursu tamamlandıktan sonra A1.2 kursu yıl sonuna kadar devam eder.

Polnisch: Kurs dla początkujących. Kurs odbywa się dwa razy w tygodniu. Po zakończeniu kursu A1.1 planowany jest bezpośrednio kurs A1.2.

Englisch: Course for beginners without previous knowledge. The course takes place twice a week. After completing course A1.1, course A1.2 continues until the end of the year.

Bitte mitbringen: "Momente A1.1"

Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-001791-1

Leitung Emine Aktas

Termin Beginn ist am Di., 22.04.2025, 18 Termine, jeweils montags und donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr 167,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!

A2 Niveau

7721



Deutsch A2.1



Der Kurs ist perfekt für Teilnehmende, die schon mit dem Erlernen der deutschen Sprache begonnen haben. Es ist die Fortsetzung von dem Kurs A1.2. Auch ein Quereinstieg ist nach der Feststellung des Niveaus im Einstufungstest auf unserer Internetseite möglich. Für die Beratung stehen wir telefonisch und per E-Mail zur Verfügung. Der Kurs findet zwei mal in der Woche statt. Der Kurs wird nach den Herbstferien fortgesetzt. So entsteht die Möglichkeit innerhalb eines Semesters das Sprachniveau A2 zu erlangen. Das Kursbuch ist „Momente A2.1“

Bitte mitbringen: Kursbuch "Momente A2.1"

Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-001792-8

Leitung Arbesa Ukshini

Termin Beginn ist am Mo., 06.01.2025, 21 Abende, jeweils montags und mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr 185,00 €

Ort Virtuell. Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, Zoom2

7722

Deutsch A2.2



Der Kurs baut auf den grundlegenden Sprachstrukturen und Vokabeln des A2.1-Kurses und erweitert sie bis zum Erlangen des Niveaus. Durch abwechslungsreiche Übungen, Dialoge und praktische Anwendungen werden die Teilnehmenden befähigt, komplexere Alltagssituationen auf Deutsch zu bewältigen, ihr Vokabular zu erweitern und ihre kommunikativen Fähigkeiten auf dem Niveau zu verbessern. Für Quereinsteiger ist das Vorzeigen des Ergebnisses vom Einstufungstest erforderlich. Für die Beratung stehen wir telefonisch und per E-Mail zur Verfügung. Der Kurs findet zwei mal in der Woche statt. Das Buch für den Kurs ist "Momente A2.2" vom Hueber Verlag.

Bitte mitbringen: Kursbuch "Momente A2.2"

Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-201792-6

Leitung Arbesa Ukshini

Termin Beginn ist am Mi., 23.04.2025, 21 Abende, jeweils montags und mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr 185,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7723

Deutsch A2.1



Leitung N.N.

Termin Beginn ist am Di., 22.04.2025, 18 Abende, jeweils dienstags und donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr 158,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

B1 Niveau

7731



Deutsch B1.1



Dies ist der Fortsetzungskurs für die Teilnehmenden aus dem Kurs A2.2. Er baut auf den bereits erworbenen Sprachstrukturen und Vokabeln auf und fördert die Weiterentwicklung der sprachlichen Fähigkeiten. Auch die fortgeschrittenen Quereinsteiger sind in diesem Kurs herzlich willkommen - wir bitten aber darum, vorher einen Einstufungstest auf unserer Internetseite zu machen. Der Kurs findet zwei mal in der Woche statt. Der Kurs wird nach den Osterferien fortgesetzt. So entsteht die Möglichkeit innerhalb eines Semesters das Sprachniveau B1 zu erlangen. Das Kursbuch ist „Momente B1.2“

Bitte mitbringen: "Momente B1.1"

Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-001793-5

Leitung Fjona Ymeri

Termin Beginn ist am Di., 07.01.2025, 21 Termine, dienstags und donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr 185,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



7732



Deutsch B1.2



Der Kurs B1.2 baut auf den Vorgängerkurs B1.1 und richtet sich an Teilnehmende mit fortgeschrittenen Deutschkenntnissen auf dem Niveau B1. Durch vielfältige Übungen, Dialoge und praktische Anwendungen werden die Teilnehmenden befähigt, komplexere Alltagssituationen auf Deutsch zu meistern, ihr Vokabular zu erweitern und ihre kommunikativen Fähigkeiten auf einem höheren Niveau zu festigen. Auch die fortgeschrittenen Quereinsteiger sind in diesem Kurs herzlich willkommen - wir bitten aber darum, vorher einen Einstufungstest auf unserer Internetseite zu machen. Der Kurs findet 2 mal in der Woche statt. Das Kursbuch ist „Momente B1.2“.

Bitte mitbringen: "Momente B1.2"

Hueber Verlag

ISBN 978-3-19-201793-3

Leitung Fjona Ymeri

Termin Beginn ist am Di., 22.04.2025,
18 Termine, dienstags und
donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr 158,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7733

Deutsch B1.1



Leitung N.N.

Termin Beginn ist am Mi., 23.04.2025,
21 Termine, jeweils montags
und mittwochs, 18:00 - 19:30
Uhr

Gebühr 185,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7734



Deutsch B1.2



Leitung Enkelejda Prendi

Termin Beginn ist am Mo., 06.01.2025,
21 Termine, montags und mitt-
wochs, 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr 185,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

B2 Niveau

7741

Deutsch B2.1



Der Kurs richtet sich an die fortgeschrittenen Teilnehmenden, 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. Auch die fortgeschrittenen Quereinsteiger sind in diesem Kurs herzlich willkommen - wir bitten aber darum, vorher einen Einstufungstest auf unserer Internetseite zu machen. Der Unterricht findet 2 mal in der Woche statt. Das Kursbuch ist "Weitblick B2.1"

Bitte mitbringen: Weitblick B2.1

Cornelsen Verlag

ISBN 978-3-06-120889-9

Leitung Arbesa Ukshini

Termin Beginn ist am Di., 07.01.2025,
21 Abende, jeweils dienstags
und donnerstags, 18:00 - 19:30
Uhr

Gebühr 185,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7742



Deutsch B2.2



Der Kurs B2.2 baut auf den Vorgängerkurs B2.1 und richtet sich an Teilnehmende mit fortgeschrittenen Deutschkenntnissen auf dem Niveau B2. Er baut auf den bereits erworbenen Sprachstrukturen und Vokabeln auf und fördert die Weiterentwicklung der sprachlichen Fähigkeiten auf einem fortgeschrittenen Level. Durch vielfältige Übungen, Diskussionen und praktische Anwendungen werden die Teilnehmenden befähigt, komplexe Themen zu verstehen, sich klar auszudrücken und fließend zu kommunizieren. Der Kurs findet 2 mal pro Woche statt. Auch die Quereinsteiger sind nach dem Einstufungstest herzlich willkommen. Das Kursbuch: Weitblick B2.2

Bitte mitbringen: Weitblick - Das große

Panorama - B2.2

Cornelsen Verlag

ISBN 978-3-06-120890-5

Leitung Arbesa Ukshini

Termin Beginn ist am Di., 22.04.2025,
18 Abende, jeweils dienstags
und donnerstags, 18:00 - 19:30
Uhr

Gebühr 158,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Prostock-studio / Shutterstock.com



7743



Deutsch B2.1



Leitung Enkelejda Prendi

Termin Beginn ist am Mi., 23.04.2025,
18 Abende, jeweils montags
und mittwochs, 18:00 - 19:30
Uhr

Gebühr 158,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Niveau C1

7750

Deutsch C1.1



Der C1-Deutsch-Kurs richtet sich an Teilnehmer, die den B2.2-Kurs abgeschlossen haben und ihre fortgeschrittenen Sprachkenntnisse weiterentwickeln möchten. Im Fokus stehen Wortschatzerweiterung, präzise Grammatik und eine fließende Ausdrucksweise, um eine sichere Kommunikation zu anspruchsvollen Themen zu ermöglichen. Das Kursbuch wird zu Beginn bekannt gegeben. Der Kurs findet zweimal wöchentlich statt.

Leitung N.N.

Termin Beginn ist am Mo., 06.01.2025,
21 Abende, jeweils montags
und mittwochs, 18:00 - 19:30
Uhr

Gebühr 185,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Deutsch am Wochenende

7751



Deutsch für Fortgeschrittene (Teil 3)



Dieser Kurs richtet sich an Lernende, die bereits über grundlegende Deutschkenntnisse verfügen und ihre Fähigkeiten auf ein höheres Niveau bringen möchten. In diesem Kurs werden wir uns intensiv mit der deutschen Sprache und Kultur auseinandersetzen und Ihre kommunikativen Fertigkeiten weiterentwickeln.

Der Kurs vertieft grammatische Strukturen, erweitert den Wortschatz und fördert die Fähigkeit, komplexere Gespräche zu führen, längere Texte zu verstehen und

sich schriftlich klar auszudrücken. Wir werden Themen wie Idiome und Redewendungen, kulturelle Nuancen, aktuelle Ereignisse und Literatur behandeln, um Ihr Verständnis der deutschen Sprache und Kultur zu vertiefen. Der Kurs ist gedacht für die Teilnehmer, die in der Woche keine Zeit haben Deutsch zu lernen, die aber schnelle Ergebnisse sehen wollen!

Leitung Fjona Ymeri

Termin Beginn ist am Sa., 11.01.2025,
11 Termine, jeweils samstags,
9:00 - 13:00 Uhr

Gebühr 240,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7752



Deutsch für Anfänger



Dieser Kurs bietet eine umfassende Einführung in die deutsche Sprache für Lernende ohne Vorkenntnisse. In einer freundlichen und interaktiven Lernumgebung werden die grundlegenden Sprachkenntnisse entwickelt, um einfache Gespräche zu führen, alltägliche Situationen zu bewältigen und grundlegende Texte zu verstehen.

Der Kurs umfasst Themen wie die deutsche Aussprache, Grundgrammatik, Wortschatz für den Alltag, einfache Konversationen, Leseverständnis und grundlegende Schreibfertigkeiten. Durch vielfältige Übungen, Spiele, Rollenspiele und multimediale Materialien wird das Lernen unterhaltsam und effektiv gestaltet. Der Kurs ist gedacht für die Teilnehmer, die in der Woche keine Zeit haben Deutsch zu lernen, die aber schnelle Ergebnisse sehen wollen!

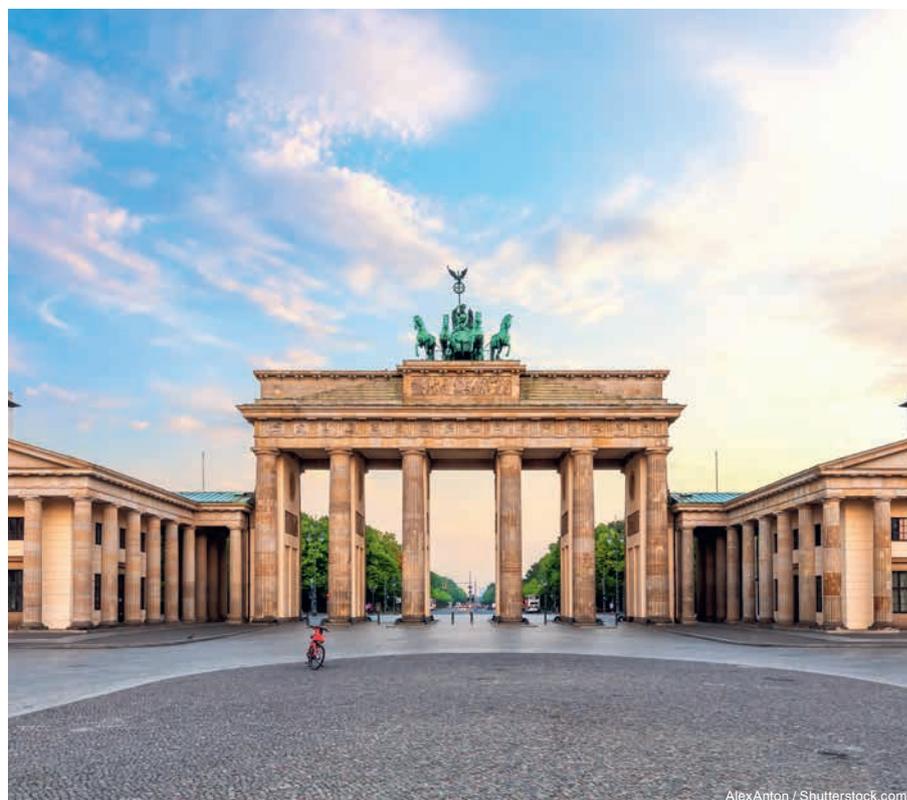
Leitung Arbesa Ukshini

Termin Beginn ist am Sa., 11.01.2025,
11 Termine, jeweils samstags,
9:00 - 13:00 Uhr

Gebühr 240,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

**Bitte kaufen Sie erst
das Buch, wenn feststeht,
dass der Kurs beginnen
kann!**



AlexAnton / Shutterstock.com



fizkes / Shutterstock.com

Prüfung A2-B1

7761P



Zertifikat Deutsch / telc Deutsch A2 - B1



Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss
24.02.2025!

Leitung N.N.

Termin Freitag, 04.04.2025,
9:00 – 16:30 Uhr

Gebühr 160,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7762P



Zertifikat Deutsch / telc Deutsch A2 - B1



Bitte beachten Sie den Anmelde-
schluss 28.04.2025!

Leitung Agnes Reck

Termin Freitag, 13.06.2025,
9:00 – 16:30 Uhr

Gebühr 160,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Deutsch in Visbek

7791



Deutsch A1.1 in Visbek



Für Anfänger ohne Vorkenntnisse bietet
dieser Deutschkurs eine solide Einfüh-
rung in die deutsche Sprache. Mit zwei
wöchentlichen Treffen legt der Kurs einen
starken Grundstein. Nach Abschluss von
A1.1 setzt sich der Lernprozess mit A1.2
in das neue Semester fort. Das Lehrbuch
für diesen Kurs ist „Momente A1.1“

Bitte mitbringen: "Momente A1.1"

Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-001791-1

Leitung Sabine Böcker

Termin Beginn ist am Mo., 20.01.2025,
17 Abende, jeweils montags
und donnerstags, 18:00 - 19:30
Uhr

Gebühr 150,00 €

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

Weiter mit Bildung!

Anleitung zur Registrierung in der vhs.cloud

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



Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



**Es steckt so
vieles in dir.**



Kreativität



Caroline Tapphorn
Tel.: 0 44 41/93 778 -23
c.tapphorn@kvhs-vechta.de

Kunsth Handwerk	104
Textiles Gestalten	105
Musik	107
Fotografie	107



Kunsthandwerk

8001



Modellieren mit Silver Clay

Gestalten Sie Ihren ganz persönlichen Anhänger, Ring oder ein Paar Ohrringe aus Silver Clay-Modelliermasse. Dieser Werkstoff besteht zu 99,9% aus Feinsilber und erlaubt ein einfaches und kreatives Arbeiten. Ohne langes Feilen, Sägen oder Löten können Sie individuelle Schmuckstücke anfertigen. Die schmiegsame Silbernetzmasse lässt sich wie Ton verarbeiten. Und nach einer kurzen Brenndauer halten Sie bereits Ihr Schmuckstück in den Händen. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf!

Das Material reicht i.d.R. für ein Schmuckstück. Weiteres Material kann auf Wunsch direkt im Kurs erworben werden.

Leitung Dana Kleinschmidt (Goldschmiedin)

Termin Sonntag, 06.04.2025, 10:00 – 17:00 Uhr

Gebühr 105,00 €, inkl. Materialkosten, Werkzeugleihe und Brennen

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

8002

Bildhauerei in Sand- und Speckstein

"Was will der Stein, was will ich?"

"Was will der Stein? Was will ich?" Dieser Kurs möchte den Teilnehmern Mut machen, sich mit Unterstützung des Dozenten kreativ an einen Stein heran zu wagen. Speckstein ist ein an Marmor erinnernder Stein, ohne dessen Härte zu besitzen. Er ist recht mühelos zu bearbeiten. Sandstein ist etwas härter. Beides regt zu vielfältigen figürlichen oder abstrakten Formen an.

Leitung Rolf Brüning

Termin Samstag, 10.05.2025, 11:30 – 17:00 Uhr
Sonntag, 11.05.2025, 11:30 – 17:00 Uhr

Gebühr 66,00 €, zzgl. Materialkosten

Ort Bramsche-Malgarten, Atelier im Malgarten, Am Kloster 4, 49565 Bramsche

8003

Tonköpfe und andere Objekte kreativ gestalten

Dieser Kurs ist an alle gerichtet, die plastische Dinge aus Ton gestalten möchten. Vorkenntnisse sind hierzu nicht erforderlich.

Leitung Rolf Brüning

Termin Samstag, 22.02.2025, 11:30 – 17:00 Uhr
Sonntag, 23.02.2025, 11:30 – 17:00 Uhr

Gebühr 66,00 €, zzgl. Materialkosten

Ort Bramsche-Malgarten, Atelier im Malgarten, Am Kloster 4 49565 Bramsche

HIGHLIGHT

8004

Acryl-Pouring Workshop

Tauche ein in die Welt des Acryl-Pourings und entdecke deine ganz persönliche künstlerische Ader! In diesem Workshop lernst du, wie Farben in Bewegung kommen und aus jedem Guss ein einzigartiges Kunstwerk entsteht. Erlebe die Magie des Fließens und lass dich von faszinierenden Farbverläufen und überraschenden Effekten verzaubern. Ob Anfänger oder Fortgeschrittener - hier geht es darum, die eigene Kreativität zu

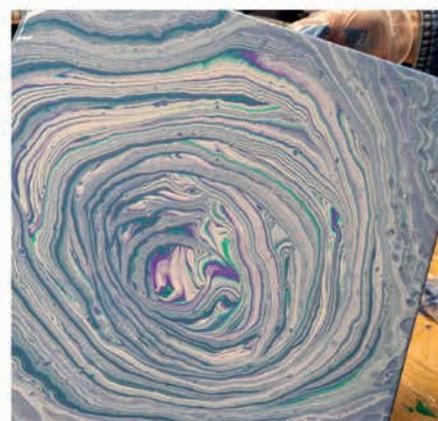
entfesseln und Kunstwerke zu schaffen, die wirklich begeistern. Werde Teil dieser farbenfrohen Reise und lass dich inspirieren - sichere dir jetzt deinen Platz!

Leitung Florinda und Fjolla Mucaj

Termin Freitag, 09.05.2025, 19:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 22,00 €, inkl. Materialkosten, Schutzkleidung, Snacks und Getränken

Ort F & F Artstudio, Münsterstr. 39 49377 Vechta





HIGHLIGHT

8005

Kerzenworkshop: Lust auf eine selbstgemachte Kerze?

Erlebe einen unvergesslichen Abend voller Kreativität und Entspannung. Hier hast du die Möglichkeit, deine ganz persönliche Kerze von Grund auf selbst zu gestalten- vom Vorbereiten des Glases, über Fixieren des Dochtes und das Schmelzen des Waxes, bis hin zum Färben und Dekorieren ganz nach deinem Geschmack. Tauche ein in die Welt der Düfte und Farben, schaffe ein einzigartiges Kunstwerk und lass den Alltag hinter dir. Gönn dir eine kreative Auszeit und gestalte deine individuelle Frühlingskerze - für dich selbst oder als ganz besonderes Geschenk!

Leitung Florinda und Fjolla Mucaj

Termin Freitag, 25.04.2025,
19:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 22,00 €, inkl. Materialkosten, Schutzkleidung, Snacks und Getränken

Ort F & F Artstudio Münsterstr. 39
Vechta



Textiles Gestalten

Nähkurse am Vormittag

Bitte mitbringen: eine Nähmaschine, Nähutensilien und Stoffe

8200

Nähkurs am Vormittag

Leitung Maria Eilermann

Termin Beginn ist am Montag,
13.01.2025, 8 Vormittage,
jeweils montags,
9:00 – 11:15 Uhr

Gebühr 96,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

8201

Nähkurs am Vormittag

Leitung Maria Eilermann

Termin Beginn ist am Montag,
28.04.2025, 8 Vormittage,
jeweils montags,
9:00 – 11:15 Uhr

Gebühr 96,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

8202

Nähkurs am Vormittag

Leitung Lore Stukenborg

Termin Beginn ist am Donnerstag,
13.02.2025, 6 Vormittage,
jeweils donnerstags,
9:00 – 11:15 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3



Weiter mit Bildung!



Nähkurse am Abend

Bitte mitbringen: eine Nähmaschine, Nähutensilien und Stoffe

8203

Nähkurs am Abend

Leitung Stefanie Bohne
Termin Beginn ist am Donnerstag, 09.01.2025, 6 Abende, jeweils donnerstags, 18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 72,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 72,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

8205

Nähkurs am Abend

Leitung Stefanie Bohne
Termin Beginn ist am Donnerstag, 24.04.2025, 7 Abende, jeweils donnerstags, 18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 84,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Sommerworkshop 2025

8206



Sommerworkshop 2025 – Spiel mit Farben anhand von Amish-Mustern

Leitung Eli Thoma
Termin Beginn ist am Dienstag, 05.08.2025, 4 Termine, jeweils dienstags, 14:00 – 17:00 Uhr

Gebühr 215,00 €, (zzgl. Materialkosten)
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

8204

Nähkurs am Abend

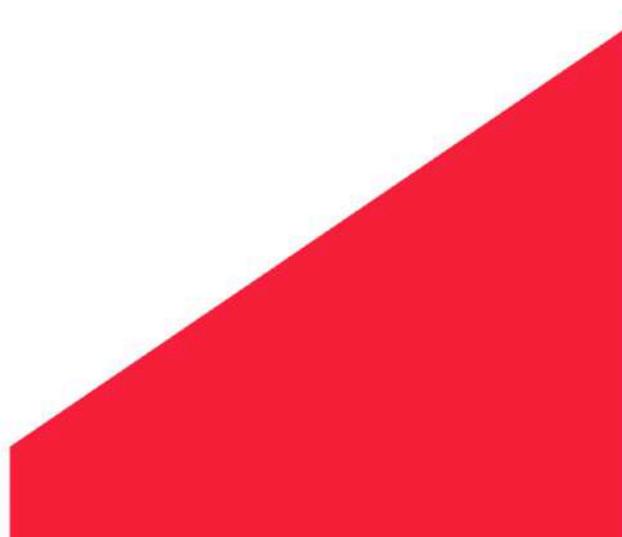
Leitung Stefanie Bohne
Termin Beginn ist am Donnerstag, 20.02.2025, 6 Abende, jeweils donnerstags,

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



Kate Adkisson / Shutterstock.com

GARDINEN - SONNENSCHUTZ - INSEKTENSCHUTZ - POLSTEREI



Raumausstattung
Josef Nordlohne GmbH
Brinkstraße 11, 49393 Lohne

Tel.: 04442 / 3659



info@nordlohne-raumausstattung.de
www.nordlohne-raumausstattung.de



Golubovy / Shutterstock.com

Musik

Gitarre für Anfänger

8300

Grundkurs: Spaß an der Gitarre

Gitarre spielerisch leicht in der Gruppe erlernen

Wer die Gitarre für sich oder aus beruflichen Gründen entdecken und erlernen möchte, ist in diesem Grundkurs genau richtig. Hier erlernen Sie Lieder mit einfachen Schlag- und Zupfmustern zu begleiten. Spielerisch und leicht üben Sie hier in der Gruppe das Akkord- und Melodiespiel. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: (Konzert-) Gitarre, Beinstütze und Notenständer.

Leitung Erich Radke

Termin Beginn ist am Dienstag, 11.02.2025, 8 Abende, jeweils dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr

Gebühr 76,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

8301

Aufbaukurs: Gitarre

Gitarre spielerisch und fortgeschritten in der Gruppe weiterentwickeln

Wer das Gitarrenspiel für sich oder aus beruflichen Gründen im fortgeschrittenen Stadium weiterentwickeln möchte, ist in diesem Aufbaukurs genau richtig. Hier erlernen Sie Lieder und Leadsheets mit aufwendigen Schlag- und Zupfmustern zu begleiten. Spielerisch und leicht entwickeln Sie hier in der Gruppe das Akkord- und Melodiespiel anhand ausgewählter Songs aus den Bereichen Rock, Pop, Folklore weiter.

Voraussetzungen: Gewisse Grundkenntnisse über Handhabung von Leadsheets.

Bitte mitbringen: (Konzert-) Gitarre, Beinstütze und Notenständer.

Leitung Erich Radke

Termin Beginn ist am Dienstag, 11.02.2025, 8 Abende, jeweils dienstags, 20:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 76,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Fotografie

Bitte mitbringen: Smartphone oder Kamera mit vollem Akku und leerer Speicherkarte, ggfs. auch Zubehör.

8302

Smartphone Fotografie: Coole Bilder mit dem Handy machen

Fotografieren mit dem Handy ist so viel mehr als nur hinhalten, draufdrücken und fertig! Clever eingesetzt können Sie im Alltag oder Urlaub unglaubliche Ideen realisieren und spannende Bilder kreieren. Vergessen Sie ab sofort die Knipserei im Automatikmodus, denn in ihrem Smartphone steckt eine Kamera / Software, die nur darauf wartet, zielgerichtet eingesetzt zu werden. Mit dem Fotowissen aus diesem Kurs und das Knowhow für "bewusstes Sehen", Motivansprache und Bildgestaltung können Sie jetzt anfangen, perfekte Erinnerungen in faszinierenden Bildern festzuhalten!

Am 1. Abend (Wochentag) setzen wir uns kurz mit der Fototechnik in Smartphones, den fotografischen Grundlagen und der Bildgestaltung auseinander.

Am 2. Tag (Wochenende) geht's in kleiner Gruppe auf Fototour durch Vechta. In unserem „Einsteiger“ Smartphone-Fotokurs lernen Sie typische Anfängerfehler zu vermeiden. Gemeinsam und unter Anleitung setzen wir unterschiedlichste Motive und fotografische Herausforderungen um. Dazu gehört: Lichtverhältnisse und Stimmungen optimal nutzen, Schärfe richtig setzen, Belichtung und Farbgestaltung anpassen.

Tipps für hilfreiches Zubehör, Speichermöglichkeiten und Bildbearbeitung runden den praxisnahen Kurs ab.

Leitung Gundolf Renze

Termin Mittwoch, 12.03.2025, 18:30 – 21:00 Uhr
Freitag, 14.03.2025, 14:30 – 17:45 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



8303

Smartphone Fotografie: Coole Bilder mit dem Handy machen

Leitung Gundolf Renze

Termin Donnerstag, 19.06.2025,
18:30 – 21:00 Uhr
Samstag, 21.06.2025,
10:00 – 13:15 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Bitte mitbringen: Kamera mit vollem Akku und leerer Speicherkarte, ggfs. auch Zubehör.

8304

Fotografieren mit Spiegel- reflex- / Systemkamera Anfänger Fotokurs – Theorie und Praxis

Sind Sie mit Ihren Fotos oft unzufrieden? Möchten Sie sich vom „Automatik-Modus“ Ihrer Kamera lösen, fühlen sich aber überfordert mit der Fülle an Drehrädern und Einstellknöpfen? Das „Foto-Einmal-eins“ von Blende, Verschlusszeit und ISO würden Sie gerne beherrschen? Dann ist dieser Fotokurs genau richtig für Sie!

Am 1. Abend (Wochentag) setzen wir uns mit derameratechnik, den fotografischen Grundlagen und der Bildgestaltung auseinander.

Am 2. Tag (Samstag) geht's in kleiner Gruppe auf Fototour 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-kauf, 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!

Weiter mit Bildung!

maxbelchenko / Shutterstock.com



Leitung Gundolf Renze

Termin Montag, 24.02.2025,
18:30 – 21:00 Uhr
Samstag, 01.03.2025,
10:30 – 14:30 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

8305

Fotografieren mit Spiegel- reflex- / Systemkamera Anfänger Fotokurs – Theorie und Praxis

Leitung Gundolf Renze

Termin Donnerstag, 15.05.2025,
18:30 – 21:00 Uhr
Samstag, 17.05.2025,
10:30 – 14:30 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

8306

Fotokurs für Fortgeschrittene Besser fotografieren mit Spie- gelreflex- / Systemkamera II

Sie haben unseren Anfängerkurs besucht oder sind bereits mit Ihrer Kamera vertraut? Sie möchten Ihre Kenntnisse auffrischen und fantastische Effekte kennen lernen? 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 in die Tiefen der Fotografie. Wir bauen auf den Grundlagen auf, Wiederholen und Vertiefen das bereits Erlernte und ergänzen es um wertvolle Infos rund um das „Belichtungs-dreieck“ und richtiges „Fokussieren“. Dieser Fotokurs besteht zum größten Teil aus der Praxis, d.h. einer Fototour auf der wir verschiedene Motive und Situationen fotografieren. Dabei

Kreativität



geht es um Beleuchtung und Perspektive sowie Bildwirkung (optimaler Bildaufbau, „Drittel-Regel“). Insbesondere mit der Festbrennweite lernen Sie Ihr fotografisches Auge zu schulen und Motive - über eine prof. Bildgestaltung - zu erarbeiten. Dank zahlreicher „Foto Hacks“, die wir einsetzen, bekommen Sie Inspirationen für neue kreative Fotos. Wir besprechen untereinander unsere Bilder und beantworten individuelle Fragen. Langzeitbelichtungen mittels Graufilter (ND-Filter) und Stativ werden auch ein Thema sein. Zudem werden wir die Vorteile von RAW anstatt JPG besprechen.

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

Leitung Gundolf Renze

Termin Montag, 31.03.2025,
18:30 – 21:00 Uhr
Samstag, 05.04.2025,
10:30 – 14:15 Uhr

Gebühr 80,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!



ANTON EIKEN
Bauunternehmen GmbH & Co. KG

Wir bauen für Sie!



Bergweg 1 · 49393 Lohne

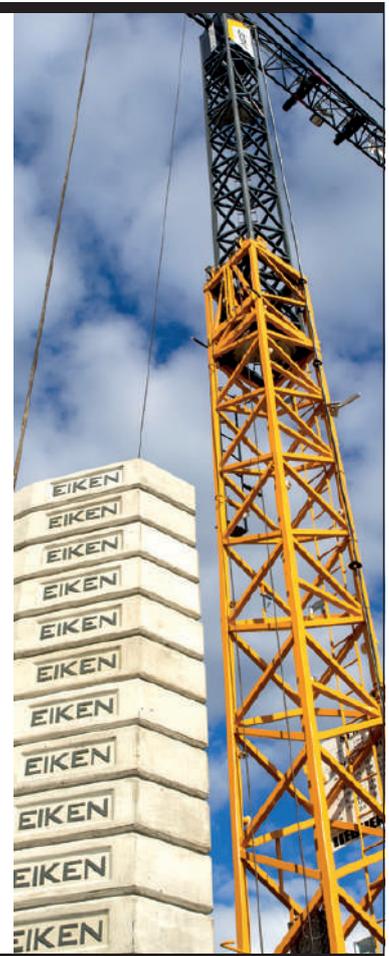


Telefon: 04442-80 17 20



E-Mail: info@eiken-bau.de

Web: www.eiken-bau.de



Kreativität

vhs

Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



**Zusammen kann
alles einfach sein.**



Gesundheit



Maria Abeling-Stegkämper

Tel.: 0 44 41 / 99 - 2804

m.abeling-stegkaemper@kvhs-vechta.de



Nicole Mucker

Tel.: 0 44 41 / 99 - 2803

n.mucker@kvhs-vechta.de

Patientenforen	112
Gesunde Ernährung	116
Bewegung und Entspannung	118
Aqua Fitness	123
10er-Karte	124
Reha-Sport / Funktionstraining	126



Vorträge / Angebote in Zusammenarbeit mit dem **St. Marienhospital Vechta**

Patientenforen

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. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Patientenverfügung/ Vorsorgevollmachten

Früh an später denken - das Thema Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung geht jeden etwas an. Auch in jungen Jahren ist es wichtig sich mit diesem Thema zu beschäftigen.

Vorsorge zu treffen bedeutet das 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.

9001



Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Nicole Russmann

Termin Mittwoch, 23.04.2025,
18:30 – 20:45 Uhr

Gebühr Dieser Vortrag ist kostenlos. Über eine Spende in die Spendenbox des SKF- Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Vechta würden wir uns sehr freuen! Die Spendenbox steht am Abend der Veranstaltung vor Ort!

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

9004



Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Nicole Russmann

Termin Mittwoch, 25.06.2025,
18:30 – 20:45 Uhr

Gebühr Dieser Vortrag ist kostenlos. Über eine Spende in die Spendenbox des SKF- Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Vechta würden wir uns sehr freuen! Die Spendenbox steht am Abend der Veranstaltung vor Ort!

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

9002

Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Nicole Russmann

Termin Mittwoch, 21.05.2025,
18:30 – 20:45 Uhr

Gebühr Dieser Vortrag ist kostenlos. Über eine Spende in die Spendenbox des SKF- Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Vechta würden wir uns sehr freuen! Die Spendenbox steht am Abend der Veranstaltung vor Ort!

Ort Lohne, Kreisvolkshochschule,
Lindenstraße 49

9005



Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Erika Rüwe

Termin Mittwoch, 12.11.2025,
18:30 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus,
Bürgerm.-Möller-Platz 1, 49377
Vechta

9003



Patientenverfügung / Vorsorgevollmachten

Leitung Erika Rüwe

Termin Mittwoch, 04.06.2025,
18:30 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus,
Bürgerm.-Möller-Platz 1, 49377
Vechta



New Africa / Shutterstock.com



**Mehr
erfahren**
auf aok.de

Mehr Leistungen, mehr **Gesundheit.**

Wir machen Niedersachsen gesünder.

Mit der AOK Niedersachsen können Sie von Mehrleistungen profitieren, wie zum Beispiel einer professionellen Zahnreinigung oder Osteopathie.

So funktioniert's: Wir erstatten die Kosten zu 80 %, bis zu 500 Euro im Jahr für alle Mehrleistungen zusammen.

Sprechen Sie mit uns.

AOK Niedersachsen. Die Gesundheitskasse.



Vorträge / Angebote in Zusammenarbeit mit dem **St. Marienhospital Vechta**

9006

Schmerzen im Knie

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, Meniskusschäden 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, 11.03.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Bürgermeister-Möller-Platz 1,
49377 Vechta



Anatoliy Cherkas / Shutterstock.com

9007

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 Dienstag, 22.04.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Bürgermeister-Möller-Platz 1,
49377 Vechta

hohen Verlust an Lebensqualität einher. Die Hauptursache für eine Verschleißerkrankung ist das Zusammenwirken von altersbedingten Gelenknorpelabrieb 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 der Referent nach dem Vortrag.

Leitung Dr. med. Jens Hilgenberg

Termin Dienstag, 13.05.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Bürgermeister-Möller-Platz 1,
49377 Vechta



New Africa / Shutterstock.com

9008

Schmerzen in der Hüfte – Welche Behandlungsmöglich- keiten 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

9009



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



Vorträge / Angebote in Zusammenarbeit mit dem **St. Marienhospital Vechta**

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, 23.09.2025,
 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus,
 Bürgerm.-Möller-Platz 1, 49377
 Vechta

9010



Schmerzen in der Schulter – Was kann man tun?

Die Schulter ist das beweglichste Gelenk des menschlichen Körpers. Aufgrund des komplexen Aufbaus ist es aber auch sehr anfällig für Schädigungen. Im Gegensatz zu den meisten anderen Gelenken wird die Stabilität hier nicht insbesondere durch die Knochen, sondern durch die Bänder und Muskeln gewährleistet. Verletzungen und andere Probleme der Schulter führen deshalb zu deutlich längeren Heilungs- und Rehabilitationszeiten als bei „normalen“ Gelenken.

Schulterschmerzen machen sich häufig beim Anheben der Arme über die Schulterhöhe hinaus bemerkbar. Viele Patienten klagen über Schmerzen bei Druck auf der Schulter. Bei Sportlern kann es durch einseitige Überbelastung oder Verletzungen zu Einklemmungen und Instabilitäten kommen. Bei bestimmten Bewegungen und zusätzlicher Krafteinwirkung treten dann Schmerzen auf.

In dieser Vortragsveranstaltung erläutert der Referent, wie Erkrankungen des Schultergelenkes entstehen und wie diese behandelt werden können. Die moderne Schulterchirurgie hat im letzten Jahrzehnt einen starken Wandel mit deutlich schonenderen operativen Verfahren erlebt. Außerdem wird erläutert, wie man Verletzungen vermeiden und das Schultergelenk trainieren kann. Im Anschluss an den Vortrag besteht reichlich Zeit, um Fragen zu stellen.

Leitung Dr. med. Jens Hilgenberg, N.N.
Termin Dienstag, 04.11.2025,
 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus,
 Bürgerm.-Möller-Platz 1, 49377
 Vechta

9011



Pflegeberatung – Möglichkeiten und Hilfen in der häuslichen Pflege

Alle Pflegebedürftigen in Deutschland sowie deren Angehörige und allgemein Ratsuchende haben einen gesetzlich geregelten Anspruch auf Pflegeberatung (§ 7a SGB XI). Die Pflegeberatung wird fortlaufend ausgeweitet, denn 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, 06.11.2025,
 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta. Niels-Stensen-Haus,
 Bürgerm.-Möller-Platz 1, 49377
 Vechta



Pixel-Shot / Shutterstock.com



Handreflexzonenmassage erlernen

Genauso wie an den Füßen finden sich auch an den Händen Reflexzonen, die man für sich selbst sehr einfach und effektiv nutzen kann.

In diesem Kurs wird es darum gehen, wo wir welche Reflexzonen finden und wie und wozu wir sie anwenden können. Bringen Sie gern ein Handtuch, ggf eine Creme oder ein Puder mit.

9012



Handreflexzonenmassage erlernen

Leitung Ingrid vom Felde
Termin Mittwoch, 26.03.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 11,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

9013



Handreflexzonenmassage erlernen

Leitung Ingrid vom Felde
Termin Mittwoch, 21.05.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 11,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



kei907 / Shutterstock.com

Gesunde Ernährung

Gesunde Ernährung heißt vor allem, alle lebensnotwendigen Nährstoffe wie Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate, Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente in einem ausgewogenen und individuell angepassten Verhältnis zu sich zu nehmen. Es werden Ihnen verschiedene Wege und Möglichkeiten aufgezeigt, wie sich eine gesunde Ernährung in den Alltag integrieren lässt.

Gesunde Rezepte werden vorgestellt und gemeinsam ausprobiert. Zudem wird auf verschiedene Krankheitsbilder eingegangen, so dass auch bei Unverträglichkeiten oder Allergien eine ausgewogene und geschmackvolle Ernährung umgesetzt werden kann.

9100

Beratung für ernährungsspezifische Probleme

Die Ernährung eines jeden Menschen muss auf seine persönliche Lebenssituation abgestimmt sein.

Die Diätassistentin und Ernährungsberaterin/VFED Andrea Heuermann 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 Andrea Heuermann
Termin Termin nach Absprache unter
04441/992800

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse ist möglich.



Andrea Heuermann,
Ernährungsberaterin

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

Basenfasten für Gesunde

Basenfasten ist eine sanfte und effektive Möglichkeit um den Körper zu entlasten, die Ernährung umzustellen und wieder bewusst zu essen.

Bei der basischen Kur fasten wir auf säurehaltige Lebensmittel und ernähren uns in diesem Fastenzeitraum von Obst, Gemüse, Nüsse, Sprossen und reichlich Flüssigkeit.

Wir treffen uns an 5 Abenden jeweils um 19 Uhr, Dauer ca. je 1,5 Std.

Es gibt Rezepte, viele Informationen und reichlich Spaß.

Basenfasten ist für Erwachsene jeden Alters, die Spaß haben an gesunder Ernährung und ihren Körper sanft entlasten möchten. Viele Teilnehmer berichten von Reduktion von Gewicht und Umfang und nutzen diesen positiven Nebeneffekt um weiterhin sich gesund und bewusst zu ernähren.

Sollten Sie unsicher sein, ob Basenfasten etwas für Sie ist oder Sie gesundheitliche Einschränkungen haben, klären Sie bitte in einem Gespräch mit mir vorher ab, ob der Kurs das Richtige für Sie ist. Bitte unter: info@kvhs-vechta.de



9102



Basenfasten für Gesunde

Leitung Daniela Busse

Termin 5 Abende: 18.02., 24.02.,
26.02., 28.02. und 03.03.2025
jeweils dienstags,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 99,00 €

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

9103



Basenfasten für Gesunde

Leitung Daniela Busse

Termin 5 Abende: 18.03., 24.03.,
26.03., 28.03. und 31.03.2025,
jeweils dienstags,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 99,00 €

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

9104

Winter- und Starkbiere – Tasting Seminar

An diesem Abend werden Sie in die Welt
unterschiedlicher Winter- und Starkbiere
eingeführt.

Unter Anleitung der Biersommelière, Ma-
nuela Harms, werden sieben verschiede-
ne Biere, auch mit winterlichen Gewürzen
und Aromen versetzte oder ausgeprägte
Starkbiere verkostet. Des weiteren erfah-
ren Sie, was es mit der alten Tradition
des "Stachels" auf sich hat. Zum Tasting
werden kleine Snacks gereicht.

Leitung Manuela Harms

Termin Freitag, 14.02.2025,
18:30 – 21:30 Uhr

Gebühr 42,00 €, inkl. Lebensmittelum-
lage

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, Treff: Foyer



Brent Hofacker / Shutterstock.com



COACHING - TRAINING - MODERATION

Wir bieten euch interaktive **Seminare, Trainings, Workshops** und **Vorträge** rund um Arbeitsthemen wie Führung, Motivation, Kommunikation, Resilienz und mehr. Außerdem unterstützen wir dich als **Coaches**, bei deinen beruflichen und privaten Entwicklungsthemen.

Melde dich gerne bei uns: info@arbeitsleben.de

Gruß Isi & Conny



Arbeitsleben GbR

Isabel Tepe & Dr. Cornelia Schmedes
Mühlenstraße 49, 49377 Vechta
04441-9951262 www.arbeitsleben.de





9105

Die Vielfalt der Biere-Tasting Seminare

Wissen Sie, was sich hinter unterschiedlichen Bierstilen verbirgt, wonach riechen und schmecken Pale Ale, Porter, Wit, Stout oder Lambic?

Was ist Craft Bier und wie wird überhaupt Bier hergestellt?

Unter Anleitung der Biersommelière, Manuela Harms, finden Sie Antworten auf diese Fragen und werden in die genussreiche Welt unterschiedlicher Biere eingeführt. Genießen Sie Biere, aus verschiedenen, meist kleinen Brauereien und lassen Sie sich von deren Besonderheiten überzeugen. Bei der Verkostung erfahren Sie mehr zur Geschichte und Herstellung des wohl ältesten Kulturgutes der Menschheit. Bier ist nicht nur ein Getränk, es ist ein Lebensgefühl und unglaublich vielfältig. Zum Tasting werden kleine Snacks gereicht.

Leitung Manuela Harms

Termin Freitag, 07.03.2025,
18:30 – 21:30 Uhr

Gebühr 42,00 €, inkl. Lebensmittelumlage

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, Treff: Foyer

9106



Intuitives und achtsames Essen – Warum wir unserem Körper vertrauen sollten

In diesem Vortrag erhalten Sie interessante Einblicke in das Konzept des intuitiven und achtsamen Essens, das dazu beiträgt, ein gesundes und natürliches Essverhalten zu fördern. Anders als bei herkömmlichen Diäten zielt dieser Ansatz auf eine langfristige Lösung ab, die es Ihnen ermöglicht, das Essen wieder ohne schlechtes Gewissen zu genießen und Heißhunger zu überwinden. Wir werden auch erörtern, wie Gedanken und Gefühle unser Essverhalten beeinflussen und welche wichtige Rolle ein liebevolles Selbstbild dabei spielt. Praktische Tipps zur Umsetzung des intuitiven und achtsamen Essens runden den Vortrag ab.

Leitung Katrin Holtvogt

Termin Donnerstag, 13.03.2025,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 11,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Bewegung und Entspannung

9200

Balance finden: Resilienz stärken und mentale Überbelastung bewältigen

In diesem Workshop steht die Bewältigung von mentaler Überlastung im Fokus. Frauen im beruflichen und persönlichen Umfeld stehen oft vor vielfältigen Herausforderungen, die zu einer Überbelastung führen können. Dieser Workshop bietet einen sicheren Raum für den Austausch von Erfahrungen und die gemeinsame Entwicklung von Bewältigungsstrategien. Durch gezielte Übungen und praxisnahen Tipps lernen die Teilnehmerinnen, ihre Resilienz zu stärken und einen gesunden Umgang mit Stress und Belastung zu finden. Am Ende des Workshops sind die Teilnehmerinnen besser gerüstet, um ihre mentale Überbelastung zu bewältigen und ein ausgewogenes und erfülltes Leben zu führen.

Zielgruppe: Frauen

Leitung Isabel Tepe

Termin Freitag, 07.03.2025,
9:00 – 16:00 Uhr

Gebühr 120,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

9201



Gelassenheit ist nur einen Samstag entfernt

- Die Kunst mit Stress gelassen umzugehen -

Nur wer seinen Feind kennt, kann ihn besiegen. Was ist eigentlich dieser Stress, und wie werde ich ihn wieder los? Wir lernen Stress kennen und erarbeiten uns individuelle Bewältigungsstrategien. Anschließend bauen wir mit einer Mischung aus unterschiedlichen sanften Sport- und Entspannungsmethoden aktiv geistigen und körperlichen Stress ab.

Leitung Isabel Tepe

Termin Samstag, 29.03.2025,
10:00 – 14:00 Uhr

Gebühr 80,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

HIGHLIGHT

9202



Vortrag: Krafttraining – der Schlüssel zum Erfolg

Krafttraining - der Schlüssel zum Erfolg!
Fitter, gesünder, stärker!

Erfahre in diesem Vortrag, warum Krafttraining mehr also nur Muskelaufbau ist und wie du intelligent ins Training starten kannst. Lerne zudem die zahlreichen weiteren Vorteile kennen, die ein gezieltes Krafttraining bietet.

Leitung Tina Weiland

Termin Montag, 17.03.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 11,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Bürgerm.-Möller-Platz 1, 49377
Vechta

9203



Vortrag: Sitzen ist das neue Rauchen

"Sitzen ist das neue Rauchen"

Langes Sitzen, so belegen zahlreiche Studien, erhöht das Risiko für die Entstehung von zahlreichen Krankheiten. Die Volkskrankheit Rückenschmerzen ist dabei nur eine von vielen. So steigt außerdem das Risiko für Diabetes Typ 2, Adipositas, Bluthochdruck und Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Erfahre in diesem Vortrag, wie du das Thema Mobilität in deinen Arbeitsalltag ganz einfach integrieren kannst.

Leitung Tina Weiland

Termin Montag, 14.04.2025,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 11,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Bürgerm.-Möller-Platz 1, 49377
Vechta





HIGHLIGHT

Workshop: FITNESS SPECIAL



Sportwissenschaft im Kursraum
Erlebe zwei einzigartige Kursformate des IFHIAS Instituts.

Motivierend, effektiv und optimal umzusetzen. Wissenschaft statt Märchen.

10.00 - 11.00 Uhr BOOSTAR®

Mitreißende Energie und beeindruckende Vitalität

Dieser holistische Cardio-Mix kombiniert einfache athletische Bewegungen äußerst kurzweilig zu einem Herzkreislauf-Booster mit rekordverdächtigem Kalorienumsatz!

Wir sprechen hier von einem All-in-One-Cardio-Workout

- hocheffektiv und dabei
- super kurzweilig

11.00 - 12.00 Uhr KORCE®

Kraftvoll und geschmeidig

Kräftigungsübungen mit dem Fokus „Core“ werden zeitgemäß und sinnvoll mit Mobilitäts- und Stabilitätsübungen kombiniert. Mit dem dynamischen Workout werden neue Ziele erreicht, wie z.B. eine spürbare Körper- und Haltungsveränderung.

Ziel: Spürbare Körper- und Haltungsveränderung

Zielgruppe: alle Fitnesslevel, Altersgruppe zwischen 20 und 60 Jahren

9204

Workshop: FITNESS SPECIAL

Leitung Tina Weiland

Termin Sonntag, 02.03.2025,
10:00 – 12:00 Uhr

Gebühr 20,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9205

Workshop: FITNESS SPECIAL

Leitung Tina Weiland

Termin Sonntag, 08.06.2025,
10:00 – 12:00 Uhr

Gebühr 20,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9206



KORCE – Training für Kraft und Beweglichkeit!

KORCE-CORE-TRAINING

Mobility- und Stabilitätsübungen machen dich kraftvoll und geschmeidig!

Eine starke Körpermitte lässt uns aufrecht und selbstbewusst durchs Leben gehen. Gleichzeitig sorgt dieses Kraftzentrum zusammen mit einer entsprechenden Mobilität dafür, Rückenschmerzen und Bewegungseinschränkungen vorzubeugen. Ein athletisches Training bringt uns zudem ein gutes Körpergefühl und unterstützt den Lifestyle. Kräftigungsübungen mit dem Fokus "Core" werden zeitgemäß und sinnvoll mit Mobilitäts- und Stabilitätsübungen kombiniert. Mit dem dynamischen Workout werden neue Ziele erreicht, wie z.B. eine spürbare Körper- und Haltungsveränderung.

KORCE ist ein sportwissenschaftlich fundiertes Training, das durch abwechslungsreiche Übungen bei mitreißender Musik motiviert und jede Menge Spaß macht. Es besteht die Möglichkeit, jederzeit in den Kurs einzusteigen ohne Anmeldung. Die 10er Karte kostet 75,- Euro, ist für ein halbes Jahr gültig und ist vor Kursbeginn in der KVHS zu erwerben.

Der Kurs findet in der kleinen Sporthalle der Geschwister-Scholl-Schule statt.

Bitte mitbringen:

Gymnastikmatte, Handtuch, Getränk

Zielgruppe:

Für jeden, der schnelle Ergebnisse in den Bereichen Mobilität und Stabilität erreichen und seine Haltung verbessern möchte. Das Korce-Training ist für Anfänger genauso geeignet wie für Fortgeschrittene, denn jeder bestimmt sein eigenes Tempo.

Leitung Tina Weiland

Termin Beginn ist am Mittwoch,
15.01.2025, 22 Abende,
jeweils mittwochs,
18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 10er Karte 75,- €

Ort Vechta, Geschwister-Scholl-Schule, Driverstraße 12, kl. Turnhalle

Hatha-Yoga

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.

Ziel: Verbesserung der körperlichen Gesundheit und Beweglichkeit, die Reduktion von Stress und die Förderung der geistigen Klarheit und Konzentration

9207

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Aeverbeck

Termin Beginn ist am Dienstag,
07.01.2025, 12 Abende,
jeweils dienstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 132,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

9208

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Aeverbeck

Termin Beginn ist am Dienstag,
07.01.2025, 12 Abende,
jeweils dienstags,
20:00 – 21:30 Uhr

Gebühr 132,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

9209

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Aeverbeck

Termin Beginn ist am Donnerstag,
09.01.2025, 12 Abende,
jeweils donnerstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 132,00 €

Ort Steinfeld, Heilpädagogischer und Integrativer Kindergarten,
Zur Schemder Bergmark 2



9210

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Donnerstag,
 09.01.2025, 12 Abende,
 jeweils donnerstags,
 19:45 – 21:15 Uhr
Gebühr 132,00 €
Ort Steinfeld, Heilpädagogischer
 und Integrativer Kindergarten,
 Zur Schemder Bergmark 2

9211



Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter
Termin Beginn ist am Dienstag,
 28.01.2025, 8 Vormittage,
 jeweils dienstags,
 10:00 – 11:30 Uhr
Gebühr 100,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
 Familie, Bremer Tor 6

9212



Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter
Termin Beginn ist am Dienstag,
 29.04.2025, 8 Vormittage,
 jeweils dienstags,
 10:00 – 11:30 Uhr
Gebühr 100,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
 Familie, Bremer Tor 6

9213



Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter
Termin Beginn ist am Dienstag,
 28.01.2025, 8 Abende,
 jeweils dienstags,
 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 100,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
 Familie, Bremer Tor 6



fizkes / Shutterstock.com

9214



Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter
Termin Beginn ist am Dienstag,
 29.04.2025, 8 Abende,
 jeweils dienstags,
 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 100,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
 Familie, Bremer Tor 6

9215

Hatha-Yoga

Leitung Michael Zeits
Termin Beginn ist am Montag,
 20.01.2025, 6 Abende,
 jeweils montags,
 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 69,00 €
Ort Vechta, St. Marienhospital
 Vechta, Säuglingszimmer,
 Marienstr. 6-8, 49377 Vechta

9216

Hatha-Yoga

Leitung Michael Zeits
Termin Beginn ist am Montag,
 10.03.2025, 6 Abende,
 jeweils montags,
 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 69,00 €
Ort Vechta, St. Marienhospital
 Vechta, Säuglingszimmer,
 Marienstr. 6-8, 49377 Vechta

9217

Hatha-Yoga

Leitung Michael Zeits
Termin Beginn ist am Montag,
 05.05.2025, 6 Abende,
 jeweils montags,
 19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 69,00 €
Ort Vechta, St. Marienhospital
 Vechta, Säuglingszimmer,
 Marienstr. 6-8, 49377 Vechta

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



Jetzt
online
abschließen!

Unsere Zahnzusatzversicherung

Für ein strahlend schönes Lächeln

Die Zahnzusatzversicherungen der ALTE OLDENBURGER schützen Sie vor hohen Zuzahlungen und sichern Ihnen so eine optimale Zahnversorgung.

Gute Leistungen anzubieten bedeutet für uns ebenfalls, guten Service zu leisten. Wenn es darauf ankommt, stehen wir Ihnen mit **persönlichen Ansprechpartnern** und mit **schneller, unbürokratischer Hilfe** zur Seite.



Einfach den QR-Code scannen
und die Zahnzusatztarife online
abschließen.

www.alte-oldenburger.de



Pilates



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.

Ziel: Stärkung und Entspannung durch Atmung und Bewegung

Voraussetzung: Vorerfahrung mit den Pilates-Grundprinzipien und den Basic- und Anfängerübungen

9218



Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Dienstag, 07.01.2025, 4 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 36,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9219



Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Dienstag, 11.02.2025, 9 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 81,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9220



Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Dienstag, 06.05.2025, 8 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9221



Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Mittwoch, 08.01.2025, 5 Abende, jeweils mittwochs, 18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 45,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9222



Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Mittwoch, 12.02.2025, 9 Abende, jeweils mittwochs, 18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 81,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9223



Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Mittwoch, 07.05.2025, 8 Abende, jeweils mittwochs, 18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9224

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Donnerstag, 09.01.2025, 5 Vormittage, jeweils donnerstags, 10:30 – 11:30 Uhr

Gebühr 45,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9225

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Donnerstag, 13.02.2025, 9 Vormittage, jeweils donnerstags, 10:30 – 11:30 Uhr

Gebühr 81,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9226

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Donnerstag, 08.05.2025, 8 Vormittage, jeweils donnerstags, 10:30 – 11:30 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9227



Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Dienstag, 07.01.2025, 4 Abende, jeweils dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr

Gebühr 36,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9228



Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Dienstag, 11.02.2025, 9 Abende, jeweils dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr

Gebühr 81,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



9229



Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye

Termin Beginn ist am Dienstag,
06.05.2025, 8 Abende,
jeweils dienstags,
19:00 – 20:00 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

AquaFitness

AquaFitness umfasst gezielte Wassergymnastik zur Förderung der allgemeinen Fitness und Entspannung und ist ein gesundheitsorientiertes Ganzkörpertraining. Bewegungsformen im Wasser haben zum Ziel, effektiv aber gelenkschonend die Beweglichkeit, die Kraftausdauer und die koordinativen Aspekte zu fördern.

Im Vordergrund des Kurses steht ein umfassendes Bewegungstraining, bei dem im Wasser gleichzeitig Gesundheit, Fitness und Entspannung erfahren werden können. Trainiert wird zum Teil bei aktivierender Musik und mit verschiedenen Trainingsgeräten.

Ziel: Förderung der allgemeinen Fitness und Entspannung, Kondition und Ausdauer

9230

AquaFitness

Leitung Sofie Therese Brickmann

Termin Beginn ist am Dienstag,
07.01.2025, 5 Abende,
jeweils dienstags,
17:00 – 17:45 Uhr

Gebühr 37,50 €

Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9231

AquaFitness

Leitung Sofie Therese Brickmann

Termin Beginn ist am Dienstag,
11.02.2025, 5 Abende,
jeweils dienstags,
17:00 – 17:45 Uhr

Gebühr 37,50 €

Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9232

AquaFitness

Leitung Sofie Therese Brickmann

Termin Beginn ist am Dienstag,
06.05.2025, 9 Abende,
jeweils dienstags,
17:00 – 17:45 Uhr

Gebühr 67,50 €

Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9233

AquaFitness

Leitung Sofie Therese Brickmann

Termin Beginn ist am Dienstag,
07.01.2025, 5 Abende,
jeweils dienstags,
17:45 – 18:30 Uhr

Gebühr 37,50 €

Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9234

AquaFitness

Leitung Sofie Therese Brickmann

Termin Beginn ist am Dienstag,
11.02.2025, 5 Abende,
jeweils dienstags,
17:45 – 18:30 Uhr

Gebühr 37,50 €

Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9235

AquaFitness

Leitung Sofie Therese Brickmann

Termin Beginn ist am Dienstag,

06.05.2025, 9 Abende,
jeweils dienstags,
17:45 – 18:30 Uhr

Gebühr 67,50 €

Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9236

AquaFitness

Leitung Sofie Therese Brickmann

Termin Beginn ist am Donnerstag,
09.01.2025, 5 Abende,
jeweils donnerstags,
17:30 – 18:30 Uhr

Gebühr 50,00 €

Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9237

AquaFitness

Leitung Sofie Therese Brickmann

Termin Beginn ist am Donnerstag,
13.02.2025, 5 Abende,
jeweils donnerstags,
17:30 – 18:30 Uhr

Gebühr 50,00 €

Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9238

AquaFitness

Leitung Sofie Therese Brickmann

Termin Beginn ist am Donnerstag,
08.05.2025, 7 Abende,
jeweils donnerstags,
17:30 – 18:30 Uhr

Gebühr 70,00 €

Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle



wavebreakmedia / Shutterstock.com



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 in ein Kursangebot „hineinschnuppern“.

Hinweise:

- Die Karten sind nicht übertragbar auf andere Personen!
- Der offizielle Kursplan befindet sich im hinteren Teil des Heftes!
- Die Sporthalle ist ausschließlich mit sauberen Hallenschuhen zu betreten.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, eigene Gymnastikmatte (wenn vorhanden), Handtuch und Getränk

9300

Fitness-Training

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.

Ziel: Kräftigung & allgemeine Fitness

Leitung Mirca Knüpling

Termin Beginn ist am Montag, 06.01.2025, 24 Vormittage, jeweils montags, 8:15 – 9:00 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9301

Gymnastik für Frauen

Dieser Kurs ist für alle, die Spaß an der Bewegung haben. Durch ein gezieltes Übungsprogramm werden vorhandene motorische und koordinative Fähigkeiten erhalten und verbessert; gleichzeitig werden große Muskelgruppen wie Rücken-, Bauch- oder Beinmuskulatur gekräftigt und gedehnt. Gymnastik 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.

Ziel: Dehnen, Strecken und Kräftigen

Leitung Agnieszka Gerhardus

Termin Beginn ist am Montag, 06.01.2025, 24 Vormittage, jeweils montags, 10:15 – 11:00 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9302

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.

Ziel: Motivation, Rhythmus und Bewegung

Leitung Michaela Dwars

Termin Beginn ist am Montag, 06.01.2025, 24 Abende, jeweils montags, 18:00 – 18:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

Weiter mit Bildung!

Bodystyling

"Bodystyling" als Fitnesskurs ist eine Trainingsform, die darauf abzielt, den gesamten Körper zu kräftigen, zu straffen und zu formen. Typischerweise kombiniert der Kurs verschiedene Übungen, die auf Muskelgruppen wie Bauch, Beine, Po und Oberkörper abzielen. Der Kurs legt Wert auf gezielte Muskelausprägung, um die Körperkontur zu verbessern. Bodystyling kann sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet sein und bietet eine abwechslungsreiche Möglichkeit, Kraft, Ausdauer und Flexibilität zu trainieren.

Ziel: Kräftigung & allgemeine Fitness

9303

Bodystyling

Leitung Agnieszka Gerhardus

Termin Beginn ist am Montag, 06.01.2025, 24 Vormittage, jeweils montags, 9:15 – 10:00 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9304

Bodystyling

Leitung Stephanie Vornhusen

Termin Beginn ist am Dienstag, 07.01.2025, 26 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 18:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9305

Bodystyling

Leitung Karin Schröder

Termin Beginn ist am Donnerstag, 09.01.2025, 24 Abende, jeweils donnerstags, 18:00 – 18:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta



9306

Fitness ab 60

Möchten Sie ein rückengerechtes Rundumprogramm für Ihren Körper? Dann sind Sie hier genau richtig! In diesem Kurs liegt der Fokus auf der Figurformung. Mit gezieltem Training können Sie beeindruckende Ergebnisse erzielen. Die Stunde umfasst ein abwechslungsreiches Aufwärmprogramm, intensive Gymnastik zur Stärkung der Problemzonen Bauch, Beine und Po sowie wohltuende Dehnübungen. Lassen Sie uns gemeinsam an Ihrer Fitness arbeiten!

Ziel: Kräftigung & allgemeine Fitness

Leitung Beate Lonnemann

Termin Beginn ist am Dienstag, 07.01.2025, 26 Vormittage, jeweils dienstags, 9:30 – 10:15 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9307

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.

Ziel: Verbesserung der konditionellen Fähigkeiten und Kräftigung der Muskulatur

Leitung Gabriele Frilling

Termin Beginn ist am Mittwoch, 08.01.2025, 26 Vormittage, jeweils mittwochs, 9:00 – 9:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9308

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 Unter-

grund gelenkschonender sind, als wenn diese auf festem Boden ausgeführt werden. Durch Jumping® Fitness werden der Gleichgewichtssinn und die Körperkoordination wesentlich verbessert.

Beim Spiel mit der Schwerkraft werden mehr als 400 Muskeln ge- und entspannt, mehr als bei anderen Ausdauer-Sportarten.

Das Training beschränkt sich auf die Fläche des Trampolins, das ausschließlich dem Teilnehmer zur Verfügung steht. Durch die Kombination aus schnellen, sprintähnlichen und langsamen, aus dem Kraftsport stammenden Sprüngen, wird die effektive Fettverbrennung des Körpers stark gefördert. Ein wesentlicher Teil des Trainings widmet sich der körperlichen Balance, die durch das flexible Trampolin gefördert und gestärkt wird.

Ziel: Festigung der tiefliegenden Rückenmuskulatur

Leitung Mirca Knüpling

Termin Beginn ist am Mittwoch, 08.01.2025, 26 Abende, jeweils mittwochs, 18:00 – 18:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta



Ilya Iyubchenko / Shutterstock.com

9309

Bauch-Beine-Po Gymnastik

Dieser Kurs ist ein Full Body Workout - in jeder Stunde gibt es allerdings wechselnde Schwerpunkte: mal wird gezielt der Bauch, an anderes Mal die Beine und der Po trainiert.

Auf jeden Fall bringen wir den Kreislauf in Schwung, die Muskeln zum Arbeiten und ein Lachen (Lächeln) ins Gesicht.

Ziel: Kräftigung & Widerstandsfähigkeit

Leitung Mirca Knüpling

Termin Beginn ist am Mittwoch, 08.01.2025, 26 Abende, jeweils mittwochs, 19:00 – 19:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9310

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.

Ziel: Verbesserung der konditionellen Fähigkeiten Kräftigung der Muskulatur

Leitung Beate Lonnemann

Termin Beginn ist am Donnerstag, 09.01.2025, 24 Vormittage, jeweils donnerstags, 9:30 – 10:15 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

Weiter mit Bildung!



9311

Step- Aerobic meets Body Workout

Dieser Kurs bringt deinen Körper auf effektive und abwechslungsreiche Weise in Form und kombiniert zwei äußerst effektive Trainingsmethoden:

- das energiegeladene Step-Aerobic und
- Kräftigungsübungen für Bauch, Beine, Po, Rücken und Arme.

So kurbeln wir unseren Kreislauf an, aktivieren die Fettverbrennung und straffen unseren Körper.

STEP MEETS BODY-WORKOUT ist mehr als nur ein herkömmlicher Fitnesskurs.

Es ist ein dynamisches Ganzkörper-Workout, das deinen Körper von Kopf bis Fuß stärkt und formt. Die Kombination bietet eine einzigartige Mischung aus Ausdauer- und Krafttraining.

Ziel: Kräftigung der Muskulatur, Fettverbrennung, Stärkung und Straffung der Schlüsselbereiche, Verbesserung der Ausdauer

Leitung Sandra Kirsch

Termin Beginn ist am Donnerstag, 09.01.2025, 24 Abende, jeweils donnerstags, 19:00 – 19:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

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.

Abschließend erfolgen leichte Entspannungsübungen.

Ziel: Verbesserung der Beweglichkeit der Wirbelsäule und des gesamten Rumpfes, Kräftigung und Stabilität der Haltemuskulatur

9312

Rücken-Fit

Leitung Karin Schröder

Termin Beginn ist am Montag, 06.01.2025, 24 Abende, jeweils montags, 19:00 – 19:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9313

Rücken-Fit

Leitung Beate Lonnemann

Termin Beginn ist am Freitag, 10.01.2025, 25 Vormittage, jeweils freitags, 9:30 – 10:15 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

Reha-Sport / Funktionstraining

Seit Mai 2009 bieten wir in Kooperation mit dem Reha- und Behindertensportverein Vechta e.V. in unserer Gymnastikhalle Reha-Sport/Funktionstraining unter der Leitung der Physiotherapeutin Gabriele Frilling und der Übungsleiterin Beate Lonnemann, an. Reha-Sport/Funktionstraining wird vom Arzt verordnet und bezieht sich auf einen Zeitraum von 12 oder 24 Monaten. Der Reha-Sport/Funktionstraining ist kein Hochleistungssport, sondern eine bewegungstherapeutische Maßnahme und wird daher in der Regel auch von den Krankenkassen anerkannt. Sprechen Sie uns an!

Ziel: Krankheitsbeschwerden reduzieren, Krankheitsverläufe positiv beeinflussen, mehr Leistungsfähigkeit, Ausdauer und Belastbarkeit steigern, soziale und psychische Stabilisierung, nachhaltigen und langfristigen Selbsthilfe

Bitte mitbringen: Sportkleidung, eigene Gymnastikmatte, Handtuch und Getränk

Hinweis: Die Sporthalle ist ausschließlich mit sauberen Hallenschuhen zu betreten.

9400

Reha-Sport Rücken

Leitung Beate Lonnemann

Termin Beginn ist am Dienstag, 07.01.2025, 26 Vormittage, jeweils dienstags, 8:30 – 9:15 Uhr

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9401

Reha-Sport Rücken

Leitung Gabriele Frilling, Beate Lonnemann

Termin Beginn ist am Mittwoch, 08.01.2025, 26 Vormittage, jeweils mittwochs, 8:00 – 8:45 Uhr

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9402

Reha-Sport Rücken

Leitung Beate Lonnemann

Termin Beginn ist am Donnerstag, 09.01.2025, 24 Vormittage, jeweils donnerstags, 8:30 – 9:15 Uhr

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9403

Reha-Sport Rücken

Leitung Beate Lonnemann

Termin Beginn ist am Freitag, 10.01.2025, 25 Vormittage, jeweils freitags, 8:30 – 9:15 Uhr

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Gymnastikhalle, Bürgermeister-



Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9404

Funktionstraining – Schulter

Leitung Gabriele Frilling

Termin Beginn ist am Dienstag,
07.01.2025, 26 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:30 – 11:00 Uhr

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Gymnastikhalle, Bürgermeister-
Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9405

Funktionstraining – Rücken

Leitung Gabriele Frilling

Termin Beginn ist am Dienstag,
07.01.2025, 26 Vormittage,
jeweils dienstags,
11:15 – 11:45 Uhr

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Gymnastikhalle, Bürgermeister-
Möller-Platz 1, 49377 Vechta

9406

Funktionstraining – Knie- / Hüfte

Leitung Gabriele Frilling

Termin Beginn ist am Dienstag,
07.01.2025, 26 Vormittage,
jeweils dienstags,
12:00 – 12:30 Uhr

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.

Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
Gymnastikhalle, Bürgermeister-
Möller-Platz 1, 49377 Vechta

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

vhs Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.

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



TRAINIEREN OHNE VERTRAGSBINDUNG!

“Unsere Karten”

Heute Bodystyling, morgen Rücken-Fit. Die 10er-Karte für 55,- € ermöglicht es, zwischen den Kursen zu variieren. Sie bezahlen nur für die Kurse, an denen Sie teilgenommen haben. Ein Einstieg in die ganzjährig laufenden Kurse ist jederzeit ohne vorherige Anmeldung möglich. Wenn Sie mehrmals die Woche trainieren, können Sie auch eine 3-Monatskarte oder einmalig eine Schnupperkarte für 6,- € für einen Kurs erwerben!

Die Kurse finden in der Gymnastikhalle des Niels-Stensen-Hauses in Vechta, Bürgermeister-Möller-Platz 1, statt.



10er-Karte 55,- €, gültig 1. Jahr
3-Monatskarte 99,- €
(nur hier erhältlich, Niels-Stensen-Haus, Vechta,
Bürgermeister-Möller-Platz 1)



KORCE



Training für Kraft und Beweglichkeit

Dieser neue Kurs lässt eine starke Körpermitte und uns aufrecht und selbstbewusst durch das Leben gehen. Gleichzeitig sorgt dieses Kraftzentrum zusammen mit einer entsprechenden Mobilität dafür, Rückenschmerzen und Bewegungseinschränkungen vorzubeugen. Ein athletisches Training bringt uns zudem ein gutes Körpergefühl und unterstützt den Lifestyle. Kräftigungsübungen mit dem Fokus „Core“ werden zeitgemäß und sinnvoll mit Mobility- und Stabilitätsübungen kombiniert.

Der Kurs findet in der kl. Turnhalle der Geschwister-Scholl-Schule, Driverstraße 12 in Vechta statt.

10er-Karte-Korce 75,- €, gültig 1/2 Jahr

(nur hier erhältlich, kvhs Vechta, Bahnhofstr. 1)

KORCE-KURS NUR MIT DER KORCE-KARTE BUCHBAR!





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
08:15 - 09:00 Uhr Fitness-Training mit Mirca Knüpling				
09:15 - 10:00 Uhr Bodystyling mit Aga Gerhadus	09:30 - 10:15 Uhr Fitness ab 60 mit Beate Lonnemann	09:00 - 09:45 Uhr Gymnastik für Frauen mit Gaby Frilling	09:30 - 10:15 Uhr Gymnastik für Männer mit Beate Lonnemann	09:30 - 10:15 Uhr Rücken-Fit mit Beate Lonnemann
10:15 - 11:00 Uhr Gymnastik für Frauen mit Aga Gerhadus				
18:00 - 18:45 Uhr Zumba mit Michaela Dwars	18:00 - 18:45 Uhr Bodystyling mit Stephanie Vornhusen	18:00 - 18:45 Uhr Jumping Fitness mit Mirca Knüpling	18:00 - 18:45 Uhr Bodystyling mit Karin Schröder	
19:00 - 19:45 Uhr Rücken-Fit mit Karin Schröder		19:00 - 19:45 Uhr Bauch, Beine, Po mit Mirca Knüpling	19:00 - 19:45 Uhr Step Aerobic mit Sandra Kirsch	
Programm gültig ab 24.06.2024				
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 im Fachbereich Sprachen, Deutsch/ Türkisch
Averbeck, Anni	Yogalehrerin BDY/EYU
Balla, Irene	Dozentin im Fachbereich Sprachen, Italienisch
Bocklage, Annelie	Gymnasiallehrerin
Bohne, Stefanie	Textil- und Bekleidungstechnikerin, Integrationskursdozentin
Bolles, Sandra	Erzieherin mit heilp. Zusatzausbildung
Bornhorst, Heike	Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (FH)
Brickmann, Sophie Therese	Dozentin für Wassergymnastik
Brüning, Rolf	Künstler
Burbrink, Anna-Lena	Dozentin für Mutter-Kurse
Bücker, Thorsten	Dipl. Pflegewirt (FH), Autor und Business Coach im Gesundheitswesen
Butzmann, Dr. Erika	Pädagogik M.A., Entwicklungspsychologin
Calheiros-Veloso, Sabina	Dozentin für Fremdsprachen Portugiesisch
Chaaban, Jadiyahetou	Dozentin für Fremdsprachen Spanisch
Dwars, Michaela	Zumba Instructor -Alle Lizenzen-
Eilermann, Maria	Dozentin für Nähkurse
Ellers, Erika	Erzieherin
Elsayed, Belal	Dozent im Fachbereich Sprachen Deutsch/ Arabisch
Espelage, Bettina	Dipl. Sozialarb./-päd.(FH)
Ferretti, Gessica	Dozentin im Fachbereich Sprachen Italienisch
Festerling, Nicole	Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin
Fischer, Susanne	Sozialpädagogin
Fortmann, Ulrike	Kinesiologin, Kundalini-Yogalehrerin
Frase, Xiaojia	Dozentin im Fachbereich Sprachen, Chinesisch
Fraile, Veronika	Dozentin im Fachbereich Sprachen, Deutsch
Frilling, Gabriele	Physiotherapeutin, Rehabilitationssport
Fung, Christina	Qualitätsmanagement und Organisationsentwicklung, Schwester Euthymia Stiftung
Gäking, Nicole	Dipl. Sozialpädagogin/Sozialarbeiterin (FH)
García Yusta, Montserrat	Dozentin im Fachbereich Sprachen, Spanisch
Gehrmann, Julian	Dozent für rechtliche Betreuung
Gerhadus, Agnieszka	Physiotherapeutin, Übungsleiterin
Gluche, Maren	Diplompädagogin Erziehungswissenschaften/ Soziologie
Grabbe, André	Dipl. Sozialarb./Sozialpäd. (FH)
Granara, Sebastian	Sprachlehrer, Betriebswirt
Griefing, Birgit	Erzieherin

Gutersohn, Achim Dr.	Chefarzt, Direktor kardiologische Kliniken Vechta/Cloppenburg, Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie, Interventionelle Kardiologie (DGK)
Hake, Lisa	Innenarchitektin, Dozentin
Harms, Manuela	Biersommeliere
Hassani, Ana	Dozentin im Fachbereich Sprachen Persisch
Hellmann, Elena	Dozentin für Vater-Kind Kurse
Herzog, Isabell	Gesundheits- und Krankenpflegerin, Still- und Laktationstherapeutin
Heuermann, Andrea	Diätassistentin und Ernährungsberaterin/VFED
Hilgenberg, Dr. med. Jens	Chefarzt der Klinik für Chirurgie und Orthopädie, St. Marienhospital Vechta
Hinrichsmeyer, Andrea	Dozentin für Eltern-Kurse
Hoge, Linda	Religionspädagogin, Dozentin
Höhle, Tanja	Pädagogische Mitarbeiterin
Holthaus-Hövemann, Mareike	Dozentin im Fachbereich Sprachen Englisch
Holtvogt, Katrin	Ernährungsberaterin & systemischer Gesundheitscoach
Honkomp, Ruth	Dozentin für den Umgang mit Smartphones
Hoping-Warcking, Maria	Dipl. Pädagogin
Horstmann, Martin	BARMER Geschäftsführer
Hülsemann, Daria	Dozentin im Fachbereich Sprachen Russisch
Hülsemann, Julian	Senior Trainier Krav Maga
Janßen, Regina	Rhythmiklehrerin
Kähnlein, Meike	Fremdsprachenkorrespondentin, Lehrerin, Übersetzerin
Kalkhoff, Simon	Master of Arts Jugendhilfe(FH)
Kathe, Christiane	Dozentin im Fachbereich Sprachen Französisch
Kayindu, Jack David	Journalist
Klüsener, Frederic	Studentische Hilfskraft
Knipper, Berthold	Pädagoge
Knüpling, Mirca	Übungsleiterin, Jumping® Fitness Instructorin, Sportlehrerin, C-Lizenz
Koops, Annette	Krankenschwester, Klangschalenthérapeutin
König, Antje	Staatlich anerkannte Sozialpädagogin
Kriegel, Carina	Dozentin für Eltern-Kind-Kurse
Kröger, Stefanie	Kursleiterin für Zwergensprache und Dunstan Babysprache
Krümpelbeck, Norbert	Pädagoge
Kruthaup, Bärbel	Dipl. Pädagogin
Kühling, Claudia	Rechtsanwältin, Kanzlei Dr. Lenze & Partner

Allgemeine Infos

Lamping, Daniela	Gesundheits- und Krankenpflegerin, Praxisanleiterin in der Pflege, Fachtherapeut Tracheotomie und Laryngektomie, geprüfte Dozentin in der Erwachsenenbildung
Langhorst, Julia	Krankenschwester
Leisen, Bernd-Josef	Kursleiter für den Kurs: Digital Angebote in Altenpflegeeinrichtungen & Einbindung digitaler Freiwilliger
Lemke, Marlena	Bachelor of Arts - Soziale Arbeit
Lonnemann, Beate	Übungsleiterin, Rehabilitationssport
Lupfer, Sandra	Dozentin für Kleinkind-Kurse
Mackerodt, Philipp	Kursleiter für den Kurs: Mein Elster
Mallas, Ulrike	Entspannungspädagogin
Mekelnborg, Bernd	Krankenpfleger
Meyer-Kunsch, Lena	Kursleiterin für den Kurs: Stark auch ohne Muckies
Meyer, Anna-Maria	Gesundheits- und Krankenpflegerin
Möbus, Bejamin	Dozent für KI-Kurse
Montes Mendoza, Mayra Alejandra	Kaufmännische und Fremdsprachen Korrespondenz, Psychologische Beraterin
Moormann, Sandra	Sozialpädagogische Assistentin, Kursleiterin Baby- und Kindermassage (DGBM e.V.)
Mucaj, Florinda und Fjolla	Dozentin für Gestaltungs-Kurse
Muhle, Elisabeth	Leitung amb. Hospiz u. Palliativversorgung der Sozialstation Nordkreis gGmbH
Nienaber, Marita	Dozentin im Fachbereich Sprachen Englisch
Nost, Miriam	Dipl. Sozialarb./Sozialpäd. (FH), PEKiP-Gruppenleiterin
Oberschmidt, Christina	Kinesiologin
Olusola, Toluwalase Benedict	Kursleiterin für den Kurs: Englisch Book Club
Pohlmann, Petra	Dipl. Gerontologin, Selbstgestalter
Radke, Erich	Dozent für Musikinstrument-Kurse
Reiners-Homann, Margret	Sozialpädagogen
Renze, Gundolf	Webdesigner
Richter, Christa	Yogalehrerin
Ries, Verena	Fachkrankenschwester für Geriatrie, Fachwirtin im Gesundheits- und Sozialwesen, Praxisanleiterin
Rohe, Ludger	Fachanwalt für Arbeitsrecht, Kanzlei Bode & Partner
Rommel, Bianca	Hygienefachkraft im St. Marienhospital Vechta gGmbH
Rost, Daniela	Kinderkrankenschwester

Ruhmüller, Rahel	Pflegewirtin B.Sc., Auditorin im Gesundheitswesen, Qualitätsmanagementbeauftragte
Rüwe, Erika	Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (FH), Dipl. Gerontologin, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Schmedes, Cornelia, Dr. phil.	Systemische Business- und Personalcoachin, Resilienzcoach/-trainerin, Sozialpädagogin
Schröder, Karin	Übungsleiterin
Schröder, Peter	Koch, Leiter der Großküche des St. Marienhospitals Vechta gGmbH
Schwartz, Jürgen	Pfarrer
Senouwoe, Kshon	Dozent im Fachbereich Sprachen Französisch
Senouwoe, Bianca	Sozialarbeiterin (B.A.)
Sieveke, Janina	Hebamme
Solorzano, Celine	Dozentin für Wassergymnastik
Stolze-Pipgras, Cordula	Dozentin für berufliche Bildung
Stoye, Bärbel	Zertifizierte Pilates-Trainerin, Übungsleiterin Rehabilitationssport
Straat, Lukas	Studentische Hilfskraft
Stunkat, Hartmut	Funktionsoberarzt der Chirurgischen Klinik, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Tepe, Isabel	Dipl. Wirtschaftsjuristin, Business Coach (IHK), Fachkraft für Rhetorik und Kommunikations (IHK) sowie Stressmanagement (IHK), Stress Relief Coach
Tönnies, Lena Karin	Gesundheits- und Krankenpflegerin
Triemer, Stephanie	Stillberaterin (AFS), Fachkraft für babyfreundliche Beikost
Ukshini, Arbesa	Dozentin im Fachbereich Sprachen Deutsch
Verlinden, Thomas	Kursleiter für den Kurs: Sportbootführerschein
Voelcker, Eduard	Dozent für den Kurs: Cafesurfer
vom Felde, Ingrid	Heilpraktikerin
Vornhusen, Iris	Kursleiterin für den Kurs: Wundversorgung - Verbandswechsel
Vornhusen, Stephanie	Yogalehrerin, Pränatal-Yogalehrerin, Tanz- und Fitnesstrainerin
Wagner, Heidemarie	Dozentin im Fachbereich Sprachen Englisch
Wehage-Zittlau, Katharina	Dipl. Sozialpädagogin/Sozialarbeiterin (FH)
Welker, Palina	Dozentin im Fachbereich Sprachen, Deutsch
Ymeri, Fjona	Dozentin im Fachbereich Sprachen, Deutsch
Zapfe, Wolfgang	Dozent im Fachbereich Sprachen, Latein
Zubrägel, Birgit	Dozentin im Fachbereich Gesundheit
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
Norbert Krümpelbeck, VHS Leitung i.R., Vechta

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.

Bahnhofstraße 1, 49377 Vechta

Fax: 04441 93778-29

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.

Bahnhofstraße 1, 49377 Vechta

Fax: 04441 93778-29 · 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: _____

Für Fragen zum Programm, den Kursinhalten oder den
Buchungsdetails stehen wir Ihnen natürlich immer
gerne zur Verfügung. Rufen Sie uns einfach an!

Sie erreichen uns in Lohne unter: 04442/93708-0
... und in Vechta unter: 04441/93778-0

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	<input type="text"/>	Kursbeginn	<input type="text"/>
Kurstitel	<input type="text"/>		
2. Kursnummer	<input type="text"/>	Kursbeginn	<input type="text"/>
Kurstitel	<input type="text"/>		

Name	<input type="text"/>	Vorname	<input type="text"/>
Geschlecht	<input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> weiblich <input type="checkbox"/> divers	Geb.-datum	<input type="text"/>
Straße + Nr.	<input type="text"/>		
Postleitzahl	<input type="text"/>	Ort	<input type="text"/>
E-Mail	<input type="text"/>		
Telefon	<input type="text"/>	Mobilnummer	<input type="text"/>

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	<input type="text"/>	Vorname	<input type="text"/>
Straße / Nr.	<input type="text"/>		
Postleitzahl	<input type="text"/>	Ort	<input type="text"/>
Bankname	<input type="text"/>		
BIC	<input type="text"/>	IBAN	<input type="text"/>

für mich und folgenden Kursteilnehmer:

Name	<input type="text"/>	Vorname	<input type="text"/>
------	----------------------	---------	----------------------

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





JETZT. BEWERBEN.

Ausbildung mit Zukunft – mit spannenden Aufgaben, aussichtsreichen Karriereperspektiven und einem wertschätzenden Betriebsklima.

Mehr erfahren über eine Ausbildung beim führenden Kunststoffverarbeiter mit Nachhaltigkeitsfokus: [poeppelmann.com/ausbildung-mit-zukunft](https://www.poeppelmann.com/ausbildung-mit-zukunft).



ZUKUNFT. MACHEN. WIR.



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**

