



Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



Programm 2. Halbjahr 2023

Vernetzen. Wissen teilen.
Bildung stärken!

www.kvhs-vechta.de

BODE & PARTNER mbB

■ STEUERBERATER · RECHTSANWÄLTE · WIRTSCHAFTSPRÜFER ■



Bode & Partner Ihr Partner für alle Fälle



RECHTS- BERATUNG

Diplom-Kaufmann
Werner Bode
Steuerberater

Diplom-Ökonom
Christopher Wehming
Wirtschaftsprüfer
Steuerberater

Silke Gröneweg
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Familienrecht
Fachanwältin für Sozialrecht



STEUER- BERATUNG

Diplom-Kauffrau
Ruth Honkomp
Steuerberaterin

Ludger Rohe
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Fachanwalt für Medizinrecht



WIRTSCHAFTS- BERATUNG

Diplom-Kauffrau
Catharina Wassmann
Steuerberaterin

Jutta Recker-Meyer
Rechtsanwältin
Steuerberaterin
Betriebswirtin (BA)



WIRTSCHAFTS- PRÜFUNG

Christian Bode, MBAL
Wirtschaftsprüfer
Steuerberater

Philipp Lampe
Rechtsanwalt

Werde Teil eines motivierten Teams.

Besuchen Sie uns unter:

www.bode-und-partner.de/kanzlei/karriere.html

BODE & PARTNER mbB
Steuerberater · Rechtsanwälte · Wirtschaftsprüfer

Rathausplatz 7 T: +49 (0) 4443 9633 - 0
49413 Dinklage F: +49 (0) 4443 9633 - 96

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



Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Mit dieser Ausgabe erhalten Sie unser neues Programmheft für das Herbstsemester 2023!

Das Motto unseres Landesverbandes – Zusammen in Vielfalt – Nachhaltigkeit – Vernetzt – setzt sich auch im zweiten Halbjahr fort. Diese Themen sind weiterhin hochaktuell, denn sie stellen unsere gesamtgesellschaftlichen Herausforderungen im hier und jetzt und in der Zukunft dar.

Unser Zusammenleben verändert sich in einer durch die Globalisierung geprägten Gesellschaft, in der Migration, demografischer Wandel und nicht zuletzt das herausforderndste Thema, der Klimawandel, unser tägliches Leben beeinflussen.

Aber was bedeutet dies für uns und welche Themen können wir als Volkshochschule bearbeiten? Wir sehen es als unsere Aufgabe, Bildung und vielfältige Angebote für alle Zielgruppen anzubieten. Nur wenn wir Diversität erkennen, können wir Barrieren und Vorurteile abbauen und eine offene Einstellung für gesamtgesellschaftlichen Zusammenhalt erreichen.

Wir sind ein Teil dieser zunehmend vernetzten Gesellschaft im Kontext regionaler und auch überregionaler Akteure. Vernetzung bezieht sich für uns dennoch nicht nur auf die Nutzung digitaler Plattformen um Bildung vor Ort mit der Welt zu vernetzen, sondern auch auf den weiteren Ausbau unserer Vernetzungsstrukturen mit weiteren Kooperationspartnern. So wie unsere „Familie“ der Volkshochschule wie ein (Stamm)Baum wächst, so nutzen wir unser Netzwerk mit zahlreichen Kooperationspartnern um unsere Arbeit in der Region zu verankern. Aus diesem Grund haben wir dieses Thema

„Erstellung eines Stammbaumes“ in unserem Programmheft aufgegriffen.

Es verändert sich also gerade sehr viel in unserer Welt, doch eins ist für uns als Volkshochschule gleich geblieben: Wir möchten mit unserer Einrichtung ein Ort der Begegnung bleiben, in der unsere Teilnehmenden im Mittelpunkt stehen!

Mit dem Ziel weiterhin bezahlbare Bildung für alle anzubieten und Demokratie, Zusammenhalt sowie Integration zu fördern.

Dafür hat unser Team der KVHS auch dieses Mal ein breitgefächertes, vielfältiges und buntes Angebot erstellt. Es bereichern uns viele neue Kursangebote. So z.B. der Kurs „Mit Schreiben zur eigenen Sprache finden“, oder ein Bildungsurlaub für einen Online-Schwedisch-Kurs. Dank unserer Kooperationspartner können wir aus dem Bereich IT einige gebührenfreie Angebote wie ein Roboterworkshop für Senioren und den Roboter-Führerschein für Kinder, oder aber eine Einführung zu den „Grundlagen der kollaborativen Robotik“ anbieten.

Des Weiteren möchten ich Sie auf weitere Highlights im Herbstsemester hinweisen.

So findet am 3.9.2023 im Haus der Bildung und Familie in Visbek ein digitaler Gesundheitstag statt. Hier stellen wir Ihnen eine Reihe von digitalen Möglichkeiten rund um das Thema Gesundheit und ein gesundheitsorientiertes Verhalten im Alltag vor. Zwei Wochen später lädt die Stadt Vechta zum Tag der Vereine ein und am 16.09.2023 findet das Projekt der „Lebendigen Bücherei“ in der KVHS Vechta statt. Hier leiht man sich keine Bücher aus, sondern Menschen vor Ort erzählen an diesem



Tag „Ihre Geschichte“. Neugierig geworden? Schauen Sie vorbei!

Weiter geht es im Oktober mit der Woche der Seelischen Gesundheit. Angelehnt an das Aktionsbündnis Seelische Gesundheit findet diese Aktionswoche vom 10. bis 13.10.2023 statt. Es erwartet Sie wieder ein buntes Angebot rund um das Thema gesundheitliches und seelisches Wohlbefinden. Dabei sein werden auch wieder Akteure vom Letzen Mal, die uns bereits in 2022 mit ihren Vorträgen berührt und um Nachdenken angeregt haben. Alle Informationen hierzu finden Sie natürlich in unserem Heft oder auf unserer Homepage.

Ich hoffe Sie freuen sich genauso wie wir auf das neue Semester.

Wir hoffen, dass wir eine gute Balance bei den Angeboten gefunden haben. Ob digital, Hybrid oder in Präsenz.

Lassen Sie uns die Welt erkunden, um gemeinsam ein starkes regionales Netzwerk aufzubauen und seine Stärken zu nutzen.

Nur so können wir es schaffen uns den Herausforderungen der Gegenwart zu stellen und niemanden zurück zu lassen.

Um es mit den Worten von Herrn Ingo Zamparoni (Fernsehmoderator) zu sagen: „Bleiben Sie zuversichtlich!“

Ulrike Ripke
Pädagogische Leitung



Kreisvolkshochschule macht Standort in Lohne fit für die Zukunft

Neue Räume, moderne digitale Technik und Barrierefreiheit

Nach rund anderthalb Jahren Bauzeit ist der Umbau und die Sanierung der Kreisvolkshochschule in Lohne an der Lindenstraße 49 so gut wie abgeschlossen. „Wir haben das Gebäude einmal komplett kernsaniert und in moderne digitale Technik investiert“, fasst Ralf Schopmans, Leiter der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. zusammen. Zudem habe man Wert daraufgelegt, dass das Gebäude einen barrierefreien Zugang erhält.

Das ehemalige EWE-Gebäude stammt aus den 1950er Jahren. Im Dezember 2003 wurde es vom damaligen Kreisbildungswerk erworben. Nach der Fusion mit der früheren Volkshochschule übernahm die neu gegründete Kreisvolkshochschule Vechta e.V. das Gebäude und führte seitdem immer wieder Instandhaltungsmaßnahmen durch. So wurde beispielsweise in Brandschutzmaßnahmen oder Fenster investiert. „Wir wussten aber, dass wir langfristig eine fast vollständige Kernsaniierung durchführen müssen, und haben dafür über Jahre bereits Rücklagen gebildet“, betont Ralf Schopmans. Mit dem Architekturbüro Pölking & Theilen aus Lohne ging es dann in die Umbauplanung. Unser Ziel war es, weitere Räumlichkeiten zu schaffen, die digitale und technische Infrastruktur auf den neuesten Stand zu bringen und einen barrierefreien Zugang zu erhalten, damit jeder zu uns kommen kann.



Der neu gestaltete Eingangsbereich mit dem neuen Aufzugsschacht

Nachdem der Verwaltungsrat sein OK gegeben hatte und der Bauantrag genehmigt war, ging es im Herbst 2021 mit der Baumaßnahme los. Bei laufendem Geschäftsbetrieb war das eine echte Herausforderung. „Wir haben von oben nach unten saniert“, erzählt Ralf Schopmans. So wurde zuerst das Dachgeschoss ausgebaut und dort ein neuer Seminarraum, Büroräume, eine Küche und Sanitärräume geschaffen. Für den Realschulabschlusskurs beispielsweise bedeutete das, zunächst von unten nach oben in den neuen Seminarraum umziehen, während die nächsten Stockwerke nach und nach umgebaut wurden, und dann wieder zurück in den umgebauten Raum.

- **Zimmerei**
- **Sägerei**
- **Innenausbau und Fachwerk**
- **Altbausanierung**

Tel. 0 44 42 / 41 94
Südlohner Weg 10
49393 Lohne

Franz ROHE
seit 1930 GmbH & Co. KG



**Wir zimmern
mit Hand und Verstand**

GARDINEN - SONNENSCHUTZ -
INSEKTENSCHUTZ - POLSTEREI



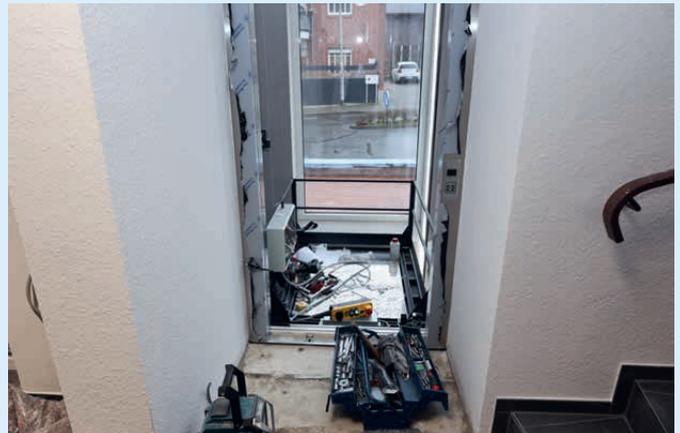
Raumausstattung
Josef Nordlohne GmbH

Adresse:
Brinkstraße 11,
49393 Lohne
Telefon:
04442/3659

E-Mail:
raumausstattung.nordlohne@ewetel.net
Website:
www.nordlohne-raumausstattung.de



In einem ersten Bauabschnitt wurde in Brandschutzmaßnahmen und eine Feuertreppe investiert.



Der Fahrstuhl wird eingebaut.



Hunderte von Metern Kabel wurden über die jeweiligen Stockwerke verlegt.

„Wir haben die Technik komplett überarbeitet und z.B. LAN- und Glasfaser-Anschlüsse verlegt. Jedes Stockwerk ist technisch eigenständig, kann aber auch über die neue Technikzentrale im Keller gesteuert werden“, erläutert Schopmans. Zudem wurden neue Sanitäranlagen eingebaut, die Seminarräume saniert und ein Fahrstuhl installiert, um auch Menschen mit Beeinträchtigungen den Zugang zu ermöglichen.

Die Baukosten wurden zunächst mit 765.000 Euro kalkuliert, beliefen sich am Ende aber auf rund 890.000 Euro. Das sei aber zu verkraften, so Schopmans. „Bei der Sanierung eines so alten Gebäudes, gibt es immer Überraschungen und unvorhersehbare Kosten“, betont er. Zudem seien die Preise aufgrund der Corona-Pandemie und des Ukraine-Krieges und der damit verbundenen Inflation stark angestiegen. Zuschüsse erhielt die Kreisvolkshochschule Vechta e.V. durch die Stadt Lohne und über die Aktion Mensch, die die inklusiven Maßnahmen wie den Fahrstuhl mit einem Betrag von 123.000 Euro förderte.

STAHLBAU
BAUSCHLOSSEREI
KONSTRUKTION

METALL IST
UNSERE
LEIDENSCHAFT.

GmbH
ARKENAU
METALLBAU www.metallbau-arkenau.de

Alles aus einer Hand.

Unsere Partner

HÖLZEN
METALLBAU SEIT 1901

04442/808550

Lamping
GmbH

**MACH DICH STARK
FÜRS KLIMA!**

MACH EINE AUSBILDUNG ALS ANLAGENMECHANIKER
FÜR SANITÄR-, HEIZUNGS- UND KLIMATECHNIK!

Anlagenmechaniker für

- Sanitärtechnik
- Heizungstechnik
- Klimatechnik

Albert Lamping GmbH Sanitär und Heizung
An der Urlage 1 · 49393 Lohne-Brockdorf
Tel.: 04442/4246 · Fax: 04442/71923
info@lamping-online.de
www.lamping-online.de



Hier laufen alle Kabel zusammen. Die zentrale Schaltstelle für die Aufzug-Technik befindet sich im Keller



In erster Linie wurde die Sanierung mit Handwerkern aus der Region durchgeführt, wie beispielsweise dem Malerbetrieb Weinhold aus Lohne, der hier für den Feinschliff an der alten Treppe sorgt.



Kleine Pause gefällig. In den neuen Küchen mit Aufenthaltsbereich wie hier im Dachgeschoss fühlen sich die Mitarbeitenden und Teilnehmenden wohl.



Helle freundliche Seminarräume, ausgestattet mit modernster Technik fördern den Lernerfolg.

Die Erweiterung der Räumlichkeiten war laut Ralf Schopmans dringend erforderlich, denn schon jetzt ist das Gebäude wieder komplett ausgebucht. Über die modernen neuen Seminarräume können sich nun die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Schulabschlusskurse, der Berufsvorbereitenden Bildungsmaßnahmen (BVB) und der Arbeitsförderungsmaßnahmen, die in Kooperation mit

dem Ludgerus-Werk durchgeführt werden, freuen. Auch Sprachkurse werden demnächst in Lohne stattfinden. In einem nächsten Schritt soll auch das Nebengebäude technisch noch an das Haupthaus angeschlossen werden. Eventuell ist auch noch eine Photovoltaik-Anlage geplant. „Dann sind wir fit für die Zukunft“, fasst Ralf Schopmans zusammen.

ANTON EIKEN
Bauunternehmen GmbH & Co. KG

Bergweg 1, 49393 Lohne
Telefon: (04442) 80 17 20
Email: info@eiken-bau.de

www.eiken-bau.de www.eiken-bau.de

Jetzt bewerben!

Wir suchen zu sofort

- **Elektroniker**

sowie

- **Auszubildende zum Elektroniker**

Elektro Hövemann GmbH

Brägeler Straße 180 · 49393 Lohne · Tel. 0 44 42/8 03 88-0
Fax 04442/80388-10 · info@elektro-hoevermann.de

Gefördert durch die
AKTION MENSCH

Die Aktion Mensch unterstützt den barrierefreien Umbau unserer Geschäftsstelle in Lohne mit 123.000 Euro. Möglich machen diese Förderung die rund vier Millionen Menschen, die an der Soziallotterie teilnehmen. Als größte private Förderorganisation im sozialen Bereich in Deutschland fördert die Aktion Mensch Projekte, die die Lebensbedingungen von Menschen mit Behinderung, Kindern und Jugendlichen verbessern und das selbstverständliche Miteinander in der Gesellschaft fördern.

Die Aktion Mensch setzt sich dafür ein, dass Menschen mit und ohne Behinderung ganz selbstverständlich zusammen lernen, wohnen, arbeiten und leben. Um dieses Ziel zu erreichen, fördert die Aktion Mensch jeden Monat bis zu 1.000 Projekte entlang der Lebensbereiche Arbeit, Freizeit, Bildung und Persönlichkeitsstärkung, Wohnen sowie Barrierefreiheit und Mobilität. Die Förderung kann dabei vom barrierefreien Umbau eines Gebäudes über die Unterstützung von Integrationsbetrieben bis hin zu inklusiven Freizeitaktivitäten vielfältige Maßnahmen umfassen.



Daumen hoch für die neuen Räumlichkeiten. Der Realschulabschlusskurs musste während der Baumaßnahme immer wieder umziehen. Sie nahmen es sportlich und freuen sich über neue Technik und sanierte Räume.

architektur & ingenieurbüro
inhaber: dipl.-ing. franz-josef theilen

pölking
&
theilen
gmbh

49393 Lohne - Am Bahnhof 5 - Telefon: 04442-72788
Mail: info@poelking-theilen.de - www.PoelkingTheilen.de

J. Matwitschuk
Pflaster-Bau-GmbH

- Tiefbau
- Kanalarbeiten | Pflasterarbeiten

Tel: 04442 /6098
j.matwitschuk@t-online.de
 Rehweg 6 | 49393 Lohne | www.matwitschuk.de

Weinhold
Malerfachbetrieb GmbH

Bräger Forst 2b · Tel. 04442-9367148
info@maler-weinhold.de · www.maler-weinhold.de

Wichtig zu wissen!

Wer kann teilnehmen?

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

Anmeldungen

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

Abmeldung

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

Kursausfall

Muss ein Kurs abgesagt werden (z.B. mangelnde Teilnehmeranzahl), benachrichtigen wir Sie möglichst frühzeitig per Post, Telefon oder E-Mail. Ist die Kursgebühr bereits bezahlt, bekommen Sie diese erstattet. Bei kurzfristigem Ausfall einer Veranstaltung oder einzelner

Termine (z.B. Dozent erkrankt), werden Sie umgehend von uns telefonisch oder per E-Mail benachrichtigt. Geben Sie deshalb immer Ihre Telefon-/Mobilfunknummer und Ihre E-Mail-Adresse bei der Anmeldung an. Bitte melden Sie sich frühzeitig zu Kursen an!

Bezahlung

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

Warteliste

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

Beratung & Information

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

Barrierefreie Begehbarkeit

Das Gebäude in Lohne verfügt nach dem Umbau über einen barrierefreien Eingang sowie einen Fahrstuhl, welcher bis in den 2. Stock reicht. Im 1. und 2. Stock befinden sich Toiletten, die barrierefrei zugänglich sind.

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!

Geschäfts- und Außenstellen



Geschäftsstelle Lohne

Lindenstraße 49 · 49393 Lohne

Telefon 04442 / 93708-0

Telefax 04442 / 93708-29

E-Mail info@kvhs-vechta.de

Geschäftszeiten

montags – donnerstags 08:00 – 16:30 Uhr

freitags 08:00 – 12:00 Uhr



Geschäftsstelle Vechta

Bahnhofstraße 1 · 49377 Vechta

Telefon 04441 / 93778-0

Telefax 04441 / 93778-29

E-Mail info@kvhs-vechta.de

Geschäftszeiten

montags – donnerstags 08:00 – 17:00 Uhr

freitags 08:00 – 13:00 Uhr



Außenstellen Visbek Haus der Bildung und Familie

Bremer Tor 6 · 49429 Visbek

Telefon 04445 / 9867642

E-Mail info@kvhs-vechta.de

Geschäftszeiten

dienstags 13:00 – 16:00 Uhr



Niels-Stensen-Werk Vechta

Bürgermeister-Möller-Platz 1 · 49377 Vechta

Telefon 04441 / 992800

Telefax 04441 / 992801

E-Mail nsw@kvhs-vechta.de

LEITUNG
04441 / 93778-0



Ralf Schopmans
Gesamtleitung/Vorstand



Ulrike Ripke
Pädagogische Leitung

**PÄD.
MITARBEITER**



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



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



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



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

VERWALTUNG

Vechta



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

Vechta



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

Vechta



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

Vechta



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

Vechta



Delia Wulf
Tel.: 04441/93778-21
d.wulf@kvhs-vechta.de

Lohne



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

Visbek



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



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



Heike Döbbling
Personalwesen
Tel.: 04441 / 93778-25
h.doebbling@kvhs-vechta.de

**FAMILIEN-
TREFF**

04441 / 93778 -20



Miriam Nost
m.nost@
kvhs-vechta.de



Linda Hoge
l.hoge@
kvhs-vechta.de



Sandra Moormann
s.moormann@
kvhs-vechta.de

**KINDER-
TAGESPFLEGE**

04441 / 93778 -18



Bettina Espelage
b.espelage@
kvhs-vechta.de



Maria Hoping-Warneck
m.hoping-warneck@
kvhs-vechta.de



Bianca Senouwoe
b.senouwoe@
kvhs-vechta.de



Gabriele Deters
g.deters@
kvhs-vechta.de

Verwaltung

**NIELS-
STENSEN-
WERK**



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



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



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

E-COMMERCE

SERVICE



Burkhard Sommer
Hausmeister Vechta



Josef Grave
Hausmeister Lohne

IT/TECHNIK



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

Allgemeine Informationen

Vorwort	3
Standort Lohne ist fit für die Zukunft	4
Wichtig zu wissen	8
Geschäfts- und Außenstellen	9
Mitarbeiter/innen	10

I Gesellschaft / Kultur / Umwelt

Recht	17
Gesellschaft	17
Religion	20
Umwelt	20
Kultur	21
Wassersport	21

II Pädagogik / Psychologie / Philosophie

Pädagogik / Psychologie / Philosophie	28
---	----

III Seniorenbildung

Gesellschaft	32
Technik	36

IV Familientreff

Vorträge / Angebote für Eltern und Interessierte	40
Angebote für Eltern und Kinder	42
Angebote zur Baby- und Kindermassage	43
Eltern-Kind-Gruppen für Eltern mit Babys	45
Lernen durch Spielen	48
Bewegungsangebote	48
Musikangebote	53
Angebote für Kinder und Jugendliche	56

V Schulische Bildung

Schulische Bildung	60
--------------------------	----

VI Berufliche Bildung

Pädagogik	64
Fortbildungen nur für Kindertagespflege- personen aus Vechta und Visbek	64
vhsConcept	66
Technik	67

EDV	67
Wirtschaft	70
Gesundheit	73

VII Sprachen

Englisch	85
Spanisch	87
Französisch	89
Italienisch	92
Russisch	92
Latein	92
Türkisch	93
Arabisch	93
Portugiesisch	93
Schwedisch	94
Persisch	95
Chinesisch	95
Deutsch als Fremdsprache	95

VIII Kreativität

Kunsthandwerk	100
Textiles Gestalten	100
Musik	101
Innendesign	102
Fotografie	102

Gesundheit

Patientenvorträge	106
Gesunde Ernährung	110
Bewegung und Entspannung	111
Aqua Fitness	112
10er-Karte	115
Reha-Sport / Funktionstraining	118

Allgemeine Informationen

Fit und gesund – Die 10er Karte	120
Sportkurse-Plan	121
Dozentenliste	122
Allgemeine Geschäftsbedingungen	124
Datenschutz	126
Verwaltungsrat	126
Widerrufsbelehrung	127
Notizen	128
Anmeldung	129
SEPA-Lastschriftmandat	130



Digital vernetzt. Aktiv verbunden.

Entdecken Sie jetzt das vielfältige
Kursangebot Ihrer Volkshochschule!

vhs

Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



ENT-
SCHWÖ-
RUNGS-
THEO-
RETIKER

Schärfe dein
politisches Bewusstsein.



Politik/ Gesellschaft/ Kultur/Umwelt



Ulrike Ripke

Tel.: 044 41 / 93 778 - 35
u.ripke@kvhs-vechta.de



Charliene Sölter

Tel.: 044 41 / 93 778 - 23
c.soelter@kvhs-vechta.de

Recht	17
Gesellschaft	17
Religion	20
Umwelt	20
Kultur	21
Wassersport	21



LENZE & FRERKER

NOTAR · FACHANWÄLTE · RECHTSANWÄLTE

RECHTSBERATUNG GIBT ES FAST ÜBERALL.

KOMPETENZ BEI UNS!



FAMILIENRECHT



MIET- UND WOHNUNGS-
EIGENTUMSRECHT



ARBEITSRECHT



VERKEHRSRECHT



ERBRECHT



BAU- UND
ARCHITEKTENRECHT

DER RICHTIGE ANWALT FÜR IHRE ANGELEGENHEITEN

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
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Fachanwalt für Verkehrsrecht

CLAUDIA KÜHLING

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

ELLENA PELLENWESSEL

Rechtsanwältin
Erbrecht
Verkehrsrecht

WWW.LENZE-FRERKER.DE

LENZE & FRERKER | Burgstraße 8 | 49377 Vechta | Tel. 044 41 / 9262 - 0 | Mail: info@lenze-frerker.de



Recht

1001



Familienrecht

Der Kurs vermittelt Grundlagen über:

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

Leitung Claudia Kühling
Termin Donnerstag, 14.09.2023,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr 4,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1002



Erbrecht

Der Kurs vermittelt Grundlagen über:

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

Leitung Claudia Kühling
Termin Donnerstag, 09.11.2023,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr 4,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1003



Arbeitsrecht, insbesondere Kündigungsschutzangelegenheiten

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

Leitung Ludger Rohe
Termin Donnerstag, 07.12.2023,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr 4,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Gesellschaft

Einbürgerungstest



Seit dem 1. September 2008 müssen alle Ausländer, die die Einbürgerung beantragen, einen Einbürgerungstest machen. 33 Fragen aus den Bereichen „Leben in der Demokratie“, „Geschichte und Verantwortung“ sowie „Mensch und Gesellschaft“ und aus dem eigenen Bundesland müssen beantwortet werden. Das erforderliche Anmeldeformular ist im Büro der KVHS Vechta in der Bahnhofstraße 1 in Vechta erhältlich. Der Test dauert 60 Minuten.

1200



Einbürgerungstest

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 01.08.2023!

Leitung Elena Köhler
Termin Donnerstag, 07.09.2023,
16:00 – 17:00 Uhr

Gebühr 25,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1201



Einbürgerungstest

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 25.09.2023!

Leitung Elena Köhler
Termin Donnerstag, 02.11.2023,
16:00 – 17:00 Uhr

Gebühr 25,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1202



Einbürgerungstest

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 01.11.2023!

Leitung Elena Köhler
Termin Donnerstag, 07.12.2023,
16:00 – 17:00 Uhr

Gebühr 25,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Beratung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

Während einer persönlichen Einzelberatung werden Sie über das Verfahren von Anerkennungsprozessen ausländischer Berufsabschlüsse in Deutschland informiert.

Teilen Sie uns bitte vorab mit, welchen ausländischen Berufsabschluss Sie erworben haben.

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

Bitte mitbringen: beglaubigte und übersetzte Dokumente, Dolmetscher bei Bedarf

1203



Beratung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

Leitung bus GmbH IQ-Netzwerk Niedersachsen

Termin Dienstag, 10.10.2023,
10:00 – 16:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

1204



Beratung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

Leitung bus GmbH IQ-Netzwerk Niedersachsen

Termin Donnerstag, 12.10.2023,
10:00 – 16:00 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1





„MEIN ELSTER“



Veranstaltungsreihe zum Thema:
Eine Steuererklärung mit Elster abgeben
1. Termin: Mein Elster - Erstellung eines Benutzerkontos
2. Termin: Einrichten von MEIN ELSTER
3. Termin: Formulare & Leistungen in ELSTER

Bitte mitbringen: Laptop, Aktivierungsbrief, ggf. Handy und Ausweis + PIN (falls vorhanden)

Unterstützung oder Gehaltserhöhungen gibt es dagegen eher selten. Da hilft nur Kosten senken. In dieser Veranstaltung geben wir Ihnen Tipps zum Sparen in unterschiedliche Bereichen (Urlaub, Einkauf, etc.)

Manchmal sind es nur kleine Veränderungen im Alltag, die auf lange Sicht einen erheblichen Unterschied machen.

Wir zeigen Ihnen, wo sich Sparpotenziale verbergen und geben Ihnen das entsprechende Werkzeug an die Hand, um unter Umständen noch etwas Geld zur Seite legen zu können

Leitung Maurice Ziegler
Termin Beginn ist am Donnerstag, 14.09.2023, 2 Abende, jeweils donnerstags, 17:15 – 18:45 Uhr

Gebühr 16,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!

1205



Das Online-Finanzamt

Leitung Philipp Mackerodt
Termin Montag, 04.09.2023, 17:30 – 19:00 Uhr

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

1206



Wie finde ich mich bei „MEIN ELSTER“ zurecht?

Leitung Philipp Mackerodt
Termin Montag, 18.09.2023, 17:30 – 19:00 Uhr

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

1207



Mein Account und weitere Funktionen

Leitung Philipp Mackerodt
Termin Dienstag, 10.10.2023, 17:30 – 19:00 Uhr

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

1208



Einfach Geld sparen Spartipps mit denen Sie im Alltag Geld sparen können

Der Einkauf wird immer teurer, die Heizkosten und Mieten steigen. Viele Kosten entstehen aus Automatismen. Finanzielle

HIGHLIGHT

1209



Lebendige Bücherei

Hier leiht man sich keine Bücher aus, sondern unterschiedliche Menschen, die ihre eigene besondere Geschichte in max. 45 Minuten erzählen.

Nach dem Motto: „Don't judge a book by its cover“ soll das Projekt „lebendige Bücherei“ Gelegenheiten schaffen, ins Gespräch zu kommen, Vorurteile zu überdenken und voneinander zu lernen. Wir hoffen, dass viele Menschen daran interessiert sind, über den Tellerrand zu schauen! Denn Gegensätzliches darf und muss unbedingt nebeneinander stehen.

Ab dem **18. August 2023** können Sie sich **kostenlos** für die Ausleihe eines lebendigen Buches telefonisch, über den QR-Code oder direkt über unsere Homepage www.kvhs-vechta.de anmelden.

Um Voranmeldungen für die einzelnen lebendigen Bücher wird gebeten!

Für unser Projekt suchen wir noch Menschen, die offen sind über ihre besonderen persönlichen Erfahrungen zu sprechen. Wichtig ist, dass die Person, mental stabil ist.

Termin Samstag, 16.09.2023, 13:00 – 18:00 Uhr

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

In Kooperation mit der PDF, der Gleichstellungsbeauftragten des Landkreises und der Stadt Vechta



FASSADE. FENSTER. TÜR. BRANDSCHUTZ. HERGESTELLT IN LOHNE



HÖLZEN

METALLBAU SEIT 1901

Einfach mal was Schönes machen

PÜNKTLICH. PLANVOLL. AKKURAT.

04442
808550



Religion

1300



Buddhismus in der modernen Welt

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

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

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

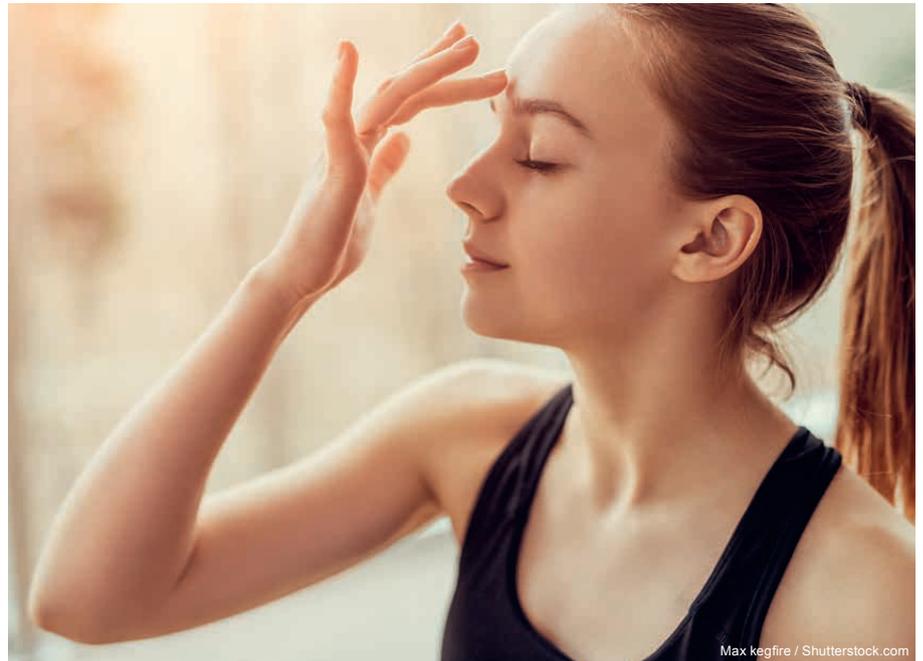
Der heutige Vortrag soll einen Eindruck vermitteln, wie die Lehre Buddhas in unserer heutigen Welt genutzt werden kann, um ein glückliches Leben zu führen.

Leitung Thomas B. Frosig

Termin Freitag, 22.09.2023,
20:00 – 22:15 Uhr

Gebühr 7,00 €, (Gebühr wird an der Abendkasse eingesammelt!)

Ort Visbek, Heimatverein Visbek e.V. Rechterfelder Straße 1



Max kegfire / Shutterstock.com

Umwelt

1400



Möglichkeiten materielle Dinge nachhaltig und verantwortungsvoll zu spenden und zu kaufen

Warum kaufen wir immer neue Dinge und schmeißen Ungenutztes und für uns Unbrauchbares einfach weg. Viel mehr

sollten wir uns die Frage stellen: Wie findet die seit Jahren ungetragene Kleidung oder der alte nicht gewollte Schrank einen neuen Besitzer oder eine neue Besitzerin? Wo kann ich die aussortierte Kleidung sinnvoll hinbringen? Wo kann ich ressourcenschonend ein neues Oberenteil oder neue Möbel kaufen? An diesem Abend werden Fragen rund um den zweiten Lebensweg unserer Kleidung und anderer materieller Dinge beantwortet. Als Gäste stellen die DRK Kleidercontainer, Malteser Kleidercontainer, die Tauschbörse Langförden und das kleine Kaufhaus Vechta ihre Arbeit sowie Wege und Möglichkeiten vor, wie wir den Umgang mit unserer Kleidung und anderen brauchbaren aber ungewollten Dingen nachhaltiger gestalten können.

Termin Freitag, 10.11.2023,
16:30 – 19:30 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



wavebreakmedia / Shutterstock.com

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



HIGHLIGHT

Kultur

1500



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 vor Ort sein, gern können auch eigene Bäumchen mitgebracht werden.

Leitung Ulrich Nageler, Thomas Spicker
Termin Mittwoch, 13.09.2023,
19:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 20,00 €, (inkl. Bonsaibaum)
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6



qsPookYp / Shutterstock.com

Gesellschaft / Kultur / Umwelt

1501

Mit Schreiben zur eigenen Sprache finden

Finde deine Stimme und bringe deine Gedanken zum Ausdruck! In diesem Schreibkurs für junge Erwachsene lernst du, wie du deine Ideen und Emotionen in Worte fassen und auf eine kreative und authentische Art und Weise zum Ausdruck bringen kannst. Du erhältst praktische Tipps und Übungen, um deine Schreibfähigkeiten zu verbessern und deine persönliche Schreibstimme zu entwickeln. Egal, ob du Kurzgeschichten, Gedichte oder Essays schreiben möchtest, dieser Kurs richtet sich an alle, die ihre Schreibfähigkeiten verbessern und ihre eigene Stimme in der Schreibkunst finden möchten.

Leitung Alfred Büngen
Termin Beginn ist am Dienstag,
05.09.2023, 8 Nachmittage,

jeweils dienstags,
18:00 – 20:00 Uhr

Gebühr 67,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Wassersport

1700



Infoveranstaltung: Sportbootführerschein „See“ und „Binnen“

Es gibt eine 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 hin-

sichtlich der benötigten Unterrichtsmaterialien, Aufwände im Kontext der Prüfung sowie Möglichkeiten der Praxisausbildung.

Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre

Leitung Thomas Verlinden
Termin Dienstag, 05.09.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

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

**In Kooperation mit der Wassersport-
schule Kapitän Kruse**

Weiter mit Bildung!

Menschen erzählen ihre Geschichte in der „Lebendigen Bücherei“

Kreisvolkshochschule und Gleichstellungsbeauftragte stellen Projekt „Lebendige Bücherei“ beim Tag der Vereine am 16. September 2023 vor

Die interessantesten Geschichten schreibt das Leben - Das wissen Charliene Sölter und Julian Hülsemann von der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. sowie Astrid Brokamp als Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Vechta und Andrea Schlärmann, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Vechta, nur zu gut. In ihrer täglichen beruflichen Arbeit haben sie mit vielen unterschiedlichen Menschen zu tun, die zum Teil sehr bewegende Lebensgeschichten erzählen können, die aber auch unter Vorurteilen und Diskriminierung zu leiden haben.

Jugendlicher und jemand mit Fluchterfahrung aufgrund seiner sexuellen Orientierung. „Wir möchten den Zuhörerinnen und Zuhörern die Möglichkeit geben, Fragen zu stellen und den Protagonisten die Chance eröffnen, durch das Beantworten der Fragen und durch die eigenen Erzählungen Vorurteile abzubauen“, erläutert Charliene Sölter, Referentin der Geschäftsführung an der Kreisvolkshochschule.

„Unser Ziel ist es, möglichst viele „Bücher“ für die Teilnahme zu gewinnen“, ergänzt Julian Hülsemann. Als Projektkoordinator der Partnerschaft für Demokratie sieht er in der „Lebendigen Bücherei“ auch eine Präventionsmaßnahme.

Jemand, der Kontakt zu Personen aus bestimmten Szenen und Milieus hatte, sei weniger empfänglich für Fakenews meinungsmächtiger Akteure, die auf Vorurteile, Hass und Diskriminierung setzen würden, ist er überzeugt. Mit der Aktion spricht das Organisationsteam alle Personen an, die ihren Horizont erweitern möchten. „Auch Jugendliche und Personen, die selbst in einem Zwiespalt sind oder sich in ähnlichen Situationen wie die Protagonisten befinden, sind herzlich willkommen“, ergänzt Astrid Brokamp. Ebenso könnte das Projekt für Schüler*innen und Schulklassen geeignet sein. Aus organisatorischen Gründen ist eine vorherige Anmeldung ab dem 18. August 2023 über die Homepage der Kreisvolkshochschule unter www.kvhs-vechta.de, den QR-Code oder unter 04441/93778-0 notwendig. Es wird



Astrid Brokamp (Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Vechta), Julian Hülsemann (Kreisvolkshochschule Vechta e.V., Projektkoordinator Partnerschaft für Demokratie), Charliene Sölter (Kreisvolkshochschule Vechta e.V., Referentin der Geschäftsführung) sowie Andrea Schlärmann (Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Vechta, nicht auf dem Bild) organisieren die „Lebendige Bücherei“.

Mit dem Projekt „Lebendige Bücherei“ will das Organisationsteam, diese Menschen und ihre Geschichten in den Fokus rücken. „Wenn man sich mit Personen beschäftigt, die eine außergewöhnliche Lebensgeschichte haben, werden Vorurteile abgebaut“, ist Astrid Brokamp überzeugt. An dem „Tag der Vereine in Vechta“ am 16. September 2023 werden sich die Kreisvolkshochschule Vechta e.V., die Partnerschaft für Demokratie und die Gleichstellungsbeauftragten mit diesem besonderen Projekt „Lebendige Bücherei“ beteiligen. Von 13:00 bis 18:00 Uhr werden in der Kreisvolkshochschule einzelne Personen, die sogenannten „Bücher“, ihre Lebensgeschichte einem Publikum erzählen. Bisher konnte beispielsweise eine junge Mutter, die mit ihrem Kind im offenen Vollzug lebt, für die Aktion gewonnen werden. Außerdem wird eine ehemals alkoholsüchtige Person über das Leben mit der Sucht und den Weg daraus erzählen. Weitere Teilnehmende werden eine Person aus der queeren Szene sein sowie ein strafgefängener

einen festen Zeitplan für die einzelnen Vorträge geben und die Zuhörerzahl ist begrenzt. Wer möchte, kann auch mehreren „Büchern“ zuhören, da jeder Erzählende dreimal jeweils 45 Minuten aus seinem Leben berichten wird. „Wichtig ist uns ein wertschätzender und respektvoller Umgang miteinander. Beleidigungen, Anfeindungen, herablassende Aussagen oder diskriminierende Fragen haben hier keinen Platz“, stellt Charliene Sölter klar. Bei Bedarf haben die Erzählenden die Möglichkeit, den Vortrag sofort abzubrechen. Interessierte Personen, die als „Buch“ ihre Lebensgeschichte auch gerne mit anderen Menschen teilen möchten, können sich ebenfalls mit Charliene Sölter unter den oben genannten Kontaktdaten in Verbindung setzen. „Wenn das Format gut angenommen wird, möchten wir weiter darauf aufbauen“, ergänzt Astrid Brokamp. Dafür könnten die „Bücher“ zum Beispiel an Schulen „ausgeliehen“ werden oder für Fortbildungen eingesetzt werden.

Lebendige Bücherei



**ANMELDEBEGINN
18. AUGUST
2023**



**Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.**

**Bahnhofstr. 1,
49377 Vechta**

Am Samstag, den 16. September findet ab 13 Uhr die "**lebendige Bücherei**" in unserem Haus statt. Hier leiht man sich keine Bücher aus, sondern unterschiedliche Menschen, die ihre eigene besondere Geschichte in max. 45 Minuten erzählen.

Um Voranmeldungen für die einzelnen lebendigen Veranstaltungen wird gebeten!



1701



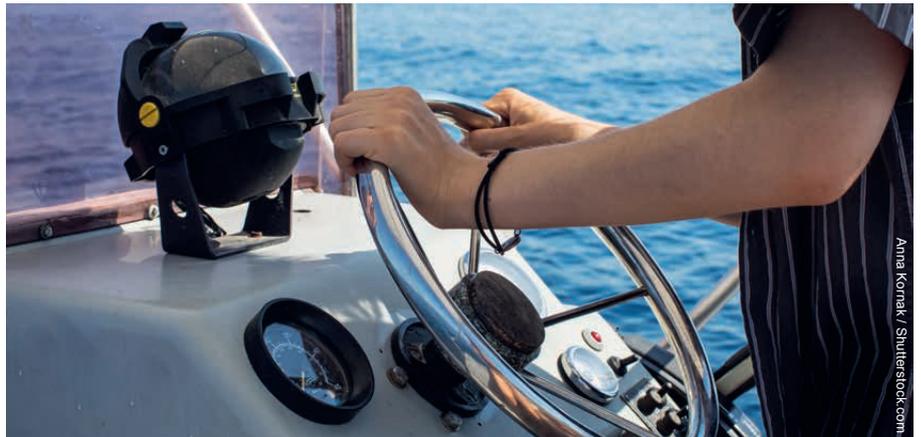
Sportführerschein „See und Binnen“

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
Termin Dienstag, 12.09.2023,



Anna Korzak / Shutterstock.com

19:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 19.09.2023,
19:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 26.09.2023,
19:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 07.11.2023,
19:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 14.11.2023,
19:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 21.11.2023,
19:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 28.11.2023,
19:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 05.12.2023,
19:00 – 21:30 Uhr

Dienstag, 12.12.2023,
19:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 19.12.2023,
19:00 – 21:30 Uhr
Dienstag, 09.01.2024,
19:00 – 21:30 Uhr

Gebühr 290,00 €, (Prüfungsgebühren und praktische Ausbildung sind nicht in der Kursgebühr enthalten)

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

In Kooperation mit der Wassersportschule Kapitän Kruse

Herzlich Willkommen!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Visbeker Deern

✦ HOTEL GARNI ✦

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

Gefördert vom



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie *leben!*



Partnerschaft
für Demokratie
Vechta



GEMEINSAM FÜR DEMOKRATIE UND VIELFALT IN VECHTA

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

KONTAKT:

**JULIAN HÜLSEMANN-
PROJEKTKOORDINATION**

TEL.: 04441 93778 24

MAIL: PFD@KVHS-VECHTA.DE

MEHR INFORMATIONEN BEI UNS
ODER UNTER
PFD-VECHTA.DE

jetzt mitmachen!



**AUFS
INNERE
ACHTER**

**Höre auf Dein
Inneres!**



Pädagogik/ Psychologie/ Philosophie



Ulrike Ripke

Tel.: 044 41 / 93778-35
u.ripke@kvhs-vechta.de



Charliene Sölter

Tel.: 044 41 / 93778-23
c.soelter@kvhs-vechta.de



2001



Resilienz – Die seelische Widerstandskraft stärken und trainieren Mit einem starken Ich gegen den Rest der Welt

Vom Aussortieren, Fokussieren und wieder zu Kräften kommen

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

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

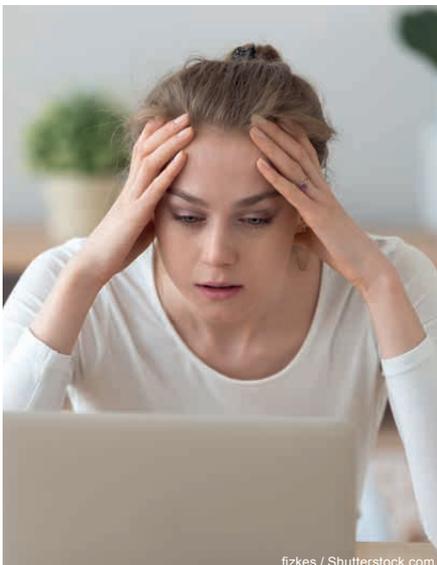
Leitung Stephanie Trapp

Termin Montag, 25.09.2023,
9:00 – 13:00 Uhr

Gebühr 50,00 €

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

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich



fizkes / Shutterstock.com

HIGHLIGHT

2002



Selbstfürsorge im Alltag

Jenseits von Selbstoptimierungsstrategien etwas für sich und die eigene seelische Gesundheit für den Alltag kennenzulernen, ist eine gute Vorsorge und ermöglicht die eigene Belastbarkeit und Lebensfreude zu erweitern. Der fürsorgliche Blick auf sich und den Alltag - bestehend aus Arbeit und Familie, den Anforderungen von außen und innen, soll in diesem Kurs eingeübt werden. Hierzu bedienen wir uns dem Modell der 4 Körper: mentaler, emotionaler, physischer und spiritueller Körper. Im Vordergrund steht die praktische lösungsfokussierte Nutzung dieses Modells mit Elementen des Achtsamkeits-, Stressmanagementtrainings und Übungen aus dem Psychodrama und Strukturaufstellungen. Die Betrachtung aller vier Bereiche im Bezug auf Selbstfürsorge ermöglicht eine nachhaltige und lösende Unterstützung im Alltag

- Modell der 4 Körper
- Selbstfürsorge und Selbstmanagement Elemente für mich
- Visualisierung und Entlastung für den Alltag mittels Übungen aus dem Achtsamkeits- & Stressmanagementtraining

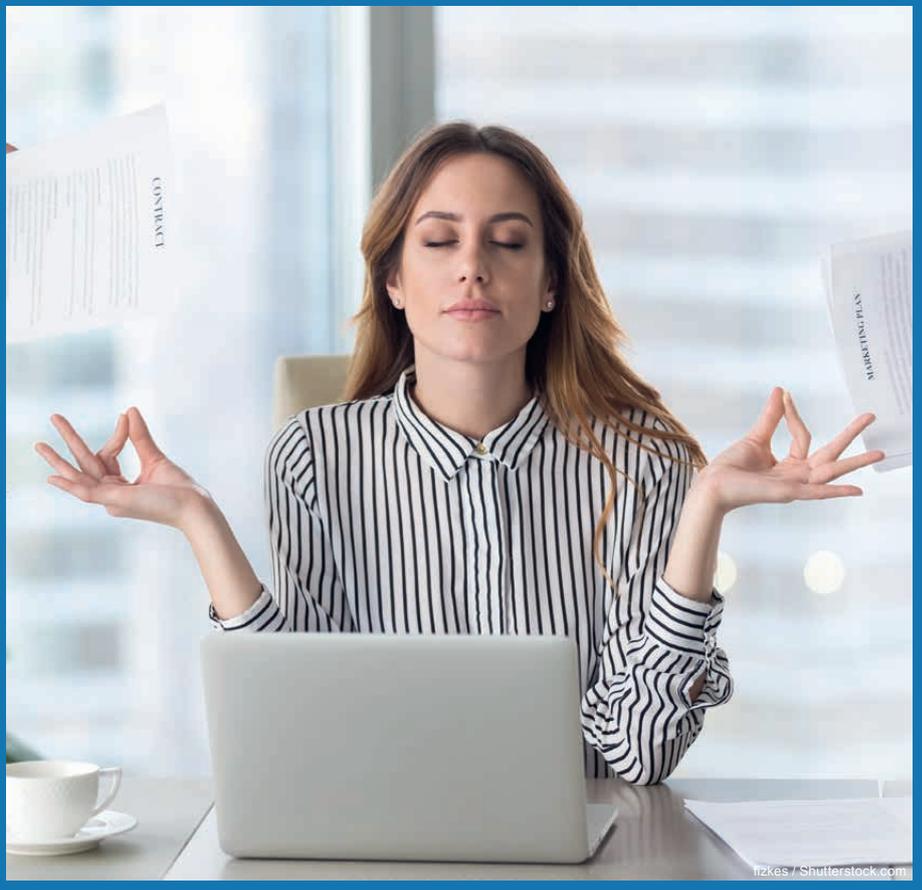
Leitung Dr. Meral Köbrich

Termin Samstag, 07.10.2023,
9:30 – 16:30 Uhr

Gebühr 80,00 €, (für Mentees „Frau Macht Demokratie“ kostenlos)

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich



fizkes / Shutterstock.com



2003



Machtvolles Auftreten für Frauen – Macht und Kraft der Körpersprache

Zielsetzung:

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

Inhalte:

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

Leitung Stephanie Trapp

Termin Donnerstag, 30.11.2023,
9:00 – 13:00 Uhr

Gebühr 99,00 €

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

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich



Hitdelight / Shutterstock.com

Pädagogik / Psychologie / Philosophie



ENTDECKEN SIE
Lü-DIE INTERAKTIVE
SPORTHALLE

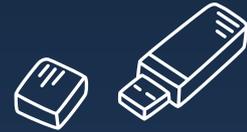
ANFRAGEN UNTER INFO@PETERKENKEL.DE

Lü

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

vhs

Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



**Begib dich auf
neues Terrain.**

60+

Senioren- bildung



Julian Hülsemann

Tel.: 04441/93778-24

j.huelsemann@kvhs-vechta.de

Gesellschaft..... 32

Technik..... 36

Gesellschaft

3001

**Seniorenfrühstück Diakonie –
offener Gesprächskreis****Leitung** Margret Reiners-Homann,
Giseltraud Voget**Termin** Donnerstag, 07.09.2023,
9:00 – 11:15 Uhr**Gebühr** Die Teilnahme ist kostenlos.**Ort** Vechta, Ev. Gemeindehaus,
Marienstraße

3002

**Oktobervortrag von Pfarrer
Jürgen Schwartz****Leitung** Pfarrer Jürgen Schwartz**Termin** Donnerstag, 05.10.2023,
9:00 – 11:15 Uhr**Gebühr** Die Teilnahme ist kostenlos.**Ort** Vechta, Ev. Gemeindehaus,
Marienstraße

3003

**Der Einbürgerungstest –
Norbert Krümpelbeck**

Gemeinsam beschäftigen wir uns mit
den Fragen und Antworten des Einbür-
gerungstestes

Leitung Carsten Homann**Termin** Donnerstag, 02.11.2023,
9:00 – 11:15 Uhr**Gebühr** Die Teilnahme ist kostenlos.**Ort** Vechta, Ev. Gemeindehaus,
Marienstraße

3004

Adventsfrühstück**Leitung** Margret Reiners-Homann,
Giseltraud Voget**Termin** Donnerstag, 07.12.2023,
9:00 – 11:15 Uhr**Gebühr** Die Teilnahme ist kostenlos.**Ort** Vechta, Ev. Gemeindehaus,
Marienstraße**Weiter mit Bildung!****HIGHLIGHT**

3005

Biografisches Schreiben

Entdecke die Kraft deiner Geschichte!
In diesem Kurs lernst du, wie du deine
Lebensgeschichte auf eine kreative
und ansprechende Art und Weise auf-
schreibst. Du erhältst praktische Tipps
und Techniken, um deine Erinnerungen
und Erfahrungen in Worte zu fassen und
einzigartige Geschichten zu erschaffen.
Ob du deine Memoiren schreiben möch-
test oder einfach nur deine Erinnerungen
festhalten willst, dieser Kurs ist für alle
geeignet, die ihre Geschichte auf eine
inspirierende Art und Weise festhalten
möchten.

Leitung Alfred Bünjen**Termin** Beginn ist am Dienstag,
05.09.2023, 8 Nachmittage,
jeweils dienstags,
14:30 – 16:30 Uhr**Gebühr** 67,50 €**Ort** Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

Seniorenbildung

Krakenimages.com / Shutterstock.com

**HERZ & HAND**
FREIWILLIGENAGENTUR
FÜR DEN LANDKREIS VECHTA

3006

**Herz und Hand –
Ehrenamt stellt sich vor**

Die Freiwilligen-Agentur HERZ&HAND
ist seit über einem Jahrzehnt eine zen-
trale Anlaufstelle für alle Belange rund
um das Ehrenamt im Kreis Vechta. Unter der
Leitung von Frau Anja Sperveslage, die
seit August 2021 im Amt ist, verbindet die
Agentur Menschen, die Hilfe benötigen,
mit denen, die ihre Zeit ehrenamtlich zur
Verfügung stellen möchten.

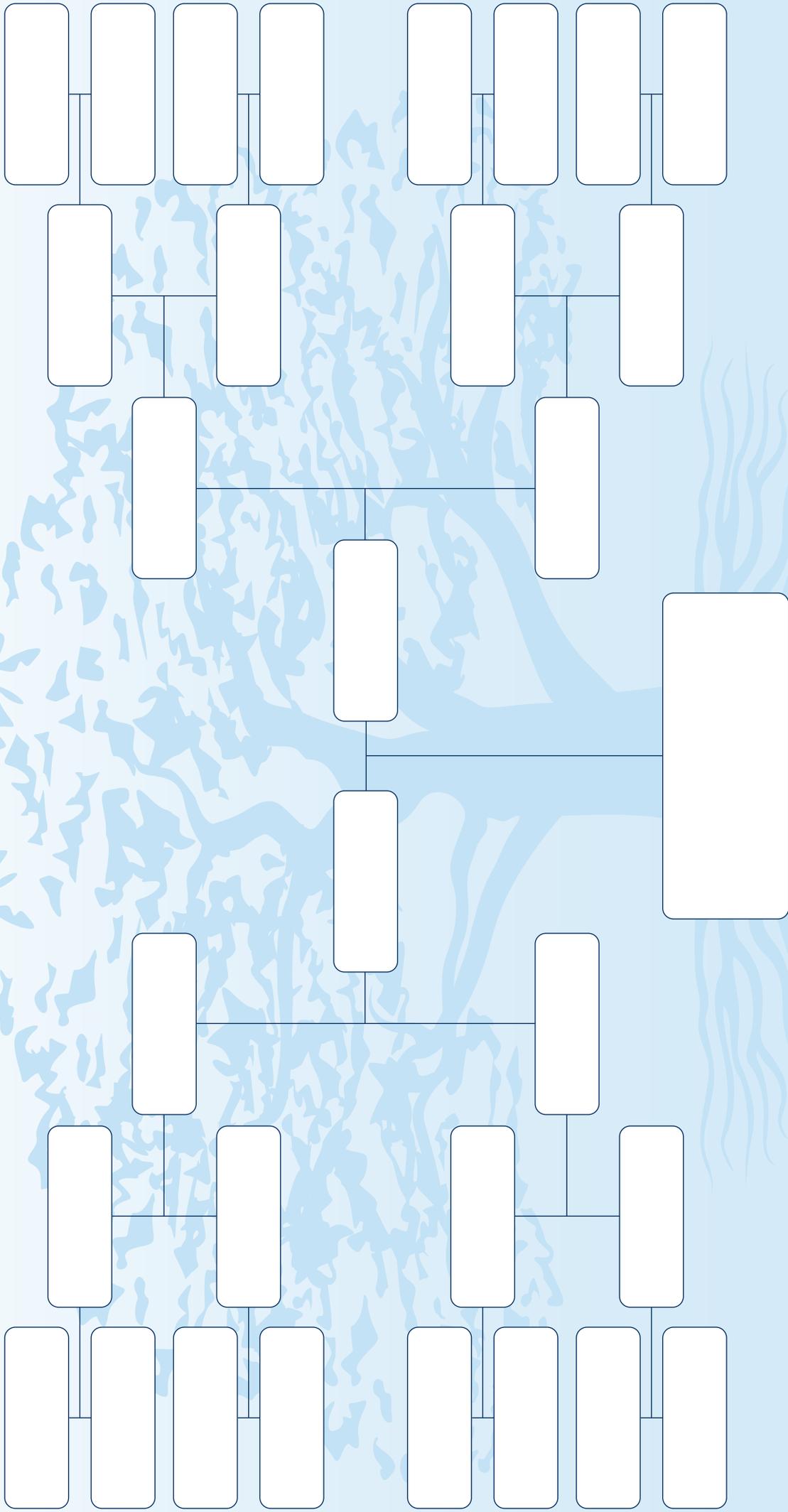
„Unsere Hauptaufgaben umfassen die
Vermittlung und Beratung von Ehren-
amtlichen, die Koordination der ehren-
amtlichen Wohnberater im Kreis Vechta,
die Begleitung und Entwicklung neuer
Projekte im Ehrenamt sowie die Öffent-
lichkeitsarbeit für Ehrenamt im Landkreis
Vechta“.

Ob sie selber ehrenamtliche Hilfe suchen
oder sich gerne engagieren möchten, ein
erster Kontakt, der erste Schritt, kann di-
rekt bei uns im Haus gemacht werden.

Leitung Anja Sperveslage**Termin** Donnerstag, 24.08.2023,
19:00 – 21:15 Uhr**Gebühr** die Teilnahme ist kostenlos**Ort** Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Stammbaum





Wie erstelle ich einen Stammbaum?

Den Vorfahren auf der Spur: Die Suche nach der eigenen Herkunft übt eine große Faszination auf viele Menschen aus. Herauszufinden, wie die einzelnen Familienmitglieder hießen, welchen Beruf sie ausübten und wie sie lebten – das alles kann spannend wie ein Krimi sein.

Was ist ein Stammbaum?

In der Ahnenforschung – auch Genealogie genannt – ist ein Stammbaum die visuelle Darstellung einer Familiengeschichte. Das Schaubild bezeichnet die Nachkommenschaft eines beliebigen Vorfahren von der Vergangenheit bis in die Gegenwart. Der Familienstammbaum hilft seinem Ersteller also dabei, seine Wurzeln aufzudecken.

Wie der Name vermuten lässt, wird der Stammbaum als Baumstruktur dargestellt. In der Wurzel befindet sich die Person, von der der Stammbaum ausgehen soll. Man bezeichnet sie in der Fachsprache als Proband. Vom Wurzelgeflecht aus führen Äste und Zweige zu den Nachkommen und wiederum zu deren Nachkommen – von Generation zu Generation.

Der persönliche Familienstammbaum kann weit verästelt sein. Es finden sich nicht nur Eltern, Großeltern und Urgroßeltern, sondern auch deren Geschwister. Zu Beginn der Erstellung lässt sich somit nicht sagen, wie groß das Schaubild am Ende sein wird.

Im Gegensatz zu der klassischen Variante beginnen Stammbäume, die auf Online-Portalen erstellt werden, häufig in der Gegenwart und verzweigen sich in die Vergangenheit. Das Ergebnis bleibt dasselbe: Wer einen Stammbaum erstellt, begibt sich auf eine spannende Reise zu seinen persönlichen Wurzeln.

Was benötigt man, um einen Stammbaum zu erstellen?

Alles, was ein Ahnenforscher zu Beginn seiner Reise braucht, ist Zeit und Stift – und eine große Portion Neugier und Geduld. Um den Stammbaum mit Informationen zu füllen, benötigt man darüber hinaus die Namen und Stammdaten der einzelnen Familienmitglieder. Wie heißen die Eltern, Großeltern und Urgroßeltern? Wie viele Geschwister hatten die Eltern? Wann und wo wurden sie geboren? Wichtige Angaben, die notiert werden müssen, sind:

- ✓ Vorname, Nachname und Geburtsname von sich selbst, den Eltern, den Geschwistern und Großeltern usw.
 - ✓ Daten zu Geburt, Hochzeit, Todesfällen
 - ✓ Wohnorte
 - ✓ religiöse Zugehörigkeiten
- Wer seinen Familienstammbaum anschließend selbst zeichnen möchte, benötigt:
- ✓ einen großen Zeichenkarton
 - ✓ verschiedene Farbstifte
- Eine andere Möglichkeit ist, Stammbaum-Poster zu verwenden oder Vorlagen zu nutzen, die man kostenlos bzw. gegen eine kleine Gebühr herunterladen kann.

Will der Familienforscher die genealogischen Daten in elektronischer Form sammeln und darstellen, kann er eine Ahnenforschung-Software verwenden oder den Stammbaum online über eine Genealogie-Plattform erstellen. Die Basisversion ist meist kostenlos. Wer besondere Funktionen wie beispielsweise DNA-Analysen nutzen möchte, benötigt eine kostenpflichtige Version.

Wo kann ich etwas über meinen Stammbaum erfahren?

Aller Anfang ist schwer – Familienforscher stellen jedoch schnell fest, dass es bei der Erstellung eines Stammbaumes eher umgekehrt ist. Die ersten Daten sind schnell gesammelt. Doch je tiefer man gräbt, um an die Wurzeln seiner familiären Geschichte zu gelangen, umso schwieriger wird es. Hier ist systematisches Vorgehen gefragt und folgende Quellen helfen weiter:

- ✓ Innerhalb der eigenen Familie
- ✓ Nach 1875: Standesämter
- ✓ Vor 1875: Kirchenbücher
- ✓ Stadtarchive und Bibliotheken
- ✓ Ahnenforschung im Internet

„DAS DIGITAL-TANDEM“

GENERATIONEN LERNEN VONEINANDER



SMARTPHONE, COMPUTER UND TABLET IN BEGLEITUNG ERKUNDEN

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



DIE CAFESURFER



Ehrenamtliche helfen sich gegenseitig

Wir sind die **Cafesurfer**, eine Gruppe von Senioren und Seniorinnen, die Angenehmes mit Spannendem verbinden. Jeden Freitag treffen wir uns in der 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. Schnall' deinen Klapprechner, dein Tablet oder Smartphone unter den Arm und schau vorbei.

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

Kontakt:

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

Eduard Voelcker
edmo@ausvechta.de



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



Technik

Das Dreiphasenmodell zum Erwerb von Digitalen Kompetenzen ist ein wegweisendes Konzept, entwickelt von der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. und der Universität Vechta. Es zielt darauf ab, Menschen aller Altersgruppen und mit unterschiedlichen Hintergründe dabei zu unterstützen, ihre digitalen Fähigkeiten zu erweitern und sich in der digitalen Welt sicher zu bewegen. Dieses Modell gliedert sich in drei Phasen, die jeweils auf die individuellen Bedürfnisse und Fähigkeiten der Lernenden zugeschnitten sind.

Für absolute Neueinsteiger ist das **Digitaltandem** die perfekte Wahl. In einem neunwöchigen Programm können Sie gemeinsam mit einem Studierenden die Welt des Internets und der digitalen Technologien erkunden - kostenfrei und flexibel.

Für diejenigen, die ihre Kenntnisse vertiefen möchten, bieten wir eine breite Palette von **Kursen** an, die Sie im sicheren und effektiven Umgang mit digitalen Werkzeugen schulen.

Abschließend bietet unser wöchentlicher **Cafesurfer-Treff** jeden Freitag um 14 Uhr eine Plattform für Senioren, um sich gegenseitig bei Alltagsfragen rund um die digitale Welt zu unterstützen.

Die ersten Schritte mit dem eigenen Smartphone

Ein Smartphone mit vielen Funktionen und Möglichkeiten gibt den Nutzern oft Rätsel auf.

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

Bitte mitbringen: Smartphone, das dazugehörige Ladekabel, eventuelle Passwörter

3100



Die ersten Schritte mit dem eigenen Smartphone

Leitung Ruth Honkomp

Termin Beginn ist am Montag, 07.08.2023, 3 Vormittage, jeweils montags, 8:30 – 11:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

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

3101

Die ersten Schritte mit dem eigenen Smartphone

Leitung Ruth Honkomp

Termin Beginn ist am Montag, 16.10.2023, 3 Vormittage, jeweils montags, 8:30 – 11:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Die ersten Schritte mit dem eigenen Tablet

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

Die Inhalte im Überblick:

- Bestandteile eines Tablets
- das Startmenü
- das Öffnen und Schließen von Apps
- das Internet mit seinen zahlreichen Möglichkeiten

Bitte mitbringen: Tablet, das dazugehörige Ladekabel, eventuelle Passwörter

Weiter mit Bildung!

3102



Die ersten Schritte mit dem eigenen Tablet

Leitung Ruth Honkomp

Termin Beginn ist am Montag, 08.01.2024, 3 Vormittage, jeweils montags, 8:30 – 11:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

3103



Die ersten Schritte mit dem eigenen Tablet

Leitung Ruth Honkomp

Termin Beginn ist am Montag, 04.09.2023, 3 Vormittage, jeweils montags, 8:30 – 11:45 Uhr

Gebühr 60,50 €

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

3104



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 Eduard Voelcker

Termin Beginn ist am Freitag, 07.07.2023, 10 Nachmittage, jeweils freitags, 14:00 – 16:00 Uhr

Gebühr die Teilnahme ist kostenlos

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



HIGHLIGHT

Roboter-Workshop für Senior*innen

Entdecken Sie die Welt der Roboter! Unser Workshop für Senior:innen bietet Ihnen eine einzigartige Gelegenheit, sich mit modernster Robotik-Technologie vertraut zu machen. Lernen Sie grundlegende Kenntnisse im Umgang mit Robotern und erfahren Sie, wie diese Ihnen im Alltag helfen können. Unser:e erfahrene:r Trainer:in begleitet Sie dabei und beantwortet all Ihre Fragen. Melden Sie sich jetzt an und erleben Sie einen spannenden Nachmittag mit anderen begeisterten Senior:innen!

3105

Roboter-Workshop für Senior*innen

Leitung Marlene Reimer
Termin Mittwoch, 05.07.2023, 14:00 – 17:30 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Moin Veroza!, Münsterstraße 47

3106

Roboter-Workshop für Senior*innen

Leitung Marlene Reimer
Termin Donnerstag, 06.07.2023, 14:00 – 17:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Moin Veroza!, Münsterstraße 47

3107

Roboter-Workshop für Senior*innen

Leitung Marlene Reimer
Termin Mittwoch, 06.09.2023, 14:00 – 17:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Moin Veroza!, Münsterstraße 47



Dmytro Zinkevych / Shutterstock.com

3201



Vererben zugunsten von Menschen mit Beeinträchtigung

Eltern von Menschen mit Beeinträchtigung quält stets die Frage: Was passiert mit unserem Kind, wenn wir eines Tages nicht mehr da sind?

Hier bietet das „Behindertentestament“ die Möglichkeit einer Versorgung über den Tod hinaus, zumindest in finanzieller Hinsicht. Das Nachlassvermögen von uns Eltern sorgt dafür, dass unser „Sorgenkind“ über die Sozialhilfe hinaus versorgt wird und so ein besseres Leben führen kann. Der selbst betroffene Referent, Ewald Kober Notar a. D. und Rechtsanwalt aus Neuenkirchen-Vörden, zeigt hier Eltern und Großeltern Lösungswege, ihr (Enkel-)Kind über den Tod hinaus zu versorgen.

Leitung Rechtsanwalt und Notar Ewald Kober
Termin Sonntag, 19.11.2023, 15:00 – 17:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

3202



DUO-Seniorenbegleiter

Bei dem Schulungsprogramm DUO handelt es sich um ein Qualifizierungsprogramm für ehrenamtliche Seniorenbegleiterinnen und Seniorenbegleiter. Themen der Qualifizierungsmaßnahme sind: Gesprächsführung und Kommunikation, Alt werden - Alt sein, Tagesstrukturierung und -aktivierung, psychische Veränderungen im Alter, Sozialrecht, Altersmedizin. Ziel der Qualifizierung ist es, den ehrenamtlich Engagierten jene Kompetenzen zu vermitteln, die ihnen

dabei helfen, nachfragende Seniorinnen und Senioren im Alltag unterstützen zu können, wie z.B. sie zu Arztbesuchen begleiten, Spiele spielen, Spazieren gehen oder auch als Gesprächspartner „einfach nur da sein“.

Die Kurse umfassen mindestens 30 Unterrichtsstunden theoretische Grundlagen, welche an 10 Präsenzabenden, jeweils mittwochs, abgehalten werden. Für den praktischen Teil sind mindestens 20 Stunden vorgesehen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten ein Zertifikat über die erfolgreiche Teilnahme. Es fallen für die Freiwilligen keine Seminarkosten an.

Leitung Daniela Lamping
Termin Beginn ist am Donnerstag, 07.09.2023, 10 Abende, jeweils donnerstags, 18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr die Teilnahme ist kostenlos
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



**Zusammen erleben –
zusammen lernen.**



Familientreff



Miriam Nost

Tel.: 04441 / 93778-20

familientreff@kvhs-vechta.de

Vorträge/Angebote	
für Eltern und Interessierte	40
Angebote für Eltern und Kinder	42
Angebote zur Baby- und Kindermassage ...	43
Eltern-Kind-Gruppen für Eltern mit Babys ..	45
Lernen durch Spielen	48
Bewegungsangebote	48
Musikangebote	53
Angebote für Kinder und Jugendliche	56



Vorträge/Angebote für Eltern und Interessierte

4001



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

Die Geburt eines Kindes bringt große Veränderungen für die gesamte Familie mit sich. Bereits während der Schwangerschaft tauchen viele Fragen auf. Welche (finanziellen) Hilfen stehen den Eltern vor und nach der Geburt zur Verfügung? Wo können individuelle Fragen beantwortet werden? Dieser Abend verschafft einen Überblick über die Themen Mutterschutz, Mutterschaftsleistungen, Elterngeld, Elternzeit und Kindergeld.

Es besteht für jeden Teilnehmenden die Möglichkeit zur persönlichen Terminvereinbarung in der Schwangerschaftsberatung des Diakonischen Werks, Vechta zur Klärung weiterer Fragen, zur Hilfe bei der Antragsstellung oder zur Abstimmung der eigenen Situation. Die Terminvereinbarung kann auch unabhängig zum Vortrag erfolgen.

Leitung Andrea Hinrichsmeyer
Termin Donnerstag, 05.10.2023, 19:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 3,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4002



Wir bekommen ein Kind – allgemeine Leistungen während und nach der Schwangerschaft In Kooperation mit der 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, 21.11.2023, 19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 3,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Säuglingspflegekurse

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

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

Zielgruppe: Schwangere und werdende Väter, junge Eltern und Interessierte

4003

Säuglingspflegekurs

Leitung Nicole Festerling
Termin Donnerstag, 14.09.2023, 19:00 – 21:30 Uhr

Gebühr 12,75 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4004

Säuglingspflegekurs

Leitung Nicole Festerling
Termin Donnerstag, 16.11.2023, 19:00 – 21:30 Uhr

Gebühr 12,75 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

4005

Stillvorbereitungskurs

Dieser Kurs vermittelt 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 Anfangsschwierig-

keiten können so schon vorab verhindert werden und Sie können in Ihren Entscheidungen gestärkt werden.

Leitung Stephanie Triemer
Termin Montag, 11.09.2023, 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 3,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Weitere Kurse finden Sie auf unserer Homepage im Fachbereich Familientreff.



FamVeld / Shutterstock.com

4010



Rückbildungskurs in Visbek

Die Rückbildungskurse können frühestens 8 Wochen nach der Entbindung besucht werden. Die Kosten von 10 Terminen übernimmt die Krankenkasse.

Anmeldungen sind direkt nach der Geburt bei der Hebamme Stefanie Dwertmann unter 0170/2606800 möglich. Weiterführende Informationen sind ebenfalls dort erhältlich.

Die Babys können gerne mitgebracht werden.

Bitte mitbringen: Handtuch und Getränke für den Eigenbedarf

Zielgruppe: Mütter, mindestens 8 Wochen nach der Entbindung

Leitung Stefanie Dwertmann
Termin Beginn ist am Mittwoch, 16.08.2023, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 9:00 – 10:00 Uhr

Gebühr Die Kosten für 10 x werden von den Krankenkassen übernommen.

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



Beikostworkshops

Um den 5. - 7. Lebensmonat herum beginnt die Zeit der B(r)eikost. Dazu stellen sich viele Fragen und Eltern müssen sich gleichzeitig durch einen Dschungel an unterschiedlichen Informationen, Ratschlägen und Produkten kämpfen. In diesen Workshops 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

4011



Vechta

Leitung Stephanie Triemer
Termin Samstag, 16.09.2023,
9:30 – 11:45 Uhr

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

4012



Vechta

Leitung Stephanie Triemer
Termin Samstag, 09.12.2023,
9:30 – 11:45 Uhr

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

4013



Visbek: Essen soll Spaß machen!

Leitung Lena Karin Tönnies
Termin Samstag, 23.09.2023,
9:00 – 11:15 Uhr

Gebühr 14,50 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

Beikost mal anders

Unter Baby-led weaning (BLW) wird eine frühzeitige Unterstützung bei der Entwicklung des Selberessens verstanden. Dabei wird den Kindern vornehmlich

Fingerfood angeboten. Mit BLW soll die Teilhabe an der Familienernährung gefördert werden. Um eine erfolgreiche Beikosteinführung mit BLW zu erzielen, gibt es grundlegende Dinge, die zu beachten sind. Diese Grundlagen sind unter anderem Inhalt der Veranstaltungen.

4014



Abendkurs

Leitung Janina Sieveke
Termin Mittwoch, 06.09.2023,
19:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 12,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

4015

Vormittagskurs

Leitung Janina Sieveke
Termin Freitag, 10.11.2023,
9:00 – 11:15 Uhr
Gebühr 18,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

HIGHLIGHT

4016

Bindungsstärkendes Spiel nach Gundula Göbel

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

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

Die bindungsstärkenden und unterschiedlichen Facetten des Spielens werden dargestellt. Themen werden zusätzlich die nonverbalen Botschaften des Kindes sein und wie sie verstanden werden können, ebenso wie die Bedeutung des Spielens für die emotionale Gesundheit von Kindern erörtert und einige Spielsituationen beleuchtet und erlebbar werden.

Dieses Konzept liegt den neuen Eltern-Kind-Gruppen „Bindungsstärkendes Spiel“ in Vechta zugrunde.

Bitte mitbringen: Wasser als Getränk
Zielgruppe: Eltern, pädagogische Fachkräfte, Interessierte

Leitung Sandra Moormann
Termin Mittwoch, 20.09.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr 13,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4017



Mehr Wohlbefinden im aufregenden Alltag mit Kindern - Ein Angebot für Eltern und Interessierte -

In diesem Kurs haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, erste Erfahrungen mit dem Konzept „Stark auch ohne Muckis“ zu sammeln. Gemeinsam werden Techniken kennengelernt, die schnell in die Entspannung und zur Ruhe führen können. Durch Achtsamkeitsübungen und Meditationen lernen ebenfalls Kinder, ihre eigenen Bedürfnisse und Wünsche wahrzunehmen. An praktischen Beispielen zeigt die Dozentin Möglichkeiten auf, wie Eltern / Betreuungspersonen sowohl eigene Wohlfühloasen wie auch gemeinsame mit den Kindern auf spielerische Weise schaffen können.

Leitung Erika Ellers
Termin Beginn ist am Donnerstag,
05.10.2023, 6 Abende,
jeweils donnerstags,
19:00 – 20:00 Uhr

Gebühr 50,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6



fizkes / Shutterstock.com



Bau eines Kinder-Mobiltelefons

Der Bau eines Dosentelefon ist einfach. Es sind nur wenige Materialien erforderlich, die in jedem Haushalt vorhanden sind.



Phovoir / Shutterstock.com

Material:

- Zwei leere, saubere Konservendosen (Stellt sicher, dass es keine scharfen Kanten gibt oder klebt diese mit Klebeband ab), leere alte Joghurtbecher gehen zur Not ebenfalls.
- Zehn bis zwölf Meter dünne Paket-schnur oder ein Nylonfaden (alte Drachenschnur etc.)

Bastelanleitung:

- Zuerst müsst ihr in die Mitte des Dosenbodens ein kleines Loch machen/ bohren.
- Das jeweilige Loch sollte gerade groß genug, dass die Schnur / der Faden durch passt.
- Nun steckt ihr ein Schnurende von außen durch das Loch im Dosenboden und verknötet es fest, sodass die Schnur nicht aus dem Loch rutschen kann.
- Das gleiche macht ihr mit dem anderen Schnurende und der zweiten Dose.
- Schon ist das Dosentelefon fertig!
- Zum „Telefonieren“ musst du dich mit einer weiteren Person in solchem Abstand aufstellen, dass die Schnur gespannt ist.
- Jetzt hält einer die Dosenöffnung an sein Ohr, der andere an den Mund.
- Spricht dieser nun hinein werden die Schwingungen über die Schnur zum Ohr des anderen geleitet.

Viel Spaß damit!!!

4018

Wutanfälle und Trennungsängste

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

Leitung Dr. Erika Butzmann
Termin Samstag, 16.09.2023,
10:00 – 13:15 Uhr

Gebühr 18,50 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4019

Smartphone & Co.: Was macht das mit unseren Kindern?

Das Smartphone und die digitalen Medien sind inzwischen zum Lebensmittelpunkt der Menschen geworden, so dass die Kinder von Beginn an damit konfrontiert werden. Bereits seit Jahren weisen Experten darauf hin, welche Folgen ein andauernder Gebrauch des Smartphones der Eltern auf die Entwicklung der Kinder hat und wie der frühe und häufige Umgang der Kinder mit digitalen Medien die Entwicklung behindert. Mit diesem Vortrag wird über die bisherigen Ergebnisse aus der wissenschaftlichen Forschung zum Einfluss eines übermäßigen Gebrauchs digitaler Medien auf die Gehirnentwicklung der Kinder informiert. Das Wissen macht es möglich, die schwierige Aufgabe der Medienerziehung mit weniger Stress in den Griff zu bekommen.



Weitere Kurse finden Sie auf unserer Homepage unter Familientreff!

Leitung Dr. Erika Butzmann
Termin Dienstag, 12.09.2023,
18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr 22,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahn

4020



Familien- und Schulkonflikte in der Pubertät

Wenn Kinder in die Pubertät kommen, häufen sich Familien- und Schulkonflikte. Wie können Eltern und Lehrer/innen damit so umgehen, dass unnötiger Stress vermieden und die Kinder in ihrer Entwicklung gefördert werden? In diesem Vortrag geht es um die Veränderungen in der Denk- und Wahrnehmungsweise der Kinder in dieser Phase und die daraus resultierenden Konflikte sowie die oftmals gezeigten anmaßenden Verhaltensweisen.

Leitung Dr. Erika Butzmann
Termin Dienstag, 26.09.2023,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 22,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Weitere Angebote für Eltern finden Sie auch unserer Homepage im Fachbereich Familientreff.

Angebote für Eltern und Kinder

4100



Stilltreff

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

Familientreff



von nicht (mehr) gestillten Kindern, die an diesem Austausch interessiert sind. Ein Einstieg ist nach vorheriger Kontaktaufnahme jederzeit möglich.

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

Zielgruppe: Stillende, Schwangere, Mütter von nicht (mehr) gestillten Kindern

Leitung Stephanie Triemer
Termin Mittwoch, 16.08.2023, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 06.09.2023, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 20.09.2023, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 04.10.2023, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 18.10.2023, 10:45 – 11:45 Uhr
Mittwoch, 01.11.2023, 10:45 – 11:45 Uhr

Gebühr 20,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Angebote zur Baby- und Kindermassage

Babymassage - Berührung mit Respekt®

Die Babymassage hilft Ihnen, Ihrem Baby das Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit zu vermitteln, sein Wohlbefinden zu erhöhen und die Eltern-Kind-Bindung zu stärken.

In diesen umfangreichen Kursen erfahren Eltern in einer kleinen Runde gemeinsam mit ihrem Baby alles Wissenswerte rund um die Babymassage und erlernen die konkreten Handgriffe. Die Kursleiterinnen führen die Massagegriffe an einer Puppe vor, falls das Baby gerade bereit ist, kann es im Kurs auch gleichzeitig von der Mutter oder dem Vater massiert werden. Grundsätzlich ist dieser Kurs allerdings der „Führerschein“ zur Babymassage, denn die sinnvolle Massage findet nicht während der Gruppentreffen, sondern zu Hause statt.

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



4101

Vechta

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Donnerstag, 24.08.2023, 5 Vormittage, jeweils donnerstags, 8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4104

Vechta

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Mittwoch, 08.11.2023, 5 Vormittage, jeweils mittwochs, 10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

HIGHLIGHT

4102

Samstagstermine in Vechta

Die männliche Kursleitung freut sich über viele interessierte Väter!

Leitung Steffen Moormann
Termin Beginn ist am Samstag, 02.09.2023, 5 Vormittage, jeweils samstags, 10:00 – 11:30 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3



4103

Vechta

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Donnerstag, 05.10.2023, 5 Vormittage, jeweils donnerstags, 10:45 – 12:15 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4105

Vechta

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Montag, 08.01.2024, 5 Vormittage, jeweils montags, 10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4106

Visbek

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 22.08.2023, 5 Vormittage, jeweils dienstags, 10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch

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

4107

Visbek

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 14.11.2023, 5 Vormittage, jeweils dienstags, 10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €, inkl. Massageöl und Anleitungsbuch

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

Weiter mit Bildung!



Update - Babymassage - Berührung mit Respekt®

Diese Babymassagekurse richten sich an Eltern, deren vorheriger Massagekurs bereits Wochen, Monate oder sogar Jahre her ist. Dadurch können Massagegriffe, wie die Kolik Massage, Bewusstseinszustände, die Signale der Babys und viele weitere wichtigen Themen aus diesem Kurskonzept verblasst sein.

Manchmal fehlt zuhause auch Ruhe und Zeit für eine Quality-Time mit Baby.

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

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

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

4108



Für Eltern mit Ihren Kindern von 6 - 12 Monaten

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag, 26.09.2023, 3 Vormittage, jeweils dienstags, 10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 35,00 €, inkl. Massageöl

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



Kuznetsov Dmitry / Shutterstock.com

4109



Für Eltern mit Ihren Kindern von 1 - 2 Jahren

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Dienstag, 20.02.2024, 3 Vormittage, jeweils dienstags, 10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 35,00 €, inkl. Massageöl

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

Schnuppernachmittage: Eltern-Kind-Massage - Berührung mit Respekt® in Vechta

Ein Geschenk für dich und dein Kind!

Für Eltern mit ihren Kindern in unterschiedlichem Alter

Kindererziehung beansprucht Energie und Ausdauer. Die eigenen Ideale sind im Alltag häufig nur schwer umsetzbar, denn viele Anforderungen benötigen die ganze Kraft. Die Pflege der Beziehung und Bindung zum eigenen Kind kann dabei schnell aus den Augen geraten.

Durch das Erlernen der „Kindermassage“ bekommen Sie die Möglichkeit, kleine Oasen der Ruhe und Entspannung zu schaffen - für sich - ihr Kind - sie gemeinsam. Diese können ein kostbares Geschenk für Ihren Alltag darstellen. Gemeinsame Ruhepunkte tragen zu Harmonie und Verbundenheit in der Familie bei. Dieser Schnupperworkshop bietet Ihnen eine kleine theoretische und praktische Einführung in die Grundlagen der Kindermassage. So haben Sie und Ihr Kind die Möglichkeit des Ausprobierens.

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

Zielgruppe: Elternteil-Kind-Paare

Eine Bitte!

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

4110

Für Kinder von 3 bis 5 Jahren

Leitung Sandra Moormann

Termin Donnerstag, 12.10.2023, 15:30 – 17:45 Uhr

Gebühr 23,00 €, inklusive Massageöl

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4111

Für Kinder von 5 bis 7 Jahren

Leitung Sandra Moormann

Termin Donnerstag, 02.11.2023, 15:30 – 17:45 Uhr

Gebühr 23,00 €, inklusive Massageöl

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3



Photographee.eu / Shutterstock.com

4112

Für Kinder von 7 bis 9 Jahren

Leitung Sandra Moormann

Termin Donnerstag, 23.11.2023, 15:30 – 17:45 Uhr

Gebühr 23,00 €, inklusive Massageöl

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4113

Für Kinder von 9 bis 11 Jahren

Leitung Sandra Moormann

Termin Donnerstag, 07.12.2023, 15:30 – 17:45 Uhr

Gebühr 23,00 €, inklusive Massageöl

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3



Eltern-Kind-Gruppen für Eltern mit Babys

PEKiP®

PEKiP® ist eine nach Jaroslav Koch entwicklungsfördernde Begleitung von Kindern im ersten Lebensjahr.

Die Bewegung ist für Säuglinge eine der wichtigsten Ausdrucksformen. Im angenehm warmen Raum können Babys unbedeutet, ungehindert Bewegung und Berührung erfahren. Durch Anregungen und Spiele können Mütter und Väter die Bewegungsfreude des Babys unterstützen und gewinnen Sicherheit im Umgang mit ihrem Kind. In der Gruppe haben Eltern Gelegenheit, sich selbst und andere in der gleichen Situation wahrzunehmen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Der erste Kursblock schließt einen Elternabend ein, an dem auf Fragestellungen rund um PEKiP® eingegangen wird.

Bei Interesse kann auch ein Väter- / Familien - PEKiP® angeboten werden.

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



4120

Geburtsmonate Januar und Februar 2023 - Folgekurs -

Leitung Miriam Nost
Termin Beginn ist am Mittwoch, 27.09.2023, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

4121

Geburtsmonate Oktober und November 2023

Leitung Miriam Nost
Termin 9 Vormittage und Elternabend am 08.01.2024 um 20:00 Uhr, Kurstermine jeweils mittwochs ab 10.01.2024 von 8:45 Uhr - 10:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Gruppenangebote zum bindungsstärkenden 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

4122

Vechta Für Eltern mit Zwillingen Geburtsmonate November 2022 bis Januar 2023

Für Eltern mit ihrem Zwillingsspärgchen.

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Donnerstag, 29.06.2023, 5 Vormittage, jeweils donnerstags, 8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 55,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Weiter mit Bildung!





4123

Vechta Geburtsmonate Juli und August 2023

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Donnerstag,
05.10.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4124

Vechta Geburtsmonate August und September 2023

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Donnerstag,
16.11.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
10:45 – 12:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4125

Vechta Geburtsmonate November und Dezember 2023

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Montag,
19.02.2024, 10 Vormittage,
jeweils montags,
10:45 – 12:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

Eltern-Kind-Gruppen in Vechta und Visbek

Den Eltern-Kind-Gruppen in Vechta und Visbek liegt ein Konzept zugrunde, das Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr optimal begleiten und Ideen und Impulse für den Alltag bieten möchte. Die Gruppentreffen bieten Eltern die Gelegenheit, die Bindung zu ihren Babys zu intensivieren und in geschützter Atmosphäre optimal zu fördern. Unter pädagogischer Anleitung können sich die Babys

unbekleidet im angenehm warmen Raum bewegen und so sich selbst und die Berührungen der Eltern ungehindert wahrnehmen.

Die Kursleiterinnen setzen dabei auch auf Alltagsmaterial, so experimentieren schon die Kleinsten. Sie möchten den Eltern Ideen und Anregungen zur Beobachtung und Förderung ihrer Kinder geben. Deshalb stehen auch gemeinsame Sing- und Bewegungsspiele sowie gezielte Wahrnehmungs- und Bewegungsanregungen im Mittelpunkt. So kann die Entwicklung von Sprache, Sozialverhalten und die kindliche Emotionalität angeregt werden.

Die Treffen sollen aber nicht nur den Kindern, sondern auch den Eltern gut tun, daher nimmt der Austausch mit „Eltern in gleicher Lebenssituation“ ebenfalls einen festen Platz bei den Treffen, unter der wertorientierten Begleitung der zertifizierten Referentinnen, ein.

Im warmen Raum auf weichen Matten liegen, strampeln und kugeln sich unbekleidete Babys.

Spielerische Anregungen und sanfte Aktionen sind ebenfalls Inhalte, sowie das Benutzen von verschiedenem Material wie Tücher, Bälle, Rasseln oder Glöckchen.

Die Spiel-, Bewegungs-, und Sinnesanregungen sollen zwanglos die Eigenaktivität des Babys fördern. Durch gemeinsames Beobachten im Kurs lernen Eltern die Bedürfnisse ihrer eigenen Kinder kennen und stärken so unter anderem die Bindung zu ihrem Kind.

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

4129

Vechta Geburtsmonate Oktober und November 2022 - Folgekurs -

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Donnerstag,
06.07.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4130

Geburtsmonate Dezember 2022 und Januar 2023 - Folgekurs -

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Montag,
09.10.2023, 10 Vormittage,
jeweils montags,
10:45 – 12:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4131

Vechta Geburtsmonate März und April 2023 - Folgekurs -

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Dienstag,
10.10.2023, 10 Vormittage,
jeweils dienstags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4132

Vechta Geburtsmonate Mai und Juni 2023

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Dienstag,
22.08.2023, 10 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:45 – 12:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4133

Vechta Geburtsmonate Mai und Juni 2023 - Folgekurs -

Leitung Sandra Moormann
Termin Beginn ist am Dienstag,
21.11.2023, 10 Vormittage,
jeweils dienstags,
10:45 – 12:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3



4134



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

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag,
21.08.2023, 10 Vormittage,
jeweils montags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4135



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

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag,
13.10.2023, 10 Vormittage,
jeweils freitags,
10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4136



**Visbek
Geburtsmonate März und April
2023 - Folgekurs -**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Donnerstag,
28.09.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4137



**Visbek
Geburtsmonate März und April
2023 - Folgekurs -**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Donnerstag,
21.12.2023, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4138



**Visbek
Geburtsmonate Mai und Juni
2023**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag,
18.08.2023, 10 Vormittage,
jeweils freitags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4139



**Visbek
Geburtsmonate Mai und Juni
2023
- Folgekurs -**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag,
10.11.2023, 10 Vormittage,
jeweils freitags,
8:45 – 10:15 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4140



**Visbek
Geburtsmonate Mai, Juni und
1. Julihälfte 2023**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag,
21.08.2023, 10 Vormittage,
jeweils montags,
10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und
Familie, Bremer Tor 6

4141



**Visbek
Geburtsmonate Mai, Juni und
1. Julihälfte 2023 - Folgekurs -**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag,
27.11.2023, 10 Vormittage,
jeweils montags,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €

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

4142



**Visbek
Geburtsmonate Juli und
August 2023**

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

Gebühr 77,00 €

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

4143



**Visbek
Geburtsmonate September
und Oktober 2023**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Montag,
04.12.2023, 10 Vormittage,
jeweils montags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

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

4144



**Visbek
Geburtsmonate November und
Dezember 2023**

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Freitag,
09.02.2024, 10 Vormittage,
jeweils freitags,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €

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!**



4145



Visbek Geburtsmonate Januar und Februar 2023

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Donnerstag,
11.04.2024, 10 Vormittage,
jeweils donnerstags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

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

Lernen durch Spielen

Lernen durch Spielen Für Eltern und Großeltern mit ihren Kindern/Enkel- kindern von 9 Monaten bis 2 Jahren

Kinder (ab 9 Monaten) werden in diesen Kursen von ihren Bezugspersonen und der Gruppenleitung beim Begreifen der Welt, beim Stehen auf eigenen Füßen, beim Wagen eigener Schritte und beim sich und die Umwelt Erfahren begleitet. Eltern und Großeltern erhalten Anregungen, wie die Wahrnehmung über die Sinne und die motorische Entwicklung ihres Kindes gezielt spielerisch begleitet und unterstützt werden kann.

In der ruhigen Atmosphäre einer kleinen Gruppe wechseln spezifische Angebote sowie Spiele und Lieder einander ab. Die Kinder werden zu selbstentdeckendem Tun und zum Lernen angeregt.

Bitte mitbringen: Getränke und Verpflegung fürs Kind

Zielgruppe: Eltern und Großeltern mit ihren Kindern/Enkelkindern von 9 Monaten bis 2 Jahren



Oksana Kuzmina / Shutterstock.com

4150

Vechta

Leitung Marlena Lemke

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

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4151

Vechta

Leitung Marlena Lemke

Termin Beginn ist am Freitag,
03.11.2023, 10 Vormittage,
jeweils freitags,
8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4152

Vechta

Leitung Sandra Moormann

Termin Beginn ist am Mittwoch,
11.10.2023, 10 Nachmittage,
jeweils mittwochs,
15:30 – 17:00 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4154



Visbek

Leitung Linda Hoge

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

Gebühr 77,00 €

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

4155



Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch,
08.11.2023, 10 Vormittage,
jeweils mittwochs,

8:45 – 10:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

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

4156



Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch,
23.08.2023, 5 Vormittage,
jeweils mittwochs,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 38,50 €

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

4157



Visbek

Leitung Linda Hoge

Termin Beginn ist am Mittwoch,
27.09.2023, 10 Vormittage,
jeweils mittwochs,
10:30 – 12:00 Uhr

Gebühr 77,00 €

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

Bewegungsangebote

Miniturnen Für Eltern mit ihren Kindern von 11 bis 18 Monaten

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

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

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



Familienangebote der Stadt Vechta



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

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

Kontaktdaten: Projektleitung „EFi“:

Indira Ejupi und Yurdagül Erdogdu
Stadt Vechta, Burgstraße 6,
Zimmer E 03, 49377 Vechta

Telefon: 044 41/886 - 5012
oder 044 41/886 - 5013

Handynummer:

Yurdagül Erdogdu: 01 74/3 06 87 58

E-Mail: efi@vechta.de,

Internet: www.vechta.de

Offene Sprechstunde für Migrantenfamilien

Termine: Montag bis Donnerstag von 08:30 - 12:30 Uhr

Ort: Rathaus Vechta, Burgstraße 6, Zimmer E03, Tel.: 044 41/886-50 13

Leitung: EFi-Team

Nähcafe

Leitung: Yurdagül Erdogdu und Aysegül Kayan

Termine: Jeden Mittwoch von 9.30 – 11.30 Uhr

Ort: Gulflhaus Stadt Vechta, Zitadelle 13

Turngruppe „Frauen in Bewegung“

Leitung: EFi-Team und Inga Sinitskaya

Termine/Ort:

jeden Donnerstag, 16:30 – 17:45 Uhr in der KiTa der AWO, Graskamp 1, Turnhalle

Mütter Café in Kooperation im Haus der Jugend

Leitung: Yurdagül Erdogdu und Indira Ejupi

Termine: jeden Freitag, 09.30 - 12.00 Uhr

Anmeldung: telefonisch 044 41/886-50 13

Ort: Zitadelle 13

Türkische Kochabende

Leitung: EFi-Projektleitung Yurdagül Erdogdu

Termine: 15.06.23, 21.09.2023, 07.12.23

Ort: Geschwister-Scholl Oberschule, Driverstraße 12 in Vechta

Anmeldung: unter der Telefonnummer 044 41/886 5013 Handynummer 01 74/3 06 87 58



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: bequeme Kleidung, Stoppersocken oder barfuß für die Kinder, Getränke

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

4160

Miniturnen - Am Vormittag

Leitung Sandra Lupfer

Termin Beginn ist am Mittwoch, 06.09.2023, 10 Vormittage, jeweils mittwochs, 10:15 – 11:15 Uhr

Gebühr 49,50 €

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

4161

Miniturnen - Am Vormittag

Leitung Sandra Lupfer

Termin Beginn ist am Mittwoch, 29.11.2023, 10 Vormittage,

jeweils mittwochs, 10:15 – 11:15 Uhr

Gebühr 49,50 €

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

4162

Miniturnen - Am Nachmittag

Leitung Silvana Gastauda

Termin Beginn ist am Montag, 23.10.2023, 8 Nachmittage, jeweils montags, 16:45 – 17:45 Uhr

Gebühr 39,60 €

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

Weiter mit Bildung!

Zwillinge: Elternglück im Doppelpack!?

Erste Eltern-Kind-Gruppe der Kreisvolkshochschule speziell für Zwillingeltern



Zwillinge: Auf den ersten Blick ist es Elternglück im Doppelpack, doch für die Eltern bringt die Geburt von Zwillingen viele Herausforderungen mit sich, die es für Eltern von „Einlingen“ nicht gibt.

Die Betreuung wie Füttern, Wickeln und Pflegen nimmt mehr Zeit in Anspruch, die Babyausstattung muss doppelt angeschafft werden und Weinen, Bauchschmerzen, Zähne kriegern und schlaflose Nächte gibt es immer doppelt. Häufig stellt sich die Frage: Wie wird man beiden Kindern gleichzeitig gerecht? Umso wichtiger ist der Austausch mit anderen Zwillingeltern. Das haben auch Miriam Nost und Sandra Moormann vom Familientreff der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. erkannt. Durch Zufall haben sie von einer WhatsApp-Gruppe erfahren, in der sich 18 Mütter von Zwillingen regelmäßig austauschen. „Wir haben gesehen, dass es hier einen großen Bedarf zum Austausch und zum persönlichen Treffen gibt“, erklärt Miriam Nost, Leiterin des

Familientreffs. „Deshalb haben wir im März zum ersten Mal eine Eltern-Kind-Gruppe speziell für Eltern mit Zwillingen im Babyalter angeboten“, ergänzt sie. Nach nur einem Tag war der Kurs ausgebucht. Sechs Mütter mit ihren Zwillingkindern im Alter von 7 bis 14 Monaten haben sich so regelmäßig über mehrere Wochen in der Kreisvolkshochschule getroffen.

„Hier haben wir einen großen Raum zur Verfügung und andere Spielangebote, als wenn wir uns privat treffen“, betont Sandra Becker, die mit ihren beiden Zwillingenjungen an der Gruppe teilgenommen hat. „Es ist etwas anderes sich mit Zwillingmamas auszutauschen, als mit Müttern, die nur ein Kind haben. Bei Zwillingen sind immer zwei da. In der Gruppe hat jeder Tipps und Tricks, wie man den Alltag bestmöglich organisieren kann“, ergänzt Katharina Busse. Geleitet wurde die Gruppe von Sandra Moormann. Die erfahrene Gruppenleiterin weiß, dass Zwillingeltern andere Spielangebote benötigen,



Foto: KVHS/Böckermann

Sandra Moormann (hinten im gelber Bluse) leitete die erste Eltern-Kind-Gruppe für Zwillinge an der Kreisvolkshochschule Vechta e.V.

da immer zwei Kinder gleichzeitig beschäftigt werden müssen. Auch wenn es mal laut wird, weiß sie, wie sie mit Fingerspielen, Liedern und Spielsachen die Kinder ablenken und beruhigen kann. „Zwillingseltern sind im Umgang mit ihren Babys „entspannter“, sagt sie. Sie freuen sich, wenn man mal aushilft und auch mal die Babys hochnimmt. „Hier ist es lockerer, da die Mütter mehr Verständnis haben, wenn gleich zwei Kinder weinen und nicht beide sofort beruhigt werden können“, sind sich die Mütter einig. Das sei in der Gesellschaft nicht immer so. Dort würden die Reaktionen sehr unterschiedlich ausfallen: Von „Oh, wie niedlich, Zwillinge“, über ein erstauntes „Sind das Zwillinge?!“, bis hin zu einem bemitleidenden „Zwillinge, oh die arme Mutter“ oder einem verständnislosem „Ein Kind hätte doch auch genügt!“.

Die Pädagoginnen der Kreisvolkshochschule haben das verstanden und werden das Angebot noch ausweiten. „Wir möchten zukünftig weitere Kurse für Zwillingseltern anbieten, z.B. etwas mit Bewegung oder mit Musik“, erklärt Miriam Nost. So ist ab dem 29. Juni 2023 ein

Zwillingskurs für Eltern mit Kindern der Geburtsmonate November 2022 bis Januar 2023 geplant. Im Herbst soll ein Miniturnkurs für Eltern mit Zwillingen angeboten werden.

Alle aktuellen Kurse sind im Programmheft oder unter www.kvhs-vechta.de zu finden. Kurzfristig werden neue Kurse auch in der lokalen Presse angekündigt.



Foto: KVHS/Böckermann

Mit Fingerspielen hat Sandra Moormann schnell die Aufmerksamkeit der kleinen Teilnehmer*innen auf ihrer Seite.



HIGHLIGHT

4163

Miniturnen - Am Nachmittag Für Eltern mit Ihren Zwillingen

Für Eltern mit ihrem Zwillingspärchen.

Leitung Sandra Moormann

Termin Beginn ist am Dienstag, 05.09.2023, 10 Nachmittage, jeweils dienstags, 15:45 – 16:30 Uhr

Gebühr 56,00 €

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



Oksana Kuzmina / Shutterstock.com

Eltern-Kind-Turnen

4167

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

Beim Eltern-Kind-Turnen können Kinder im Alter von 1 bis 2 Jahren 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, Tagespflegepersonen 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, ausreichend Getränke

Zielgruppe: Eltern und Bezugspersonen mit ihren Kindern von 1 bis 2 Jahren, die bereits laufen können

Leitung Sandra Moormann

Termin Beginn ist am Dienstag, 05.09.2023, 10 Nachmittage, jeweils dienstags, 14:55 – 15:40 Uhr

Gebühr 50,00 €

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

Säuglingsschwimmen Für Eltern mit ihren Kindern von 6 bis 12 Monaten

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



David Tadevosian / Shutterstock.com

4170

Säuglingsschwimmen in Langförden

Leitung Sandra Lupfer

Termin Beginn ist am Samstag, 16.09.2023, 10 Termine, jeweils samstags, 8:45 – 9:30 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

4171

Säuglingsschwimmen in Langförden

Leitung Sandra Lupfer

Termin Beginn ist am Samstag, 16.09.2023, 10 Termine, jeweils samstags, 9:45 – 10:30 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 Halte-techniken und das Singen von Liedern ergänzt das Angebot. Es kann nur jeweils eine Bezugsperson pro Kind pro Termin teilnehmen.

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

4172

Für Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 2 Jahren

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Samstag, 16.09.2023, 10 Termine, jeweils samstags, 10:45 – 11:30 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

4173

Für Eltern mit ihren Kindern von 2 bis 3 Jahren

Leitung Sandra Lupfer
Termin Beginn ist am Samstag, 16.09.2023, 10 Termine, jeweils samstags, 11:45 – 12:30 Uhr

Gebühr 77,00 €
Ort Langförden, Schwimmbad, Schulstraße 2

Musikangebote

4180

MusiKüsschen Für Eltern/Großeltern mit Kindern von 6 Monaten bis 2 Jahren

Diese Musikgruppe richtet sich an Eltern / Großeltern, die gemeinsam mit ihren Kindern Musik erleben wollen.

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

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

Leitung Regina Janßen
Termin Beginn ist am Montag, 04.09.2023, 11 Vormittage, jeweils montags, 8:45 – 9:30 Uhr

Gebühr 48,40 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

Weiter mit Bildung!

Ei-Matsche?

Schwierigkeit: leicht - mittel
Fokus: gemeinsam Taktik entwickeln, Zusammenarbeit
Dauer: ca. 40 Minuten

Material:

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

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

Ablauf:

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





Oksana Kuzmina / Shutterstock.com

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



Musikgarten® ist das bewährte musikalische Eltern-Kind-Konzept von der Geburt bis zum fünften Lebensjahr. Durch Singen, Musizieren, Bewegen und Musikhören wird die natürliche musikalische Veranlagung der Kinder geweckt und entwickelt. Einfache Instrumente wie Klanghölzer, Glöckchen, Rasseln und Trommeln führen in die Welt der Klänge ein.



Ziel von Musikgarten® ist, Kinder spielerisch an Musik heranzuführen und Musizieren zu einem festen Bestandteil des Familienlebens zu machen. Die Kinder sollen ohne Leistungserwartungen die Gelegenheit bekommen, Musik aufzunehmen und selbst zu gestalten. In einer Musikgarten®-Stunde kommen Eltern-Kind-Paare zusammen, um Musik singend, tanzend und hörend zu erleben. Damit wird der Grundstein für ein Leben mit Musik gelegt. Langzeitstudien bestätigen inzwischen den positiven Einfluss von Musikerziehung auf die ganzheitliche Entwicklung des Kindes - auf die musikalische Begabung, das Sozialverhalten und das Lernen.

Die Musikgarten®-Phasen sind jeweils auf das Alter und den Entwicklungsstand der Kinder angepasst. Dieser Kurs richtet sich an Kinder zwischen 1,5 bis 3 Jahren und geht auf den wachsenden Erlebnisraum der Kinder ein. Die Themen heißen Zuhause, Tierwelt, beim Spiel und Draußen. Der immer größer werdenden Selbstständigkeit der Kinder wird mit interaktiven Spielen und Freiraum für eigene Gestaltungsideen Rechnung getragen.

In der 8. Kursstunde bietet die Dozentin in der Zeit von 15:30 bis 17:30 Uhr ein Bastelangebot von Musikinstrumenten an.

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

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



4181



Musikgarten®

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 22.08.2023, 14 Nachmittage, jeweils dienstags, 15:00 – 15:45 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4184



Musikgarten®

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 23.08.2023, 14 Nachmittage, jeweils mittwochs, 15:00 – 15:45 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4182



Musikgarten®

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 22.08.2023, 14 Nachmittage, jeweils dienstags, 16:00 – 16:45 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4185



Musikgarten®

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 23.08.2023, 14 Nachmittage, jeweils mittwochs, 16:00 – 16:45 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4183



Musikgarten®

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Dienstag, 22.08.2023, 14 Nachmittage, jeweils dienstags, 17:00 – 17:45 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

4186



Musikgarten®

Leitung Linda Hoge
Termin Beginn ist am Mittwoch, 23.08.2023, 14 Nachmittage, jeweils mittwochs, 17:00 – 17:45 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

WIR DRUCKEN NACHHALTIG-

für euch und für die Umwelt.



Strom

Wir produzieren unseren eigenen Solarstrom und fahren elektrisch.



Papier

Wir drucken für Sie auf hochwertigem Recyclingpapier.

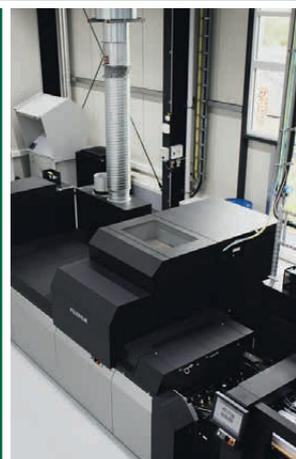
Farben

Wir drucken mit wasserbasierender Tinte und Biofarben.



Energie

Wir heizen mit der Wärmerückgewinnung unserer Maschinen.





HIGHLIGHT

Angebote für Kinder und Jugendliche

Roboterführerschein für Kinder

Lassen Sie Ihre Kinder spielerisch die Welt der Technologie entdecken! Unser Roboterführerschein-Kurs vermittelt Ihrem Kind grundlegende Kenntnisse im Umgang mit Robotern und Programmierung. Ihr Kind wird begeistert sein von den spannenden Übungen und der Interaktion mit den Robotern. Am Ende des Kurses erhält es einen offiziellen Roboterführerschein, den es stolz seinem Freundeskreis und seiner Familie präsentieren kann.

Zielgruppe:

Kinder zwischen 8 und 12 Jahren

4200

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Leitung Marlene Reimer**Termin** Mittwoch, 02.08.2023, 14:00 – 17:15 Uhr**Gebühr** Die Teilnahme ist kostenlos.**Ort** Vechta, Moin Verozal, Münsterstraße 47**4201**

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Leitung Marlene Reimer**Termin** Donnerstag, 03.08.2023, 14:00 – 17:15 Uhr**Gebühr** Die Teilnahme ist kostenlos.**Ort** Vechta, Moin Verozal, Münsterstraße 47

Ground Picture / Shutterstock.com

Kreatives Nähen für Kinder

In diesen Kursen lernt ihr das Zuschneiden und den Umgang mit einer Nähmaschine sowie die Handhabung mit Nadel und Faden. Ihr könnt euch ein tolles Kissen, eine Umhängetasche, eine praktische Utensilien-Box oder ein eigenes Kuschtier nähen.

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

4202

Für Kinder ab 8 Jahren

Leitung Maria Eilermann**Termin** Beginn ist am Mittwoch, 23.08.2023, 9 Nachmittage, jeweils mittwochs, 16:30 – 18:00 Uhr**Gebühr** 63,00 €, zzgl. Materialkosten**Ort** Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3**4203**

Für Kinder ab 8 Jahren

Leitung Maria Eilermann**Termin** Beginn ist am Mittwoch, 15.11.2023, 6 Nachmittage, jeweils mittwochs, 16:30 – 18:00 Uhr**Gebühr** 42,00 €, zzgl. Materialkosten**Ort** Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3**4204**

Für Kinder ab 10 Jahren - Folgekurs -

Leitung Stefanie Bohne**Termin** Beginn ist am Donnerstag, 17.08.2023, 7 Nachmittage, jeweils donnerstags, 16:00 – 17:30 Uhr**Gebühr** 49,00 €, zzgl. Materialkosten**Ort** Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

In Green / Shutterstock.com



4205

Für Kinder ab 10 Jahren - Folgekurs -

Leitung Stefanie Bohne

Termin Beginn ist am Donnerstag,
02.11.2023, 7 Nachmittage,
jeweils donnerstags,
16:00 – 17:30 Uhr

Gebühr 49,00 €, zzgl. Materialkosten
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4206



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

Egal ob in der Schule oder Freizeit, wer seine Texte für Hausaufgaben, E-Mails an Freunde oder im Chatroom schnell und fehlerfrei eingeben kann, behält den Kopf frei zum Formulieren, spart Zeit und kann sich besser konzentrieren.

Neue Methoden nutzen das so genannte „bildhafte Vorstellungsvermögen“ und bringen Spaß beim Üben. Die einzelnen Tasten werden mit Farben und Bildern hinterlegt und mit Musik zu einer lustigen Geschichte verknüpft. Nach nur wenigen Doppelstunden werden das Tastenfeld und das 10-Finger-Tastsystem vertraut sein.

Zielgruppe: Kinder ab 10 Jahren

Leitung Anna Scholz

Termin Montag, 06.11.2023,
16:00 – 17:30 Uhr
Dienstag, 07.11.2023,
16:00 – 17:30 Uhr
Montag, 13.11.2023,
16:00 – 17:30 Uhr
Dienstag, 14.11.2023,
16:00 – 17:30 Uhr

Gebühr 55,00 €, inkl. Lehrbuch

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



4207

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 körperliche und seelische Entwicklung des Kindes von 0-10 Jahren, Spiel- und Beschäftigungsmöglichkeiten, Säuglings- und Kinderpflege sein.

Zum Einstieg sollten die Teilnehmenden bitte ein Spielzeug mitbringen, mit dem sie als Kleinkind besonders gerne gespielt haben.

Am Ende der Veranstaltung erhalten die Teilnehmenden eine Bescheinigung.

Bitte mitbringen: Schreibmaterialien, ein Spielzeug, mit dem die Teilnehmenden als Kleinkind besonders gerne gespielt haben

Zielgruppe: Kinder und Jugendliche ab der 6. Klasse

Leitung Inge Bruckmann

Termin Samstag, 11.11.2023,
9:00 – 16:30 Uhr

Gebühr 38,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

4208



Intensiv-Workshop – Wir programmieren Spiele! Für Kinder von 12 - 15 Jahre

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

Zusammen wird ein Ausflug in die spannende und herausfordernde Welt der Spieleentwicklung unternommen und mit Variablen, Funktionen und Codes experimentiert.

Der Branchenprofi Michael Schaefer führt als Dozent bei den Basics beginnend ins Thema ein, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Es wird mit der Programmiersprache „C#“ und „Unity“, dem weltweit meist genutzten Programm für Spieleentwickler gearbeitet. Dieses bietet alle notwendigen Dinge, um die Ideen der Teilnehmenden Wirklichkeit werden zu lassen. Im Kurs wird im Team ein kleines Spiel entwickelt, welches am Ende mitgenommen und stolz den Eltern / Freunden zu Hause am Computer vorgeführt werden kann.

Zielgruppe: Kinder von 12 - 15 Jahren

Leitung Michael Schaefer

Termin Mittwoch, 02.08.2023,
10:00 – 18:00 Uhr
Donnerstag, 03.08.2023,
10:00 – 18:00 Uhr

Gebühr 100,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Starrer Blick!

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

Schwierigkeit: leicht

Fokus: gemeinsam Taktik entwickeln, Kommunikation

Dauer: ca. 15-20 Minuten

Material:

- Stoppuhr

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

Ablauf:

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



Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



**AUF DER
ERSTEN
BANK
SITZER**

**Einfach mal
besser 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

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-SchülerInnen werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Biologie, Politik und Wirtschaft unterrichtet. In diesen Fächern finden auch die schriftlichen und mündlichen Prüfungen gemäß der Prüfungsverordnung des Landes Niedersachsen statt. Der Kurs läuft über 10 Monate. Die Abschlussprüfungen werden voraussichtlich im Mai 2024 vor der Landesschulbehörde Osnabrück abgelegt. Voraussetzung: Die Schulpflicht wurde bereits erfüllt.

Gesamtkosten 750,00 € (in Raten zahlbar).

Weitere Informationen:

Tanja Höhle Tel.: 04442/93708-14

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

Leitung Tanja Höhle
Termin 220 Termine,
montags bis freitags,
Kurstermine ab
21.08.2023

von 8:00 Uhr bis 13:00 Uhr
Gebühr 750,00 €
Ort Lohne, Kreisvolkshochschule,
Lindenstraße 49



Das Ei auf dem Turm

Gruppengröße: 15+ Personen

Dauer: 45 min

Spaßfaktor: 4/5

Frustration: 1/5

Material:

- Viele Zeitungen

Ablauf:

Gruppengröße: ca. 3 - 5 Personen

Material: Pro Gruppe 2 - 3 dicke Zeitungen

Aufgabe: Pro Gruppe soll ein möglichst hoher Turm gebaut werden, nur aus der Zeitung. Obendrauf muss am Ende ein rohes Ei liegen können.

Wer den höchsten Turm gebaut hat, hat gewonnen.

Auswertung:

Rollenverhalten, wer hat die Leitung übernommen? Konnte jeder Ideen einbringen? Wer hat gebaut? Wie hat es geklappt?

Bemerkung: Material variabel.



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	64
Fortbildungen nur für Kindertagespflege- personen aus Vechta und Visbek	64
vhsConcept	66
Technik	67
EDV	67
Wirtschaft	70
Gesundheit	73



Berufliche Bildung



Bianca Senouwoe, Gabriele Deters, Maria Hoping-Warning und Bettina Espelage

Tel.: 0 44 41 / 93 778 - 18
ktp@kvhs-vechta.de



Miriam Nost

Tel.: 0 44 41 / 93 778 - 20
familientreff@kvhs-vechta.de

Fortbildungen nur für Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Anmeldungen sind nur telefonisch ab dem **04.07.2023, ab 10:00 Uhr** über das Kindertagespflegebüro unter 04441-93778-18 möglich.

6020



Neue Satzung

Am 01.05.2023 ist die neue Satzung des Landkreises Vechta über die Förderung von Kindern in Kindertagespflege in Kraft getreten. Frau Schröder vom Landkreis Vechta wird die damit einhergehenden Veränderungen vorstellen.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel: Kenntnis der Veränderungen in der neuen Satzung des LK Vechta.

Leitung Britta Schröder

Termin Donnerstag, 28.09.2023,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6021



Konflikte wahrnehmen und lösen

Konflikte sind wichtige Bildungsaufgaben für die zu betreuenden Kinder. Die Kindertagespflegepersonen stehen in der Vorbildfunktion und leisten pädagogische Arbeit um die Konflikte zwischen Kindern untereinander zu lösen. Die Fortbildung gibt neue Sichtweisen schwierige Situationen zu bewältigen. Es gibt Raum für Diskussionen und Praxisbeispiele. Grundlage werden kommunikationstheoretische Ansätze sein.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel: Hilfestellung zur Bewältigung von schwierigen Situationen

Leitung Lisa Kirchner

Termin Mittwoch, 04.10.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

HIGHLIGHT

6001



Kindertagespflege – Was ist das? Informationsabend

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

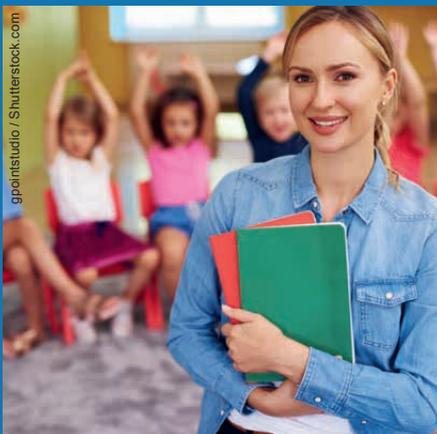
Zielgruppe: Interessierte an einer Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson und interessierte Eltern

Leitung Bettina Espelage

Termin Dienstag, 23.01.2024,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Pädagogik

6002

Inhouseangebot: Kindermassage und Autogenes Training

Die Dozentin informiert Ihr Team in Kindergarten und Grundschule gerne persönlich über die Möglichkeiten des Einsatzes der Kindermassage und des Autogenen Trainings im Rahmen einer Fortbildung oder einer Dienstbesprechung. Passgenau planen wir für Ihre Einrichtung gerne einen Kurs für die Kinder der Einrichtung im Rahmen von Unterricht, Arbeitsgemeinschaften oder Festen, den die Dozentin selber durchführt.

Die Kindermassage ist ein Beziehungs- und Kommunikationsmittel und hat das Ziel, Berührung zwischen Menschen verschiedener Altersstufen respektvoll zu gestalten. Die Kinder lernen Ihre Bedürfnisse und Grenzen kennen und dürfen diese klar kommunizieren. Bei der gemeinsamen Massage und dem gemeinsamen Erleben wird nur das gemacht, was das Kind möchte. Die Signale und Grenzen der Kinder stehen an erster Stelle.

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

Zielgruppe: Grundschullehrer, Erzieher

Leitung Sandra Moormann

Termin nach Vereinbarung

Gebühr nach Absprache



6022



Mahlzeiten mit Kindern – Mehr als nur ein Punkt auf der Tagesordnung

In diesem Vortrag soll es vor allem darum gehen, dass die Mahlzeit mit Kindern mehr ist als die reine Nahrungsaufnahme. Vielmehr wird es Ideen und Anregungen für Kindertagespflegepersonen geben, die zeigen, worauf es bei der Mahlzeitgestaltung mit Kindern ankommt, dass neben den großen und kleinen Personen auch Genuss und Vielfalt Platz am Tisch finden und, dass ein leerer Teller und Sonnenschein rein gar nichts miteinander zu tun haben.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel: das Bewusstsein zu schärfen, dass das gemeinsame Essen mehr als eine Mahlzeit ist

Leitung Anne Specker
Termin Dienstag, 10.10.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

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

6023



Dialog als Kunst, gemeinsam zu denken. Stärkung der kommunikativen Kompetenz.

Ein Erleben tiefer Bedeutung hinter dem alltäglichen Wort „DIALOG“ wird hier angeboten. Dialog ist kein Zaubermittel. Aber der erste Schritt – und Unterstützung – durch einfühlsames Zuhören. In dieser Fortbildung möchte die Dozentin einen Einblick in die Dialog Arbeit geben und die Gruppe erlebt in achtsamer Begegnung was zu einem guten Dialog gehört: Mit dem Herzen zuhören, Verlangsamung und Respekt, Dialog will entdeckt, erlernt und geübt werden.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel: Sensibilisierung der kommunikativen Kompetenz

Leitung Sandra Moormann
Termin Mittwoch, 22.11.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

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

6024



Geschichten erzählen mit Legematerial

Kinder haben einen besonderen Sinn für Geschichten, sie können sich besonders gut darin einfühlen. Mit einem ganzheitlichen Ansatz, der alle fünf Sinne, Körper und Geist, Verstand und Gemüt der Kinder anregt, lassen sich die Kinder dabei besonders gut begleiten.

Der Einsatz von Legematerial ist eine bewährte Methode (vor allem aus der religionspädagogischen Praxis) mit Kindern verschiedene Themen zu bearbeiten und sie mit in das Geschehen einzubinden. Wir werden außerdem die Methode des „umkreisenden Verstehens“ kennenlernen und eigene Ideen entwickeln: Welche Geschichten eignen sich für diese Methoden? Wie und warum bleiben erarbeitete Inhalte mit dieser Methode besser hängen?

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel: Kennenlernen einer Methode Geschichten zu erzählen

Leitung Linda Hoge
Termin Samstag, 25.11.2023,
9:00 – 14:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

6025



Erstkontakt mit den Eltern – Verständigung und Zusammenarbeit

Bei der Betreuung eines Kindes in der Kindertagespflege wird eine gute Zusammenarbeit zwischen den Eltern und der Kindertagespflegeperson gewünscht. Daher ist es von Anfang an wichtig offen miteinander zu kommunizieren, um unnötige Konflikte zu vermeiden. Wie dieses gelingen kann, wird die Dozentin an diesem Abend erläutern.

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen aus Vechta und Visbek

Ziel: Techniken der Kommunikation erlernen

Leitung Erika Ellers
Termin Dienstag, 12.12.2023,
18:30 – 20:45 Uhr

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

Vernetzungstreffen für Kindertagespflegepersonen

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

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

6030



Vernetzungstreffen in Vechta

Leitung Bettina Espelage
Termin Dienstag, 29.08.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

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

6031



Vernetzungstreffen in Vechta

Leitung Bianca Senouwoe
Termin Donnerstag, 12.10.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

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

6032



Vernetzungstreffen in Vechta

Leitung Bettina Espelage
Termin Dienstag, 05.12.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

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

6033



Vernetzungstreffen in Vechta

Leitung Bianca Senouwoe
Termin Dienstag, 16.01.2024,
19:00 – 21:15 Uhr

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



6034



Vernetzungstreffen in Visbek

Leitung Maria Hoping-Warcking

Termin Montag, 28.08.2023,
19:30 – 21:45 Uhr
Montag, 09.10.2023,
19:30 – 21:45 Uhr
Montag, 04.12.2023,
19:30 – 21:45 Uhr
Montag, 15.01.2024,
19:30 – 21:45 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

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

Vernetzungstreffen der Großtagespflegestellen aus Vechta und Visbek

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

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

6035

Vernetzungstreffen

Leitung Maria Hoping-Warcking

Termin Mittwoch, 15.11.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta. GTP

6036

Vernetzungstreffen

Leitung Bettina Espelage

Termin Mittwoch, 15.11.2023,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta. GTP

6037

Vernetzungstreffen

Leitung Bianca Senouwoe

Termin Mittwoch, 15.11.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta. GTP

vhsConcept



Ulrike Ripke

Tel.: 044 41 / 93 778 - 35
u.ripke@kvhs-vechta.de



vhsConcept ist ein Verband von 57 Volkshochschulen in Niedersachsen. Gemeinsam entwickeln und bieten wir nach festgelegten Qualitätsstandards landesweit Weiterbildungsprogramme und Lehrgänge zur Qualifizierung und Fortbildung in den Bereichen Gesundheit, Bildung und Soziales an. Bei erfolgreicher Teilnahme erhalten Sie einen qualifizierten Nachweis oder bei prüfungsbezogenen Lehrgängen ein Zertifikat von „vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.“.

Zum Fortbildungsangebot gehören u.a. folgende Lehrgänge:

- FachwirtIn Kindertageseinrichtungen (VHS)
- Bildung im Elementarbereich (VHS)
- Psychologie und Beratung in Ehrenamt und Beruf (VHS)

**Nähere Informationen über diese und weitere Lehrgänge erhalten Sie in den KVHS-Geschäftsstellen unter Telefon:
0 44 42 / 93 708 - 0
oder
0 44 41 / 93 778 - 0.**

6082



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

Berufliche Bildung



Kinderpfleger/-innen
Sozialassistent/-innen
Pädagogische Mitarbeiter/-innen

Leitung Kristina Röhling, Sandra Bolles
Termin Beginn ist am Dienstag,
10.10.2023, 19:00 – 21:15 Uhr,
Kurstermine dienstags und
samstags an ca. 32 Termine
Gebühr 1.230,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Technik



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



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

EDV

6200



Outlook

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

Inhalte im Überblick:

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

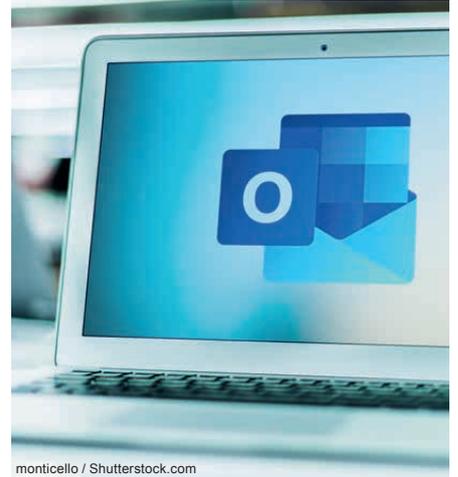
Bitte mitbringen: USB-Stick
Voraussetzungen: EDV Grundkenntnisse

Leitung Hans-Werner Bidder

Termin Beginn ist am Donnerstag,
17.08.2023, 3 Nachmittage,
jeweils donnerstags,
13:30 – 15:45 Uhr

Gebühr 63,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft möglich



monticello / Shutterstock.com

HIGHLIGHT

Grundlagen der kollaborativen Robotik

Optimieren Sie Ihren Arbeitsplatz mit kollaborativen Robotern! Unser Kurs vermittelt Ihnen grundlegende Kenntnisse, um Roboter in der Zusammenarbeit mit Menschen sicher und effizient einzusetzen. Erhalten Sie praktische Tipps von erfahrenen Expert:innen und bringen Sie Ihr Unternehmen auf den neuesten Stand der Technologie. Melden Sie sich jetzt an und bleiben Sie konkurrenzfähig in der modernen Arbeitswelt!

6100

Grundlagen der kollaborativen Robotik

Leitung Marlene Reimer
Termin Mittwoch, 23.08.2023,
17:30 – 20:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Moin Veroza!,
Münsterstraße 47

6101

Grundlagen der kollaborativen Robotik

Leitung Marlene Reimer
Termin Donnerstag, 24.08.2023,
17:30 – 20:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Moin Veroza!,
Münsterstraße 47

6102

Grundlagen der kollaborativen Robotik

Leitung Marlene Reimer
Termin Donnerstag, 07.09.2023,
17:30 – 20:00 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Moin Veroza!,
Münsterstraße 47



Berufliche Bildung



6201



Textverarbeitung mit Word

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

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

Weitere Themen sind der

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

Bitte mitbringen: USB-Stick

Voraussetzungen: Grundkenntnisse Windows

Leitung Hans-Werner Bidder

Termin Beginn ist am Montag, 06.11.2023, 5 Nachmittage, jeweils montags, 13:30 – 15:45 Uhr

Gebühr 105,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft möglich

6202



Windows Grundlagenkurs

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

Inhalte im Überblick:

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

Bitte mitbringen: USB-Stick

Leitung Hans-Werner Bidder

Termin Beginn ist am Dienstag, 07.11.2023, 5 Nachmittage, jeweils dienstags, 13:30 – 15:45 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft möglich

6203



PowerPoint

Präsentieren Sie noch oder überzeugen Sie schon?

digital campus
niedersachsen

**Alle.
Einfach.
Digital.**

jetzt auf www.digitalcampus-nds.de

Arbeits und Leben NIEDERSACHSEN | BNW | bildungswerk ver.di | FIA | FIA KREISVERBAND ENTWICKELUNGSBEREICH NIEDERSACHSEN | IZEB | HVHS | vhs | Landesverband Niedersachsen | IVNE | Ministerium für Wissenschaft und Kultur | Niedersächsische Ministerien für Wirtschaft, Arbeit und Energie



Dieser Kurs zeigt, wie Sie eine Bildschirmpräsentation professionell gestalten und vorstellen können. Mit Layout-Vorlagen können Präsentationen schnell und effektiv erstellt werden.

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

Bitte mitbringen: USB-Stick

Voraussetzungen: EDV Grundkenntnisse

Leitung Hans-Werner Bidder

Termin Beginn ist am Dienstag,
12.12.2023, 3 Nachmittage,
jeweils dienstags,
13:30 – 15:45 Uhr

Gebühr 63,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft möglich



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

Excel in Ruhe lernen

Lernen Sie im Anfänger-Seminar:

- Einführung, Bedienoberfläche
- Zellenformatierungen, bedingte Formatierungen

- Arbeiten mit Formeln, direkten Bezügen, variablen Bezügen
- Kopieren von Zellen, Formeln, Arbeitsblätter
- Listenverwaltung, Suchen und Sortieren, Blatt schützen
- Erstellen und Bearbeiten von Diagrammen
- Arbeiten mit einfachen Funktionen wie SUMME, MITTELWERT, MIN, MAX usw.

Bitte mitbringen: USB-Stick

Voraussetzungen: Gute Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft möglich



6204



Excel in Ruhe lernen

Leitung Bernd Wendelken

Termin Beginn ist am Dienstag,
22.08.2023, 6 Abende,
jeweils dienstags und donnerstags,
18:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 132,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6205



Excel in Ruhe lernen

Leitung Bernd Wendelken

Termin Beginn ist am Dienstag,
07.11.2023, 6 Abende,
jeweils dienstags und donnerstags,
18:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 132,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Excel Grundkurs

Lernen Sie im Anfänger-Seminar:

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

Bitte mitbringen: USB-Stick

Voraussetzungen: Gute Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft möglich

6206



Excel Grundkurs

Leitung Bernd Wendelken

Termin Beginn ist am Donnerstag,
14.09.2023, 6 Abende,
jeweils donnerstags und dienstags,
18:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 132,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6207



Excel Grundkurs

Leitung Bernd Wendelken

Termin Beginn ist am Dienstag,
28.11.2023, 6 Abende,
jeweils dienstags und donnerstags,
18:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 132,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!



Excel Kompaktkurs

Wer zügig und kompakt die grundlegenden Funktionen von Excel kennenlernen will, ist in diesem Kurs genau richtig:

- Einführung, Bedienoberfläche
- Zellenformatierungen, bedingte Formatierungen
- Arbeiten mit Formeln, direkten Bezügen, variablen Bezügen
- Kopieren von Zellen, Formeln, Arbeitsblätter
- Listenverwaltung, Suchen und Sortieren, Blatt schützen
- Erstellen und Bearbeiten von Diagrammen
- Arbeiten mit einfachen Funktionen wie SUMME, MITTELWERT, MIN, MAX usw.

Bitte mitbringen: USB Stick

Voraussetzungen: Gute Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC

Förderung über die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft möglich

6208



Excel Kompaktkurs

Leitung Bernd Wendelken

Termin Samstag, 30.09.2023,
9:00 – 16:00 Uhr

Gebühr 44,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6209



Excel Kompaktkurs

Leitung Bernd Wendelken

Termin Samstag, 25.11.2023,
9:00 – 16:00 Uhr

Gebühr 44,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

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

Wirtschaft

Telefontraining für Auszubildende

Häufig fühlen sich Auszubildende total gestresst, wenn sie sich professionell am Telefon in der Firma melden sollen.

Wir werden Sie in vielen praktischen Übungen auf die konkreten Situationen im Betrieb vorbereiten und im Rollenspiel trainieren. Tonbandaufzeichnungen helfen uns, einen eigenen Eindruck von unserer Stimme und unserer Sprechweise zu bekommen.

Wie können wir an Sicherheit gewinnen? Durch:

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

KURZBACH
GmbH

Ihr Systemhaus für
Büroeinrichtung und
Bürokommunikation

**Ihr Partner für
Büro & Bildung.**

www.kurzbach-vechta.de



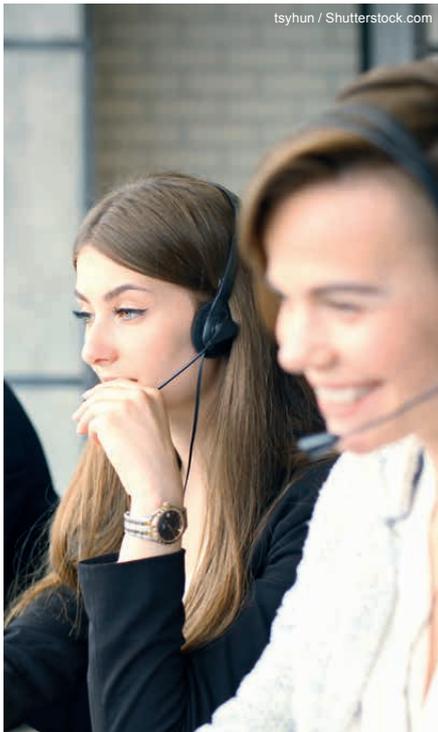
- souveränen Umgang mit schwierigen Kunden
- Vermeiden von Negativ-Formulierungen

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

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

Sie lernen, ihre Stimme ausdrucksvoll einzusetzen sowie eine klare und deutliche Sprechweise, den vollen Einsatz der Ausdrucksmöglichkeiten der Stimme, aktives und kundenorientiertes Verhalten am Telefon ebenso wie den souveränen Umgang mit schwierigen Kunden.

Auf diese Weise erhalten sie mehr Sicherheit bei zukünftigen Telefonaten.



6300



Telefontraining für Auszubildende

Leitung Erich Machura
Termin Samstag, 23.09.2023,
9:00 – 16:00 Uhr
Gebühr 80,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6301

Telefontraining für Auszubildende

Leitung Erich Machura
Termin Samstag, 14.10.2023,
9:00 – 16:00 Uhr
Gebühr 80,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6302

Erfolgreich bewerben und Vorstellungsgespräche meistern

Bewerbung allgemein

- professionelle Einleitungssätze
- moderner Aufbau eines Lebenslaufs
- erstellen einer exklusiven Bewerbung

Vorstellungsgespräche

- Dresscode
- passende und gute Antworten auf Fragen
- Welche Fragen sollte man am Ende stellen?
- Verhalten nach dem Vorstellungsgespräch
- Wie lange warten bis ich als Bewerber Rückmeldung einholen kann?
- Besonderheiten: Vorstellungsgespräch online

Gehaltsverhandlungen

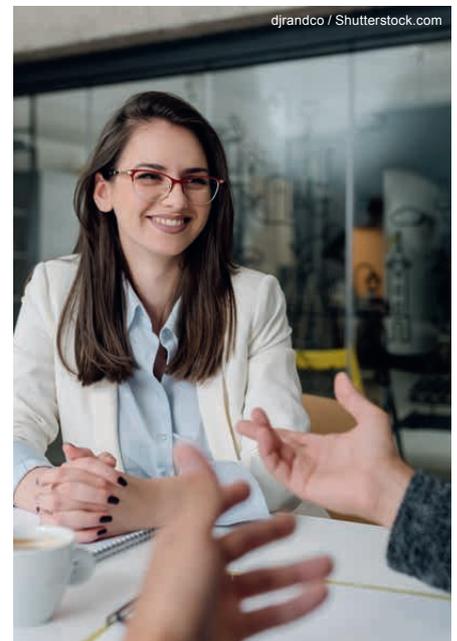
- mögliche Argumente
- No Go's
- Verhandlungstaktiken

Netzwerk ausbauen

- Profil erstellen LinkedIn / Xing
- Wo finde ich passende Stellen?
- verdeckter Stellenmarkt

Leitung Maurice Ziegler
Termin Samstag, 30.09.2023,
9:00 – 13:00 Uhr
Samstag, 07.10.2023,
9:00 – 13:00 Uhr

Gebühr 80,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Weiter mit Bildung!



Firmeninterne Schulungen

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

Rufen Sie uns an unter Telefon:

04442/93 708 - 0

oder

04441/93 778 - 0

Damit wir weitere Einzelheiten in einem Beratungsgespräch klären können.

GROSSARTIGE LÖSUNGEN ENTSTEHEN DURCH GROSSARTIGE LEUTE.



Du suchst neue Perspektiven und ein gutes Miteinander?

Arbeit soll kein Hindernis, sondern sinn- und nutzenstiftend für unsere Mitarbeitenden sein. Wir befassen uns daher ständig mit der Frage, wie wir den Mitarbeitenden von Pöppelmann durch geeignete soziale, gesundheitliche und finanzielle Angebote mehr Nutzen stiften und ihr Leben verbessern können. Damit alle zufrieden und gesund bis ins hohe Alter an der Zukunft von Pöppelmann mitwirken können. Aus- und Weiterbildung sind hierbei wichtige Bausteine zur Aufrechterhaltung und Erlangung wichtiger Fähigkeiten.

Weitere Informationen zu deinen Möglichkeiten bei Pöppelmann als Arbeitgeber findest du auf unserer Homepage: www.poeppelmann.com/karriere. **Wir freuen uns auf deine Bewerbung!**



SCAN MICH!



PÖPPELMANN

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

AUSBILDUNG
Der Grundstein.





Veranstaltungen in Kooperation mit dem



Maria Abeling-Stegkämper
Tel.: 044 41 / 99-2804
m.abeling-stegkaemper@kvhs-vechta.de



Nicole Mucker
Tel.: 044 41 / 99-2803
n.mucker@kvhs-vechta.de

Gesundheit

6400



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

Beschreibung siehe Kurs

Zielgruppe: Interessierte, Berufsrückkehrer, Neueinsteiger

Leitung Daniela Lamping
Termin Dienstag, 04.07.2023,
19:30 – 21:00 Uhr

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

6401



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

Dieser berufsbegleitende Lehrgang ist für Personen geeignet, die in stationären Altenpflegeeinrichtungen als zusätzliche Betreuungskraft gem. § 43b, 53b SGB XI eingesetzt werden sollen und die dafür notwendige Qualifikation, gemäß der Richtlinie, nachweisen müssen. Die Qualifizierungsmaßnahme besteht aus drei Modulen (Basiskurs, Betreuungspraktikum und Aufbaukurs) und umfasst 170 Unterrichtsstunden sowie ein zweiwöchiges Betreuungspraktikum von 80 Stunden.

Leitung Daniela Lamping
Termin Kursbeginn ist am 05.09.2023

Der Unterricht findet dienstags und donnerstags vormittags und mittwochs abends statt.

Gebühr 1.062,50 €, (inkl. Lehrgangsmaterial)

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

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6402



Infoveranstaltung: Qualifikation zum/zur HelferIn in der Pflege

Beschreibung siehe Kurs

Zielgruppe: Interessierte, Berufsrückkehrer, Neueinsteiger

Leitung Daniela Lamping
Termin Dienstag, 04.07.2023,
18:00 – 19:30 Uhr

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

6403



Qualifikation zum/zur Helfer/in in der Pflege

Aufgrund des Pflegenotstandes werden dringend Pflegekräfte benötigt! Die Qualifikation „HelferIn der Pflege“ ist ein sozialpflegerischer Beruf. Die Aufgabe eines Pflegehelfers umfasst die ganzheitliche Betreuung kranker und/oder alter Menschen in allen Lebensbereichen. Dazu gehören die Übernahme der Körperpflege, Unterstützung bei der Bewegung, Hilfe bei der Ernährung und weitere Hilfestellungen. Die Ausbildung umfasst 174 Unterrichtsstunden und ein dreiwöchiges Praktikum. Zusätzlich ist die Qualifikation zur Übernahme bestimmter Leistungen der Behandlungspflege in der amb. Pflege (gem. § 132a Abs. 2 SGB V) inbegriffen. Unterrichtsinhalte sind: Ethik, Alten- und Krankenpflege, Pflege von Patienten mit besonderen Erkrankungen, Anatomie und Physiologie, Gesundheits- und Er-

nährungslehre, Arzneimittellehre, hygienische Aspekte in der Pflege, Soziologie und Psychologie, Reanimation sowie Rechtsfragen im Alltag.

Leitung Daniela Lamping

Termin Kursbeginn ist am 05.09.2023
Der Unterricht findet dienstags und donnerstags abends und mittwochs vormittags statt.

Gebühr 1.177,98 €, (inkl. Lehrgangsmaterial)

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

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6404



Muster und Ressourcen der eigenen Kommunikation erkennen und in Konfliktsituationen sinnvoll anwenden

In dieser Fortbildung erhalten Mitarbeitende der Pflege einen ersten Überblick über Kommunikationsmethoden:

Wie beeinflusse ich Gespräche mit meiner Körpersprache oder mit nonverbaler Kommunikation?

Wie kann ich mit Patienten oder Bewohnern zielgerichtet und wertschätzend kommunizieren?

Worauf muss ich achten, damit mein Gegenüber auch die Botschaft empfängt, die ich sende?

Und, wo ist überhaupt der Unterschied zwischen Alltags- und beruflicher Kommunikation?

Zielgruppe: HelferIn in der Pflege und Altenpflege, interessiertes Pflegepersonal

Leitung Rahel Ruhmüller
Termin Donnerstag, 07.09.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

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

Weiter mit Bildung!



6405



„Schätze des Lebens in der Biografie“

Diese Fortbildung befasst sich mit Methoden der Biografiearbeit in der Kranken- und Altenpflege. In der Biografiearbeit geht es darum, die individuellen Lebensgeschichten von Patienten und Bewohnern kennenzulernen und diese zu nutzen, um eine würdevolle individuelle Pflege und Betreuung zu gestalten und zu ermöglichen. Die Teilnehmenden erlernen nicht nur theoretische Grundlagen und Methoden der Biografiearbeit sondern haben auch die Möglichkeit, durch praktische Übungen einen ressourcenorientierten Blick auf individuelle Lebensgeschichten zu entwickeln. Hierdurch können positive Erinnerungen und Erfahrungen aktiviert werden und „Schätze des Lebens“ (wieder)entdeckt werden, die in die Pflege von Menschen integriert werden können. Durch diese Methoden wird die Perspektive des Einzelnen in den Mittelpunkt gestellt, um individuelle Ressourcen zu aktivieren, die zu einer Verbesserung des Wohlbefindens beitragen können.

Zielgruppe: HelferIn in der Pflege und Altenpflege, interessiertes Pflegepersonal

Leitung Susanne Fischer
Termin Donnerstag, 05.10.2023, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 33,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6406



Pneumonieprophylaxe

Die Pneumonieprophylaxe spielt eine wichtige Rolle in der Kranken- und Altenpflege, um das Auftreten von Lungenerkrankungen bei Patienten und Bewohnern zu verhindern oder zu reduzieren. Dabei werden verschiedene Strategien wie die Hygiene und Infektionsmaßnahmen sowie die Mobilisierung und Atemgymnastik eingesetzt, um das Risiko für eine Pneumonie zu senken.

Ziel dieser Fortbildung ist die Erkennung von Risikofaktoren und frühzeitige Interventionen, um Pneumonien und Komplikationen zu vermeiden oder eine schnellere Genesung der Betroffenen zu ermöglichen.

Zielgruppe: HelferIn in der Pflege und Altenpflege, interessiertes Pflegepersonal

Leitung Susanne Fischer
Termin Donnerstag, 02.11.2023, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 33,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1



6407



Herausforderndes Verhalten im Pflegekontext - Lösungsansätze

In dieser Fortbildung geht es um die Suche nach der subjektiven Bedeutung von Verhaltensweisen, damit individuell angemessene Antworten für den Umgang im Alltag gefunden werden können.

In diesem Seminar werden die Grundlagen des herausfordernden Verhaltens, dessen Entstehung und Ursachen sowie Interventions- bzw. Präventionsmaßnahmen besprochen.

Anhand von vielen Praxisbeispielen und praxisnahen Fallschilderungen aus der Pflege und Betreuung, sollen Verstehens- und Handlungshilfen bearbeitet werden.

Zielgruppe: HelferIn in der Pflege und Altenpflege, interessiertes Pflegepersonal

Leitung Rahel Ruhmüller
Termin Donnerstag, 07.12.2023, 19:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 33,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

6408



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

Beschreibung siehe Kurs

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

Leitung Thorsten Bücken
Termin Donnerstag, 02.11.2023, 18:00 – 20:15 Uhr
Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

6409



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

Seit dem 1. Januar 2009 besteht - laut dem, durch das Pflegeweiterentwicklungsgesetz eingeführten § 7a SGB XI für alle Versicherten, die Leistungen nach dem SGB XI beziehen - der Anspruch auf eine umfassende Pflegeberatung. Diese sollte im Sinne eines individuellen Fallmanagements durchgeführt werden und die systematische Erfassung des Hilfebedarfs, die Erstellung eines individuellen Versorgungsplans mit allen erforderlichen Leistungen sowie die Überwachung der Durchführung des erstellten Konzepts umfassen. Die Pflegeberatung soll die Versorgungssituation von Pflegebedürftigen verbessern, pflegende Angehörige entlasten und somit auch die häusliche Pflege stärken. Diese neue Form der Pflegeberatung erfordert besondere Qualifikationen, um einem individuellen Fallmanagement nach § 7a SGB XI gerecht zu werden. Die Weiterbildung umfasst folgende Themenbereiche und Stundenverteilung:

1. Pflegefachwissen, 100 Unterrichtsstunden:

Es werden Kenntnisse der Gesundheits- und Krankenpflege sowie der Pflege- und Gesundheitswissenschaften vermittelt.

2. Case-Management, 180 Unterrichtsstunden:



Dieser Themenbereich umfasst die theoretischen und praktischen Grundlagen des Case-Managements sowie eine arbeitsfeldspezifische Vertiefung der erlernten Inhalte.

3. Recht, 120 Unterrichtsstunden:

Kernpunkte dieser Unterrichtsmodule sind das allgemeine Sozialrecht sowie besondere für die Pflege relevante Rechtsfelder.

4. Praktikum:

Die Qualifikation zum/zur PflegeberaterIn umfasst zusätzlich den Nachweis eines einwöchigen Praktikums in einem ambulanten Pflegedienst sowie eines zweitägigen Praktikums in einer teilstationären Pflegeeinrichtung.

Die Praktika sollen Eindrücke in den Pflegealltag vermitteln und somit eine Verbindung zwischen neu erlerntem Wissen und den praktischen Anforderungen an eine individuelle Pflegeberatung schaffen.

Leitung Thorsten Bücken

Termin Kursbeginn Frühjahr 2024

10 Module

je Modul: donnerstags, freitags und samstags

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

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

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

6410



Refresher Pflegeberatung bei Lipödemen

Die Pflegeberatung nimmt immer mehr einen großen Stellenwert im Gesundheitswesen bei einem Anstieg pflegebedürftiger Menschen im Versorgungssystem ein.

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

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

Leitung Thorsten Bücken

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

Gebühr 135,00 €

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

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



Petta_Is / Shutterstock.com

6411



Refresher Pflegeberatung bei Demenz Typ Alzheimer

Die Pflegeberatung nimmt einen immer größeren Stellenwert im Gesundheitswesen bei einem Anstieg pflegebedürftiger Menschen im Versorgungssystem ein. Einen Angehörigen zu begleiten, der z. B. an einer Demenzerkrankung leidet, erfordert Kraft, Geduld und Einfühlungsvermögen. Die Symptome der Erkrankung können sehr vielschichtig sein. Ebenso wie die Herausforderung durch die Pflegesituation, die Belastung im sozialen Umfeld und die Leistungsmöglichkeiten zur Unterstützung. In dieser Fortbildung wird nochmal auf das Krankheitsbild Demenz Typ Alzheimer eingegangen, auf die Optionen für eine Pflegeberatung sowie auf lösungs- und systemorientierte Beratung für PB nach § 7a SGB XI.

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

Leitung Thorsten Bücken

Termin Samstag, 25.11.2023, 9:00 – 16:15 Uhr

Gebühr 135,00 €

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

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

Fortbildungen für Medizinische/ Zahnmedizinische Fachangestellte

6412



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. Insbesondere ist sie in Einrichtungen, wie Kliniken oder Arztpraxen, extrem wichtig. Studien belegen, dass nur 50% des medizinischen Personals die einschlägigen Empfehlungen zur Händehygiene befolgen.

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

Themen sind:

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

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

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

Leitung Bianca Rommel

Termin Mittwoch, 06.09.2023, 18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €

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



Chan2545 / Shutterstock.com



6413



Umgang mit schwierigen Patienten in der Arzt-/Zahnarztpraxis

Es kommt vor, dass Patienten in der Praxis aggressiv auftreten, wodurch eine angespannte Situation entstehen kann. Daher besteht in diesen Arbeitsbereichen eine besondere Notwendigkeit, sich mit der Entstehung von Gewalt und Aggression auseinander zu setzen und Möglichkeiten der Deeskalation zu erlernen.

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

Ziel: Ziel der Fortbildung:

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

Leitung Tim Reinermann

Termin Mittwoch, 27.09.2023,
17:00 – 20:00 Uhr

Gebühr 44,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

heitsverursachenden Erregern. Vor dem Hintergrund zunehmender Antibiotikaresistenzen ist gerade in medizinischen Einrichtungen ein besonderer Schutz notwendig. Diese Fortbildung vermittelt einen Überblick über mögliche Infektionsquellen und Infektionswege und zeigt Präventionsmaßnahmen auf. Durch dieses Wissen werden die Patientensicherheit und der Eigenschutz gesteigert.

Seminarinhalte:

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



stockfour / Shutterstock.com

Notfälle in der ärztlichen Praxis

Notfallsituationen sind in der ärztlichen Praxis nicht alltäglich, trotzdem oder gerade deshalb ist es wichtig, dass Sie und Ihr Team gut vorbereitet sind. Wenige grundlegende Maßnahmen sichern Sie ab und können für den Patienten lebensrettend sein. Die notwendigen Grundlagen werden Ihnen in diesem Seminar in verständlicher, praxisnaher Form vermittelt.

Inhalte:

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

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

Ziel: Notfallversorgung, Reanimation und Situationslösung sowie Situations-einschätzung

6414



Qualitätsmanagement in der Arzt-/ Zahnarztpraxis

Das Seminar beinhaltet die Grundlagen zum Qualitätsmanagement in einer Arztpraxis. Inhalt sind die Anforderungen der Richtlinie zum Qualitätsmanagement, die Anforderungen der Ärztekammer und der DIN ISO 9001.

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

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

Leitung Yvonne Borgerding

Termin Mittwoch, 04.10.2023,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Hygieneschulung für Arztpraxen, Zahnarztpraxen und Pflegeeinrichtungen
Eine effektive Hygiene bietet den Menschen Schutz und Sicherheit vor krank-

6415



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, 11.10.2023,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



89stocker / Shutterstock.com

6416



Notfälle in der ärztlichen Praxis

Leitung Hartmut Stunkat

Termin Mittwoch, 18.10.2023,
18:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 33,00 €

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

6417



Notfälle in der ärztlichen Praxis

Leitung Hartmut Stunkat

Termin Mittwoch, 29.11.2023,
18:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 33,00 €

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

Weiter mit Bildung!



6418



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, 08.11.2023,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Rattiya Thongdumhyu / Shutterstock.com



Leitung Heike Hammer-von Seggern

Termin Mittwoch, 15.11.2023,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

seiner Mitarbeiter zu erfüllen.

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

Ziel: In Kenntnissetzung über Richtlinien sowie Handhabung dieser

Leitung Heike Hammer-von Seggern

Termin Mittwoch, 13.12.2023,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 33,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

6420



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

Arztpraxen und Krankenhäuser werden immer häufiger mit Überwachungen und Inspektionen durch staatliche Behörden konfrontiert. Im Rahmen von stichprobenartigen Kontrollen durch Gesundheitsämter oder andere zuständige Behörden, wird das Hygienemanagement oder die Aufbereitung von Instrumenten überprüft. Werden dabei Mängel festgestellt, kann dies zu erheblichen Konsequenzen für die Praxis führen.

In den vergangenen Jahren haben die zuständigen Behörden erhebliche Kapazitäten zur Überwachung und Begehung von Praxen und Krankenhäusern aufgebaut. Grundlage sind eine Vielzahl von Bundes- und Landesgesetzen, Verordnungen, behördliche Empfehlungen, Normen und sogenannte technische Regeln. Sie definieren unter anderem Anforderungen an den Infektionsschutz, den Umgang mit Medizinprodukten, aber auch mit Abfällen in der Praxis. Zudem hat der Arzt als Praxisinhaber und Arbeitgeber umfangreiche Pflichten hinsichtlich des Arbeits- und Gesundheitsschutzes

fizkes / Shutterstock.com



6419



Aufbereitung von Medizinprodukten - Neuerungen in der Gesundheitsversorgung -

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

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

Ziel: In Kenntnissetzung über Richtlinien sowie Handhabung dieser

Eine Bitte!

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



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: Personen in längerer Beschäftigungslosigkeit

Fit für Arbeit (Vollzeit)

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

MitArbeit

Einzelcoaching für Langzeitarbeitslose mit erhöhtem individuellem Förderbedarf

Zielgruppe: Berufsrückkehrerinnen

Fit für Arbeit – Teilzeit

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

Zielgruppe: sonstige Personen

Bewerbungscoaching (BWC)

Bewerbungstraining für alle, die 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



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





**SPRACH
BARRI
ERE
„ÜBER
WIND
ERIN**

**Mache dir
Fremdes vertraut.**



Sprachen



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



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

Englisch	85
Spanisch	87
Französisch	89
Italienisch	92
Russisch	92
Latein	92
Türkisch	93
Arabisch	93
Portugiesisch	93
Schwedisch	94
Persisch	95
Chinesisch	95
Deutsch als Fremdsprache	95



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 Feriengrüßen, 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.

Vernetzen!

Liebe Leserinnen und Leser,

wir freuen uns, dass Sie sich auch wieder in diesem Heft für den Fremdsprachenbereich interessieren.

Hochaktuell ist immer noch das Thema „Vernetzt“. Auf der Suche nach einem Zitat dazu, hat uns folgender Satz zum Schmunzeln gebracht:

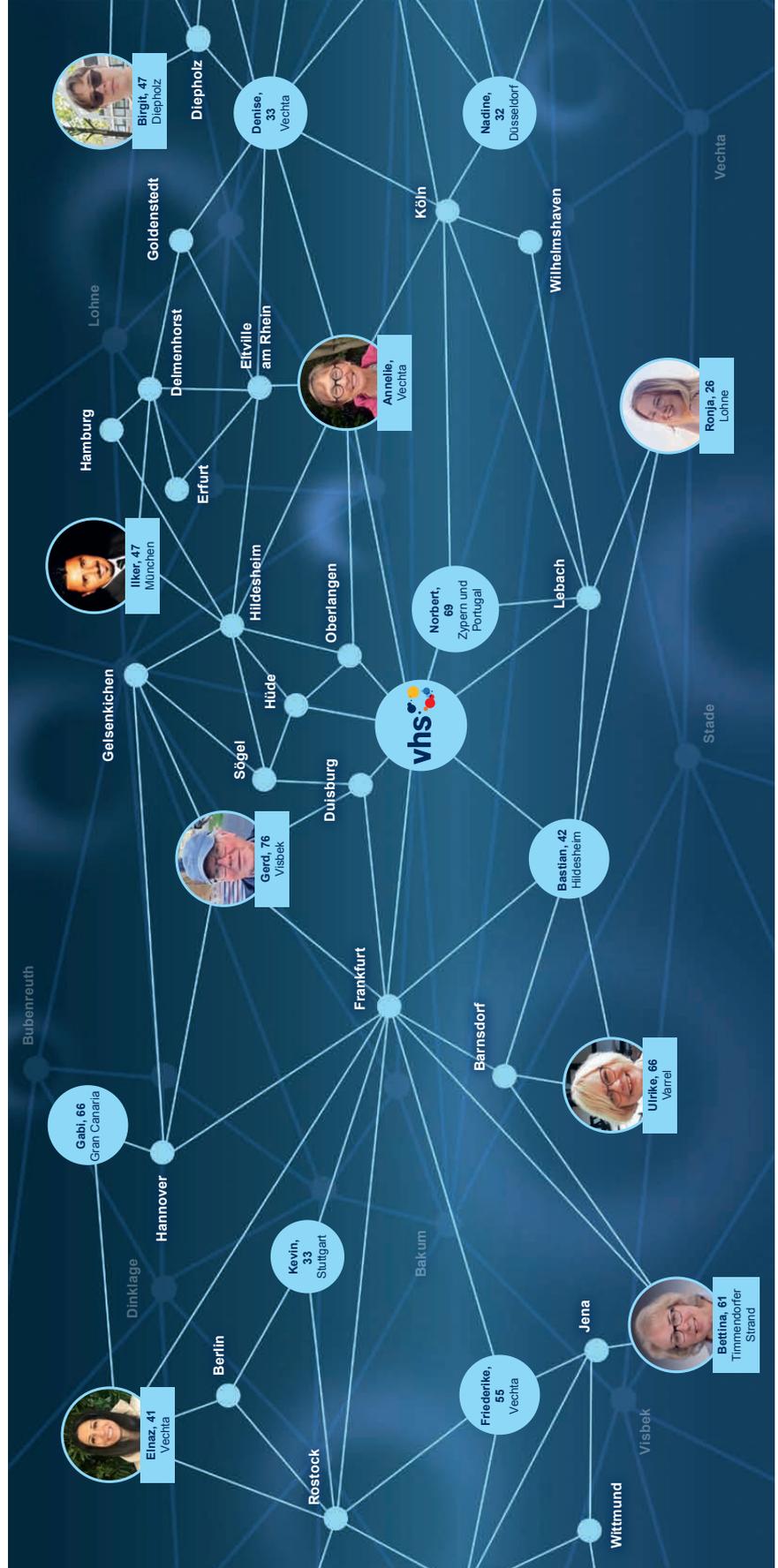
„Zu niemanden ist man ehrlicher als zum Suchfeld von Google.“
Suchfeld von Google.“

Sprachen

Und tatsächlich sind wir jeden Tag auf der Suche, Fragen beantwortet zu bekommen, Informationen zu erhalten und manchmal einen passenden Sprachkurs zu finden. Dabei gibt es natürlich viele Möglichkeiten. Der Begriff Google ist aber definitiv einer davon und vernetzt die KVHS Vechta deutschlandweit. Durch die Digitalisierung konnte sprachliche Bildung systematisch verbessert werden und zur gesellschaftlichen Teilhabe sowie zum Bildungserfolg führen.

Wir hoffen, dass wir auch weiterhin unseren Beitrag dazu leisten können, neue Verbindungen aufzubauen und einen Mehrwert erzeugen.

Untenstehend finden Sie einen Überblick aus unserem KVHS-Sprachenennetzwerk.





Hybrid-Kurse:

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

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

Online-Kurse:

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

Unsere Online-Kurse erkennen Sie an diesem Symbol:



Unsere Hybrid-Kurse erkennen Sie an diesem Symbol:



Unsere Hybrid- und Online-Kurse im Überblick:



Roman Samborskiy / Shutterstock.com



Einstufung und Beratung

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

7000

Einstufung und Beratung - Sprachen

Leitung Elnaz Allen

Termin Donnerstag, 24.08.2023,
17:00 – 19:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Englisch

A1 Niveau

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7001

Englisch für Anfänger Niveau A1.1

Dieser Kurs richtet sich an alle Teilnehmer ohne Vorkenntnissen.

Bitte mitbringen: Let's Enjoy English A1.1

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

Leitung Marita Nienaber

Termin Beginn ist am Donnerstag,
07.09.2023, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
19:15 – 20:45 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!

7002

Englisch Niveau A1.2

Dieser Kurs richtet sich an alle Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen.

Bitte mitbringen: Let's Enjoy English A1.2

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

Leitung Marita Nienaber

Termin Beginn ist am Donnerstag,
07.09.2023, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

A2 Niveau

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7014

Englisch Niveau A2.1

Sie haben das A1-Niveau abgeschlossen und möchten nun Ihre Kenntnisse erweitern? Sie wollen Englisch lernen, wie es wirklich gesprochen wird? Hier erfahren Sie nebenbei noch Wissenswertes und Ungewöhnliches über die englisch-amerikanische Kultur und Sprache. Lassen Sie sich überraschen, wie schnell und leicht es ist, Fortschritte im echten Englisch zu machen.

Termin Beginn ist am Mittwoch,
06.09.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 80,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Haben Sie Interesse Ihre Fachkenntnisse weiter zu vermitteln?

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

B1 Niveau

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7020

Englisch B1

Ein Englischkurs für Teilnehmer, die auf dem B1-Niveau lernen möchten. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Bitte mitbringen: Easy English B1
ISBN 978-3-06-520819-2

Leitung Mareike Holthaus-Hövemann

Termin Beginn ist am Donnerstag,
17.08.2023, 12 Abende,
jeweils donnerstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 99,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



7021

Englisch B1

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

Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Leitung Mareike Holthaus-Hövemann

Termin Beginn ist am Dienstag,
22.08.2023, 12 Abende,
jeweils dienstags,
19:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 83,60 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



7022

Englisch Am Vormittag Niveau B1 ab Lektion 3



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

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

Leitung Annelie Bocklage

Termin Beginn ist am Dienstag,
22.08.2023, 12 Vormittage,
jeweils dienstags,
9:30 – 11:00 Uhr

Gebühr 99,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7023

English Conversation Course – Niveau B1



In this course you will improve your communication skills. The course is ideal for people who wish to gain confidence in speaking English in different contexts and settings. It will give you a chance to participate in speaking exercises to enable you minimize grammatical errors. You will have the chance to participate in conversations such as small talk, debates & discussions, short presentations and mini-reports. Expect a relaxed and friendly learning atmosphere spiced up with games and interactions. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich. Material wird vom Kursleiter gestellt.

Leitung Jack David Kayindu

Termin Beginn ist am Montag,
04.09.2023, 10 Abende,
jeweils montags,
19:15 – 20:45 Uhr

Gebühr 89,10 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7024



English Conversation Group - Folgekurs Niveau B1/B2



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

Leitung Heidemarie Wagner

Termin Beginn ist am Donnerstag,
02.11.2023, 8 Abende,
jeweils donnerstags,
20:00 – 21:30 Uhr

Gebühr 73,20 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7025



English Book Club



„Would you like to improve your English, your vocabulary, grammar and pronunciation by reading English books and discussing them in a fun and relaxing atmosphere? If so, the Book Club will meet every week to discover new worlds and reflect on the idea and background of a chosen book.

Come and feed your passion for the English Language!“

Jede Woche wird eine kurze Short Story gelesen. Den Text finden Sie auf unserer Homepage im Kurs.

Leitung Toluwalase Benedict Olusola

Termin Beginn ist am Dienstag,
29.08.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 79,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

B2 Niveau



Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7030

Englisch für Fortgeschrittene – Niveau B2.1



Sie verfügen über gute Englischkenntnisse und möchten diese aufbauen. Dann sind Sie in diesem Kurs. Der Dozent spricht nur Englisch.

Leitung Toluwalase Benedict Olusola

Termin Beginn ist am Mittwoch,
30.08.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
19:45 – 21:15 Uhr

Gebühr 86,90 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7031

Englisch am Vormittag für Fortgeschrittene Niveau B2 ab Lektion 5



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

Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Bitte mitbringen:

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

Cambridge Prüfungen

Die Cambridge Englisch Prüfungen sind weltweit bekannt und werden von Hochschulen, Arbeitgebern und Bildungsbehörden als Nachweis qualifizierter Sprachkenntnisse geschätzt und anerkannt.

So erkennen z.B. viele Hochschulen das Cambridge English: Advanced (CAE) und das Cambridge English: Proficiency (CPE) als sprachliche Zugangsvoraussetzung für ein Studium in englischer Sprache an. Die Prüfungen werden von der KVHS regelmäßig für Schüler aus dem Landkreis Vechta abgenommen.

Sprachen



Leitung Annelie Bocklage
Termin Beginn ist am Dienstag,
22.08.2023, 12 Vormittage,
jeweils dienstags,
11:15 – 12:45 Uhr
Gebühr 102,30 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

C1 Niveau



Aktuelle Informationen und
weitere Kurse finden Sie
hier:



7035



Englisch für Fortgeschrittene – Niveau C1.1 - Kleingruppe



Sie verfügen über sehr gute Englischkenntnisse und möchten diese aufbauen? Dann sind Sie in dieser Kleingruppe richtig. Ab 7 Teilnehmern vor Kursbeginn reduziert sich die Gebühr.

Leitung Toluwalase Benedict Olusola
Termin Beginn ist am Dienstag,
29.08.2023, 7 Abende, jeweils
dienstags, 19:45 – 21:15 Uhr
Gebühr 90,20 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Spanisch

A1 Niveau

Sie möchten die spanische Sprache von Grund auf lernen?

Mit Con gusto lernen Sie mit viel Vergnügen! Damit Sie in den sagen und schreibe 21 spanischsprachigen Ländern der Welt nicht mehr gestikulierend ein Hotelzimmer reservieren oder mit Händen und Füßen Ihr Essen bestellen müssen. Nach dem Kurs haben Sie Grundkenntnisse in Wortschatz und Grammatik und können sich in den wichtigsten Situationen des Alltags verständigen. Bitte mitbringen: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag ISBN 978-3-12-514671-6

Aktuelle Informationen und
weitere Kurse finden Sie
hier:



HIGHLIGHT

SCHAUBURG
CINEWORLD

7040 - 7042

Filme in Originalsprache (OmU)



Filme im Originalton zu sehen und zu hören ist ein ganz besonderes Erlebnis. Bei synchronisierten Filmen entgeht uns in der Regel die zur Schauspielkunst gehörende Stimme und Sprache der Darsteller. Synchronsprecher sind zwar meist auch ausgebildete Schauspieler, jedoch gehört diese Stimme nicht zu der Person, die wir auf der Leinwand sehen. Deutschland ist eines der wenigen europäischen Länder, in denen nahezu jeder Film syn-

chronisiert wird. In Kooperation mit dem Schauburg Kino, möchten wir Filme in Originalsprache mit deutschen Untertiteln anbieten. Die Filme werden im Schauburg Kino (Sportsbar / Kellerkino) gezeigt.

Informationen zum Film und die Termine finden Sie auf unserer Homepage oder über diesen QR-Code

Uhrzeit: 18:00 – 19:45 Uhr
Gebühr 7,00 €

Ort Vechta, Schauburg Cineworld,
Kolpingstraße 29, 49377
Vechta

7100

Spanisch für Anfänger Niveau A1.1 - Online



Dieser Kurs findet nur online statt.
Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

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

Leitung Sebastian Granara
Termin Beginn ist am Dienstag,
05.09.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr 77,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

Ground Picture / Shutterstock.com



7101

Spanisch für Anfänger Niveau A1.1



Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Bitte mitbringen: Con gusto nuevo A1
Spanisch für Anfänger
ISBN 978-3-12-514671-6

Leitung Itzia Castelo

Termin Beginn ist am Donnerstag,
31.08.2023, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
18:30 – 20:00 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7102

Spanisch für Anfänger Niveau A1 ab Lektion 5



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

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

Leitung Montserrat García Yusta

Termin Beginn ist am Dienstag,
05.09.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7103



Spanisch für Anfänger Niveau A1 ab Lektion 8 – Kleingruppe



Wir lernen ab Lektion 8 weiter. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Bitte mitbringen: Con gusto nuevo A1
Spanisch für Anfänger
ISBN 978-3-12-514671-6

Termin Beginn ist am Donnerstag,
17.08.2023, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
19:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

A2 Niveau

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

Hier werden Sie Ihre schriftliche und mündliche Kommunikation verbessern, Ihre Wortschatz- und Grammatikkenntnisse erweitern und darüber hinaus eine Menge über die Kultur sowie über Land und Leute der spanischsprachigen Welt erfahren.

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

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7110

Spanisch für Anfänger - Online – Niveau A2.1



Wir lernen in einer Kleingruppe (5-6 Teilnehmer).

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Montag,
14.08.2023, 7 Abende,
jeweils montags,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 80,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

7111

Spanisch A2 ab Lektion 10

Leitung Olga Ester Ruiz Diaz Adorno

Termin Beginn ist am Dienstag,
22.08.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 80,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

B1/B2 Niveau

500 Millionen Menschen auf der Welt kommunizieren auf Spanisch, darunter auch Sie. Con gusto ermöglicht Ihnen, Ihre Spanischkenntnisse für Beruf, Rei-

sen oder Freizeit zu perfektionieren. Der Kurs legt besonderen Wert auf mündlicher Kommunikation, ohne das Lesen und Schreiben zu vernachlässigen. Hier kommen Sie auf den Geschmack von Kultur und Lebensweise Spaniens und Lateinamerikas - nicht nur auf den Landeskundeseiten ‚Con sabor‘. Die Teilnehmergebühr reduziert bei 7 Teilnehmern vor Kursbeginn.

7119

Spanisch - Online Niveau B1 ab Lekt. 10



Bitte mitbringen: Con gusto nuevo B1
Klett Verlag
ISBN 978-3-12-514684-6

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Mittwoch,
16.08.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 116,60 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

7120

Spanisch - Kleingruppe Niveau B2.1 - Online



Bitte mitbringen: Con gusto nuevo B2
Spanisch für Fortgeschrittene
Klett Verlag
ISBN 978-3-12-514688-4

Leitung Sebastian Granara

Termin Beginn ist am Mittwoch,
01.11.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 119,90 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

Wird die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, müssen wir den Kurs leider verschieben oder ausfallen lassen.



Französisch

A1/A2 Niveau

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7200

Französisch für Anfänger Niveau A1.1 - Online



Der Online-Kurs bietet Ihnen den perfekten Einstieg in die französische Sprache. In einem lebendigen und zeitgemäßen Unterricht können Sie sich sehr schnell über alltagsrelevante Themen wie Einkaufen, im Restaurant, Familie und Freunde etc. unterhalten. Ebenso lernen Sie viel über Land und Leute und entdecken die Regionen Frankreichs.

Leitung NN

Termin Beginn ist am Dienstag,
12.09.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7201

Französisch für Anfänger Niveau A1 ab Lektion 9



Wir lernen ab Unité 9. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Bitte mitbringen: Voyages neu A1
KLETT Verlag
ISBN 978-3-12-529412-7

Leitung Annelie Bocklage

Termin Beginn ist am Mittwoch,
23.08.2023, 12 Abende,
jeweils mittwochs,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 92,40 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7202

Französisch für Anfänger Niveau A2 ab Lektion 2



Wir lernen ab Unité 1. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

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

Leitung Annelie Bocklage

Termin Beginn ist am Montag,
21.08.2023, 12 Abende,
jeweils montags,
19:45 – 21:15 Uhr

Gebühr 95,70 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



B2/C1 Niveau

7220

Französisch für Fort- geschrittene – Niveau B2



Actualité et débats, civilisation et littérature : plongez dans la culture française! Des documents écrits, audio et vidéo serviront de base à la discussion, au travail de groupe, à l'approfondissement des compétences grammaticales et lexicales. Si vous avez déjà un solide niveau B1, ce cours est fait pour vous. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Bitte mitbringen: ÉDITO B2, ab Unité 5
Klett Verlag
ISBN 978-3-12-529394-6

Leitung Annelie Bocklage

Termin Beginn ist am Montag,
21.08.2023, 12 Abende,
jeweils montags,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 102,30 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7221

Französisch für Fortgeschrittene Niveau B2/C1



Wir orientieren uns an aktuellen Themen aus Frankreich und der französischsprachigen Welt.

Dabei lesen wir Zeitungen, Magazine und erweitern unser Vokabular, auch die Sprechfähigkeit und die französische Grammatik werden nicht vergessen.

Kurzgeschichten und ein abschließender Film runden das Programm ab.
Vous êtes bienvenu-e!

Leitung Christiane Kathe

Termin Beginn ist am Mittwoch,
16.08.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 86,90 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Französisch DELF-Prüfungen für Schüler*innen

DELF scolaire

DELF scolaire richtet sich an alle Schülerinnen und Schüler nichtfranzösischer Nationalität, die ihre Französischkenntnisse überprüfen oder z.B. für ein angestrebtes Hochschulstudium im In- oder Ausland nachweisen müssen. DELF überprüft und bescheinigt den Gebrauch der französischen Sprache in vielfältigen realistischen Situationen des alltäglichen Lebens. Die kommunikativen Kompetenzen werden sowohl im mündlichen als auch im schriftlichen Sprachgebrauch überprüft.

Zertifikatsstufen

DELF scolaire ist an den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER) angepasst. Seit Herbst 2005 gibt es die Prüfungen zu den Niveaustufen des GER: A1, A2 (allgemeine Sprachverwendung) und B1, B2 (selbstständige Sprachverwendung).

Die Prüfungen werden zweimal pro Jahr zu von der Botschaft vorgegebenen Terminen (Januar und Juni) von der KVHS Vechta für die örtlichen Schulen durchgeführt.

Wenn das Klassenzimmer ans Krankenbett kommt

Online-Kurse ermöglichen Birgit Wehrmann Spanisch zu lernen, trotz gesundheitlicher Einschränkungen



Birgit Wehrmann in ihrem virtuellen Klassenzimmer. Über Zoom kann sie sich in ihren Spanischkurs einwählen.

Wir treffen Birgit Wehrmann im virtuellen Raum. So werden bei der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. die „digitalen Klassenzimmer“ bezeichnet, in denen Kurse online durchgeführt werden. Über einen Link können sich die Teilnehmenden einwählen und nehmen dann online am Unterricht teil – unabhängig davon, wo sie sich gerade befinden.

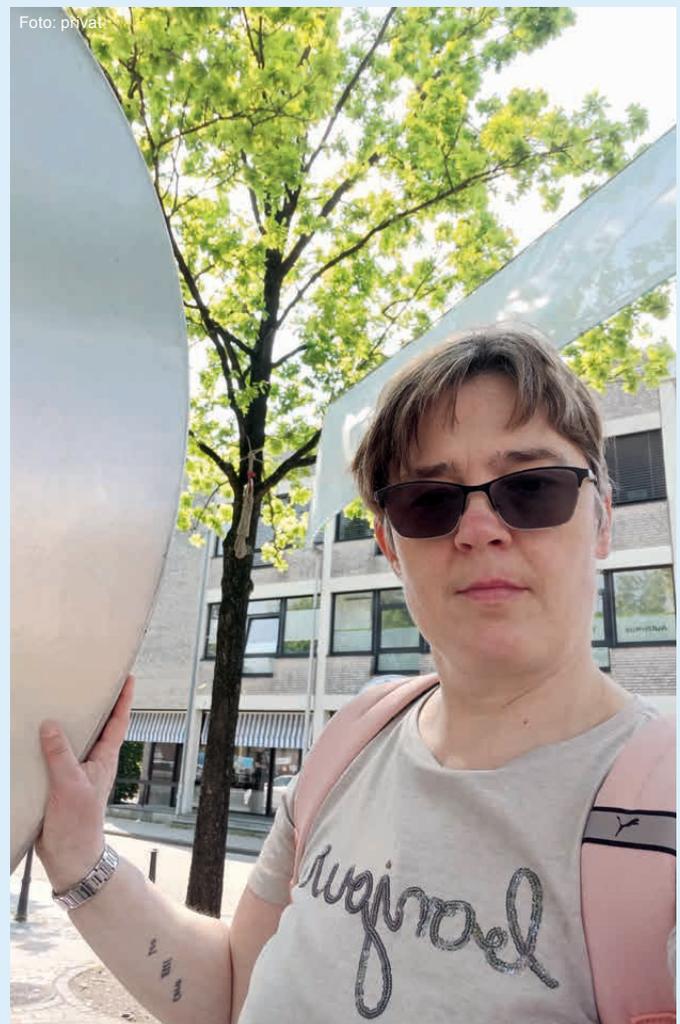
Birgit Wehrmann beispielsweise besucht zurzeit von zu Hause aus online ihren Spanischkurs. Aber sie hat auch schon des Öfteren vom Krankenhaus aus teilnehmen müssen, da sie unter verschiedenen gesundheitlichen

Beeinträchtigungen leidet, wie z.B. Asthma Bronchiale, Schlafapnoe und Wassereinlagerungen. Dann wird das Krankenbett zum Klassenzimmer. Bereits seit April 2022 besucht sie den Spanischkurs. „Ich mag die Sprache und das Land. Wenn es gesundheitlich geht, möchte ich dort auch einmal leben“, erzählt Birgit Wehrmann. Für sie würde aber momentan die Teilnahme an einem Präsenzsprachkurs nicht in Frage kommen. „Auf der einen Seite möchte ich aufgrund meiner gesundheitlichen Situation zurzeit nicht so viele persönliche Kontakte haben und zum anderen bin ich häufig im Krankenhaus und könnte dann nicht teilnehmen“, erklärt sie.

Außerdem könne es immer wieder zu Notfallsituationen kommen. Ein weiterer Grund sei gewesen, dass sie über kein Auto verfüge. Birgit Wehrmann hatte daher gezielt nach Spanisch-Kursen gesucht, die online durchgeführt werden. Bei der Kreisvolkshochschule Vechta e.V. (KVHS) ist die Diepholzerin dann fündig geworden. „Es bedarf einer hohen Motivation, über einen längeren Zeitraum einen Online-Kurs zu besuchen, da sich nicht so schnell Beziehungen und Freundschaften entwickeln, wie im Präsenzunterricht“, erklärt Elnaz Allen, die bei der KVHS für den Fachbereich Sprachen zuständig ist. „Wir haben die Corona-Zeit genutzt und die Digitalisierung weiter ausgebaut“, ergänzt sie.

Beispielsweise im Bereich Sprachen wurden die Online-Angebote vorangebracht. „Die Digitalisierung eröffnet uns ganz neue Möglichkeiten. So können Dozent/innen und Sprachinteressierte ortsunabhängig an den Kursen teilnehmen“, betont Elnaz Allen. Bei diesem Spanischkurs würde zum Beispiel der Dozent Sebastian Granara von Berlin aus den Kurs leiten. „So können auch qualifizierte Dozenten zum Einsatz kommen, die nicht in der Region wohnen. Und wir können neue Zielgruppen ansprechen, wie zum Beispiel im Fall von Birgit Wehrmann, Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen aber auch Eltern mit kleinen Kindern oder Menschen, die einen Angehörigen pflegen, und daher an zu Hause gebunden sind“, ergänzt Elnaz Allen.

Für Birgit Wehrmann bedeutet die Digitalisierung auch gesellschaftliche Teilhabe. Mit dem Online-Sprachkurs kann sie sich auf ihr Ziel, einmal in Spanien zu leben, vorbereiten. Schon heute unterstützt sie von Deutschland aus, Organisationen, die sich für den Tierschutz in Spanien einsetzen. So hilft sie dabei, Hunde, die aus Tötungsstationen in Spanien gerettet wurden, übers Internet in Deutschland zu vermitteln. Und Birgit Wehrmann hat noch ein weiteres Ziel: Sie möchte wieder in ihrem Beruf als Betreuungskraft arbeiten. Dazu muss sie noch einmal den Qualifizierungskurs wiederholen, da ihre bisherige Ausbildung aufgrund fehlender Fortbildungsnachweise nicht mehr gültig ist. „Ich hoffe, die Ausbildung bis Dezember abschließen zu können“, sagt sie und betont, dass es hilfreich wäre, wenn man auch an solchen Fortbildungskursen online teilnehmen könnte. „Dann fehlt nur noch ein Arbeitgeber, der meine Erkrankungen akzeptiert“, fasst sie mit Blick auf ihre Zukunft zusammen.



Wenn die Gesundheit es erlaubt, liebt Birgit Wehrmann es, zu reisen.



Italienisch

A1 Niveau

So macht Italienisch lernen Spaß! Dieser Online-Kurs vermittelt Ihnen grundlegende Sprachkenntnisse, um Alltagssituationen zu meistern, z. B. sich vorzustellen und etwas über sich selbst zu erzählen, einzukaufen, im Restaurant zu bestellen und vieles mehr.

In aktuellen Texten erfahren Sie Wissenswertes über Italien, seine Regionen und Kultur. Abwechslungsreiche Übungen ermöglichen Ihnen, das Erlernete anzuwenden.

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7300

Italienisch für Anfänger Niveau A1.1 - Online



Ein Online-Kurs für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

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

Voraussetzungen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer

Termin Beginn ist am Donnerstag, 24.08.2023, 10 Abende, jeweils donnerstags, 19:45 – 21:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

7301

Italienisch für Anfänger Niveau A1 ab Lektion 4 - Online



Ein Online-Kurs für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Es geht mit Lektion 4 weiter.

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

Voraussetzungen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer

Leitung Irene Balla

Termin Beginn ist am Donnerstag, 07.09.2023, 10 Abende, jeweils donnerstags, 19:45 – 21:15 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

7302

Italienisch - Online Kleingruppe Niveau A1 ab Lektion 5



Ein Online-Kurs für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Wir lernen ab Lektion 5 weiter.

Bitte mitbringen: DIECI A1

Hueber Verlag ISBN 978-3-19-005647-7

Voraussetzungen: gute Internetverbindung, Kamera, Kopfhörer

Leitung Irene Balla

Termin Beginn ist am Mittwoch, 06.09.2023, 7 Abende, jeweils mittwochs, 20:15 – 21:45 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1, virtueller Raum

Russisch

Niveau A1/A2

Jasno - „klar“, so beginnen Sie in diesem Kurs Ihre Reise in die russische Sprache. Sie werden in die kyrillische Schrift eingeführt und lernen in kommunikativen Übungen, sich zu einfachen Alltagsthemen zu verständigen. Jasno bietet zudem Einblick in das alte und neue Russland - und falls Sie sich auf eine Geschäftsreise vorbereiten, erhalten Sie hilfreiche Tipps und sprachliche Wendungen auf den Seiten „Geschäftsrussisch“. Bitte mitbringen: Jasno! neu A1-A2 ISBN 978-3-12-527678-9

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7400

Russisch - Kleingruppe Niveau A1.1



Bitte mitbringen: Jasno! neu A1-A2 Russisch für Anfänger Kursbuch + MP3-CD + Videos ISBN 978-3-12-527678-9

Leitung Daria Hülsemann

Termin Beginn ist am Mittwoch, 20.09.2023, 7 Abende, jeweils mittwochs, 19:15 – 20:45 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7401

Russisch - Kleingruppe Niveau A2.1



Bitte mitbringen: Jasno! neu A1-A2 Russisch für Anfänger Kursbuch + MP3-CD + Videos ISBN 978-3-12-527678-9

Termin Beginn ist am Mittwoch, 01.11.2023, 7 Abende, jeweils mittwochs, 17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Latein

7510B

Lateinkurs für Fortgeschrittene „Lebensziel Glück – Philosophieren mit Seneca und Cicero“



Dieser Kurs ist für erwachsene Teilnehmer mit sehr guten Vorkenntnissen der lateinischen Sprache. Die Teilnahme ist vor Ort oder digital möglich.

Leitung Wolfgang Zapfe

Termin Beginn ist am Donnerstag, 17.08.2023, 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? Dieser Türkischkurs richtet sich an Anfänger ohne Vorkenntnisse oder mit geringen Vorkenntnissen. Das Kursformat ist eine Kleingruppe (5-6 Teilnehmer). Ab 7 Teilnehmer vor Kursbeginn reduziert sich die Gebühr.

Bitte mitbringen:

Kolay gelsin! neu A1-A2

Türkisch für Anfänger

ISBN 978-3-12-528661-0

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7520



Türkisch für Anfänger Niveau A1.1 - Kleingruppe



Leitung Emine Aktas

Termin Beginn ist am Mittwoch,
23.08.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
19:15 – 20:45 Uhr

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Arabisch

A1 Niveau

Neugierig auf Arabisch? Schrecken Sie nicht vor der Andersartigkeit dieser faszinierenden Sprache zurück. Denn Salam! neu verfolgt einen Ansatz, der den Hintergrund westlicher Lerner systematisch berücksichtigt. Sie werden langsam, aber stetig an die fremde Schrift herangeführt, trainieren Ihre Aussprache, führen erste Alltagsdialoge und erfahren nebenbei viel Interessantes über den vielseitigen arabischsprachigen Kulturraum. Ein sanfter, motivierender Einstieg in das Hocharabische. Das Kursformat ist eine Minigruppe (3-4 Teilnehmer). Die Gebühr reduziert sich ab 5 Teilnehmer vor Kursbeginn. Bitte mitbringen: Salam! neu A1-A2 Arabisch für Anfänger ISBN 978-3-12-528835-5

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7530

Arabisch - Minigruppe Niveau A1.1



Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Bitte mitbringen: Salam! neu A1-A2 Arabisch für Anfänger ISBN 978-3-12-528835-5

Leitung Belal Elsayed

Termin Beginn ist am Montag,
18.09.2023, 7 Abende,
jeweils montags,
19:15 – 20:45 Uhr

Gebühr 107,80 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Portugiesisch

A1 Niveau

Hier finden Sie Portugiesischkurse für Anfänger ohne bzw. geringe Vorkenntnisse. Das Augenmerk liegt auf dem brasilianischen Portugiesisch. Es werden aber auch die Unterschiede zum europäischen besprochen. Die Gruppengröße liegt bei 5-6 Teilnehmern. Ab 7 Teilnehmern vor Kursbeginn reduziert sich die Teilnehmergebühr.

Bitte mitbringen: Beleza! neu Brasilianisches Portugiesisch für Anfänger ISBN 978-3-12-528621-4

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7540

Portugiesisch für Anfänger Niveau A1.1 - Kleingruppe



Termin Beginn ist am Montag,
04.09.2023, 7 Abende,
jeweils montags,
17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 77,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

7541

Portugiesisch für Anfänger Niveau A1 ab Lektion 3 - Kleingruppe



Termin Beginn ist am Donnerstag,
17.08.2023, 10 Abende,
jeweils donnerstags,
17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

Bitte kaufen Sie erst das Buch, wenn feststeht, dass der Kurs beginnen kann.

7520A



Türkisch für Anfänger Niveau A1 ab Lektion 3 - Kleingruppe

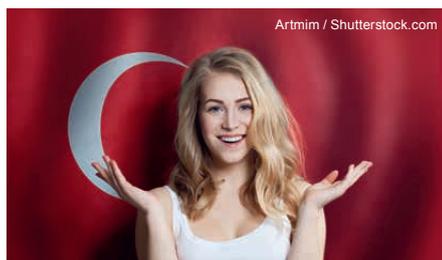


Leitung Emine Aktas

Termin Beginn ist am Mittwoch,
23.08.2023, 10 Abende,
jeweils mittwochs,
17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 110,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Artmim / Shutterstock.com



Schwedisch

HIGHLIGHT

Bildungsurlaub

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7560

Schwedisch A1.1 Bildungsurlaub



Tala svenska A1 Plus ist für Schwedisch-lernende ohne Vorkenntnisse konzipiert und richtet sich an alle, die sich für einen Aufenthalt in Schweden vorbereiten möchten. Es berücksichtigt den schwedischen Alltag genauso wie touristische, berufliche und studentische Interessen.

Bitte mitbringen (nicht durch die Gebühr abgedeckt): Tala Svenska A1 Plus, Lehr- und Übungsbuch ISBN 978-3-933119-04-9
ISBN 978-3-933119-14-8

Leitung Bettina Dreyer
Termin Montag, 08.01.2024, 9:00 – 16:00 Uhr
Dienstag, 09.01.2024, 9:00 – 16:00 Uhr
Mittwoch, 10.01.2024, 9:00 – 16:00 Uhr
Donnerstag, 11.01.2024, 9:00 – 16:00 Uhr
Freitag, 12.01.2024, 9:00 – 16:00 Uhr

Gebühr 220,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

A1 - B1 Niveau

7561

Schwedisch A1 ab Lekt. 1 Online



Hej! Du möchtest diese so melodisch klingende Sprache von Grund auf erlernen, mehr über Bullerbü, IKEA und das Land der Seen und Elche erfahren? Viel über den typischen „Svensson“? Hier erlernst Du einen ersten Wortschatz, die Grundlagen des Satzaufbaus, warum

köttbullar eigentlich „Schöttbullar“ und die Königinnen Silvia und Lucia heißen!

Bitte beachten Sie, dass wir diesen Kurs nur vermitteln und dieses Angebot nicht über die KVHS läuft. Nach eingehender Anmeldung, teilen wir Ihnen die Kontaktdaten der Kursleiterin mit.

Bitte mitbringen: Tala Svenska A1Plus, ISBN 978-3-933119-04-9 und ISBN 978-3-933119-14-8

Leitung Bettina Dreyer
Termin Beginn ist am Samstag, 09.09.2023, 4 Vormittag, jeweils samstags, 9:30 – 13:30 Uhr

Gebühr 98,00 €
Ort virtueller Raum 1

7563

Schwedisch - Online A1 ab Lekt. 5



Hejsan! Du kannst bereits einige Wörter Schwedisch, hast es früher schonmal gelernt und möchtest die Sprache „richtig“ kennen lernen? Du möchtest hineintauchen in die Welt von Bullerbü und ABBA, lernen sich in einfachen Sätzen beim Einkaufen oder im Gespräch mit den Ferienhausnachbarn auszudrücken? Dann bist Du in diesem Kurs richtig.

Bitte beachten Sie, dass wir diesen Kurs nur vermitteln und dieses Angebot nicht über die KVHS läuft. Nach eingehender Anmeldung, teilen wir Ihnen die Kontaktdaten der Kursleiterin mit.

Bitte mitbringen: Tala Svenska A1Plus, ISBN 978-3-933119-04-9 und ISBN 978-3-933119-14-8

Leitung Bettina Dreyer
Termin Beginn ist am Freitag, 08.09.2023, 12 Abende, jeweils freitags, 18:30 – 19:45 Uhr

Gebühr 98,00 €
Ort virtueller Raum 1

7568

Schwedisch A2 ab Lekt. 4 Online



Hej! Du hast bereits Schwedisch eine Weile gelernt und möchtest nun Deinen Wortschatz vertiefen, mit den Bewohnern

des Landes kommunizieren und ganz viel über Land und Leute und den typischen „Medel-Svensson“ erfahren? Dann bist Du hier richtig. Ziel des Kurses ist, Dialoge flüssig führen und eigene Texte verfassen zu können. Es werden viele interessante Themenbereiche abgedeckt in diesem Buch. Välkomna!

Bitte beachten Sie, dass wir diesen Kurs nur vermitteln und dieses Angebot nicht über die KVHS läuft. Nach eingehender Anmeldung, teilen wir Ihnen die Kontaktdaten der Kursleiterin mit.

Bitte mitbringen: Tala svenska A2-B1, Lehrbuch inkl. Audiodownload, ISBN 978-3-933119-05-6 und Übungsbuch inkl. Audiodownload, ISBN 978-3-933119-15-5

Leitung Bettina Dreyer
Termin Beginn ist am Dienstag, 05.09.2023, 12 Abende, jeweils dienstags, 18:15 – 19:30 Uhr

Gebühr 98,00 €
Ort virtueller Raum 1

7569

Schwedisch - Online A2 - B1 für Fortgeschrittene



Hej! Du hast bereits eine Weile Schwedisch gelernt und möchtest nun Deinen Wortschatz vertiefen, mit den Bewohnern des Landes kommunizieren können und ganz viel über Land und Leute und den typischen „Medel-Svensson“ erfahren? Dann bist Du hier richtig. Ziel des Kurses ist, Dialoge flüssig führen und eigene Texte verfassen zu können. Es werden viele interessante Themenbereiche abgedeckt in diesem überarbeiteten Buch. Välkommen!

In den Online-Kursen arbeiten wir in dem sehr nutzerfreundlichen virtuellen Klassenraum vitero.

Bitte beachten Sie, dass wir diesen Kurs nur vermitteln und dieses Angebot nicht über die KVHS läuft. Nach eingehender Anmeldung, teilen wir Ihnen die Kontaktdaten der Kursleiterin mit.

Bitte mitbringen: Tala svenska A2-B1, Lehrbuch inkl. Audiodownload, ISBN 978-3-933119-05-6 und Übungsbuch inkl. Audiodownload, ISBN 978-3-933119-15-5, ab Lektion 6

Sprachen



Leitung Bettina Dreyer
Termin Beginn ist am Dienstag,
05.09.2023, 12 Abende,
jeweils dienstags,
20:00 – 21:15 Uhr
Gebühr 98,00 €
Ort virtueller Raum 1

Persisch

A1 Niveau

Aktuelle Informationen und
weitere Kurse finden Sie
hier:



7570

Persisch für Anfänger Niveau A1 - Minigruppe

In diesem Anfängerkurs erlernen Sie die Sprache, sowie kulturelle Besonderheiten dieses Landes. Seien Sie gespannt und erfahren Sie, warum Taarof und Tahdig wichtiger Bestandteil des Irans sind. Denn wie heißt es so schön: Eine Sprache ist immer Ausdruck ihrer Kultur. Das Kursformat entspricht einer Minigruppe (3-4 Teilnehmer). Sollten sich zu Kursbeginn mehr Teilnehmer anmelden, wird die Kursgebühr angepasst.

Bitte mitbringen: Ba ham A1
Klett Verlag
ISBN 978-3-12-528866-9

Leitung Ana Hassani
Termin Beginn ist am Mittwoch,
01.11.2023, 7 Abende,
jeweils mittwochs,
19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 98,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Chinesisch



A1 Niveau

Aktuelle Informationen und
weitere Kurse finden Sie
hier:



7580A

Chinesisch für Anfänger - Online – Niveau A1.1 - Kleingruppe

Dieser Online-Kurs richtet sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse, die die chinesische Sprache und Kultur näher kennen lernen möchten. In einer Kleingruppe (5-6 Teilnehmer) lernen Sie in einer homogenen Gruppe. Sie werden nicht nur Kenntnisse der chinesischen Sprache und Schrift erwerben, sondern auch über Land und Kultur.

Bitte mitbringen: Lóng neu A1-A2
Klett Verlag
ISBN: 978-3-12-528960-4

Leitung Xiaojia Frase
Termin Beginn ist am Donnerstag,
02.11.2023, 8 Abende,
jeweils donnerstags,
19:00 – 20:30 Uhr
Gebühr 110,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1, virtueller
Raum

Deutsch als Fremdsprache

A1 Niveau

Aktuelle Informationen und
weitere Kurse finden Sie
hier:



7700

Deutsch für Anfänger Niveau A1.1 - intensiv

In diesem Intensivkurs für Deutsch als Fremdsprache lernen Teilnehmer ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen die Sprache von Grund auf.

Termin Beginn ist am Montag,
31.07.2023, 10 Abende,
jeweils montags,
18:45 – 20:15 Uhr

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

7701

Deutsch für Anfänger Niveau A1.1

Ein Deutschkurs für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Bitte mitbringen: Pluspunkt Deutsch
A1: A1: Gesamtband - Arbeitsbuch und
Kursbuch - Allgemeine Ausgabe
ISBN
978-3-06-120766-3

Termin Beginn ist am Samstag,
26.08.2023, 10 Nachmittage,
jeweils samstags,
13:00 – 14:30 Uhr

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

A2 Niveau

Aktuelle Informationen und
weitere Kurse finden Sie
hier:



7720

Deutsch für Anfänger Niveau A2.1

Ein Deutschkurs für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Wir beginnen ab dem A2-Niveau-

Termin Beginn ist am Samstag,
26.08.2023, 10 Nachmittage,
jeweils samstags,
13:00 – 14:30 Uhr

Gebühr 80,30 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



7721

Deutsch als Fremdsprache – Niveau A2.1



Ein Deutschkurs für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Im Kurs werden grammatische Strukturen der deutschen Sprache erarbeitet und ein Grundwortschatz aufgebaut. In einem abwechslungsreichen, kommunikativen Unterricht erlernen Sie die deutsche Sprache.

Bitte mitbringen: Einfach gut! Deutsch für die Integration A2.1
ISBN: 978-3-946447-08-5

Leitung Olga Seebold
Termin Beginn ist am Dienstag, 19.09.2023, 10 Abende, jeweils dienstags und donnerstags, 18:30 – 20:00 Uhr
Gebühr 80,30 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

B1 Niveau

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7730

Deutsch als Fremdsprache – Niveau B1.1



Ein Deutschkurs für Teilnehmer mit Vorkenntnissen.

Termin Beginn ist am Samstag, 26.08.2023, 10 Nachmittage, jeweils samstags, 13:00 – 14:30 Uhr
Gebühr 83,60 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7731

Deutsch als Fremdsprache – Niveau B1.1



Ein Deutschkurs für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Im Kurs werden grammatische Strukturen der deutschen Sprache erarbeitet und ein Grundwortschatz aufgebaut. In einem abwechslungsreichen, kommunikativen Unterricht erlernen Sie die deutsche Sprache.

Leitung Olga Seebold
Termin Beginn ist am Dienstag, 19.09.2023, 10 Abende, jeweils dienstags und donnerstags, 18:30 – 20:00 Uhr
Gebühr 80,30 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

B2 Niveau

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7740

Deutsch als Fremdsprache – Niveau B2.1



Ein Deutschkurs für Teilnehmer mit Vorkenntnissen.

Termin Beginn ist am Samstag, 26.08.2023, 10 Nachmittage, jeweils samstags, 13:00 – 14:30 Uhr
Gebühr 86,90 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

C1 Niveau

Aktuelle Informationen und weitere Kurse finden Sie hier:



7750

Deutsch als Fremdsprache – Niveau C1.1



Ein Deutschkurs für Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen.

Termin Beginn ist am Samstag, 07.10.2023, 10 Nachmittage, jeweils samstags, 15:00 – 16:30 Uhr
Gebühr 90,20 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

Zertifikat Deutsch / telc Deutsch A2 - B1



An dieser Prüfung können alle Interessierten teilnehmen, die ausreichende Deutsch-Sprachkenntnisse auf dem Niveau B1 haben.

Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen Teil:

- Leseverstehen
 - Sprachbausteine Lesen und Schreiben
 - Hören und Schreiben
 - Schreiben
- und dem mündlichen Teil:
- Sprechen

Sie kann NICHT als Teilprüfung abgelegt werden.

Das erforderliche Anmeldeformular ist im Büro der KVHS Vechta in der Bahnhofstraße 1 in Vechta erhältlich.

Übungsmaterial zur Prüfung finden Sie im Internet unter: <https://www.telc.net/sprachpruefungen/deutsch/deutsch-a2b1/>

7760P



Zertifikat Deutsch / telc Deutsch A2 - B1



Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 01.08.2023!

Leitung N.N.
Termin Freitag, 08.09.2023, 9:30 – 16:30 Uhr
Gebühr 150,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

7761P



Zertifikat Deutsch / telc Deutsch A2 - B1



Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 22.09.2023!

Leitung N.N.
Termin Freitag, 03.11.2023, 9:30 – 16:30 Uhr
Gebühr 150,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

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



7762P



Zertifikat Deutsch / telc Deutsch A2 - B1



Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss
27.10.2023!

Leitung N.N.

Termin Freitag, 08.12.2023,
9:30 – 16:30 Uhr

Gebühr 150,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

7763P



Zertifikat telc Deutsch B2



An dieser Prüfung können alle Interessierten teilnehmen, die ausreichende Deutsch-Sprachkenntnisse auf dem Niveau B2 haben. Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil.

- Hören / Lesen
- Schreiben
- Sprechen

Das Ergebnis einer bestandenen Teilprüfung (schriftlich oder mündlich) kann innerhalb eines bestimmten Zeitraumes auf eine Wiederholungsprüfung des nicht bestandenen Prüfungsteils angerechnet werden. Die Frist beginnt mit dem ersten Ablegen einer Prüfung und endet am 31.12. des folgenden Kalenderjahres. Die Gebühr für eine Teilprüfung beträgt 165,00 EUR.

Das erforderliche Anmeldeformular ist im Büro der KVHS Vechta in der Bahnhofstraße 1 in Vechta erhältlich.

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss
16.10.2023!

Leitung N.N.

Termin Freitag, 01.12.2023,
9:00 – 16:30 Uhr

Gebühr 200,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



fizkes / Shutterstock.com

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 Berufsankennung 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 DTZA2 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)

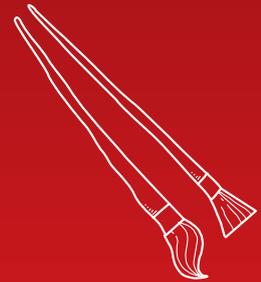
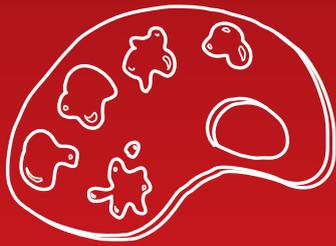
Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Einladung zum nächsten Einstufungstest, um Ihr Sprachniveau festzustellen. Damit können Sie in den für Sie passenden Kurs eingestuft werden. Das gilt auch für die Personen, die noch nicht alphabetisiert sind

Es werden kontinuierlich verschiedene Integrationskurse angeboten.

Melden Sie sich einfach bei uns! Wir beraten Sie gerne!

vhs

Kreisvolkshochschule
Vechta e.V.



**AUF DIE
LEINWAND
BRINGER**

**Es steckt so
viele in dir.**



Kreativität



Charliene Sölter

Tel.: 044 41 / 93 778-23

c.soelter@kvhs-vechta.de

Kunsthandwerk	100
Textiles Gestalten	100
Musik	101
Innendesign	102
Fotografie	102



Kunsthandwerk

8001

Bildhauerei in Sand- und Speckstein „Was will der Stein, was will ich?“

„Was will der Stein? Was will ich?“ Dieser Kurs möchte den Teilnehmern Mut machen, sich mit Unterstützung des Dozenten kreativ an einen Stein heran zu wagen. Speckstein ist ein an Marmor erinnernder Stein, ohne dessen Härte zu besitzen. Er ist recht mühelos zu bearbeiten. Sandstein ist etwas härter. Beides regt zu vielfältigen figürlichen oder abstrakten Formen an.

Leitung Rolf Brüning

Termin Samstag, 09.09.2023, 11:30 – 17:00 Uhr
Sonntag, 10.09.2023, 11:30 – 17:00 Uhr

Gebühr 61,00 €, (zzgl. 40,00 € Materialkosten)

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

8002

Modellieren mit Ton

Dieser Kurs ist an alle gerichtet, die plastische Dinge aus Ton gestalten möchten. Vorkenntnisse sind hierzu nicht erforderlich.

Leitung Rolf Brüning

Termin Samstag, 11.11.2023, 11:30 – 17:00 Uhr
Sonntag, 12.11.2023, 11:30 – 17:00 Uhr

Gebühr 61,00 €, zzgl. Materialkosten

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



Roman Kosolapov / Shutterstock.com

HIGHLIGHT

8100

Farbenfreude! Malerei in Acryl, Öl und Aquarell

Die Freude an der Farbe und die Lust, selbst kreativ zu sein, stehen im Mittelpunkt dieses Kurses. Unter kompetenter Anleitung kann jeder seinen eigenen Stil entwickeln. Vorkenntnisse sind erforderlich.

Leitung Rolf Brüning

Termin Samstag, 02.12.2023, 11:30 – 17:00 Uhr
Sonntag, 03.12.2023, 11:30 – 17:00 Uhr

Gebühr 61,00 €, zzgl. Materialkosten

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



Textiles Gestalten

Nähkurse am Vormittag

Bitte mitbringen: eine Nähmaschine, Nähutensilien und Stoffe

06.11.2023, 6 Vormittage, jeweils montags, 9:00 – 11:15 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

8200

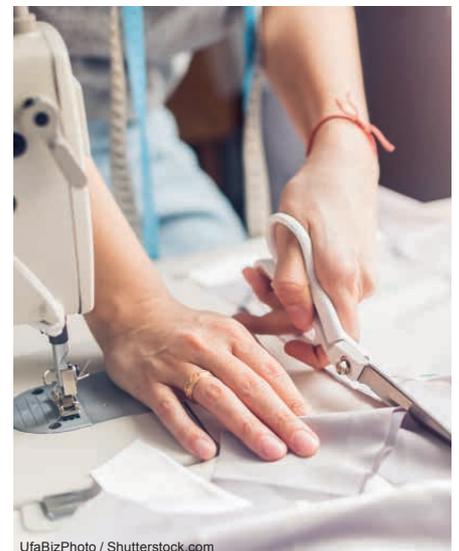
Nähkurs am Vormittag

Leitung Stefanie Bohne

Termin Beginn ist am Montag, 21.08.2023, 6 Vormittage, jeweils montags, 9:00 – 11:15 Uhr

Gebühr 72,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3



UfaBizPhoto / Shutterstock.com

8201

Nähkurs am Vormittag

Leitung Stefanie Bohne

Termin Beginn ist am Montag,



Nähkurse am Abend

Bitte mitbringen: eine Nähmaschine, Nähutensilien und Stoffe

8202

Nähkurs am Abend

Leitung Stefanie Bohne

Termin Beginn ist am Donnerstag,
17.08.2023, 7 Abende,
jeweils donnerstags,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 84,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

8203

Nähkurs am Abend

Leitung Stefanie Bohne

Termin Beginn ist am Donnerstag,
02.11.2023, 7 Abende,
jeweils donnerstags,
18:00 – 20:15 Uhr

Gebühr 84,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

Musik

8300

Gitarre für Anfänger

Hier werden einfache Techniken zur Liedbegleitung und die notwendigsten Musikschriftkenntnisse erarbeitet. Es werden die Grundakkorde und einfache Begleittechniken erlernt, um dann selbstständig Songs spielen (und nach Möglichkeit singen) zu können.

Bitte mitbringen: (Nach Wahl) Eine Konzertgitarre (Nylonsaiten), eine Westerngitarre (Stahlsaiten) oder eine E-Gitarre (mit kleinem Verstärker), ein Notenständer und möglichst ein (einfaches) Stimmgerät.

Leitung Erich Radke

Termin Beginn ist am Dienstag,
22.08.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
20:30 – 21:30 Uhr

Gebühr 89,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

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

8301

Gitarre für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen -Folgekurs-

Für Teilnehmer/innen aus dem letzten Semester und Quereinsteiger mit geringen Vorkenntnissen.

Bitte mitbringen: (Nach Wahl) Eine Konzertgitarre (Nylonsaiten), eine Westerngitarre (Stahlsaiten) oder eine E-Gitarre (mit kleinem Verstärker), ein Notenständer und möglichst ein (einfaches) Stimmgerät.

Leitung Erich Radke

Termin Beginn ist am Dienstag,
22.08.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
18:30 – 19:30 Uhr

Gebühr 89,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3

8302

Gitarre für Anfänger mit Vorkenntnissen -Folgekurs-

Für Teilnehmer aus dem letzten Semester und für Quereinsteiger mit guten Vorkenntnissen.

Bitte mitbringen: (Nach Wahl) Eine Konzertgitarre (Nylonsaiten), eine Westerngitarre (Stahlsaiten) oder eine E-Gitarre (mit kleinem Verstärker), ein Notenständer und möglichst ein (einfaches) Stimmgerät.

Leitung Erich Radke

Termin Beginn ist am Dienstag,
22.08.2023, 10 Abende,
jeweils dienstags,
19:30 – 20:30 Uhr

Gebühr 89,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 3



Robert Kneschke / Shutterstock.com



Innendesign

HIGHLIGHT

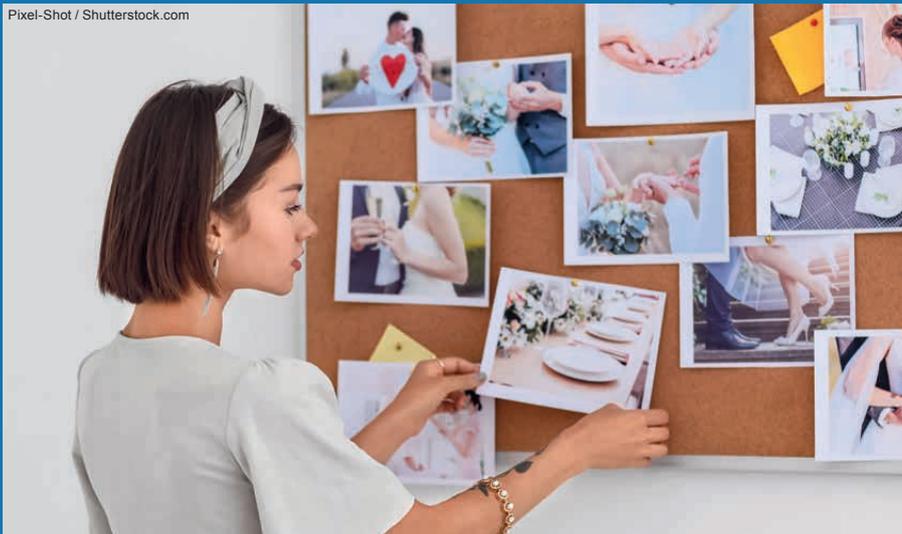
8500

Do it yourself Hochzeit – Hochzeitsplanung leicht gemacht

Sie möchten heiraten und dafür gerne Vieles selber planen und gestalten? Dann ist dieser Kurs genau der richtige für Sie. Die Innenarchitektin Lisa Hake zeigt Ihnen, was Sie bei der Planung berücksichtigen sollten und wie Sie von der „Safe the Date“ Karte bis hin zur Blumendekoration alles stimmig miteinander kombinieren könnt.

Des Weiteren erhalten Sie Tipps, wo Sie zum Beispiel kostengünstig Karten bestellen können, wo Sie tolle Blumen erhalten können und welche tollen Locations es in unserer Umgebung gibt.

Leitung Lisa Hake
Termin Freitag, 15.09.2023, 18:30 – 20:45 Uhr
Gebühr 18,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6



Pixel-Shot / Shutterstock.com

Modus“ Ihrer Kamera lösen, fühlen sich aber überfordert mit der Fülle an Drehrädern und Einstellknöpfen? Das „Foto-Einmaleins“ von Blende, Verschlusszeit und ISO würden Sie gerne beherrschen? Dann ist dieser Fotokurs genau richtig für Sie!

Am 1. Abend (Wochentag) setzen wir uns mit der Kameratechnik, 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!

Bitte mitbringen: Kamera mit vollem Akku und leerer Speicherkarte, ggfs. auch Zubehör.

Leitung Gundolf Renze
Termin Montag, 09.10.2023, 18:30 – 21:00 Uhr
Samstag, 14.10.2023, 10:30 – 14:30 Uhr

Gebühr 72,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

8501



Weihnachtsdekoration: Ideen und praktische Tipps

Die dunklen Wintertage laden dazu ein, es sich in der Wohnung gemütlich zu machen - und wie würde das besser funktionieren als mit der richtigen Dekoration. Goldene Akzente, rote Farbe oder ein helles Weiß. Adventskranz, Sterne oder Kugeln. Wer auf der Suche nach neuen Ideen für die Weihnachtsdekoration ist, erhält in diesem Kurs von der Innenarchitektin Lisa Hake kreative Anregungen von der Tischdeko über den Christbaum bis hin zur Wandgestaltung an Weihnachten.

Leitung Lisa Hake
Termin Freitag, 17.11.2023, 18:30 – 20:45 Uhr
Gebühr 18,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Fotografie

8600



Fotokurs für Anfänger – Theorie und Praxis Fotografieren mit Spiegelreflex- / Systemkamera

Sind Sie mit Ihren Fotos oft unzufrieden? Möchten Sie sich vom „Automatik-



Sergio Photone / Shutterstock.com



8601



Fotokurs für Fortgeschrittene Besser fotografieren mit Spiegelreflex- / 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 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, 06.11.2023,
18:30 – 21:00 Uhr
Samstag, 11.11.2023,
10:30 – 14:30 Uhr

Gebühr 80,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1



Kaspars Grinvalds / Shutterstock.com

8602



Bildbearbeitung mit Photoshop inkl. Entwicklung von RAW-Dateien

Sie möchten Ihre Fotos optimieren (Belichtung, Farben, Kontrast, Bildzuschnitt) und „Störendes“ im Bild entfernen können? In diesem Einsteigerkurs lernen Sie die praktische Arbeit mit Adobe Photoshop Elements kennen. Das führende Programm der digitalen Bildbearbeitung bietet eine ideale Kombination aus Leistungsfähigkeit und Benutzerfreundlichkeit. Sie erfahren, wie die Benutzeroberfläche aufgebaut ist und arbeiten mit den wichtigsten Werkzeugen. Sie können Ihre „Lieblingsfotos“ für Ausdrucke oder ein Fotobuch vorbereiten und kreativ mit Text- oder Designelementen gestalten. Zudem lernen Sie Bildfehler mit einfacher Retusche zu beheben. Motive freistellen (vom unruhigen Hintergrund lösen) ist ein weiterer Schwerpunkt.

Voraussetzungen:

Sicheres Arbeiten am PC.

Leitung Gundolf Renze

Termin Montag, 13.11.2023,
18:30 – 21:45 Uhr
Montag, 20.11.2023,
18:30 – 21:45 Uhr

Gebühr 56,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Nach individueller Absprache ist ein Aufbaukurs mit folgenden Themen möglich: Retusche, Freistellen, Fotomontage (Ebenen-Technik) bzw. RAW-Entwicklung.

8603



Fotobuch kreativ gestalten

Ob als persönliche Erinnerung an den Urlaub oder als Geschenk - Fotobücher werden immer beliebter. Mit Hilfe der kostenlosen Software von CEWE lernen Sie alle Arbeitsschritte von der Softwareinstallation über die Gestaltung bis zur Bestellung des Fotobuches kennen. Ihnen stehen eine Fülle an kreativen Gestaltungsmöglichkeiten zur Verfügung: Stile, Seitenlayouts, Hintergründe, Clip Arts, Masken etc. Fotos - wie auch eigene Texte - können dank verschiedener Tools und Effekte professionell bearbeitet werden. Nebenbei erhalten Sie viele Inspirationen und wichtige Infos zur Produktauswahl, Einbänden, Papiersorten. Der Kurs enthält Gutscheine von CEWE im Wert von 21,95 Euro!

Bitte mitbringen: USB-Stick - ggfs. mit eigenen Bildern (es werden aber auch Foto-Übungsdateien bereitgestellt!)

Voraussetzungen: Sichere Kenntnisse im Umgang mit dem PC

Leitung Gundolf Renze

Termin Montag, 27.11.2023,
18:30 – 21:00 Uhr
Montag, 04.12.2023,
18:30 – 21:00 Uhr

Gebühr 56,00 €

Ort Vechta, Kreisvolkshochschule,
Bahnhofstraße 1

Weiter mit Bildung!



**AUF SICH
ACHTERIN**

**Zusammen kann
alles einfach sein.**

Veranstaltungen in Kooperation
mit dem



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

Patientenvorträge	106
Gesunde Ernährung	110
Bewegung und Entspannung	111
Aqua Fitness	112
10er-Karte	115
Reha-Sport / Funktionstraining	118



Kurse in Zusammenarbeit mit dem



Am 11.06.2013 haben die Kreisvolkshochschule (KVHS) Vechta e.V. und das Niels-Stensen-Werk Vechta einen Kooperationsvertrag zur Durchführung von Angeboten zur Gesundheitsbildung geschlossen. Die Ihnen bis dahin bekannten und vertrauten Angebote des Niels-Stensen-Werks finden Sie in unserem Programmheft wieder. Frau Maria Abeling-Stegkämper und Frau Nicole Mucker werden für alle Teilnehmer als Ansprechpartnerinnen zur Verfügung stehen und mit dem Team der KVHS gemeinsam für Sie neue Angebote im Bereich Gesundheit schaffen. Sollten Sie selbst Ideen und Anregungen haben, setzen Sie sich bitte mit dem Niels-Stensen-Werk Vechta (Tel.: 04441/99-2800) oder mit der KVHS Vechta e.V. (Tel.: 04441/937780) in Verbindung.

Patientenvorträge

An dieser Stelle bieten Ärzte und Fachkräfte aus dem Gesundheitswesen Vortragsveranstaltungen zu zahlreichen Krankheitsbildern an. Zu den laienorientierten Vorträgen sind nicht nur Betroffene und deren Angehörige eingeladen, sondern alle, die sich mit dem Thema auseinandersetzen möchten bzw. müssen.

Ferner besteht zum Ende eines Vortrags in der Regel die Möglichkeit, dem Referenten persönlich Fragen zu stellen.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Patientenverfügung/ Vorsorgevollmachten

Die meisten Menschen gehen davon aus, dass im Krankheitsfall automatisch der Ehepartner, die Kinder oder andere nahestehende Personen des Erkrankten über die Durchführung oder Unterlassung medizinischer Maßnahmen entscheiden können, wenn sie hierzu krankheitsbedingt vorübergehend oder dauerhaft nicht in der Lage sind. Doch ohne entsprechende schriftliche Vollmachten können die Angehörigen nicht

über erforderliche medizinische Maßnahmen oder Regelungen mit Ämtern und Behörden entscheiden. In diesen Fällen muss durch das Betreuungsgericht ein sog. gesetzlicher Betreuer bestellt werden.

Durch das Verfassen einer Vorsorgevollmacht kann - je nachdem, wie umfassend die Vorsorgevollmacht erteilt wurde - die Einrichtung einer gesetzlichen Betreuung überflüssig werden. Sinnvoller Weise sollte die Vorsorgevollmacht um eine Patientenverfügung ergänzt werden. In ihr regelt der Betroffene, welche medizinischen Maßnahmen er im Falle einer schwerwiegenden Erkrankung für sich wünscht oder ablehnt.

Im Rahmen der Veranstaltung sollen die Unterschiede zwischen der Vorsorgevollmacht und der Patientenverfügung dargestellt werden. Ebenso sollen praktische Tipps gegeben werden, worauf es bei der Erstellung dieser Papiere zu achten gilt. Die Referenten stehen außerdem für weitere Fragen zur Verfügung.

9001

Patientenverfügung/ Vorsorgevollmachten

Leitung Erika Rüwe**Termin** Donnerstag, 21.09.2023, 18:00 – 20:15 Uhr**Gebühr** Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1**9002**

Patientenverfügung/ Vorsorgevollmachten

Leitung Julian Gehrmann**Termin** Dienstag, 17.10.2023, 19:00 – 21:15 Uhr**Gebühr** Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6**9003**

Patientenverfügung/ Vorsorgevollmachten

Leitung Julian Gehrmann**Termin** Dienstag, 07.11.2023, 19:00 – 21:15 Uhr**Gebühr** Die Teilnahme ist kostenlos.**Ort** Lohne, Kreisvolkshochschule, Lindenstraße 49**9004**

Patientenverfügung/ Vorsorgevollmachten

Leitung Julian Gehrmann**Termin** Dienstag, 05.12.2023, 19:00 – 21:15 Uhr**Gebühr** Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1**9005**

Schmerzen in der Hüfte - Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

Die Hüfte gehört zu den am stärksten belasteten Gelenken des Menschen. Dabei kommt es im Verlauf des Lebens bei jedem dritten Bundesbürger zu Verschleißerkrankungen, auch Arthrose genannt. Die Erkrankung geht oft mit einem hohen Verlust an Lebensqualität einher. Die Hauptursache für eine Verschleißerkrankung ist das Zusammenwirken von altersbedingten 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 die Referentin nach dem Vortrag.

Leitung Dr. med. Nicola Jansen**Termin** Dienstag, 26.09.2023, 19:00 – 21:15 Uhr**Gebühr** Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1**9006**

„Wenn die Galle Ärger macht“

Die Galle findet im normalen Alltag kaum Beachtung. Dabei spielt die Galle eine sehr wichtige Rolle, um Fette aus der Nahrung zu verarbeiten. Kommt es zu Völlegefühl, Übelkeit, Erbrechen, Schmerzen im Bereich des Rippenbogens oder z.B. zu einer Gelbfärbung der



Augen, kann das auf Gallenprobleme hinweisen und sollte von einem Facharzt abgeklärt werden. In dieser Vortragsveranstaltung werden die Referenten über die Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten bei Gallenleiden informieren. Im Anschluss an den Vortrag beantworten die Ärzte die Fragen der Besucher.

Leitung Andreas Fangmann, Andrada Gabriela Dinculescu

Termin Dienstag, 10.10.2023, 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

9007



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, Meniskus-schäden oder Bandverletzungen (z.B. Kreuzbandriss).

In dieser Vortragsveranstaltung wird der Referent Möglichkeiten der Vorbeugung von Knieproblemen erläutern sowie verschiedene operative und nichtoperative Behandlungsverfahren vorstellen. Im Anschluss werden gerne die persönlichen Fragen der Teilnehmer beantwortet.

Leitung Dr. med. Jens Hilgenberg

Termin Dienstag, 07.11.2023, 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgermeister-Möller-Platz 1

9008



Pflegeberatung - Möglichkeiten und Hilfen in der häuslichen Pflege

Neues Pflegestärkungsgesetz ab 01.01.2017 - Was bedeutet das für Sie? Die Zahl pflegebedürftiger Personen steigt kontinuierlich an. In Deutschland hat sich eine umfangreiche Versorgungs-

landschaft entwickelt, um den 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, 09.11.2023, 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus, Bürgerm.-Möller-Platz 1

HIGHLIGHT

9009



Herzwoche: Herzkrank? Schütze dich vor dem Herzstillstand! Vortragsveranstaltung in Zusammenarbeit mit der Deutschen Herzstiftung

Der plötzliche Herztod ist selten ein schicksalhaftes Ereignis, vor dem es kein Entrinnen gibt. Ziel der bundesweiten Herzwochen 2023 ist daher, die Bevölkerung darüber zu informieren, wie Vorbeugung, frühzeitiges Erkennen und die konsequente Behandlung von Herzkrankheiten helfen, das Risiko auf ein Minimum zu reduzieren, dass das Herz plötzlich still steht.

Leitung Dr. med. Achim Gutersohn

Termin Montag, 13.11.2023, 19:00 – 21:15 Uhr

Gebühr Die Teilnahme ist kostenlos.
Ort Vechta, Rathaus, Burgstraße 6

9010



Mediterrane Heilkräuter - sie erkennen und anwenden

Viele Heilkräuter aus dem Mittelmeerraum sind auch bei uns heimisch. Z.B. Rosmarin, Thymian und Salbei wachsen auch in unseren Gärten. Sie sind häufig sehr aromatisch und besitzen große Heilkräfte.

Wie und woran man sie erkennt und bei welchen Beschwerden wir sie wirksam einsetzen können, wird in diesem Vortrag von der Dozentin erklärt und gezeigt.

Leitung Ingrid vom Felde

Termin Mittwoch, 27.09.2023, 19:00 – 21:15 Uhr

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

9011



Blutegel-Vortrag – ein sehr altes und bewährtes Verfahren

Blutegel werden seit Jahrhunderten erfolgreich in der Medizin eingesetzt. Ein wenig in Vergessenheit geraten sind sie aber ein durchaus wirksames Mittel bei vielen verschiedenen Erkrankungen wie Venenentzündungen, Arthrosen oder auch bei Migräne. In diesem Vortrag werden die Wirkungsweise, die Anwendungsmöglichkeiten und die Kontraindikationen der Behandlung mit Blutegeln besprochen.

Leitung Ingrid vom Felde

Termin Donnerstag, 09.11.2023, 19:00 – 21:15 Uhr

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



Doro Guzenda / Shutterstock.com

Woche der Seelischen Gesundheit



Vom 10. bis 20. Oktober 2023 setzt sich die bundesweite Aktionswoche unter dem Motto „Zusammen der Angst das Gewicht nehmen“ mit dem Thema Ängste in Krisenzeiten auseinander. Wie können wir persönlich und als Gesellschaft einen gesunden Umgang mit der allgemeinen Unsicherheit und Überforderung angesichts der globalen Krisen finden?

Die Aktionswoche möchte auf die unterschiedlichen Strategien zur Bewältigung und auf das vielfältige psychosoziale Hilfsangebot in Deutschland aufmerksam machen sowie zum gemeinsamen Austausch und gegenseitiger Unterstützung aufrufen.

Bundesweit finden zahlreiche Veranstaltungen sowohl digital als auch live vor Ort statt. Alle sind eingeladen, bei verschiedenen Veranstaltungsformaten und Aktionstagen die kleinen und großen Angebote der psychiatrischen und psychosozialen Einrichtungen in ihrer Umgebung kennenzulernen. Ob Vorträge, Workshops, Podcasts oder Kunstausstellungen, jährlich beteiligen sich rund 50 Regionen und Städte mit insgesamt über 500 Präsenz- und Online-Veranstaltungen.

Die Veranstaltungen der Aktionswoche sind in der Regel kostenfrei und richten sich an alle Generationen. Sie tragen dazu bei, Berührungängste abzubauen und Betroffene sowie deren Angehörige einzubinden. Die Angebote wollen jeden motivieren, sich Hilfe zu suchen und vor allem Präventions- und Beratungsangebote in der Nähe kennenzulernen.

Weitere Informationen finden Sie auf der offiziellen Seite:
www.seelischegesundheit.net/aktionen/aktionswoche/



Die Kreisvolkshochschule Vechta möchte auch wieder in diesem Jahr einen Beitrag in der Region dazu leisten und vom 10. bis 13. Oktober ein buntes Programm auf die Beine stellen. Mit der Unterstützung der Volksbank in Visbek, können wir alle Angebote kostenfrei für Sie anbieten. Ab dem 18. September sind diese freigeschaltet. Freuen Sie sich auf musikalisches Entertainment, Yoga bis hin zu Vorträgen, die inspirieren sollen. Es ist für alle etwas dabei. Wichtig ist uns in dieser Woche zusammen ins Gespräch zu kommen und ein Lächeln auf Ihr Gesicht zu zaubern.

Wenn es uns möglich ist, Krisen gemeinsam auch als Chance zu sehen, schaffen wir es, auch unsichere Zeiten gestärkt zu meistern.



Für mehr Infos einfach scannen!





**ZUSAMMEN DER ANGST
DAS GEWICHT NEHMEN**



Gesunde Ernährung

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.



Andrea Heuermann, Ernährungsberaterin

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.



jaormami / Shutterstock.com

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

HIGHLIGHT

9102

Wildgerichte - gesund und lecker

Wildbret ist gesund, nachhaltig, fettarm und einfach zuzubereiten. Dieses Wissen wird immer populärer und fördert die Nachfrage nach der richtigen Zubereitung von Wildfleisch. Durch seinen hohen Eiweiß- und niedrigen Fettgehalt ist es sehr bekömmlich. Bei richtiger Zubereitung kann man das Wild auch in der Schonkost verwenden. In diesem Kurs lernen Sie auf einfache Weise, wie gesunde Gerichte mit Wildbret gezaubert werden können.

Bitte mitbringen: Getränk, Behälter für Speisen und eine Schürze (bei Bedarf)

Leitung Mathilde Koch

Termin Mittwoch, 01.11.2023, 19:00 – 22:00 Uhr

Gebühr 26,50€, inkl. Lebensmittelumlage

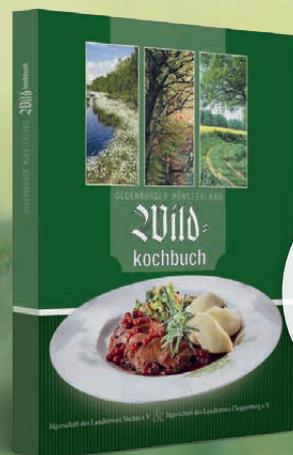
Ort Lohne, Kreisvolkshochschule, Benkerweg, Küche

DUBLETTE FÜR WILDFANS!

Jetzt sind beide Wildkochbücher der Jägerschaften Vechta und Cloppenburg wieder erhältlich

Der Klassiker mit vielen erprobten Wildrezepten und Tipps rund um die Wildküche

Junge, moderne Wildrezepte von A wie Antipasti bis W wie Wrap!



Jeweils nur **22,95 €**

Die Wildkochbücher sind in der Region über den Buchhandel, Agrar- und Bauernmärkte, Raiffeisenmärkte und Jagdhausstatter erhältlich oder direkt über: Martina Böckermann, Tel. 0171 12 77 696 oder martina.boeckermann@ewetel.net





Bewegung und Entspannung

Hatha-Yoga für Jedermann

Mit Yoga ist uns ein Schlüssel in die Hand gegeben, unseren Körper gesund, widerstands- und leistungsfähig zu erhalten, indem wir konzentriert bestimmte Übungen durchführen, die für Menschen jeder Altersstufe gedacht sind, und von allen ausgeführt werden können. Yoga ist weder Gymnastik noch Akrobatik, sondern hilft uns durch altbewährte Übungen zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit, körperlicher Gesundheit und Vitalität zu kommen, um die täglichen An- und Überforderungen besser meistern zu können.

Bitte mitbringen: eigene Gymnastikmatte und eine Decke

9200

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Dienstag, 10.10.2023, 10 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 110,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

9201

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Dienstag, 10.10.2023, 10 Abende, jeweils dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr

Gebühr 110,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

9202

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Donnerstag, 05.10.2023, 12 Abende, jeweils donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 132,00 €
Ort Steinfeld, Heilpädagogischer und Integrativer Kindergarten, Zur Schemder Bergmark 2

9203

Hatha-Yoga für Jedermann

Leitung Anni Averbeck
Termin Beginn ist am Donnerstag, 05.10.2023, 12 Abende, jeweils donnerstags, 19:45 – 21:15 Uhr
Gebühr 132,00 €
Ort Steinfeld, Heilpädagogischer und Integrativer Kindergarten, Zur Schemder Bergmark 2

9204



Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter
Termin Beginn ist am Dienstag, 05.09.2023, 8 Vormittage, jeweils dienstags, 10:00 – 11:30 Uhr

Gebühr 100,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

9205



Yoga für Jedermann

Leitung Christa Richter
Termin Beginn ist am Dienstag, 05.09.2023, 8 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr

Gebühr 100,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

Autogenes Training

Mit etwas Geduld und Selbstdisziplin lernen Sie in diesem Kurs die Formeln und Anwendungen des Autogenen Trainings. Mit Hilfe dieser Methode lernen Sie, bei regelmäßigem Üben, sich systematisch zu entspannen und so zu mehr innerer Ruhe zu kommen. Auf stressbedingte Störungen wie Schlaflosigkeit, Konzentrationsschwäche, Nervosität und mehr, können Sie mit Autogenem Training positiven Einfluss nehmen. Ziel ist es, mit sich selbst bewusster umzugehen. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung zum Kurs.

Bitte mitbringen: eine Decke und warme Socken

9206

Autogenes Training für Anfänger

Leitung Ulrike Mallas
Termin Beginn ist am Montag, 04.09.2023, 6 Abende, jeweils montags, 17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 53,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 3

9207



Autogenes Training für Anfänger

Leitung Ulrike Mallas
Termin Beginn ist am Donnerstag, 07.09.2023, 6 Abende, jeweils donnerstags, 17:30 – 19:00 Uhr

Gebühr 53,00 €
Ort Visbek, Haus der Bildung und Familie, Bremer Tor 6

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 tief liegende 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.

Voraussetzungen: Vorerfahrung mit den Pilates-Grundprinzipien und den Basic- und Anfängerübungen



9208



Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Dienstag, 22.08.2023, 6 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 54,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9211



Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Mittwoch, 01.11.2023, 7 Abende, jeweils mittwochs, 18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 63,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

jeweils dienstags,
19:00 – 20:00 Uhr

Gebühr 54,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9209



Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Dienstag, 07.11.2023, 6 Abende, jeweils dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 54,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9212

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Donnerstag, 24.08.2023, 7 Vormittage, jeweils donnerstags, 9:00 – 10:00 Uhr

Gebühr 63,00 €
Ort Vechta, LadyFit 21, Lohner Straße 34

9210



Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Mittwoch, 23.08.2023, 7 Abende, jeweils mittwochs, 18:00 – 19:00 Uhr

Gebühr 63,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9213

Pilates - Mittelstufe

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Donnerstag, 02.11.2023, 7 Vormittage, jeweils donnerstags, 9:00 – 10:00 Uhr

Gebühr 72,00 €
Ort Vechta, LadyFit 21, Lohner Straße 34

Aqua Fitness

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.



wavebreakmedia / Shutterstock.com

9217

AquaFitness

Leitung Jan Holthaus
Termin Beginn ist am Dienstag, 22.08.2023, 6 Abende, jeweils dienstags, 17:45 – 18:30 Uhr

Gebühr 42,00 €
Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

9218

AquaFitness

Leitung Jan Holthaus
Termin Beginn ist am Dienstag, 07.11.2023, 6 Abende, jeweils dienstags, 17:45 – 18:30 Uhr

Gebühr 42,00 €
Ort Vechta, Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle



Kzenon / Shutterstock.com

9214



Pilates - Fortgeschrittene

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Dienstag, 22.08.2023, 6 Abende, jeweils dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr

Gebühr 54,00 €
Ort Vechta, Kreisvolkshochschule, Bahnhofstraße 1

9215



Pilates - Fortgeschrittene

Leitung Bärbel Stoye
Termin Beginn ist am Dienstag, 07.11.2023, 6 Abende,

Von bis zu
500 €
für Mehrleistungen*
profitieren.

Erfolgsg Geheimnis Gesundheit.

Fit im Job, gesund im Alltag – dank starker
Leistungen für Berufstätige.

* So funktioniert's: Wir erstatten die Kosten für Rechnungen zu 80%,
bis zu 500 Euro im Jahr pro Versicherten für alle Mehrleistungen zusammen.

AOK Niedersachsen
Die Gesundheitskasse.



Jetzt scannen,
mehr über unsere
Leistungen erfahren
und wechseln.

der digitale GESUNDHEITSTAG



**03.09.2023
14 - 18 Uhr
Haus der Familie,
Visbek**

*Markt der Möglichkeiten,
spannende Vorträge und
Mitmachangebote rund
um die Gesundheit im
digitalen Zeitalter.*

Für mehr Informationen:
www.kvhs-vechta.de +49 4441 93 77 80



Selbstverteidigung

In diesem Kurs erlernen Sie die Grundfertigkeiten der Selbstverteidigung (Krav Maga).

Hier lernen Sie, wie Sie trotz körperlicher Unterlegenheit gefährliche Situationen deeskalieren, Gefahrensituationen frühzeitig einschätzen und vermeiden. Im Kurs werden Ihnen Kompetenzen vermittelt, wie Sie im Notfall auf Aggressoren reagieren, Techniken und Alltagsgegenstände zur Selbstverteidigung nutzen und unbeschadet kritische Situationen bewältigen können.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallenschuhe, ggfs. Schutzbekleidung

9219

Selbstverteidigung

Leitung Julian Hülsemann

Termin Beginn ist am Donnerstag, 07.09.2023, 6 Abende, jeweils donnerstags, 20:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 45,00 €

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

9220

Selbstverteidigung

Leitung Julian Hülsemann

Termin Beginn ist am Donnerstag, 02.11.2023, 6 Abende, jeweils donnerstags, 20:00 – 21:00 Uhr

Gebühr 45,00 €

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



guruXOX / 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 ins Kursangebot „hineinschnuppern“.

Bitte mitbringen: eigene Gymnastikmatte, Handtuch und ein Getränk.

Hinweis: Die Karten sind nicht übertragbar auf andere Personen!

Der offizielle Kursplan befindet sich im hinteren Teil des Heftes!

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.

Schwerpunkt: Kräftigung & allgemeine Fitness

Bitte mitbringen: eigene Gymnastikmatte, Handtuch und ein Getränk

Leitung Beate Lonnemann

Termin montags, 09:30 - 10:15 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

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

9301

Fitness-Training

Dieser Fitnesskurs ist ein Full Body Workout - in jeder Stunde gibt es allerdings wechselnde Schwerpunkte: mal wird

gezielt der Bauch, ein anderes Mal die Beine und der Po trainiert. Auf jeden Fall bringen wir den Kreislauf in Schwung, die Muskeln zum Arbeiten und ein Lachen (oder Lächeln) ins Gesicht.

Bitte mitbringen: eigene Gymnastikmatte, Handtuch und ein Getränk

Leitung Stephanie Vornhusen

Termin donnerstags, 19:00 - 19:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

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

9302

Fit im Alter

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.

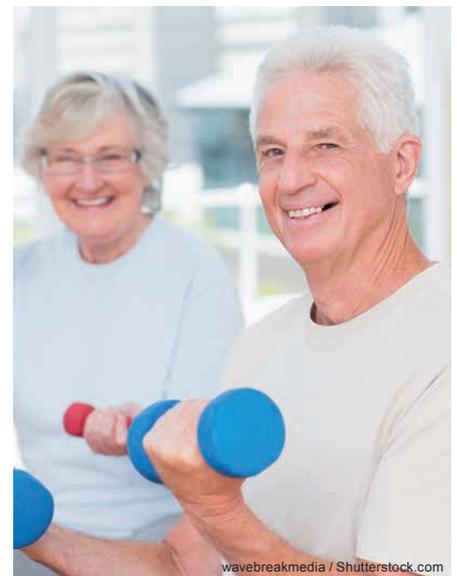
Ziel: Dehnen, Strecken und Kräftigen

Leitung Beate Lonnemann

Termin montags, 10:30 - 11:15 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

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



wavebreakmedia / Shutterstock.com



9303

Zumba Fitness®

Das Workout basiert auf dem Prinzip *FUN AND EASY TO DO*. Für Zumba Fitness® muss man nicht tanzen können, das WICHTIGSTE ist, sich zur Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben. Die lateinamerikanischen und exotischen Rhythmen wirken dabei sehr motivierend. Zumba® Fitness wurde in Amerika schnell zur Fitness-Sensation, denn es ist heiß, spannend und geeignet für jedermann.

Leitung Michaela Dwars

Termin Beginn ist am Montag, 21.08.2023, 18 Abende, jeweils montags, 18:00 – 18:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

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



Bodystyling

Einen flachen Bauch, feste Oberschenkel und einen knackigen Po - das wünschen Sie sich? Dann sind Sie hier richtig! Denn in diesem Kurs steht die Figurformung im Vordergrund. Mit dem richtigen Training können Sie einiges erreichen. Ein abwechslungsreiches Aufwärmprogramm, eine intensive Gymnastik zur Kräftigung für die Problemzonen von Bauch, Beinen und Po sowie Dehnübungen sind Inhalte der Stunde. Wir bringen den Kreislauf in Schwung, die Muskeln zum Arbeiten und ein Lachen (oder Lächeln) ins Gesicht.

Ziel: Kräftigung & allgemeine Fitness

9304

Bodystyling

Leitung Stephanie Vornhusen

Termin dienstags, 18:00 - 18:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

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

9305

Bodystyling

Leitung Karin Schröder

Termin donnerstags, 18:00 - 18:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

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

9306

Becken-Fit

Zielgruppe dieses Kurses sind Frauen, die eine geschwächte Beckenbodenmuskulatur haben oder einer Beckenbodenschwäche vorbeugen wollen. Gleichzeitig wird der Cellulite vorgebeugt und Bauch, Beine und Po werden gestrafft. Die Übungen kräftigen den Körper und erhöhen die Widerstandsfähigkeit. Ein gezieltes Training der Beckenbodenmuskulatur beugt aber auch der Harninkontinenz vor und unterstützt die Rehabilitation einer bereits bestehenden Erkrankung.

Ziel: Kräftigung & Widerstandsfähigkeit

Leitung Beate Lonnemann

Termin dienstags, 9:30 - 10:15 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

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

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 mittwochs, 9:00 - 9:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

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

Jumping® Fitness

Jumping® ist ein dynamisches Fitness-training auf dafür speziell entwickelten Trampolinen. Für das Training werden traditionelle Aerobic-Schritte genutzt, die allerdings durch den federnden Untergrund gelenkschonender sind, als wenn diese auf festem Boden ausgeführt werden. Durch Jumping® 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



Weiter mit Bildung!



9308

Jumping® Fitness

Leitung Mirca Knüpling
Termin mittwochs, 18:00 - 18:45 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
 Gymnastikhalle, Bürgermeister-
 Möller-Platz 1

9309

Jumping® Fitness

Leitung Mirca Knüpling
Termin mittwochs, 19:00 - 19:45 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
 Gymnastikhalle, Bürgermeister-
 Möller-Platz 1

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

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 Herzkreislaufsystem gestärkt, die Muskulatur gekräftigt und gedehnt. Außerdem wird eine gezielte Wirbelsäulengymnastik durchgeführt.

Ziel: Verbesserung der konditionellen Fähigkeiten und Kräftigung der Muskulatur

Leitung Beate Lonnemann
Termin donnerstags, 9:30 - 10:15 Uhr
Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.
Ort Vechta, Niels-Stensen-Haus,
 Gymnastikhalle, Bürgermeister-
 Möller-Platz 1



Wir bieten ein Klönschnack-Frühstück

jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat
 von 8.30 Uhr bis 10.30 Uhr
 im Niels-Stensen-Werk,
 Bürgermeister-Möller-Platz 1
 49377 Vechta,

für alle onkologischen Patienten und deren Angehörigen an.

Anmeldungen sind nicht erforderlich.

Kommen Sie doch einfach mal vorbei und lernen uns kennen!

Wenn es noch Fragen gibt, dann rufen Sie uns gerne an.
 0176 / 32 90 81 93

www.hilfe-bei-krebs-vechta.de
kontakt@hilfe-bei-krebs-vechta.de



ESB Professional / Shutterstock.com



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

9311

Rücken-Fit

Leitung Karin Schröder

Termin montags, 19:00 - 19:45 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

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

9312

Rücken-Fit

Leitung Beate Lonnemann

Termin freitags, 9:30 - 10:15 Uhr

Gebühr Siehe Gebühr für 10er-Karte.

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

Reha-Sport / Funktionstraining

Seit Mai 2009 bieten wir in Kooperation mit dem Reha- und Behindertensportverein Vechta e.V. in unserer Gymnastikhalle Reha-Sport/Trockengymnastik unter der Leitung der Physiotherapeutin Gabriele Frilling und der Übungsleiterin Beate Lonnemann, an. Reha-Sport wird vom Arzt verordnet und bezieht sich auf einen Zeitraum von 12 oder 24 Monaten. Der Reha-Sport ist kein Hochleistungssport, sondern eine bewegungstherapeutische Maßnahme und wird daher in der Regel auch von den Krankenkassen anerkannt. Sprechen Sie uns an!



zedspider / Shutterstock.com

Bitte mitbringen: Sportkleidung, eigene Gymnastikmatte, Handtuch und Getränk

Ziel: Krankheitsbeschwerden reduzieren, Krankheitsverläufe positiv beeinflussen, mehr Leistungsfähigkeit, Ausdauer und Belastbarkeit steigern, soziale und psychische Stabilisierung, nachhaltige und langfristige Selbsthilfe

Hinweis: Die Sporthalle ist ausschließlich mit sauberen Hallenschuhen zu betreten.

9400

Reha-Sport Rücken

Leitung Beate Lonnemann

Termin dienstags, 8:30 - 9:15 Uhr

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.

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

9401

Funktionstraining - Schulter

Leitung Gabriele Frilling

Termin dienstags, 10:30 - 11:00 Uhr

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.

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

9402

Funktionstraining - Rücken

Leitung Gabriele Frilling

Termin dienstags, 11:15 - 11:45 Uhr

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.

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

9403

Funktionstraining - Knie-/Hüfte

Leitung Gabriele Frilling

Termin dienstags, 11:50 - 12:20 Uhr

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.

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



lightpoet / Shutterstock.com



9404

Reha-Sport Rücken

Leitung Gabriele Frilling

Termin mittwochs, 8:00 - 8:45 Uhr

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.

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

9405

Reha-Sport Rücken

Leitung Beate Lonnemann

Termin freitags, 08:30 - 09:15 Uhr

Gebühr Abrechnung über die Krankenkasse.

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



karelnoppe / Shutterstock.com

Weiter mit Bildung!

vhs Kreisvolkshochschule Vechta e.V.

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

Rehabilitationssport und Funktionstraining

Um Menschen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen, die Möglichkeit zu geben, ihre Alltagskompetenzen auszubauen, gibt es den Rehabilitationssport und das Funktionstraining, welches von den Ärzten über eine Reha-Sportverordnung verschrieben werden kann. Diese Leistungen müssen beim Kostenträger (Krankenkasse) beantragt werden.

In Kooperation mit dem



Bei Fragen wenden Sie sich an den

Reha- und Behindertensport

Carsten Döding

Tel: 04441/9078030

Emailadresse: info@rbs-vechta.de



In Kooperation mit:



Fit und gesund!

Die 10er-Karte Trainieren ohne Vertragsbindung

Heute Bodystyling, morgen Rücken-Fit. Die 10er-Karte ermöglicht es, zwischen den Kursen zu variieren. Sie bezahlen nur für die Kurse, an denen Sie teilgenommen haben. Der Einstieg in die Kurse, die ganzjährig fortlaufend stattfinden, ist jederzeit ohne Anmeldung möglich. Wenn Sie mehrmals die Woche trainieren, können Sie auch eine 3-Monatskarte erwerben.

10er-Karte, 55,00 EUR, Gültigkeit: 1 Jahr

3-Monatskarte 99,00 EUR

Probetraining 6,00 EUR

Diese Kurse finden in der Gymnastikhalle des Niels-Stensen-Hauses in Vechta, Bürgermeister-Möller-Platz 1, statt.



10er-Karte Sportkurse Niels-Stensen-Werk Vechta

Bitte informieren Sie sich regelmäßig über mögliche Änderungen und zusätzliche Sportangebote. Aktuelle Infos erhalten Sie auf unserer Webseite www.kvhs-vechta.de oder in der Tagespresse.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
09:30 - 10:15 Uhr Fitness-Training Beate Lonnemann	09:30 - 10:15 Uhr Becken-Fit Beate Lonnemann	09:00 - 09:45 Uhr Gymnastik für Frauen Gaby Frilling	09:30 - 10:15 Uhr Gymnastik für Männer Beate Lonnemann	09:30 - 10:15 Uhr Rücken-Fit Beate Lonnemann
10:30 - 11:15 Uhr Fit im Alter Beate Lonnemann				
18:00 - 18:45 Uhr Zumba Michaela Dwars	18:00 - 18:45 Uhr Bodystyling Stephanie Vormhusen	18:00 - 18:45 Uhr Jumping Fitness Mirca Knüpling	18:00 - 18:45 Uhr Bodystyling Karin Schröder	
19:00 - 19:45 Uhr Rücken-Fit Karin Schröder		19:00 - 19:45 Uhr Jumping Fitness Mirca Knüpling	19:00 - 19:45 Uhr Fitness-Training Stephanie Vormhusen	
Programm gültig ab 27.08.2023				
Wo: Turnhalle im Niels-Stensen-Haus, Bgm.-Möller-Platz 1, Vechta				



Dozentenliste

Abeling-Brinkmann, Anne	Zertifizierte Pflegeberaterin, Fachschwester für Nephrologie, St. Marienhospital Vechta gGmbH	Gutersohn, Dr. med. Achim	Chefarzt, Direktor kardiologische Kliniken Vechta/Cloppenburg, Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie, Interventionelle Kardiologie (DGK)
Aktas, Emine	Dozentin	Hake, Lisa	Innenarchitektin
Averbeck, Anni	Yogalehrerin BDY/EYU	Hammer-von Seggern, Heike	Hygienebeauftragte
Balla, Irene	Sprachdozentin	Hassani, Ana	Sprachdozentin
Bidder, Hans-Werner	Dozent	Heuermann, Andrea	Diätassistentin und Ernährungsberaterin/VFED
Bocklage, Annelie	Gymnasiallehrerin	Hilgenberg, Dr. med. Jens	Chefarzt der Klinik für Chirurgie und Orthopädie, St. Marienhospital Vechta
Bohne, Stefanie	Textil- und Bekleidungstechnikerin, Integrationskursdozentin	Hinrichsmeyer, Andrea	Dozentin
Bolles, Sandra	Erzieherin mit heilp. Zusatzausbildung	Hoge, Linda	Religionspädagogin
Borgerding, Yvonne	Qualitätsmanagement und Organisationsentwicklung, Schwester Euthymia Stiftung	Höhle, Tanja	Päd. Mitarbeiterin 2. Bildungsweg
Bruckmann, Inge	Tagesmutter, Fachkraft Kleinstkindpädagogik	Holthaus, Jan	Physiotherapeut, Aquafitness Instructor
Brüning, Rolf	Künstler	Holthaus-Hövemann, Mareike	Lehramt für Gymnasium deutsch und englisch
Bücker, Thorsten	Dipl. Pflegewirt (FH), Autor und Business Coach im Gesundheitswesen	Homann, Carsten	Religionspädagoge
Büngen, Alfred	Dozent	Honkomp, Ruth	Dozentin
Butzmann, Dr. Erika	Pädagogik M.A., Entwicklungspsychologin	Hoping-Warcking, Maria	Dipl. Pädagogin
Calheiros-Veloso, Sabina	Sprachdozentin	Horstmann, Martin	BARMER Geschäftsführer
Castelo, Itzia	Sprachdozentin	Hülsemann, Daria	Sprachdozentin
Dinculescu, Andrada Gabriela	Oberärztin der Abteilung für Gastroenterologie, St. Marienhospital Vechta gGmbH	Hülsemann, Julian	päd. Mitarbeiter KVHS Vechta e.V.
Dreyer, Bettina	Sprachdozentin	IQ-Netzwerk Niedersachsen, bus GmbH	Beratungsstelle für ausländische Berufsabschlüsse
Dwars, Michaela	Zumba Instructor -Alle Lizenzen-	Jäger, Maria Sabina	Lehrerin/Germanistik
Dwertmann, Stefanie	Hebamme	Jansen, Dr. med. Nicola	Oberärztin der Klinik für Orthopädie, Hand- und Unfallchirurgie, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Eilermann, Maria	Dozentin	Janßen, Regina	Rhythmiklehrerin
Ellers, Erika	Erzieherin	Kähnlein, Meike	Lehrerin, Übersetzerin
Elsayed, Belal	Dozent	Kaplan, Enis	Bachelor, Lehramt Mathe und Biologie
Espelage, Bettina	Dipl. Sozialarb./-päd.(FH)	Kathe, Christiane	Dozentin
Fangmann, Andreas	Oberarzt der Abteilung für Gastroenterologie, St. Marienhospital Vechta gGmbH	Kayindu, Jack David	Journalist
Farwick, Silvia	Dipl. Erziehungswissenschaft, Gesprächsführung	Kirchner, Lisa	Soziale Arbeit B.A.
Festerling, Nicole	Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin	Klüsener, Frederic	Dozent
Fischer, Susanne	Krankenschwester	Knipper, Berthold	Dozent
Fortmann, Ulrike	Kinesiologin, Kundalini-Yogalehrerin	Knüpling, Mirca	Übungsleiterin, Jumping® Fitness Instructorin, Sportlehrerin, C-Lizenz
Fraile, Veronika	Sprachdozentin	Köbrich, Dr. Meral	Heilpraktikerin für Psychotherapie
Frase, Xiaojia	Sprachdozentin	Koch, Mathilde	Diätassistentin
Frilling, Gabriele	Physiotherapeutin, Rehabilitationssport	Koops, Annette	Krankenschwester, Klangschalenteherapeutin
Frosig, Thomas B.	Dozent	Kühling, Claudia	Rechtsanwältin, Kanzlei Dr. Lenze & Partner
García Yusta, Montserrat	Dozentin	Lamping, Daniela	Gesundheits- und Krankenpflegerin, Praxisanleiterin in der Pflege, Fachtherapeut Tracheotomie und Laryngektomie, geprüfte Dozentin in der Erwachsenenbildung
Gastaudo, Silvana	Dozentin	Langhorst, Julia	Krankenschwester
Gehrmann, Julian	Dozent des Sozialdienstes katholischer Männer (SKM)		
Grabbe, André	Dipl. Sozialarb./Sozialpäd. (FH)		
Granara, Sebastian	Sprachlehrer, Betriebswirt		
Griefing, Birgit	Erzieherin		

Allgemeine Infos

Lemke, Marlena	Bachelor of Arts - Soziale Arbeit
Lonnemann, Beate	Übungsleiterin, Rehabilitationssport
Lupfer, Sandra	Dozentin
Machura, Erich	Betriebswirt (IDB)
Mackerodt, Philipp	Dozent, Finanzamt Vechta
Mallas, Ulrike	Entspannungspädagogin
Mekelnborg, Bernd	Krankenpfleger
Meyer, Anna-Maria	Gesundheits- und Krankenpflegerin
Moorkamp, Bernhard	Pflegeberater
Moormann, Sandra	Sozialpädagogische Assistentin, Kursleiterin Baby- und Kindermassage (DGBM e.V.)
Moormann, Steffen	Kursleiter Babymassage nach DGBM
Muhle, Elisabeth	Leitung amb. Hospiz u. Palliativversorgung der Sozialstation Nordkreis gGmbH
Nageler, Ulrich	Dozent
Nienaber, Marita	Sprachdozentin
Nost, Miriam	Dipl. Sozialarb./Sozialpäd. (FH), PEKiP-Gruppenleiterin
Novak, Dr. Galyna	Dozentin
Olusola, Toluwalase Benedict	Sprachdozent
Radke, Erich	Dozent
Reimer, Marlene	Dozentin
Reinermann, Tim	Dipl. Sozialpädagoge, Vollzugsabteilungsleiter
Reiners-Homann, Margret	Dozentin
Renze, Gundolf	Dozent
Richter, Christa	Yogalehrerin
Ries, Verena	Fachkrankenschwester für Geriatrie, Fachwirtin im Gesundheits- und Sozialwesen, Praxisanleiterin
Rohe, Ludger	Fachanwalt für Arbeitsrecht, Kanzlei Bode & Partner
Röhling, Kristina	Dipl. Pädagogin
Rommel, Bianca	Hygienefachkraft im St. Marienhospital Vechta gGmbH
Rost, Daniela	Kinderkrankenschwester
Ruhmüller, Rahel	Pflegewirtin B.Sc., Auditorin im Gesundheitswesen, Qualitätsmanagementbeauftragte
Ruiz Diaz Adorno, Olga Ester	Dozent
Rüwe, Erika	Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (FH), Dipl. Gerontologin, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Schaefer, Michael	Dozent
Schene, Ludger	Staatlich geprüfter Betriebswirt
Schilmöller, Uta	Dozentin
Scholz, Anna	EDV-Dozentin

Schräder, Karin	Übungsleiterin
Schröder, Britta	Dozentin
Schulz, Uwe	Master of Education für Realschule
Schwartz, Jürgen	Pfarrer
Seebold, Olga	Dozentin
Senouwoe, Bianca	Sozialarbeiterin (B.A.)
Sieveke, Janina	Hebamme
Specker, Anne	Studentin B.Sc. Ernährungswissenschaften, Heilpädagogin, Zertifizierte Fachberatung für Kinderernährung
Sperveslage, Anja	Dozentin
Spicker, Thomas	Dozent
Stolze-Pipgras, Cordula	Coach
Stoye, Bärbel	Zertifizierte Pilates-Trainerin, Übungsleiterin Rehabilitationssport
Straat, Lukas	Dozent
Stunkat, Hartmut	Funktionsoberarzt der Chirurgischen Klinik, St. Marienhospital Vechta gGmbH
Tönnies, Lena Karin	Gesundheits- und Krankenpflegerin
Trapp, Stephanie	Schauspielpädagogin, Coach Präsentations-Training
Triemer, Stephanie	Stillberaterin (AFS), Fachkraft für babyfreundliche Beikost
Triphaus, Hanna	EDV-Dozentin
Trottnow, Nina	M.A. Inklusive Pädagogik und Elementarbildung
Verlinden, Thomas	Wassersportschule Kapitän Kruse
Voelcker, Eduard	Dozent
Voget, Giseltraud	Dozentin
vom Felde, Ingrid	Heilpraktikerin
Vornhusen, Stephanie	Yogalehrerin, Pränatal-Yogalehrerin, Tanz- und Fitnesstrainerin
Wachtel, Ewgenia	Sprachdozentin
Wagner, Heidemarie	Dozentin
Walf, Dieter	Dozent
Weiker, Palina	Dozentin
Wendelken, Bernd	Dozent
Wensky, Thurid	Dozentin
Zapfe, Wolfgang	Gymnasiallehrer
Ziegler, Maurice	Dozent
Zwick, Maria	Gesundheits- und Krankenpflegerin
Wendelken, Bernd	Dozent
Wensky, Thurid	Dozentin
Wolke-Hanenkamp, Eva	Kinesiologin
Zapfe, Wolfgang	Gymnasiallehrer
Zwick, Maria	Gesundheits- und Krankenpflegerin

Allgemeine Teilnahmebedingungen der KVHS Vechta e.V.

Mit der Anmeldung werden die folgenden „Allgemeinen Teilnahmebedingungen“ anerkannt:

1. Anmeldung

Die Anmeldung zu Weiterbildungsveranstaltungen ist telefonisch, schriftlich oder über das Anmeldeformular per Internet bei der KVHS Vechta e. V. vorzunehmen. Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangsdatums berücksichtigt. Vertragspartner ist der Teilnehmer, soweit sich nicht etwas anderes aus der Anmeldung ergibt. Die KVHS Vechta bestätigt Ihre Anmeldung schriftlich. Besondere Zulassungs- oder Auswahlkriterien für bestimmte Maßnahmen bleiben davon unberührt. Kann eine Anmeldung nicht berücksichtigt werden, so informiert die KVHS hierüber telefonisch oder schriftlich.

2. Zahlungsbedingungen

Das Teilnahmeentgelt wird bei kostenpflichtigen Weiterbildungsveranstaltungen vor Beginn der Veranstaltung in Rechnung gestellt. Der Rechnungsbetrag ist innerhalb von 14 Tagen bzw. bei kurzfristiger Anmeldung sofort zu zahlen. Die Zahlungen haben unabhängig von den Leistungen Dritter (z. B. der Arbeitsagentur) zu erfolgen. Kosten für Lernmittel, Tests und Prüfungen können gesondert berechnet werden.

3. Rechnungsversand

Der Rechnungsversand kann nach unserer Wahl auf dem Postweg oder per E-Mail erfolgen. Der Teilnehmer stimmt zu, dass er Rechnungen elektronisch erhält. Elektronische Rechnungen werden dem Teilnehmer per E-Mail im PDF-Format an die bekannt gegebene E-Mail-Adresse übersandt.

4. Nichtinanspruchnahme von Unterrichtseinheiten

Die Nichtinanspruchnahme einzelner Unterrichtseinheiten berechtigt nicht zu einer Ermäßigung des Rechnungsbetrages.

5. Rücktritt

Bei Seminaren (1–3tägige Veranstaltungen bzw. Veranstaltungen unter 50 Unterrichtsstunden) kann der Vertragspartner über die gesetzlichen Vorschriften hinaus vom Vertrag zurücktreten, wenn er den Rücktritt unter Einhaltung einer Frist von mindestens fünf Werktagen vor Beginn der Veranstaltung schriftlich der KVHS mitteilt. Maßgebend ist hierbei der Eingang der Rücktrittserklärung bei der KVHS. Bei später eingehenden Rücktrittserklärungen oder bei Nichtteilnahme ist der Vertragspartner zur Zahlung des vollen Entgelts verpflichtet. Das Nichterscheinen zum Seminar befreit nicht von der Verpflichtung zur Entrichtung des Entgelts. Das Stellen eines Ersatzteilnehmers unter Einhaltung der jeweiligen Auswahlkriterien ist möglich. Bei Lehrgängen (ab 50 Unterrichtsstunden, ganztägig oder berufsbegleitend) kann der Vertragspartner über die gesetzlichen Vorschriften hinaus vom Vertrag zurücktreten, wenn er den Rücktritt unter Einhaltung einer Frist von mindestens drei Wochen vor Beginn des Lehrgangs schriftlich der KVHS mitteilt. Maßgeblich ist der Eingang der Rücktrittserklärung bei der KVHS. Bei einem späteren Rücktritt ist ein Entgeltanteil von 30 % zu zahlen. Bei Lehrgängen mit mehr als 200 Unterrichtsstunden ist in diesem Fall ein Entgeltanteil von 30 % für den ersten Abschnitt (s. u. 5) zu zahlen. Ein Rücktritt nach Lehrgangsbeginn ist nicht möglich. Das Nichterscheinen zum Lehrgang befreit nicht von der Verpflichtung zur Entrichtung des Lehrgangsentgelts. Das Stellen eines Ersatzteilnehmers unter Einhaltung der jeweiligen Auswahlkriterien ist bis zum Beginn der ersten Lehrgangsstunde möglich. Dem Vertragspartner ist in sämtlichen vorgenannten Fällen der Nachweis gestattet, dass ein Schaden nicht oder in geringerer Höhe entstanden ist. Die Bestimmungen zum Rücktritt lassen das Widerrufsrecht des Verbrauchers unberührt.

6. Kündigung

Lehrgänge mit mehr als 200 Unterrichtsstunden sind in Abschnitte von jeweils drei Monaten aufgeteilt. Bei dieser Lehrgangsform kann der Vertragspartner den Lehrgang unter Einhaltung einer Kündigungsfrist von zwei Wochen zum Ende eines Abschnitts schriftlich gegenüber der KVHS kündigen. Maßgebend ist hierbei der Eingang der Kündigung bei der KVHS. Der Vertragspartner bleibt zur Zahlung des anteiligen Lehrgangsentgeltes bis zum Ablauf der Kündigungsfrist verpflichtet. Kosten für bereits erhaltene Bücher und Unterrichtsmaterial werden in Rechnung gestellt. Dem Vertragspartner ist der Nachweis gestattet, dass ein Schaden nicht oder in geringerer Höhe entstanden ist. Hat der Vertragspartner bereits den Gesamtbetrag des Lehrgangsentgeltes gezahlt, wird bei Kündigung der anteilig zuviel gezahlte Betrag unverzüglich erstattet. Das Recht zur außerordentlichen Kündigung aus wichtigem Grund sowie das Widerrufsrecht des Verbrauchers nach Ziffer 4 bleiben unberührt. Die KVHS ist insbesondere dann zum Ausspruch einer fristlosen Kündigung berechtigt, wenn der Vertragspartner das Lehr-

Allgemeine Geschäftsbedingungen

gangsentgelt oder Teile hiervon nicht zahlt. Die KVHS setzt ihm bei Nichtzahlung des Lehrgangsentgelts oder Teilen hiervon nach Ablauf der gesetzten Zahlungsfrist eine Nachfrist, die mindestens zwei Wochen beträgt, bevor sie eine fristlose Kündigung ausspricht. Kündigt die KVHS das Vertragsverhältnis fristlos, steht ihr ein Anspruch auf pauschalierten Schadensersatz in Höhe des Lehrgangsentgelts zu, das bis zum Ablauf der ordentlichen Kündigungsfrist zu zahlen gewesen wäre. Dem Vertragspartner ist der Nachweis gestattet, dass ein Schaden nicht oder in geringerer Höhe entstanden ist.

7. Absage und organisatorische Änderungen von Veranstaltungen

Die Veranstaltung kann mangels kostendeckender Teilnehmerzahl, wegen kurzfristiger Nichtverfügbarkeit des Referenten ohne Möglichkeit des Einsatzes eines Ersatzreferenten oder aufgrund höherer Gewalt durch die KVHS abgesagt werden.

Der Teilnehmer wird unverzüglich informiert und bereits gezahlte Entgelte werden erstattet. Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen, sofern die Haftung nicht auf grober Fahrlässigkeit der KVHS Vechta oder eines ihrer Erfüllungsgehilfen beruht. Die KVHS ist zum Wechsel von Referenten oder Verschiebungen im Ablaufplan aus triftigem Grund, z.B. Erkrankung des Referenten, berechtigt, soweit dies dem Teilnehmer zumutbar ist.

8. Ausschluss aus besonderen Gründen

Die KVHS ist berechtigt, Teilnehmer in besonderen Fällen, z.B. bei Zahlungsverzug (siehe Ziffer 2.) oder Störung der Veranstaltung und des Betriebsablaufs, von der weiteren Teilnahme auszuschließen. In diesen Fällen hat die KVHS einen Anspruch auf die Zahlung des vollen Teilnahmeentgeltes bzw. Abschnittsbetrages.

9. Datenschutz

Ihre personenbezogenen Daten werden von der KVHS Vechta ausschließlich im Rahmen der Kurs- und Zahlungsabwicklung verwendet (gemäß Art. 6 Abs. 1 lit. b EU DS-GVO). Der Umgang mit Ihren Daten erfolgt unter Einhaltung sämtlicher datenschutzrechtlicher Vorschriften. Innerhalb der KVHS Vechta erhalten nur diejenigen Stellen Zugriff auf die Daten, die diese zur jeweiligen rechtmäßigen Aufgabenerfüllung benötigen. Alle MitarbeiterInnen und DozentInnen sind zum vertraulichen Umgang mit den TeilnehmerInnen-Daten auch über das Kursende hinaus verpflichtet. Eine Weitergabe Ihrer personenbezogenen Daten an Dritte erfolgt nicht, sofern Sie dieser nicht ausdrücklich eingewilligt haben. Ausgenommen hiervon sind Übermittlungen, die im Rahmen einer gesetzlichen Verpflichtung oder für Zwecke der Vertragsabwicklung erforderlich sind. Ihre Daten verbleiben bei uns bis zum Ablauf der gesetzlichen Aufbewahrungsfristen.

Gemäß Art. 12 EU DS-GVO weisen wir Sie auf Ihre Rechte auf Auskunft, Löschung, Berichtigung, Widerruf, Datenübertragbarkeit sowie Einschränkung hin. Unabhängig davon stehen Ihnen die Beschwerderechte gegenüber der Behörde nach Art. 77 EU DS-GVO zu.

Zusätzlich haben Sie das Recht auf Widerspruch gemäß Art. 21 EU DS-GVO zu.

Bitte richten Sie mögliche Anfragen direkt an datenschutz@kvhs-vechta.de. Weitere Informationen zum Datenschutz und zu Ihren Rechten finden Sie in unserer Datenschutzerklärung unter www.kvhs-vechta.de/datenschutzerklaerung/.

10. Haftung

Die Haftung der KVHS Vechta ist – gleich aus welchem Rechtsgrund – beschränkt auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit, einschließlich dem Vorsatz und der groben Fahrlässigkeit unserer Vertreter oder Erfüllungsgehilfen. Im Fall der Verletzung einer wesentlichen Kardinalspflicht haften wir für jeden Grad des Verschuldens. Hier ist unsere Haftung jedoch auf vorhersehbare, typischerweise eintretende Schäden begrenzt. Die Haftung wegen schuldhafter Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit bleibt unberührt; dies gilt auch für die zwingende Haftung nach dem Produkthaftungsgesetz, bei arglistiger Täuschung oder der Übernahme einer Garantie.

11. Urheberrecht

Arbeitsunterlagen und verwendete Computersoftware sind urheberrechtlich geschützt. Das Kopieren oder die Weitergabe an Dritte ist nur nach vorheriger Zustimmung des Urheberrechtinhabers zulässig.

12. Gerichtsstand und Erfüllungsort

Ausschließlicher Gerichtsstand und Erfüllungsort – sofern gesetzlich zulässig – ist Vechta.

13. Schlussbestimmungen

Nebenabreden sind nicht getroffen.

Datenschutzhinweise gemäß Art. 13 EU DS-GVO

Der sensible Umgang mit Ihren Daten hat für die Kreisvolkshochschule Vechta e. V. eine hohe Priorität. Aus diesem Grund informieren wir Sie nachfolgend gemäß Art. 13 EU DS-GVO über die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten.

Verantwortliche Stelle:

Kreisvolkshochschule Vechta e. V.
Bahnhofstraße 1
49377 Vechta

Datenschutzbeauftragter:

Kreisvolkshochschule Vechta e. V.
Bahnhofstraße 1
49377 Vechta
E-Mail: datenschutz@kvhs-vechta.de

Zweck und Rechtsgrundlage für die Erhebung und Verarbeitung

Ihre Daten werden zur Teilnahme an den Kursangeboten inkl. Zahlungs- und Kursabwicklung gemäß Art. 6 Abs. 1 lit. b EU DS-GVO verarbeitet. Zudem ist die Rechtsgrundlage Art. 6 Abs. 1 lit. c EU DS-GVO i. V. m. § 2h Satz 2 CoronaVO zum Zweck des Nachvollzugs von Infektionsketten im Zusammenhang mit Covid-19. Die Angabe Ihrer Daten ist für die Vertragserfüllung erforderlich. Sollten Sie in der Zeit der Corona-Pandemie mit der Erfassung Ihrer Daten nicht einverstanden sein, dürfen Sie nicht an unseren Bildungsangeboten und Prüfungen teilnehmen.

Empfänger Ihrer Daten

Empfänger Ihrer Daten sind die am jeweiligen Geschäftsprozess beteiligten internen Stellen sowie ggf. im Auftrag tätige Dienstleister im Sinne von Art. 28 EU DS-GVO. Gemäß § 11 Abs. 3 des Niedersächsischen Erwachsenenbildungsgesetzes können Prüfungsdienstleister Auskünfte über die Daten verlangen. Im Infektionsfall sind wir dazu verpflichtet, Ihre Daten (Vor-, Name, Adresse, Telefonnr.) an das jeweils zuständige Gesundheitsamt zu übermitteln. Eine Übermittlung an Drittstaaten oder internationalen Organisationen ist nicht vorgesehen.

Speicherung Ihrer Daten

Die Speicherung Ihrer Daten erfolgt grundsätzlich nur für den oben genannten Zweck und richtet sich nach gesetzlichen Aufbewahrungsfristen gemäß Handelsgesetzbuch und Abgabenordnung.

Ihre Rechte

Auf schriftliche Anfrage teilen wir Ihnen gemäß Art. 15 EU DS-GVO entsprechend unserer gesetzlichen Verpflichtung nach Art. 12 EU DS-GVO mit, ob und welche personenbezogenen Daten von Ihnen durch uns verarbeitet bzw. gespeichert werden. Des Weiteren haben Sie das Recht auf Berichtigung unrichtiger Daten gemäß Art. 16 EU DS-GVO, Datenübertragbarkeit gemäß Art. 20 EU DS-GVO, Sperrung und Löschung Ihrer personenbezogenen Daten gemäß Art. 17 EU DS-GVO – sofern keine gesetzlichen Aufbewahrungspflichten entgegenstehen – sowie das Recht auf Einschränkung der Verarbeitung gemäß Art. 18 EU DS-GVO. Darüber hinaus haben Sie das Recht, sich an die zuständige Aufsichtsbehörde nach Art. 77 EU DS-GVO zu wenden. Zusätzlich steht Ihnen das Recht auf Widerspruch gemäß Art. 21 EU DS-GVO zu.

Es besteht selbstverständlich jederzeit gemäß Art. 7 Abs. 3 EU DS-GVO die Möglichkeit, dass Sie Ihre Einwilligung uns gegenüber für die Zukunft widerrufen.

Bitte richten Sie grundsätzlich alle Anfragen direkt an datenschutz@kvhs-vechta.de.

Verwaltungsrat der Kreisvolkshochschule Vechta e.V.

Vorsitzende Inge Wenzel, Oberstudiendirektorin, Vechta

Stellv. Vorsitzender Michael Scheper, Studiendirektor, Dinklage

Weitere Mitglieder Werner Becker, Stadtoberamtsrat a. D., Lohne
Benno Fangmann, Dipl.-Bankbetriebswirt ADG, Dinklage
Gregor Raabe, Dipl.-Ingenieur, Vechta
Stefanie Fangmann, Berufssoldatin, Visbek

Widerrufsbelehrung

Widerrufsbelehrung (Dienstleistung)

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns mittels einer eindeutigen, **schriftlichen** Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren.

Der Widerruf ist zu entrichten an:

Kreisvolkshochschule Vechta e.V.
Lindenstraße 49 · 49393 Lohne
Fax: 04442 93708-29
Mail: info@kvhs-vechta.de

Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Sie können aber auch das Muster-Widerrufsformular oder eine andere eindeutige Erklärung auch auf unserer Webseite (www.kvhs-vechta.de) elektronisch ausfüllen und übermitteln. Machen Sie von einer dieser Möglichkeiten Gebrauch, so werden wir Ihnen unverzüglich (z. B. per E-Mail) eine Bestätigung über den Eingang eines solchen Widerrufs übermitteln. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Ende der Widerrufsbelehrung

Widerrufsformular

(Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen wollen, füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück.)

Kreisvolkshochschule Vechta e.V.

Lindenstraße 49 · 49393 Lohne

Fax: 04442/93708-29 · E-Mail: info@kvhs-vechta.de

Hiermit widerrufe ich den von mir abgeschlossenen Vertrag über die Erbringung folgender Dienstleistung:

Veranstaltung: _____

Kurs-Nummer: _____

Name des Verbrauchers: _____

Anschrift des Verbrauchers: _____

Datum: _____ Unterschrift des Verbrauchers: _____

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.

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





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

Ein starkes Team:
 Makler-Kompetenz im
 ganzen Landkreis.





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**

